

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia lanjut, atau yang dikenal dengan *senescence*, adalah fase dalam kehidupan yang ditandai dengan terjadinya perubahan dan penurunan fungsi tubuh. Waktu dimulainya masa ini berbeda-beda pada setiap individu, namun secara umum banyak sumber menyebutkan bahwa lansia dimulai sekitar usia 60 tahun. Tahap ini sering dianggap sebagai fase akhir kehidupan, yang disertai dengan berkurangnya berbagai kemampuan fisik dan mental. Seiring bertambahnya usia, lansia menghadapi berbagai masalah kesehatan yang dapat menghambat produktivitas, seperti keterbatasan gerak (imobilisasi), ketidakseimbangan, inkontinensia, risiko jatuh, gangguan fungsi kognitif, penurunan fungsi indra, infeksi, depresi, dan isolasi social (Hasibuan dan Raafidianti, 2021). Jika penurunan kognitif tidak segera ditangani, dampaknya bisa berkembang menjadi demensia dan dalam jangka panjang berpotensi memicu penyakit *Alzheimer* (Widari *et al.*, 2022).

Demensia merupakan sekelompok kondisi yang ditandai dengan berbagai gejala yang menyebabkan perubahan dalam cara seseorang berpikir dan berinteraksi dengan orang lain. Gangguan ini sering kali memengaruhi ingatan jangka pendek, pola pikir, kemampuan berbicara, serta keterampilan motorik. Beberapa kasus yang umum terjadi pada penderita demensia antara lain gangguan daya ingat. Biasanya, penderita demensia cenderung mengulang pertanyaan yang sama berulang kali dan kesulitan mengingat hal-hal sederhana, seperti tempat meletakkan barang, tanggal, atau bahkan nama orang terdekat (Kurniasih *et al.*, 2021). Bertambahnya kasus demensia dipicu oleh berbagai faktor risiko, seperti faktor genetik, usia lanjut (di atas 65 tahun), kondisi kesehatan yang kurang baik, lingkungan tempat tinggal, serta rendahnya tingkat pendidikan

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, terdapat sekitar 55 juta kasus demensia di seluruh dunia. Menurut *Alzheimer Disease International*, lebih dari 50 juta orang mengalami demensia pada tahun 2020, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat hampir dua kali lipat setiap

20 tahun, mencapai 82 juta pada 2030 dan 152 juta pada 2050. Di Indonesia, prevalensi demensia pada tahun 2019 diperkirakan sekitar 1,8 juta kasus, dengan proyeksi peningkatan menjadi 7,5 juta pada tahun 2050 seiring bertambahnya populasi lanjut usia. Di Jawa Tengah, sekitar 20,1% lansia mengalami demensia, yang setara dengan sekitar 832.140 orang dari total populasi lansia di provinsi tersebut (Diatri dan Widianingrum, 2024).

Pada tahap awal, demensia berdampak pada penurunan fungsi kognitif, seperti berkurangnya kemampuan mengingat, khususnya memori jangka pendek, kesulitan dalam memahami dan menyerap informasi, serta hambatan dalam menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan. Sementara itu, pada stadium lanjut, dampaknya menjadi lebih nyata, dimana lansia mengalami kesulitan menjalani aktivitas harian, menunjukkan perubahan perilaku, dan menjadi sangat bergantung pada bantuan orang lain (Sari *et al.*, 2022).

Lansia yang mengalami demensia memerlukan perawatan khusus dibandingkan dengan lansia tanpa kondisi tersebut. Salah satu pendekatan dalam menangani gangguan daya ingat adalah melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan seperti rivastigmin untuk menangani demensia ringan hingga sedang, serta donepezil dan galantamin. Sementara itu, terapi nonfarmakologis, yang juga dikenal sebagai terapi komplementer, mencakup berbagai metode seperti terapi musik, terapi fisik (gym), dan terapi *Puzzle* (Artini, 2022).

Terapi *Puzzle* sendiri merupakan salah satu metode yang efektif dalam menangani demensia. Terapi ini melibatkan gambar yang dipotong-potong menjadi beberapa bagian dan bertujuan untuk melatih daya pikir, meningkatkan kesabaran, serta mengembangkan keterampilan berbagi. Selain itu, terapi *Puzzle* juga dapat digunakan sebagai permainan edukatif yang membantu mengasah otak serta meningkatkan kecepatan berpikir dan koordinasi tangan. Terapi bermain puzzle dinilai lebih efektif bagi lansia dengan demensia karena secara langsung merangsang fungsi kognitif otak yang mengalami penurunan, seperti memori, konsentrasi, dan kemampuan pemecahan masalah. Aktivitas menyusun *Puzzle* melibatkan kerja otak yang

