

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua merupakan suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang berakhir dengan kematian. Demensia ialah kemunduran kognitif yang sedemikian beratnya sehingga mengganggu aktivitas hidup sehari-hari dan aktivitas sosial (Untari, 2014).

Di seluruh dunia 35,6 juta orang memiliki demensia. Setiap tahun ada 7,7 juta kasus baru. Jumlah ini akan berlipat ganda pada 2030 dan lebih dari tiga kali lipat pada tahun 2050 (WHO, 2015). Jumlah lansia di Indonesia tahun 2017 telah mencapai 23,66 juta (9,03%). Data dari Kementerian Kesehatan 2017 menunjukkan penduduk lanjut usia (> 60 tahun) di Jawa Tengah mencapai 12,59% dari sekitar 34 juta jumlah penduduk. Jumlah populasi lansia di Surakarta sekitar 11,3% dan diprediksi pada tahun 2020 menjadi sekitar 38 juta atau 11,8% (DKK Surakarta, 2016)

Proses menua akan menyebabkan perubahan-perubahan biologis. Perubahan tidak hanya dialami oleh lansia yang sakit tetapi juga pada lansia sehat. Kondisi lain yang berubah adalah melambatnya proses informasi, menurunnya daya ingat jangka pendek, berkurangnya kemampuan otak untuk membedakan stimulus atau rangsangan yang datang. Seringkali seseorang

yang berumur setengah baya ataupun lanjut usia yang mengalami gangguan daya ingat dianggap sebagai pikun (istilah medis adalah demensia) (Darmojo, 2012).

Dampak dari lansia yang tidak aktif biasanya kekuatan otot, daya tahan kurang, gangguan kecerdasan serta gangguan keseimbangan sehingga para lansia akan terganggu aktivitas sosialnya ataupun dalam berhubungan dengan orang lain (Yudhanti, 2016). Dampak yang tidak tertangani akan menimbulkan resiko yang lebih tinggi.

Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi demensia. Aktivitas fisik yang rutin dapat meningkatkan aliran darah ke otak dan meningkatkan pembentukan neurotransmitter otak yang berperan dalam memori seseorang untuk mengurangi demensia (Untari, 2014). Aktivitas fisik dapat meningkatkan aliran darah ke otak sehingga pembuluh darah terstimulasi dan akses otak untuk mendapatkan energi dan oksigen meningkat. Meningkatnya aliran darah ke otak menyebabkan stimulasi ke suatu area otak yang membantu pembentukan memori (Ratey, 2009).

Aktivitas fisik sering dihubungkan dengan kejadian demensia. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa jumlah kegiatan mempengaruhi resiko demensia (Rilianto, 2015). Seseorang yang banyak melakukan aktivitas fisik cenderung memiliki memori yang lebih tinggi daripada yang jarang aktivitas (Effendi, dkk 2014). Sehingga untuk mencapai penuaan yang sukses lansia harus tetap aktif secara fisik ataupun mental.

Berdasarkan studi pendahuluan di Panti Wredha Dharma Bhakti Pajang, jumlah lansia berjumlah 86 orang. Studi pendahuluan dilakukan dengan teknik wawancara pada 9 April 2019 dengan menggunakan format *Mini Mental Status Examination* (MMSE) yang dikembangkan oleh Folstein (1975), hasil wawancara dengan 7 orang lansia diperoleh hasil terdapat 4 orang lansia yang mengalami demensia sedang dan 3 orang lansia lainnya mengalami demensia ringan. Dari 4 orang lansia yang mengalami demensia sedang jarang beraktivitas fisik seperti berjalan-jalan di luar rumah, berolahraga ringan, menyapu dan mengepel lantai. Dari 3 orang lansia yang mengalami demensia ringan seringkali melakukan aktivitas fisik, seperti berjalan-jalan di luar rumah, berolahraga ringan dan aktivitas sehari-hari misalnya menyapu, mengepel lantai, dan mencuci piring.

Dari uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta tahun 2019.

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia di Panti Wredha Dharma Bhakti, Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui aktivitas fisik pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta
- b. Mengetahui kejadian demensia pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.
- c. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan yang bermanfaat bagi pengembangan teori-teori dan memberikan informasi dalam bidang keperawatan gerontik dan memberikan informasi secara khusus hubungannya dengan demensia pada lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Menambah wawasan mahasiswa tentang perawatan lansia yang terkena demensia

b. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk menurunkan kejadian demensia lansia, yaitu dengan cara lansia mengikuti aktivitas fisik sesuai dengan umur mereka.

c. Bagi Tenaga Keperawatan

- 1) Memberikan wacana tentang pelaksanaan aktivitas fisik bagi lansia di Panti Wredha.
- 2) Memberikan bahan referensi dalam upaya penanganan masalah demensia pada lansia di Panti Wredha.

d. Bagi Pengurus Panti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk bahan evaluasi dalam aktivitas fisik lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian di bidang keperawatan gerontik dengan metode yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti belum dijumpai penelitian yang berjudul dan tempat yang sama. Namun, ada beberapa peneliti yang meneliti tema yang sejenis seperti:

1. Muzamil (2014) “Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur“.

Dalam penelitian Muzamil (2014), variabel yang digunakan adalah tingkat aktifitas fisik yang dilakukannya. Populasi dalam penelitian ini adalah usia ≥ 60 tahun yang berada di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dinilai menggunakan

General Practice Physical Activity Questionnaire (GPPAQ) dan fungsi kognitif dinilai dengan *Mini Mental State Examination* (MMSE).

Persamaan terletak pada variabel bebas aktivitas fisik, sampel lansia, serta kuesioner skala MMSE. Perbedaan terletak pada variabel terikat fungsi kognitif, kuesioner skala GPPAQ untuk variabel aktivitas fisik, sampel masyarakat bukan di Panti Wredha.

2. Effendi, dkk (2014). “Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Kejadian Demensia pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember”.

Dalam penelitian Effendi, dkk (2014), variabel yang digunakan adalah tingkat demensia pada lansia dan aktifitas fisik yang dilakukannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Hasil uji *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa nilai signifikan = 0,000 (*p value* 0,05 > 0,000). Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di UPT pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember.

Persamaan terletak pada variabel bebas dan terikat aktivitas fisik dan kejadian demensia, sampel lansia di Panti Wredha, serta teknik analisis data *Spearman's Rho*. Perbedaan terletak kuesioner skala

3. Yudhanti (2016) “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Demensia Pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Yogyakarta Unit Budi Luhur”.

Dalam penelitian Yudhanti (2016) variabel yang digunakan adalah aktivitas fisik. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 37 lansia. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelatif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Penelitian ini memiliki hasil uji statistik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.591 dan taraf signifikan p value sebesar $0,000 < (0,05)$. Dengan kesimpulan ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Yogyakarta Unit Budi Luhur

Persamaan terletak pada variabel bebas dan terikat aktivitas fisik dan kejadian demensia, sampel lansia di Panti Wredha, kuesioner kejadian demensia dengan skala MMSE. Perbedaan terletak kuesioner aktivitas fisik, teknik analisis data *Kendall-Tau*.