

Evaluasi Tekanan Darah dan Daya Ingat di Posbindu Wilayah Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli*Blood Pressure and Memory Evaluation at Posbindu Area Health Center Managaisaki Tolitoli City***Saman, Sova Evie, Sahrul**Prodi D III Keperawatan Tolitoli, Poltekkes Kemenkes Palu, Tolitoli, Indonesia
(wagitasam@gmail.com, No.Hp 081245162700)**ABSTRAK**

Daya tahan fisik lansia akan mengalami kemunduran fungsi sehingga mudah terserang beragam jenis penyakit. Selain penyakit-penyakit degeneratif, masa lansia sering juga dimaknai sebagai masa kemunduran berupa fungsi fisik, psiko, kognitif, intelektual, memori dan juga terjadinya kemunduran kognitif berupa berkurangnya daya pikir atau daya ingat pada lansia. Tujuan penelitian ini yaitu diketahuinya gambaran tekanan darah dan daya ingat pada Lansia di Posbindu Wilayah Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan Sampel yaitu lansia yang berkunjung ke Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli sebanyak 36 lansia. Variabel penelitian ini yaitu tekanan darah dan daya ingat. Alat yang digunakan adalah stetoskop, sphygmomanometer dan Instrumen *SPMSQ*. Data dianalisis menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang berada di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli mengalami hipertensi sebanyak 80,6%, dan data daya ingat lansia intelektual utuh sebanyak 75%. Kesimpulan sebagian besar lansia mengalami hipertensi dan tingkat intelektual utuh. Disarankan pada lansia agar rajin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan daya ingat di fasilitas kesehatan, melaksanakan diet sehat seperti rendah garam dan mengurangi makanan yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit hipertensi untuk mengontrol dan mencegah dampak dari hipertensi dan kerusakan intelektual lansia.

Kata kunci :Tekanan darah, daya ingat, lansia**ABSTRACT**

. The physical endurance of the elderly has experienced a decline in function so that they are susceptible to various types of diseases. Apart from degenerative diseases, In addition to degenerative diseases, old age is often interpreted as a period of decline in the form of physical, psycho, cognitive, intellectual, and memory functions. Cognitive decline in the form of reduced thinking power or memory in the elderly. The purpose of this study is to know the description of blood pressure and memory in the elderly at the Posbindu Regional Health Center in Managaisaki Tolitoli City. This study used a descriptive method with a sample of 36 elderly who visited the Posbindu in the Work Area of the Managaisaki Tolitoli Health Center. The variables of this study are blood pressure and memory. The tools used are a stethoscope, sphygmomanometer and the SPMSQ instrument. Data were analyzed using univariate analysis. The results showed that the elderly who were in the Posbindu Working Area of the Managaisaki Tolitoli City Health Center had hypertension as much as 80.6%, and memory data for intellectually intact people as much as 75.0%. The conclusion is that most of the elderly have hypertension and the intellectual level is intact. It is recommended for the elderly to be diligent in checking blood pressure and memory at health facilities, implementing a healthy diet such as low salt and reducing foods that can cause hypertension to control the effects of hypertension and intellectual damage in the elderly.

Keywords: Blood pressure, memory, elderly



PENDAHULUAN

Lansia adalah tahap perkembangan terakhir pada kehidupan manusia yang dimulai dari batasan usia 60 tahun. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2021 kurang lebih berjumlah 30,16 juta jiwa. Jika dikelompokkan sesuai umur yaitu lansia yang usia 60-64 tahun berjumlah 11,3 juta jiwa, lansia yang usia 65-69 tahun berjumlah 7,77 juta jiwa, lansia yang usia 70-74 tahun berjumlah 5,1 juta jiwa, serta lansia yang usia 75 keatas berjumlah 5,98 juta jiwa penduduk.⁽¹⁾ Persentasi lansia di Indonesia pada tahun 2018 dengan usia 60-69 tahun mencapai 63,3%, usia 70-79 tahun sebesar 27,92% dan usia 80 ke atas sebesar 8,69%.⁽²⁾

Jumlah lansia pada tahun 2018 di Sulawesi Tengah (Sulteng) sebanyak 238.707 jiwa, dibandingkan pada tahun 2019 jumlah lansia mengalami peningkatan sebanyak 337.144 jiwa. Lansia yang mendapatkan pelayanan kesehatan yang dilaksanakan oleh petugas kesehatan sebanyak 157.768 pada tahun 2019, yang mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2018 yaitu sebanyak 173.675 jiwa. Jumlah Puskesmas di Sulawesi Tengah sebanyak 206 dan yang melaksanakan santun lansia berjumlah 97 Puskesmas.⁽³⁾

