


Pemeriksaan Kesehatan dan Deteksi Status Kognitif Menggunakan Hopkins Verbal Learning Test (HVLT)

Neti Mustikawati¹ , Dian Novita Sari², Diah Aprilia Savitri³, Hana Wahyu Ardikasari⁴, Kurnia Laila Widya Putri⁵, Ghusni Thamrin⁶

^{1,2,3,4,5,6} Department of Faculty Health Nursing, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan Indonesia

²

 neti.mustikawati@yahoo.com

Abstract

The elderly are an age group that is at risk for the emergence of various health problems due to degenerative processes, so that the elderly are more at risk of experiencing non-communicable diseases (NCD) such as hypertension, diabetes mellitus (DM) and dementia. The COVID-19 pandemic condition that occurred in 2019 resulted in the temporary cessation of health services for the elderly posyandu and posbindu. This certainly affects public health conditions, especially for the elderly because they cannot monitor their health conditions. The purpose of this community service activity is to detect disease through health checks, and increase knowledge through education about dementia, as well as carry out therapeutic activities related to dementia prevention, namely brain exercise. The method of community service carried out is by conducting health checks, detecting cognitive status, education about dementia, and demonstrating brain exercise. The activity was attended by 64 people and was held on Friday, May 27, 2022 at the Karangjampo Village Muslim Study Group. Based on the results of the activity, it was found that the average age was 58 years with an age range of 41-80 years. Most (47%) of the mothers in this study had high blood pressure, 42% normal blood pressure, and 11% low blood pressure. Of the 45 mothers whose blood sugar measurements were taken, most (84%) were normal, 11% high, and 4% low. Of the 43 mothers whose weight (BB) and height (TB) were measured, the data obtained the average weight was 62 kilograms (kg) with a range between 40-85 kg, the average TB was 153 centimeters (cm) with a range between 140-159 cm. Based on BMI, it was found that most (63%) were in the more category, and 37% were normal. For HVLT scores obtained from 21 mothers who followed the average was 27 with a score range between 23-39.

Keywords: HVLT Cognitive Status Detection , Medical examination

Pemeriksaan Kesehatan dan Deteksi Status Kognitif Menggunakan Hopkins Verbal Learning Test (HVLT)

Abstrak

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok umur yang berisiko terhadap munculnya berbagai masalah kesehatan akibat proses degeneratif, sehingga lansia lebih berisiko mengalami penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes mellitus (DM) dan juga demensia. Kondisi pandemi COVID-19 yang terjadi pada tahun 2019 mengakibatkan terhentinya pelayanan kesehatan posyandu lansia dan posbindu untuk sementara. Hal ini tentu berpengaruh terhadap kondisi kesehatan masyarakat terutama bagi yang berusia lanjut karena tidak bisa melakukan pemantauan kondisi kesehatannya. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mendeteksi penyakit melalui pemeriksaan kesehatan, dan meningkatkan pengetahuan melalui edukasi mengenai demensia, serta melakukan terapi aktivitas yang berkaitan dengan pencegahan demensia yaitu senam otak. Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah dengan

melakukan pemeriksaan kesehatan, deteksi status kognitif, edukasi tentang demensia, dan mendemonstrasikan senam otak. Kegiatan diikuti oleh 64 orang dan dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 27 Mei 2022 di Kelompok Pengajian Muslimat Desa Karangjampo Kec. Tirto, Kab. Pekalongan. Berdasarkan hasil kegiatan didapatkan data bahwa rata-rata usia 58 tahun dengan rentang usia antara 41-80 tahun. Sebagian besar (47%) ibu-ibu anggota pengajian ini memiliki tekanan darah tinggi, 42% tekanan darah normal, dan 11% tekanan darah rendah. Dari 45 ibu yang dilakukan pengukuran gula darah sebagian besar (84%) normal, 11% tinggi, dan 4% rendah. Dari 43 ibu yang dilakukan pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) didapatkan data rata-rata BB adalah 62 kilogram (kg) dengan rentang antara 40-85 kg, rata-rata TB adalah 153 sentimeter (cm) dengan rentang antara 140-159 cm. Berdasarkan IMT didapatkan bahwa sebagian besar (63%) masuk dalam kategori lebih, dan 37% normal. Untuk skor HVLTL didapatkan dari 21 ibu yang mengikuti rata-rata adalah 27 dengan rentang skor antara 23-39.

