

---

## HUBUNGAN ANTARA FREKUENSI DAN DURASI MEMBACA ALQUR'AN DENGAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BOJONGBATA PEMALANG

Tati Karyawati<sup>1)</sup>, Ahmad Zakiudin<sup>1)</sup>, Jihan Rif'ati<sup>1)</sup>, Sholifatul Maulidia<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Akademi Keperawatan Al Hikmah 2 Brebes  
[tatikarya4@gmail.com](mailto:tatikarya4@gmail.com), [ariza\\_zakie@yahoo.co.id](mailto:ariza_zakie@yahoo.co.id)

### ABSTRACT

**Background :** *Elderly as the final stage of human development that can cause decline in physical, biological and cognitive function. Therefore, there is a need for intellectual stimulation related to cognitive which can reduce the risk of cognitive impairment, namely reading the Al'Qur'an because it can train the brain to always think and work so as to prevent cognitive decline. Purpose: determine the relationship between the frequency and duration of reading Al Qur'an with the cognitive function of the elderly at the Bojongbata Elderly Social Service Pemasang.*

**Methods :** *This study used quantitative research with an analytic survey method through a cross sectional approach with a total sample of 30 people using a purposive sampling technique. Measurement of frequency and duration of reading the Qur'an using a questionnaire and cognitive function using a mini mental state examination questionnaire. Data analysis used the Spearman rank test.*

**Result :** *The results showed that there was no relationship between the frequency of reading the AlQur'an and the cognitive function of the elderly ( $\alpha = 0.349$ ) and there was a relationship between the duration of reading the Qur'an and the cognitive function of the elderly ( $\alpha = 0.044$ ).*

**Conclusion :** *there is no relationship between the frequency of reading the AlQur'an and cognitive function in the elderly and there is a relationship between the duration of reading the AlQur'an and cognitive function in the elderly.*

**Keywords:** *Reading AlQur'an, Cognitive function, elderly.*

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Lanjut usia sebagai tahap akhir perkembangan manusia yang dapat menyebabkan kemunduran fisik, biologis dan fungsi kognitif. Oleh karena itu, perlu adanya stimulasi intelektual yang berkaitan dengan kognitif yang dapat menurunkan risiko untuk terjadinya gangguan kognitif yaitu membaca AlQur'an karena dapat melatih otak agar selalu berpikir dan bekerja sehingga dapat mencegah terjadinya penurunan kognitif. Tujuan: mengetahui hubungan antara frekuensi dan durasi membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemasang.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode survei analitik melalui pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel 30 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengukuran Frekuensi dan durasi membaca AlQur'an menggunakan kuesioner dan fungsi kognitif menggunakan kuesioner *mini mental state examination*. Analisis data menggunakan uji *spearman rank test*.

**Hasil :** Hasil uji korelasi menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara frekuensi membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif lansia ( $\alpha = 0,349$ ) Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,144 dan ada hubungan bermakna durasi membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif lansia ( $\alpha = 0,044$ ) dengan nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,37

**Kesimpulan :** tidak ada hubungan frekuensi membaca Al-Qur'an dengan fungsi kognitif pada lansia dan ada hubungan durasi membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif pada lansia.

**Kata kunci :** Membaca Alqur'an, Fungsi Konitif, Lansia

## PENDAHULUAN

Kehidupan akan diakhiri dengan proses penuaan. Lanjut usia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. menurut Pasal 1 ayat (2), (3), (4) UU No. 13 Tahun 1998 tentang kesehatan dikatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam dkk, 2008 dalam Rosdiana & Nurhayati, 2017).

Populasi lanjut usia semakin meningkat jumlahnya. Di antara tahun 2000-2050, proporsi dari populasi dunia yang berumur 60 tahun ke atas diduga meningkat dari 605 juta sampai dua miliar dalam periode yang sama. Proyeksi proporsi penduduk umur 60 ke atas tahun 2015-2035 Indonesia adalah pada 2015 8,49%, tahun 2020 dengan 9,99%, tahun 2025 dengan 11,83%, tahun 2030 dengan 13,82% dan tahun 2035 dengan 15,77%. (Kemenkes RI, 2020). Tiga provinsi dengan persentase lansia terbesar adalah DI Yogyakarta (13,81%), Jawa Tengah (12,59%) dan Jawa Timur (11,09%) (Rahayu&Subekti, 2021).