Lansia yang tercatat di Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli pada tahun 2022 berjumlah 589 lansia. Jumlah lansia tersebut terbagi atas beberapa Posbindu salah satunya Posbindu Maranatha yang jumlah lansianya tercatat sebanyak 11 lansia dan Posbindu Perumahan Seratus dengan jumlah lansia tercatat sebanyak 25 lansia.⁽⁴⁾

Bertambahnya jumlah lansia maka semakin meningkat juga berbagai jumlah penyakit-penyakit degeneratif atau masalah kesehatan pada lansia seperti diabetes melitus 4,80%, stroke 46,1%, artitis 51,9 %, hipertensi 57,6%.⁽⁵⁾ Selain penyakit-penyakit degeneratif, masa lansia sering juga dimaknai sebagai masa kemunduran yang berupa fungsi fisik, psiko, kognitif, intelektual, dan memori. Kemunduran kognitif berupa berkurangnya daya pikir atau daya ingat yang tidak dapat dihindari maka penurunan daya ingat dapat diukur dengan menggunakan pengkajian *Short Portable Mental Status Questioner (SPMSQ)*.⁽⁶⁾

Jumlah lansia yang mengalami penurunan daya ingat atau demensia di dunia pada tahun 2015 yaitu sebanyak 48,8 juta orang dan diperkirakan akan meningkat pada tahun 2030 sebanyak 74,7 juta kemudian diproyeksikan kembali pada tahun 2050 dengan jumlah 131,5 juta orang (Suriastiniet al.,2018). Peningkatan presentase demensia di Indonesia meliputi 0,5 % pertahun dengan usia 65-69 tahun, usia 70-79 tahun sekitar 1-2 % pertahun, 3 % pertahun pada usia 80-84 tahun dan umur >85 tahun sekitar 8 % mengalami peningkatan tahun ketahun.⁽⁷⁾

Secara umum semakin tua usia seseorang maka akan semakin rentan untuk terjadinya hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan ketika terjadi peningkatan tekanan darah yang menyebabkan gangguan sistem pada organ. Hipertensi sendiri telah menjadi

masalah utama dalam kesehatan masyarakat baik didunia maupun di Indonesia, yang bisa menyebabkan angkat mortalitas yang tinggi ⁽⁸⁾. Indonesia merupakan salah satu negara yang ada di Asia yang kejadian hipertensi berada dalam peringkat ke 6 dari 10 kategori penyakit tidak menular kronis.⁽⁹⁾ Menurut hasil Riskesdes, (2013) Kasus hipertensi pada tahun 2015 di Provinsi Sulawesi Tengah tercatat sebanyak 96.797 kasus hipertensi ditemukan, kemudian pada tahun 2016 terjadi penurunan kasus hipertensi dengan jumlah data yang ditemukan yaitu sebanyak 96.213 kasus, namun pada tahun 2017 terjadi peningkatan kembali jumlah kasus hipertensi di Sulawesi Tengah yaitu sebanyak 111.058 kasus.⁽¹⁰⁾

Kasus hipertensi tercatat di Kabupaten Tolitoli pada tahun 2018 terdapat 2,62% kasus, pada tahun 2019 terdapat 4,28% kasus, dan pada tahun 2020 terdapat sebanyak 3,64% kasus hipertensi berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tolitoli (11). Kasus hipertensi di Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli pada tahun 2022 berjumlah 369 (54,26%) kasus yang terdiri dari lansia yang berumur 45 sampai 70 tahun keatas.⁽⁴⁾

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tekanan darah dan daya ingat pada Lansia di Posbindu Wilayah Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian karya tulis ilmiah ini adalah metode *deskriptif*. Jenis penelitian ini adalah metode *crosssectional* dengan menerapkan gambaran pengukuran tekanan darah dan daya ingat. Penelitian ini dilaksanakan di Posbindu Bukit Zaitun di Wilayah Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli pada tanggal 31 Januari s.d 16 Februari 2023. Populasi dalam penelitian ini semua lansia yang ada di Posbindu Bukit Zaitun di Wilayah Kerja Puskesmas Managaisaki Tolitoli yang berjumlah 36 lansia. Sampel dalam penelitian ini lansia yang berkunjung di Posbindu Bukit Zaitun yang memenuhi kriteria penelitian yang berjumlah 36 lansia.

