



PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

ARIE RIHARDINI SUNDARI, S. PSI., M. SI.

LULUS SARJANA DI USIA 91 TAHUN



Kimlan Jinakul ikut wisuda bersama ribuan mahasiswa lain, yang semuanya jauh lebih muda dibandingkan dirinya.

Perlu waktu 10 tahun baginya untuk menamatkan studi pembangunan manusia dan keluarga di Universitas Terbuka Sukhothai Thammathirat, Thailand.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- David Wechsler: masa dewasa dicirikan dg penurunan intelektual krn adanya proses penuaan yg dialami setiap org.
- John Horn: *kecerdasan yg mengkristal*– yi sekumpulan info & kemampuan2 verbal yg dimiliki individu– meningkat seiring dg usia. Cth : tes memori
Sdgkan *kecerdasan mengalir/fluid*– yi kemampuan sso utk berpikir abstrak– menurun scr pasti sjk ms dewasa tengah. Cth:mencari nomor tlp darurat/membaca label obat (IADLs).



Raymond B. Cattell
Fluid & Crystallized Intelligences

- Factor analytic model
- **Fluid intelligence** – primary reasoning ability
 - Tests that are non-verbal tests, culture free, and independent of instruction
- **Crystallized intelligence** – factual knowledge
 - mazes, memory tests, matrices

MAKE YOURSELF SMARTER

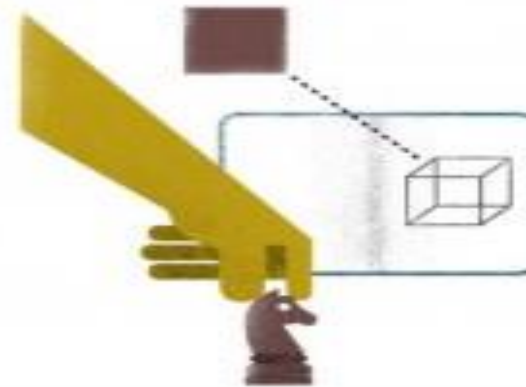
Everyone WANTS to be smarter, but how much of a difference can we really make?

TYPES OF INTELLIGENCE



CRYSTALLIZED

The information and functional knowledge stored in the brain



FLUID

The ability to learn and think critically

HOW TO STRENGTHEN YOUR FLUID INTELLIGENCE

Previously thought to be untrainable abilities, information processing and problem solving skills are now believed to be improved by the following exercises:



PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- **Paul Baltes & K. Warner Schaie** mempertanyakan pernyataan Horn, mrk percaya adanya fleksibilitas pd intelegensi org2 dewasa lanjut; kohort berperan– yi kesempatan memperoleh pendidikan.
- Kecepatan memproses cenderung menurun, krg mampu mengeluarkan kembali info yg telah disimpan dlm ingatannya, dan scr efektif menggunakan imajinasi mentalnya di dlm ingatan. Cthnya: mengapa lansia cenderung kesulitan menyetir mobil, yg memerlukan pengalihan perhatian yg cepat, mk ia perlu terus menjaga kontrol perhatian. Kemampuan memecahkan masalah praktis, menetap.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

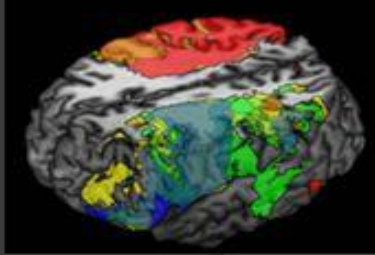
- **Paul Bates dkk** mengajukan *model proses ganda*, model fungsi kognitif yg mengidentifikasi dan berusaha mengukur dua dimensi kecerdasan : *mekanik dan pragmatis*.
- Penalaran mekanik/ cognitive mechanics: perangkat keras dr pikiran & merefleksikan rancangan neurofisiologis dr otak yg berkembang scr evolutif. Pd tingkat operasional, penalaran kognitif melibatkan kecepatan & ketepatan memproses, termasuk masukan sensoris, ingatan visual dan motorik, pembedaan, perbandingan, & pengkategorisasian. Krn pengaruh yg kuat dr faktor biologis, hereditas, & kesehatan pd penalaran mekanik, mk penurunan penalaran mekanik mjd mungkin seiring dg proses penuaan, sebagaimana fluid intelligence.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- Penalaran pragmatis/cognitive pragmatis: dasar kultural/ budaya “perangkat lunak” dr pikiran. Pd tingkat operasional, penalaran pragmatis termasuk keterampilan membaca & menulis, berbahasa, kualifikasi pendidikan, keterampilan2 profesional, & jg tipe2 pengetahuan tentang diri & keterampilan2 hidup yg membantu kita utk menguasai & mengatasi kehidupan. Krn pengaruh yg kuat dr kebudayaan, thd penalaran pragmatis mk peningkatan penalaran pragmatis pd usia lanjut mjd mungkin, sebagaimana crystallized intelegence.

