

Pengaruh latihan koordinasi terhadap peningkatan fungsi kognitif pada usia lanjut dengan gangguan kognitif ringan = The influence of coordination exercise on the increase of cognitive function in elderly with mild cognitive impairment / Simanjuntak, Theresia Caroline

Simanjuntak, Theresia Caroline, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20403506&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Latar belakang : Usia lanjut berhubungan dengan terjadinya gangguan kognitif ringan. Pada umumnya usia lanjut memiliki keterbatasan mobilitas. Sebuah metode latihan yang dapat meningkatkan fungsi kognitif pada usia lanjut dengan keterbatasan mobilitas sangat dibutuhkan. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengaruh latihan koordinasi terhadap peningkatan fungsi kognitif pada usia lanjut dengan gangguan kognitif ringan

Metode : Metode penelitian pra-eksperimental dengan jumlah sampel 35 orang usia lanjut dengan gangguan kognitif ringan pada sebuah pusat kesehatan, Rumah sakit Cipto Mangunkusumo (RSCM). Program latihan koordinasi metode Jockey Club for Positive Aging (JCCPA) diberikan 3x seminggu selama 8 minggu.

Penilaian fungsi kognitif menggunakan MoCA-Ina pada sebelum dan sesudah perlakuan.

Hasil : Latihan koordinasi selama 8 minggu menghasilkan nilai fungsi kognitif MoCA Ina yang meningkat secara statistik dengan uji T-test berpasangan (mean 21,23 sebelum perlakuan menjadi 26,00 sesudah perlakuan; $p < 0,001$). Uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan yang signifikan pada ranah-ranah fungsi kognitif yaitu visuospatial/ fungsi eksekutif ($p < 0,001$), atensi ($p = 0,005$), bahasa ($p = 0,004$), abstraksi ($p = 0,002$), memori tunda ($p < 0,001$), orientasi ($p = 0,0025$) kecuali pada ranah penamaan ($p = 0,157$).

Kesimpulan: Latihan koordinasi bermanfaat untuk meningkatkan fungsi kognitif pada usia lanjut dengan gangguan kognitif ringan.

ABSTRACT

Background: Elderly is associated with the occurrence of mild cognitive impairment and limited mobility.

An exercise method that can increase the cognitive function in elderly with limited mobility is therefore needed. This study aimed to measure the effect of coordination exercise in increasing the cognitive function in elderly with mild cognitive impairment..

Methods: A pre-experimental study with 35 participants from one health center (RSCM) were given 3 session per week for 8 weeks of JCCPA coordination exercise method. MOCA-Ina was used to measure the cognitive function of the subjects. This assessment is performed before and after the program.

Results: Paired-t test using MoCA-Ina score increases significantly from mean score of 21.23 before intervention to mean score of 26.00 after intervention ($p < 0.005$). Wilcoxon test showed improved scores in the cognitive domains of visuospatial / executive function ($p < 0.001$), attention ($p = 0.005$), language ($p = 0.004$), abstraction ($p = 0.002$), delayed memory ($p < 0.001$), orientation ($p = 0.0025$) except naming ($p = 0.157$).

Conclusion: Coordination exercise is beneficial to increase the cognitive function elderly with mild cognitive impairment.