Teknik pengumpulan data diperoleh dengan cara peneliti melakukan pengukuran langsung menggunakan alat ukur *spygomanometer* dan *stetoskop* untuk mendapatkan data tekanan darah, Serta melakukan pengukuran menggunakan pengkajian *SPMSQ* untuk mendapatkan data penurunan daya ingat lansia. Analisa data dilakukan menggunakan analisis *univariat* dengan mendeskripsikan hasil pengolahan data menggunakan persentase untuk melihat gambaran tekanan darah dan daya ingat pada lansia di Posbindu Bukit Zaitun Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli.

HASIL

Penelitian dilaksanakan di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratus dan Maranatha di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli berjumlah 36 lansia, yang dimulai dari tanggal 15 s.d 16 Februari 2023.

1. Karakteristik responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Lansia di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratus Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
45-59	18	50%
60-74	14	38,9%
75-90	4	11,1%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	33,3%
Perempuan	24	66,7%
Pendidikan		
SD	16	44%
SMP	6	17%
SMA	10	28%
Tamat Kuliah	4	11%

Sumber Data : Data Primer, 2023

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa lansia di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratus jumlah usia responden terbanyak adalah usia 45-59 tahun sebanyak 18 lansia (50 %). Kategori jenis kelamin responden terbanyak perempuan yaitu 24 lansia (66,7%). Kategori pendidikan responden terbanyak adalah SD sebanyak 16 lansia (44%).

2. Analisis Univariat

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah Responden di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratu Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Optimal	2	5,6%
Normal	1	2,8%
High Normal	4	11,1%
Hipertensi	29	80,6%
Jumlah	36	100%

Sumber Data : Data Primer, 2023

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa tekanan darah pada lansia yaitu hipertensi sebanyak 29 orang (80,6%) dan tekanan darah normal sebanyak 1 orang (2,8%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kerusakan intelektual Lansia di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratus Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli

Tingkat Keusakanan Intelektual	Frekuensi	Persentase (%)
Utuh	27	75,0%
Ringan	6	16,7%
Sedang	3	8,3%
Jumlah	36	100%

Sumber Data : Data Primer, Februari 2023

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa lansia dengan fungsi intelektual utuh sebanyak 27 orang (75,0%), dan tingkat kerusakan intelektual sedang sebanyak 3 orang (8,3%).

PEMBAHASAN

1. Tekanan darah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan hipertensi sebanyak 29 orang (80,6%). Berdasarkan asumsi peneliti 80,6% lansia mengalami hipertensi dikarenakan seseorang yang telah memasuki masa usia lanjut yang berumur >45 tahun akan mengalami penurunan fungsi tubuh. selain itu jenis kelamin juga mempengaruhi tekanan darah pada perempuan usia >50 karena umumnya perempuan akan mengalami berhentinya siklus menstruasi. Menurut Aspiani (2016) menyatakan faktor- faktor yang mempengaruhi sistem tubuh yaitu usia dan jenis kelamin, tekanan darah cenderung meningkat dengan bertambahnya usia. Pada usia lanjut terjadi proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi organ tubuh seperti turunnya elastisitas dan kelenturan arteri. Hal ini lebih beresiko pada karena wanita akan mengalami menopause. Pada laki-laki meningkat pada usia lebih dari 45 tahun sedangkan pada wanita meningkat pada usia lebih dari 55 tahun.⁽¹²⁾

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Charissa (2021) yang menyebutkan bahwa berdasarkan pengukuran tekanan darah didapatkan lansia dengan tekanan darah tinggi sebanyak 68%. Hal ini diakibatkan karena responden telah memasuki masa menua atau masa lansia.⁽¹³⁾ Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sri Agustina (2014) yang menyatakan bahwa umur lansia yang terkena hipertensi terjadi pada umur 60-74 tahun sebanyak 73 orang (83,9%). Hal ini dikarenakan adanya perubahan kekakuan pembuluh darah.⁽¹⁴⁾

Sedangkan lansia dengan tekanan darah normal sebanyak 1 lansia (2,8%). Menurut peneliti tekanan darah normal pada lansia dikarenakan lansia menerapkan gaya hidup sehat seperti tidak merokok, melakukan aktivitas seperti olahraga dan mengatur pola makan seperti membatasi garam. Menurut teori Annisa (2017) yang menyatakan faktor yang dapat dirubah kebiasaan gaya hidup tidak sehat seperti merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol kebiasaan minum kopi dan mengontrol makanan-makanan seperti diet rendah garam.⁽¹⁵⁾ Hal ini sejalan dengan penelitian Niga (2021) yang menyatakan responden yang membatasi mengkonsumsi garam tekanan darah dibatas normal sebanyak 60,7%.⁽¹⁶⁾

