

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Proses penuaan umumnya ditandai oleh berbagai perubahan, baik biologis, psikologis, maupun psikososial. Perubahan biologis yang terjadi meliputi penurunan jumlah sel, fungsi sistem saraf, pendengaran, pernapasan, penglihatan, serta sistem endokrin, kardiovaskular, termoregulasi, kulit, dan muskuloskeletal. Seiring dengan proses penuaan, terjadi pula penurunan kemampuan kognitif, termasuk masalah kesehatan kronis, penurunan daya ingat, dan penurunan fungsi kognitif secara keseluruhan (Irianti & Pramono, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Baltes et al. Santrock, 2000 dalam Turana, 2013 menunjukkan bahwa pada masa lanjut usia, kecepatan dalam memproses informasi mengalami penurunan (Syifak & Noventi, 2024). Berdasarkan data hasil wawancara di Dusun Dahan Rejo Lor pada September 2024, terdapat 25 lansia yang aktif mengikuti posbindu lansia. Dari jumlah tersebut, 23 lansia diketahui mengalami penurunan kognitif ringan hingga sedang, yang memengaruhi aktivitas sehari-hari mereka. Namun, hingga saat ini belum ada program intervensi spesifik di posbindu lansia yang bertujuan untuk memperbaiki atau memperlambat penurunan fungsi kognitif. Terdapat Fungsi kognitif ini merupakan hasil dari interaksi individu dengan lingkungan, baik yang didapatkan secara formal melalui pendidikan maupun secara informal dalam kehidupan sehari-hari (Suhariati & Maunah, 2024).

Populasi lanjut usia di seluruh dunia terus mengalami peningkatan signifikan. Berdasarkan data terbaru dari WHO, pada tahun 2023, populasi lansia berusia 60 tahun ke atas mencapai 1,4 miliar jiwa. WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2050 jumlah ini akan meningkat menjadi 2,1 miliar jiwa. Di kawasan Asia Tenggara, termasuk Indonesia, tren serupa juga terjadi.

Pada tahun 2023, populasi lansia diperkirakan mencapai 8%, dengan proyeksi peningkatan hingga tahun 2050 (Sugihartati & Salmah, 2023). Di Indonesia, jumlah lansia pada tahun 2022 mencapai 29,8 juta orang, sekitar 10,82% dari total populasi, dan diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai lebih dari 48 juta orang pada tahun 2035. Di Jawa Timur, jumlah lansia mencapai 13,57% dari total populasi pada tahun 2022, sementara di Kabupaten Gresik, proporsi penduduk lansia mencapai 10% (Lestari, 2022), dan di dusun Dahan Rejo Lor terdapat (25 Lansia) 23 dari 25 Lansia mengalami gangguan kognitif pada Tahun 2024.

Gangguan pada satu atau lebih fungsi kognitif dapat memengaruhi kemampuan sosial, pekerjaan, dan aktivitas sehari-hari (Kuswati et al., 2020). Penurunan fungsi kognitif adalah salah satu tantangan besar yang dihadapi oleh lansia. Lansia sering mengalami berbagai masalah kognitif seperti gangguan ingatan, penurunan kemampuan berpikir, kesulitan berkonsentrasi, hingga demensia (Suhariati & Maunah, 2024). Seiring bertambahnya usia, terjadi perubahan struktural dan fungsional di otak, yang mempengaruhi kemampuan memproses informasi. Penelitian Baltes et al. (dalam Santrock, 2000; Turana, 2013) menunjukkan bahwa kecepatan dalam

memproses informasi menurun seiring bertambahnya usia. Ini menyebabkan lansia mengalami kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, seperti membuat keputusan, mengingat informasi penting, atau bahkan berkomunikasi secara efektif.

Selain itu, faktor-faktor lingkungan, seperti kurangnya rangsangan kognitif, isolasi sosial, dan penurunan interaksi sosial, dapat mempercepat penurunan kognitif pada lansia. Interaksi yang terbatas dengan keluarga atau lingkungan sekitar memperburuk kondisi lansia, sehingga mereka lebih rentan terhadap gangguan memori dan penurunan kognitif yang lebih parah. Berdasarkan data yang dikumpulkan di Dusun Dahan Rejo Lor pada bulan September 2024, terdapat 25 lansia yang secara aktif mengikuti program posbindu. Dari jumlah tersebut, 23 orang mengalami penurunan fungsi kognitif ringan hingga sedang, yang memengaruhi kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Penurunan fungsi kognitif ini bukan hanya memengaruhi aspek fisik dan mental lansia, tetapi juga berdampak pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Banyak lansia yang merasa kehilangan kemandirian, yang mengarah pada perasaan terisolasi, cemas, atau depresi. Hal ini menekankan pentingnya intervensi yang dapat membantu lansia mempertahankan atau bahkan meningkatkan kemampuan kognitif mereka.

