

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lanjut usia merupakan istilah bagi seseorang yang telah memasuki periode dewasa akhir atau usia tua. Periode ini merupakan periode penutup bagi rentang kehidupan seseorang, dimana terjadi kemunduran fisik dan psikologis secara bertahap. Lansia akan mengalami perubahan fisik yang ditandai dengan penurunan massa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung, penurunan fungsi otak. Salah satu kemunduran yang terjadi pada lansia yaitu gangguan kemampuan kognitif berupa menurunnya daya ingat atau memori. Kondisi yang mempengaruhi kemampuan kognitif pada lansia disebut dengan demensia (Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020).

Sejalan dengan meningkatnya persentase penduduk lansia dan juga meningkatnya angka harapan hidup pada lansia mengakibatkan berbagai masalah kesehatan dan penyakit yang khas terjadi pada lansia juga ikut meningkat. Salah satu masalah yang dihadapi oleh lansia adalah terjadinya gangguan kognitif. Otak sebagai organ kompleks, pusat pengaturan sistem tubuh dan pusat kognitif merupakan salah satu organ tubuh yang rentan terhadap proses penuaan. Fungsi organ tubuh akan semakin menurun baik karena faktor alamiah atau faktor penyakit karena akibat dari bertambahnya usia (Artama et al., 2022).

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data terbaru Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023, persentase lansia mencapai 11,75% dari total populasi atau sekitar 30,9 juta jiwa. Angka ini meningkat menjadi sekitar 12% pada tahun 2024, setara dengan kurang lebih 29 juta jiwa. Proyeksi ke depan menunjukkan bahwa pada tahun 2045, jumlah lansia di Indonesia diperkirakan akan mencapai 20% dari total populasi, yaitu sekitar 50 juta jiwa. Peningkatan signifikan ini menandakan bahwa Indonesia sedang memasuki fase "*aging population*", di mana proporsi penduduk usia tua semakin besar. Perubahan demografis ini membawa berbagai implikasi penting, khususnya dalam bidang kesehatan, ekonomi, dan sosial. Oleh karena itu, diperlukan strategi dan kebijakan yang

tepat untuk memastikan kemampuan memori lansia tetap terjaga, serta agar mereka dapat tetap aktif dan produktif dalam kehidupan bermasyarakat (Yu & Wei, 2021).

Salah satu masalah yang umum terjadi pada lansia adalah demensia atau dikenal oleh masyarakat sebagai pikun. Demensia dikenal dengan istilah “gangguan neuro kognitif utama” dan “gangguan neuro kognitif ringan” yang berfokus pada penurunan daya ingat dan berkaitan dengan penurun kemampuan bicara atau penggunaan bahasa. Individu dengan gangguan neuro kognitif utama menunjukkan defisit kognitif yang mengganggu kemandirian. Sedangkan orang dengan gangguan neuro kognitif ringan dapat mempertahankan kemampuan secara mandiri. Semakin bertambahnya usia, fungsi organ tubuh pun akan semakin menurun akibat faktor alamiah atau faktor penyakit. Salah satu kemunduran yang terjadi pada lansia yaitu gangguan kemampuan kognitif berupa menurunnya daya ingat atau memori. Kondisi yang mempengaruhi kemampuan kognitif pada lansia disebut dengan demensia (Fadli et al., 2023).

Demensia adalah suatu sindrom yang muncul akibat gangguan atau penyakit pada otak, yang umumnya bersifat kronis (menahun) atau progresif, berkembang perlahan seiring waktu. Kondisi ini ditandai dengan kerusakan pada berbagai fungsi kognitif tingkat tinggi, seperti memori, kemampuan berpikir, orientasi, pemahaman, perhitungan, kapasitas belajar, bahasa, dan pengambilan keputusan, meskipun kesadaran penderita tetap terjaga dengan baik. Selain gangguan intelektual, demensia sering kali didahului oleh penurunan kemampuan dalam mengendalikan emosi, perubahan perilaku sosial, serta menurunnya motivasi. Dengan demikian, demensia tidak hanya berdampak pada kemampuan berpikir, tetapi juga secara menyeluruh memengaruhi aspek emosional, sosial, dan perilaku penderitanya, yang akhirnya mengganggu kemampuan memori secara signifikan (Martina et al., 2021).

