

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pertumbuhan penduduk lanjut usia terus menunjukkan peningkatan terutama di negara-negara berkembang. *World health Organization* (WHO) menyatakan bahwa populasi lansia diperkirakan terus meningkat hingga tahun 2020. Populasi lansia di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia menurut WHO sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa dan pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000 (WHO, 2020).

Bersamaan dengan bertambahnya usia pada seseorang, maka terjadi pula penurunan fungsi organ tubuh dan berbagai perubahan fisik. Penurunan ini terjadi pada semua tingkat seluler, organ, dan sistem. Hal ini mengakibatkan terjadinya peningkatan kejadian penyakit pada lansia, baik akut maupun kronik. Meningkatnya gangguan penyakit pada lansia dapat menyebabkan perubahan pada kualitas hidup. Namun, hal ini juga menyebabkan meningkatnya penderita penyakit gangguan komunikasi, termasuk demensia (Zakirah, 2017).

Demensia alzheimer (pikun) merupakan penyakit degeneratif dimana terjadinya penurunan fungsi otak yang mempengaruhi emosi, daya ingat, pengambilan keputusan, perilaku dan fungsi otak lainnya sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Survey Meter, 2016). Insiden demensia Alzheimer di seluruh dunia meningkat dengan cepat dan saat ini diperkirakan mendekati 46,8 atau 50 juta orang yang didiagnosis dengan demensia di dunia, 20,9 juta di Asia Pasifik, ada sekitar 10 juta kasus baru setiap tahun (WHO, 2017). Kejadian demensia pada lansia di Indonesia diperkirakan mencapai 1.2 juta pada tahun 2016 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 2 juta di 2030 dan 4 juta orang pada tahun 2050 (Kemenkes, 2016).

Tingginya angka Demensia di Indonesia, dapat memiliki dampak pada berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Dari segi kesehatan, semakin bertambahnya usia maka lebih rentan terhadap berbagai keluhan fisik, baik karena faktor alamiah maupun karena penyakit. Pertambahan usia dan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular, merupakan faktor utama penyebab penurunan fungsi kognitif yang kelak akan meningkatkan penyakit Alzheimer dan demensia lainnya pada kelompok Lansia. Penurunan fungsi kognitif pada Lansia berdampak pada menurunnya aktifitas sosial sehari-hari, menjadi tidak produktif sehingga memunculkan problem dalam kesehatan masyarakat dan tentunya berdampak pada bertambahnya pembiayaan keluarga, masyarakat dan pemerintah (Kemenkes, 2016).

Beberapa faktor resiko yang berkaitan dengan demensia adalah aktivitas kognitif, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, riwayat penyakit (hipertensi, diabetes mellitus), riwayat demensia keluarga, dan aktivitas fisik. Seseorang yang banyak beraktivitas fisik termasuk berolahraga cenderung memiliki memori yang lebih tinggi dari pada yang jarang beraktivitas, misalnya kegiatan yang harus melibatkan fungsi kognitif seperti berjalan kaki, senam atau mengerjakan pekerjaan rumah tangga, aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki dapat membantu tubuh mencegah penurunan daya kerja otak pada lansia. Aktivitas fisik dapat menstimulasi faktor pertumbuhan neuron yang memungkinkan faktor-faktor ini yang menghambat terjadinya demensia. Banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia, diantaranya perubahan-perubahan tubuh, otot, tulang dan sendi, sistem kardiovaskular, respirasi, dan kognisi (Ambardini, 2016).

Penelitian oleh Adi (2014) dengan judul Hubungan antara aktivitas Fisik Dan Kejadian Demensia Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember Tahun 2014. Hasil penelitian didapatkan bahwa Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik observasional dengan desain cross sectional. Variabel yang diamati adalah tingkat demensia pada lansia dan aktivitas fisik yang dilakukannya. Responden kemudian diukur menggunakan instrumen kuisiener MMSE (*Mini Mental State Examination*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember sebanyak 43 responden. Hasil penelitian dengan uji Spearman Rho menunjukkan bahwa nilai signifikansi = 0,00 ( $p < 0,05 > 0,000$ ). Terdapat

hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember.