Cognitive Functioning

Mapping intelligence in the brain



Cognitive Mechanics:

- Hardware of the mind
- Speed and accuracy of processes involved in sensory input, attention, memory, organizing, and discrimination
- Strong influence of biology and heredity
- Declines with age

Cognitive Pragmatics:

- Culture-based software of the mind
- Skills include:
 - Reading and writing skills
 - Language comprehension
 - Educational qualifications
 - Professional skills
 - Knowledge about self and life skills
- Can improve with aging

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- **Optimisasi selektif dengan kompensasi (selective optimization with compensation–SOC)** Dalam model proses ganda, meningkatkan fungsi kognitif secara keseluruhan dengan menggunakan kemampuan yang lebih kuat untuk mengkompensasi kemampuan yang melemah. Lansia mungkin menggunakan kekuatan pragmatis & sumber daya fisik, kognitif, & psikososial untuk mengkompensasi melemahnya kemampuan mekanik.
- Penelitian longitudinal Seattle, mengukur kecerdasan orang dewasa tentang kemampuan mental dasar (kosakata, kelancaran verbal, numerik (kemampuan menghitung), orientasi spasial, penalaran induktif, dan kecepatan persepsi), hasil: kecepatan persepsi cenderung menurun paling awal dan paling cepat; sementara yang lain lambat & tidak menyeluruh. Pria dengan tingkat pendidikan rendah, tidak puas dengan kesuksesan hidup, kepribadian tidak lentur.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- *Pendidikan, pekerjaan dan kesehatan* mrpk 3 komponen penting yg berpengaruh thd fungsi kognitif org dewasa lanjut.
- Pengalaman2 di dunia pendidikan berkorelasi positif dg skor pd tes-tes intelegensi dan tgs2 pengolahan info spt ingatan.
- Why elder people back 2 campus?
 - ✓ Memahami lbh baik sifat dasar penuaannya
 - ✓ Mempelajari perubahan2 sosial & teknologi
 - ✓ Menemukan pengetahuan & keterampilan yg relevan utk pekerjaannya
 - ✓ Utk tetap bersaing & bertahan di pekerjaan
 - ✓ Utk meningkatkan penemuan dirinya & aktivitas2 wkt luang utk penyesuaian diri saat pensiun kelak.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- Pekerjaan pd ms kini lbh berorientasi kognitif. Meningkatnya penekanan thd pengolahan informasi dlm pekerjaan mkn meningkatkan kemampuan intelektual individual.
- Perawatan kesehatan smkn baik. Walaupun bbrp penyakit berdampak negatif, mis: hipertensi berhubungan dg berkurangnya unjuk kerja pd WAIS utk individu2 lbh dr 60 thn.
- Hipotesis fase penurunan menyatakan bhw kematian didahului oleh suatu pengurangan fungsi kognitif kira2 pd suatu periode 5 thn pertama sblm kematian. Hipotesis ini melandasi status kesehatan lansia yg menurun.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- Pelatihan keterampilan kognitif: dg menggunakan **mnemonik** yi suatu istilah yg menggambarkan tehnik2 yg dirancang utk membuat ingatan mjd lbh efisien; tehniknya : metode loci, chunking (mengatur item2 dlm satu kesatuan yg bermakna & dpt diatur). Pelatihan kognitif ini berguna u/ mempertahankan fluid intelligence dg usia yg makin bertambah.
- Kebijaksanaan/wisdom: pengetahuan seorang ahli mengenai aspek2 praktis dr kehidupan yg memungkinkan munculnya keputusan yg bermutu mengenai hal2 yg ptg dlm kehidupan.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

