

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sarifah (2016) menjelaskan, demensia adalah gangguan fungsi memori atau daya ingat dan daya pikir yang perlahan namun semakin memburuk. Demensia tersebut dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu: Demensia Pra Senilis (60 tahun) dan Demensia Senilis (60 tahun ke atas). Demensia dapat mempengaruhi kemampuan aktivitas sehari-hari karena dipengaruhi kumpulan gejala yang ada seperti penurunan fungsi kognitif, perubahan mood dan tingkah laku.

Lumbantobing (2011) menjelaskan, demensia sebagai sindrom (diakibatkan oleh banyak kelainan, penyakit) ditandai oleh gangguan intelektual yang sebelumnya lebih tinggi. Gangguan mencakup memori dan bidang kognitif lainnya (termasuk berbahasa, orientasi, kemampuan konstruksional, kemampuan memecahkan persoalan) dan perubahan kepribadian.

Setyoadi (2014) menjelaskan, senam otak adalah serangkaian gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak atau latihan berbasis gerakan tubuh sederhana yang dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Senam otak dapat memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak, juga merangsang kedua belahan otak untuk bekerja.

Septiari (2012) mengemukakan Senam Otak atau *Brain Gym* adalah serangkaian latihan terangkai atas gerakan-gerakan tubuh yang dinamis, dan menyilang. Gerakan gerakan senam otak dibentuk sesuai dengan bagian-bagian otak agar otak dapat berfungsi dengan baik, seperti gerakan tubuh yang menyilang untuk memfungsikan otak bagian kiri dan kanan.

Etik (2016) Data demografi populasi lansia di negara-negara dunia mengalami perubahan. *The United Nation* telah memprediksikan bahwa jumlah populasi ini akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 10% pada tahun 2050. Peningkatan ini bisa mencapai 828 juta pada 2050. Jumlah lanjut usia di Indonesia, menurut BPS mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2006 sebesar 17.478.282, dan pada tahun 2008 sebesar 19.502.355 (8,55% dari total penduduk sebesar 228.018.900).

Idral (2011) menjelaskan, hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang dengan keluarga yang mempunyai riwayat demensia berisiko lebih tinggi daripada yang tidak mempunyai riwayat demensia. Umumnya, peningkatan prevalensi demensia terjadi bersamaan dengan penambahan umur dan peningkatan umur harapan hidup. Selain itu, usila yang berpendidikan rendah lebih berisiko mengalami penurunan kognitif.

Guslinda (2013) menjelaskan, ada pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia demensia dimana terdapat perbedaan yang bermakna antara fungsi kognitif kelompok yang dilakukan senam otak pada lansia dengan yang tidak dilakukan senam otak yaitu dengan selisih nilai 4,41 poin.

Lisna (2015) menjelaskan, senam otak dapat meningkatkan kualitas hidup wanita lansia pada domain fisik, psikologis dan lingkungan.

Sarifah (2016) menjelaskan bahwa senam otak (*brain gym*) dapat menurunkan tingkat demensia pada lansia yaitu dapat diketahui bahwa nilai  $t = 4.610$  dan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara senam otak terhadap tingkat demensia pada lansia karena nilai  $p\text{-value}$  lebih kecil dari alpha yaitu nilai  $p\text{-value} 0,000 \leq 0,05 (\alpha)$

Sarifah (2016) menjelaskan, berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2013), jumlah lansia di Provinsi Yogyakarta khususnya yang berumur 65 tahun ke atas sebanyak 13,38% dan jumlah penduduk lansia di Kabupaten Sleman sebanyak 28.298 jiwa atau 2,48%. Di wilayah kerja Puskesmas Ngaglik 1 jumlah lansia pada tahun 2014 sebanyak 3519 jiwa, dan jumlah usia lanjut di dusun Minomartani sebanyak 627 jiwa.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan bulan Mei 2017 di RW 8 Pucangsawit didapatkan 5 lansia yang mengalami demensia 3 orang, kemudian diambil responden 1 lansia.

Berdasarkan data diatas maka peneliti tertarik untuk mengangkat masalah ini dalam membuat Karya Tulis Ilmiah tentang penerapan senam otak (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang diatas, maka perumusan masalah yang dapat ditarik yaitu “Bagaimanakah perbedaan tingkat demensia pada lansia sebelum dan setelah dilakukan penerapan senam otak (*brain gym*) ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui tingkat demensia pada lansia sebelum dan setelah dilakukan senam otak (*brain gym*)

### **2. Tujuan Khusus**

- 1) Mendeskripsikan tingkat demensia pada lansia sebelum dilakukam senam otak (*brain gym*)
- 2) Mendeskripsikan perubahan tingkat demensia pada lansia setelah dilakukan senam otak (*brain gym*)
- 3) Menganalisis perbedaan tingkat demensia pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan senam otak (*brain gym*)

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Secara teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan yang telah ada tentang penerapan senam otak (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

### **2. Secara praktis**

#### **a. Bagi penderita demensia pada lansia**

Sebagai tambahan informasi bagi lansia tentang pentingnya senam otak (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

#### **b. Bagi mahasiswa kesehatan**

Menambah informasi dalam mata ajar Keperawatan Gerontik tentang penerapan senam (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

c. Bagi Institusi Kesehatan

Dapat dijadikan bahan informasi dan masukan, sehingga dapat diambil langkah-langkah sebagai upaya untuk melakukan senam otak (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penerapan senam otak (*brain gym*) terhadap tingkat demensia pada lansia.

e. Bagi peneliti

Dapat dijadikan sebuah pengalaman telah menerapkan senam otak (*brain gym*) terhadap demensia pada lansia dan mengetahui perubahannya.