

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Lansia merupakan klasifikasi umur yang dimulai dari usia 60 tahun ke atas. Fase ini ditandai dengan berbagai perubahan yang kompleks dan multidimensi, termasuk fisik, psikologis, dan sosial (Kurniawati, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah lansia secara global mengalami peningkatan di tahun 2022, terutama di Kawasan Asia Tenggara jumlahnya terus meningkat sekitar 8% atau 142 juta orang dan diperkirakan akan terus bertambah pada tahun 2050 (Nurico dan Irma, 2023). Persentase lansia di Indonesia mengalami peningkatan 4% dari 7,75 % selama 2010 - 2022 sehingga menjadi 11,75% (Badan Pusat Statistik, 2023). Total angka lansia yang ada di Indonesia yakni sejumlah 23,66 juta jiwa atau 9,03% dan akan terus meningkat sebanyak 48,19% pada tahun 2035. Prevalensi lansia di Provinsi Jawa Tengah tahun 2022, tercatat mencapai 4,86 juta jiwa dengan persentase 13,07% dari keseluruhan penduduk di Jawa Tengah (Badan Pusat Statistik, 2023). Dengan adanya peningkatan tersebut perlu diperhatikan dan dipersiapkan seorang lansia supaya mempunyai mutu hidup yang optimal (Fadhillah, 2022)

Penuaan atau menua merupakan suatu proses yang ditandai dengan kemerosotan progresif pada kemampuan fisik, mental, dan sosial, sehingga menghambat kemampuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Adiningsih, 2022). Dari segi psikologis, perubahan kognitif sering terjadi seperti penurunan memori dan kecepatan pemrosesan informasi, bersamaan dengan risiko yang lebih tinggi untuk kondisi seperti depresi dan kecemasan (Handayani dan Baluqia, 2024). Lansia akan mengalami perubahan pada fisiologis, fungsional, kognitif dan psikologis seiring bertambahnya usia. Perubahan ini dapat menyebabkan komplikasi bagi lansia, khususnya masalah kesehatan, termasuk penurunan kemampuan fisik khususnya penurunan fungsi pendengaran, gangguan penglihatan, penurunan kepadatan tulang, penurunan jumlah dan ukuran serat otot, modifikasi jaringan ikat sekitar

sendi, dan penurunan elastisitas otot jantung. Perubahan status fungsional membuat lansia rentan terhadap penyakit, sehingga mengkategorikan usia lanjut sebagai periode penurunan produktivitas. Perubahan status fungsional lansia berkorelasi dengan kemampuan mereka melakukan aktivitas sehari-hari (Khopipah et al., 2023). Hal tersebut dapat menyebabkan lansia sulit beradaptasi dengan lingkungannya dan akan merasakan kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya terutama dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Pranata et al., 2020).

Survey Komunitas Amerika mengungkapkan bahwa 28% dari mereka yang berusia 65 tahun dan seterusnya menjumpai tantangan pada kegiatannya sehari-hari. Kendala utama pada tugas sehari-hari yang dihadapi oleh para lansia meliputi mandi, berjalan, dan berpindah dari duduk ke tempat tidur. Kondisi ini akan berkurang seiring bertambahnya usia. Merujuk pada penjabaran dari BPS, di tahun 2020 total ketergantungan lansia di Indonesia sebesar 15,54% yang berarti 100 orang dengan usia produktif menanggung sebanyak 15 orang lansia (*American Community Survey*, 2013 dalam Setiawati, 2021).

Penelitian dari kumpulan data utama *Retirement and Health Study* (RHS), studi longitudinal non-institusional pertama dan terbesar di Singapura yang mewakili negara, mengungkapkan bahwa di antara para lansia berusia 65 tahun ke atas, ketergantungan berat dan sedang meningkat dari tahun 2010 hingga 2014, sedangkan ketergantungan ringan menurun. Insidensi ketergantungan berat meningkat dari 6,09% menjadi 6,64%; ketergantungan sedang meningkat dari 2,41% menjadi 3,33%; ketergantungan ringan menurun dari 13,12% menjadi 9,63% (Ng et al., 2020).

Aktivitas Kehidupan Sehari-hari atau *Activity Daily Living* (ADL) merujuk pada tugas-tugas rutin yang mencerminkan derajat kemandirian seseorang, meliputi makan, mandi, pakaian, mobilitas, toileting, dan pemeliharaan kebersihan pribadi (Wulan Sari et al., 2022). Kemampuan menjalankan ADL secara mandiri merupakan indikator penting kesehatan fisik dan kesejahteraan lansia. Ketika

kesehatan seorang lansia baik, mereka dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain. Namun, ketika seorang lansia mengalami gangguan kesehatan, hal tersebut dapat membatasi kemandiriannya dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Wulandari dan Estiningtyas, 2020). Oleh karena itu, mempertahankan kompetensi dan kemandirian merupakan aspek penting bagi kesejahteraan dan keberlangsungan hidup lansia (Motamed dan Kaveh, 2021). Kapasitas seseorang untuk melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL) dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, mencakup usia dan tahap perkembangan, kesehatan fisiologis, fungsi psikososial, stres, kondisi mental, layanan kesehatan dan kesejahteraan sosial, serta kemampuan kognitif (Widyantoro et al., 2021).

