

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 KESIMPULAN**

Penelitian mengenai hubungan antara status kognitif dengan derajat *frailty* pada Usia Lanjut yang tinggal di Griya Usia Lanjut Santo Yosef Surabaya dengan jumlah responden 154 usia lanjut yang memiliki umur  $\geq 60$  tahun (33 responden laki-laki dan 48 responden perempuan) yang dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2017 sampai 27 Juli 2017 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

##### **1 Profil Geriatri**

- Prevalensi usia lanjut perempuan cenderung mengalami depresi lebih tinggi dibandingkan laki-laki.
- Prevalensi usia lanjut perempuan cenderung mengalami gangguan adl dibandingkan laki-laki

- Kategori resiko malnutrisi paling banyak terjadi pada usia lanjut yang berjenis kelamin perempuan.
  - Prevalensi kejadian gangguan kognitif paling banyak terjadi pada usia lanjut dengan jenis kelamin *perempuan*
  - Prevalensi kejadian *frail* paling banyak terjadi pada usia lanjut dengan jenis kelamin *perempuan*
- 2 Terdapat Hubungan antara status kognitif dengan derajat frailty pada usia lanjut.

## **7.2 SARAN**

### **7.2.1 Bagi Peneliti**

1. Peneliti diharapkan mampu melihat situasi dan kondisi saat melakukan wawancara terhadap usia lanjut, agar usia lanjut tidak merasa kelelahan dan jenuh saat

wawancara sehingga bisa menghasilkan data dan hasil yang valid.

2. Untuk peneliti selanjutnya, dapat menggunakan metode dan lokasi penelitian yang berbeda untuk menjadi suatu pembandingan terhadap hasil penelitian ini. Selain itu, apabila menggunakan kuesioner pada penelitian berikutnya, dapat digunakan kuesioner yang *short version* untuk menghindari rasa jenuh dan penurunan konsentrasi pada usia lanjut

### **7.2.2 Bagi Usia Lanjut di Griya Usia Lanjut Santo Yosef Surabaya**

1. Untuk usia lanjut , tingkat aktivitas fisik agar tetap dipertahankan dengan baik untuk menghindari berbagai macam gangguan kesehatan yang salah satunya dapat berupa penurunan fungsi kognitif. Menurut WHO, sebaiknya melakukan aktivitas fisik sedang

(senam aerobik, berjalan santai) paling tidak selama 30 menit (4-7 kali/minggu).

### **7.2.3 Bagi Griya Usia Lanjut Santo Yosef Surabaya**

1. Tetap rutin untuk memberikan kegiatan maupun aktifitas terhadap usia lanjut agar usia lanjut tidak merasa jenuh.
2. Pada usia lanjut dengan kursi roda tetapi masih bisa berjalan, sebaiknya di tuntun untuk melakukan aktifitas fisik seperti berjalan tanpa menggunakan kursi roda, agar fungsi dari anggota gerak tubuh juga bisa dilatih dan tidak menjadi ketergantungan.
3. Aktifitas atau kegiatan yang dilakukan di griya mungkin bisa lebih bervariasi, tidak hanya senam maupun bernyanyi. Mungkin bisa diambahkan untuk aktifitas yang melatih fungsi kognitif contohnya bermain teka-teki, dan berhitung.

#### **7.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan**

1. Bisa memberikan edukasi mengenai resiko untuk terjadinya gangguan kognitif dan resiko usia lanjut jatuh dalam kategori *frail*.
2. Bisa mendorong minat usia lanjut untuk tetap melakukan aktifitas fisik agar tetap sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Internet]. Depkes.go.id. 2016 [di akses tanggal 12 December 2016]. Diunduh dari: <http://www.depkes.go.id/article/view/15052700010/pelayanan-dan-peningkatan-kesehatan-usia-lanjut.html>
2. Darmojo, B. Buku ajar Boedhi – Darmojo “ Geriatri, ilmu kesehatan Usia Lanjut”. Jakarta ; Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2008.
3. FRAILTY Bistok Sihombing, Julahir H.Siregar, Divisi Geriatri, Departemen Ilmu Penyakit Dalam FK USU/RS HAM Pendahuluan Frailty [Internet]. Webcache.googleusercontent.com. 2017 [diakses tanggal 25 Februari 2017]. Diunduh dari : <https://tinyurl.com/m2mb89l>

