

ABSTRAK

GAMBARAN PERUBAHAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA YANG MENGIKUTI KEGIATAN KELOMPOK MEMBACA ALQURAN ATAU SENAM LANSIA

Shidqiyatus Sa'adah¹, Rahmi Setiyani², Akhyarul Anam³

Latar Belakang: Lansia akan mengalami berbagai perubahan sebagai akibat dari proses penuaan termasuk fungsi kognitif. Stimulasi dibutuhkan supaya fungsi kognitif tetap terjaga. Beberapa kegiatan di masyarakat yang sering diikuti oleh lansia adalah kegiatan membaca Alquran dan senam lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perubahan fungsi kognitif lansia yang mengikuti kegiatan kelompok membaca Alquran atau senam lansia.

Metode: Desain dalam penelitian ini yaitu studi *longitudinal design* (prospektif). Sampel berjumlah 60 responden (30 pada masing-masing kelompok). Fungsi kognitif dikaji menggunakan MMSE. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil: Pada kelompok membaca Al-quran, skor median MMSE pada pengukuran pertama 23,50 dan pengukuran kedua 26,00. Hasil uji bivariat menunjukkan perbedaan skor yang signifikan antara dua waktu pengukuran ($p = 0,000$). Sementara itu, pada kelompok senam lansia skor median MMSE pada pengukuran pertama 23,50 dan pengukuran kedua 26,00. Hasil uji bivariat menunjukkan perbedaan skor yang signifikan antara dua waktu pengukuran ($p = 0,000$).

Kesimpulan: Kegiatan kelompok baik membaca Alquran maupun senam lansia dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Kata Kunci: Membaca Alquran, fungsi kognitif, lansia, senam lansia.

¹Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

^{2&3}Dosen di Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

CHANGES IN COGNITIVE FUNCTION AMONG ELDERLY WHO PARTICIPATE IN EITHER ACTIVITIES OF QURAN RECITATION OR EXERCISE

Shidqiyatus Sa'adah¹, Rahmi Setiyani², Akhyarul Anam³

Background: Elderly experience changes as a result of the aging process, including cognitive function. Stimulation is needed to maintain the function. Some activities in the community where elderly frequently participate in are group activities of Alquran recitation and exercise. This research aims to examine changes in cognitive function among elderly who participate in either group activities of Alquran recitation or exercise.

Method: This is a longitudinal (prospective) study. A total of 60 respondents (30 respondents from each group) participated in this study. Cognitive function was measured using MMSE. Data was analyzed using Wilcoxon test.

Result: In Alquran recitation group, median score of MMSE on the first and second measurements was 23,50 and 26,00 respectively. Bivariate test showed a significant difference between two measurement ($p = 0,000$). Similarly, median score of MMSE in exercise group on the first and second measurement was 23,50 and 26,00 respectively. Bivariate test showed a significant difference between two measurements ($p = 0,000$).

Conclusion: Either Alquran recitation or exercise can improve cognitive function in the elderly.

Keyword: Alquran recitation, cognitive function, elderly, exercise.

¹Student of Nursing Department, Faculty of Health Science, Universitas Jenderal Soedirman.

^{2&3}Nursing Department, Faculty of Health Science, Universitas Jenderal Soedirman.