Kata kunci: Deteksi Status Kognitif HVLTL, Pemeriksaan Kesehatan

1. Pendahuluan

Lanjut usia (lansia) menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah setiap orang yang telah berumur 60 tahun ke atas, baik yang masih produktif (masih bekerja) maupun yang sudah tidak produktif, termasuk yang berusia 46-59 tahun yang disebut "pralansia". Masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah penyakit kronik degeneratif. Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, lansia cenderung mengalami penyakit degeneratif dan penyakit tidak menular (PTM), seperti hipertensi, masalah gizi, penyakit sendi, penyakit diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, dan sebagainya. Data menunjukkan, 16,4% lansia under weight dan 25,1% over weight. Masalah lain yang juga perlu diperhatikan bagi lansia adalah masalah gangguan mental emosional termasuk demensia 12,8 % dan depresi 7,7 %.

Perlu dilakukan upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia untuk menjaga lanjut usia agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomis sesuai dengan martabat kemanusiaan. Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) lansia merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang pelaksanaan kegiatannya dilakukan oleh kader kesehatan melalui pendampingan tenaga kesehatan Puskesmas. Kegiatan Posyandu Lansia menitik beratkan pada upaya preventif, termasuk deteksi dini serta pemberdayaan potensi lansia.

Kelompok Pengajian Muslimat di Desa Karangjampo Kecamatan Tirto ka. Pekalongan, merupakan salah satu bentuk kegiatan sebuah organisasi di Desa Karangjampo dimana anggotanya terdiri dari ibu-ibu yang memiliki rentang usia dari 40 tahun sampai 80 tahun. Desa Karangjampo termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Tirto II. Semenjak pandemi COVID-19 yang terjadi pada tahun 2019 kegiatan posyandu lansia maupun posbindu di Desa Karangjampo terhenti sehingga banyak masyarakat enggan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan karena lokasi Puskesmas yang cukup jauh. Kondisi ini tentu sangat berpengaruh terhadap kesehatan masyarakat terutama bagi masyarakat berusia lanjut yang memang memiliki risiko terhadap penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes mellitus, stroke, dan lain sebagainya. Oleh karena itu perlu dilakukan suatu kegiatan yang bisa memfasilitasi kebutuhan masyarakat akan pemeriksaan kesehatan sebagai salah satu upaya deteksi diri dan pemantauan faktor resiko PTM.

2. Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari 3 tahap, tahap awal, proses, dan akhir. Pada tahap awal melakukan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan, proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian. Tahap proses berupa pelaksanaan kegiatan yang sudah direncanakan yaitu berupa pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah, berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan deteksi status kognitif dengan menggunakan Hopkins Verbal Learning Test (HVLT). Kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang demensia serta terapi aktivitas yaitu melatih senam otak. Kemudian data yang diperoleh diinterpretasikan hasilnya. Pada tahap akhir dilakukan pendokumentasian hasil dari pemeriksaan kesehatan yang bisa ditindaklanjuti dengan rencana tindakan lain sesuai dengan yang dibutuhkan.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah, berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan deteksi status kognitif dengan menggunakan Hopkins Verbal Learning Test (HVLT). Dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang demensia dan terapi aktivitas yaitu melatih senam otak pada salah satu Kelompok Pengajian Muslimat di Desa Karangjampo Kecamatan Tirto. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Jum'at tanggal 27 Mei 2022. Kegiatan diikuti oleh 64 orang dan dilaksanakan di Rumah salah satu warga yaitu Ny. K di Dukuh Jompo RT 04 RW 01 Desa Karangjampo Kecamatan Tirto.

