

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Demensia telah menjadi salah satu permasalahan klasik dunia kesehatan, keberadaan penyakit demensia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Demensia merupakan kondisi kompleks dan progresif yang berpengaruh pada daya ingat, orientasi, bahasa, kemampuan organisasi, kontrol emosi dan perilaku seseorang (Patterson, 2018). Penurunan fungsi kognitif lansia merupakan salah satu faktor penyebab ketidakmampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari (*activity daily living / ADL*) secara normal dan menyebabkan ketergantungan pada orang lain mencapai 75%-99%. Adapun tanda dan gejala yang ditimbulkan, antara lain: penurunan motivasi atau semangat hidup, kurang interaksi sosial sampai depresi (SJ, Wayne, 2018). Gejala lainnya, yaitu: adanya tingkah laku abnormal, perubahan perilaku dan kepribadian. Konsekuensi sosial dari kemunduran fungsi kognitif tersebut, meliputi: ansietas, dukacita, frustrasi, apatis, dan sensitif, serta menyebabkan isolasi diri maupun sosial, yang kerap menimbulkan kasus depresi (Gomez et al., 2017). Penderita demensia juga mengalami penurunan kemampuan dalam pengambilan keputusan dan penilaian, penurunan pengelolaan keuangan, disorientasi terhadap waktu, tempat, dan orang, kesulitan berkomunikasi, memindah-mindahkan barang dan kesulitan menemukannya kembali, penurunan daya ingat, kesulitan memahami gambar / hal-hal visual, serta perubahan dalam *mood* dan kepribadian (Care, 2011).

Petersen, (2014) mendefinisikan *Mild Cognitive Impairment* (MCI) sebagai tahap peralihan antara fungsi kognitif yang masih baik / optimal dan demensia klinis

dimana pengalaman individu yang terjadi penurunan kognitif. Orang dengan MCI adalah kelompok beresiko tinggi mengalami demensia, MCI juga merupakan karakteristik utama berkembangnya penyakit ke arah Alzheimer's. Gangguan kognitif yaitu hilangnya fungsi otak yang mempengaruhi proses berpikir normal dan pada demensia proses hilangnya kemampuan kognitif ini terjadi secara bertahap sampai pasien kehilangan otonomi dan kemampuan beraktivitas seluruhnya. Demensia telah menjadi masalah dunia, karena terdapat satu kejadian demensia tiap 3 detik. World Health Organization (WHO), 2018 mencatat lebih dari 50 juta penduduk dunia mengalami demensia, dan angka ini diprediksi akan meningkat tiga kali lipat menjadi 152 juta penduduk pada tahun 2050, dan negara yang paling banyak terjadi demensia adalah negara dengan pendapatan ekonomi yang rendah atau menengah (Patterson, 2018). Populasi lansia bertumbuh sangat cepat dan pada abad ke-21 ini sehingga dikenal menjadi "Era lanjut usia" populasi lansia (65 tahun keatas) di Amerika pada tahun 2009 mencapai 54,5 juta dan pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia akan tumbuh hingga 219% (Meiner, S.E., 2011).

Perkembangan demensia yang bertahap inilah, membuat penderitanya harus mampu beradaptasi dengan perubahan yang dialaminya. Kasus baru demensia ditemukan 1800 kasus setiap minggunya, dimana hal tersebut menjadi pemicu meningkatnya beban perawatan setiap waktunya (MacAndrew, M., Brooks, D., and Beattie, 2018). Transisi demografi juga terjadi secara dramatis di Indonesia, jika pada era 1950-1970 Indonesia dihadapkan pada era *baby boom*, kini berganti menjadi era lansia. Selama hampir lima dekade, persentase lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2017), yakni menjadi 8,97% (23,4 juta), dengan proporsi lansia perempuan 9,47% dan lansia laki-laki 8,48%. Lansia

terbanyak di Indonesia ditemukan di D.I Yogyakarta (13,90%), Jawa Tengah (12,46%), Jawa Timur (12,16%), Bali (10,79%) dan Sulawesi Barat (10,37%) (BPS, 2017). Perempuan lebih banyak terkena demensia dibandingkan laki-laki, hal ini disinyalir karena adanya penurunan kadar estrogen setelah perempuan mengalami menopause, sedangkan estrogen pada laki-laki cenderung stabil. Estrogen merupakan hormon yang penting dalam melindungi dinding pembuluh darah. Meningkatnya penduduk lansia selain menunjukkan keberhasilan pemerintah dalam menjalankan program kesehatan, namun juga membawa konsekuensi tersendiri terhadap pembangunan nasional, yaitu meningkatnya permasalahan penyakit akibat proses penuaan. Populasi usia lanjut merupakan populasi utama yang paling banyak terkena dampak dari demensia dan menjadi penyebab utama kondisi ketergantungan dan disabilitas pada usia lanjut (Prince, M., Bryce, R., Albanese, e., Wimo, A., Ribeiro, W., Ferri, 2013).

