

**Terapi Pijat Punggung sebagai Perawatan Daya Ingat (Bahasa) Lansia Di  
Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus**

***(Back Massage Therapy For Elderly Memory Care (Language) In Undaan  
Tengah Village Undaan Subdistrict Kudus Districts)***

Amalia Nurul Hidayati<sup>1</sup>, Icca Narayani P.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus

<sup>2</sup>Dosen Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus

Email : [amalianh11@gmail.com](mailto:amalianh11@gmail.com), [lccanarayani14@gmail.com](mailto:lccanarayani14@gmail.com)

**Abstract**

*Aging happens to every individual, where the process cannot be avoided, but every human being can inhibit it. Elderly in general will experience cognitive decline due to decreased brain function, where this occurs physiologically. And in the elderly over time, there will be a decline in various functions of the body's organs, a decrease in this function due to a reduction in the number of cells anatomically. The problem in Undaan Tengah Village, Undaan Subdistrict, Kudus Districts there was a decline in memory in the elderly. Elderly states the problems regarding memory loss experienced and felt for a long time. Until now, treatments for memory impairment in the elderly in Undaan Tengah Village, Undaan Subdistrict, Kudus Districts, using back massage therapy, have never been given. The method used in this case study is a descriptive method of case studies with the application of cases and using the nursing process approach by focusing on one of the important problems in the selected case, namely back massage therapy as the care of the elderly (language) memory. The purpose of this case study is to describe the application of back massage therapy as a care for the elderly (language) memory. This case study was conducted on June 10, 2019 in Ny.T and Ny.S. The results obtained after being given a massage therapy treatment at Ny.T got a score of 24 and Ny.S got a value of 25, it was concluded that by giving back massage therapy actions to respondents who experienced a decline in memory (language) was effective in improving memory (language) in respondents who experience mild cognitive impairment.*

**Keywords :** *Elderly, Memory (language), Back Massage Therapy*

**Abstrak**

Penuaan terjadi pada setiap individu, dimana prosesnya tidak dapat dihindarkan, namun setiap manusia dapat menghambatnya. Lansia secara umum akan mengalami kemunduran kognitif akibat penurunan fungsi otak, dimana hal ini terjadi secara fisiologis. Dan pada lanjut usia seiring dengan berjalannya waktu, akan terjadi penurunan berbagai fungsi organ tubuh, penurunan fungsi ini disebabkan karena berkurangnya jumlah sel secara anatomis. Permasalahan di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus terdapat penurunan daya ingat pada lansia. Lansia menyatakan permasalahan mengenai penurunan daya ingat yang dialami dan dirasakan sudah sejak lama. Sampai saat ini perawatan terhadap penurunan daya ingat pada lansia di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus menggunakan terapi pijat punggung masih belum pernah diberikan. Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode *deskriptif* studi kasus dengan penerapan kasus serta menggunakan pendekatan proses keperawatan dengan memfokuskan pada salah satu masalah penting dalam kasus yang dipilih yaitu terapi pijat punggung sebagai perawatan daya ingat (bahasa) lansia. Tujuan studi kasus ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi pijat punggung sebagai perawatan daya ingat (bahasa) lansia. Studi kasus ini dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019

pada Ny.T dan Ny.S. Hasil yang didapatkan setelah diberikan perawatan terapi pijat punggung Ny.T mendapatkan nilai 24 dan Ny.S mendapatkan nilai 25, maka disimpulkan bahwa dengan memberikan tindakan terapi pijat punggung pada responden yang mengalami penurunan daya ingat (bahasa) adalah efektif meningkatkan daya ingat (bahasa) pada responden yang mengalami gangguan fungsi kognitif ringan.

