

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses penuaan merupakan tahap yang wajar dalam hidup yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, mental, dan sosial. Salah satu perubahan utama yang dialami oleh lansia adalah berkurangnya kemampuan kognitif, termasuk ingatan, daya perhatian, dan kemampuan untuk mengambil keputusan. Penurunan ini dapat menimbulkan kesulitan bagi lansia dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari, kehilangan kemandirian, serta meningkatkan risiko mengalami gangguan mental seperti demensia atau depresi. Masalah kognitif tidak hanya mengurangi kualitas hidup lansia, tetapi juga memberikan dampak pada beban keluarga dan tenaga medis, sehingga membutuhkan perhatian yang serius (Ramli and Masyita Nurul Fadhillah 2022).

Prevelensi penurunan fungsi kognitif pada lansia semakin mengkhawatirkan seiring dengan bertambahnya jumlah populasi lansia. Menurut Kemenkes RI, prediksi lansia tahun 2025 akan mengalami kenaikan dengan jumlah 33, 69 juta lansia, dan ditahun 2035 mencapai 48,29 jiwa (Setyarini et al. 2022). Berdasarkan hasil survei sosial ekonomi nasional (SUSENAS) yang dilakukan pada Maret 2022, tercatat bahwa 10,48% dari populasi adalah orang lanjut usia. Selain itu, data tersebut menunjukkan bahwa persentase lansia di daerah perkotaan lebih tinggi dibandingkan di pedesaan, dengan rasio 56,05% untuk perkotaan dan 48,19% untuk pedesaan. Jika dianalisis lebih mendalam menurut kelompok usia lansia, ditemukan bahwa proporsi orang lanjut usia dengan usia 60-69 tahun, yang bisa disebut

sebagai lansia muda, mencapai 65,56%. Sementara itu, lansia yang berusia 70-79 tahun atau lansia madya adalah 26,76%, dan lansia berusia 80 tahun ke atas, sering disebut lansia tua, sebesar 7,69% (Badan Pusat Statistik, 2022)..

Penurunan fungsi kognitif pada lansia tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan merupakan proses bertahap yang diawali dari menurunnya kemampuan memori jangka pendek, kesulitan berkonsentrasi, hingga berujung pada gangguan kognitif ringan (*mild cognitive impairment/MCI*) atau bahkan demensia apabila tidak ditangani secara dini. Secara etiologis, penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor utama adalah degenerasi neuron di otak yang berkaitan dengan proses penuaan. Selain itu, faktor lain seperti penyakit kronis (hipertensi, diabetes, stroke), kurangnya stimulasi mental, depresi, gangguan tidur, gizi buruk, hingga riwayat trauma kepala juga turut mempercepat penurunan fungsi otak. Di sisi lain, gaya hidup tidak sehat seperti merokok, konsumsi alkohol, serta kurangnya aktivitas fisik dan sosial juga menjadi pemicu yang memperburuk kondisi tersebut.

Penurunan fungsi kognitif pada lansia memberikan dampak yang cukup besar, tidak hanya bagi lansia itu sendiri, tetapi juga bagi lingkungan sosial dan keluarganya. Lansia yang mengalami gangguan kognitif umumnya mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti makan, mandi, berpakaian, dan menggunakan toilet. Mereka juga lebih rentan mengalami kejadian yang membahayakan, seperti terjatuh atau kehilangan arah saat berada di luar rumah. Dari sisi psikologis, kondisi ini seringkali menimbulkan perasaan cemas, bingung, mudah tersinggung,

bahkan depresi. Bagi keluarga, situasi ini menuntut perhatian dan pengawasan yang lebih, yang dapat menjadi beban tambahan secara fisik, emosional, maupun finansial.

Untuk membantu mengurangi dampak tersebut, berbagai pendekatan nonfarmakologis mulai banyak diterapkan, salah satunya adalah terapi seni, khususnya kegiatan mewarnai. Aktivitas mewarnai bukan hanya sekadar bentuk rekreasi, tetapi juga terbukti mampu menstimulasi kerja otak, khususnya pada area yang berkaitan dengan konsentrasi, ingatan, dan koordinasi motorik halus. Pada lansia, kegiatan ini dapat menjadi sarana untuk melatih fokus, mengekspresikan emosi secara positif, serta memberikan rasa tenang dan nyaman. Dalam konteks intervensi kognitif, mewarnai juga mendukung proses berpikir terstruktur dan memperkuat kemampuan visual-spasial, yang sering kali mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Selain manfaat kognitif, aktivitas ini dapat menjadi medium interaksi sosial yang menyenangkan ketika dilakukan secara berkelompok, sehingga turut membantu mengurangi rasa kesepian atau isolasi yang umum dialami lansia. Dengan demikian, penerapan art therapy melalui kegiatan mewarnai memiliki potensi sebagai strategi yang sederhana namun efektif untuk mempertahankan dan mengoptimalkan fungsi kognitif pada lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi art therapy mewarnai di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui implementasi art therapy mewarnai terhadap fungsi kognitif pada lansia di UPT PSTW Jember.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui fungsi kognitif lansia sebelum mendapatkan intervensi art therapy mewarnai.
2. Mengetahui fungsi kognitif lansia sesudah mendapatkan intervensi art therapy mewarnai.
3. Mendeskripsikan efektifitas art therapy terhadap fungsi kognitif lansia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan dalam rangka menambah wawasan keilmuan khususnya di bidang perawatan lansia. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut tentang topik serupa.

1.4.2 Manfaat praktik

1. Bagi institusi (UPT PSTW Jember)

Dapat dijadikan masukan untuk merencanakan perawatan dan kegiatan pencegahan guna meningkatkan kualitas hidup lansia di panti jompo.

2. Bagi lansia

Terapi mewarnai diharapkan dapat menjadi sarana stimulasi yang menyenangkan untuk membantu mempertahankan atau meningkatkan fungsi kognitif lansia secara aman dan sederhana.

3. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi ilmiah dan bahan ajar dalam pengembangan kurikulum pendidikan keperawatan, khususnya pada mata kuliah keperawatan gerontik.