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Veronik(2017) menyebutkan pada kelompok yang dilakukan pendampingan diet rendah garam adalah kategori tekanan darah normal sebanyak 13 orang (50%) dan pada kelompok yang tidak dilakukan pendampingan diet rendah garam adalah kategori hipertensi 22 responden (84,6%).⁽¹⁷⁾

2. Daya Ingat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat fungsi intelektual masih utuh sebanyak 75,0%. Menurut asumsi peneliti lebih banyak lansia yang fungsi intelektualnya masih utuh. dikarenakan masih banyak lansia yang berusia 45-59 tahun. Selain itu dilihat dari hasil penelitian bahwa banyak responden yang jenjang pendidikannya SMA.

Menurut teori Siska MS, Ennimay (2019) yang menyatakan usia mempengaruhi perkembangan daya ingat atau daya tangkap dan pola pikir seseorang. Selain itu pengalaman yang didapatkan saat menjadi seseorang yang berpendidikan dapat mempengaruhi pola pikir dan daya ingat seseorang. Semakin terjadi penurunan daya tangkap pada usia lanjut yang dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis sehingga daya ingat yang dimiliki juga mengalami penurunan. Penurunan fungsi fisiologis adalah salah hal yang tidak bisa dihindari bentuk lainnya yaitu penurunan fungsi intelektual seiringnya bertambahnya usia.⁽¹⁸⁾

Hal ini juga dikemukakan oleh penelitian Maryati(2013) yang menyebutkan bahwa berdasarkan pengukuran daya ingat didapatkan lansia mengalami perubahan fungsi kognitif berat yaitu sebanyak 14 orang (46,7%). Hal diakibatkan karena lansia telah berumur >60 tahun dimana akan mengalami proses penuaan yang berakibat pada penurunan kemampuan fungsi tubuh salah satunya adalah sistem saraf yang dapat berakibat pada kemampuan fungsi kognitif pada lansia mengalami penurunan fungsi kognitif ringan ataupun berat.⁽¹⁹⁾

Sedangkan lansia dengan tingkat kerusakan intelektual sedang sebanyak 3 orang (8,3%). Menurut peneliti dikarenakan responden tersebut telah memasuki masa lansia akhir dan tingkat pendidikan responden yang rendah. Menurut teori Novia Khasanah (2012) yang menyatakan usia menjadi risiko terjadinya penurunan daya ingat. Selain itu, tingkat pendidikan juga mempengaruhi bahwa semakin rendah tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi angka prevalensi kemungkinan akan terjadi penurunan daya ingat.⁽²⁰⁾

