

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini lansia menjadi fokus utama yang perlu diperhatikan, terutama terkait kesehatan dan kesejahteraan mereka. Hal ini karena lansia mengalami berbagai perubahan fisik, mental, dan sosial yang memerlukan dukungan khusus (Hidayati et al., 2023). Lansia atau lanjut usia merupakan individu yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia diklasifikasikan menjadi tiga kategori yaitu pra-lansia (60-69 tahun), lansia (70-79 tahun), dan lansia akhir (≥ 80 tahun). Pada masa ini, lansia ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Kemenkes, 2023).

Menurut Badan Pusat Statistik (2025), rata-rata angka harapan hidup terus meningkat setiap tahunnya hingga menyentuh usia 74,21 pada tahun 2025. Hal ini menunjukkan bahwa penduduk Indonesia yang mencapai usia lanjut semakin meningkat. Hingga akhir tahun 2025, diperkirakan populasi lansia mencapai 36 juta orang di Indonesia dan akan terus meningkat sebanyak 20% pada tahun 2045 (Kemenkes, 2024). Beberapa faktor, seperti akses ke layanan kesehatan, kualitas lingkungan, gaya hidup dan pola makan, faktor sosial dan ekonomi, serta faktor genetik dan kesehatan keluarga, berkontribusi pada peningkatan harapan hidup (Budiono & Rivai, 2021). Namun, usia harapan hidup yang terus meningkat tentunya membawa tantangan baru, salah satunya adalah peningkatan prevalensi penyakit degeneratif, termasuk demensia.

Demensia menjadi penyakit umum yang terjadi pada lansia dan juga salah satu penyebab utama ketergantungan fisik serta mental di usia senja. Demensia merupakan penyakit yang ditandai dengan kerusakan sel saraf sehingga menyebabkan penurunan progresif dalam kemampuan kognitif seseorang (Widjaja et al., 2023). Demensia merupakan kondisi kompleks yang mempunyai banyak penyebab dan faktor resiko. Selain penuaan dan kerusakan

sel otak yang mengganggu fungsi saraf, penyebab lain dari demensia yaitu masalah pada pembuluh darah otak, penyakit degeneratif seperti Alzheimer, infeksi, cedera kepala, dan faktor gaya hidup (Budiono & Rivai, 2021).

Menurut *World Health Organization* (2025), pada tahun 2021, sebanyak 57 juta orang di seluruh dunia menderita demensia, lebih dari 60% diantaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan berkembang. Setiap tahun, terdapat hampir 10 juta kasus baru demensia. Prevalensi penyakit demensia Alzheimer di Indonesia sekitar 27,9% yaitu lebih dari 4,2 juta penduduk Indonesia menderita demensia dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 150 juta orang pada tahun 2050 seiring pertumbuhan populasi lansia (Kemenkes, 2025). Sementara itu, menurut Alzheimer Indonesia (2025) jumlah penderita demensia menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam jumlah penderita demensia di Jawa Barat, dari sekitar 2.500 kasus pada tahun 2007 menjadi perkiraan 20.000 kasus pada tahun 2025.

Pada lansia, demensia dapat mempengaruhi fungsi kognitif, cara berpikir, memori, dan perilaku, sehingga menyulitkan aktivitas sehari-hari dan mengurangi kemandirian. Demensia juga berdampak pada keluarga, masyarakat, dan sistem perawatan sehingga dibutuhkan penanganan yang tepat untuk penderitanya (Dewi, 2022). Selain terapi farmakologi, diperlukan juga pendekatan non-farmakologis yang dapat menghambat penurunan fungsi kognitif pada lansia yang menderita demensia. Salah satu yang sudah banyak diterapkan dan diteliti yaitu terapi senam otak atau *brain gym* dan terapi musik.

Menurut Hasmar & Faridah (2022) Senam otak adalah serangkaian gerak sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak, dapat menarik keluar tingkat konsentrasi otak, dan juga sebagai jalan keluar bagi bagian otak yang terhambat agar dapat berfungsi maksimal. Senam otak memiliki manfaat yaitu meningkatkan keterampilan kognitif, seperti konsentrasi, memori, kesadaran, dan fungsi eksekutif (Ivanka et al., 2023). Selain senam otak, terapi non farmakologi lainnya yaitu terapi musik. Terapi musik merupakan pendekatan terapeutik yang menggunakan musik dan

komponennya, seperti ritme, melodi, harmoni, dan suara, untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosional, mental, sosial, dan kognitif seseorang. Beberapa manfaat utama terapi musik termasuk meningkatkan kecerdasan, meningkatkan motivasi, pengembangan diri, menyeimbangkan tubuh, mengurangi rasa sakit, meningkatkan kesehatan jiwa, dan meningkatkan olahraga (Sari & Margiyati, 2024).

Menurut penelitian yang dilakukan Alfiona et al., (2024) menyatakan bahwa intervensi senam otak dapat meningkatkan fungsi otak secara signifikan dapat dilihat dari hasil analisis dengan statistic *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan nilai *p-value* 0,001. Penelitian ini sejalan, dengan penelitian yang dilakukan Ningsih & Iqomh (2025) menyatakan peningkatan kemampuan mengingat dan juga *Mini Mental State Examination* (MMSE) dari skor 21 menjadi 23. Penelitian ini didukung oleh penelitian Triyulianti & Ayuningtyas (2022) menyatakan brain gym dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia dengan hasil *Mini Mental State Examination* (MMSE) sebelum 23 menjadi 25. Penelitian lain yang mendukung, yaitu penelitian yang dilakukan Waddin et al. (2020) bahwa menurut hasil uji perbandingan sebelum dan sesudah menunjukkan skor rata-rata 17,76 (fungsi kognitif menurun) pada *pre test* dan *post test* menunjukkan skor 23,17 (fungsi kognitif baik). Menurut Fadli et al. (2023) penelitian didapatkan adanya perbedaan fungsi kognitif sebelum dan sesudah terapi diberikan yaitu *pre test* 19,20 dan *post test* 21,33.

Menurut penelitian Yulia & Syafitria (2019) menunjukkan adanya kenaikan fungsi kognitif dengan rata-rata skor sebelum dilakukan terapi musik yaitu 17,1 dan setelah dilakukan terapi musik yaitu 19,7. Penelitian ini sejalan, dengan penelitian Sari & Margiyati (2024) menunjukkan bahwa terapi music klasik dapat meningkatkan fungsi kognitif dari kedua responden, dibuktikan dengan fungsi kognitif responden pertama sebelum intervensi yaitu 22 (probable gangguan kognitif) menjadi 28 (normal) dan fungsi kognitif responden kedua sebelum intervensi 19 (probable gangguan kognitif) menjadi 25 (normal).

Berdasarkan data yang didapatkan di atas dan banyaknya penelitian sebelumnya yang relevan maka penulis tertarik memahami kasus demensia sebagai topik masalah kesehatan dari karya ilmiah akhir ners, sehingga dapat menerapkan kombinasi terapi otak dan terapi musik kepada penderita demensia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh penerapan kombinasi terapi senam otak dan senam musik untuk meningkatkan fungsi kognitif pada pasien demensia di BPSTW Griya Lansia Ciparay?

1.3 Tujuan Penelitian

Penulisan karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk untuk mengetahui sejauh mana pengaruh penerapan kombinasi terapi senam otak dan senam musik untuk meningkatkan fungsi kognitif pada pasien demensia di BPSTW Griya Lansia Ciparay.