

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia yaitu seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun. Terjadinya penurunan dapat menuntut lansia untuk mengalami penurunan tersebut. Masalah yang akan dihadapi yaitu dalam hal ekonomi, permasalahan sosial budaya, permasalahan dalam hal kesehatan, permasalahan psikologis dan permasalahan kognitif. WHO (World Health Organization) membagi lanjut usia menurut tingkatan usia lansia yakni usia pertengahan (45-59 tahun), usia lanjut (60-74 tahun), usia lanjut tua (75-84 tahun), usia sangat tua (>84 tahun) (Pascasarjana & Udayana, 2015).

Populasi lansia meningkat sangat cepat. Tahun 2020, jumlah lansia diprediksi sudah menyamai jumlah balita. Sebelas persen dari 6,9 milyar penduduk dunia adalah lansia. Populasi penduduk Indonesia merupakan populasi terbanyak keempat sesudah China, India dan Amerika Serikat. Menurut data World Health Statistic 2013, penduduk China berjumlah 1,35 milyar, India 1,24 milyar, Amerika Serikat 313 juta dan Indonesia berada di urutan keempat dengan 242 juta penduduk. Pada 2018 proporsi penduduk usia 60 tahun ke atas sebesar 24.754.500 jiwa (9,34%) dari total populasi (WHO 2013).

Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia berjumlah 18,57 juta jiwa, meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah penduduk lansia di

Indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 juta jiwa pertahun (Statistik Indonesia 2010). Di Indonesia peningkatan jumlah lansia dipengaruhi oleh teknologi dan kemajuan sosioekonomi, sehingga meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang bisa memperpanjang usia harapan hidup pada seseorang. (Abidin, 2013) .

Proporsi penduduk dewasa, terutama lansia di Jawa Tengah terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2014 jumlah lansia mencapai 3,83 juta jiwa atau 11,43 persen dari seluruh penduduk Provinsi Jawa Tengah kemudian naik menjadi 3,96 juta jiwa atau sebesar 11,72 persen pada tahun 2015. Sedangkan berdasarkan hasil Angka Proyeksi Penduduk tahun 2018, jumlah lansia di Provinsi Jawa Tengah meningkat menjadi 4,49 juta jiwa atau sebesar 13,03 persen. Terjadinya peningkatan penduduk lansia ini adalah adanya pandangan bahwa lansia bergantung kepada bagian penduduk yang lain, terutama pada pemenuhan kebutuhan hidupnya. Keberadaan lansia juga dikaitkan dengan perhitungan rasio ketergantungan, yang merupakan perbandingan antara penduduk usia produktif dengan penduduk usia non produktif termasuk di dalamnya adalah lansia. Sehingga jika penduduk lansia tersebut semakin meningkat jumlahnya, maka beban penduduk usia produktif akan semakin besar (Statistik & Tengah, 2018).

Di Kota Tegal dalam kurun waktu 2013-2018 terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 jumlah lansia mencapai 20.589 jiwa atau 8,44 persen dari seluruh penduduk Kota Tegal. Tahun 2017 jumlah lansia sebanyak

24.015 atau 9,16 persen dari jumlah penduduk dan angka ini naik menjadi 25.009 jiwa atau 10,04 persen di tahun 2018. Semakin bertambah usia, makin besar kemungkinan seseorang mengalami masalah kesehatan diantaranya permasalahan fisik, jiwa, spiritual, ekonomi dan sosial. Lebih dari separo lansia yang mengalami keluhan kesehatan adalah lansia perempuan. Ini dikarenakan jumlah lansia perempuan memang lebih banyak dari jumlah lansia laki-laki. Rasio jenis kelamin (sex ratio) 79,34 yang jauh dibawah 100. Di kota tegal tahun 2017-2018 terdapat sekitar 79 sampai 80 laki-laki pada setiap 100 lansia perempuan (Statistik & Tegal, 2018).

Secara umum masalah pada lansia salah satunya yaitu penurunan fungsi kognitif, bertambahnya usia seseorang maka proses penuaan pun akan terjadi secara degeneratif. Perubahan fungsi fisik terjadi pada lansia termasuk pada otak sebagai sistem persyarafan dan pusat kognitif. Otak yang menjadi organ kompleks yang merupakan salah satu organ tubuh yang sangat berpengaruh terhadap proses penuaan atau degeneratif. Fungsi kognitif ini didapatkan melalui interaksi antara lingkungan formal yaitu pendidikan serta lingkungan non formal yang didapatkan dari kehidupan sehari-hari (Yuliana, n.d.).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif umumnya disebabkan oleh gangguan pada sistem saraf pusat yang meliputi gangguan suplai oksigen ke otak, degenerasi atau penuaan, penyakit alzheimer dan malnutrisi. Dari faktor-faktor tersebut masalah-masalah yang sering dihadapi lansia yang mengalami perubahan mental (gangguan kognitif) diantaranya

gangguan orientasi waktu, ruang, tempat dan tidak mudah menerima hal/ide baru. Pada lansia yang menderita gangguan kognitif mungkin sepenuhnya menjadi bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan dasar dalam hal makan, beraktifitas di toilet, berdandan dan perubahan pola tidur (Kunci & Kognitif, 2013).