Prevalensi demensia pada tahun 2022 diperkirakan terdapat 55 juta orang yang menderita demensia di dunia dan diperkirakan akan meningkat menjadi 139 juta pada tahun 2050. Demensia yang paling umum terjadi adalah alzheimer dengan kontribusi sebesar 60-70% kasus. Pada tahun 2015, Indonesia diperkirakan terdapat 1,2 juta orang dengan demensia dan diprediksi akan meningkat menjadi 2 juta di tahun 2030 dan 4 juta pada tahun 2050 (WHO, 2022). Indonesia mengalami kenaikan prevalensi demensia seperti fenomena gunung es, hal ini dikarenakan hanya sebagian kecil dari total penderita demensia yang terdata. *Alzheimers association*, (2019) menjelaskan bahwa jumlah penderita demensia yang terdata di Indonesia

sebanyak 1.200.000 orang atau sekitar 0,5% dari total penduduk dan menempatkan Indonesia pada posisi ke-4 (setelah Cina, India, dan Jepang) di wilayah Asia-Pasifik.

Gangguan yang terus menerus dapat menyebabkan penyakit neurogeneratif seperti demensia. Demensia adalah sindrom yang memengaruhi ingatan, pemikiran, perilaku, dan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Prevalensi dan kejadian menunjukkan bahwa jumlah penderita demensia akan terus bertambah terutama di negara-negara transisi demografi. Jumlah total penderita demensia di seluruh dunia pada tahun 2010 diperkirakan mencapai 35,6 juta dan diproyeksikan hampir dua kali lipat setiap 20 tahun, menjadi 65,7 juta pada tahun 2030 dan 115,4 juta pada tahun 2050. Jumlah total kasus demensia baru masing-masing tahun di seluruh dunia hampir 7,7 juta, menyiratkan satu kasus baru setiap empat detik (*World Health Organization*, 2012). Estimasi jumlah penderita Penyakit demensia alzhemeir di Indonesia pada tahun 2013 mencapai satu juta orang. Jumlah itu diperkirakan akan meningkat drastis menjadi dua kali lipat pada tahun 2030, dan menjadi empat juta orang pada tahun 2050 (Fadli et al., 2023).

Perawatan pada lansia dengan demensia yang dilakukan secara tidak maksimal dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti terbatasnya tenaga kesehatan, lingkungan yang kurang memadai dan kurangnya informasi kepada keluarga lansia. Asuhan keperawatan yang buruk dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, antara lain kebersihan diri, lingkungan sekitar dan ketergantungan lansia pada keluarga atau pengasuhnya. Untuk memastikan bahwa penderita demensia dapat menjalani kehidupan yang utuh, perawatan demensia harus menjadi prioritas utama kesehatan masyarakat (Arini, 2023).

Perubahan fungsi kognitif dapat berupa mudah lupa (*forgetfulness*). Mudah lupa adalah gangguan kognitif yang paling ringan, 39% gangguan ini diperkirakan dikeluhkan oleh lanjut usia berusia 50-59 tahun, meningkat menjadi lebih dari 85% pada usia lebih dari 80 tahun. Difase ini seseorang masih bisa berfungsi normal meskipun mulai sulit mengingat kembali informasi yang telah dipelajari, tidak jarang ditemukan pada orang setengah umur. Jika penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun di Indonesia berjumlah 7% dari seluruh penduduk, maka 3% keluhan mudah lupa tersebut diberi oleh populasi di Indonesia. Mudah lupa ini bisa berlanjut menjadi Gangguan Kognitif Ringan (*Mild Cognitive Impairment*) sampai ke Demensia sebagai bentuk klinis yang paling berat (Gultom et al., 2021).