**Kata kunci** : Lansia, Daya Ingat (bahasa), Terapi Pijat Punggung

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap perkembangan akhir dari siklus kehidupan manusia serta sebagai bagian dari proses kehidupan yang tak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu. Penuaan terjadi pada setiap individu, dimana prosesnya tidak dapat dihindarkan, namun setiap manusia dapat menghambatnya. Data World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5.300.000 atau 7,4 % dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia meningkat menjadi 24 juta orang atau 9,77% dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia akan mencapai 28 juta orang atau 11,34% dari total populasi. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun sebelum-sebelumnya. Berdasarkan hasil dari Susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) jumlah lansia di Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas telah mencapai 21,5 juta orang atau sekitar 8,43% dari total penduduk Indonesia. Sedangkan jumlah lansia di Kabupaten Kudus ada 31,233 atau setara dengan 4,31%. Menurut Bappenas (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional) terdapat beberapa provinsi di Indonesia yang memiliki populasi lansia usia 60 keatas terbanyak pada tahun 2017, salah satunya yaitu provinsi Jawa Tengah dengan persentase lansia 12,59%.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif pada lansia yaitu usia kemampuan regenerasi pada otak, ketidakadekuatan *vaskularisasi* ke otak dan hormon sehingga dapat menyebabkan kualitas hidup menurun. Lanjut usia akan mengalami perubahan multidimensi dari tingkat sel sampai organ seiring proses penuaan, dimana lansia akan mengalami kemunduran fungsi kognitif. Lansia akan mengalami penurunan kemampuan intelektual progresif yang menyebabkan kemunduran fungsi kognitif dan fungsional. Penurunan fungsi kognitif lanjut usia dipengaruhi dari penyakit seperti *alzheimer*, penyakit *vaskuler*

(stroke berulang), penderita depresi kronis, kepribadian, ketahanan terhadap perubahan hidup, lingkungan dan infeksi. Kondisi ini semakin memperparah penurunan fungsi kognitif secara progresif. Gangguan bahasa sering terlihat pada lesi otak baik lesi fokal maupun lesi difus, sehingga gangguan bahasa merupakan gejala patognomonik (tanda khas) dari suatu disfungsi otak. Penting bagi klinisi untuk mengenal gangguan bahasa seperti sulit dalam mengulang kata maupun menamai suatu objek karena gangguan berbahasa memiliki hubungan yang spesifik antara sindroma afasia dengan lokasi lesi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan daya ingat (bahasa) pada lansia yaitu memberikan terapi non farmakologi pijat punggung untuk merawat daya ingat lansia agar daya ingatnya dapat meningkat sehingga lansia mampu untuk mengulang kata maupun menamai suatu objek. Terapi *massage* punggung merupakan upaya penyembuhan yang aman, efektif, dan tanpa efek samping yang berbahaya, serta bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun orang lain yang sudah dibekali ilmu *massage* punggung.

## **METODE PENULISAN**

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode *deskriptif* studi kasus dengan penerapan kasus serta menggunakan pendekatan proses keperawatan dengan memfokuskan pada salah satu masalah penting dalam kasus yang dipilih yaitu terapi pijat punggung sebagai perawatan daya ingat (bahasa) lansia. Penelitian ini dilakukan pada 2 responden lanjut usia di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus, yang mana setiap klien mempunyai kriteria sebagai berikut :

### **1. Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Klien mengalami gangguan fungsi kognitif (bahasa) ringan
- b. Klien berusia 60-74 tahun menurut *World Health Organization (WHO)*
- c. Klien bersedia menjadi responden

### **2. Kriteria Eksklusi**

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Klien mengalami kelainan psikologi berat, skizofrenia
- b. Klien mengalami gangguan pendengaran
- c. Klien menolak menjadi responden

Pengkajian ini dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019, diukur dengan Kuesioner *Mini Mental State Exam (MMSE)* yang terdiri atas 5 item pertanyaan atau perintah mengenai perhatian dan kalkulasi yang berjumlah 30 soal dengan ketentuan penilaian jawaban salah (skor 0) dan jawaban benar (skor 1). Hasilnya dikategorikan menjadi normal (nilai 24-30), gangguan kognitif ringan (nilai 17-23), gangguan kognitif berat (nilai 0-16). Dalam studi kasus pada hari pertama penulis melakukan *pre-test*, responden diminta untuk menjawab kuesioner *MMSE* yang telah diberikan dengan bantuan penulis, setelah terjawab semua pertanyaan yang diberikan oleh penulis, kemudian penulis menghitung total skor, apabila skor nilai <23 maka responden tersebut dinyatakan mengalami gangguan fungsi kognitif. Kemudian pada hari terakhir penulis melakukan *post-test* dengan memberikan kuesioner *MMSE* kepada responden seperti yang telah diberikan penulis pada hari pertama pengkajian. Sedangkan terapi pijat punggung dilakukan sekitar 10 menit setiap hari selama 5 hari.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

#### **1. Responden Ny.T**

Pengkajian pada responden 1 ini dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019, pukul 09.00 WIB di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus secara autoanamnesa dan alloanamnesa. Dari pengkajian pada responden pertama didapatkan data pasien bernama Ny.T, umur 65 tahun, agama islam, suku bangsa jawa tengah Indonesia, pendidikan SD, pekerjaan petani, status perkawinan kawin, alamat Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus.