Dampak yang ditimbulkan akibat *aging process* / proses penuaan tidak dapat dihentikan namun dapat diperlambat, melalui stimulasi otak yang menyenangkan. Otak sebagai organ kompleks, pusat pengaturan sistem tubuh dan pusat kognitif, merupakan salah satu organ tubuh yang sangat rentan terhadap proses penuaan atau degeneratif. Stimulasi aktifitas kognitif, bagian dari suatu terapi *non-pharmacology* yang dinilai dapat memperlambat terjadinya penurunan kognitif akibat proses penuaan. Jenis stimulasi aktivitas inipun sangat beragam, tentunya harus tepat sasaran, yakni: lansia itu sendiri harus menyukainya, lansia mau memperhatikan dan disesuaikan dengan budaya / kebijakan lokal yang berlaku di suatu area, mudah diaplikasikan, dan tampak konsistensi lansia dalam mengikuti kegiatan tersebut,

output akhir menjadikan lansia berperan aktif dan produktif, serta dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Iizuka *et al.*, 2019 menulis dalam sistematik review mengenai aktivitas diwaktu senggang dalam upaya mengatasi masalah gangguan kognitif pada lansia dengan demensia, mengulas dari 20 studi 13 diantaranya menunjukkan peningkatan dalam beberapa domain kognitif dan memori kerja, dengan kata lain fungsi kognitif pada lansia dapat ditingkatkan melalui intervensi aktivitas rekreasi, permainan interaktif, aktivitas yang mempelajari keterampilan baru, stimulasi intelektual yang kuat, termasuk elemen komunikasi yang terjalin saat melakukan aktivitas merupakan alat yang sangat efektif. Dalam studi yang dilakukan selama 20 tahun di negara Perancis, mengatakan aktivitas permainan papan atau yang dikenal dengan *board game* dapat menurunkan resiko terjadinya demensia sebanyak 32.2% lebih rendah dibandingkan partisipan yang tidak rutin bermain papan (Dartigues *et al.*, 2013). Permainan papan merupakan salah satu bagian dari ragam stimulasi aktivitas yang paling disukai oleh lansia, dikarenakan banyak memberikan keuntungan tidak hanya membawa dampak positif pada inisiatif, perencanaan, strategi, maupun pengambilan keputusan, namun permainan papan dinilai lebih praktis, memberi efek gembira yang spontanitas serta mudah dimainkan baik secara individu, grup bahkan dengan orang asing sekalipun sehingga meningkatkan interaksi sosial. Aktifitas lainnya, yang juga menantang secara intelektual, sering dikaitkan dengan manfaatnya yang dapat mengurangi terjadinya demensia pada lansia, yaitu permainan komputer, berupa software permainan yang telah diinstal dikomputer maupun tablet. Program permainan dengan teknologi ini dikatakan membuka akses bagi siapapun dimanapun dan kapanpun dapat dengan mudah

dilakukan, efektif dari segi biaya, serta memberikan suatu respon pengalaman yang berbeda secara individu bagi lansia (Ge et al., 2018).

Menurut *Alzheimer Disease International* (ADI) 2018, penelitian tentang demensia di Indonesia masih sangat minim, termasuk riset yang dilakukan Kementerian Kesehatan seperti Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), masih berupa proyeksi, dan belum banyak menampilkan data penelitian tentang gejala penurunan saraf serta intervensi yang sesuai pada demensia vaskuler atau demensia alzheimer. Gangguan fungsi kognitif yang ditandai adanya perubahan kontrol emosi, perilaku, penurunan motivasi dan interaksi sosial merupakan dampak negatif yang dapat dilihat, berbagai jenis permainan diantaranya permainan papan yang cenderung tergolong masih konvensional, dan permainan komputer yang berbasis teknologi disinyalir keduanya memberikan dampak positif pada peningkatan kognisi terhadap lansia dengan gangguan kognitif ringan dan sedang membuat peneliti tertarik untuk membandingkan keefektifitasan kedua metode permainan tersebut dalam upaya mencegah atau memperlambat terjadinya demensia. Stimulasi kognitif telah berkembang beberapa tahun terakhir dan mulai menarik perhatian peneliti di bidang geriatri, namun studi tentang penerapan permainan papan atau komputer game sebagai intervensi masih sangat langka diperlukan lebih banyak penelitian berbasis *evidence base* untuk memverifikasi apakah kedua metode ini dapat menjadi perawatan nonfarmakologis yang valid bagi pekerja sosial geriatri dalam mencegah terjadinya demensia. *Novelty* daripada *systematic review* ini adalah merupakan review pertama kali yang dibuat dan belum pernah diterbitkan dalam jurnal manapun. Harapan penulis, hasil dari *systematic review* ini nantinya dapat terbit dalam jurnal bereputasi Internasional / nasional, selain itu juga dapat bermanfaat

dan diterapkan pada lansia baik di komunitas, maupun di panti dalam upaya meningkatkan kognitif lansia, dan mencegah demensia, tentu saja juga harapannya dapat mengembangkan ilmu keperawatan gerontology di Indonesia.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana efektifitas metode permainan *board game* dan *computer game* dalam mempertahankan kognitif lansia dengan demensia?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Menganalisis metode permainan yang efektif mempertahankan kognitif lansia dengan demensia.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Menganalisis efektifitas metode permainan *board game* dan *computer game* dalam mempertahankan kognitif lansia dengan demensia.
2. Menganalisis manfaat metode permainan *board game* dan *computer game* dalam mempertahankan kognitif lansia dengan demensia.
3. Menganalisis perbandingan masing-masing metode permainan terhadap output yang dihasilkan, dengan parameter yang dilihat adanya perbaikan terhadap kontrol perilaku, *mood*, dan interaksi sosial.