

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Proses menua merupakan suatu keadaan yang terjadi pada kehidupan manusia, dimana proses ini biasanya menimbulkan suatu beban terhadap menurunnya fungsi organ serta menurunkan kualitas hidup pada lanjut usia. Pada saat era penduduk menua (aging population), hal tersebut dapat dilihat dari jumlah penduduk lansia yang mengalami peningkatan secara terus menerus (Diah Anantari, Astrawan, & Suparwati, 2022).

Sejalan dengan meningkatnya persentase penduduk lansia dan juga meningkatnya angka harapan hidup pada lansia mengakibatkan berbagai masalah kesehatan dan penyakit yang khas terjadi pada lansia juga ikut meningkat. Salah satu masalah yang dihadapi oleh lansia adalah terjadinya gangguan kognitif. Otak sebagai organ kompleks, pusat pengaturan system tubuh dan pusat kognitif merupakan salah satu organ tubuh yang rentan terhadap proses penuaan (Wibowo, Felisitas, & Sakti, 2017).

Fungsi organ tubuh akan semakin menurun baik karena faktor alamiah atau faktor penyakit karena akibat dari bertambahnya usia. Salah satu kemunduran yang terjadi pada lansia yaitu gangguan kemampuan kognitif berupa menurunnya daya ingat atau memori (Suminar & Sri, 2023).

Menurut WHO, 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. Di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun

2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) membeberkan bahwa jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan mencapai 19,9 persen pada tahun 2045. Jumlah lansia usia 60 tahun ke atas di Indonesia sebesar 10,8 persen atau sekitar 29,3 juta orang menurut BPS 2021. Angka tersebut diperkirakan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9 persen pada tahun 2045. Dalam data BPS tahun 2021, disebutkan bahwa proporsi penduduk umur 60 tahun ke atas diproyeksikan meningkat, dari 9,0 persen atau 23 juta penduduk pada tahun 2015, menjadi 19,9 persen atau setara dengan 63,3 juta penduduk pada tahun 2045. Sedangkan bila melihat laju pertumbuhan lansia secara global, data dari UN tahun 2022 menyebutkan sudah ada 727 juta orang yang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020. Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa lansia pada 2050 di seluruh dunia.

Jumlah lansia di Kalimantan Selatan berada pada angka 4,51% dengan jumlah 315,11 ribu jiwa yang juga merupakan usia tidak produktif berkisar 65 tahun keatas. Jumlah lansia yang mengalami penurunan kognitif di Kalimantan Selatan berada pada angka 2.922 ribu jiwa. Jumlah lansia di desa Sungai Bakung berada pada angka 382 jiwa, rata – rata salah satu penyakit lansia adalah terjadinya penurunan kognitif. (Hasanah, Sutria, Hidayah, & Barsihanor, 2021)

Peningkatan jumlah lansia harus diimbangi kesiapan keluarga dan tenaga kesehatan dalam memandirikan dan meminimalisir bantuan ADL (*Activity Dayli Living*) makan, minum, mandi, berpakaian dan menaruh barang pada lansia, karena pada lansia terjadi berbagai penurunan atau perubahan antara lain perubahan fisiologis yang menyangkut masalah sistem

muskuloskeletal, syaraf, kardiovaskuler, respirasi, indra, dan integumen, hal ini yang menghambat keaktifan dan keefektifan lansia dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari secara mandiri. Sebenarnya tidak ada batas yang tegas, pada usia berapa penampilan seseorang mulai menurun. Pada setiap orang, fungsi fisiologis alat tubuhnya sangat berbeda-beda, baik dalam hal pencapaian puncak maupun penurunannya.