Pengkajian khusus pada pengkajian gangguan fungsi kognitif, normal (nilai 24-30), gangguan kognitif ringan (nilai 17-23), gangguan kognitif berat (nilai 0-16). Dari hasil pengkajian pada lansia hal ini menunjukkan responden mendapatkan nilai 19 yang menunjukkan klien mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Dari hasil pengkajian pada responden 1 berumur 65 tahun, yang dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019 pukul 09.00 WIB didapatkan data fokus. Data subyektif pasien mengatakan merasa sulit mengingat atau mengulang sebagian informasi, data obyektif klien tampak sulit mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi) dan berusaha mengingat. Sehingga dapat di tarik masalah

keperawatan kerusakan memori berhubungan dengan gangguan neurologis. Dari diagnosa keperawatan pada responden pertama yang sudah di dapat maka pada tanggal 10 Juni 2019 di lakukan perencanaan keperawatan. Untuk diagnosa kerusakan memori berhubungan dengan gangguan neurologis di lakukan perencanaan dengan tujuan dilakukan pertemuan 5x10 jam diharapkan klien dapat mengingat kembali informasi, kejadian yang baru saja terjadi atau masa lampau. Kemudian dilakukan intervensi bantu klien menstimulasi memori dengan mengulangi pembicaraan secara jelas di akhir pertemuan dengan klien, kaji ingatan klien dengan menyediakan gambar untuk mengenal ingatannya kembali, dan lakukan penanganan daya ingat (bahasa) non farmakologi dengan memberikan tindakan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada klien.

Implementasi yang diberikan pada responden pertama di lakukan pada tanggal 10 Juni 2019 mulai pukul 10.00 WIB yaitu memberikan pre test dengan menggunakan kuesioner peningkatan fungsi kognitif (daya ingat) yaitu MMSE untuk mengetahui seberapa berat gangguan fungsi kognitif yang dialami oleh responden dan memberikan 30 item pertanyaan pada kuesioner MMSE, dan hasil dari pengisian MMSE responden mendapatkan nilai 19 yang menunjukkan responden mengalami gangguan fungsi kognitif ringan, kemudian bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu dan kemampuan untuk mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 1 masih sulit untuk mengulang kata dan mengingat waktu. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden pertama mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi) dan mengingat waktu. Untuk hari pertama masalah belum teratasi.

Pada responden yang pertama, pada implementasi kedua, dilakukan pada tanggal 11 Juni 2019 pukul 11.00 WIB dirumah responden pertama. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 1 masih sulit mengingat waktu dan masih terbolak balik dalam mengulang kata. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non

farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden pertama mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi) dan mengingat waktu. Untuk hari kedua masalah belum teratasi.

Pada responden yang pertama, pada implementasi ketiga, dilakukan pada tanggal 12 Juni 2019 pukul 09.00 WIB dirumah pertama. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 1 masih sulit mengingat waktu dan masih terbolak balik dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden pertama mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam mengulang kata dan mengingat waktu. Untuk hari ketiga masalah belum teratasi.

Pada responden yang pertama, pada implementasi keempat, dilakukan pada tanggal 13 Juni 2019 pukul 10.00 WIB dirumah responden pertama. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 1 masih sulit mengingat waktu dan masih sedikit terbolak balik dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden pertama mengatakan bahwa dirinya masih sedikit sulit dalam mengulang kata dan mengingat waktu. Untuk hari keempat masalah belum teratasi.