Lansia mengalami penurunan fungsi kognitif yang biasa dikatakan demensia atau kepikunan, menunjukkan gejala pada perhatian,mdaya ingat, orientasi tempat dan waktu, sulit mengambil keputusan dan memecahkan masalah. Penurunan fungsi kognitif akan memengaruhi pada pemenuhan kebutuhan dasar sehari-hari lansia. (Agustia et al., 2013).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia akan memberikan dampak negatif pada lansia yang dapat berdampak pada kematian dan kesehatan secara umum pada lansia. Gangguan fungsi kognitif dapat mengganggu kecerdasan pada lansia, memori, perhatian, bahasa yang sangat penting bagi lansia untuk berkomunikasi, pemecahan suatu masalah yang di hadapi, sehingga akan mengganggu pada lansia dalam hal perilaku dan aktivitas yang dilakukan lansia.

Pada gangguan fungsi kognitif pada lansia dapat diatasi dengan permainan Uno Stacko. Permainan uno stacko adalah sebuah permainan boardgame keluarga yang dapat menstimulus otak menggunakan balok-balok yang menyusun berbentuk seperti menara dengan cara bermain mengambil salah satu balok yang berada dibawah dipindahkan ke puncak menara secara bergantian tanpa menjatuhkan balok-balok yang lainnya. Permainan uno stacko

dapat dapat menstimulus otak untuk meningkatkan proses berpikir pada lansia seperti konsentrasi, dan kalkulasi (Roziqin, 2017).

Pada penelitian Yusti Muzdalifa Taplo (2019) di Manado meneliti sebanyak 40 lansia, didapatkan bahwa menggunakan permainan yang dapat menstimulus sel-sel otak dengan menghitung dan santai dapat merilekskan pikiran yang dapat mempertahankan fungsi kognitif.

Pada penelitian Jean Francois Dartigues (2015) di Perancis, meneliti terhadap lansia sebanyak 3675, bahwa didapatkan hasil penelitian permainan boardgame dapat menguntungkan lansia untuk mengurangi resiko demensia dan bisa jadi sebagai mendiasi penurunan kognitif lebih sedikit dan mengurangi tingkat depresi pada lansia.

Menurut Rodriguez-Fortiz (2016) Stimulasi kognitif telah terbukti menurunkan tingkat kerusakan intelektual dan berpotensi membalikkan penurunan kognitif terkait usia. Game yang serius memberikan kesempatan pelatihan baru untuk meningkatkan penurunan fungsi sosial, sensorik-motorik, kognitif dan emosional pada lansia

Pada penelitian Roziqin (2017) di Surabaya meneliti sebanyak 36 lansia yang dibagi menjadi dua kelompok. 18 lansia sebagai kelompok intervensi dan 18 lansia sebagai kelompok kontrol. Pada penelitian ini menegaskan bahwa sebuah permainan interaktif yang dapat menstimulus aspek-aspek kognitif pada lansia. Cara memainkan permainan uno stacko yang dapat meningkatkan konsentrasi pada lansia dan salah satu intervensi yang menyenangkan untuk

lansia, hal ini dapat di terapkan permainan uno stacko sebagai alternatif terapi nonfarmakologis untuk lansia yang mengalami masalah mental, kognitif dan sosial.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang diambil peneliti pada pertengahan bulan November 2020, didapatkan data jumlah lanjut usia di posyandu lansia desa Tuwel Kecamatan Bojong sebanyak 36 lansia. 14 lansia laki-laki dan 22 lansia perempuan. Pengambilan data awal dengan wawancara di curigai 15 lansia mengalami penurunan fungsi kognitif. 6 lansia dicurigai mengalami gangguan fungsi kognitif berat dan 9 lansia di curigai mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Kondisi ini menghambat aktivitas sehari-hari dan hanya berdiam dirumah seperti hanya tidur,duduk tanpa melakukan aktivitas ringan yang bisa dlakukan.hal ini dapat mempercepat terjadi penurunan fungsi kognitif karena lansia yang melalukan suatu aktivitas dapat mengasah kemampuan berpikir yang akan menyebabkan otak nebjadi aktif berpikir.Maka dari itu, timbul ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian menggunakan permainan stimulus otak yaitu permainan Uno stacko yaitu suatu permainan boardgame interaktif yang dapat menstimulus otak.

B. Perumusan Masalah

Dari pembahasan masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah yang di teliti sebagai berikut : “Adakah pengaruh permainan uno stacko terhadap fungsi kognitif di posyandu lansia Desa Tuwel Kecamatan Bojong Kabupaten Tegal”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan uno stacko terhadap fungsi kognitif pada lansia.

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi fungsi kognitif lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi permainan Uno Stacko di Posyandu Lansia Desa Tuwel Kecamatan Bojong Kabupaten Tegal.
- b. Membuktikan pengaruh permainan Uno Stacko terhadap fungsi kognitif pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan bagi penulis serta melatih penulis untuk dapat mengembangkan potensi diri dalam masalah kesehatan terkait dengan fungsi kognitif pada lansia.

2. Bagi Responden

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden lansia dan keluarga lansia upaya meningkatkan fungsi kognitif lansia.

3. Bagi Instansi Terkait

Sebagai bahan informasi dan mendapatkan cara alternatif terapi non farmakologis untuk fungsi kognitif pada lansia.

4. Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dapat berguna sebagai referensi bagi yang hendak meneliti lebih lanjut mengenai Pengaruh permainan uno stacko terhadap fungsi kognitif pada lansia

