

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia adalah kelompok umur tahap akhir yang terjadi pada manusia akan memasuki tahap akhir dari kehidupan, seseorang dikatakan lansia apabila sudah berumur 60 tahun keatas (≥ 60 tahun) (Sulistijono et al., 2015). Menua bukan suatu penyakit, tapi merupakan proses terjadinya perubahan yang dialami secara berangsur-angsur yang mengakibatkan terjadinya sekumpulan perubahan (Supriadi & Neni, 2022). Menua adalah terjadinya perubahan pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan, sel yang mengalami penurunan secara kapasitas fungsional, menua dihubungkan dengan perubahan degeneratif yang terjadi pada organ manusia baik itu kulit, tulang, jantung, paru-paru, saraf atau bagian tubuh yang lainnya. Pada lansia umumnya terjadi perubahan fisik, psikologis dan sosial (Damanik & Hasian, 2019).

Berdasarkan data Perserikatan Bangsa-Bangsa pada tahun 2020 jumlah lansia di seluruh dunia dengan rentang usia 60 tahun keatas berjumlah ± 625 juta jiwa dan akan meningkat 2 kali lipat di tahun 2025 sekitar 1,2 milyar (PBB, 2020). Jumlah lansia di Indonesia tahun 2020 adalah 27 juta jiwa (10%), diperkirakan jumlah lansia pada tahun 2035 meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) (Infodatin, 2022). Menurut Riskesdas Provinsi Riau (2020), jumlah lansia yang berada di provinsi Riau pada tahun 2020 adalah 412 ribu jiwa. Menurut Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2019), jumlah lansia di Pekanbaru adalah 61 ribu jiwa.

Pada usia lanjut terjadi gangguan kognitif dimana disebabkan oleh penurunan pada fungsi otak, sehingga seseorang mengalami gangguan penurunan daya ingat, lambatnya proses informasi kesulitan berbahasa, kesulitan dalam mengenal benda, gagal dalam melakukan aktivitas yang mencapai tujuan dan gangguan dalam menyusun rencana, mengatur sesuatu, sehingga kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang disebut dengan demensia atau pikun (Maunaturrohmah & Yuswatiningsih, 2018).

Demensia adalah gejala klinis yang meliputi hilangnya fungsi intelektual dan memori yang sedemikian berat sehingga menyebabkan disfungsi hidup sehari-hari (Ekaputri & Rahmaniza, 2020). Gejala yang timbul pada pasien yang mengalami demensia adalah pelupa, perubahan kepribadian, penurunan pada kemampuan kegiatan sehari-hari, perilaku yang dilakukan berulang dan dapat disertai delusi paranoid (Maunaturrohmah & Yuswatiningsih, 2018).

Menurut WHO (2017), di seluruh dunia 47 juta orang yang menderita demensia atau sekitar 5% dari jumlah populasi lansia di seluruh dunia, dengan lebih dari 60% tinggal di daerah yang berpenghasilan rendah dan menengah, angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 75 juta pada tahun 2030 dan 132 juta pada tahun 2050, hal ini terjadi karena proporsi lansia yang meningkat hampir di setiap negara. Tinjauan terbaru menyatakan hampir 9,9 juta orang mengalami demensia setiap tahunnya, dalam setiap 3 detik ditemukan kasus baru orang yang mengalami demensia. Menurut *Alzheimer's Disease International*, di Indonesia pada tahun 2015 terdapat 556 ribu orang yang mengalami demensia dan meningkat pada tahun 2030 menjadi 2,3 juta orang yang akan mengalami demensia (ADI, 2016). Menurut Badan Pusat Statistik (2010), di provinsi Riau

jumlah lanjut usia yang mengalami penurunan fungsi kognitif (demensia) adalah berjumlah 20.864 orang. Jumlah lansia yang mengalami demensia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau sebanyak 69 Orang (Ekaputri & Rahmaniza, 2020).

Masalah demensia yang merupakan gangguan intelektual dan daya ingat pada usia lanjut, merupakan masalah yang perlu segera mendapatkan pencegahan dan penanganan yang baik (Riyani et al., 2020). Penatalaksanaan pada pasien yang mengalami demensia adalah menggunakan terapi farmakologi dan terapi non farmakologis. Penatalaksanaan terapi farmakologis diberikan dengan menggunakan obat-obatan, obat yang digunakan tidak dapat menyembuhkan demensia akan tetapi hanya ditunjukkan untuk perubahan perilaku. Obat-obatan yang biasanya digunakan adalah seperti asetilkolinesterase (donesepil, rivastigmin, galantamin), dan golongan antagonis N-Metil-D-aspartat (mementimin), dan mengingat harga obat-obatan tersebut mahal dan harus diberikan seumur hidup sehingga menyebabkan pertimbangan penggunaannya menjadi tidak mudah (Darmodjo., 2015).

