

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia setiap tahunnya mengalami peningkatan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan jumlah penduduk lansia meningkat dari 18 juta jiwa (7,6 %) pada tahun 2010 menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035. Hasil proyeksi ini menjadi bermasalah bagi negara yang mengharapkan bonus demografi di tahun 2030, yaitu ketika penduduk usia produktif lebih banyak dibandingkan usia tidak produktif (Badan Pusat Statistik, 2023).

Setelah berlangsung selama lebih dari dua tahun, pandemi COVID-19 telah memunculkan kekhawatiran baru di kalangan pakar kesehatan, yaitu munculnya "pandemi kedua" dalam bentuk masalah kesehatan mental. Salah satu kelompok yang paling rentan terdampak adalah kaum lanjut usia. Menurut Michael Dirk, seorang psikolog yang juga merupakan direktur eksekutif Yayasan Alzheimer Indonesia (ALZI), belum ada data pasti mengenai jumlah lansia di Indonesia yang terdampak secara mental akibat pandemi ini (VOA Indonesia).

Terputusnya hubungan dengan keluarga atau orang-orang yang disayang karena pembatasan terkait pandemi merupakan faktor terbesar yang membuat para lansia rentan mengalami depresi dan kecemasan (*anxiety*), dua gangguan kesehatan mental yang banyak dialami lansia semasa pandemi ini. Penyakit

yang paling rentan selain faktor psikologis yang dialami oleh lansia adalah demensia (Kemenkes, 2022).

Seiring meningkatnya lansia di Indonesia, akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan yaitu salah satunya adalah demensia. Demensia merupakan suatu istilah yang menggambarkan gangguan fungsi kognitif pada seseorang yang bersifat progresif, serta dapat mengganggu kinerja dan aktivitas kehidupan sehari-hari (Kemenkes, 2022). Kejadian demensia memiliki keterkaitan yang erat dengan lanjut usia, karena adanya proses menua yang terjadi secara alamiah dan merupakan fenomena yang tidak dapat dihindarkan.

Pada dasarnya, fungsi kognitif akan mengalami penurunan secara normal seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Selain itu, ada faktor risiko yang dapat memengaruhi penurunan fungsi kognitif yaitu keturunan dari keluarga, tingkat pendidikan, cedera otak, tidak melakukan aktivitas fisik, dan penyakit kronik seperti parkinson, jantung, stroke serta diabetes (*The U.S Department of Health and Human Services*, 2020).

Sebenarnya, penurunan fungsi kognitif dapat dihambat dengan melakukan tindakan preventif, salah satu tindakan preventif yang dapat dilakukan lansia yaitu dengan memperbanyak aktivitas fisik (Blondell et al., 2014). Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang bekerja pada otot dan memerlukan energi lebih banyak daripada saat beristirahat, seperti berjalan, menari, berenang, yoga, dan berkebun (*National Institutes of Health*, 2020).

Lansia yang melakukan aktivitas fisik dapat mengurangi risiko menderita demensia dengan signifikan. Beberapa jenis aktivitas fisik termasuk latihan ketahanan dan berjalan, dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia,

termasuk mereka yang telah didiagnosis dengan gangguan kognitif ringan (*Alzheimer's Association International Conference*, 2016). Beberapa studi menyarankan lansia untuk mengadopsi aktivitas fisik dan olahraga sebagai bagian dari gaya hidup mereka agar mengurangi dampak negatif pada tubuh dan pikiran (Blondell et al., 2014).

Dalam hal ini, peneliti bertujuan untuk mengangkat masalah penyakit demensia terkhususnya di wilayah Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo yang juga tak boleh luput dari perhatian. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), Jumlah penduduk lansia di wilayah Kab. Wonosobo berjumlah 102.300 orang dari jumlah penduduk 787.400 orang. Terdapat sebanyak 12,99 % dari total penduduk dan terdiri dari 50,50% laki-laki dan 49,50% perempuan. (Jateng, BPS)

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan peneliti terkait demensia. Maka dipandang perlu untuk mengetahui, apakah hubungan aktifitas fisik dengan lansia pasca pandemi dapat mengurangi resiko penderita demensia secara signifikan.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti merumuskan masalah yang dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan aktifitas fisik terhadap tingkat demensia Lanjut Usia (Lansia) pasca pandemi di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktifitas fisik dengan Demensia Lansia pasca pandemic di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin.
- b) Untuk mengetahui aktifitas lanjut usia di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo.
- c) Untuk mengetahui tingkat demensia responden lanjut usia di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo.
- d) Untuk mengetahui hubungan antara aktifitas fisik dengan demensia pada lansia di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo.
- e) Apabila ada hubungan Untuk mengetahui keeratan hubungan antara aktifitas fisik dengan demensia pada lansia di Kelurahan Kalidadap, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini di harapkan menjadi sumber informasi bagi institusi mengenai hubungan aktifitas fisik terhadap tingkat demensia bagi Lansia pasca pandemic Covid 19.

2. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat menjadi data dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan dengan hubungan aktifitas fisik terhadap tingkat demensia bagi lansia pasca pandemi Covid 19.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan khususnya dalam mengaplikasin teori metodologi penelitian dan bisa melakukan penelitian.

4. Bagi kader di Desa.

Penelitian ini dapat menambah wawasan kader di Desa dalam memahami bahwa pentingnya aktifitas fisik bagi lansia untuk mengurangi demensia.

STIKES BETHESDAYAKKUM

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	(Amirullah, 2018)	Evaluasi keaktifan Lansia dalam mengikuti program posyandu lansia terhadap tingkat demensia lansia di Posyandu Adji Yuswo Ngebel, Tamantirto, Kasihan, Bantul.	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi penelitian adalah lansia berusia diatas 60 tahun, dengan berjumlah 105 responden. Sampel penelitian berjumlah 51 responden. Analisis data dengan <i>purposive sampling</i> .	Hasil pengukuran nilai keaktifan lansia dalam mengikuti program posyandu lansia kategori kurang aktif sebesar (19,62%), aktif sedang sebesar (23,15%), dan aktif sebesar (56,9%).	- Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan MMSE sebagai alat ukur tingkat demensia lansia. - Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> .	- Penelitian (Amirullah, 2018) menggunakan metode analisis menggunakan Rank Spearman. Sedangkan, peneliti menggunakan metode analisis Uji <i>Pearson</i> . - Penelitian (Amirullah, 2018) menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu <i>purposive sampling</i> . Sedangkan, peneliti menggunakan teknik <i>probability sampling</i> .
2.	(Khairani, 2020)	Hubungan aktivitas fisik, hipertensi dan diabetes mellitus dengan kejadian demensia pada	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross</i>	Hasil Analisa data menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan demensia (p	- Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan MMSE sebagai alat ukur tingkat	Penelitian (Khairani, 2020) menggunakan metode analisis <i>chi square</i> . Sedangkan, peneliti menggunakan metode analisis

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		lanjut usia	<i>sectional</i> . Populasi penelitian adalah lansia berusia diatas 60 tahun. Sampel penelitian berjumlah 177 responden. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi.	= 0,000), terdapat hubungan yang bermakna antara hipertensi dengan demensia ($p=0,000$), dan terdapat hubungan yang bermakna antara diabetes mellitus dengan demensia ($p=0,006$) pada lanjut usia di Kelurahan Tomang Jakarta Barat.	demensia lansia - Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Uji <i>Pearson</i> . - Penelitian (Khairani, 2020) menggunakan 3 variabel yaitu aktifitas fisik, diabetes mellitus, dan hipertensi. Sedangkan, peneliti hanya menggunakan 1 variabel yaitu aktifitas fisik.
3.	(Iftya, 2019)	Aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi berjumlah 70 responden lansia. Sampel penelitian berjumlah 56 responden. Teknik <i>random sampling</i> . Analisa data menggunakan uji <i>Rank</i>	Hasil yang di peroleh dari penelitian tersebut menyimpulkan bahwa hasil uji <i>Rank Spearman</i> didapatkan nilai $p=0,04 < \alpha=0,05$, oleh karena itu $< \alpha$ maka H1 diterima yang artinya ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang	- Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan MMSE sebagai alat ukur tingkat demensia lansia. - Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> .	- Penelitian (Iftya, 2019) menggunakan metode analisis <i>Rank Spearman</i> . Sedangkan, peneliti menggunakan metode analisis Uji <i>Pearson</i> . - Penelitian (Iftya, 2019) menggunakan teknik <i>sampling</i> yaitu <i>simple random sampling</i> . Sedangkan, peneliti menggunakan teknik <i>probability sampling</i> .

No	Nama/Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
			<i>Spearman</i> dalam mengukur aktifitas fisik dengan kejadian demensia.			

STIKES BETHESDA YAKKUM