Fungsi kognitif merupakan proses yang melibatkan kemampuan berpikir dan daya ingat untuk memperoleh informasi yang disebut pengetahuan. Pada umumnya semakin bertambah usia seseorang maka semakin rentan mengalami penurunan fungsi termasuk fungsi kognitif. Keadaan yang kerap kali terjadi pada lansia adalah menurunnya kemampuan mengingat sehingga sering akan mudah lupa. Berkurangnya fungsi kognitif pada lansia merupakan manifestasi awal demensia. Penatalaksanaan pada demensia dapat melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu terapi atau latihan kognitif antara lain terapi puzzle, terapi reminiscence, tebak gambar, teka-teki silang dan bermain catur (Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Kartika, 2024), memaparkan bahwa penurunan kognitif yang signifikan dari kognisi normal menjadi demensia, menjadi intervensi yang diperlukan untuk menghambat perkembangan penurunan kognitif sehingga kognitif fungsi tidak menurun. Hasil dari kegiatan CST (*Cognitive Stimulation Therapy*) ini adalah terjadi peningkatan fungsi kognitif pada empat lansia dengan rata-rata perubahan skor 2 adalah pengetahuan lansia mengenai demensia dan penatalaksanaan juga meningkat dari 40% menjadi 83% lansia menjawab dengan tepat. Diharapkan dilakukan CST (*(Cognitive Stimulation Therapy)* selama 14 sesi untuk langkah selanjutnya menunjukkan hasil yang lebih baik dalam menurunkan demensia pada lansia.

Penurunan fungsi pada lansia menyebabkan peningkatan gangguan fungsi kognitif seperti demensia yang berdampak terhadap kemampuan memenuhi kebutuhan sehari-hari dan tingkat ketergantungan yang tinggi terhadap orang lain. Lansia dapat mengisi kemampuan kognitif mereka yang menurun dengan mengoptimalkan diri mereka sendiri melalui aktivitas kognisi. Aktivitas kognitif adalah aktivitas yang melibatkan kegiatan berpikir. Kegiatan yang melibatkan fungsi berpikir dapat memperlambat proses penurunan fungsi kognitif. Latihan kognitif yang dapat diberikan terhadap lansia yaitu bermain catur, terapi membuat keterampilan melalui kerajinan tangan, menggambar dan terapi Puzzle. Latihan ini melatih otak untuk mengingat dan tidak mudah pikun, melalui permainan dan keterampilan lansia akan terangsang daya ingat dan kreatifnya untuk berpikir dan melakukannya dengan perasaan gembira dan antusias yang tinggi (Arini, 2023).

Teori neuroplastisitas menegaskan bahwa otak manusia memiliki kapasitas luar biasa untuk melakukan reorganisasi struktural dan fungsional sepanjang rentang

kehidupan, termasuk pada lansia yang mengalami demensia. Meskipun proses degeneratif akibat penurunan sel saraf pada demensia mengakibatkan kerusakan progresif pada area memori dan orientasi, berbagai penelitian membuktikan bahwa stimulasi kognitif yang konsisten mampu memicu pembentukan sinapsis baru dan memperkuat jalur neuron yang masih bertahan. Aktivitas seperti terapi *reminiscence*, latihan *puzzle*, senam otak, serta interaksi sosial terarah menjadi rangsangan yang memicu pelepasan neurotransmitter penting dan mendukung pertumbuhan faktor neurotropik otak, sehingga meningkatkan kapasitas memori jangka pendek maupun jangka panjang. Proses neuroplastisitas ini tidak hanya berdampak pada fungsi kognitif semata, tetapi menjalar lebih luas hingga memulihkan perasaan harga diri, mengurangi kecemasan, dan menciptakan pengalaman positif yang bermakna bagi lansia. Pada akhirnya, kemampuan otak untuk terus beradaptasi di tengah keterbatasan biologis menjadi bukti optimisme yang kuat: bahwa kemampuan memori lansia dengan demensia dapat terus ditingkatkan secara nyata melalui intervensi yang terencana, sehingga mereka tetap dapat merasakan kebahagiaan, keberhargaan, dan koneksi dengan lingkungannya sampai tahap akhir kehidupannya (Yusmaida & Zulkarnaini, 2024)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Juniarni, 2021) dengan judul “Efektifitas Penerapan *Cognitive Stimulation Therapy* (CST) untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif, Activity Daily Living, Psikologis, dan Kemampuan memori pada Lansia” hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Didapatkan adanya kestabilan kognitif dan peningkatan jumlah skor sebelum dan sesudah intervensi, penurunan depresi dan peningkatan kemampuan memori .

