

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam rentang kehidupan manusia, ditandai dengan berakhirnya fase-fase kehidupan yang lebih aktif atau produktif. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023) menetapkan usia 65 tahun sebagai awal terjadinya proses penuaan yang nyata, sehingga individu pada usia ini diklasifikasikan sebagai lansia. Menurut laporan *World Population Ageing* 2023 dari Perserikatan Bangsa-Bangsa, jumlah lansia secara global telah mencapai 705 juta jiwa atau sekitar 9,18% dari total populasi, dan diproyeksikan meningkat menjadi 2 miliar jiwa pada tahun 2050 (Affairs, 2024).

Berdasarkan data BPS (2023) terdapat delapan provinsi di Indonesia yang termasuk *ageing population* yaitu Sumatera Barat, Lampung, Jawa Tengah, DI Yogyakarta, Jawa Timur, Bali, Sulawesi Utara, dan Sulawesi Selatan. Data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatera Barat menunjukkan bahwa persentase penduduk lanjut usia (lansia) di provinsi tersebut pada tahun 2023 mencapai 10,46% dari total populasi. Angka ini menunjukkan bahwa struktur penduduk di Sumatera Barat tergolong ke dalam kategori *penduduk tua*. Dalam tiga tahun terakhir, jumlah lansia di provinsi ini menunjukkan tren peningkatan yang konsisten. Pada tahun 2021, jumlah lansia tercatat sebanyak 603.360 jiwa. Angka ini meningkat menjadi 629.493 jiwa pada tahun 2022, dan terus bertambah hingga mencapai 654.180 jiwa pada tahun 2023 (BPS, 2024).

Proses menua merupakan tahapan alami yang ditandai dengan terjadinya penurunan kemampuan fungsi fisiologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara perlahan dan progresif (Setiati & Seto, 2019). Seiring bertambahnya usia, terjadi berbagai perubahan fisik seperti menurunnya kekuatan otot, elastisitas jaringan tubuh, koordinasi motorik, dan fungsi sistem organ tubuh seperti sistem saraf, pernapasan, dan pencernaan (Depkes RI, 2019). Selain itu, lansia juga mengalami perubahan psikososial seperti penurunan peran sosial, meningkatnya rasa kesepian, kehilangan pasangan hidup, dan berkurangnya interaksi sosial, yang semuanya dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup lansia (Suardana dkk, 2020).

Salah satu perubahan fisik yang cukup signifikan dan sering diabaikan pada lansia adalah gangguan menelan atau disfagia. Disfagia merupakan kesulitan dalam proses menelan makanan, cairan, atau air liur dari rongga mulut ke lambung yang disebabkan oleh gangguan struktur atau fungsi sistem menelan (Xu dkk, 2023). Gangguan menelan terjadi karena kerusakan input sensori dari saraf tepi terkhusus melalui saraf kranial IX dan X, kerusakan koordinasi sistem saraf pusat yaitu pada bagian *medulla oblongata*, dan respon motorik sebagai umpan balik, sehingga seseorang akan mengalami kesulitan menelan (Smith dk., 2020). Gangguan ini sering kali dianggap sebagai bagian dari proses menua yang wajar, padahal memiliki konsekuensi klinis yang serius jika tidak ditangani secara tepat.

Prevalensi disfagia pada lansia yang tinggal di komunitas berkisar antara 12% hingga 30%, sedangkan pada mereka yang tinggal di fasilitas pelayanan

kesehatan seperti panti jompo dapat mencapai lebih dari 50% (Ciardiello dkk, 2022). Faktor-faktor penyebab disfagia pada lansia meliputi penurunan fungsi refleks menelan, kelemahan otot orofaring, serta penyakit degeneratif seperti stroke, parkinson, dan alzheimer (Langmore & Robbins, 2023). Penelitian melaporkan bahwa gangguan menelan sangat sering terjadi pada pasien stroke dimana terdapat lebih dari 50% pasien mengalami gangguan menelan, hal ini terjadi terutama pada minggu awal stroke (Farpour dkk., 2023).

Gangguan menelan dapat menimbulkan berbagai konsekuensi serius, baik dari aspek fisik maupun psikososial. Dari sisi fisik, disfagia berisiko menyebabkan kekurangan gizi, kurangnya asupan cairan, infeksi paru-paru akibat aspirasi, serta melemahnya sistem kekebalan tubuh. Sementara itu, secara psikologis, lansia yang mengalami disfagia sering merasa enggan untuk berinteraksi sosial, terutama saat makan, karena rasa takut tersedak atau malu, yang pada gilirannya dapat memicu perasaan depresi dan keterasingan sosial. (Banda dkk, 2022). Kondisi ini membuat intervensi terhadap disfagia menjadi suatu kebutuhan yang sangat penting dalam pelayanan kesehatan geriatri.

