

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini jumlah lansia semakin meningkat di Indonesia karena pelayanan kesehatan yang semakin baik (Haryanto *et al.*, 2016). Peningkatan Angka Harapan Hidup (AHH) menimbulkan masalah karena populasi penduduk lanjut usia (lansia) meningkat yang termasuk dalam kelompok resiko. Lanjut usia (Lansia) didefinisikan sebagai suatu kondisi penurunan, kelemahan, meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit dan perubahan lingkungan, hilangnya mobilitas serta perubahan fisiologis yang terkait dengan usia (Care and Kartika, 2017). Pada proses penuaan terjadi berbagai hal yang mengakibatkan berbagai fungsi tubuh menurun. Fungsi tubuh yang menurun dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti terjadinya penyakit kronis, penyakit degeneratif, masalah gizi, ketidakmandirian dalam melakukan aktivitas, penurunan fungsi kognitif dan interaksi sosial (Qonitah *et al.*, 2015).

Lansia mengalami masalah kemunduran kognitif secara normal dari segala aspek termasuk penurunan daya ingat atau memori, gangguan bahasa, pemikiran dan pertimbangan (Anisa, 2017). Menurut (Yang, Yeung and Feng, 2018) Penurunan dalam fungsi organ akan berpengaruh pada mobilitasnya yang berdampak semakin berkurangnya kontak sosial, disamping itu perubahan nilai sosial masyarakat yang mengarah ke masyarakat individualistik. Faktanya, ada beberapa terapi untuk mengurangi terjadinya penurunan kognitif dan memperbaiki interaksi sosial diantaranya permainan Puzzle.

Prevalensi Lanjut Usia antara 2015 sampai 2050 diperkirakan meningkat dari 900 juta menjadi 2 milyar, sedangkan jumlah penduduk di Indonesia tahun 2014 diperkirakan 12.740.265 untuk usia 65 tahun keatas dan Jawa Timur diperkirakan terdapat 38.529.481 lansia (Haryanto *et al.*, 2016). Penyebab kematian keempat pada kelompok lansia di negara maju yaitu demensia dan alzheimer. *World Alzheimer Report* mencatat demensia akan menjadi krisis kesehatan terbesar yang jumlah penderitanya terus bertambah. Prevalensi dimensia di Indonesia dari 220 juta penduduk akan ditemukan sekitar 2,2 juta penderita. Diperkirakan 25 juta penduduk dunia menderita demensia dan alzheimer. Angka ini di perkirakan meningkat menjadi 63 juta pada

tahun 2030 dan 114 juta pada tahun 2050. Sementara itu, prevalensi demensia dan alzheimer lebih bervariasi. Secara umum, prevalensi demensia dan alzheimer sebesar 3-10% pada usia 65

tahun, dan berkisar 25-50% pada usia 85 tahun ke atas. Wanita lebih dominan daripada pria. Hal ini mungkin disebabkan karena umur rata-rata wanita lebih panjang daripada pria (Anisa, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Griya Werdha Surabaya pada hari Sabtu, 29 September 2018 terdapat 40 dari 138 (28,29%) lansia yang mengalami penurunan kognitif. Peneliti mewawancarai 15 lansia. Didapatkan 11 lansia mengalami kognitif ringan, 2 lansia mengalami kognitif sedang dan 2 lansia mengalami kognitif berat. Didapatkan data sekunder, lansia yang memiliki interaksi sosial dengan baik seperti lansia membantu teman sebaya mengambil kruk dan berinteraksi dengan beberapa lansia yang lain sebanyak 70%. Studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya pada Sabtu, 29 September 2018 terdapat 25 dari 45 lansia (55%) mengalami penurunan kognitif dan didapatkan data sekunder lansia yang memiliki interaksi sosial dengan baik 50%. Faktor resiko terjadinya penurunan fungsi kognitif diantaranya usia, jenis kelamin, pendidikan, wilayah tempat tinggal, berkurangnya aktivitas fisik dan sosial dan penyakit yang diderita seperti kardiovaskuler, diabetes melitus, hipertensi dan serebrovaskuler (Fu, Li and Mao, 2018). Penurunan fungsi kognitif perlu diatasi karena mempunyai peranan penting dalam kegiatan sehari-hari seperti mengambil keputusan, berfikir dan mengingat suatu hal (Kesavayuth, Liang and Zikos, 2018). Dampak yang terjadi dari penurunan kognitif jika tidak ditangani dengan segera yaitu demensia dan untuk jangka panjang dapat menyebabkan penyakit alzheimer (Talaie-khoei and Daniel, 2018). Faktor resiko yang mempengaruhi menurunnya interaksi sosial diantaranya kesehatan, masalah keluarga dan dukungan sosial (Aisenberg *et al.*, 2015). Dampak yang terjadi dari penurunan interaksi sosial yaitu gangguan kognitif dan pemicu timbulnya isolasi sosial (Aisenberg *et al.*, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh (Zhu *et al.*, 2017) kegiatan rekreasi dapat meningkatkan fungsi kognitif dan interaksi sosial pada lansia. Hal ini terjadi karena ada banyak kegiatan seperti berjalan, bersepeda, senam, bermain catur, bermain kartu, mengisi teka teki silang dan bermain *puzzle* dengan melibatkan banyak lansia yang dapat memfasilitasi kognitif dengan meningkatkan hipocampal neurogenesis, plastisitas sinaptik, neurothropin dan kardiovaskuler. Penelitian yang dilakukan oleh (West *et al.*, 2017) permainan supermario mempertahankan

materi abu-abu dihipocampus, cerebellum dan dorsolateral prefrontal cortex (DLPFC).

Hubungan antara game hippocampus dan 3D-platform memerlukan penggunaan proses memori spasial untuk membangun kognitif peta lingkungan dalam *game*.

Perlu adanya upaya untuk mengatasi masalah gangguan kognitif dan interaksi sosial. Upaya tersebut dapat diatasi salah satunya dengan menggunakan permainan kartu remi. Berdasarkan studi penelitian di Columbia dan Swedia permainan kartu dapat meningkatkan fungsi kognitif dan interaksi sosial pada lansia (Maare, 2018). Efek positif dari permainan kartu diantaranya menjalin hubungan sosial, mengembangkan keterampilan dengan melihat karakteristik antar pemain dan menimbulkan rasa ingin tahu, menginspirasi dan minat yang besar bagi para pemain (Becchetti, Fu and Marini, 2014). Serta menuntut para pemain berfikir secara kognitif, membangun peluang untuk belajar observasional dan berkontribusi terhadap motivasi penonton untuk terlibat dalam permainan tersebut (Maare, 2018). Hasil penelitian permainan kartu remi yang dilakukan oleh (Maare, 2018) adalah stimulus pada sel syaraf di otak untuk meningkatkan fungsi kognitif. Warna kartu remi yang merah dan hitam serta ada simbol berbentuk hati, pohon, segiempat, king dan queen akan menstimulasi otak yang nantinya berakhir pada sistem limbik (Djamal *et al.*, 2016).

B. Tujuan

1. Tujuan umum

Menjelaskan pengaruh permainan Puzzle terhadap fungsi kognitif dan interaksi sosial pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi fungsi kognitif dan interaksi sosial sebelum dilakukan intervensi dengan permainan kartu remi dengan metode tepuk nyamuk.
- b. Mengidentifikasi fungsi kognitif dan interaksi social sesudah dilakukan intervensi dengan permainan Puzzle.
- c. Menganalisis pengaruh permainan Puzzle terhadap fungsi kognitif.