Lanjut Usia akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh, sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Selain itu, proses menua ditandai dengan adanya kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala-gejala kemunduran fisik, antara lain kulit mulai mengendur, timbul keriput, rambut beruban, gigi mulai ompong, pendengaran dan penglihatan berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban dan kurang lincah. Kemunduran lain yang terjadi adalah kemampuan-kemampuan kognitif seperti suka lupa, kemunduran orientasi terhadap waktu, ruang, tempat, serta tidak mudah menerima hal/ide baru (Maryam dkk, 2011).

Fungsi kognitif ialah proses mental dalam memperoleh pengetahuan atau kemampuan kecerdasan, yang meliputi cara berpikir, daya ingat, pengertian,

perencanaan dan pelaksanaan. Kemampuan fungsi kognitif berkurang karena berkurangnya efisiensi transmisi saraf di otak, menyebabkan proses informasi melambat dan banyak informasi hilang selama transmisi. Berkurangnya kemampuan mengakumulasi informasi baru dan mengambil informasi dan memori. Selain itu, fungsi kognitif yang rendah merupakan pencetus demensia (Rosdiana & Nurhayati, 2017).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia berdampak pada menurunnya aktifitas sosial sehari-hari, menjadi tidak produktif sehingga memunculkan problem dalam kesehatan masyarakat dan tentunya berdampak pada bertambahnya pembiayaan keluarga, masyarakat dan pemerintah. Oleh karena itu, perlu adanya suatu pelayanan untuk mengatasi masalah kesehatan pada lansia dan meningkatkan kualitas hidup lansia (Kemenkes, 2016).

Dalam Undang-undang No. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, mengatur terkait upaya pemeliharaan kesehatan bagi lansia yang harus ditujukan untuk menjaga agar lansia tetap hidup sehat dan produktif, baik secara sosial maupun ekonomis (Fadul, 2019). Stimulasi intelektual yang berkaitan dengan kognitif, status social dan aktivitas fisik dapat menurunkan risiko untuk terjadinya gangguan kognitif yaitu membaca Al-Qur'an karena membaca Al-Qur'an merupakan suatu cara untuk melatih otak agar selalu berpikir dan bekerja sehingga dapat mencegah terjadinya penurunan daya ingat (Rosdiana & Nurhayati, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana & Nurhayati (2017), menyatakan bahwa ada hubungan antara kebiasaan membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif pada lansia di PSTW BM 02 Cengkareng Jakarta Barat tahun 2017 dengan p-value = 0,028<0,05. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Irawati & Madani (2019), menunjukkan hasil adanya hubungan antara durasi membaca AlQur'an dengan penurunan fungsi

kognitif pada lansia dengan p value= 0.001.

Berdasarkan hal tersebut dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan frekuensi dan durasi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemalang .

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode survei analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Survei analitik adalah penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena atau antara faktor risiko dengan faktor efek (Notoatmodjo, 2017). Pendekatan *cross sectional*, yaitu setiap objek hanya diamati satu kali saja dan pengukuran dilakukan secara bersamaan (Notoatmodjo, 2017).

Penelitian dilakukan di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemalang dan dilaksanakan bulan Januari 2023. Populasi pada penelitian ini adalah lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemalang sebanyak 100 orang dengan jumlah sampel 30 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang telah memenuhi kriteria inklusi yaitu sebagai berikut: lansia yang beragama islam, lansia yang bisa membaca Alqur'an, lansia yang tidak mengalami gangguan jiwa dan tidak mngalami penyakit neurologi dan *cerebrovaskular*, klien yang bersedia menjadi responden.

Instrumen penelitian pengukuran Frekuensi dan durasi membaca Alqur'an menggunakan kuesioner dan fungsi kognitif menggunakan kuesioner *mini mental state examination*. Analisis data menggunakan uji *spearman rank test*.