lebih terfokus, sehingga dapat membantu memperlambat proses degenerasi kognitif yang umum terjadi pada penderita demensia. Dibandingkan dengan terapi bermain lainnya seperti musik atau senam yang lebih menitikberatkan pada aspek emosional dan motorik, terapi puzzle memberikan tantangan intelektual yang terstruktur, namun tetap dalam bentuk permainan yang menyenangkan. Selain itu, terapi puzzle relatif aman dan dapat disesuaikan dengan tingkat keparahan demensia, sehingga memberikan fleksibilitas tinggi dalam pelaksanaannya (Artini, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan dengan hasil yang dilakukan oleh Damayanti *et al* (2023) dengan judul “Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Lansia Dengan Demensia” hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penggunaan terapi bermain *Puzzle* telah terbukti mampu membantu meningkatkan kemampuan daya ingat pada lansia yang mengalami demensia. Oleh karena itu, metode ini sangat disarankan bagi tenaga kesehatan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan daya ingat pada lansia dengan kondisi tersebut. Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Margiyati *et al.*, (2021) dengan judul “Pengaruh Terapi *Puzzle* Wapuwun terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Setyamanunggal III” menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi *Puzzle* Wapuwun terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di Dusun Lempuyangan. Metode ini dapat dimanfaatkan oleh perawat komunitas sebagai salah satu bentuk intervensi keperawatan yang bersifat preventif dan promotif guna mencegah terjadinya demensia dini pada lansia

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 April 2025 di Puskesmas Ngoresan, terdapat lansia yang berumur lebih dari 60 tahun laki-laki sebanyak 1881 orang dan perempuan sebanyak 2330 orang, sedangkan umur lebih dari 70 tahun laki-laki sebanyak 552 orang dan perempuan sebanyak 752 orang. Dari hasil wawancara peneliti bahwa di Puskesmas Ngoresan belum tersedia program skrining terkait demensia pada lansia. Jumlah lansia di RW 07 Desa Petoran terdapat 103 orang dan yang aktif mengikuti program posyandu lansia hanya 90 orang, sedangkan di RT 01

sendiri dari hasil survey lokasi yang peneliti lakukan pada tanggal 16 April 2025 terdapat 36 orang lansia. Sebanyak 24 responden hasil pengkajian kognitif relatif normal tidak memiliki gangguan kognitif, 4 orang lansia mengalami gangguan kognitif berat seperti tanda gejala yang muncul yaitu riwayat stroke berat, gangguan pendengaran, gangguan pengelihatian dan gangguan komunikasi verbal. Sedangkan pada 6 orang lansia lainnya mengalami gangguan kognitif ringan ditandai dengan gejala seperti tampak bingung ketika peneliti menanyakan tanggal, hari, provinsi, meletakkan barang dan mengulang kalimat sederhana seperti “tak ada jika, dan, atau tetapi”.

B. Rumusan Masalah

“Bagaimana Penerapan Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Penurunan Demensia Pada Lansia Di RT 01 RW 07 Petoran Jebres Kota Surakarta?”

C. Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dituliskan didapatkan tujuan penerapan dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Tujuan umum

Mengetahui hasil implementasi penerapan terapi bermain *Puzzle* terhadap penurunan demensia pada lansia di RT 001 RW 007 Petoran Jebres Kota Surakarta.

2. Tujuan khusus

a. Mendeksripsikan hasil sebelum dilakukan terapi bermain *Puzzle* terhadap penurunan demensia pada lansia di RT 001 RW 007 Petoran Jebres Kota Surakarta.

b. Mendeksripsikan hasil setelah dilakukan terapi bermain *Puzzle* terhadap penurunan demensia pada lansia di RT 001 RW 007 Petoran Jebres Kota Surakarta.

c. Mendeskripsikan perkembangan terapi bermain *Puzzle* terhadap penurunan demensia pada lansia di RT 001 RW 007 Petoran Jebres Kota Surakarta.

d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain *Puzzle* terhadap penurunan

demensia pada lansia di RT 001 RW 007 Petoran Jebres Kota Surakarta.

D. Manfaat Penerapan

Berdasarkan tujuan penerapan yang dipaparkan didapatkan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Praktis

a. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya stimulasi otak bagi lansia untuk mencegah, mengurangi demensia dan lansia dapat menerapkan dirumah dalam kegiatan sehari-hari.

b. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan, khususnya dalam bidang kesehatan dan keperawatan, untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait kesehatan lansia

c. Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan wawasan tambahan bagi tenaga kesehatan, terutama perawat dalam mengembangkan terapi nonfarmakologis untuk lansia dengan demensia.

d. Bagi penulis

Melalui penelitian ini, penulis dapat memperoleh wawasan dan pengalaman dalam penelitian serta memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang kesehatan lansia.