

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia atau dapat diartikan sebagai usia emas, karena tidak semua individu dapat mencapai usia lanjut. Diperlukannya tindakan keperawatan, baik bersifat promotif maupun preventif sehingga saat memasuki usia lanjut dapat menjadi lansia yang berguna dan bahagia (Karni, 2018). Lanjut usia atau disebut dengan lansia merupakan kelompok usia yang telah memasuki tahap akhir dari rentang kehidupan. Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa seorang dapat disebut lansia jika telah melewati usia 60 tahun ke atas. Pada usia ini, lanjut usia sangat rentan mengalami gangguan kesehatan karena kinerja tubuh menjadi menurun yang disebabkan oleh degenerasi sel organ dalam tubuh. Dalam proses degeneratif, lansia akan mengalami beberapa perubahan misalnya perubahan fungsi jaringan, fungsi organ, dan sistem-sistem lainnya dalam tubuh, diantaranya sistem persyarafan, pernafasan, sensorik, perkemihan, muskuloskeletal, dan sistem lainnya yang secara fisiologis akan menurun. Perubahan yang terjadi ini dapat menurunkan kemampuan aktivitas fisik bagi lansia dalam pemenuhan kebutuhan aktivitas salah satunya yaitu terjadinya masalah intoleransi aktivitas.

Menurut *World Health Organization* (WHO) melalui data UN Population Division, (2020) menyebutkan bahwa dari laju pertumbuhan

lansia secara global terdapat 727 juta lansia berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020. Populasi lansia di seluruh dunia pada tahun 2050 diproyeksikan akan terus meningkat menjadi 1,5 miliar jiwa. Sedangkan populasi lansia di kawasan Asia Tenggara sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Di Indonesia, pada tahun 2022 presentase lansia usia 60 tahun ke atas mencapai 10,8% atau sekitar 29,3 juta jiwa dan diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 19,9% atau 63,3 juta penduduk di tahun 2045 (Badan Pusat Statistik, 2021). Di tahun 2022, kondisi aktivitas fisik lansia di Indonesia diperoleh 42% lansia dengan aktivitas fisik ringan, 47% lansia dengan aktivitas sedang dan 21% dengan aktivitas fisik berat (Suntara et al., 2022). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, populasi lansia di Jawa Timur pada tahun 2022 mencapai 13,86%. Sedangkan data prevalensi lansia di Magetan sebesar 20% dari total penduduk (Badan Pusat Statistik, 2022). Berdasarkan data (CHARLS dalam Gao et al., 2022), hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat gangguan aktivitas lansia (>60 tahun) dalam melakukan aktivitas hariannya sebesar 26,56% dari 10.148 lansia, dengan tingkat gangguan ringan sebesar 17,34% dan gangguan berat sebesar 9,22%. Menurut data yang didapatkan dari UPT PSTW Magetan sampai Oktober tahun 2023 terdapat 110 lansia terdiri dari 46 orang laki-laki dan 64 orang perempuan dengan jumlah lansia yang mengalami intoleransi aktivitas mencapai 13% atau sebanyak 14 orang lansia.

Proses menua dapat mempengaruhi aktivitas fisik pada lansia sehingga terjadi keterbatasan dalam melakukan aktivitas harian. Hal ini

menyebabkan lansia cenderung bergantung pada orang lain dan kemandirian lansia menjadi menurun (Ivanali et al., 2021).

Akibat terjadinya proses penuaan menyebabkan fungsi fisiologis mengalami penurunan, sehingga banyak munculnya penyakit pada lanjut usia. Beberapa masalah kesehatan yang dapat menyebabkan terjadinya intoleransi aktivitas pada lansia meliputi : hipertensi, gagal ginjal kronik, penyakit jantung koroner, penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), anemia, asma, infark miokard, dan juga tidak lepas dari masalah nyeri sendi yang sering terjadi pada lanjut usia. Intoleransi aktivitas merupakan ketidakcukupan energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Adapun beberapa faktor penyebab terjadinya masalah ini, diantaranya ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen, imobilitas, tirah baring, kelemahan dan gaya hidup yang monoton. Penyebab yang paling sering dialami oleh lansia yaitu kelemahan dan imobilitas, dimana tingkat kebugaran serta kekuatan massa otot mengalami penurunan karena proses penuaan. Gaya hidup yang monoton atau kurangnya aktivitas gerak juga dapat menyebabkan lansia mudah lelah dan merasa lemah saat akan beraktivitas (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Hal ini menyebabkan sulitnya dalam beraktivitas sehari-hari dan jika hal ini terus menerus terjadi maka fungsi serta metabolisme tubuh menjadi menurun sehingga diperlukannya upaya pencegahan dan pengobatan dalam mengatasi keadaan tersebut.

Upaya yang dapat dilakukan dalam menangani masalah intoleransi aktivitas pada lansia, diantaranya dengan manajemen energi yang bertujuan

untuk mengelola energi dalam melakukan aktivitas, mengatasi dan mencegah kelelahan serta mengoptimalkan proses pemulihan. Tindakan observasi yang dapat dilakukan dalam hal ini adalah dengan memonitor kelelahan fisik, pola dan jam tidur pada lansia. Sedangkan tindakan terapeutik yang dapat diberikan berupa menyediakan lingkungan yang nyaman dan melakukan latihan rentang gerak pasif maupun aktif. Mengajarkan tirah baring serta melakukan aktivitas secara bertahap merupakan edukasi yang dapat diberikan pada lansia. Adapun upaya lain yang dapat dilakukan adalah terapi aktivitas, dimana hal ini berguna untuk membantu meningkatkan peran dan keterlibatan lansia dalam melakukan aktivitasnya seperti makan, mandi, berpakaian, berpindah tempat, dan lain sebagainya. Hal ini juga bertujuan untuk meminimalkan ketergantungan lansia pada orang lain. Terapi aktivitas yang dapat dilakukan oleh lansia, salah satunya yaitu senam lansia. Senam lansia berguna dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, serta dapat membuat lansia menjadi lebih sehat dan bugar. Hal ini juga dapat mempertahankan kekuatan otot sehingga lansia dapat melakukan aktivitas harian tanpa hambatan (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Pada fase lansia, tumbuh kembang manusia berada pada fase penurunan. Dimana kekuatan fisik manusia mengalami kelemahan dikarenakan bertambahnya usia. Paradigma pada fase pertumbuhan dan perkembangan manusia memiliki karakteristik yang berbeda. Sejak masa dewasa, tingkat kekuatan organ tubuh umumnya mencapai puncaknya dan ketika memasuki usia paruh baya, kekuatan tersebut lambat laun menurun. Seiring dengan

penurunan itu pula banyak permasalahan yang dapat muncul di usia tua. Sebagaimana apa yang dikatakan Rasulullah SAW dalam sebuah hadits.

Rasulullah SAW bersabda:

Artinya: “Sungguh Allah tidak meletakkan penyakit melainkan meletakkan obatnya kecuali satu penyakit.” Para sahabat bertanya, “Penyakit apa itu, wahai Rasulullah?” Beliau menjawab “Ketuaan.” (HR. Tirmidzi).

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti masalah tersebut dengan judul “Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas dengan Intoleransi Aktivitas (Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan)”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas dengan Intoleransi Aktivitas (Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan)?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melakukan Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas dengan Intoleransi Aktivitas di UPT PSTW Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.
2. Merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.
3. Merencanakan intervensi keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.
4. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada lansia gangguan pemenuhan kebutuhan aktivitas dengan intoleransi aktivitas di UPT PSTW Magetan.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Dinas Kesehatan dan Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber dalam memberikan asuhan keperawatan lansia dengan masalah keperawatan intoleransi aktivitas.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan peneliti dan sebagai sarana untuk asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah intoleransi aktivitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang masalah keperawatan intoleransi aktivitas.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman dalam penerapan asuhan keperawatan lansia dan digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk profesi keperawatan dalam meningkatkan pengetahuan lansia dengan masalah keperawatan intoleransi aktivitas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai literatur dan referensi tambahan dalam melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan masalah intoleransi aktivitas.