Gangguan kognitif dapat dicegah dengan cara memperbanyak aktifitas gerak dan pemikiran yang melibatkan otak bagian kanan dan kiri. Fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa penurunan fungsi kognitif pada lansia belum mendapatkan penanganan yang maksimal. Teknik yang selama ini digunakan memiliki kelemahan tersendiri sehingga tujuan peningkatan fungsi kognitif belum maksimal untuk dicapai. Teknik peningkatan fungsi kognitif lansia harus dibuat lebih mudah dan lebih efektif. Salah satunya yaitu terapi *Reminiscence* yang memicu impuls pada memori yang masih jarang diminati di Indonesia hal ini di akibatkan karenakurang sosialisasi kepada masyarakat sehingga penurunan fungsi kognitif pada lansia masih menjadi masalah utama (Martina et al., 2021).

Selain terapi *reminiscence* salah satu terapi non farmakologi yang efektif digunakan untuk demensia yaitu Terapi *puzzle*. Terapi puzzle adalah suatu gambar yang dibagi menjadi potongan-potongan gambar yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi. Lanjut usia atau lansia merupakan tahap lanjut dari proses tumbuh kembang yang dimulai sejak lahir berlangsung terus menurus, yang dikatakan lansia yaitu orang yang berumur di atas 65 tahun. Pada lansia banyak terjadi perubahan diantaranya adalah perubahan fisik psikologis dan perubahan spiritual. Selain itu *puzzle* juga dapat digunakan untuk permainan edukasi karena dapat dan melatih koordinasi mata dan tangan ,melatih nalar, melatih kesabaran, dengan *puzzle* dapat menunda berkembangnya demensia yang akan menjadi lebih parah (Damayanti et al., 2023).

Selain terapi *reminiscence* dan terapi *puzzle*, salah satu bentuk terapi kognitif nonfarmakologi yang semakin dikenal dan terbukti bermanfaat adalah senam otak (*brain gym*). Senam otak merupakan serangkaian gerakan fisik sederhana yang dirancang untuk merangsang kerja otak, meningkatkan koordinasi antara otak kanan dan kiri, serta memperbaiki kemampuan konsentrasi, memori, dan pemecahan masalah. Senam otak bekerja dengan mengoptimalkan fungsi saraf melalui gerakan silang, peregangan ringan, serta aktivitas yang melibatkan pernapasan teratur (Widari et al., 2023).

Pada lansia, senam otak tidak hanya membantu menjaga kebugaran fisik, tetapi juga secara signifikan meningkatkan kapasitas kognitif, memperlambat penurunan memori, serta mendorong suasana hati yang lebih positif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa lansia yang rutin melakukan senam otak mengalami perbaikan pada kemampuan mengingat, kecepatan berpikir, serta merasa lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Senam otak dapat dilakukan secara individu maupun kelompok, sehingga selain melatih kognisi, terapi ini juga membantu memperluas interaksi sosial yang penting untuk kesehatan emosional lansia (Lestari et al., 2020).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zulkarnaini, 2024), hasil menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki gangguan kognitif ringan (48,4%) dan kemampuan memori sedang (40,3%). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara fungsi kognitif dan kemampuan memori ($p=0,000 < 0,05$), yang mengindikasi bahwa status kognitif secara signifikan mempengaruhi kemampuan memori lansia. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi kesehatan

kognitif untuk mendukung strategi perawatan lansia yang komprehensif sehingga bisa optimal.

Perawatan lansia dengan gangguan kognitif, seperti demensia, memerlukan pendekatan yang holistik dan beragam agar dapat memberikan dampak positif yang optimal, baik secara kognitif, emosional, maupun sosial. Salah satu strategi yang terbukti efektif adalah dengan mengombinasikan berbagai metode terapi kognitif sederhana, seperti senam otak (*brain gym*), terapi *reminiscence* (mengajak mengingat pengalaman masa lalu), serta terapi *puzzle* atau permainan teka-teki. Senam otak bermanfaat untuk merangsang koneksi antarbagian otak sehingga meningkatkan konsentrasi dan koordinasi, sementara terapi reminiscence membantu memelihara identitas diri dan menurunkan risiko depresi dengan menggali memori positif. Di sisi lain, terapi puzzle melatih kemampuan pemecahan masalah, ketekunan, dan ketajaman berpikir (Lestari et al., 2020).

