

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 2015, lanjut usia diklasifikasikan menjadi 4, yaitu usia pertengahan (*middle age*) dengan usia 45-49 tahun, lanjut usia (*elderly*) dengan usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) dengan usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) dengan usia diatas 90 tahun. Lansia menurut Permensos Nomor 5 Tahun 2018 tentang Standar Nasional Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas.

Lansia menjadi salah satu masalah global yang terjadi saat ini. Hal ini disebabkan karena besarnya populasi lansia diseluruh dunia. Sejak tahun 2013 presentase kelompok lansia mengalami peningkatan yang cukup pesat dibandingkan kelompok usia lainnya. Presentase penduduk lansia di dunia pada tahun 2013 sebesar 13,4%, hingga tahun 2050 sebesar 25,3%, dan pada tahun 2100 sebesar 25,3% dari populasi penduduk dunia (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Jumlah lansia di Indonesia dalam waktu hampir lima dekade meningkat dua kali lipat (1971-2019), yakni menjadi 9,6% (25 juta-an) dimana lansia perempuan sekitar satu persen lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,10% banding 9,10%). Dari seluruh lansia yang

ada di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 63,82%, selanjutnya diikuti oleh lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (80+ tahun) dengan besaran masing-masing 27,68% dan 8,50% (Badan Pusat Statistik, 2019).

Proporsi penduduk lansia di Jawa Tengah terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2015 jumlah lansia mencapai 4,06 juta jiwa atau 12,03% dari seluruh penduduk Provinsi Jawa Tengah kemudian naik menjadi 4,20 juta jiwa atau sebesar 12,37% pada tahun 2016. Pada tahun 2017 jumlah lansia naik lagi menjadi 4,35 juta jiwa atau 12,73%. Pada tahun 2018 jumlah lansia mencapai 4,50 juta jiwa atau sebesar 13,10%. Pada tahun 2019 jumlah lansia di Provinsi Jawa Tengah meningkat lagi menjadi 4,68 juta jiwa sebesar 13,48% (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2019). Data penduduk lansia di Pemalang pada tahun 2020 yaitu sebesar 1.305.668 jiwa dengan jumlah lansia usia 60 tahun keatas sebesar 165.540 jiwa (Badan Pusat Statistik Kabupaten Pemalang, 2020).

Peningkatan terhadap jumlah lansia ini akibat dari meningkatnya usia harapan hidup lansia di Indonesia. Meningkatnya usia harapan hidup pada lansia maka dapat menimbulkan beberapa penyakit pada lansia, salah satu penyakit yang banyak terjadi pada lansia adalah penyakit degeneratif (Madianung, 2019). Penyakit degeneratif pada lansia terdiri dari beberapa jenis, salah satunya yaitu perubahan pada sistem saraf yang bermanifestasi pada penurunan fungsi kognitif (Iswara et al., 2016).

Fungsi kognitif merupakan proses mental dalam memperoleh pengetahuan atau kemampuan serta kecerdasan yang meliputi cara berfikir, daya ingat, pengertian, perencanaan, dan pelaksanaan (Manurung et al., 2016). Fungsi kognitif akan mengalami penurunan secara normal seiring dengan penambahan usia. Faktor resiko yang dapat mempengaruhi penurunan fungsi kognitif antara lain usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, gaya hidup (termasuk pola makan, aktifitas fisik dan stress (Rasyid et al., 2017).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia yang tidak ditangani dengan baik akan berlanjut menjadi demensia maupun alzheimer disease (Andiny et al., 2016). Demensia diartikan sebagai penurunan pada fungsi kognitif dan tingkah laku yang diikuti dengan penurunan mental, penurunan kualitas hidup, gangguan fungsi sosial, dan aktivitas sehari-hari (Farkhatus et al., 2015). Menurut penelitian yang dilakukan Santos et al (2018) yang dilakukan kepada lansia demensia dengan penyakit diabetes, didapatkan hasil bahwa dampak terhadap gangguan kognitif demensia bagi kehidupan lansia adalah kurangnya percaya diri, malu, khawatir dengan perubahan peran dimana penderita tidak bisa mandiri dan masih membutuhkan bantuan orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sehingga, perlu dilakukan upaya untuk mempertahankan fungsi kognitif pada lansia.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mempertahankan fungsi kognitif pada lansia yaitu dengan cara meningkatkan aktivitas yang dapat menstimulus otak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wildan et al

(2016) tentang pengaruh *chess game* (permainan catur) terhadap pikiran nyaman (kognitif) pada lansia demensia, diperoleh hasil bahwa intervensi *chess game* (permainan catur) meningkatkan pikiran nyaman (kognitif) pada lansia. Penelitian lain juga menunjukkan hal yang hampir sama dengan melakukan aktivitas yang bisa menstimulus otak, seperti membaca, menulis, bermain puzzle, bermain catur, bermain kartu, diskusi dalam grup, dan bermain musik, pada lansia bisa menghambat proses hilangnya memori (Madianung, 2019).

