

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia merupakan usia seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Lanjut usia juga mempunyai istilah yaitu usia seseorang yang sudah mulai memasuki usia periode dewasa akhir. Periode saat ini juga merupakan periode tertutupnya rentang kehidupan seseorang yang terjadi adanya gangguan fisik, kemunduran aktifitas fisik dan psikologis secara bertahap (Pranata et al., 2020). Lanjut usia dicirikan dengan adanya kemunduran fungsi biologis dengan tampak sebagai adanya penurunan kondisi fisik, seperti kulit keriput, kulit yang semakin tidak kencang, rambut tampak memutih, gigi semakin berkurang, dan terjadinya penimbunan lemak pada bagian abdomen dan pinggul. Penurunan lainnya juga di cirikan dengan munculnya disorientasi ruang, demensia atau pikun, dan sulit untuk menerima hal hal baru. Pada lanjut usia terjadi suatu penurunan kemampuan perkembangan mental secara perlahan, dimana dalam gangguan pikiran, ingatan, kemampuan dalam perhatian, penilaian juga dapat terjadi sehingga menyebabkan terjadinya suatu gangguan pada bio, psiko, sosial dan spiritual pada lansia.

Di Indonesia pada tahun 2020 terdapat prevalensi lasia berumur 65 tahun dengan jumlah 5 % dari populasi lansia, prevalensi Kembali meningkat menjadi 20 % pada lasia yang berusia 85 keatas (Wahyuni, 2016). Pada tahun 2019 terdapat persentase lansia mencapai 9,60 % atau sekitar 25,64 juta orang lanjut usia. Terdapatnya peningkatan jumlah lanjut usia di Indonesia juga terdapat

meningkatnya persentase harapan hidup lansia dengan mengakibatkan adanya berbagai masalah Kesehatan dan penyakit yang diderita. Salah satu yang diderita oleh lanjut usia yaitu terjadinya gangguan fungsi kognitif (Fitri et al., 2020)

Terdapat fungsi organ tubuh yang rentan terhadap suatu adanya proses penuaan. Terdapatnya fungsi organ dan motorik menurun dengan adanya factor ilmiah atau terdapat penyakit penyerta yang diakibatkan oleh bertambahnya usia (Kustianah et al., n.d.) Salah satu gangguan yang terjadi pada lanjut usia yaitu terjadinya gangguan kemampuan kognitif dengan berupa menurunnya daya ingat lansia dan memori lansia. Demensia yaitu kondisi dimana lansia mempengaruhi kemampuan kognitifnya. Terdapat beberapa ciri ciri pada demensia sendiri yaitu menurunnya berfikir, berperilaku, memori berfikir dan terdapat penurunan kemampuan aktifitas sehari hari (Andari et al., 2018)

Kapasitas intelektual pada lansia menjadi hilang pada saat terjadinya demensia yaitu kehilangan kognitif dan kepribadian lansia (WHO, 2019). Terjadinya kemunduran kognitif yaitu dapat mengganggu aktifitas sehari hari dan aktifitas sosial, kemunduran terjadi diawali dengan adanya memori dan daya ingat. Salah satu terbentuknya Upaya untuk menghambat terjadinya kemunduran gangguan kognitif yang mengakibatkan penuaan untuk membentuk adanya stimulasi yaitu meningkatkan kemampuan otak dengan salah satunya yaitu senam otak pada lansia.

Senam otak sendiri mempunyai banyak pengertian yaitu salah satunya yaitu terdapat serangkaian gerak untuk lansia dengan gerak sederhana yang dapat menyeimbangkan adanya bagian otak dan dapat menarik keluar tingkat

konsentrasi otak, dan juga bisa sebagai jalan keluar bagian dari otak yang telah menghambat jalannya fungsi otak dengan maksimal. Senam otak juga dapat dilakukan dengan gerakan yang sederhana dan juga dapat dilakukan di mana saja (Fadilla Rizky Prameshwari, 2022)

Berdasarkan adanya latar belakang dan data yang diperoleh, penulis tertarik untuk membuat Karya Ilmiah Akhir dengan judul “ Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis ”

1.2 Batasan Masalah

Masalah pada studi kasus ini dibatasi dengan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis. Dimulai dengan pengkajian hingga selesainya evaluasi

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis ?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan Umum

Dapat melakukan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis

2. Menetapkan diagnosis keperawatan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis
3. Menyusun intervensi keperawatan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis
4. Melakukan Tindakan keperawatan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis
5. Melakukan evaluasi keperawatan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai salah satu menambah wawasan saat melakukan asuhan keperawatan dengan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis. Menggunakan suatu media dengan referensi bagi peneliti selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Perawat

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pelayanan Kesehatan dengan Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis.

2. Institusi Pendidikan

Sebagai salah satu referensi dalam proses belajar mengajar Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis

3. Klien

Meningkatkan pengetahuan tentang Efektifitas Senam Otak untuk Menurunkan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lansia di Desa Pakis.

