

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pertambahan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia semakin bertambah sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2011 sekitar 24 juta jiwa atau hampir 10% jumlah penduduk. Padahal sekitar tahun 1970 baru ada 2 juta orang. Selama 40 tahun pertambahan jumlah lansia 10 kali lipat, sedangkan jumlah penduduk hanya bertambah 2 kali lipat. Setiap tahun jumlah lansia bertambah rata-rata 450.000 orang. Pada tahun 2050, diperkirakan ada 60 juta lansia setara gabungan penduduk Jawa Barat, DKI Jakarta, dan Banten kini (Kompas, 3 Februari 2012). Data tersebut memperlihatkan bahwa penduduk lanjut usia terus meningkat dari waktu ke waktu.

Proses menua adalah proses yang terus menerus secara alami. Menua bukanlah suatu proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Memang harus diakui bahwa ada berbagai penyakit yang sering menghinggapi kaum lanjut usia. Lanjut usia akan selalu bergandengan dengan perubahan fisiologis maupun psikologi (Nugroho,2008).

Seperti firman Allah SWT dalam surat Ibrahim ayat 39:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ
 طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ
 قَبْلُ وَلِيَبْلُغُوا أَجَلَ مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦٧﴾

“Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)” (Q.S Al-Mu’min ayat 67)

Proses penuaan menyebabkan terjadinya perubahan anatomi dan biokimiawi di susunan syaraf pusat. Pada beberapa lanjut usia terjadi penurunan daya ingat dan gangguan psikomotor yang masih wajar disebut sebagai “sifat pelupa benigna akibat penuaan (benign senescent forgetfulness)” (Sjahrir, 1999).

Kesehatan pada golongan lansia terkait erat dengan proses degenerasi yang tidak dapat dihindari. Seluruh sistem, cepat atau lambat, akan mengalami degenerasi. Manifestasi klinik, laboratorik, radiologik bergantung pada organ dan / atau sistem yang terkait. Salah satu manifestasi klinik yang khas adalah timbulnya demensia (Harsono, 2009).

Menurut Lumbantobing (2004), demensia cukup sering dijumpai pada lansia karena menimpa sekitar 10% kelompok usia di atas 65 tahun dan 47% kelompok usia di atas 85 tahun. Pada sekitar 10-20% kasus demensia bersifat reversibel atau dapat diobati. Selain itu, menurut Asosiasi Alzheimer

Indonesia prevalensi demensia di Indonesia adalah 3-5% untuk rentang usia 65 tahun, paling sedikit ada 600ribu penderita.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan, sedikitnya 35 juta orang di dunia menderita demensia. WHO memperkirakan kasus tersebut akan meningkat menjadi dua kali lipat setiap 20 tahun dan mencapai 66 juta penderita pada 2030 dan 115 juta pada 2050.

Sesuai dengan penelitian mengenai demensia, berikut adalah firman Allah yang berkaitan dengan kepikunan:

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لَا
يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ﴿٧٠﴾

“Allah menciptakan kamu, kemudian mewafatkan kamu; dan di antara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling lemah (pikun), supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatu pun yang pernah diketahuinya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.” (Q.S An-Nahl ayat 70)

Demensia merupakan sindroma yang ditandai oleh berbagai gangguan fungsi kognitif tanpa gangguan kesadaran. Fungsi kognitif yang dapat dipengaruhi pada demensia adalah inteligensia umum, belajar dan ingatan, bahasa, memecahkan masalah, orientasi, persepsi, perhatian, dan konsentrasi, pertimbangan, dan kemampuan sosial (Kaplan & Saddock, 2002).

Untuk keperluan penapisan, pemeriksaan psikometrik sederhana misalnya dengan menggunakan pemeriksaan mini (tentang) status mental (*MMSE = Mini Mental State Examination*) akan membantu menentukan gangguan kognitif (Folstein and Folstein, 1990). Tes ini mudah dikerjakan, membutuhkan waktu yang relatif singkat yaitu antara lima sampai sepuluh

menit, yang mencakup penilaian orientasi, registrasi, perhatian dan kalkulasi, mengingat kembali serta bahasa. Pasien dinilai secara kuantitatif pada fungsi-fungsi tersebut dengan nilai sempurna adalah 30. MMSE digunakan secara luas sebagai pemeriksaan yang sederhana dan cepat untuk mencari kemungkinan munculnya defisit kognitif sebagai tanda demensia (Kaplan & Saddock, 2002).

