

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bertambahnya usia seseorang pasti akan mengalami perubahan-perubahan karena semakin tua usia seseorang maka semakin berkurang fungsi organ pada tubuh, baik secara biologis maupun fisiologis itulah yang dinamakan proses menua (Suryono, 2015). Lanjut usia merupakan kondisi tubuh yang sering kali ditandai dengan ketidak mampuan seseorang mengontrol keseimbangan tubuh terhadap keadaan atau psikis dan perubahan fisik, yang pada umumnya di alami oleh semua makhluk hidup (Suryono, 2015).

Suatu proses yang alami jika manusia melewati beberapa tahapan kehidupan yang pertama masa kanak-kanan, dewasa dan terakhir usia lanjut. Secara biologis dan psikologis tahapan tersebut terdapat perbedaan yang sangat signifikan (Pinilih, Astutik, & Rini, 2017). Pinilih (2017) juga mengatakan perubahan fisik dan perubahan lainnya pada tubuh pasti akan dialami seseorang ketika sudah lanjut usia yang akan berdampak terhadap semua fungsi serta peran tubuh.

Setiap individu pasti mempunyai perbedaan dalam memaknai proses menjadi tua, sikap yang pertama seseorang akan menerima dan menyadari bahwa itu proses yang alami. Tetapi ada pula orang yang tidak bisa menerima kenyataan dan terus melakukan penolakan terhadap proses tersebut (Maryam dkk, 2008).

Berdasarkan Undang-Undang No. 13 Tahun 1998, seseorang yang berusia 60 tahun ke atas dikatakan dengan lansia dimana penurunan fungsi fisik, psikososial, kognitif, intelektual, dan memori merupakan bagian dari proses masa kemunduran lansia.

Didunia saat ini lansia di perkirakan berjumlah kurang lebih dari 629 juta jiwa (1 dari 10 orang berusia >60 tahun), dan pada enam tahun kemudian diperkirakan jumlah lanjut usia akan meningkat menjadi 1,2 milyar (Nugroho, 2008). *World Population Data Sheet yang dilansir Population Reference Bureau (PRB)* mengatakan pada tahun 2012 penduduk yang berusia 65 tahun ke atas berjumlah 8% dari 7 milyar penduduk dunia atau setara dengan 564 juta jiwa. penduduk lansia yang berada di Asia Sebanyak 53%. Penduduk di 11 negara anggota *World Health Organization (WHO)* kawasan Asia Tenggara lansia yang berusia di atas 60 tahun terdapat 142 juta orang dan di tahun 2050 perkirakan akan terus melonjak sampai 3 kali lipat disetiap tahunnya (WHO, 2012).

Pada tahun 2017 di Indonesia jumlah lansia diperkirakan kurang lebih 23,66 juta jiwa atau setara dengan 9,03%. Telah diprediksi bahwa setiap tahunnya jumlah penduduk lansia akan meningkat drastis, seperti pada tahun 2020 terlihat kurang lebih 27,08 juta jiwa lansia, dan sebanyak 33,69 juta pada tahun 2025, tahun 2030 naik menjadi 40,95 juta dan tahun 2035 berjumlah 48,19 juta jiwa (Kemenkes, 2017).

Daerah Jawa Timur merupakan kota dengan jumlah lansia tertinggi di tahun 2014 yaitu terdapat 2.7 juta jiwa. Dan diperkirakan akan meningkat Pada tahun 2025 menjadi 40 juta jiwa dan pada tahun 2050 terus mengalami kenaikan hingga mencapai 71,6 juta jiwa (BPS, 2014).

Pada tahun 2016 lansia di Kabupaten Sumenep yaitu dari umur 60-64 tahun sebanyak 53.670 jiwa, 65-69 tahun sebanyak 35.637 jiwa, 70-74 tahun sebanyak 23.608 jiwa, 75 tahun ke atas sebanyak 23.526 jiwa dan jika di total jumlah lansia di Kabupaten Sumenep yang berumur 60 ke atas sebanyak 136.441 jiwa.

Berdasarkan data lansia yang didapat pada tahun 2017 di di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk terdapat 114 jiwa. Lansia yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 50 jiwa sedangkan lansia dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 64 jiwa. Pada usia lanjut (*elderly*) berjumlah 92 jiwa sedangkan usia tua (*old*) berjumlah 21 jiwa dan usia sangat tua (*very old*) berjumlah 1 jiwa.

Penurunan daya ingat jangka pendek, sulit dalam berkonsentrasi, dan melambatnya proses menerima informasi yang bisa mengakibatkan seseorang sulit melakukan komunikasi merupakan dampak dari penurunan fungsi sel otak yang berhubungan dengan proses usia lanjut. Penurunan fungsi kognitif merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering kali muncul pada lansia karna tingkat kemandirian seseorang bisa dilihat atau ditentukan dari kemampuan fungsi kognitifnya (Sauliyusta & Rekawati, 2016). Perubahan fungsi otak, termasuk fungsi kognitif seperti sulit mengingat kembali, dan kemampuan dalam mengambil keputusan dan bertindak berkurang atau lebih lambat dikarenakan bertambahnya usia seseorang sehingga tubuh mengalami proses penuaan termasuk juga otak akan mengalami penurunan fungsi. Dimana salah satu komponen intelektual yang paling utama dan sangat penting ialah fungsi memori karna berkaitan dengan kualitas hidup seseorang. (Agustiana, Sabrina, & Wofers, 2014).

