

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kesehatan fisik, mental, dan sosial. Salah satu tantangan besar yang dihadapi oleh lansia adalah gangguan kognitif, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengingat, berpikir, dan berinteraksi sosial (Triyulianti et al., 2022). Lansia dengan gangguan kognitif sering kali mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, yang pada akhirnya dapat membatasi kualitas hidup mereka (Dewi et al., 2021). Gangguan ini umumnya disebabkan oleh proses penuaan alami serta kondisi kesehatan tertentu seperti demensia dan Alzheimer, yang dapat menyebabkan ketergantungan dalam perawatan (Hadi et al., 2019).

Selain gangguan kognitif, penurunan aktivitas fisik juga menjadi masalah signifikan bagi lansia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa individu di atas 60 tahun sering mengalami penurunan daya tahan fisik yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Pada tahun 2015, WHO melaporkan bahwa terdapat 47.470.000 lansia dengan gangguan kognitif, dan angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 135.460.000 pada tahun 2050 (Pramadita et al., 2019). Di Indonesia, berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2016, sekitar 39% lansia berusia 50-59 tahun mengalami kemunduran fungsi kognitif ringan, angka ini meningkat menjadi 8,03% pada lansia usia di atas 80 tahun. Selain itu, 25,7% lansia di Indonesia mengalami ketergantungan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Anggraini & Agustin, 2022).

Lansia sering kali memerlukan perhatian khusus karena mereka menghadapi berbagai masalah yang mengganggu kualitas hidup mereka. Empat penderitaan geriatri yang umum dialami lansia antara lain kehilangan kemandirian, kesulitan dalam menghadapi masalah, ketergantungan pada orang lain untuk perawatan, dan kesulitan dalam mendapatkan perawatan medis yang sesuai (Aminuddin & Kapriliansyah, 2020). Salah satu faktor utama yang menyebabkan ketergantungan ini adalah penurunan fungsi kognitif. Kualitas hidup lansia sangat dipengaruhi oleh dua hal utama, yaitu kemampuan mereka untuk tetap mandiri dan menikmati masa tua mereka, yang dapat dinilai menggunakan konsep

Activity of Daily Living (ADL), yaitu kemampuan untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Shah et al., 2017).

Penurunan fungsi kognitif sering kali membuat lansia bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan perawatan diri mereka. Berbagai faktor, baik individu maupun lingkungan, dapat memengaruhi tingkat penurunan fungsi kognitif ini. Faktor individu, seperti usia, riwayat penyakit, pendidikan, jenis kelamin, dan faktor genetik berperan dalam hal ini, sementara faktor lingkungan, seperti keterlibatan sosial, serta aktivitas fisik dan kognitif, juga mempengaruhi (Hutasuhut Febriani, 2020). Oleh karena itu, menjaga kesehatan otak melalui stimulasi otak menjadi sangat penting untuk memperlambat penurunan fungsi kognitif.

Stimulasi otak yang dilakukan secara rutin dapat memperlambat penurunan fungsi otak pada lansia. Pembelajaran dan aktivitas yang terus dilakukan sangat penting untuk menjaga potensi otak, karena stimulasi yang terus menerus dapat meningkatkan intelegensi hingga usia lanjut, sekitar 80 hingga 90 tahun (Mardiana & Sugiharto, 2022). Berbagai jenis latihan, seperti permainan yang melibatkan konsentrasi, memori, orientasi, dan visualisasi, dapat merangsang otak dan meningkatkan fungsi belahan otak bagian kanan. Salah satu metode stimulasi yang dapat diterapkan adalah senam otak (*brain gym*), yang dirancang untuk merangsang fungsi otak, meningkatkan aliran darah dan oksigen ke otak, serta meningkatkan konektivitas neurologis.