Pada responden yang pertama, pada implementasi kelima, dilakukan pada tanggal 14 Juni 2019 pukul 11.00 WIB dirumah responden pertama. Implementasi yang dilakukan adalah melakukan post test dengan menggunakan kuesioner peningkatan fungsi kognitif (daya ingat) yaitu MMSE, di hari kelima responden mendapatkan nilai 24 yang menunjukkan daya ingat (bahasa) meningkat menjadi normal, kemudian dilakukan tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya

dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 1 sudah dapat mengingat waktu dan mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden pertama mengatakan bahwa sudah dapat mengulang kata dan mengingat waktu. Untuk hari kelima masalah teratasi.

## 2. Responden Ny.S

Pengkajian ini pada responden 2 dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019, pukul 11.00 WIB di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus diperoleh data bahwa Ny.S berumur 64 tahun, agama islam, suku bangsa jawa tengah Indonesia, pendidikan klien tidak ada, pekerjaan petani, status perkawinan kawin, alamat Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus.

Pengkajian khusus pada pengkajian gangguan fungsi kognitif, normal (nilai 24-30), gangguan kognitif ringan (nilai 17-23), gangguan kognitif berat (nilai 0-16). Dari hasil pengkajian pada lansia hal ini menunjukkan responden mendapatkan nilai 20 yang menunjukkan klien mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Dari hasil pengkajian pada responden 2 berumur 64 tahun, yang dilakukan pada tanggal 10 Juni 2019 pukul 11.00 WIB didapatkan data fokus. Data subyektif pasien mengatakan merasa sulit mengulang sebagian informasi, data obyektif klien tampak sulit dalam mengulang kata. Sehingga dapat di tarik masalah keperawatan kerusakan memori berhubungan dengan gangguan neurologis. Pada responden yang kedua dengan diagnosa kerusakan memori berhubungan dengan gangguan neurologis di lakukan perencanaan dengan tujuan dilakukan pertemuan 5x10 jam diharapkan klien dapat mengingat kembali informasi, kejadian yang baru saja terjadi atau masa lampau. Kemudian dilakukan intervensi bantu klien menstimulasi memori dengan mengulangi pembicaraan secara jelas di akhir pertemuan dengan klien, kaji ingatan klien dengan menyediakan gambar untuk mengenal ingatannya kembali, dan lakukan penanganan daya ingat (bahasa) non farmakologi dengan memberikan tindakan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada pasien.

Implementasi yang diberikan pada responden kedua di lakukan pada tanggal 10 Juni 2019 mulai pukul 12.00 WIB yaitu melakukan pre test dengan menggunakan kuesioner peningkatan fungsi kognitif (daya ingat) yaitu MMSE, terdiri dari 30 item pertanyaan, dalam pengisian kuesioner MMSE tersebut responden mendapatkan nilai 20 yang menunjukkan responden mengalami gangguan fungsi kognitif ringan, kemudian bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu dan kemampuan untuk mengulang kata, kalimat dan mengenali benda, tetapi responden 2 masih sulit untuk mengulang kata. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden kedua mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Untuk hari pertama masalah belum teratasi.

Pada responden yang kedua, pada implementasi kedua, dilakukan pada tanggal 11 Juni 2019 pukul 13.00 WIB dirumah responden kedua. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengenali benda, mengulang kata dan kalimat, tetapi responden 2 masih terbolak balik dalam mengulang kata dan kalimat. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden kedua mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Untuk hari kedua masalah belum teratasi.

Pada responden yang kedua, pada implementasi ketiga, dilakukan pada tanggal 12 Juni 2019 pukul 11.00 WIB dirumah responden kedua. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengenali benda, mengulang kata dan kalimat, tetapi responden 2 masih terbolak balik dalam mengulang kata dan kalimat. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden kedua mengatakan bahwa dirinya masih sulit dalam



mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Untuk hari ketiga masalah belum teratasi.

Pada responden yang kedua, pada implementasi keempat, dilakukan pada tanggal 13 Juni 2019 pukul 12.00 WIB dirumah responden kedua. Implementasi yang dilakukan adalah tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengenali benda, mengulang kata dan kalimat, tetapi responden 2 masih sedikit terbolak balik dalam mengulang kata dan kalimat. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden 2 mengatakan bahwa dirinya masih sedikit sulit dalam mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Untuk hari keempat masalah belum teratasi.