Perubahan-perubahan daya ingat yang terjadi pada seseorang disebabkan oleh perubahan biologis berhubungan dengan proses penuaan yang terjadi akan menyebabkan gangguan pada fungsi sosial, pekerjaan, dan aktivitas sehari-hari (Coresa & Ngestiningsih, 2017). Bergesernya peran lansia dalam interaksi sosial di masyarakat maupun dalam keluarga adalah salah satu dampak apabila masalah fungsi kognitif tidak segera ditindak lanjuti. Seseorang yang sudah lanjut usia akan memiliki sikap yang egois dan tidak mendengarkan pendapat orang lain karna merasa yang paling benar, sehingga mengakibatkan lansia mempunyai persepsi diasingkan secara sosial dan pada akhirnya lansia merasa sendiri dan merasa tidak berguna. Keadaan yang seperti ini dapat menyebabkan interaksi sosial berkurang baik secara kualitas maupun kuantitas, karena peran lansia dialihkan kepada generasi muda, dimana keadaan ini pasti terjadi di kehidupan tanpa bisa dihindari oleh siapapun (Rosita, 2012).

Jika seseorang menunjukkan tiga atau lebih dari gejala-gejala gangguan, yang diantaranya berupa perhatian (atensi), daya ingat (memori), orientasi pada tempat dan waktu, kemampuan konstruksi dan eksekusi (seperti mengambil keputusan, memecahkan masalah) tanpa adanya gangguan kesadaran maka seseorang itu bisa dikatakan mengalami perubahan fungsi kognitif yang dikenal dengan Dimensia atau kepikunan.

Penelitian sebelumnya mengenai gambaran tingkat kerusakan kognitif dan penurunan fungsi intelektual pada lansia yang telah dilakukan oleh Rosdianah (2009), menunjukkan bahwa hasil survei terbanyak yang didapat adalah (59%) yaitu

kerusakan fungsi kognitif sedang, dan kerusakan kognitif berat sekitar (28,9%), jumlah penurunan fungsi intelektual sedang didapatkan (53%), dan (1,2%) penurunan fungsi intelektual berat serta penurunan fungsi intelektual ringan berjumlah (13,25%).

Studi pendahuluan dilakukan dengan teknik wawancara menggunakan kuisioner *MMSE* pada bulan Oktober 2018 di Dusun Gunung Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk kepada 10 orang lansia . Didapatkan hasil bahwa 3 (30%) lansia tidak bisa menjawab orientasi tanggal dan orientasi provinsi, 5 (50%) lansia tidak bisa mengingat objek kursi dan jendela dan 2 (20%) lansia tidak bisa mengulang bahasa tetapi, atau, mereka. Pada 10 orang lansia juga dilakukan teknik wawancara tentang gaya hidup dan di dapat 3 (30%) lansia yang merokok sudah lebih dari satu tahun dan dalam sehari bisa menghabiskan 24 batang rokok atau 2 bungkus, dan lansia yang sudah merokok sejak masih duduk dibangku sekolah menengah atas (SMA) terdapat 3 (30%) dimana dalam waktu 24 jam bisa menghabiskan 3-4 bungkus rokok, sedangkan lansia yang merokok disaat setelah makan saja berjumlah 2 (20%) dan 2 (20%) lansia yang tidak merokok.

Gaya hidup, usia, status depresi lansia, status gizi lansia dan dukungan sosial lansia, serta yang terakhir adalah penyakit tertentu seperti alzheimer merupakan faktor yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif pada lansia.

Kebiasaan atau perilaku setiap individu yang dilakukan terus menerus disebut dengan gaya hidup (KBBI, 2008). Gaya hidup juga dikatakan sebagai identitas seseorang. Gaya hidup seseorang akan berbeda dimana pasti mempunyai kekhususan

tersendiri. Jika gaya hidup seseorang mengalami perubahan maka dampaknya akan meluas ke berbagai aspek kehidupan (Soegeng, 2004).

Melakukan aktivitas/olahraga yang rutin dan benar tidak mengkonsumsi rokok dan alkohol serta pemenuhan nutrisi yang baik, pola pikir yang baik dan istirahat yang cukup merupakan gaya hidup yang sehat. Gaya hidup merupakan perilaku atau kebiasaan seseorang mengatur hidupnya baik di depan umum maupun masyarakat serta memiliki karakter khusus dan cara dalam hidup di masyarakat tertentu (Basar, 2006). Usia hidup seseorang yang merokok akan berkurang kira-kira 10 tahun, atau dengan kata lain jika seseorang tidak merokok usia harapan hidupnya akan bertambah 10 tahun (Depkes RI 2008).

Peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Dusun Gunung Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk, agar supaya ada tindak lanjut dari keluarga atau tenaga kesehatan mengenai gaya hidup yang kurang baik sehingga bisa meminimalkan jumlah lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi gaya hidup pada lansia di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep.
2. Mengidentifikasi kemampuan kognitif pada lansia di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep.
3. Menganalisa hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif di Dusun Gunong Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini sebagai acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian kesehatan gerontik.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Sebagai informasi tentang kesehatan gerontik kepada tenaga kesehatan.
2. Sebagai masukan bagi instansi kesehatan untuk merencanakan program kesehatan gerontik agar kemampuan intelektual pada lansia meningkat.
3. Sebagai referensi dalam menambah wawasan perawat sehingga dapat memacu kesadaran dalam memberikan promosi kesehatan tentang gaya hidup yang baik pada masyarakat sehingga memiliki kemampuan intelektual yang baik.