4. Samper-Ternent R, Al Snih S, Raji M, Markides K, Ottenbacher K. Relationship Between Frailty and Cognitive Decline in Older Mexican Americans. 2016. [diakses tanggal 18 Desember 2016]. Diunduh dari :  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2628807/>
5. Raji M, Al Snih S, Ostir G, Markides K, Ottenbacher K. Cognitive Status and Future Risk of Frailty in Older Mexican Americans. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*. 2010;65A(11):1228-1234. [diakses tanggal 27 Februari 2017]. Diunduh dari : <https://academic.oup.com/biomedgerontology/article-lookup/doi/10.1093/gerona/glq121>
6. Caplan G. *Geriatric medicine*. 1st ed. Research: IP Communications Pty, Limited; 2014.
7. Setiati, Siti. "Geriatric Medicine, Sarkopenia, Frailty, dan Kualitas Hidup Pasien Usia Lanjut: Tantangan Masa Depan Pendidikan, Penelitian dan Pelayanan Kedokteran di Indonesia." *eJournal Kedokteran Indonesia* (2014). [diakses tanggal 27 Februari 2017]. Diunduh dari :

<http://journal.ui.ac.id/index.php/eJKI/article/viewFile/3008/2467>

8. van Kan G, Rolland Y, Houles M, Gillette-Guyonnet S, Soto M, Vellas B. The Assessment of Frailty in Older Adults. *Clinics in Geriatric Medicine*. 2013;26(2):275-286. [diakses tanggal 13 Februari 2017]. Diunduh dari : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20497846>
9. JD E. Frailty in older adults: insights and interventions. - PubMed - NCBI [Internet]. Ncbi.nlm.nih.gov. 2017 [diakses tanggal 13 Februari 2017]. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16392724>
10. Tamher, S & Noorkasiani. Kesehatan Usia Lanjut dengan pendekatan asuhan keperawatan. Jakarta : Salemba Medika; 2011
11. Nugroho, W. Komunikasi dalam keperawatan gerontik. Jakarta: EGC; 2009
12. Tambayong. J. Patofisiologi untuk keperawatan. Jakarta, EGC; 2000



13. Harrison. Harrison prinsip-prinsip ilmu penyakit dalam.  
Jakarta, EGC; 1999
14. Stanley, Mickey, and Patricia Gauntlett Beare. Buku ajar  
keperawatan gerontik, ed 2. Jakarta: EGC; 2006
15. Dorland WA. Kamus Saku Kedokteran Dorland 28<sup>th</sup> ed.  
Jakarta: EGC; 2012
16. Wreksoatmodjo, B.R. Pengaruh social engagement  
terhadap fungsi kognitif Usia Lanjut di Jakarta. FK  
Atmajaya; 2014 CDK-214/vol.41 no. 3
17. Sadock B, Sadock V. Kaplan & Sadock's synopsis of  
psychiatry. 1st ed. Philadelphia, Pa.: Lippincott Williams  
& Wilkins; 2003.
18. Goldman HH. Review of Genaral Psychiatry: An  
Introduction to Clinical Medicine. 5th ed. Singapore.  
McGraw-Hill; 2000
19. Ganong W. Buku ajar fisiologi kedokteran. 22nd ed.  
Jakarta: EGC; 2008.

20. Sherwood L. Fisiologi manusia dari sel ke sistem. 6th ed. Jakarta: EGC; 2012.
21. Guyton A, Hall J. Buku ajar fisiologi kedokteran. 12th ed. Jakarta: EGC; 2014.
22. Woodford H. Cognitive assessment in the elderly: a review of clinical methods. QJM. 2007;100(8):469-484. [diakses tanggal 15 Maret2017]. Diunduh dari : <https://tinyurl.com/lb8ow2t>
23. Peters R. Ageing and The Brain; 2012 [diakses tanggal 15 maret 2017]. Diunduh dari : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2596698/>
24. Forgetfulness: Knowing When to Ask for Help [Internet]. National Institute on Aging. 2016 [diakses tanggal 8 April 2017]. Diunduh dari : <https://www.nia.nih.gov/health/publication/forgetfulness>
25. Plassman B. Systematic Review: Factors Associated With Risk for and Possible Prevention of Cognitive Decline in Later Life. Annals of Internal Medicine. 2010;153(3):182.