Senam otak (*brain gym*) merupakan langkah preventif yang efektif untuk merangsang otak lansia. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan stimulasi mental dapat memperbaiki fungsi kognitif lansia (Al-Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020). Untuk meningkatkan pemahaman lansia terhadap senam otak, salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah media animasi. Media animasi membantu menyampaikan instruksi senam otak dengan cara visual yang jelas dan terstruktur, sehingga memudahkan lansia dalam mengikuti langkah-langkah senam otak. Lansia yang kesulitan memahami instruksi verbal atau teks panjang dapat lebih mudah mengikuti visualisasi animasi yang dilengkapi dengan petunjuk suara dan efek visual yang memperjelas instruksi.

Keunggulan lainnya dari media animasi adalah kemampuannya untuk menciptakan suasana yang menyenangkan dan mengurangi kebosanan, yang dapat meningkatkan motivasi lansia untuk terus mengikuti program senam otak. Penggunaan animasi juga memungkinkan pengulangan instruksi atau gerakan secara berulang, yang dapat membantu lansia memahami dan melaksanakan gerakan dengan benar. Penelitian di

Panti Sosial Harapan Kita menunjukkan bahwa media animasi dapat meningkatkan hasil belajar lansia, karena dapat merangsang imajinasi dan membuat pembelajaran lebih menarik . Dengan demikian, penggunaan media animasi dalam program senam otak dapat memperbaiki efektivitas pemahaman dan motivasi lansia.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pelaksanaan senam otak (*brain gym*) dengan media animasi pada lansia yang mengalami gangguan kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang. Penelitian ini juga merupakan bagian dari Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) pada bidang Keperawatan Komunitas dan Keperawatan Gerontik. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai efektivitas senam otak dalam meningkatkan kualitas hidup lansia yang mengalami gangguan kognitif.

1.2 Perumusan Masalah

Bagaimana asuhan keperawatan yang dapat diberikan pada lansia dengan masalah gangguan kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah untuk menganalisa Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan gangguan kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penulisan laporan ini adalah teridentifikasi :

1. Menganalisa pengkajian pada 3 lansia dengan penurunan fungsi kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.
2. Menganalisa diagnosa keperawatan pada 3 lansia dengan penurunan fungsi kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

3. Menganalisa rencana asuhan keperawatan pada 3 lansia dengan penurunan fungsi kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.
4. Menganalisa implementasi pada 3 lansia dengan penurunan fungsi kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.
5. Menganalisa evaluasi pada 3 lansia dengan penurunan fungsi kognitif di Desa Banjarejo RW 03 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat Teoritis

Karya ilmiah ini diharapkan akan memberikan kontribusi yang signifikan dalam bidang pendidikan keperawatan, khususnya keperawatan gerontik. Karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan intervensi keperawatan, terutama pada pasien yang lebih tua yang mengalami penurunan fungsi kognitif setelah melakukan senam otak, yang juga dikenal sebagai *Brain Gym*. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan berfungsi sebagai sumber informasi edukatif bagi tenaga keperawatan dalam mengimplementasikan intervensi tersebut sebagai salah satu solusi untuk mengatasi masalah penurunan kognitif pada lansia. Bagi peneliti di masa mendatang, karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi acuan atau dasar untuk penelitian lanjutan terkait asuhan keperawatan yang lebih spesifik dan mendalam pada pasien dengan gangguan kognitif. Penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi berbagai aspek lain, seperti efektivitas jangka panjang senam otak, adaptasi intervensi dalam berbagai kondisi kesehatan lansia, serta pengaruhnya terhadap kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi bidang keperawatan, khususnya dalam pelayanan kesehatan di masyarakat, terkait intervensi keperawatan yang dapat diterapkan untuk mengatasi berbagai permasalahan pada pasien dengan gangguan fungsi kognitif, terutama pada lansia. Karya ilmiah ini juga diharapkan menjadi panduan atau acuan dalam pengelolaan dan perawatan pasien yang mengalami penurunan fungsi kognitif, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dan mendukung pemulihan atau stabilisasi kondisi pasien.