**HASIL**

**Analisa Univariat**

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Hasil	Frekuensi	Prosentase (%)	Total
Jenis Kelamin	Perempuan	20	66,7	30
	Laki-laki	10	33,3	
Pendidikan Terakhir	Tidak Tamat SD	8	26,7	30
	SD	11	36,7	
	SMP	8	26,7	
	SMA	2	6,7	
	PT	1	3,3	
Usia	Mean		66,5	30
	Maximum		85	
	Minimum		52	

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat digambarkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 20 orang (66,7%). Sedangkan berdasarkan pendidikan terakhir sebagian besar responden berpendidikan SD sebanyak 11 responden (36,7%). Selain itu karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan rata-rata usia responden 66,5 tahun dengan usia maksimum 85 tahun dan minimum 52 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Frekuensi membaca Alqur'an

Frekuensi membaca Alqur'an	F	%
Setiap hari	7	23,3
Tidak setiap hari	23	76,7
Total	30	

Sumber: data primer, 2023

Berdasarkan tabel 2. sebagian besar responden tidak setiap hari membaca Alqur'an sebanyak 23 orang (76,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi durasi membaca Alqur'an

Durasi membaca Alqur'an	F	%
5 menit	8	26,7
10 menit	2	6,7
15 menit	3	10
>15 menit	17	56,7

Sumber: data primer, 2023

Berdasarkan tabel 3. durasi membaca Alqur'an sebagian besar responden membaca Alqur'an >15 menit sebanyak 17 orang (56,7%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi fungsi kognitif lansia

Fungsi Kognitif Lansia	F	%
Normal	19	63,3
Gangguan Fungsi kognitif ringan	7	23,3
Gangguan Fungsi kognitif Sedang	4	13,3

Sumber: data primer, 2023

Berdasarkan tabel 4. sebagian besar responden fungsi kognitif normal sebanyak 19 orang (63,3%).

**Analisis Bivariat**

Tabel 5. Uji *spearman rank test* Frekuensi membaca Alqur'an dengan Fungsi kognitif lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pematang .

	Fungsi kognitif lansia	p-value
Frekuensi membaca Alqur'an	<i>Correlation Coefficient Sig. (2-tailed)</i>	-0,144 0,449

Sumber: data primer, 2023

Pada tabel 4. hubungan frekuensi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif lansia diperoleh nilai (p-value) sebesar 0,449 pada taraf kesalahan alfa (n)=5% sehingga dapat disimpulkan bahwa korelasi antara frekuensi membaca alqur'an dengan fungsi kognitif lansia adalah tidak bermakna. Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,144 menunjukkan bahwa arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi sangat rendah.

Tabel 6. Uji *spearman rank test* durasi membaca Alqur'an dengan Fungsi kognitif lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pematang .

	Fungsi kognitif lansia	p-value
Durasi membaca Alqur'an	<i>Correlation Coefficient Sig. (2-tailed)</i>	-0,37 0,044

Sumber: data primer, 2023

Pada tabel 5. hubungan durasi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif lansia diperoleh nilai p-value sebesar 0,044 pada taraf kesalahan alfa (n)=5% sehingga dapat disimpulkan bahwa korelasi antara durasi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif lansia adalah bermakna. Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,37 menunjukkan bahwa arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi cukup.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan tabel 2. frekuensi tidak setiap hari membaca Alqur'an sebanyak 23 orang (76,7%). Sedangkan Berdasarkan tabel 3. durasi membaca alqur'an sebagian besar responden membaca Alqur'an >15 menit sebanyak 17 orang (56,7%).

Membaca alqur'an adalah *reading is responding orally to printed symbol*. Membaca tidak hanya sekedar membaca namun ada proses pemahaman didalamnya. Dimensi kebiasaan membaca alqur'an antara lain frekuensi dan durasi. Kebiasaan membaca Alqur'an secara rutin dapat mejadi sebuah kegiatan yang positif karena dengan pemahaman akan melibatkan fungsi kognitif sehingga orang yang membaca tersebut dituntut memahami isi bacaan (Irawati&Madani, 2019).