[diakses tanggal 15 maret 2017] Diunduh dari :  
<https://tinyurl.com/kr4ujgb>

26. Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S. Buku Ajar Ilmu. Penyakit Dalam Jilid I edisi V. Jakarta: Interna Publishing; 2010

27. Myers J. Factors Associated with Changing Cognitive Function in Older Adults: Implications for Nursing Rehabilitation. *Rehabilitation Nursing*. 2013;33(3):117-123. [diakses tanggal 15 maret 2017] Diunduh dari :  
<https://tinyurl.com/m6rxpvg>

28. Scanlan J. Cognitive Impairment, Chronic Disease Burden, and Functional Disability: A Population Study of Older Italians. *American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2007;PAP. [diakses tanggal 16 maret 2017] Diunduh dari :  
<https://tinyurl.com/nx5rqsx>

29. Bosma H. Education and age-related cognitive decline: the contribution of mental workload; 2017. [diakses tanggal 16 maret 2017] Diunduh dari : <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10715769800300191>

30. Vadikolias K. Mild cognitive impairment: effect of education on the verbal and nonverbal tasks performance decline. *Brain and Behavior*. 2012;2(5):620-627. [diakses tanggal 16 maret 2017] Diunduh dari : <http://online.library.wiley.com/doi/10.1002/brb3.88/abstract>
31. Hernandez S. Effects of physical activity on cognitive functions, balance and risk of falls in elderly patients with Alzheimer's dementia. 2010. [diakses tanggal 16 maret 2017] Diunduh dari : [http://www.scielo.br/pdf/rbfis/v14n1/en\\_11.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbfis/v14n1/en_11.pdf)
32. Kirk-Sanchez N, McGough E. Physical exercise and cognitive performance in the elderly: current perspectives. *Clinical Interventions in Aging*. 2013;:51. [diakses tanggal 16 maret 2017] Diunduh dari : <https://tinyurl.com/mozxq7u>
33. Farris W, Mansourian S, Chang Y, et al. Insulin-degrading enzyme regulates the levels of insulin, amyloid  $\beta$ -protein, and the  $\beta$ -amyloid precursor protein intracellular domain in vivo. *Proceedings of the National*

Academy of Sciences. 2003;100(7):4162-4167. [diakses tanggal 17 maret 2017]

Diunduh dari : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC153065/>

34. Sinclair A, Morley J, Vellas B, Pathy M. Pathy's principles and practice of geriatric medicine. 1st ed. Chichester, West Sussex: John Wiley & Sons; 2012 . [diakses tanggal 20 Maret 2017]. Diunduh dari : <https://tinyurl.com/m4klvq3>
35. Use of the clock-drawing test in a hospice population - Jul 01, 2016 [Internet]. Journals.sagepub.com. 2007 [diakses tanggal 9 April 2017]. Diunduhdari: <https://tinyurl.com/n2cf2bu>
36. Technology R. Neurona - Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia [Internet]. Neurona.web.id. 2017 [diakses tanggal 20 Maret 2017]. Diunduh dari : <http://www.neurona.web.id/paper-detail.do?id=734>