Pada responden yang kedua, pada implementasi kelima, dilakukan pada tanggal 14 Juni 2019 pukul 13.00 WIB dirumah responden kedua. Implementasi yang dilakukan adalah melakukan post test dengan menggunakan kuesioner peningkatan fungsi kognitif (daya ingat) yaitu MMSE, di hari kelima responden mendapatkan nilai 25 yang menunjukkan daya ingat (bahasa) meningkat menjadi normal, kemudian dilakukan tindakan bantu responden memahami bahwa dirinya dapat meningkatkan daya ingatnya dengan terus belajar mengingat waktu, dan kemampuan mengenali benda, mengulang kata dan kalimat, tetapi responden 2 sudah dapat mengulang kata dan kalimat. Kemudian diberikan terapi penanganan daya ingat non farmakologi dengan memberikan terapi pijat punggung selama 10 menit sebagai perawatan daya ingat (bahasa) pada responden. Responden kedua mengatakan bahwa dirinya sudah dapat mengulang kata (tidak ada jika, dan, atau tetapi). Untuk hari kelima masalah teratasi.

## **B. Pembahasan**

Dalam melakukan asuhan keperawatan pada responden 1 dan responden 2 di dapatkan beberapa hal, antara lain :

Pengkajian yang dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2019 di Desa Undaan Tengah Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. Dengan menggunakan metode autoanamnesa dan alloanamnesa. Di dalam pengkajian ini tidak terdapat hambatan, hal ini disebabkan karena pasien kooperatif dalam mengungkapkan

masalah yang di hadapi saat melakukan pengkajian. Dari pengkajian data-data yang didapat saat pengkajian pada dua responden penulis mengelompokkan data-data tersebut sehingga dapat ditarik kesimpulan suatu diagnosa keperawatan yaitu kerusakan memori berhubungan dengan gangguan neurologis. Kerusakan memori adalah ketidakmampuan untuk mengingat atau mengulang sebagian informasi atau keterampilan perilaku. Kerusakan memori mungkin berhubungan dengan penyebab patofisiologi atau situasional yang bersifat sementara atau permanen. Untuk mencapai mengatasi masalah keperawatan, penulis memberikan tindakan keperawatan antara lain : membantu memahami keputusannya. Rasionalisasi untuk membangun motivasi klien.

Lansia merupakan tahap perkembangan akhir dari siklus kehidupan manusia serta sebagai bagian dari proses kehidupan yang tak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu. Penuaan terjadi pada setiap individu, dimana prosesnya tidak dapat dihindarkan, namun setiap manusia dapat menghambatnya. Lanjut usia secara umum akan mengalami kemunduran kognitif akibat penurunan fungsi otak, dimana hal ini terjadi secara fisiologis. Namun pada beberapa lansia mengalami penurunan fungsi kognitif ini dapat terjadi secara progresif dipengaruhi dari beberapa penyakit seperti *alzheimer*, penyakit *vaskuler* (stroke berulang), penderita depresi kronis, kepribadian, ketahanan terhadap perubahan hidup, lingkungan dan konsumsi alkohol dapat beresiko meningkatkan penurunan fungsi kognitif. Dan pada lanjut usia seiring dengan berjalannya waktu, akan terjadi penurunan berbagai fungsi organ tubuh, penurunan fungsi ini disebabkan karena berkurangnya jumlah sel secara anatomis. Selain itu berkurangnya aktivitas, asupan nutrisi yang kurang, polusi, serta radikal bebas sangat mempengaruhi penurunan fungsi organ-organ tubuh pada lansia. Gangguan fisik pada lansia diantaranya adalah gangguan fungsi kognitif. Adapun fungsi kognitif adalah kemampuan pengenalan dan penafsiran seseorang terhadap lingkungannya berupa perhatian, bahasa, memori, visuospasial, dan fungsi memutuskan. Salah satu perubahan fungsi kognitif yang terjadi pada lansia yaitu perubahan memori atau daya ingat. Pada lanjut usia, daya ingat merupakan salah satu kognitif yang sering kali paling awal mengalami penurunan. Menurunnya fungsi kognitif, gejala ringannya adalah mudah lupa dan jika parah akan menyebabkan kepikunan, biasanya dimulai secara perlahan dan makin lama makin parah, sehingga keadaan ini pada mulanya tidak disadari. Terjadi penurunan dalam ingatan, kemampuan untuk mengingat waktu, peristiwa yang