Metode yang dilakukan adalah dengan melakukan pemeriksaan kesehatan secara langsung melalui kegiatan pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB), tekanan darah (TD), dan gula darah sewaktu (GDS) serta deteksi status kognitif dengan menggunakan HVLT. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang demensia dan terapi aktivitas yaitu melatih senam otak. Hasil kegiatan dapat dilihat dari gambar dan tabel di bawah ini:



Gambar 1. Kegiatan pengukuran BB pada anggota kelompok pengajian Muslimat



Gambar 2. Kegiatan pengukuran TB pada anggota kelompok pengajian Muslimat



Gambar 3. Kegiatan pengukuran TD dan GDS



Gambar 4. Kegiatan deteksi status kognitif dengan menggunakan HVLIT



Gambar 5. Kegiatan pemberian edukasi tentang demensia



Gambar 6. Kegiatan pemberian terapi aktivitas yaitu melatih senam otak

Tabel 1. Distribusi Umur, Tekanan Darah, Gula Darah Sewaktu (GDS), Berat Badan, Tinggi Badan, Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Skor HVLТ

No.	Variabel	n	Mean	Minimal-Maksimal
1.	Umur	64	58	41 - 80
2.	Tekanan Darah	64		
	a. Tekanan sistol		147	103 - 212
	b. Tekanan diastol		92	67 - 126

3.	Gula Darah	45	138	64 - 412
4.	Berat Badan	43	62	40 - 85
5.	Tinggi Badan	43	153	140 - 159
6.	Indeks Massa Tubuh	43	27,22	19,84 – 36,68
7.	Skor HVLТ	21	27	23 - 39

Berdasarkan data pada tabel 1 di atas menunjukkan hasil bahwa dari 64 anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo didapatkan rata-rata umur adalah 58 tahun dengan umur termuda yaitu 41 tahun dan tertua 80 tahun. Rata-rata nilai tekanan darah sistol dari 64 anggota yang dilakukan pengukuran adalah 147 mmHg dan untuk tekanan diastolnya 92 mmHg dengan rentang tekanan sistol dari 103 sampai 212 mmHg dan tekanan diastol dari 67 sampai 126 mmHg. Dari 45 hasil pengukuran gula darah sewaktu didapatkan nilai rata-rata GDS adalah 138 mg/dL dengan nilai GDS terendah 64 mg/dL dan tertinggi 412 mg/dL. Pengukuran BB-TB dilakukan pada 43 orang didapatkan hasil untuk BB rata-rata adalah 62 kg dengan BB terkecil 40 kg dan terbesar 85 kg, TB rata-rata adalah 153 cm dengan TB terendah 140 cm dan tertinggi 159 cm. Didapatkan 43 data untuk IMT dengan rata-rata 27,22 IMT dengan rentang IMT terkecil 19,84 dan terbesar 36,68. Untuk deteksi status kognitif dengan menggunakan HVLТ didapatkan 27 orang dengan rata-rata nilai/skor 27 dan rentang nilai/skor terendah 23 dan tertinggi 39.

Tabel 2. Distribusi Jenis Kelamin, Tekanan Darah, Gula Darah Sewaktu, dan IMT

No.	Variabel	Jumlah	%	Kumulatif
1.	Jenis kelamin			
	Perempuan	64	100	100
	n	64		
2.	Tekanan Darah			
	a. Tinggi	30	47	47
	b. Normal	27	42	89
	c. Rendah	7	11	100
	n	64		
3.	Gula Darah Sewaktu			
	a. Tinggi	5	11	11
	b. Normal	38	85	96
	c. Rendah	2	4	100
	n	45		
4.	Indeks Massa Tubuh			
	a. Lebih	27	63	63
	b. Normal	16	37	100
	c. Kurang	0	0	
	n	43		

Berdasarkan data pada tabel 2 di atas menunjukkan hasil bahwa dari 64 anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo didapatkan 100% berjenis kelamin perempuan. Sebagian besar anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo 47% (30) memiliki tekanan darah dalam kategori tinggi, 42% (27) normal dan 11% (7) rendah. Dari 45 anggota kelompok pengajian Muslimat yang dilakukan pengukuran GDS

didapatkan sebagian besar 85% (38) masuk dalam kategori normal, 11% (5) masuk dalam kategori tinggi dan 4% (2) masuk dalam kategori rendah. Dari 43 anggota kelompok pengajian Muslimat yang dilakukan pengukuran BB-TB didapatkan data IMT sebagian besar 63% (27) masuk dalam kategori lebih, 37% (16) masuk dalam kategori normal dan tidak ada yang masuk dalam kategori kurang.

