BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan tahapan perkembangan akhir seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Tahapan ini merupakan fase akhir dari kehidupan yang akan dijalani oleh seseorang yang berhasil melewati tahapan usia mulai dari bayi hingga dewasa. Pada periode ini, seseorang akan mengalami berbagai perubahan seperti terjadinya kemunduran fisik dan psikologi yang akan terjadi secara bertahap. Perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik maupun perubahan non fisik. Seiring bertambahnya usia pada seorang lansia maka fungsi kognitif juga akan berubah. (R. Sari et al., 2024)

Dalam berbagai aspek kehidupan akan tampak penyebab dari penuaan tersebut baik melalui aspek sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Pada segi kesehatan, akan lebih rentan terhadap keluhan fisik baik faktor alamiah maupun karena penyakit. (Anggraeni et al., 2024)

Penurunan pada fungsi otak dapat menyebabkan gangguan kognitif sehingga seseorang mengalami gangguan penurunan daya ingat, kesulitan dalam berfikir dan mengingat, berkonsentrasi, kesulitan dalam mengenal benda, kesulitan dalam menerima informasi, gagal dalam melakukan aktivitas yang mencapai tujuan dan gangguan dalam menyusun rencana, kesulitan dalam memanagement waktu dan mengatur sesuatu, kesulitan dalam beraktivitas disebut juga dengan demensia atau pikun. (Rahmayati et al., 2024)

Demensia merupakan hilangnya kemampuan intelektual yang memengaruhi setiap kegiatan sosial dan pekerjaan seseorang. Hilangnya kemampuan intelektual termasuk gangguan memori, penilaian dan berpikir abstrak. Demensia dapat mengakibatkan penurunan kognitif terus menerus dan menetap dalam fungsi mental dan perilaku yang dapat terjadi pada semua usia, terutama pada lansia. Gejala yang biasanya terjadi pada pasien yang mengalami demensia yaitu menjadi pelupa, memiliki perubadan dalam kepribadian, mengalami penurunan terhadap kemampuannya dalam melakukan kegiatan sehari hari**.** (Rahmayati et al., 2024)

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023, saat ini lebih dari 55 Juta orang diseluruh dunia menderita demensia dan lebih dari 60% diantaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Setiap tahun, hampir 10 juta kasus baru yang mengalami demensia di seluruh dunia. Diperkirakan akan meningkat menjadi 139 juta pada tahun 2050. Penderita demensia yang saat ini tinggal di negara berkembang sekitar 60% dan sudah diprediksi pada tahun 2050 akan meningkat menjadi 71%.

Menurut Yankes Menkes, Prevalensi penyakit demensia di Indonesia sekitar 27,9% dan lebih dari 4,2 Juta penduduk Indonesia yang menderita demensia. Pada tahun 2021, penyakit demensia merupakan penyebab kematian terbanyak kelima diantara orang berusia 65 tahun keatas. Pada tahun 2050 di proyeksikan oleh demensia statistic jumlah lansia yang berusia 65 tahun ke atas yang menderita demensia akan mencapai 1,6 juta.

Pada wilayah Sumatera Utara, prevelensi lansia berdasarkan data statistik penduduk lanjut usia pada tahun 2021 adalah sebanyak 9.06% yang diantaranya lansia dengan tipe daerah perkotaan sebanyak 8,87% dan dengan tipe daerah pedesaan 9,30%. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, lansia dengan jenis kelamin laki – laki sebanyak 8,34% dan perempuan 9,78%.

Penurunan fungsi kognitif menyebabkan lansia menjadi seseorang yang harus bergantung pada orang lain di dalam kehidupannya sehari hari, termasuk untuk mengurus dirinya sendiri dan ketidakmampuan dalam melakukan kegiatannya sehari hari. (Margareth et al., 2024)

Fungsi kognitif adalah suatu kemampuan yang menerima dan mengolah setiap informasi yang disampaikan oleh indra pendengar, serta menerima, mengolah dan menyimpan setiap sensoris yang masuk. Penurunan kemampuan kognitif didahului dengan penurunan kontrol emosi, perilaku sosial, dan motivasi yang mengakibatkan kerusakan pada fungsi kognitif global yang biasanya bersifat progresif dan tentunya dapat mempengaruhi aktifitas hidup. Sepanjang kehidupan manusia, sangat memerlukan fungsi kognitif yang berperan dan bertanggung jawab terhadap kemampuan bahasa, memori, berhitung, orientasi, dan berbagai proses fikir lainnya. Bahkan dalam menjalankan perannya di dalam setiap bidang kehidupan dipengaruhi oleh kualitas fungsi kognitif. Hal tersebut dapat

mempengaruhi kualitas hidup pada lansia dan mempengaruhi kemandirian lansia dalan melakukan aktifitas hidup sehari hari.(Anantari et al., 2022)

Lansia dapat melakukan latihan fisik dalam menerapkan hidup sehat dengan melatih konsentrasi dan dapat mencegah penurunan fungsi kognitif dengan melakukan olahraga *brain gym* yaitu melakukan beberapa gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian otak dan memberikan perbaikan pada bagian yang tersumbat agar kembali berfungsi dengan maksimal. (Margareth et al., 2024)

Berdasarkan penelitian (Dhea Serina Salsabila & Haryani, 2024) tentang Penerapan Senam Otak (*Brain Gym*) Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Joyotakan RT 06 RW V Serengan Kota Surakarta diketahui bahwa hari pertama sebelum diberikan penerapan senam otak (*brain gym*) dilakukan pengukuran kognitif pada kedua responden yaitu Tn. B dengan skor fungsi kognitif 19 yaitu mengalami gangguan fungsi kognitif sedang, sedangkan Ny.S dengan skor fungsi kognitif 17 dimana gangguan fungsi kognitif sedang dan sesudah diberikan penerapan senam otak (*brain gym*) dilakukan pengukuran kognitif pada kedua responden yaitu Tn.B dengan skor fungsi kognitif 27 dimana tidak ada gangguan fungsi kognitif, sedangkan Ny. S dengan skor fungsi kognitif 24 dimana gangguan fungsi kognitif ringan.

