

FUNGSI KOGNITIF PADA PENSIUNAN TENTARA NASIONAL INDONESIA YANG MASIH BEKERJA SETELAH PENSIUN DI WILAYAH "X" DI JAKARTA (Cognitive Function of Indonesian National Army Pensions Still Working After Retirement in The "X" Region of Jakarta)

Ria Maria Theresa & Sanitya Dwi Yuli

Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta

email: profesimedika@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Saat ini usia harapan hidup bertambah panjang sehingga jumlah warga usia lanjut semakin banyak. Seseorang yang bekerja di Tentara Nasional Indonesia akan memasuki masa pensiun pada saatnya. Saat ini masih banyak pensiunan tentara yang tetap aktif bekerja setelah memasuki usia pensiun karena faktor ekonomi, faktor sosial, kondisi fisik dan psikis yang masih sehat. Proses penuaan dan aktivitas secara langsung akan mempengaruhi kemampuan otak seseorang sehingga dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah tetap bekerja setelah pensiun akan mempengaruhi fungsi kognitif pada Tentara Nasional Indonesia di wilayah "X" di Jakarta. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan potong lintang. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik sampling jenuh yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi sehingga didapatkan 35 responden. Data di uji dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Berdasarkan hasil uji statistik diketahui nilai signifikansi yaitu $(p)=0,000$ dengan nilai $\alpha=0,05$, maka $p<\alpha$ yang menunjukkan hubungan yang bermakna antara variabel keaktifan bekerja dengan fungsi kognitif. Fungsi kognitif pada pensiunan Tentara Nasional Indonesia yang tetap berkarya/bekerja lebih baik dibandingkan yang tidak bekerja setelah pensiun di wilayah "X" di Jakarta.

Kata kunci : Bekerja, Fungsi Kognitif, Pensiunan Tentara

ABSTRACT

The increasing of life expectancy indicate the increasing number of elderly. Someone who works in the Indonesia Army Forces will retire. Nowadays, many pensions still work. Economic factor, social, physical and psychological still healthy are the reason elderly man still working. The aging process will directly affect the ability of the brain so that can cause the decrease in cognitive function. The aim of this study is to find out whether staying working after retirement will affect cognitive function in soldiers in "X" area in Jakarta. This is descriptive analytic study with cross sectional approach. The sample of this study using a saturated technique sampling that met the inclusion and exclusion criteria so available 35 subjects. Data was tested by Chi-square tests. Based on the results of statistical tests is known that the significance value is $(p)=0.000$ with $\alpha=0.05$, $p<\alpha$ shows a meaningful relationship between the activeness variables working with cognitive functions. Cognitive function in retired Indonesia Armed Forces who continue work better than those who do not work after retiring in "X" area in Jakarta.

Keywords: cognitive function, retired army, work

PENDAHULUAN

Saat ini usia harapan hidup semakin meningkat sehingga penduduk berusia 65 tahun semakin tinggi dan diperkirakan akan mencapai 20 persen dari jumlah penduduk dunia pada tahun 2030 (World Health Organization, 2018). Menurut data

organisasi kesehatan dunia (WHO), penduduk yang berusia diatas 60 tahun di Asia tenggara diperkirakan berjumlah sekitar 12 persen dan diperkirakan akan mencapai 22 persen diantara tahun 2015 dan 2050 (World Health Organization, 2018).

Peningkatan angka usia harapan hidup banyak menimbulkan masalah baru antara lain adalah memasuki usia pensiun (Harda *et al*, 2013). Hal ini sudah diatur dalam undang-undang untuk memberikan kesempatan kepada pegawai untuk dapat menikmati hari tua dengan baik. Meningkatnya jumlah usai lanjut saat ini berkaitan juga dengan meningkatnya jumlah pensiunan tentara di Indonesia (Pemerintah RI, 2010). Hal ini akan menimbulkan permasalahan baru yaitu munculnya penyakit-penyakit degeneratif yang akan berdampak pada penurunan fungsi kognitif (Tang *et al*, 2018).