baru saja terjadi dan kemampuan untuk mengenali orang, tempat dan benda. Kemampuan kognitif juga dipengaruhi oleh kesehatan, emosi, kognitif, kepribadian, dan karakteristik psikologi. Penurunan fungsi kognitif biasanya berhubungan dengan penurunan fungsi belahan kanan otak yang berlangsungnya lebih cepat dari pada yang kiri. Gejala awal penurunan fungsi kognitif seseorang memiliki kesulitan dalam menemukan dan menggunakan kata yang tepat dan dalam pemikiran abstrak (misalnya dalam pemakaian angka), sering terjadi perubahan kepribadian. Akibat dari penurunan fungsi kognitif (daya ingat) lansia jika tidak dilakukan tindakan akan terjadi penurunan daya ingat pada lansia. Hal ini sesuai dengan pengkajian yang penulis lakukan mendapatkan data bahwa lansia mengalami gangguan fungsi kognitif berupa penurunan kemampuan pengenalan dan penafsiran seseorang terhadap lingkungannya berupa perhatian, bahasa, memori, visuospasial, dan fungsi memutuskan karena bertambahnya usia, daya ingat akan mengalami penurunan. Perubahan neuron dan sinaps otak sebagai pembentukan daya ingat juga mengalami penurunan seiring bertambahnya usia.

Adapun bahasa merupakan perangkat dasar komunikasi dan modalitas dasar yang membangun kemampuan fungsi kognitif. Bila dijumpai adanya gangguan bahasa, pemeriksaan kognitif seperti memori verbal dan fungsi eksekutif akan mengalami kesulitan atau tidak dapat dilakukan. Gangguan bahasa sering terlihat pada lesi otak baik lesi fokal maupun lesi difus, sehingga gangguan bahasa merupakan gejala patognomonik (tanda khas) dari suatu disfungsi otak. Penting bagi klinisi untuk mengenal gangguan bahasa karena gangguan berbahasa memiliki hubungan yang spesifik antara sindroma afasia dengan lokasi lesi. Hasil pengkajian penulis pada responden pertama berusia 65 tahun, pada saat pengkajian responden 1 mengalami gangguan fungsi kognitif (bahasa) dikarenakan responden 1 merasa sulit mengingat atau mengulang sebagian informasi, dan didapatkan pada hasil awal pengkajian daya ingat (bahasa) responden 1 mendapat nilai total 19. Sedangkan pada hasil pengkajian responden 2 berusia 64 tahun, juga mengalami gangguan fungsi kognitif dikarenakan hal yang sama dengan responden 1, responden 2 merasa sulit mengingat atau mengulang sebagian informasi, dan didapatkan pada hasil awal pengkajian daya ingat (bahasa) responden 2 mendapatkan nilai total 20. Kemudian penulis memberikan tindakan terapi non farmakologi yaitu terapi pijat punggung yang sangat penting untuk peningkatan daya ingat (bahasa) pada lansia yang dilakukan selama 10

menit. Hasil dari setelah diberikan tindakan pijat punggung selama 10 menit dalam 5 hari, penulis melakukan pengkajian pada hari terakhir penelitian dan didapatkan hasil pada responden 1 mengalami peningkatan daya ingat (bahasa) dengan nilai total 24, kemudian pada responden 2 juga mengalami peningkatan pada hari terakhir penelitian setelah diberikan tindakan pijat punggung selama 10 menit dalam 5 hari responden 2 juga mengalami peningkatan daya ingat (bahasa) dengan nilai total 25. Jadi hasil setelah dilakukan pijat punggung selama 10 menit dalam 5 hari dengan 7 teknik pemijatan responden 1 dan responden 2 mengalami peningkatan fungsi kognitif (bahasa), karena terapi *massage* punggung ini mampu meningkatkan fungsi kognitif lanjut usia dan merupakan upaya penyembuhan yang aman, efektif, dan tanpa efek samping yang berbahaya, serta bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun orang lain yang sudah dibekali ilmu *massage* punggung. Secara fisiologis pijat punggung merupakan salah satu teknik relaksasi yang mempengaruhi tubuh secara fisik maupun psikis. Pijat punggung memberikan efek relaksasi dengan cara menstimulasi pengeluaran endorfin di otak yang berefek menekan aktifitas saraf simpatis dan menstimulasi aktivitas saraf parasimpatis, dengan pijat punggung maka pembuluh darah akan dilatasi, otot akan relaksasi serta kondisi psikologis akan lebih baik karena peningkatan endorfin dari serotonin di otak. Dan *massage* punggung memiliki banyak manfaat pada sistem tubuh manusia seperti mengurangi nyeri otot pada sistem kardiovaskuler, dapat meningkatkan sirkulasi dan merangsang aliran darah ke seluruh tubuh, dapat menstimulasi regenerasi sel kulit dan membantu dalam sistem kekebalan tubuh dan juga dapat meningkatkan fungsi kognitif seperti berpikir, mengingat, belajar, dan kemampuan berbahasa.

