

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Proses penuaan (*aging process*) merupakan suatu proses yang alami ditandai dengan adanya penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial dalam berinteraksi dengan orang lain. Proses menua dapat menurunkan kemampuan kognitif dan kepikunan. Masalah kesehatan kronis dan penurunan kognitif serta memori (Handayani, dkk, 2013). Gejala penurunan kognitif ringan berupa melambatnya proses pikir, kurang menggunakan strategi memori yang tepat, kesulitan memusatkan perhatian, mudah beralih pada hal yang kurang perlu, memerlukan waktu yang lebih lama untuk belajar sesuatu yang baru. Gejala tersebut biasa dan wajar dialami oleh lansia sehingga menimbulkan masalah seperti depresi, kurang percaya diri, bahkan dimensia. (Handayani, dkk, 2013).

Beberapa masalah kesehatan yang sering terjadi pada usia lanjut antara lain gangguan fungsi kognitif (Hesti dkk. 2010). Indonesia termasuk salah satu negara Asia yang pertumbuhan penduduk lansianya cepat. Sejak tahun 2000, Indonesia sudah memiliki lansia sebesar 14,4 juta penduduk (7,18% dari jumlah penduduk) dan pada tahun 2020 diperkirakan akan berjumlah 28,8 juta (11,34%). Hasil pendataan yang dilakukan pada tahun 2007 ditemukan penduduk Lansia berjumlah 18,96 juta (8,42% dari total penduduk) dengan komposisi perempuan 9,04% dan 7,80% laki laki (Badan Pusat Statistik, 2013). Organisasi kesehatan dunia (WHO) pada tahun 2012

melaporkan bahwa kejadian penurunan fungsi kognitif lansia diperkirakan 121 juta manusia, dengan komposisi 5,8% laki laki dan 9,5% perempuan sedangkan di provinsi Jawa Timur jumlah lansia mengalami gangguan kognitif mencapai angka 2.24 Jiwa (9,36%) pada tahun 2010 (Wibowo, 2011). Berdasarkan studi awal kepada kader posyandu pada bulan November 2015 Posyandu di kelurahan Pacarkembang Surabaya, jumlah lansia tersebut sebanyak 90 orang. Pada tanggal 20 Desember 2015 Studi awal dilakukan wawancara dengan 20 orang lansia dengan instrumen berupa kuisisioner MMSE (Mini Mental Status Exam) yang mengalami gangguan 10 lansia mengalami gangguan kognitif ringan karena kebanyakan lansia tidak bisa menjawab pada poin orientasi dan yang mengalami gangguan kognitif sedang 3 orang lansia karena kebanyakan lansia tidak bisa mengulangi kata pada poin atensi dan kalkulasi yaitu tidak bisa mengeja terbalik kata “WAHYU” .

Gangguan memori, perubahan persepsi, masalah dalam berkomunikasi, penurunan fokus dan atensi, hambatan dalam melaksanakan tugas harian adalah gejala dari gangguan kognitif. Gangguan ini sering dialami oleh golongan lansia. Sekurang-kurangnya ada 10% dari lansia yang berumur diatas 65 tahun dan 50% dari lansia yang berumur diatas 85 tahun mengalami gangguan kogniti. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif lansia yaitu usia , kemampuan regenerasi pada otak, ketidak adekuatan vaskularisasi ke otak dan hormone sehingga dapat menyebabkan kualitas hidup menurun, status fungsional yang tidak optimal dan berpengaruh pada perasaan bahagia serta kreativitas fungsi kognitif yang buruk juga merupakan suatu prediktor kematian dan juga dapat dilihat sebagai penanda status kesehatan secara umum pada lansia (Santoso & Rohmah, 2011).

Penurunan menyeluruh pada fungsi sistem saraf pusat dipercaya sebagai kontributor utama perubahan dalam kemampuan kognitif dan efisiensi dalam pemrosesan informasi (Papalia, Olds & Feldman, 2008). Penurunan terkait penuaan ditunjukkan dalam kecepatan, memori jangka pendek, memori kerja dan memori jangka panjang. Perubahan ini telah dihubungkan dengan perubahan pada struktur dan fungsi otak. Raz dan Rodrigue (dalam Myers, 2008) menyebutkan garis besar dari berbagai perubahan post mortem pada otak lanjut usia, meliputi volume dan berat otak yang berkurang, pembesaran ventrikel dan pelebaran sulkus, hilangnya sel-sel saraf di neokorteks, hipokampus dan serebelum, penciutan saraf dan dismorfologi, pengurangan densitas sinaps, kerusakan mitokondria dan penurunan kemampuan perbaikan DNA. terjadinya hiperintensitas substansia alba, yang bukan hanya di lobus frontalis, tapi juga dapat menyebar hingga daerah posterior, akibat perfusi serebral yang berkurang (Myers, 2008) Buruknya lobus frontalis seiring dengan penuaan telah memunculkan hipotesis lobus frontalis, dengan asumsi penurunan fungsi kognitif lansia adalah sama dibandingkan dengan pasien dengan lesi lobus frontalis. Keduanya memperlihatkan gangguan pada memori kerja, atensi dan fungsi eksekutif (Rodriguez-Aranda & Sundet dalam Myers, 2008).