Seseorang akan bekerja untuk memenuhi kebutuhannya dalam kehidupan dan pendidikan bagi anak-anaknya. Usia pensiun tentara bervariasi dimulai pada usia 56-60 tahun tergantung pangkat tentara tersebut. Usia pensiun yang berlaku di Indonesia bervariasi antara usia 56-65 tahun (Harda *et al*, 2013). Pada tahun 2010 data BPS menunjukkan banyaknya pekerja lansia di Indonesia karena berbagai faktor seperti faktor ekonomi/keuangan, faktor psikologis, dan faktor aktualisasi diri (Biro Pusat Statistik, 2017).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran fungsi kognitif pada pensiunan TNI di wilayah "X" di Jakarta.

METODE PENELITIAN

Studi ini ingin mengetahui fungsi kognitif pada Tentara Nasional Indonesia yang masih berkarya setelah pensiun dibandingkan dengan yang tidak bekerja kembali setelah pensiun. Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan metode potong lintang.⁶ Teknik pengambilan sampel adalah *Non Probability Sampling* dengan metode sampling jenuh. Jumlah subyek penelitian ini sebanyak 35 orang pensiunan Tentara Nasional Indonesia di wilayah "X" di Jakarta. Penelitian dilakukan dengan wawancara langsung dan pengisian kuesioner oleh subyek penelitian dengan menggunakan kuesioner *Montreal Cognitive Assesment* (MoCA)⁷ pada TNI pasca pensiun di wilayah "X" di Jakarta. Variabel penelitian diukur saat pengumpulan dan observasi sampel dengan melihat hubungan variabel bebas (fungsi kognitif) dengan variabel terikat (keaktifan bekerja) pada TNI pasca pensiun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Terdapat 35 subyek dengan 14 subyek (40,0%) tidak bekerja dan 21 subyek (60,0 %) kembali berkarya/aktif bekerja setelah pensiun.

Pada penelitian ini dibagi menjadi 3 kelompok masa pensiun yaitu:

Tabel 1. Distribusi Subyek Sesuai Lama Masa Pensiun

No	Tahun	n	%
1	< 5	11	31,4
2	5-10	13	37,1
3	> 10	11	31,4
Total		35	100

Berdasarkan hasil data subyek diatas, diketahui bahwa dari 35 subyek terdapat 11 subyek (31,4%) dengan masa pensiun <5 tahun. Masa pensiun 5–10 tahun sebanyak 13 subyek (37,1%) dan sebanyak 11 subyek (31,4%) dengan masa pensiun >10 tahun.

Fungsi kognitif merupakan suatu proses mental yang dibutuhkan seseorang saat dihadapkan dengan permasalahan meliputi cara berpikir, daya ingat, pengertian, perencanaan dan pelaksanaan. Fungsi kognitif dinilai dengan menggunakan kuesioner *Montreal Cognitive Assesment* (MoCA) yang sudah divalidasi oleh Nadia dkk.⁷

Tabel 2. Fungsi Kognitif Subyek Penelitian

No	Fungsi Kognitif	n	%
1	Terganggu	13	37,1
2	Normal	22	62,9
Total		35	100,0

Tabel diatas menjelaskan bahwa subyek dengan gangguan fungsi kognitif sebanyak 13 orang (37,1 %) dan subyek dengan fungsi kognitif normal sebanyak 22 orang (62,9 %).

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel pada penelitian ini. Uji analisis bivariat memperlihatkan adanya hubungan antara dua variabel yaitu variabel keaktifan bekerja dengan variabel fungsi kognitif dengan menggunakan uji statistik *chi-square* dengan nilai signifikasi (p) lebih kecil dari 0,05.

Berdasarkan tabel dibawah ini diketahui bahwa dari 13 subyek pensiunan TNI tidak bekerja, ada sebanyak 11 subyek (78,6%) pensiunan TNI tidak bekerja yang mempunyai fungsi kognitif tidak normal dan sebanyak 3 subyek (21,4 %) pensiunan TNI yang mempunyai fungsi kognitif normal. Sebanyak 21 subyek pensiunan TNI yang bekerja terdapat sebanyak 19 subyek (90,5 %) mempunyai nilai fungsi kognitif normal,

sedangkan 2 subyek (9,5 %) mempunyai nilai fungsi kognitif tidak normal.

Tabel 3 Distribusi responden menurut keaktifan bekerja atau aktivitas pasca pensiun dan fungsi kognitif.

Aktivitas Pasca Pensiun	Fungsi Kognitif				Total		p
	Tidak Normal		Normal		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak bekerja	11	78,6	3	21,4	14	100	0,000
Bekerja	2	9,5	19	90,5	21	100	
Total	13	37,2	22	62,8	35	100	

Uji statistik memperlihatkan bahwa $p=0,000$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan keaktifan bekerja terhadap fungsi kognitif pada TNI pasca pensiun di wilayah Jakarta Selatan.

Sebagian besar subyek penelitian (60%) memilih untuk tetap berkarya kembali setelah pensiun. Jenis pekerjaan yang dilakukan oleh pensiunan TNI bekerja juga berhubungan dengan pekerjaan sebelumnya yaitu bidang keamanan.

Berdasarkan studi yang dilakukan di wilayah Jakarta Selatan, sebanyak 35 subyek penelitian menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas bekerja terhadap fungsi kognitif pada pensiunan TNI ($p= 0,000$). Menurut Powell (dalam Purnamawati, 2007), usia dewasa menengah (usia 40–64 tahun) merupakan masa yang paling produktif karena banyaknya individu yang meraih sukses tinggi dipekerjaan. Hal ini juga mempengaruhi kemampuan kognitif pada seorang individu.

Pembahasan

Kemampuan kognitif akan menurun sesuai dengan bertambahnya usia, adanya aktivitas bekerja yang tetap dilakukan secara rutin oleh individu tersebut akan memperlambat proses penurunan kemampuan kognitif. Terdapat perbedaan kemampuan kognitif pada pensiun yang masih bekerja dan tidak bekerja yaitu pensiun yang masih bekerja fungsi kognitifnya yang lebih baik. Aktivitas kerja akan menstimulasi fungsi otak seorang dan hal ini akan memberikan pengaruh pada kemampuan kognitif dan sosial seseorang. Beberapa studi mengatakan bahwa aktivitas fisik dapat mempertahankan fungsi kognitif seseorang (Pemerintah RI, 2010).

Seseorang lanjut usia yang tetap bermanfaat sangat tergantung pada bagaimana lanjut usia merasakan kepuasan. Kepuasan itu adalah

keadaan pensiunan dalam melakukan aktivitas dan mempertahankan aktivitas selama mungkin. Pada keadaan ini seorang lanjut usia yang melakukan aktivitas akan menimbulkan rasa kepuasan terhadap diri sendiri dan meningkat interaksi sosial di masyarakat sehingga akan berdampak positif terhadap lanjut usia tersebut.³ Hal tersebut dapat membantu memperlambat penurunan fungsi kognitif pada lanjut usia yang terjadi karena proses penuaan.

KESIMPULAN

Fungsi kognitif pada pensiunan TNI yang masih aktif bekerja setelah pensiun lebih baik dibandingkan yang tidak bekerja kembali. Agar fungsi kognitif tetap terjaga dengan baik maka disarankan agar tetap aktif bekerja atau berkarya setelah pensiun.

DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization. 2018. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>.
- Harada C.N, Love M.C, Triebel K. 2013. Normal cognitive aging, *Clin Geriatr Med*. 2013 Nov; 29(4): 737–752.
- Peraturan pemerintah RI No 39 Tahun 2010 tentang Administrasi Prajurit Tentara Nasional Indonesia
- Tang F, Chi I, Zhang W, Dong X. 2018. Activity Engagement and Cognitive Function: Findings From a Community-Dwelling U.S. Chinese Aging Population Study. *Gerontol Geriatr Med*. 2018 Jan-Dec; 4: 2333721418778180. Published online 2018 Jul 17.
- Biro Pusat Statistik. 2017. <https://www.bps.go.id/statistik-penduduk-usia-lanjut-2017.html>
- Sastroasmoro S, Ismael Sofyan dkk. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis. Edisi ke 5. Sagung Seto. Jakarta
- Husein N, Lumempouw S, Ramli Y, Herqutanto . 2010. Montreal Cognitive Assessment Versi Indonesia (MoCA-INA) Untuk Skrining Gangguan Fungsi Kognitif. *Neurona* Vol 27 No. 4 Juli 2010.