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Schmand et al (2012) didapatkan data sebagian besar (64,3%) yang tidak bersekolah mengalami penurunan fungsi kognitif berat yaitu sebanyak 9 orang lansia. Hal ini dikarenakan gejala demensia akan muncul lebih awal pada orang yang memiliki pendidikan rendah dan penelitian Sigalingging et al (2020) yang menyebutkan bahwa didapatkan data sebagian besar lansia fungsi intelektual sedang sebanyak (62,5%) yang berusia antara 60-75. Hal terjadi karena dalam kurun waktu usia 65-75 tahun didapatkan terjadi kemunduran pada beberapa kemampuan salah satunya kemampuan daya ingat.^(21,22)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan didapat sebagian besar lansia yang berada di Posbindu Maranatha dan Posbindu Perumahan Seratus mengidap penyakit hipertensi dan daya ingat lansia masih utuh, terdapat lansia dengan data kerusakan intelektual sedang. Diharapkan kepada lansia hendaknya rajin melakukan pemeriksaan kesehatan di fasilitas kesehatan untuk mengontrol dan mencegah dampak dari hipertensi dan kerusakan intelektual lansia. Kemudian melaksanakan diet sehat seperti rendah garam dan mengurangi makanan yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit hipertensi dan kerusakan intelektual.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada 1) Poltekkes kemenkes Palu yang telah memberikan dukungandalam pelaksanaan penelitian, 2) kepala Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di tempat, 3) responden yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes R. Laporan Nasional Riskesedes. Kemenkes RI; 2019. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
2. BPS. Statistik penduduk lanjut usia. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia; 2018. <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbfveve=ZWfKymFiNjUwN2MwNjI5NGI3NGFkZjcx&xzmn=aHR0cHM6Ly93d3cuYnBzLmdvLmlkL3B1YmxpY2F0aW9uLzIwMTgyMTIvMjEvZWfKymFiNjUwN2MwNjI5NGI3NGFkZjcxL3N0YXRpc3Rpay1wZW5kdWR1ay1sYW5qdXQtdXNpYS0yMDE4Lmh0bWw%3D&twoadfnarfeauf=MjAyMy0xMS0yMiAwNzoyNzo1Mg%3D%3D>
3. Dinkes Provinsi Sulteng. Profil Kesehatan. Palu: Dinas Kesehatan; 2023. <https://dinkes.sultengprov.go.id/wp-content/uploads/2023/06/Profil-KEsehatan-2022.pdf>
4. Puskesmas Kota Managaisaki Tolitoli. Data Jumlah Lansia. Tolitoli; 2022.
5. Infodatin. Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. 2016; <https://adoc.pub/situasi-lanjut-usia-lansia.html>
6. Mujahidullah K. Keperawatan Geriatri Merawat Lansia dengna Cinta Dan Kasih SAYANG. Yogyakarta: pustaka belajar; 2012.
7. Al-Finatunni'mah A, Nurhidayati T. Pelaksanaan Senam Otak untuk Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia. Ners Muda. 2020 Aug;1(2):139. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/nersmuda/article/view/5666/pdf>
8. Berta Afriani, Rini Camelia, Willy Astriana. Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. J Gawat Darura [Internet]. 2023;5(1). Available from: <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/jgd/article/view/912/772>
9. Kemenkes R. Riset Kesehatan Dasar: Riskesdas 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2013;
10. Dinkes Provinsi Sulteng. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. 2018;
11. Dinkes Kab.Tolitoli. Dinas Kesehatan Kabupaten Tolitoli. 2021;
12. Aspiani. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler. W. Praptia. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2016.
13. Charissa O. Gambaran tekanan darah lanjut usia (lansia) di sentra vaksinasi covid-19 Universitas Tarumanegara Jakarta. 2021;3. <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/13730>
14. Sri Agustina, Siska Mayang Sari RS. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun. J Kesehat Komunitas. 2014;2(4):180–6. https://www.researchgate.net/publication/318194129_Faktor-Faktor_yang_Berhubungan_dengan_Hipertensi_Pada_Lansia_di_Atas_Umur_65_Tahun
15. Annisa T. Pengaruh Mendengarkan dan Membaca al-Quran Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Mabaji Kabupaten Gowa. Dr Diss Univ Islam Negeri Alauddin Makassar. 2017;81–2. <https://repositori.uin-alauddin.ac.id/4144/>
16. Niga JL. Hubungan Pola Diet Rendah Garam Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. Media Husada J Nurs Sci. 2021;2(3):141–53. <http://repositori.widyagamahusada.ac.id/id/eprint/584/1/Full%20Text%20Skripsi%20Jeckson%20Leba%20Niga%20%28fix%29.pdf>
17. Veronik N, A D. Efektifitas Pelaksanaan Pendampingan Oleh Kader Dalam Pengaturan Diet Rendah Garam Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan

- Purwoyoso Semarang. *J Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. 2017;3(1):46–53. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/jikk/article/view/551>
18. Siska MS, Ennimay RT. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Pada Masyarakat. *J Pengabdian Masyarakat*. 2019;3(2). <https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/2833>
 19. Maryati HDSBMD. Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Upt Panti Werdha Mojopahit Kabupaten Mojokerto. 2013;2(Vol. 2 No. 2 (2013): JM | April 2013). <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/NERS/article/view/1269>
 20. Novia Khasanah MA. Hubungan antara Tingkat Pendidikan dengan Kejadian Penurunan Daya Ingat pada Lansia. *J Kedokt dan Kesehat*. 2012;12(3):150–4. <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/1035>
 21. Schmand. B., Jonker, C., Hooijer C, Lindeboom J. Subjective memory complaints may announce dementia. *Neurology*. 2012;46(1):121–5. <https://n.neurology.org/content/46/1/121>
 22. Sigalingging, G., Sitopu, S. D. & S. Karakteristik Lanjut Usia Yang Mengalami Gangguan Memori. *J Darma Agung Husada*. 2020;7(1):33–44. Karakteristik Lanjut Usia Yang Mengalami Gangguan Memori. <https://jurnal.darmaagung.ac.id/index.php/darmaagunghusada/article/view/445>