

ABSTRAK

FAKTOR-FAKTOR GIZI YANG MEMPENGARUHI FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI PUSKESMAS KEBUN JERUK JAKARTA BARAT

JESI ARIANTI

PROGRAM STUDI GIZI

(IX, VI BAB, 52 Halaman, 13 Tabel)

Latar Belakang: Seiring bertambahnya usia, tubuh akan mengalami proses penuaan, termasuk otak. Otak akan mengalami perubahan fungsi, termasuk fungsi kognitif berupa sulit mengingat kembali, berkurangnya kemampuan dalam mengambil keputusan dan bertindak (lebih lambat). Fungsi memori merupakan salah satu komponen intelektual yang paling utama, karena sangat berkaitan dengan kualitas hidup. Banyak lansia mengeluh kemunduran daya ingat yang disebut sebagai mudah lupa.

Tujuan: Mengetahui faktor-faktor gizi yang mempengaruhi fungsi kognitif lansia (karateristik, vitamin B6, vitamin B9, vitamin B12, riwayat penyakit dan aktivitas fisik) pada kelompok lansia bahagia di Puskesmas Kebon Jeruk.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan sampel sebanyak 45 responden yaitu kelompok lansia bahagia di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Person* dan uji korelasi *Spearman Rank*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2018.

Hasil: rata-rata responden berusia 61-65 tahun, sebagian besar responden didapat adalah perempuan sebanyak 25 orang (55,6%). Rata-rata asupan vitamin B6 yaitu $1,547 \pm 0,315$ mg, asupan vitamin asam folat yaitu $200,99 \pm 10,26$ mcg, asupan vitamin B12 yaitu $1,796 \pm 0,193$ mcg, rata-rata aktifitas fisik yaitu $17,64 \pm 3,588$, riwayat penyakit yaitu $0,73 \pm 0,447$ dan fungsi kognitif $25,01 \pm 3,103$. Terdapat hubungan antara asupan asam folat, asupan vitamin B12 dengan fungsi kognitif ($p \leq 0,05$). Tidak terdapat hubungan antara asupan vitamin B6, aktifitas fisik, dan riwayat penyakit dengan fungsi kognitif ($p > 0,05$).

Kesimpulan: pada kelompok lansia bahagia di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat asupan asam folat dan vitamin B12 mempengaruhi fungsi kognitif.

Kata kunci: Fungsi Kognitif, Riwayat Penyakit, Aktifitas Fisik, Asupan Vitamin B12, Asupan Asam Folat, dan Asupan Vitamin B6.

Daftar Bacaan: 71 (1975-2013)

FAKTOR-FAKTOR GIZI YANG MEMPENGARUHI FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI PUSKESMAS KEBUN JERUK JAKARTA BARAT

JESI ARIANTI

NUTRITION STUDY PROGRAM

(IX, VI CHAPTER, 52 Pages, 13 Tables)

Background: As we get older, the body will experience the aging process, including the brain. The brain will experience changes in function, including cognitive function in the form of difficulty recalling, reduced ability to make decisions and act (more slowly). Memory function is one of the most important intellectual components, because it is closely related to quality of life. Many elderly people complain of memory setbacks which are called easy to forget.

Objective: To determine the nutritional factors that affect cognitive function of the elderly (characteristics, vitamin B6, vitamin B9, vitamin B12, history of illness and physical activity) in the elderly group happily at the Kebon Jeruk Health Center.

Method: This type of research uses cross sectional using a quantitative approach, with a sample of 45 respondents namely the elderly group happy at the Kebon Jeruk Health Center in West Jakarta. The data analysis used in this study is the Person correlation test and the Spearman Rank correlation test. This research was conducted in December 2018.

Results: on average respondents were 61-65 years old, most of the respondents were female as many as 25 people (55.6%). The average vitamin B6 intake is $1,547 \pm 0,315$ mg, vitamin folic acid intake is 200.99 ± 10.26 mcg, vitamin B12 intake is $1,796 \pm 0,193$ mcg, the average physical activity is $17,64 \pm 3,588$, history of the disease is 0.73 ± 0.447 and cognitive function 25.01 ± 3.103 . There is a relationship between folic acid intake, vitamin B12 intake and cognitive function ($p \leq 0.05$). There was no relationship between vitamin B6 intake, physical activity, and history of disease with cognitive function ($p > 0.05$).

Conclusion: in the happy elderly group at the West Jakarta Kebon Jeruk Health Center, intake of folic acid and vitamin B12 affects cognitive function.

Keywords: Cognitive Function, History of the Disease, Physical Activity, Vitamin B12 Intake, Folic Acid Intake, and Vitamin B6 Intake.

Reading List: 71 (1975-2013)