

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu cakupan dari kesehatan jiwa adalah lanjut usia. Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Menurut Sanjeeve Sabharwal (2015) lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun dan mengalami suatu proses menurunnya atau bahkan menghilangnya daya tahan dan kemunduran struktur dan fungsi organ tubuh secara berangsur-angsur dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang dapat mempengaruhi kemandirian dan kesehatan lansia. Jadi dapat disimpulkan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun ke atas dan mengalami suatu kemunduran fungsi organ tubuh secara berangsur-angsur.

Menurut WHO, pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun 2013. (Kemenkes RI, 2013). Indonesia termasuk ke dalam negara kelima dengan lansia terbanyak di dunia. Berdasarkan data proyeksi penduduk, diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta) (Kemenkes RI, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa baik secara global, Asia dan Indonesia dari tahun 2015 sudah memasuki era penduduk menua (*aging population*) karena jumlah penduduknya yang berusia 60 tahun keatas melebihi angka 7 persen.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO), terdapat sebanyak 46 juta orang penderita demensia dengan hampir 60% berasal dari negara

berkembang. Terjadi peningkatan hampir 10 juta kasus per tahunnya, dengan perkiraan sekitar 5 hingga 8 kasus per 100 orang (WHO, 2019). Jumlah penderita demensia diperkirakan akan mencapai angka 75 juta pada tahun 2030 dan akan bertambah 3 kali lipat menjadi 132 juta pada tahun 2050 (Vami, 2018). Di Indonesia, jumlah Orang Dengan Demensia (ODD) ditaksir akan mengalami peningkatan yang serupa seiring dengan bertambahnya penduduk . Pada tahun 2013 terdapat 960.000 jiwa, kemudian menjadi 1.890.000 jiwa di tahun 2030, dan semakin meningkat menjadi 3.980.000 jiwa ODD di tahun 2050 (World Alzheimer Report, 2012; Kemenkes, 2015).

Prevalensi lansia di Sumatera Barat juga tak luput dari peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data dari BPS Sumatera Barat, jumlah penduduk usia 65 tahun ke atas mengalami kenaikan sebesar 5,42% dari total populasi lansia yang ada dan 17,6% mengalami gangguan kognitif (Vami, 2018).

Lansia mengalami penuaan (*aging proses*) sebagai proses berkurangnya daya tahan tubuh menghadapi rangsangan dari dalam maupun dari luar tubuh. Hal ini terjadi karena lansia mengalami kehilangan jaringan pada otot, susunan saraf, dan jaringan lain sehingga tubuh lansia mengalami penurunan fungsi (Nugroho, 2008). Perubahan biologis yang terlihat sebagai gejala kemunduran fisik antara lain kulit yang mulai mengendur, timbul keriput, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran dan penglihatan mulai berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban dan kurang lincah, serta penimbunan lemak terutama di perut dan pinggul. Selain itu, lansia juga mengalami perubahan psikologis misalnya kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi

kematian, depresi, cemas dan mengalami penurunan daya ingat (Maryam, 2008 dalam Amtonis, 2014).

Perubahan psikologis yang terjadi pada lansia salah satunya adalah penurunan daya ingat atau fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif pada lansia terdiri dari beberapa aspek, salah satunya yaitu aspek mengingat kembali. Hal ini disebabkan karena berkurangnya jumlah sel secara anatomis, kurangnya aktivitas, dan kurangnya asupan nutrisi. Penurunan fungsi kognitif yang paling ringan adalah mudah lupa berlanjut sampai ke demensia sebagai bentuk klinis gangguan kognitif yang paling berat. Kondisi ini sangat berbahaya karena dapat mengganggu kegiatan sehari-hari lansia (Maryam, 2008 dalam Amtonis, 2014).

Apabila gangguan kognitif dibiarkan, akibat yang akan terjadi dapat berkaitan dengan memori panjang dan proses informasi. Pada memori panjang, lansia akan mulai kesulitan dalam mengungkapkan kembali cerita atau kejadian yang tidak begitu menarik perhatiannya dan informasi baru atau informasi tentang orang. Akibat lanjut dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup lansia, ketidakefektifan status fungsional, dan juga dapat berpengaruh pada perasaan bahagia serta kreativitas (Santoso & Rohmah, 2011). Dan juga berimplikasi pada pemenuhan kebutuhan sehari-hari dimana lansia akan sering lupa untuk makan dan minum, kurangnya memperhatikan kualitas makanan, kebutuhan eliminasi, kecemasan, komunikasi dan akan mengalami hal yang serupa. (Haris, Steven, Handajani, 2014).

Pada masa lanjut usia permasalahan yang sering kali terjadi adalah kurangnya kemampuan dalam beradaptasi secara psikologis terhadap

perubahan yang terjadi pada dirinya. Penurunan kemampuan dalam beradaptasi ini seringkali menyebabkan gangguan psikososial pada lansia. (Rohmah, 2015). Mengingat hal tersebut lansia membutuhkan dukungan untuk menyesuaikan diri beradaptasi dengan perkembangan dalam hidupnya untuk mencapai integritas diri yang utuh.

Menurut Keliat (2016) tercapainya integritas diri yang utuh merupakan salah satu pencapaian perkembangan psikososial pada lansia. Pentingnya kesehatan jiwa pada lansia dikarenakan apabila tidak tercapai integritas diri yang utuh maka lansia akan merasa putus asa dan menyesali masa lalu yang tidak bermakna. Integritas diri yang tercapai oleh lansia akan meningkatkan kualitas hidup lansia yang membutuhkan perawatan dari orang lain.

