

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas baik pria maupun wanita, yang masih mampu melakukan pekerjaan dan atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang dan atau jasa ataupun tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada orang lain (Hartini, 2018).

Secara global populasi lansia secara global di dunia mencapai 1,4 milyar jiwa. Persentase penduduk lanjut usia di Indonesia tahun 2023 sebesar 11,75%. Angka tersebut naik 1,27% dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Seiring dengan naiknya persentase lansia, rasio ketergantungan lansia bertambah menjadi 17,08%. Berarti 100 penduduk usia produktif menanggung 17 penduduk lansia (Badan Pusat Statistik, 2023).

Kelompok lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan baik secara alamiah maupun akibat penyakit ditinjau dari aspek kesehatan, Penurunan fungsi kognitif adalah salah satunya masalah kesehatan yang terjadi akibat pertambahan usia. Fungsi kognitif adalah memori atau fungsi mengingat baik dalam waktu pendek ataupun peristiwa masa lalu. Keadaan ini dapat mengindikasikan adanya demensia (Edwin, 2019).

Semakin tuanya usia lansia, lansia beresiko mengalami jaringan secara bertahap kehilangan kemampuan untuk memperbaiki dan mengganti dirinya sendiri, mempertahankan struktur dan fungsi normal, membuatnya

tidak dapat bertahan. Salah satu dampaknya adalah dengan menderita demensia (Nugroho, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 insiden demensia di seluruh dunia meningkat dengan cepat. Saat ini kasus demensia diperkirakan mendekati 46,8 atau 50 juta orang dengan sekitar 10 juta kasus baru setiap tahun. Terdapat peningkatan yang bermakna pada prevalensi demensia dengan semakin meningkatnya umur. Diperkirakan 5% dari populasi berusia diatas 65 tahun, dan 20-40% dari populasi berusia diatas 85 tahun menderita demensia. Sedangkan di Indonesia prevalensi demensia mencapai angka 4 juta orang pada tahun 2020 (WHO, 2021).

Berdasarkan hasil data dari Dinas kesehatan Sumatera Barat (2022) dari 19 Kabupaten Kota hanya 16 Kabupaten Kota yang terdaftar dengan jumlah keseluruhan yang mengalami Demensia yaitu sebanyak 135 orang (Data Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Reski Handika (2022) di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin tentang Hubungan *Activity Of Daily Living* (ADL) dengan demensia pada Lansia, didapatkan 48 orang lansia yang mengalami demensia.

Hal ini berkaitan dengan semakin tua usia populasi, maka semakin tinggi prevalensi demensia. Pada beberapa kasus proses terjadinya demensia, fungsi intelektual seseorang dapat membaik apabila stres yang mendasari dapat teridentifikasi dan diobati. Untuk mengurangi dan mencegah terjadinya demensia, perlu diperhatikan adanya faktor risiko demensia yang akan

meningkatkan terjadinya demensia. Faktor risiko demensia tersebut yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, herediter (keturunan), aktivitas fisik, depresi, riwayat merokok dan riwayat penyakit kardiovaskuler (Edwin, 2019).

Aktifitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi energi dan tenaga atau pembakaran kalori, aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang ada hubungannya dengan fungsi kognitif (Wahyuni, 2020). Aktivitas fisik seperti jalan kaki, lari kecil berpengaruh pada lobus frontalis otak, area yang berperan pada konsentrasi mental, perencanaan, dan pengambilan keputusan. Lanjut usia akan terjadi penurunan tingkat kebugaran secara perlahan, serta menimbulkan berbagai masalah yang berkaitan dengan permasalahan kesehatan, sebab perjalanan penyakit pada lansia (Effendi, 2019).

Seseorang dengan aktifitas fisik yang baik seperti berolahraga, kegiatan yang harus melibatkan fungsi kognitif seperti berjalan kaki, senam atau mengerjakan pekerjaan rumah tangga serta aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki dapat meningkatkan kemampuan mengingat atau memori, dibandingkan dengan seseorang yang jarang beraktivitas. Aktifitas fisik juga dapat membantu tubuh mencegah penurunan daya kerja otak pada lansia serta menstimulasi faktor pertumbuhan neuron yang memungkinkan faktor-faktor ini yang menghambat terjadinya demensia (Ambardini, 2016)

Penelitian yang dilakukan oleh Ariesty (2022) tentang hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Yayasan Srikandi Bandar Surabaya Provinsi Lampung Tengah ditemukan

hasil aktifitas fisik kurang 54,3% dan mengalami demensia 52%. Ada hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia ($pvalue=0,027$). Penelitian lain dilakukan oleh Ramdini (2023) tentang hubungan tingkat aktivitas fisik dengan resiko terjadi demensia pada lansia di Posyandu Lansia RW 03 Kelurahan Dinoyo ditemukan hasil aktifitas fisik rendah 80% dan kejadian demensia 58%. Ada hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia ($p value=0,000$).

Penelitian yang dilakukan Fatimah (2018) tentang hubungan tingkat pendidikan, aktivitas fisik, aktivitas kognitif dengan kejadian demensia pada lansia mandiri di Panti Wherda Bina Bhaktif Tenggerang Selatan ditemukan hasil aktifitas fisik rendah (62%), gangguan kognitif (34%). Ada hubungan aktivitas fisik dengan demensia ($pvalue=0,015$). Penelitian Hasanah (2023) tentang hubungan *self esteem* dengan lansia yang mengalami demensia di Panti Sosial Tresna Wherda Sabai Nan Aluih ditemukan sebanyak 42,2% lansia mengalami demensia sedang.

Berdasarkan survey awal peneliti pada tanggal 15 Maret 2024, dengan melakukan wawancara pada 10 orang lansia, 7 orang mengatakan sering mengalami gejala seperti mengalami masalah dalam gangguan mengingat kejadian yang pernah dialami, nama tempat, dan kemampuan dalam berhitung. Lansia sering lupa tahun berapa sekarang, nama tempat tinggal, nama benda yang telah disebutkan, tidak bisa menulis yang baru saja disebutkan. Dari 7 orang tersebut 5 orang tidak ada melakukan kegiatan aktifitas fisik karena tidak bekerja lagi sehingga aktifitas seharusnya hanya

duduk, makan dan tidur dan 3 orang lagi ada melakukan aktifitas fisik seperti berjalan pagi, membersihkan pekerjaan rumah tangga.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti telah melakukan penelitian tentang hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024 ?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi resiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024
- b. Diketahui distribusi frekuensi tingkat aktifitas fisik pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024

- c. Diketahui hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan peneliti dalam mengaplikasikan metodologi penelitian, khususnya dibidang keperawatan gerontik.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan perbandingan atau data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan perspektif yang lainnya.

2. Praktis

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dapat sebagai masukan bagi petugas kesehatan di dalam pemberian pelayanan di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan dalam proses pembelajaran bahan tambahan informasi dan sebagai tambahan referensi perpustakaan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang ada, maka ruang lingkup penelitian ini adalah hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada

lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024. Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional*. variabel independen (aktivitas fisik) dan variabel dependen (kejadian demensia). Penelitian telah dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin pada bulan Januari – Agustus tahun 2024. Populasi seluruh lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024 berjumlah 110 orang dengan sampel 52 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Analisa data menggunakan analisa unvariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan uji *Chi Square* ($pvalue=0,000$).

