

Hevea Nursery (2013). Pengaruh Susu Tempe sebagai Suplemen terhadap Kesehatan Kognitif pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta.

Dosen Pembimbing : drh.Zulkhah Noor, M.Kes.

INTISARI

Latar belakang : Kemampuan kognitif seseorang cenderung menurun dengan bertambahnya usia. Faktor yang dapat mempengaruhi kognitif antara lain usia, nutrisi, penyakit, penggunaan obat dan psikologis. Tempe merupakan nutrisi alternatif yang mengandung protein, isoflavon, peroksida dismutase, asam amino, vitamin B12 dan Gestein yang diduga dapat meningkatkan kesehatan kognitif pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah susu tempe dapat meningkatkan kesehatan kognitif lansia.

Metode : Desain penelitian ini adalah *Quasy Eksperiment* dengan *pre test dan post test with control groups*. Responden penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Dusun Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta dengan rentang usia 45-70 tahun yang dapat membaca, menulis dan berkomunikasi dengan baik. Jumlah sampel 30 responden, terbagi menjadi 15 responden kelompok perlakuan dan 15 responden kelompok kontrol. Kelompok perlakuan mengkonsumsi 200 ml susu tempe yang mengandung 200 gram tempe setiap hari selama 1 bulan. Kesehatan kognitif diukur dengan menggunakan *Mini Mental State Examination (MMSE)* pada awal dan akhir penelitian. Data dianalisis menggunakan *Paired Sample T-Test* dan *Independent Samples T-Test* dengan tingkat kemaknaan <0.05 .

Hasil : Skor kesehatan kognitif kelompok perlakuan meningkat signifikan dari 19,9333 (SD = 3,53486) menjadi 23,6667 (SD = 2,94392) dengan nilai $p = 0,000$. Skor kesehatan kognitif kelompok kontrol mengalami peningkatan tidak signifikan dari 21,0667 (SD = 3,34806) menjadi 22,2667 (SD = 3,71227) dengan nilai $p = 0,16$. Peningkatan skor kesehatan kognitif lansia kelompok perlakuan sebesar 3,7333 (SD = 2,37447) adalah lebih tinggi secara signifikan dibanding kelompok kontrol yaitu 1,2000 (SD = 1,69874) dengan nilai $p = 0,002$.

Kesimpulan : Susu tempe terbukti dapat meningkatkan kesehatan kognitif pada lansia.

Kata Kunci : Susu Tempe, Kesehatan Kognitif, Lansia.

Hevea Nursery (2013). The Influence Tempe Milk as Supplement regarding Cognitive Health Elderly in Elders Posyandu Countryside Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta.

Supervisor: drh.Zulkhah Noor, M.Kes.

ABSTRACT

Background: *Cognitive ability tends to decline with age. Factors which may affect, among others, cognitive age, nutrition, disease, drug use and psychological. Tempe is an alternative nutrients containing protein, isoflavones, peroxide dismutase, an amino acid, vitamin B12 and Gestein which allegedly can improve cognitive health in the elderly. This study aims to prove whether tempe milk can improve cognitive health of the elderly.*

Methods: *The study design was Quasy experiment with pre-test and post-test with contol groups. Respondents of this study is the elderly who live in the hamlet Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta with age range 45-70 years who can read, write and communicate well. Number of samples 30 respondents, 15 respondents divided into treatment group and control group of 15 respondents. The treatment group consumed 200 ml of tempe milk containing 200 grams of tempe every day for 1 month. Cognitive health was measured using the Mini Mental State Examination (MMSE) at baseline and end of study. Data were analyzed using paired sample T-test and Independent Samples T-Test with significance level < 0.05 .*

Results: *Cognitive health scores of the treatment group increased significantly 19.9333 (SD = 3.53486) to 23.6667 (SD = 2.94392) with $p = 0.000$. Cognitive Health score control group experienced no significant increase of 21.0667 (SD = 3.34806) to 22.2667 (SD = 3.71227) with a value of $p = 0.16$. Improved cognitive health score elderly treatment group was 3.7333 (SD = 2.37447) was significantly higher than the control group 1.2000 (SD = 1.69874) with $p = 0.002$.*

Conclusion: *Tempe milk proven to improve cognitive health in the elderly.*

Keywords: *Tempe Milk, Cognitive Health, Elderly.*