Untuk mencapai integritas diri yang utuh, maka lansia harus tetap di berikan stimulus agar tidak terjadi penurunan fungsi kognitif. Salah satu upaya untuk menghambat penurunan fungsi kognitif akibat penuaan dan sebagai bentuk stimulasi untuk meningkatkan kemampuan otak yaitu dengan melakukan stimulasi otak sedini mungkin. Terapi yang diberikan dapat berupa rekreasi, membaca, bermain puzzle, mendengarkan musik, mengingat waktu dan tempat, berdansa, terapi seni dan senam otak untuk melatih kemampuan otak dalam bekerja (Yanuarita, 2012).

Senam otak adalah serangkaian gerak sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak, dapat menarik keluar tingkat konsentrasi otak, dan juga sebagai jalan keluar bagi bagian otak yang terhambat agar dapat berfungsi maksimal (Surahmat & Novitalia, 2017). Gerakan senam otak memberikan rangsangan atau stimulus pada kedua

belahan otak yang dikoordinasikan secara fisiologis melalui *korpus kolosum*, sehingga bisa meningkatkan daya ingat dan fungsi kognitif pada lansia (Amtonis, 2014).

Menurut ahli senam otak sekaligus penemu senam otak dari lembaga Educational Kinesiology Amerika Serikat Paul E, Denisson Ph. D., meski sederhana, senam otak mampu memudahkan kegiatan belajar dan melakukan penyesuaian terhadap ketegangan, tantangan dan tuntutan hidup sehari-hari. Selain itu senam otak juga akan meningkatkan kemampuan berbahasa dan daya ingat. Pada lansia, penurunan kemampuan otak dan tubuh akan membuat tubuh mudah terserang penyakit, pikun dan frustrasi. Meski demikian, penurunan ini, bisa diperbaiki dengan melakukan senam otak yang bertujuan untuk memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak serta merangsang kedua belah otak bekerja (Abdillah & Octaviani, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raden Surahmat (2017) bahwa adanya peningkatan fungsi kognitif pada lansia setelah diberikan intervensi senam otak sebanyak 22% dari sebelum diberikan intervensi. Dan juga pada penelitian Aisyatu Al-Finatunni, mah (2020) didapatkan bahwa adanya peningkatan skor MMSE fungsi kognitif lansia pada setiap minggunya setelah diberikan intervensi senam otak 1 kali/hari selama 15 menit dalam 1 minggu. Penelitian yang dilakukan Amila (2018) didapatkan fungsi kognitif lansia sebelum dilakukan senam otak dengan kategori gangguan kognitif sedang sebanyak 14,3% dan gangguan kognitif ringan sebanyak 85,7% dan setelah dilakukan senam otak selama 2 minggu dengan waktu 10-15 menit pada pagi hari sebanyak 4 kali dalam seminggu, terjadi

penurunan jumlah lansia yang mengalami gangguan kognitif sedang menjadi 9,5% , gangguan kognitif ringan menjadi 66,7% dan normal 23,8%.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada Ny. R didapatkan bahwa sebelumnya Ny. R dan keluarga belum mengetahui ciri-ciri perkembangan normal dan menyimpang pada lansia, Ny. R juga belum pernah mengikuti pendidikan kesehatan terkait peningkatan fungsi kognitif pada lansia ditambah lagi dengan kondisi pandemi covid-19 saat ini Ny. R tidak ada mengikuti posyandu lansia di daerah nya. Dari kemampuan kognitif Ny. R masih sangat baik, dimana Ny. R masih mampu berorientasi dengan waktu dan tempat, masih mampu berhitung dan membaca. Kemudian dilakukan pengukuran fungsi kognitif Ny. R dengan instrument MMSE di dapatkan hasil skor 27, ini menunjukkan bahwa Ny. R tidak mengalami gangguan kognitif.

Berdasarkan data diatas, penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ny. R Dengan Kesiapan Peningkatan Perkembangan Usia Lanjut dan Penerapan Terapi Senam Otak Di Tarandam Padang Tahun 2021”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada karya ilmiah akhir ini adalah mahasiswa mampu memberikan asuhan keperawatan jiwa secara komprehensif pada Ny. R dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada karya ilmiah akhir ini adalah agar mahasiswa mampu:

- a. Melakukan pengkajian pada klien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada klien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak
- c. Merumuskan intervensi keperawatan pada klien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak
- d. Melaksanakan implementasi pada klien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak
- e. Melaksanakan evaluasi pada klien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan penerapan terapi senam otak

C. Manfaat Penelitian

1. Pendidikan

Hasil karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan pengetahuan bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan khususnya mata ajar keperawatan jiwa tentang manajemen kasus: terapi senam otak untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

2. Pelayanan Kesehatan

Hasil karya ilmiah ini dapat menjadi bahan informasi bagi pemberian asuhan keperawatan dalam mengatasi kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut serta sebagai petugas kesehatan yang professional dapat meningkatkan kualitas pelayanan khususnya pelayanan keperawatan jiwa dimasyarakat yang bersifat promotif dan preventif ke arah yang lebih baik lagi.

3. Peneliti Selanjutnya

Mendapatkan pengetahuan terkait dengan asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan kesiapan peningkatan perkembangan usia lanjut dan manajemen kasus tentang penggunaan terapi senam otak untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