Fungsi kognitif berperan dalam kegiatan belajar, berfikir, dan berbahasa. Hal-hal yang meliputi fungsi kognitif antara lain bahasa, ingatan, atensi, pemecahan masalah, pengambilan sikap, serta kemampuan eksekutif meliputi melakukan perencanaan, penilaian, kegiatan mengawasi, dan evaluasi (Mursyid, 2020). Berdasarkan data WHO (2021) prevalensi angka kejadian gangguan kognitif pada lansia di dunia sebanyak 65,6 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 sebanyak 75,6 juta orang dan 2050 sebanyak 135,4 juta orang. Sedangkan data prevalensi penurunan fungsi kognitif pada lansia di Indonesia berada di angka 121 juta dengan persentase pada lanjut usia laki-laki 5,8% sedangkan pada lanjut usia perempuan 9,5%. Data tersebut menunjukkan bahwa lebih banyak lansia perempuan yang mengalami gangguan kognitif atau penurunan fungsi kognitif. Fungsi kognitif mencakup berbagai kemampuan seperti memori, perhatian, dan fungsi eksekutif, yang semuanya penting dalam menunjang kemandirian lansia dalam kehidupan sehari-hari. Kemunduran dalam fungsi kognitif ini sering kali berkaitan dengan penurunan kapasitas individu untuk merawat diri sendiri (Widyaningsih et al., 2024). Kondisi ini menjadikan pentingnya investigasi lebih dalam tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap penurunan atau pemeliharaan fungsi kognitif tersebut.

Fungsi kognitif merujuk pada kemampuan otak dalam memproses pikiran, termasuk memori, pemahaman, perhitungan, dan penalaran. Fungsi ini penting bagi lansia untuk menjaga kemandirian dan kualitas hidup yang tinggi. Beberapa individu mungkin akan mengalami penurunan fungsi kognitif seiring bertambahnya usia, yang berkaitan dengan kondisi medis seperti demensia dan Alzheimer (Azis et al., 2024). Penurunan tersebut bisa memengaruhi keputusan, pemecahan masalah, dan kemampuan mengingat, semua merupakan komponen penting dari fungsi kognitif. Faktor penyebab penurunan fungsi kognitif antara lain akibat bertambahnya usia, gangguan fungsi fisik, kurangnya aktivitas, dukungan sosial yang kurang asupan nutrisi dan paparan radikal bebas yang berdampak pada timbulnya perubahan saat proses menua (Manungkalit et al., 2021). Dampak dari penurunan kognitif pada lansia dapat mencakup kesulitan dalam mengingat identitas diri, melupakan nama-nama anggota keluarga, serta ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan, minum, dan mandi. Hal ini dapat berpengaruh negatif terhadap tingkat produktivitas dan kemandirian mereka. Berkurangnya kemandirian pada lansia meningkatkan ketergantungan mereka pada bantuan orang lain dalam aktivitas sehari-hari. Munculnya ketergantungan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dapat disebabkan oleh gangguan fungsi kognitif, seperti kesulitan dalam mengingat dan melupakan peristiwa yang telah terjadi sebelumnya. Hal ini dapat menurunkan kualitas hidup dan berdampak negatif pada kesehatan lansia (Fitra et al., 2024).

Hasil penelitian Rosidatussholikhah (2024) menyatakan bahwa lansia yang memiliki fungsi kognitif baik umumnya didominasi oleh mereka yang mandiri dalam aktivitas sehari-hari (ADL), sedangkan individu dengan penurunan fungsi kognitif sebagian besar menunjukkan kemandirian parsial. Fungsi kognitif otak manusia memiliki struktur kompleks, mencakup penalaran, perencanaan, perhatian, serta memori jangka pendek dan panjang, dan juga memengaruhi kosakata serta keterampilan berbahasa. Disfungsi kognitif dapat mempengaruhi lima faktor, dengan dua yang paling signifikan adalah gangguan dalam memperoleh dan menyimpan informasi baru. Penurunan fungsi kognitif sering dialami oleh lansia

dan menjadi salah satu masalah kesehatan utama. Ketergantungan pada orang lain, terutama keluarga, mendorong lansia untuk mencari bantuan dalam menjalani kegiatan sehari-hari dan merawat diri (Rosidatussholikhah et al., 2024).