Penatalaksanaan disfagia secara umum dapat dilakukan dengan pendekatan non farmakologis. Terapi nonfarmakologis menjadi pilihan utama, terutama pada kondisi disfagia yang tidak disebabkan oleh penyakit akut atau yang tidak memerlukan tindakan medis invasif. Pendekatan nonfarmakologis meliputi modifikasi tekstur makanan, latihan menelan, serta latihan penguatan otot-otot yang terlibat dalam proses menelan. Salah satu intervensi

nonfarmakologis yang terbukti efektif dan relatif baru dalam penanganan disfagia adalah terapi *chin tuck against resistance* (CTAR) (Park dkk, 2021).

Chin tuck against resistance (CTAR) merupakan latihan menelan yang dirancang untuk memperkuat otot-otot *suprahyoid*, yaitu kelompok otot yang berfungsi menarik tulang *hyoid* dan laring ke atas dan ke depan selama proses menelan. Latihan ini dilakukan dengan cara menundukkan dagu ke arah dada sambil memberikan tekanan terhadap suatu alat bantu seperti bola karet yang diletakkan di bawah dagu (Park dkk, 2021). Teknik ini dinilai efektif dalam meningkatkan fungsi menelan, terutama pada populasi lanjut usia, karena mudah dilakukan dalam posisi duduk dan tidak memerlukan aktivitas fisik yang berat (Liu dkk., 2023).

Cara kerja CTAR memanfaatkan prinsip latihan resistensi isometrik dan isokinetik. Saat pasien menekan bola di bawah dagu, terjadi aktivasi otot *suprahyoid* secara maksimal, yang dapat meningkatkan ketebalan dan kekuatan otot-otot tersebut. Hal ini membantu memperbaiki elevasi laring dan pembukaan sfingter esofagus atas, sehingga proses perpindahan makanan dari rongga mulut ke kerongkongan dapat berlangsung lebih efektif dan aman (Kılınç dkk. 2020).

Manfaat dari terapi CTAR telah dibuktikan dalam beberapa penelitian. studi yang dilakukan oleh Park dkk, (2021) menunjukkan bahwa terapi ini secara signifikan meningkatkan kekuatan otot *suprahyoid* dan memperbaiki fungsi menelan pada pasien stroke dengan disfagia. Sementara itu, penelitian oleh Liu dkk, (2023) menemukan bahwa CTAR lebih meningkatkan aktivasi otot, serta

meningkatkan elevasi laring dan mengurangi risiko aspirasi. Keunggulan lain dari CTAR adalah sifatnya yang non invasif, dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan supervisi minimal serta tidak perlu perawatan khusus di rumah sakit dan tidak memerlukan alat yang mahal, sehingga cocok diterapkan di lingkungan komunitas maupun fasilitas pelayanan sosial lansia.

Melihat prevalensi disfagia yang tinggi pada lansia serta potensi komplikasi serius yang ditimbulkannya, maka diperlukan intervensi yang efektif, praktis, dan mudah diterapkan. Salah satu terapi yang terbukti bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan menelan adalah *chin tuck against resistance* (CTAR), yang menurut hasil penelitian Ridzka (2024) efektif untuk dilakukan. Dengan merujuk pada temuan tersebut, peneliti menerapkan latihan CTAR kepada beberapa lansia yang peneliti temui di komunitas dan bertujuan membantu meningkatkan fungsi menelan serta kualitas hidup lansia melalui intervensi yang sederhana namun berbasis eviden. Oleh karena itu, asuhan keperawatan ini difokuskan untuk mengeksplorasi lebih lanjut efektivitas terapi CTAR dalam mengatasi gangguan menelan pada lansia.

Berlandaskan latar belakang tersebut, penulis terdorong guna melakukan penelitian mengenai “Asuhan Keperawatan pada Lansia Disfagia dengan Penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) Dalam Meningkatkan Fungsi Menelan di kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Lansia Disfagia Dengan Penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) Dalam Meningkatkan Fungsi Menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang Tahun 2025.



C. Tujuan

a. Tujuan Umum

Tujuan dari penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk memaparkan Asuhan Keperawatan Pada Lansia Disfagia Dengan Penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) Dalam Meningkatkan Fungsi Menelan Di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang Tahun 2025.

b. Tujuan Khusus

1. Menjelaskan pengkajian pada lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang tahun 2025.
2. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang tahun 2025.
3. Menjelaskan intervensi pada lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang tahun 2025.
4. Menjelaskan implementasi pada lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang tahun 2025.
5. Menjelaskan evaluasi pada lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang tahun 2025.

D. Manfaat

1. Bagi Mahasiswa

Sebagai pengembangan kemampuan mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat lansia disfagia dengan penerapan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dalam meningkatkan fungsi menelan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian lebih lanjut bagi peneliti yang ingin meneliti tentang bagaimana *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) dapat meningkatkan fungsi menelan.

3. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi pihak puskesmas dalam membuat suatu kebijakan untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap lansia yang bersifat promotif dan preventif tentang terapi menelan dengan cara menerapkan *Chin Tuck Against Resistance* (CTAR) yang dapat meningkatkan fungsi menelan.