Kebiasaan membaca alqur'an dapat mencerminkan sikap positif yang merupakan upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT. Jadi kebiasaan membaca alqur'an pada lansia dengan durasi waktu tertentu dan pada waktu-waktu terbaik dapat mempertahankan fungsi kognitif lansia tersebut (Rahayu&Subekti, 2021).

Berdasarkan tabel 4. data distribusi frekuensi fungsi kognitif sebagian besar responden fungsi kognitif normal sebanyak 19 orang (63,3%).

Fungsi kognitif didefinisi sebagai suatu proses dimana semua masukan sensori (taktil, visual, dan auditorik) akan diubah, diolah, disimpan dan selanjutnya

digunakan untuk hubungan interneuron secara sempurna sehingga individu mampu melakukan penalaran terhadap masukan sensori tersebut (Ahmad, Sahmad, Hadi, & Rosyanti, 2019).

Pada penelitian ini sebagian besar responden fungsi kognitif normal sebanyak 19 orang (63,3%). Asumsi peneliti karena faktor usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi daya ingat lansia karena semakin tinggi usia lansia akan semakin menurunnya daya ingat tetapi tidak semua lansia yang berusia 60 tahun ke atas memiliki kesehatan yang tidak optimal baik dari segi fisik maupun mental. Menurut Mongisidi, dkk (2013) menyatakan bahwa golongan umur sampel yang masuk kelompok *Old Age* (usia 75-90 tahun) mengalami lebih banyak gangguan fungsi kognitif daripada kelompok *Elderly Age* (usia 60-74 tahun) (Isnaeni, 2020).

Dalam penelitian ini rata-rata usia responden yaitu 66,5 tahun. Selain usia, sebagian besar lansia yang menjadi responden juga aktif dalam melakukan kegiatan yang berhubungan dengan melatih daya ingat seperti bersosialisasi dan melakukan kegiatan yang ada di panti untuk mempertahankan fungsi kognitifnya.

Hasil analisis uji *spearman rank test* menunjukkan korelasi antara frekuensi membaca alqur'an dengan fungsi kognitif lansia adalah tidak bermakna nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,449 pada taraf kesalahan alfa (n)=5%. Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,144. Sedangkan korelasi antara durasi membaca alqur'an dengan fungsi kognitif lansia adalah bermakna nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,044 pada taraf kesalahan alfa (n)=5%. Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,37.

Membaca AlQur'an dapat menjadi salah satu aktivitas yang mampu memaksimalkan kerja otak. Apabila seseorang membaca AlQur'an, suara-suara yang dihasilkan tersebut akan diterima oleh telinga lalu dialirkan ke dalam otak,

otak kemudian akan memprosesnya dan memberikan efek yang berupa respon pada medan elektronik dalam sel untuk mengimbangi getaran yang diberikan tersebut (Haeroni, 2014). Perubahan getaran tersebut hanya akan ditemukan dan dipahami apabila seseorang tersebut mengalaminya secara panjang dan berulang (Al-Kaheel, 2012). Oleh sebab itu, membaca Al-Qur'an hanya akan dapat memberikan dampak pada kognitif seseorang apabila dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang (Irawati&Madani, 2019).

Kemampuan membaca seseorang sangatlah ditentukan oleh adanya tingkat keseringan (frekuensi) dan panjang pendeknya waktu (durasi) yang digunakan untuk membaca (Mukharammah, 2016). Selain mempertahankan fungsi kognitif dari penyakit seperti demensia dan depresi, membaca AlQur'an dengan waktu minimal 15 menit dapat meningkatkan kemampuan daya ingat jangka pendek seseorang. Hal tersebut dibuktikan dengan sebuah penelitian eksperimen yang mengukur kemampuan short-term memory, dimana hasilnya menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada kemampuan memori yang didapatkan dari *free recall test* di kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan membaca Al-Qur'an selama 15 menit (Irawati&Madani, 2019).