3.2. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta yang merupakan anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo semuanya berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata umur peserta adalah 58 tahun dengan umur termuda yaitu 41 tahun dan tertua 80 tahun. Muslimat merupakan bagian dari sebuah organisasi masyarakat yaitu Nahdlatul Ulama yang khusus beranggotakan perempuan dengan usia di atas 40 tahun. Umur 58 tahun termasuk dalam kategori pra lansia. Lansia menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah setiap orang yang telah berumur 60 tahun ke atas, baik yang masih produktif (masih bekerja) maupun yang sudah tidak produktif, termasuk yang berusia 46-59 tahun yang disebut “pralansia”. Kelompok usia pra lansia – lansia merupakan kelompok umur yang rentan mengalami masalah kesehatan akibat proses degeneratif. Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, lansia cenderung mengalami penyakit degeneratif dan penyakit tidak menular (PTM), seperti hipertensi, masalah gizi, penyakit sendi, penyakit diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, dan sebagainya.

Rata-rata nilai tekanan darah sistol dari 64 anggota yang dilakukan pengukuran adalah 147 mmHg dan untuk tekanan diastolnya 92 mmHg dengan rentang tekanan sistol dari 103 sampai 212 mmHg dan tekanan diastol dari 67 sampai 126 mmHg. Sebagian besar anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo 47% (30) memiliki tekanan darah dalam kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa ditemukan ibu-ibu anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo yang mengalami hipertensi. Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya peningkatan tekanan darah baik yang bisa diubah maupun yang tidak bisa diubah. Salah satu contoh faktor yang tidak dapat diubah adalah umur, dimana rata-rata umur adalah 58 tahun yang termasuk dalam kelompok usia pra lansia. Sedangkan faktor yang dapat diubah seperti gaya hidup, berat badan yang berlebihan (obesitas) dimana ditemukan juga data IMT dari 43 anggota kelompok pengajian yang dilakukan pengukuran sebagian besar 63% (27) termasuk dalam kategori lebih. Data riskesdas tahun 2018 juga menunjukkan bahwa 25,1% lansia overweight.

Dari 45 hasil pengukuran gula darah sewaktu didapatkan nilai rata-rata GDS adalah 138 mg/dL dengan nilai GDS terendah 64 mg/dL dan tertinggi 412 mg/dL. Didapatkan bahwa sebagian besar 85% (38) masuk dalam kategori normal, 11% (5) masuk dalam kategori tinggi dan 4% (2) masuk dalam kategori rendah. Meskipun sebgaaian besar kadar GDS masih dalam kategori normal, namun ditemukan juga yang masuk dalam kategori tinggi dan rendah. Maka dari itu perlu dilakukan tindak lanjut sebagai upaya preventif dan promotif guna mencegah terjadinya penyakit atau pun komplikasinya dengan melakukan koordinasi dengan pihak desa maupun Puskesmas setempat guna melakukan pemantauan kondisi kesehatan terutama pengukuran tekanan darah, BB, TB guna menentukan IMT, GDS secara rutin dengan memperdayakan kembali posyandu lansia.

Masalah lain yang juga perlu diperhatikan bagi lansia adalah masalah gangguan mental emosional termasuk demensia 12,8 % dan depresi 7,7 %. Demensia/Alzheimer (pikun) adalah suatu proses penyakit dengan ketidakmampuan berat fungsi otak (kemampuan kerja otak menurun) atau sering disebut gangguan pikun, yang berlangsung secara progresif yang mengakibatkan gangguan berpikir, mengingat, mental, emosi dan perilaku, sehingga

mengakibatkan aktivitas sehari-hari terganggu. Salah satu upaya mencegah terjadinya demensia adalah dengan melakukan deteksi status kognitif dengan menggunakan HVLT. HVLT merupakan instrumen untuk menguji fungsi kognitif dengan cara mengingat 12 kata dari beragam kategori. Pemeriksa menyebutkan 12 kata tersebut dalam waktu 2 detik untuk setiap kata. Setelah pemeriksa selesai mengucapkan ke-12 kata tersebut kemudian orang yang diperiksa diminta untuk mengulangi dengan menyebutkan kata-kata tersebut. Pemeriksaan dilakukan berulang sampai 3 kali dengan waktu yang dibutuhkan sekitar 8-10 menit dengan kisaran nilai 0 sampai 36. Untuk hasil deteksi status kognitif pada 27 anggota kelompok pengajian ini dengan menggunakan HVLT didapatkan rata-rata nilai/skor 27 dan rentang nilai/skor terendah 23 dan tertinggi 36.