Peningkatan ini memberikan tantangan serius, khususnya terkait penurunan fungsi kognitif yang umum dialami lansia. Perubahan fisik, psikologis, dan struktur otak yang terjadi selama proses penuaan memperbesar risiko penurunan fungsi memori dan kognitif. Dalam konteks

ini, terapi reminiscence dianggap sebagai salah satu alternatif solusi yang berpotensi membantu menjaga fungsi kognitif dan kualitas hidup lansia (Ramadhani, 2023). Penelitian awal menunjukkan bahwa terapi reminiscence dapat membantu mengurangi penurunan fungsi kognitif pada lansia. Terapi ini berfokus pada pengingatan kembali pengalaman masa lalu secara terstruktur untuk merangsang fungsi memori dan kognitif. Sejak pertama kali diperkenalkan pada tahun 1960-an, terapi ini telah diuji dalam berbagai penelitian dan menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan aspek kognitif dan emosional pada lansia, meskipun penerapannya masih terbatas di banyak pusat pelayanan kesehatan lansia (Haryadi, 2024).

Terapi reminiscence dipandang sebagai solusi potensial yang efektif untuk memperlambat penurunan fungsi kognitif pada lansia. Melalui proses mengenang kembali pengalaman hidup yang berarti, yang dilakukan selama 4 kali pertemuan dengan durasi 30-40 menit, terapi ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat interaksi sosial, serta merangsang fungsi kognitif seperti memori dan konsentrasi (Firdawati, 2021). Meskipun penelitian lebih lanjut masih diperlukan untuk memahami dampak jangka panjang dari terapi ini dan bagaimana penerapannya dapat dioptimalkan di berbagai konteks klinis, terapi reminiscence telah menunjukkan potensi yang menjanjikan. Terapi reminiscence memungkinkan lansia untuk mengingat kembali peristiwa masa lalu yang menyenangkan, membantu mengaktifkan hippocampus, yang merupakan bagian otak yang berperan penting dalam fungsi memori. Ketika hippocampus diaktifkan, neurotransmitter asetilkolin terangsang, yang pada akhirnya merangsang pusat memori di otak. Dengan

pemberian terapi ini secara konsisten, lansia dapat memperbaiki ingatan jangka panjang dan meningkatkan fungsi kognitif mereka sedikit demi sedikit (Nosi Delianti, n.d.).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berikut ini adalah rumusan masalah yang dapat diidentifikasi dari latar belakang yang diberikan :

- 1) Bagaimana Fungsi Kognitif pada Lansia di Dusun Dahan Rejo Lor sebelum dan sesudah diberikan Terapi Reminiscence

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif pada lansia

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi fungsi kognitif pada lansia di Dusun Dahan Rejo Lor sebelum diberikan intervensi terapi reminiscence
2. Mengidentifikasi fungsi kognitif pada lansia di Dusun Dahan Rejo Lor setelah diberikan intervensi terapi reminiscence
3. Menganalisis pengaruh terapi reminiscence terhadap Fungsi Kognitif pada lansia di Dusun Rahan Rejo Lor

## **1.4 Manfaat penelitian**

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mendukung pengembangan ilmu keperawatan

komplementer dalam upaya menurunkan tingkat demensia terhadap lansia

#### 1.4.2 Manfaat Praktisi

##### 1. Bagi Masyarakat

Memberikan edukasi tentang cara meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

##### 2. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan intervensi dengan melibatkan masyarakat, keluarga, dan peran perawat dalam memberikan upaya preventif untuk mengatasi gangguan fungsi kognitif.

##### 3. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis tentang Efektivitas Terapi Reminiscence terhadap Fungsi Kognitif dan pada lansia dan juga menambah kemajuan dalam melakukan penelitian – penelitian selanjutnya.