Seiring dengan meningkatnya jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia, semakin meningkat pula permasalahan penyakit akibat proses penuaan. Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) mencatat penurunan fungsi kognitif lansia diperkirakan 121 juta manusia, dari jumlah itu 5,8 % laki-laki dan 9,5 % perempuan. Pada lansia sering terjadi mudah lupa dengan prevalensi 30 % gangguan daya ingat terjadi pada usia 50-59 tahun, 35%-39% terjadi pada usia di atas 65 tahun dan 85% terjadi pada usia di atas 80 tahun. kondisi ini dinamakan demensia yaitu gangguan kognitif terutama memori disertai gangguan lain misalnya bahasa sehingga mengganggu fungsi sosialnya (Lasmini & Sunarno, 2022).

Lanjut usia akan mengalami perubahan pada segi fisik, kognitif, dan psikososialnya. Keempat dominan dalam kualitas hidup adalah kesehatan fisik, kesehatan psikologi, hubungan sosial, dan membuat lanjut usia merasa kehidupannya tidak berarti lagi serta putus asa dalam menjalani kehidupan. Ini merupakan salah satu tanda rendahnya kualitas hidup pada lanjut usia yang tidak dapat menikmati masa tuanya. Permasalahan yang sering dihadapi lansia seiring dengan berjalannya waktu, akan terjadi penurunan berbagai fungsi organ tubuh. Penurunan fungsi ini disebabkan karena berkurangnya jumlah sel secara anatomis dan berkurangnya aktivitas, asupan nutrisi yang kurang, polusi dan radikal bebas, hal tersebut mengakibatkan organ-organ pada proses menua akan mengalami perubahan struktural dan fisiologis, begitu juga otak (Al-Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020).

Seiring bertambahnya usia, tubuh akan mengalami proses penuaan, termasuk otak. Otak akan mengalami perubahan fungsi, termasuk fungsi kognitif berupa sulit mengingat kembali, berkurangnya kemampuan dalam mengambil keputusan dan bertindak lebih lamban. Fungsi memori merupakan salah satu komponen intelektual yang paling utama, karena sangat berkaitan dengan kualitas hidup. Banyak lansia mengeluh kemunduran daya ingat yang disebut sebagai mudah lupa. Seseorang dikatakan mengalami penurunan fungsi kognitif yang lazim dikenal dengan demensia atau kepikunan, bila menunjukkan 3 atau lebih dari gejala-gejala berupa gangguan dalam hal diantaranya adalah perhatian (atensi), daya ingat (memori), orientasi tempat dan waktu, kemampuan konstruksi dan eksekusi (seperti mengambil keputusan, memecahkan masalah) tanpa adanya gangguan kesadaran. Gejala tersebut bisa disertai gangguan emosi, cemas, depresi, agresivitas (Lestari et al., 2020).

Latihan *brain gym* dapat meningkatkan potensi kerja otak yang dapat meningkatkan kebugaran fisik secara umum dalam bentuk melakukan *brain gym*. *Brain gym* merupakan gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak, dapat menarik keluar tingkat konsentrasi otak, dan juga sebagai jalan keluar pada bagian otak yang terhambat agar dapat berfungsi maksimal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Andari, Dwi Ramayanti et al., 2022 bahwa *brain gym* memberikan pengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia yang telah diberikan *brain gym* 3 kali dalam 1 minggu dalam rentan waktu 2 minggu.

Perawat memiliki peran penting dalam proses aktifitas *brain gym*. Dalam hal ini, perawat memiliki peran sebagai provider atau pemberi pelayanan. Melalui peran perawat diharapkan masalah-masalah yang terjadi pada lansia dapat dikurangi atau bahkan dapat dicegah termasuk masalah penurunan daya ingat. Pada akhirnya lansia akan memiliki kualitas hidup

yang lebih baik dan mampu mempertahankan kesejahteraan hidupnya (Al-Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020).