Selain melakukan deteksi status kognitif upaya lain yang dapat dilakukan guna mencegah timbulnya masalah gangguan mental emosional termasuk demensia adalah dengan pemberian edukasi mengenai demensia. Diharapkan dengan pemberian edukasi tentang demensia ini ibu-ibu anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo bertambah pengetahuannya tentang demensia dan juga bisa menyampaikan informasi yang telah didapatkan ke orang lain. Setelah pemberian edukasi tentang demensia, ibu-ibu juga diberikan terapi aktivitas yaitu melatih senam otak. Senam otak merupakan serangkaian kegiatan yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan fungsi otak serta melatih daya pikir dan kreativitas serta memberikan stimulasi sebagai terapi pascastroke. Senam otak penting untuk dilakukan secara rutin, khususnya bagi para lansia. Kegiatan ini bertujuan untuk mencegah dan mengurangi pikun, meningkatkan daya ingat, kecerdasan, dan konsentrasi, sekaligus untuk menjaga kesehatan dan fungsi otak seiring bertambahnya usia.

4. Kesimpulan

Lansia dan pra lansia termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan terutama penyakit degeneratif dan kronik yang termasuk dalam penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan juga penyakit jantung. Guna mencegah terjadinya berbagai masalah kesehatan tersebut perlu dilakukan berbagai upaya preventif dan promotif salah satunya melalui pemantauan kondisi kesehatan melalui posyandu lansia yang diadakan secara rutin di masing-masing desa. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini berupa pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah, berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan deteksi status kognitif dengan menggunakan Hopkins Verbal Learning Test (HVLT). Dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang demensia dan terapi aktivitas yaitu melatih senam otak.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan pada anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjampo didapatkan hasil bahwa peserta semuanya berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata umur peserta adalah 58 tahun dengan umur termuda yaitu 41 tahun dan tertua 80 yang termasuk dalam kategori pra lansia dan lansia. Sebagian besar 47% (30) memiliki tekanan darah dalam kategori tinggi, sebagian besar 63% (27) IMT termasuk dalam kategori lebih, sebagian besar 85% (38) GDS masuk dalam kategori normal. Untuk hasil deteksi status kognitif pada 27 anggota kelompok pengajian dengan menggunakan HVLT didapatkan rata-rata nilai/skor 27 dan rentang nilai/skor terendah 23 dan tertinggi 36.

Perlu koordinasi antara pihak desa dan juga Puskesmas terkait untuk dilakukan tindak lanjut sebagai upaya preventif dan promotif guna mencegah terjadinya penyakit atau pun komplikasinya dengan melakukan pemantauan kondisi kesehatan terutama pengukuran

tekanan darah, BB, TB guna menentukan IMT, GDS secara rutin dengan memperdayakan kembali posyandu lansia. Pemberian edukasi kesehatan khususnya yang berkaitan dengan masalah kesehatan pada lansia juga perlu diberikan kepada kelompok masyarakat dalam setiap kegiatan seperti pengajian, arisan dan lain sebagainya.

Ucapan Terima Kasih (jika ada)

Terima kasih kepada segenap anggota kelompok pengajian Muslimat di Desa Karangjumbo Kecamatan Tirto kabupaten Pekalongan, yang telah bekerja sama dengan baik selama proses kegiatan ini, dan LPPM Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

Referensi

- [1] Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019
- [2] Berita Resmi Statistik No. 7/01/Th. XXIV, 21 Januari 2021. *Hasil Sensus Penduduk 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- [3] Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2020
- [4] Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2016.
- [5] Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Posyandu Lanjut Usia dan Posbindu PTM Terintegrasi*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. 2021.
- [6] Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 67 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas)
- [7] Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2020.