

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia dikaitkan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup dan kepekaan seseorang. Berbagai sistem tubuh mengalami perubahan yang signifikan sebagai akibat dari proses penuaan alami yang terjadi seiring dengan bertambahnya usia (Arna *et al.*, 2024). Pada proses menua terjadi perubahan tingkat molekuler, fisiologis, patologis, dan psikologis. Perubahan yang terjadi pada psikologis salah satunya yaitu masalah fungsi kognitif (Sumarsih, 2023). Fungsi kognitif adalah fungsi utama untuk mempertahankan peran dan interaksi yang adekuat dalam lingkungan sosial yang meliputi aspek orientasi, registrasi, memori, atensi, *visuospatial* dan bahasa. Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat menyebabkan masalah seperti demensia dan *mild cognitive impairment* (MCI) (Kamilia, 2022).

Masalah fungsi kognitif pada lansia akan memengaruhi kebutuhan istirahat-tidur. Menurut Maslow (Gatot & Endi, 2023) individu dikatakan sehat optimal apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi. Kebutuhan fisiologis istirahat-tidur dapat terhambat karena adanya penurunan fungsi kognitif dalam mempertahankan siklus tidur. Penurunan fungsi kognitif menyebabkan siklus tidur tidak bekerja secara optimal untuk konsolidasi memori, reorganisasi sinaps, dan pemulihan jaringan otak. Hal ini menyebabkan tidur menjadi lebih dangkal, mudah terbangun dan memperburuk stabilitas tidur. Dengan demikian, penurunan fungsi kognitif

dan kebutuhan istirahat-tidur membentuk hubungan timbal balik dan berdampak pada kualitas hidup lansia (Mason *et al.*, 2022).

Dalam pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur perawat dapat berperan sebagai *care provider* dengan memberi dukungan holistik pada lansia dengan demensia. Perawat mendorong lansia untuk melakukan aktivitas sesuai minat dan kemampuannya serta memberikan dukungan emosional. Pendekatan asuhan keperawatan *Person-Centered Care* yang dikemukakan oleh C.Rogers yaitu memandang lansia sebagai individu yang tetap memiliki nilai, identitas, dan potensi meskipun mengalami penurunan kognitif. Pendekatan asuhan keperawatan yang dapat diberikan pada lansia dengan demensia yaitu melakukan pengkajian secara menyeluruh, melibatkan komunikasi terapeutik, pemberian intervensi secara non farmakologis salah satunya yaitu aktifitas kognitif. Upaya non farmakologis yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan istirahat-tidur pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif yaitu menstimulasi otak seperti membaca, menulis, serta melakukan permainan yang membutuhkan konsentrasi atau atensi, orientasi (tempat, waktu, dan situasi), serta memori (Cammisuli *et al.*, 2022). Salah satu terapi non farmakologis memori yang dapat diterapkan berupa terapi kenangan.

Terapi kenangan yaitu terapi menggunakan pendekatan pemicu memori seperti benda-benda, foto-foto, atau musik yang relevan pada masa lalu lansia. Terapi kenangan dapat dimanfaatkan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis yang aman, berbiaya rendah, dan mudah

diaplikasikan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia. Pemanfaatan terapi ini bertujuan untuk membantu lansia mengorganisasi pengalaman masa lalu dan memberikan makna baru pada kehidupan saat ini. Terapi kenangan dapat membantu lansia mengingat kembali peristiwa maupun hal-hal yang relevan pada masa lalu lansia melalui proses integrasi pengalaman hidup sehingga meningkatkan faktor psikologis positif dan meningkatkan kemampuan lansia untuk mengingat (Shin *et al.*, 2023). Terapi kenangan memicu impuls memori di *hippocampus*, memperkuat proses penyimpanan informasi jangka panjang, orientasi, dan kemampuan bahasa, sambil mencegah kemunduran lebih lanjut ke demensia atau MCI. Terapi ini juga membangun rasa percaya diri dan coping positif, mengurangi depresi serta perasaan negatif yang sering menyertai gangguan kognitif, sehingga dapat membantu dalam proses tidur lansia dan tercapainya pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur (Sigalingging *et al.*, 2024).

Terapi kenangan terbukti efektif meningkatkan fungsi kognitif, kemandirian lansia, dan membantu meningkatkan status emosional sehingga berdampak langsung pada peningkatan kualitas hidup lansia dengan gangguan fungsi kognitif (Sigalingging, 2024; Cammisuli *et al.*, 2022; Melsa *et al.*, 2025; Shin *et al.*, 2023). Hal ini diperkuat oleh penelitian Sari & Margiyati, (2024); Lu *et al.*, (2023); Mao *et al.*, (2024) yang menunjukkan bahwa terapi kenangan secara signifikan dapat meningkatkan memori serta mempertahankan status kognitif pada lansia.

Hasil dari berbagai penelitian tersebut menegaskan bahwa terapi kenangan merupakan intervensi yang tepat dan terbukti dalam upaya peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis ingin membuat karya ilmiah mengenai pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif yang akan diberikan terapi kenangan untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia.

B. Tujuan Penulisan KIAN

1. Tujuan Umum

Melaksanakan secara nyata penerapan terapi kenangan pada pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur lansia dengan gangguan fungsi kognitif di BPSTW Abiyoso berdasarkan *Evidence Based Nursing* (EBN).

2. Tujuan Khusus

Melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia dengan menggunakan metode keperawatan yang meliputi:

- a. Mengaplikasikan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, serta evaluasi pada pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif dengan menerapkan terapi kenangan di BPSTW Abiyoso
- b. Menilai perbedaan fungsi kognitif dan tingkat istirahat-tidur lansia setelah diberikan terapi kenangan.

- c. Mendeskripsikan faktor pendukung dan faktor penghambat dalam penerapan terapi kenangan pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif di BPSTW Abiyoso.

C. Manfaat KIAN

1. Manfaat Teoritis

Proposal KIAN ini diharapkan dapat diterapkan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan gerontik khususnya penerapan terapi kenangan pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif dalam pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia Dengan Gangguan Fungsi Kognitif

- Dapat meningkatkan dan mempertahankan fungsi kognitif.
- Dapat memenuhi kebutuhan istirahat-tidur pada lansia.

2. Bagi Perawat

Dapat menjadi bahan informasi terkait penerapan terapi kenangan dan asuhan keperawatan terhadap pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk melakukan studi kasus terhadap penerapan terapi kenangan dalam asuhan keperawatan lansia dengan gangguan fungsi kognitif.

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup Mata Ajar

Laporan KIAN ini ada pada ruang lingkup keperawatan gerontik.

2. Lingkup Kasus

Laporan KIAN penerapan terapi kenangan terhadap pemenuhan kebutuhan istirahat-tidur pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif di BPSTW Abiyoso.

3. Lingkup Tempat

Penerapan terapi kenangan dilaksanakan di BPSTW Abiyoso yang merupakan balai pelayanan sosial lansia.