37. Nasreddine Z, Phillips N, Bäckström VI et al. The Montreal Cognitive Assessment, MoCA: A Brief Screening Tool For Mild Cognitive Impairment. 2005 [diakses tanggal 20 Maret 2017]. Diunduh dari : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15817019>
38. Clegg A, Young J. The Frailty Syndrome. *Clinical Medicine*. 2011;11(1):72-75. [diakses tanggal 23 Maret 2017]. Diunduh dari : <http://www.clinmed.rcpjournals.org/content/11/1/72.long>
39. Cappola A. Insulin-Like Growth Factor I and Interleukin-6 Contribute Synergistically to Disability and Mortality in Older Women. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*. 2003;88(5):2019-2025. [diakses tanggal 23 Maret 2017]. Diunduh dari : <https://tinyurl.com/n4jgx6r>
40. Malmstrom T. A Comparison of Four Frailty Models. *Journal of the American Geriatrics Society*. 2014;62(4):721-726. [diakses tanggal 23 Maret 2017]. Diunduh dari : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24635726>

41. Afilalo J. Frailty in Patients with Cardiovascular Disease: Why, When, and How to Measure. *Current Cardiovascular Risk Reports* [Internet]. 2011 [Diakses tanggal 9 April 2017];5(5):467-472. Diunduh dari : <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12170-011-0186-0>
42. Malmstrom T, Morley J. The Frail Brain [Internet]. 2013 [Diakses tanggal 3 April 2017]. Diunduh dari: [http://www.jamda.com/article/S1525-8610\(13\)00251-X/abstract](http://www.jamda.com/article/S1525-8610(13)00251-X/abstract)
43. Rosas-Carrasco O, Cruz-Arenas E. Cross-Cultural Adaptation and Validation of the FRAIL Scale to Assess Frailty in Mexican Adults [Internet]. 2016 [Diakses tanggal 11 April 2017]. Diunduh dari: [http://www.jamda.com/article/S1525-8610\(16\)30277-8/fulltext](http://www.jamda.com/article/S1525-8610(16)30277-8/fulltext)
44. Grebb AJ, Kaplan IH, Sadock JB. 2010. Penyunting. *Sinopsis Psikiatri*. Jilid satu. Tangerang. Binarupa Aksara Publisher; p. 149-224).

45. Murtagh K, Hubert H. Gender Differences in Physical Disability Among an Elderly Cohort. *American Journal of Public Health* [Internet]. 2004 [Diakses tanggal 16 December 1997] ;94(8):1406-1411. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1448463/pdf/0941406.pdf>
46. Alencar M, Dias J, Figueiredo L. Frailty and cognitive impairment among community-dwelling elderly [Internet]. *Dx.doi.org*. 2013 [diakses tanggal 7 October 2017]. Diunduh di : <http://dx.doi.org/10.1590/0004-282X20130039>
47. Badan Pusat Statistika. Statistik Penduduk Lanjut Usia; 2015 [Internet]. [diakses tanggal 17 November 2017]. Diunduh dari <https://www.bps.go.id/index.php/publikasi/1117>
48. Al Snih S. Frailty and incidence of activities of daily living disability among older Mexican Americans. *Journal of Rehabilitation Medicine* [Internet]. 2009



[diakses tanggal 14 Desember 2017];41(11):892-897.  
Diunduh dari: <https://medicaljournals.se/jrm/content/abstract/10.2340/16501977-0424>

49. Artaza-Artabe I, Sáez-López P. The relationship between nutrition and frailty: Effects of protein intake, nutritional supplementation, vitamin D and exercise on muscle metabolism in the elderly. A systematic review. *Maturitas* [Internet]. 2016 [diakses tanggal 14 Desember 2017];93:89-99. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27125943>
50. Fulop T. Aging, frailty and age-related diseases. *Biogerontology* [Internet]. 2010 [Diakses tanggal 14 Desember 2017];11(5):547-563. Diunduh dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20559726>
51. Robertson D, Savva G, Kenny R. Frailty and cognitive impairment—A review of the evidence and causal mechanisms. *Ageing Research Reviews*. 2013;12(4):840-851 [Internet]. [diakses tanggal 17 November 2017].

Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23831959>

52. Macuco C, Batistoni S, Lopes A. Mini-Mental State Examination performance in frail, pre-frail, and non-frail community dwelling older adults in Ermelino Matarazzo, São Paulo, Brazil. *International Psychogeriatrics*. 2012;24(11):1725-1731. [Internet]. [diakses tanggal 17 November 2017]. Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22652040>

3.