Asumsi peneliti dengan tidak ada hubungannya antara frekuensi membaca alqur'an dengan fungsi kognitif karena faktor aktivitas fisik responden merupakan lansia yang masih aktif menjalankan aktifitas fisik/kegiatan yang ada di panti. Hal ini sesuai pernyataan Turana (2013), menyatakan bahwa saat kita melakukan aktivitas fisik juga dapat langsung menstimulasi otak sehingga saat kita melakukan aktivitas dapat meningkatkan protein di otak yang disebut *Brain Derived Neurotrophic Factor* (BDNF). Protein BDNF berperan penting menjaga sel saraf tetap bugar dan sehat. Fakta inilah yang

dapat menjelaskan bahwa lanjut usia yang banyak melakukan aktivitas fisik mempunyai fungsi kognitif yang lebih baik (Mukkaramah, 2016). Penelitian dengan hasil serupa sejenis yakni penelitian yang dilakukan oleh Soesilowati tahun 2017, menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara frekuensi membaca AlQur'an dengan fungsi kognitif ( $p=0,770$ ) (Soesilowati, 2017).

## KESIMPULAN

Penelitian dilakukan di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemalang menunjukkan frekuensi membaca Alqur'an tidak setiap hari sebanyak 23 orang (76,7%). Sedangkan durasi membaca alqur'an sebagian besar responden membaca Alqur'an >15 menit sebanyak 17 orang (56,7%). sebagian besar responden fungsi kognitif normal sebanyak 19 orang (63,3%). Hasil analisis data menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif  $\alpha=0,449$  Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,144 dan ada hubungan yang bermakna antara durasi membaca Alqur'an dengan fungsi kognitif lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemalang  $\alpha=0,044$  Nilai koefisiensi korelasi sebesar -0,37.

## DAFTAR PUSTAKA

Rosdiana & Nurhayati. 2017. Hubungan Kebiasaan Membaca Alqur'an Dengan Fungsi Kognitif Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 02 Cengkareng Jakarta Barat. Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Notoadmodjo. 2017. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:Rineka Cipta.

Kemenkes. (2016). *infodatin "situasi lanjut usia (LANSIA) di Indonesia"*. Jakarta: Kemenkes 2016.

Rahayu & Subekti. 2021. Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an

Dengan Fungsi Kognitif Lansia Di Wilayah Rw 03 Kelurahan Jatimurni. *Jurnal Afiat Kesehatan dan Anak*.

Mukkaramah. 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Dan Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kognitif Lanjut Usia. Skripsi. Makasar: Universitas Islam Negeri Alauddin.

Maryam dkk .2011. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Kemenkes .2020. Panduan Pelayanan Kesehatan Lansia Era Covid-19. Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: [https://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/Panduan Pelayanan Kesehatan Lansia Era Covid19.pdf](https://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/Panduan_PelayananKesehatan_Lansia_Era_Covid19.pdf)

Haeroni. 2014. Pengaruh Terapi Membaca Al-Qur'an (Surah Arrahman) Terhadap Demensia pada Lansia di Unit Rehabilitasi sosial Wening Wardoyo. *Jurnal Ungaran: Stikes Ngudo Waluyo*.

Irawati & Madani. 2019. Durasi Membaca Al-Qur'an dengan Fungsi Kognitif pada Lansia. *Jurnal Kedokteran & Kesehatan Mutiara Medika*.

Akhmad, Sahmad, Hadi, I., & Rosyanti, L. (2019). Mild Cognitive Impairment (MCI) pada Aspek Kognitif dan Tingkat Kemandirian Lansia dengan *Mini-Mental State Examination* (MMSE) Sebagai bagian dari penilaian Penuaan, diperkirakan prevalensi gangguan kognitif tanpa demensia sekitar 22% dengan usia 71. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 11(1).

Isnaini, N. N. K. K. 2020. Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Jurnal Human Care*, 5(4), 1060–1066

Al-Kaheel .2012. *Lantunan Alqur'an Untuk Penyembuhan*. Yogyakarta Pustaka Pesantren

- Turana, Y. (2013). *Stimulasi Otak Pada Kelompok Lansia di Komunitas*. Jakarta : Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan
- Soeselowati, Pipit. 2017. *Hubungan antara Frekuensi dan Durasi Membaca Al-Quran dengan Fungsi Kognitif pada Usia Lanjut*. Thesis:Universitas Airlangga.