Berdasarkan penelitian AJ, Mitchell (2009) dengan jenis meta analisis menjelaskan bahwa penggunaan MMSE untuk mendiagnosis demensia memiliki sensitivitas 79.8% dan spesifisitas 81.3% dengan kesimpulan bahwa MMSE memiliki nilai terbaik untuk mendiagnosis demensia. Selain itu dijelaskan juga dalam *Dementia Digest* bahwa MMSE menjadi “*gold standard*” dalam penanganan pertama dokter umum untuk menilai memori.

Dr. Marshall Fonstein Profesor Elmar Graessel mengadakan penelitian yang diterbitkan oleh jurnal *BioMed Central Medicine* mengemukakan bahwa pada beberapa kegiatan sederhana seperti bernyanyi, menyusun puzzle, dan permainan otak lainnya dapat mencegah demensia. Kegiatan ini akan membawa efek yang sama baiknya dengan mengonsumsi obat pencegah demensia. Hal tersebut menjelaskan bahwa apapun kegiatan yang melibatkan fungsi otak agar tetap aktif dapat menghambat resiko demensia lebih awal. Maka dari itu, peneliti akan menggunakan metode hafalan Al-Qur'an yakni melalui surat-surat pendek khususnya pada Juz Amma yang diperuntukan bagi lansia.

وَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَجَعَلْنَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ حِجَابًا

مَسْتُورًا ﴿٤٥﴾

“Dan apabila kamu membaca Al-Qur'an niscaya Kami adakan antara kamu dan orang-orang yang tidak beriman kepada kehidupan akhirat, suatu dinding yang tertutup” (Q.S Al-Isra ayat 45)

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, peneliti merumuskan masalah: Apakah dengan menghafalkan Juz Amma dapat mencegah terjadinya demensia?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan hafalan Juz Amma dengan demensia pada lansia.

D. Manfaat Hasil

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki beberapa manfaat, antara lain:

1. Bagi peneliti :

Menambah wawasan peneliti mengenai kejadian demensia pada lansia baik bagi yang dapat menghafalkan Juz Amma dan yang tidak.

2. Bagi masyarakat :

Masyarakat dapat mengetahui bahwa dengan kegiatan yang melibatkan cara kerja otak seperti menghafalkan Juz Amma dapat mencegah terjadinya demensia.

3. Bagi instansi pendidikan :

Dapat digunakan untuk menambah pengetahuan ilmu kedokteran saraf dan sebagai acuan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan kejadian demensia dengan menggunakan metode hafalan.

E. Keaslian Penelitian

Hingga saat ini belum ada orang lain yang meneliti kejadian demensia pada lansia melalui hafalan Juz Amma, namun ada beberapa penelitian yang serupa diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Arya Ramadia (2009), meneliti tentang “Pengaruh Latihan Kognitif Terhadap Perubahan Skor Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia Ringan di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberi latihan kognitif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengukuran fungsi kognitif dilakukan dengan menggunakan MMSE (*Mini Mental State Examination*). Sedangkan dalam penelitian mengenai kejadian demensia pada lansia yang dapat menghafalkan Juz Amma peneliti menggunakan latihan kognitif sebagai keadaan yang dapat mempengaruhi atau tidaknya terhadap kejadian demensia.

2. Elmar Graessel, et al. (2011) dengan judul “*Non-pharmalogical, multicomponent group therapy in patients with degenerative dementia: a 12-month randomized, controlled trial.*” Dalam penelitian ini ditemukan, mereka yang rutin melakukan aktivitas seperti bernyanyi, bermain teka – teki dan bowling dapat menghambat demensia. Peneliti menghubungkannya dengan faktor-faktor yang dapat mencegah demensia yakni kegiatan apapun itu yang dapat menggunakan otak khususnya hafalan Juz Amma akan menurunkan kejadian demensia.