Berdasarkan penelitian (Suryanti et al., 2023) tentang Efektifitas Senam Otak (*Brain Gym*) Terhadap Peningkatan Daya Ingat Lansia Di Desa Sukanagara Cikupa diketahui bahwa pada 40 responden, daya ingat lansia sebelum diberikan senam otak sebanyak 0 responden (0%) normal, 30 responden (75,0%) sedang, dan 10 responden (25,0%) Berat dan sesudah diberikan senam otak sebanyak 3 responden (7,5%) normal, 37 responden (92,5%) sedang, dan 0 responden (0%) berat.

Berdasarkan penelitian (Fadli et al., 2023a) tentang Pengaruh Terapi *Brain Gym* Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Yang Menderita Demensia diketahui bahwa fungsi kognitif pada lansia sebelum diberikan senam otak (*Brain gym*) diketahui 15 orang responden mengalami gangguan kognitif ringan dengan 3 orang skor 17 (20.0%), 3 orang skor 18 (20,0%), 3 orang skor 19 (20.0%) dan 6 orang skor 21 (40,0%) dan didapat fungsi kognitif pada lansia sesudah diberikan senam otak (*Brain gym*) diketahui terjadi perubahan pada 15 responden dengan gangguan kognitif ringan terdapat 3 orang skor 19 (20,0%), 2

orang skor 20 (13,3%), 4 orang skor 21 (26,7%), 5 orang skor 23 (33,3%), dan 1 orang dengan kognitif normal (6.7%).

Berdasarkan penelitian (Margareth et al., 2024) tentang Pengaruh *Brain Gym* dan Senam Lansia Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di BPSLUT Senja Cerah Kota Manado diketahui bahwa nilai mean responden sebelum dilakukan terapi *brain gym* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di BPSLUT Senja Cerah Kota Manado dengan nilai mean fungsi kognitif *pre test brain gym* adalah 1,30 dan didapatkan data distribusi nilai mean responden sesudah diberikan pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di BPSLUT Senja Cerah kota Manado terdapat peningkatan nilai mean fungsi kognitif *post test brain gym* menjadi 20,0.

Menurut data yang diperoleh dari Puskesmas Padang Bulan Selayang II pada tahun 2024, jumlah lansia dengan rentang usia 60 – 69 tahun yang mengalami demensia semakin meningkat dalam 3 bulan terakhir. Pada bulan November 2024, tercatat sebanyak 42 orang lansia, diantaranya 22 orang lansia laki laki dan 20 orang lansia perempuan, meningkat menjadi 52 orang pada bulan Desember 2024, diantaranya tercatat 32 orang lansia laki laki dan 20 orang lansia perempuan, dan terus bertambah hingga 65 orang lansia pada Januari 2025 dengan 27 orang lansia laki laki dan 38 orang lansia perempuan. Peningkatan ini menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap penanganan demensia pada lansia.

Peneliti melakukan survey awal dengan melakukan wawancara kepada 10 orang pasien di Puskesmas Padang Bulan Selayang II. Dari wawancara tersebut menunjukkan bahwa 4 orang pasien mengatakan malu terhadap diri nya sendiri karena hidupnya selalu bergantung pada orang lain akibat dari ketidakmampuannya dalam mengingat sesuatu, mengambil keputusan, dan mengalami pikun (kurangnya daya ingat) ditandai dengan, pasien datang ke puskesmas didampingi oleh keluarga dan 3 orang pasien mengatakan tidak pernah ingat untuk meminum obat yang diberikan oleh petugas puskesmas apabila di rumah tidak ada keluarga yang mengingatkan, namun 3 orang lainnya mengatakan masih dapat mengingat sesuatu, dan mengambil keputusan dari dirinya sendiri.

Dari latar belakang diatas dan dengan mempertimbangkan tingginya prevalensi demensia pada lansia, kebutuhan akan terapi yang aman, terjangkau, dan

efektif, serta melihat pentingnya upaya meningkatkan kualitas hidup lansia dengan demensia melalui intervensi non-farmakologis yang efektif dan mudah di terapkan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian menganai "Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu : "Apakah ada pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia sebelum dilakukan *brain gym* di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.
b. Menganalisis perubahan kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia sesudah dilakukan *brain gym* di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.
c. Mengevaluasi efektifitas brain gym dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini berguna bagi peneliti untuk mendapatkan pengalaman pertama dalam melakukan penelitian serta meningkatkan ilmu pengetahuan dan pengembangan wawasan wacana mengenai pengaruh *brain gym* terhadap kemampuan kognitif pada lansia dengan demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.

2. Bagi Jurusan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi tambahan dan acuan dalam penelitian selanjutnya serta sebagai studi kepustakaan bagi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan mengenai pengaruh *brain gym* terhadap kemampuan kognitif pada lansia yang mengalami demensia di UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II.

3. Bagi UPT Puskesmas Padang Bulan Selayang II

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertukaran informasi dengan dunia pendidikan yang dapat dijadikan data dasar untuk mengimplementasikan peran perawat dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada lansia yang menderita demensia.