Dengan mengintegrasikan ketiga pendekatan ini dalam program perawatan sehari-hari, tidak hanya variasi kegiatan yang semakin menyenangkan bagi lansia, tetapi juga tercipta suasana yang mendukung keterlibatan aktif mereka. Oleh karena itu, penting bagi para caregiver, tenaga kesehatan, maupun anggota keluarga untuk memahami dan menerapkan terapi-terapi sederhana ini, agar hasil perawatan menjadi lebih optimal, progres kognitif dapat dipertahankan atau ditingkatkan, serta kemampuan memori lansia dapat terus diperbaiki. Pendekatan ini sekaligus menjadi bentuk perhatian dan kasih sayang yang nyata bagi lansia, memastikan mereka tetap merasa dihargai, bermakna, dan mampu menikmati hari-hari mereka dengan lebih bahagia (Faleri et al., 2024).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha (BPSTW) Abiyoso Yogyakarta didapatkan hasil dari total penghuni, 110 orang merupakan penghuni reguler, sementara 13 orang lainnya adalah penghuni subsidi. Sebagian besar penghuni (62%) berusia di atas 70 tahun, menunjukkan bahwa mayoritas adalah lansia dengan kebutuhan perawatan khusus. Secara fungsional, 85 lansia masih mandiri dalam aktivitas sehari-hari, 25 orang memerlukan bantuan petugas untuk beberapa aktivitas, dan 13 orang lainnya dalam kondisi bedrest dan ditempatkan di ruang isolasi. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengambil judul tentang “Studi Kasus : Implementasi Terapi Kognitif untuk Peningkatan Kemampuan memori Lansia dengan Demensia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Abiyoso Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan pada latar belakang maka rumusan masalah pada Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah “Bagaimana Studi Kasus : Implementasi Terapi Kognitif untuk Peningkatan Kemampuan memori Lansia dengan Demensia”?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulis dapat mendiskripsikan Studi Kasus : Implementasi Terapi Kognitif untuk Peningkatan Kemampuan memori Lansia dengan Demensia di Balai Pelayanan Tresna Wredha (BPSTW) Abiyoso Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan pengkajian pada lansia Ny. S dan Ny. M dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia Ny. S dan Ny. M dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- c. Menyusun intervensi terapi kognitif untuk peningkatan kemampuan memori lansia dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- d. Mengimplementasikan terapi kognitif untuk peningkatan kemampuan memori lansia dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- e. Mengevaluasi terapi kognitif pada lansia Ny. S dan Ny. M dengan demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- f. Menganalisis Studi Kasus : Implementasi Terapi Kognitif untuk Peningkatan Kemampuan memori Lansia Ny. S dan Ny. M dengan Demensia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Untuk memberikan informasi bagi para penulis lain dalam melakukan penulisan Studi Kasus sejenis dalam perawatan lansia dengan demensia yang ada di panti.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

a. Lansia

Sebagai bahan menambah pengetahuan informasi pada lansia dengan demensia tentang pemberian terapi kognitif dalam peningkatan kemampuan memori nya.

b. Perawat Gerontik

Sebagai ketrampilan bagi perawat melakukan asuhan keperawatan dalam meningkatkan kemampuan memori lansia yang mengalami demensia dengan terapi kognitif.

c. BPSTW Abiyoso Yogyakarta

Sebagai informasi pentingnya pencegahan serta penanganan pada lansia yang mengalami demensia.

d. Bagi Pendidikan

Untuk menambah ilmu, informasi, serta sebagai salah satu bahan refensi pembelajaran. Kemudian bisa dijadikan sebagai salah satu bahan kajian pada Ilmu Keperawatan Gerontik bagi mahasiswa untuk melakukan analisis selanjutnya, dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa tentang manfaat terapi kognitif untuk peningkatan kemampuan memori lansia dengan demensia.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi dan acuan untuk peneliti lain terkait Studi Kasus : Implementasi Terapi Kognitif untuk Peningkatan Kemampuan memori Lansia dengan Demensia.