

Eksplorasi Intervensi Stimulasi Kognitif terhadap Kemampuan Kognitif Dewasa Tengah Usia 50-60 Tahun

Exploring Cognitive Stimulation on Cognitive Abilities of Middle Adult Aged 50-60 Years

Yoany Maria Vianney Bitu Aty¹✉, Aniek Puspitosari¹, Zakiatul Wajihan², Ninik Nurhidayah¹

¹Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Kupang, Indonesia

²Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Kupang, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Gejala awal gangguan kognitif pada dewasa tengah usia 50-60 tahun seringkali diabaikan dan akan berdampak pada kelangsungan hidup individu disaat memasuki lansia. Gangguan kognitif berdampak pada seluruh aspek kehidupan dan dapat mengakibatkan kesulitan pada semua area fungsi okupasional. Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi gangguan kognitif pada penelitian sebelumnya yaitu terapi gerak, terapi musik, berkebun dan olahraga. *Cognitive Stimulation Therapy* (CST) merupakan intervensi yang bertujuan untuk merangsang fungsi kognitif yang nantinya akan berdampak pada kemampuan kognitif mereka.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh CST terhadap kemampuan kognitif individu dewasa tengah usia 50-60 tahun.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *one group pre-post test*. Lokasi penelitian di Kecamatan Baki, Sukoharjo, Jawa Tengah dengan jumlah sampel 27 dengan kriteria sampel berusia 50-60 tahun, skor MoCA-Ina minimal 10 dan tidak memiliki hambatan mobilitas fisik. Analisis data menggunakan Uji t-berpasangan (*paired t-test*).

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan kognitif dilihat dari perubahan rerata skor MoCA-Ina dari 17.41 menjadi 21.44. Hasil uji hipotesis nilai Sig. (2-tailed) < 0.05.

Kesimpulan: *Cognitive Stimulation Therapy* berpengaruh terhadap kemampuan kognitif individu dewasa tengah usia 50-60 tahun.

Kata Kunci: Demensia; Lansia; Pikun Usia Dini; Terapi Kognitif

ABSTRACT

Background: Early symptoms of cognitive impairment in middle adult aged 50-60 years are often unheeded and will impact on an individual's survival as they become older. Cognitive impairment impacts all aspects of life and can result in difficulties in all areas of occupational function. Interventions conducted to overcome cognitive impairment in previous studies were movement therapy, music therapy, gardening and exercise. *Cognitive Stimulation Therapy* (CST) is an intervention that aims to stimulate cognitive function which will have an impact on their cognitive abilities.

Objective: This study aims to determine the effect of CST on the cognitive abilities of middle adulthood aged 50-60 years.

Methods: This research is a quantitative study of one group pre-post test. The research location is in Baki District, Sukoharjo, Central Java with a total sample of 27 with the criteria that the sample is 50-60 years old, the MoCA-Ina score is at least 10 and does not have physical mobility barriers. Data analysis using paired t-test.

Results: The results showed that there was an increase in cognitive abilities seen from the change in the average score of MoCA-Ina from 17.41 to 21.44. The results of hypothesis testing Sig. (2-tailed) < 0.05.

Conclusion *Cognitive Stimulation Therapy* has an effect on the cognitive abilities of middle adulthood aged 50-60 years.

Keywords: Dementia; Elderly; Young Onset Dementia; Cognitive Therapy

✉ Corresponding author: aniekpuspitosari@gmail.com

Diajukan 21 November 2024 **Diperbaiki** 12 Februari 2025 **Diterima** 21 Februari 2025