- Tujuan kecerdasan bukan utk mengikuti tes, tetapi utk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. dg dmk kemampuan pemecahan masalah praktis tdk mengalami penurunan setelah usia paruh baya, dan tidak mencapai puncak pd ms paruh baya–stabil sjk ms dewasa awal s/d lansia, sblm akhirnya menurun.
- Lansia mkn pemecah masalah yg lbh efektif (byk strategi) ketika masalah tersebut memiliki relevansi emosional thd mereka.
- Namun, penggunaan pengalaman pribadi dlm memecahkan masalah sehari-hari, dpt mengganggu kemampuan berpikir analitis.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

Atensi selektif pd usila, lbh buruk dibandingkan org dewasa yg lbh muda scr keseluruhan; akan tetapi jk tugas2 yg diberikan sederhana & latihan yg cukup diberikan, perbedaan usia yg terjadi semakin kecil. Dmk pula, utk atensi terbagi, utk tgs2 sederhana perbedaan usia dewasa yg terjadi juga kecil, tp utk tgs yg sulit, lansia menunjukkan performa yg lbh buruk drpd org dewasa yg lbh muda. Utk atensi berkesinambungan dlm ukuran yg sederhana, lansia memiliki performa yg sama baik dg org dewasa yg lbh muda, namun tdk begitu baik utk tgs2 yg kompleks.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

Memori episodik (retensi info ttg dimana dan kapan su hal terjadi) pd lansia lbh buruk dibandingkan org dewasa yg lbh muda.

Memori semantik (pengetahuan ttg dunia–tmsk bidang2 keahlian sso) pd lansia lbh sulit, tp scr perlahan dpt mengingatnya.

Working memory (memori jk pendek) dan kecepatan memproses pd usila mengalami penurunan.

Memori eksplisit lbh mkn menurun dibandingkan dg memori implisit.

Memori prospektif, yi mengingat apa yg akan dilakukan di wkt mendatang, & hubungan antara memori prospektif dg penuaan adalah hal yg rumit.

Kesehatan, pendidikan, dan status sosial ekonomi mempengaruhi memori lansia.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

Pengambilan keputusan pd lansia tetap terpelihara dg baik.

Kearifan atau Kebijaksanaan (wisdom): pengetahuan seorang ahli mengenai aspek-aspek praktis dari kehidupan yang memungkinkan munculnya keputusan yang bermutu mengenai hal-hal yang penting dalam kehidupan.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA LANJUT

Robert Atchley menggambarkan 7 fase pensiun :

1. **Jauh (remote)** – kebanyakan individu sedikit melakukan sesuatu utk mempersiapkan fase pensiun.
2. **Mendekat (near)** – para pekerja mulai berpartisipasi di dalam program pra-pensiun.
3. **Bulan madu (honeymoon)** – mrpkn fase terawal dari fase pensiun, banyak individu yg merasa bahagia.
4. **Kekecewaan (disenchantment)** – org2 dewasa lanjut menyadari bahwa bayangan pra-pensiun mereka tentang fase pensiun ternyata tidak realistik.
5. **Re-orientasi (reorientation)** – para pensiunan mencatat apa yg masih dimiliki, mengumpulkannya bersama-sama, dan mengembangkan alternatif2 kehidupan yg lbh realistik.
6. **Stabil (stability)** – org2 dewasa telah memutuskan berdasarkan suatu kriteria tertentu utk mengevaluasi pilihan2 pd fase pensiun dan bagaimana mereka akan menjalani salah satu pilihan yg telah dibuat.
7. **Akhir (termination)** – peranan fase pensiun digantikan oleh peran sbg pesakitan atau peran tergantung krn org2 dewasa lanjut tdk dpt berfungsi scr mandiri lg dan mencukupi kebutuhannya sendiri.