

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua namun memerlukan proses berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa, dan pada akhirnya menjadi tua, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang akan terjadi pada semua manusia (Azizah, 2011).

Penuaan merupakan suatu proses natural, penuaan akan terjadi pada semua sistem tubuh manusia dan tidak semua sistem akan mengalami kemunduran pada waktu yang sama. Meskipun proses menjadi tua merupakan gambaran yang universal, namun tidak seorangpun mengetahui dengan pasti penyebab penuaan atau mengapa manusia menjadi tua pada usia yang berbeda-beda (Fatmawati dan Imron, 2017). Lanjut usia di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun. Di mana tahun 2018 terdapat 9,27% atau sekitar 24,49 juta lanjut usia dari seluruh penduduk. Angka ini meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya terdapat 8,907% (sekitar 23,4 juta) lanjut usia di Indonesia. Kenaikan ini diperkirakan akan terus terjadi untuk beberapa tahun ke depan, walaupun jumlah serta komposisi penduduk sebenarnya sangat dinamis dan tergantung pada tiga proses demografi yang tidak dapat diproduksi secara pasti yaitu kelahiran, kematian, dan migrasi Badan Pusat Statistik (2018) dalam (Silviyana *et al*, 2018).

Lanjut usia akan mengalami penurunan jumlah *neuron kolinergik* yang akan berdampak pada penurunan jumlah *neurotransmitter* sehingga dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif (Murtiyani *et al*, 2017). Lanjut usia secara fisiologis terjadi penurunan fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif yang terjadi pada lanjut usia dapat mengganggu aktivitas

sehari-hari. Penurunan fungsi kognitif terjadi hampir semua lanjut usia dan prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia, meskipun di Indonesia sendiri belum terdapat data mengenai prevalensi penurunan fungsi kognitif pada lanjut usia di Indonesia secara keseluruhan (Permana *et al*, 2019). Menurut Zaliavani *et al* (2019), ketika memasuki tahapan lanjut usia maka lanjut usia akan mengalami perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Perubahan kognitif menyebabkan sulitnya mengingat kembali informasi yang telah dipelajari dan mengalami kemunduran kemunduran fungsi fisik, kognitif dan psikososial umumnya menjadi suatu stressor bagi lanjut usia yang mengakibatkan terjadi permasalahan psikososial pada lanjut usia sehingga mengalami depresi. Penting bagi lanjut usia untuk dapat menjaga kemampuan kognitif yang dimilikinya, dikarenakan apabila lanjut usia mengalami penurunan fungsi kognitif maka akan terjadi beberapa gangguan, bisa menyebabkan demensia dan menyebabkan perubahan kualitas tidur pada lanjut usia (Amalia dan Syapitri, 2018).

Upaya untuk mengatasi penurunan fungsi kognitif dapat dilakukan dengan aktivitas dan latihan fisik karena dapat membuat sirkulasi darah menjadi lancar dan juga meningkatkan penghantaran nutrisi ke otak. Latihan dan aktivitas fisik tidak hanya bermanfaat bagi kebugaran tubuh tetapi juga bermanfaat terhadap kesehatan fungsi otak karena dapat meningkatkan neurogenesis *sinaps*, proses belajar dan fungsi memori (Wahyuni dan Nisa, 2016). Upaya lain yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan *brain gym exercise* karena latihan tersebut bertujuan untuk menjaga keseimbangan kinerja antara otak kanan dan kiri (Donisson, 2005 dalam Hukmiyah, 2019). Perlu dilakukan tes pengukuran fungsi kognitif agar dapat mendeteksi dini tentang fungsi kognitif pada lanjut usia. Beberapa tes yang dapat dilakukan untuk mengukur fungsi kognitif salah satunya dengan menggunakan alat ukur MMSE, STROOP Tes, MoCA-Ina dan CDT (Putri *et al*, 2017).

Permasalahan yang ditemukan pada posyandu lanjut usia adalah, belum adanya alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur fungsi kognitif dan kurangnya pengetahuan kader posyandu tentang bagaimana cara mengukur fungsi kognitif pada lanjut usia dengan baik dan benar.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik membuat buku saku dengan judul “Pengukuran Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia”. Buku saku ini dibuat dengan harapan dapat menjadi media promosi dan informasi kepada kader posyandu. Hal ini dikarenakan buku saku yang dibuat lebih praktis dan efisien sehingga dapat menjadi sarana penunjang pengukuran fungsi kognitif pada lanjut usia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat disimpulkan rumusan masalah tersebut adalah “Metode apa yang digunakan untuk mengukur fungsi kognitif?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menjelaskan cara mengukur fungsi kognitif pada lanjut usia.

2. Tujuan Khusus

Sebagai media informasi kepada praktisi yang dapat digunakan kader posyandu dalam melakukan pengukuran fungsi kognitif pada lanjut usia.

D. Manfaat

- a. Menambah wawasan praktisi dan kader posyandu tentang cara pengukuran fungsi kognitif pada lanjut usia.
- b. Menambah wawasan praktisi dan kader posyandu untuk dapat melakukan pengukuran fungsi kognitif pada lanjut usia.

E. Keutamaan

1. Buku saku menjelaskan beberapa macam alat ukur mengenai fungsi kognitif pada lanjut usia.
2. Desain yang dibuat menarik sehingga menggiatkan minat baca
3. Diharapkan mempermudah kader posyandu untuk dapat mengukur fungsi kognitif pada lanjut usia
4. Materi dapat dipelajari sesuai kebutuhan, minat, dan kecepatan masing-masing.

F. Luaran yang Diharapkan

Luaran yang dihasilkan adalah media cetak berupa buku saku yang berjudul “Pengukuran Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia”, berisikan beberapa cara pengukuran fungsi kognitif pada lanjut usia.