Hal ini sejalan dengan penelitian Carolina (2023) menunjukkan bahwa gangguan kognitif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap orang lanjut usia dan dapat mempersulit mereka untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Gangguan kognitif, yang terwujud dalam ingatan dan kecerdasan, merupakan konsekuensi alami dari penuaan. Ini termasuk cara orang lanjut usia berpikir dan ingatan mereka, yang keduanya dapat mempersulit mereka untuk melakukan tugas-tugas rutin, membuat rencana, dan melaksanakan rencana-rencana tersebut. Perubahan psikologis dalam karakter, seperti menjadi tidak fleksibel tentang banyak hal, mungkin terjadi pada orang-orang saat mereka memasuki usia tua. Hal ini kemungkinan terkait dengan hilangnya kapasitas kognitif, yang mempersulit orang lanjut usia untuk melakukan bahkan tugas-tugas yang paling mendasar, apalagi tugas-tugas instrumental yang lebih kompleks, dan akhirnya menyebabkan mereka bergantung pada orang lain. Tingkat kemandirian yang lebih tinggi berkorelasi terhadap fungsi kognitif yang lebih optimal, yang pada gilirannya meningkatkan kesehatan orang lanjut usia (Carolina dan Arisandy, 2023). Dengan demikian, semakin baik fungsi kognitif seorang lansia, semakin optimal pula kemampuan mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Beberapa dekade terakhir, peningkatan harapan hidup telah mengakibatkan penambahan jumlah lansia. Penting untuk memahami berbagai aspek yang mempengaruhi kualitas hidup mereka, terutama fungsi kognitif dan ADL. Seiring bertambahnya usia, kemunduran fungsi kognitif dapat menyebabkan kesulitan menjalankan aktivitas sehari-hari. Hal ini dapat memengaruhi aktivitas yang mereka lakukan secara rutin. Kemampuan mereka untuk melaksanakan kegiatan sehari-hari tanpa memerlukan bantuan dari individu lain merupakan indikasi tingkat kemandirian mereka. Munculnya ketergantungan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dapat disebabkan oleh gangguan fungsi kognitif, seperti

kesulitan dalam mengingat dan melupakan peristiwa yang telah terjadi sebelumnya. (Asraf et al., 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 23 Februari 2025 di Puskesmas Dukuhwaru diperoleh data lansia di Desa Bulakpacing sebanyak 610 lansia. Berdasarkan data dari Kader dan Bidan Desa terdapat 38 lansia mengalami gangguan kognitif, yang dideteksi menggunakan instrumen MMSE dan observasi. Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian menggunakan MMSE terhadap 10 lansia di Desa Bulakpacing, terdapat 10 lansia mengalami penurunan fungsi kognitif (penurunan daya ingat) saat ditanya “hari ini hari apa, tanggal berapa, musim apa”, menyebutkan kembali objek, menyebutkan kembali kata yang diucapkan oleh peneliti tidak bisa mengingat dengan baik, 8 lansia dalam melakukan aktivitasnya dibantu oleh keluarga karena mereka sering lupa mengenai aktivitas tersebut, dan 2 lansia melakukan aktivitasnya secara mandiri. Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Fungsi Kognitif dengan Activity Daily Living pada Lansia di Desa Bulakpacing Kecamatan Dukuhwaru.

## **1.2 Tujuan**

### **1.2.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan Fungsi Kognitif dengan *Activity Daily Living* Pada lansia di Desa Bulakpacing Kecamatan Dukuhwaru.

### **1.2.2 Tujuan Khusus**

1.2.2.1 Untuk mengidentifikasi fungsi kognitif pada lansia di Desa Bulakpacing

1.2.2.2 Untuk mengidentifikasi *activity daily living* pada lansia di Desa Bulakpacing

1.2.2.3 Untuk menganalisis hubungan fungsi kognitif dengan *activity daily living* pada lansia di Desa Bulakpacing.

### **1.3 Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1 Manfaat Aplikatif**

Dari hasil penelitian ini diharapkan sebagai informasi dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan fungsi kognitif untuk mendukung *activity daily living* pada lansia dan sebagai informasi yang dapat dimanfaatkan oleh pihak kesehatan sebagai pertimbangan intervensi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

#### **1.3.2 Manfaat Keilmuan**

Dari hasil penelitian ini bermanfaat bagi dunia keperawatan gerontik dapat dijadikan suatu informasi tentang hubungan fungsi kognitif dengan *activity daily living* pada lansia di Desa Bulakpacing Kecamatan Dukuhwaru.

#### **1.3.3 Manfaat Metodologi**

Dari hasil penelitian ini dapat diterapkan untuk memperluas wawasan sebagai acuan penelitian selanjutnya terkait fungsi kognitif dengan *activity daily living* pada lansia