Penurunan dari fungsi kognitif biasanya berhubungan dengan penurunan fungsi belahan kanan otak yang berlangsungnya lebih cepat daripada yang kiri. Tidak heran bila pada para lansia terjadi penurunan berupa kemunduran daya ingat visual (misalnya, mudah lupa wajah orang), sulit berkonsentrasi, cepat beralih perhatian. Juga terjadi kelambanan pada tugas motorik sederhana seperti berlari, mengetuk jari, kelambanan dalam persepsi sensoris serta dalam reaksi tugas kompleks. Sifat

gangguan ini sangat individual, tidak sama tingkatnya satu orang dengan orang lain. Kemunduran yang paling dominan ditemui adalah menurunnya kemampuan memori atau daya ingat. Namun, kebanyakan proses lanjut usia ini masih dalam batas-batas normal berkat proses plastisitas. Proses ini adalah kemampuan sebuah struktur dan fungsi otak yang terkait untuk tetap berkembang karena stimulasi.

Sebab itu, agar tidak cepat mundur proses plastisitas ini harus terus dipertahankan Stimulasi untuk meningkatkan kemampuan belahan kanan otak perlu diberikan porsi yang memadai, berupa latihan atau permainan yang prosedurnya membutuhkan konsentrasi atau atensi, orientasi (tempat, waktu, dan situasi) dan memori. Khususnya lansia yang banyak mengalami kemunduran berupa fisik, psikis maupun kognitif dan daya ingat. Sehingga pemerintahan menyediakan perkumpulan lansia seperti POSYANDU lansia yaitu tempat dan sarana yang terdapat berbagai kegiatan seperti kegiatan pengobatan, penyuluhan, dan senam bahkan ada penelitian sebelumnya tentang senam otak bagi lansia untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia .

Selain itu Cara untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yang melibatkan konsentrasi atau atensi, orientasi (tempat, waktu, dan situasi) dan memori. adalah *Life review therapy* adalah suatu fenomena yang luas sebagai gambaran pengalaman kejadian di mana di dalamnya seseorang akan melihat riwayat kehidupannya Cara lain untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia adalah terapi aktifitas kelompok dengan *terapi Reminiscence* ini memberikan manfaat untuk identitas individu dan juga meningkatkan fungsi kognitif. Terapi *life review therapy* memberikan kesempatan kepada anggota untuk membuat hubungan baru dalam

menganalisa kejadian masa lalu yang berdampak positif dan berlangsung dalam suasana yang santai. Melibatkan diri dalam diskusi tentang saat-saat menyenangkan di masa lalu sehingga dapat memberikan efek relaksasi pada anggota kelompok dan hubungan harmonis. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa terapi ini juga dapat digunakan sebagai alternatif terapi bagi lansia yang mengalami depresi.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di Kelurahan Pacarkembang khususnya para lansia peneliti mengambil judul yaitu pengaruh *life review therapy* terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh *life review therapy* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di posyandu lansia kelurahan Pacarkembang kota Surabaya ?

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh *life review therapy* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di posyandu kelurahan Pacarkembang kota Surabaya.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi fungsi kognitif sebelum diberikan *life review therapy* pada lansia di posyandu lansia kelurahan Pacarkembang Surabaya
2. Mengidentifikasi fungsi kognitif sesudah diberikan *life review therapy* pada lansia di posyandu lansia kelurahan Pacarkembang Surabaya

3. Menganalisa pengaruh terapi *life review therapy* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di posyandu lansia kelurahan Pacarkembang Surabaya.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat teoritis**

Memberikan wawasan tentang pengaruh *life review therapy* dengan gangguan kognitif pada lansia sehingga diharapkan dapat melakukan peran perawat sebagai pelaksana, fasilitator dan penasehat

### **1.4.2 Manfaat praktisi**

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian tentang terapi *life review therapy* diharapkan dapat memperluas pengetahuan sehingga dapat menjadi suatu landasan untuk meningkatkan kompetensi sebagai melatih kemampuan

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai upaya mengembangkan program dalam rangka meningkatkan kesehatan lansia