Berdasarkan latar belakang yang ada, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian karya ilmiah akhir ners tentang analisis asuhan keperawatan gerontik pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym* di UPT.Puskesmas Sungai Tabuk 3

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dijelaskan, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimanakah hasil analisis asuhan keperawatan gerontik pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym* di UPT. Puskesmas Sungai Tabuk 3.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis asuhan keperawatan gerontik pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym* di UPT.Puskesmas Sungai Tabuk 3.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*

1.3.2.2. Menegakkan diagnosa keperawatan yang muncul pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*

- 1.3.2.3. Membuat perencanaan keperawatan pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.3.2.4. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.3.2.5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.3.2.6. Menganalisis hasil asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.3.2.7. Melakukan pendokumentasian asuhan keperawatan dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Aplikatif

- 1.4.1.1. Sebagai acuan bagi perawat untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.4.1.2. Sebagai sumber informasi dan acuan bagi pasien dan keluarga untuk penerapan senam otak (*brain gym*)

1.4.2. Manfaat teoritis

- 1.4.2.1. Sebagai motivasi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai intervensi *brain gym* pada pasien dengan penurunan fungsi kognitif
- 1.4.2.2. Sebagai *evidence based nursing* dalam melaksanakan keperawatan lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*
- 1.4.2.3. Analisis keperawatan ini dapat dikembangkan untuk penerapan intervensi selanjutnya terkait metode

peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga terhadap lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif dengan penerapan intervensi unggulan *brain gym*

1.5. Penelitian Terkait

Tindakan keperawatan yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya diantaranya :

1.5.1. Pada penelitian dengan judul “Pengaruh Brain Gym Terhadap Fungsi Kognitif Lansia dengan Riwayat Demensia” tahun 2022, yang ditulis oleh Eva Dwi Rahmayanti, dkk. Metode penelitian yang digunakan adalah Pre eksperiment dengan one group pretest posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia dengan Demensia di Kelurahan Pojok Kediri sebanyak 20 lansia. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Pojok Kota Kediri. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa brain gym sangatlah efektif untuk menurunkan fungsi kognitif lansia demensia. Saran dari penelitian ini lansia dan keluarga harus konsisten untuk melakukan brain gym agar dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia demensia.

1.5.2. Pada penelitian dengan judul “Pelaksanaan Brain gym untuk Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia” tahun 2020, yang ditulis oleh Aisyatu Al-Finatunni'mah dan Tri Nurhidayati. Metode penelitian deskriptif dengan menggunakan teknik sampling non probability sampling dengan convenience sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia dengan usia >60 tahun yang mengalami gangguan memori dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini dilakukan di Ruang cempaka Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang. Hasil studi menunjukkan Brain gym dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia demensia yang ditunjukkan dengan

peningkatan skor MMSE pada kedua subjek studi. Kesimpulan dari studi ini yaitu setelah dilakukan intervensi Brain gym selama seminggu, skor MMSE meningkat dengan kisaran 0-16. Intervensi Brain gym ini dapat direkomendasikan secara teratur bagi lansia agar dapat meningkatkan fungsi kognitif secara optimal.

- 1.5.3. Pada penelitian dengan judul “Pengaruh Brain Gym Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Panti Werdha Majapahit Kabupaten Mojokerto” tahun 2020, yang ditulis oleh Maria Suci Lestari, dkk. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimental jenis pra eksperimental dengan pendekatan pretest-post test one group design. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif di panti Werhda Majapahit Kabupaten Mojokerto pada bulan juli 20218 sebanyak 22 orang. Penelitian ini dilakukan di Panti Werdha Majapahit Kabupaten Mojokerto. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mengalami gangguan kognitif ringan sebelum melakukan brain gym sejumlah 11 orang (84,6%), dan sebagian besar responden mengalami gangguan kognitif ringan sesudah melakukan brain gym sejumlah 7 orang (53,8%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $p\text{value} = 0,046 < \alpha$ sehingga H_1 diterima, artinya ada pengaruh dari brain gym terhadap fungsi kognitif lansia di Panti Werdha Majapahit Kabupaten Mojokerto. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa brain gym mempengaruhi fungsi kognitif lansia, karena dengan brain gym maka aliran darah yang menuju ke otak akan semakin lancar dan memenuhi kebutuhan sel otak untuk dapat berfungsi dengan baik