Aktivitas yang dapat dilakukan untuk menstimulasi kognitif yaitu dengan bermain *board games*. Permainan papan (*board games*) juga bermanfaat untuk menunda penurunan fungsi kognitif lansia serta dapat membantu para lansia bersosialisasi, interaksi dengan teman sejawat (Rozikin, 2017).

Permainan tradisional dam-daman merupakan permainan berupa bidak seperti papan catur yang dapat dimainkan pada papan, kertas, atau apa saja dengan menggunakan pion seperti batu kerikil maupun pecahan genteng (Iswinarti, 2017). Permainan ini dilakukan oleh 2 pemain, masing-masing pemain memiliki 16 pion (Irwan, P, 2019). Cara bermainnya adalah masing-masing pion bergerak maju untuk menyerang lawan dengan melompatnya dan menempati tempat yang kosong. Pemenangnya adalah pemain yang memiliki pion terbanyak (Aisha, 2019).

Permainan papan tersebut dapat dikategorikan sebagai aktivitas kognitif karena melatih konsentrasi, meningkatkan kreativitas dalam

menyusun strategi permainan dan problem solving (Iswinarti, 2017). Aktivitas kognitif akan menstimulus otak, memperbaiki hubungan antar sel-sel otak, memperbaiki kompensasi otak terhadap patologi dengan meningkatkan cadangan otak sehingga pada akhirnya akan melindungi/memperlambat *onset klinis* gangguan kognitif pada lansia (Wreksoatmodjo, 2015).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Romadhon, W, 2016) tentang pengaruh permainan tradisional dam-daman terhadap penurunan tingkat demensia pada lansia menunjukkan bahwa permainan tradisional dam-daman dapat menurunkan tingkat demensia pada lansia. Selain itu menurut Lathifah et al (2018) tentang permainan tradisional dhakonan mencegah progresifitas tingkat demensia pada lansia menunjukkan bahwa terdapat pengaruh permainan dhakonan diantara kelompok intervensi dan kelompok kontrol tersebut terhadap progresifitas tingkat demensia.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 5 November 2020 di Posyandu lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pernalang Kabupaten Pernalang menggunakan lembar kuesioner Skala *Mini Mental Status Examination* (MMSE) terhadap 10 lansia, menunjukkan 5 lansia mengalami gangguan kognitif ringan dengan skor 21, 19, 22, 18, 20 dan 5 lansia mengalami gangguan kognitif berat dengan skor 9, 13, 15, 13, 12. Kondisi tersebut mengakibatkan aktivitas lansia terganggu, hanya berdiam diri di rumah. Hal tersebut yang dapat mempercepat terjadinya penurunan fungsi kognitif

lansia. Permainan dam-daman dapat diterapkan pada kegiatan sehari-hari lansia, mengingat permainan tersebut mudah dimainkan, dan dapat melestarikan permainan tradisional yang telah lama ditinggalkan.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengaruh permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pematang Kabupaten Pematang”.

B. Rumusan Masalah

Proses penuaan yang terjadi pada lansia mengakibatkan perubahan, salah satunya perubahan dalam fungsi kognitif. Perubahan fungsi kognitif tersebut diakibatkan oleh berbagai macam faktor, dan apabila tidak ditangani akan berdampak pada kehidupan sehari-hari lansia (Azizah, 2011). Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan aktivitas kognitif yang dapat menstimulus otak, agar dapat memperlambat onset terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lansia (Wreksoatmodjo, 2015). Permainan yang dapat menstimulus otak yaitu dengan permainan papan tradisional "dam-daman". Dari uraian tersebut, penelitian ini dimaksudkan untuk menjawab permasalahan "Apakah ada pengaruh permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pematang Kabupaten Pematang?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui karakteristik lansia di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

b. Mengetahui fungsi kognitif lansia sebelum dilakukan intervensi permainan papan tradisional dam-daman di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

c. Mengetahui fungsi kognitif lansia setelah dilakukan intervensi permainan papan tradisional dam-daman di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

d. Mengetahui pengaruh permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia di Posyandu Lansia Desa Pegongsoran Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai wacana baru dan pengalaman belajar untuk meningkatkan pengetahuan tentang pengaruh permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia.

2. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi manfaat dalam upaya meningkatkan fungsi kognitif lansia.

3. Bagi Pendidikan/Institusi

Menambah literatur dan kajian tentang permainan papan tradisional dam-daman terhadap fungsi kognitif lansia sehingga dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan secara aplikatif melalui penerapan permainan papan tradisional dam-daman untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia, serta sebagai masukan agar dapat memberikan asuhan secara komprehensif sehingga pelayanan yang diberikan meningkatkan kualitas kehidupan.

5. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat menerapkan seterusnya permainan papan tradisional dam-daman sebagai terapi untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia.