BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Lanjut usia atau lansia merupakan seseorang yang telah mencapai tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan usia 60 tahun ke atas. Masa lanjut usia adalah proses alami yang tidak dapat dihindari dan pasti dialami oleh setiap individu sebagai bagian dari proses penuaan. Berdasarkan tahap perkembangannya, lansia dikategorikan menurut kelompok usia, namun proses menua tidak hanya ditandai oleh bertambahnya usia secara kronologis, melainkan juga disertai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan fungsi kognitif (Astuti et al., 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO) lansia dibagi dalam tiga kategori, yaitu lanjut usia (*elderly*) 60-74 tahun, usia tua (*old*) 75-90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) lebih dari 90 tahun.

Prevalensi jumlah penduduk usia ≥ 60 tahun 2023 sebanyak 1,1 miliar secara global (WHO, 2025). Di Indonesia prevalensi jumlah lansia mencapai 33,9 juta (BPS, 2025) dengan populasi penduduk dipertengahan tahun 2025 sebanyak 284,4 juta (BPS, 2025). Tercatat 6,2 juta jiwa lansia di provinsi Jawa Timur (BPS, 2025), dengan prevalensi di Kabupaten Malang sebesar 404,820 lansia >60 tahun (BPS Kab.Malang, 2025).

Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai perubahan fisiologis akibat proses degeneratif, terutama pada sistem muskuloskeletal dan sistem saraf. Perubahan tersebut dapat berdampak pada penurunan mobilitas fungsional yang mencakup kemampuan berjalan, berdiri, berpindah posisi, serta menjaga keseimbangan tubuh. Penurunan mobilitas fungsional dapat membatasi kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan meningkatkan risiko ketergantungan. Penelitian menunjukkan bahwa penurunan fungsi sistem tersebut berkontribusi terhadap berkurangnya mobilitas dan kebugaran fisik pada lansia. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kemampuan fisik, tetapi juga berpotensi berkaitan dengan penurunan fungsi kognitif pada lansia (Christina et al., 2025). Seiring bertambahnya usia, fungsi kognitif cendrung mengalami penurunan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik individu seperti usia, jenis kelamin,

pendidikan, genetik, riwayat penyakit, maupun lingkungan seperti keterlibatan sosial dan aktivitas fisik (Tampubolon et al., 2021). Penurunan ini dapat berdampak pada gangguan memori, perhatian, serta fungsi eksekutif, bahkan berisiko berkembang menjadi demensia dan menyebabkan ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari sehingga menurunkan kualitas hidup lansia (Aridamayanti, Yunara, Firmansyah, et al., 2025; Hasna Nabila et al., 2023). Namun, aktivitas fisik dan mobilitas fungsional yang dilakukan secara teratur diketahui berperan penting dalam mempertahankan fungsi kognitif melalui peningkatan aliran darah ke otak yang mendukung suplai oksigen dan nutrisi, serta merangsang neuroplastisitas. Selain itu, aktivitas fisik juga meningkatkan produksi *Brain Derived Neurotrophic Factor* (BDNF) yang berperan dalam menjaga kesehatan neuron serta meningkatkan kemampuan belajar dan memori, khususnya pada area hippocampus (Ayuni et al., 2024; Cahyaningrum et al., 2022; Nilsson et al., 2020)

Penurunan mobilitas fungsional pada lansia dapat menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik dan aktivitas sehari-hari yang merangsang kerja otak. Lansia dengan mobilitas yang terbatas cenderung lebih banyak duduk, berbaring, dan kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar, sehingga stimulasi kognitif menjadi berkurang. Kurangnya stimulasi tersebut dalam jangka panjang dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif seperti gangguan memori, perhatian, orientasi, dan kemampuan berpikir. Oleh karena itu, mobilitas fungsional dan fungsi kognitif merupakan dua aspek yang saling berkaitan dan dapat mengalami penurunan secara bersamaan pada lansia (Jiménez-García et al., 2024; Ng et al., 2022; Seo et al., 2023).

Berdasarkan fenomena di panti Griya Lansia Husnul Khatimah pada Januari 2025 melalui wawancara dengan petugas panti serta pengkajian awal pada lansia, diketahui bahwa aktivitas sehari-hari lansia di panti cenderung bersifat pasif. Kegiatan lansia diisi dengan pelaksanaan ibadah seperti sholat 5 waktu, istirahat, serta menunggu jadwal makan sambil duduk-duduk santai di kamar atau di sekitar lingkungan panti dan tidak ada kegiatan yang secara khusus dirancang untuk menstimulasi fungsi kognitif lansia seperti permainan memori, membaca, menulis, atau aktivitas kelompok yang melatih daya ingat dan konsentrasi pada lansia. Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian pada lansia, juga ditemukan beberapa lansia mengalami penurunan orientasi, seperti

lupa hari, tanggal, serta tidak mengetahui tempat mereka berada saat ini. Kondisi tersebut menunjukkan adanya penurunan fungsi kognitif terutama pada aspek orientasi waktu dan tempat. Hasil pengkajian terhadap 7 lansia menggunakan instrumen skrining mobilitas dan fungsi kognitif menunjukkan bahwa 3 lansia memiliki mobilitas dalam kategori normal, sedangkan 4 lansia berada dalam mobilitas cukup baik dan masih mandiri. Pada hasil pengukuran fungsi kognitif ditemukan bahwa 6 dari 7 lansia mengalami gangguan kognitif ringan dan 1 lansia mengalami gangguan kognitif berat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami penurunan fungsi kognitif meskipun beberapa masih memiliki mobilitas fungsional yang baik. Pola aktivitas yang relatif monoton ini berpotensi menyebabkan kurangnya stimulasi fisik dan mental pada lansia, sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya penurunan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif. Kondisi ini menjadi tantangan dalam pelayanan lansia di panti, mengingat mobilitas fungsional dan fungsi kognitif merupakan dua aspek penting yang saling berkaitan dalam menunjang kemandirian serta kualitas hidup lansia.

Hasil studi terdahulu lainnya yang dilakuka oleh Suryani et al., (2024) di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah bertujuan untuk mengetahui hubungan antara fungsi kognitif dengan kemandirian lansia menggunakan instrumen *Mini Mental State Examination* (MMSE) dan Indeks Katz dengan desain *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara fungsi kognitif dengan kemandirian lansia dengan nilai p-value = 0,005 dan koefisien korelasi sebesar 0,438 yang menunjukkan hubungan dalam kategori cukup. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin menurun fungsi kognitif lansia, maka tingkat kemandirian lansia juga semakin menurun.

Penelitian sebelumnya menujukkan bahwa mobilitas fungsional memiliki hubungan yang erat dengan fungsi kognitif pada lansia. Penelitian yang dipublikasikan dalam jurnal *Age and Ageing* juga menujukkan adanya penurunan mobilitas fungsional berhubungan dengan meningkatkan resiko terjadinya gangguan kognitif seperti *mild cognitive impairment* (MCI) dan dimensia dini pada lansia dan dapat mengalami penurunan secara bersamaan apabila tidak mendapatkan stimulasi yang mendukung terjadinya penurunan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia (Ng et al., 2022). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Öhlin et al., (2020) menemukan bahwa kecepatan

berjalan yang lebih lambat berkaitan dengan penurunan fungsi kognitif pada lansia usia lanjut. Lansia dengan fungsi kognitif yang lebih rendah cenderung memiliki kemampuan berjalan yang lebih lambat serta membutuhkan usaha kognitif yang lebih besar dalam mempertahankan keseimbangan saat berjalan. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pola kecepatan berjalan harian pada lansia menjadi indikator awal terjadinya gangguan mobilitas yang lebih lambat dibandingkan lansia dengan fungsi kognitif normal (Seo et al., 2023). Hasil penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa mobilitas fungsional, kekuatan otot, keseimbangan, dan kecepatan berjalan memiliki hubungan yang signifikan dengan fungsi kognitif pada lansia. Lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif cenderung menunjukkan performa mobilitas yang lebih rendah, hal ini menunjukkan bahwa gangguan kognitif dan penurunan mobilitas dapat terjadi secara bersamaan dalam proses penuaan (Jiménez-García et al., 2024; Smirni et al., 2025).

Menurut Ng et al., (2022) menujukkan adanya hubungan antara mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia, sebagian besar penelitian tersebut di lakukan pada lansia yang tinggal di masyarakat. Kondisi lansia yang tinggal di panti memilik karakteristik yang berbeda, terutama dalam hal pola aktivitas sehari-hari dan kesempatan melakukan aktivitas fisik mamupun stimulasi kognitif (Seo et al., 2023). Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia yang tinggal di panti sosial relatif terbatas, khususnya dalam konteks lansia Indonesia. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah perlu dilakukan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat diketahui bahwa mobilitas fungsional dan fungsi kognitif merupakan dua aspek penting yang saling berkaitan pada lansia, terutama pada lansia yang tinggal di panti sosial dengan aktivitas yang terbatas. Namun, data mengenai hubungan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah masih terbatas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah.

Penelitian ini juga diharapkan menjadi dasar bagi pengelola panti dalam merancang kegiatan yang lebih efektif seperti senam lansia, latihan keseimbangan, permainan memori, membaca, dan

aktivitas sosial, untuk meningkatkan mobilitas serta stimulasi kognitif lansia. Fokus penelitian dipilih karena kondisi di lapangan masih menunjukkan adanya lansia dengan keterbatasan gerak, penurunan keseimbangan, dan aktivitas harian yang terbatas, yang diduga berpengaruh terhadap kemampuan mobilitas dan kognitif, saat ini belum ada data khusus di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah yang menggambarkan keterkaitan antara mobilitas fungsional dan fungsi kognitif sehingga penelitian ini menjadi penting untuk dilaksanakan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di paparkan, penulis mengambil masalah "Bagaimana hubungan antara mobilitas fungsional dengan fungsi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara mobilitas fungsional dengan fungsi kognitif lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi mobilitas fungsional pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah.
b. Mengidentifikasi fungsi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah.
c. Menganalisis hubungan antara mobilitas fungsional dengan funsgi kognitif pada lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan konstribusi akademis dalam pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan masyarakat, khususnya mengenai lansia. Penelitian ini menambah wawasan ilmiah tentang hubungan antara mobilitas fungsional dan fungsi

kognitif pada lansia, yang dapat menjadi referensi bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti lain di bidang perawatan lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lahan Penelitian (Panti Griya Lansia Husnul Khatimah)

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pengelola Panti Griya Lansia Husnul Khatimah dalam merancang program kegiatan yang mendukung peningkatan mobilitas dan stimulasi kognitif lansia, seperti senam lansia, latihan keseimbangan, permainan memori, membaca, dan aktivitas sosial.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dan data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan kajian mengenai mobilitas fungsional dan fungsi kognitif pada lansia, serta untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup lansia di panti sosial.