

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menua atau penuaan merupakan suatu proses alami yang ditandai dengan penurunan fungsi berbagai organ tubuh. Proses penuaan secara perlahan menyebabkan lansia mengalami risiko berbagai gangguan kesehatan (Tideiksaar dalam Binoriang, 2019). Salah satu masalah yang dialami lansia adalah gangguan kognitif yaitu demensia. Demensia Alzheimer merupakan kondisi dimana seseorang mengalami penurunan fungsi otak yang mempengaruhi daya ingat, emosi, dan pengambilan keputusan (Widyastuti, 2019).

Prevalensi demensia Alzheimer di seluruh dunia meningkat dengan cepat dan saat ini diperkirakan mendekati 46,8 atau 50 juta orang yang di diagnosis dengan demensia di dunia, 20,9 juta di Asia Pasifik (Alzheimer's Disease International, World Health Organization, 2017). Di Indonesia pada tahun 2016 diperkirakan sekitar 1,2 juta orang terdiagnosis demensia, yang akan meningkat menjadi 2 juta pada tahun 2030 dan 40 juta orang tahun 2050 (Alzheimer's Indonesia, 2019). Prevalensi demensia lansia yang berumur 60 tahun atau lebih di DIY mencapai angka 20,1%. Semakin meningkatnya usia maka prevalensi penderita demensia meningkat. Pada usia 60 tahun didapatkan 1 dari 10 lansia di DIY

mengalami demensia, usia 70 tahun didapatkan 2 dari 10 lansia yang mengalami demensia, usia 80 tahun 4-5 dari 10 dan usia 90 tahun 7 dari 10 lansia yang mengalami demensia (Suriastini dkk,2016).

Demensia yang dimulai secara perlahan yang semakin lama makin parah, sehingga kondisi tersebut pada awalnya tidak disadari. Orang dengan demensia mengalami perubahan perilaku, penurunan memori, orientasi, kesulitan berkomunikasi serta mengambil keputusan sehingga kegiatan sehari-harinya terganggu (WHO, 2016). Demensia dapat mempengaruhi psikologis penderitanya, yang cenderung sering mengalami stress dengan gejala kecemasan yang mempengaruhi penderita dalam melakukan aktivitas apapun yang mengakibatkan tingkat ketergantungan pada keluarga sangat tinggi (Azizah dalam Sumarni dkk, 2019). Kualitas hidup lansia akan mengalami penurunan akibat dari perubahan fisik yang cenderung mengakibatkan penurunan yang mempengaruhi kesehatan. Perubahan daya ingat pada lansia tentu akan mengakibatkan dampak negatif, kemandirian pada lansia akan berkurang dalam melakukan aktivitas sehari-hari akibat dari menurunnya kualitas hidup pada lansia, sehingga diperlukan adanya pengawasan dari orang terdekat maupun orang lain (Sumarni dkk, 2019).

Manusia dari lahir hingga masa tua akan mengalami perubahan kualitas hidup. Saat menjadi tua kekuatannya berkurang, indra-indra rusak dan akal serta kekuatan akan menurun. Sebagaimana dijelaskan dalam surat An-Nahl ayat 70:

Artinya: Allah menciptakan kamu, kemudian mewafatkan kamu; dan di antara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling lemah (pikun), supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang pernah diketahuinya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.

Berdasarkan hasil pengkajian awal pada lansia dengan demensia mengeluhkan sering lupa dengan waktu dan mudah lupa ketika meletakkan barang sehingga kegiatan sehari-hari dibantu sebagian oleh keluarga. Lansia tersebut juga merasa mudah marah ketika menghadapi masalah dan sulit mengambil keputusan. Hal tersebut menjadi menarik untuk diberikan intervensi agar keadaannya tidak semakin memburuk, serta fungsi kognitif pada lansia tersebut dapat meningkat. Intervensi yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi okupasi yang dapat mencegah terjadinya demensia, dapat meningkatkan mood, meningkatkan fungsi kognitif serta meningkatkan kualitas hidup lansia dengan demensia. Salah satu terapi okupasi yang dapat dilakukan adalah *gardening therapy* atau berkebun. *Gardening therapy* bermanfaat untuk menstimulasi dari fungsi kognitif, sehingga status kognitif lansia dengan demensia dapat meningkat (Graff dkk, dalam Widyastuti dkk, 2019). Berkebun dapat membantu memulihkan aspek yang terganggu akibat demensia misalnya dapat meningkatkan tidur, meningkatkan mood, serta dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan demensia (Styck & George, 2022).

Berdasarkan uraian dan fenomena diatas, penulis tertarik melakukan penelitian terkait dengan efektivitas *gardening therapy* pada lansia dengan demensia.

B. Tujuan Penulisan

Untuk mengetahui efektivitas *gardening therapy* pada lansia dengan demensia.