Terapi non farmakologis yang dapat digunakan berupa latihan atau permainan prosedurnya membutuhkan konsentrasi, orientasi, atensi memori, dan visual, seperti teka teki silang, puzzle dan senam otak (*brain gym*). Salah satu teknik non farmakologi yang efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif adalah dengan melakukan kegiatan senam otak (*brain gym*), senam otak digunakan karena gerakan yang dilakukan sangat sederhana, menyenangkan dan sangat praktis untuk dilakukan (Abdillah & Octaviani, 2020). *Brain gym* (senam Otak) adalah serangkaian gerakan sederhana yang digunakan untuk memadukan semua

bagian otak yang meningkatkan kemampuan kognitif, membangun harga diri dan rasa kebersamaan. *Brain gym* berguna untuk meningkatkan hal berpikir dan koordinasi (Desi Ningrum et al., 2018). Manfaat dilakukan *Brain gym* adalah dapat mengurangi stres emosional, memberikan hubungan efek relaksasi terhadap hubungan antar manusia, meningkatkan kemampuan daya ingat dan berbahasa, meningkatkan kreativitas dan semangat (Murdiyanti, 2019). *Brain gym* sangatlah efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia demensia (Ramayanti et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Abdillah & Octaviani (2020), yang berjudul “Pengaruh Senam Otak Terhadap Penurunan Tingkat Demensia di Wilayah Kerja Puskesmas Kesambi Kota Cirebon” menunjukkan bahwa penggunaan terapi *brain gym* pada 25 responden, selama 5 kali seminggu dan dilakukan dalam waktu 2 minggu, diperoleh hasil adanya pengaruh senam otak terhadap penurunan tingkat demensia pada lansia.

Penelitian yang dilakukan oleh Budiarti & Nora (2021), yang berjudul “Efektivitas Senam Otak (*Brain Gym*) Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2019” menunjukkan bahwa penggunaan terapi *brain gym* pada 12 responden, dilakukan 2 kali sehari pada pagi dan sore hari yang dilakukan dalam waktu 2 minggu, diperoleh hasil bahwa senam otak efektif terhadap fungsi kognitif jika dilakukan dengan efektif dan teratur.

Penelitian yang dilakukan oleh Al-Finatunni'mah & Nurhidayati (2020), yang berjudul “Pelaksanaan Senam Otak untuk Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia” menunjukkan bahwa terapi *brain gym* pada 2 orang

responden, dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari, senam otak dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia demensia dalam waktu yang singkat.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus yang berjudul Penerapan Terapi *Brain Gym* Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Masalah Demensia di UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau. Selain itu peneliti juga tertarik karena terapi *brain gym* telah dipelajari pada mata kuliah perawatan pasca hospital yang merupakan salah satu terapi non farmakologi untuk lansia yang mengalami demensia yang bisa untuk diterapkan. Peneliti juga tertarik karena terapi *brain gym* ialah gerakan sederhana dan mudah untuk diaplikasikan secara mandiri dengan pertimbangan tidak memerlukan biaya yang tinggi, diharapkan dilakukan secara konsisten sehingga meningkatkan fungsi kognitif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada studi kasus ini adalah **“Bagaimana Penerapan Terapi Brain Gym Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Masalah Demensia Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau?”**.

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil penerapan terapi *brain gym* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan masalah demensia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mendeskripsikan fungsi kognitif sebelum diberikan terapi *brain gym*.

1.3.2.2 Mendeskripsikan fungsi kognitif sesudah diberikan terapi *brain gym*.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Bagi Masyarakat

Membudayakan kontrol demensia secara mandiri melalui terapi *brain gym* secara mandiri.

1.4.2 Tujuan Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang terapi *brain gym* pada subjek lansia yang mengalami demensia pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

1.4.3 Bagi Pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah

Sebagai informasi untuk meningkatkan pelayanan kesehatan terutama dalam penanganan subjek demensia melalui terapi *brain gym*.

1.4.4 Bagi Penulis

Memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan terapi *brain gym* pada subjek demensia.