Penelitian lain oleh Evina (2016) dengan judul Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Demensia Pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Trsna Werdha Yogyakarta Unit Budi Luhur Tahun 2016. Hasil penelitian ini memiliki hasil uji statistik dengan nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,591 dan taraf signifikansi p value sebesar  $0,000 < (0,05)$ . Simpulan: ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Yoyakarta Unit Budi Luhur. Saran: Hendaknya lansia rutin melakukan aktvitas fisik baik ringan hingga sedang untuk mengurangi risiko terjadinya demensia.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri (2017) dengan judul Hubungan Aktivitas Kognitif Dengan Kejadian Demensia di Kelurahan Totaka Kecamatan Ujungtanah Kota Makassar Tahun 2017. Hasil Penelitian dari 59 sampel, didapatkan bahwa 21 responden (100%) dengan nilai aktivitas kognitif kurang dan sebanyak 18 responden (47,4%) dengan nilai aktivitas kognitif baik mengalami demensia. Hasil analisis uji *Chi Square* menunjukkan bahwa nilai p 0,000, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara aktivitas kognitif dengan kejadian demensia.

Menurut Kemenkes (2018) beberapa langkah yang harus dilakukan dalam menegah demensia, masyarakat harus meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap gangguan Demensia/Alzheimer, menumbuhkan

kesadaran akan bahaya Demensia/Alzheimer, melakukan penanganan yang tepat pada penderita Demensia, dan mempromosikan pola hidup sehat terutama bagi mereka yang berusia 40 tahun keatas. Untuk memperlambat timbulnya Demensia/Alzheimer maka beberapa hal dapat dilakukan yakni: menurunkan/menjaga kadar kolesterol dalam darah, menurunkan/menjaga tekanan darah, mengendalikan diabetes, berolahraga secara teratur, terlibat dalam kegiatan yang merangsang pikiran, peningkatan kualitas hidup, diet sehat dan gizi seimbang, mengajak otak agar terus aktif, misalnya dengan mengerjakan teka-teki silang akan mempertahankan ingatan hingga usia senja.

Survey pendahuluan telah dilakukan peneliti di Posyandu Lansia Desa Puskesmas Kemiling Bandar Lampung pada 11 Februari 2021. Hasil survey pendahuluan diketahui bahwa jumlah lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung sebanyak 70 lansia. Hasil wawancara dengan 10 lansia diketahui bahwa 4 dari 10 lansia mengalami tanda dan gejala demensia seperti mudah lupa akan sesuatu, sulit berkonsentrasi, sulit berkonsentrasi dan sulit mengingat hari, sedangkan 6 responden lain tidak ditemukan tanda dan gejala demensia. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Demensia Pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Demensia Pada Lansia Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui dsitribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021
- b. Diketahui distribusi frekuensi Aktifitas Fisik Pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021
- c. Diketahui distribusi Kejadian Demensia Pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021
- d. Diketahui Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Demensia Pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan penelitian tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya demensia serta upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan resiko terjadinya demensia pada lansia.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang manfaat aktifitas fisik pada lansia dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya demensia.

#### b. Bagi Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi profesi keperawatan pada lahan penelitian terkait untuk menentukan kebijakan dalam rangka peningkatan mutu pelayanan kesehatan.

#### c. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan penkes pada lansia tentang masalah demensia dan penanganannya pada lansia.

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti dengan variabel yang berbeda.

### **E. Ruang Lingkup**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian analitik. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel independent yaitu aktifitas fisik dan variabel dependent yaitu kejadian demensia. Subjek penelitian ini adalah lansia. Penelitian ini akan dilakukan setelah proposal disetujui. Tempat penelitian ini akan dilakukan di Posyandu Lansia Puskesmas Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021.