Hasil dari responden 1, dari pertama implementasi dengan nilai 19 yang menunjukkan gangguan fungsi kognitif ringan setelah diberi tindakan terapi pijat punggung, daya ingat (bahasa) pada responden 1 meningkat di hari kelima. Dan hasil dari responden 2 dengan nilai 20 pada implementasi pertama yang menunjukkan gangguan fungsi kognitif ringan setelah diberi tindakan terapi pijat punggung selama 10 menit, daya ingat (bahasa) pada responden 2 meningkat di hari kelima implementasi.

Tabel 1. Hasil Nilai Pre-Test Dan Post-Test Daya Ingat (Bahasa)

No.	Responden	Sebelum	Setelah
1.	Responden 1	Nilai 19	Nilai 24
2.	Responden 2	Nilai 20	Nilai 25

Jadi, kesimpulan pada studi kasus dengan memberikan tindakan terapi pijat punggung pada responden yang mengalami penurunan daya ingat (bahasa) selama 5 hari adalah efektif meningkatkan daya ingat (bahasa) kepada responden yang mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Hal ini membuktikan bahwa terapi pijat punggung dapat mengatasi berbagai masalah gangguan fungsi kognitif dan dapat meningkatkan gangguan fungsi kognitif ringan menjadi normal. Seperti yang di alami Ny.T dan Ny.S setelah dilakukan terapi pijat punggung selama 5 hari, daya ingat (bahasa) Ny.T dan Ny.S mengalami peningkatan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Pada studi kasus terhadap responden 1 dan responden 2 pada tanggal 10 Juni 2019 sampai 14 Juni 2019 yang awalnya sebelum diterapkan terapi pijat punggung mengalami penurunan fungsi kognitif ringan, setelah diterapkan terapi pijat punggung terjadi peningkatan daya ingat (bahasa). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan terapi pijat punggung sebagai perawatan daya ingat (bahasa) dapat meningkatkan daya ingat (bahasa) lansia, karena pijat punggung dapat memperlancar sirkulasi aliran darah dan merupakan upaya penyembuhan yang aman, efektif, dan tanpa efek samping yang berbahaya.

### **B. Saran**

#### 1. Pasien

Penulis berharap supaya lansia mampu menjadikan terapi pijat punggung sebagai salah satu terapi alternatif pengobatan non farmakologi dan dilakukan rutin untuk perawatan daya ingat (bahasa) pada lansia.

#### 2. Perawat

Sebagai tenaga keperawatan hendaknya mengetahui dan dapat memberikan terapi pijat punggung, karena merupakan salah satu terapi yang membantu perawatan daya ingat (bahasa) pada lansia.

#### 3. Peneliti Selanjutnya

Disarankan hasil penelitian ini dapat dijadikan data dasar atau bahan pertimbangan untuk peneliti selanjutnya. Contohnya, peneliti selanjutnya bisa menambahkan sampel lebih banyak lagi dan peneliti selanjutnya dapat menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, A & Uliyah, M. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : EGC.2009.
- Azizah, Lilik Ma'rifatul. *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta : Graha Ilmu.2011:9-27.
- Bappenas. *Proyeksi Penduduk Indonesia 2010-2035*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.2017.<https://www.bappenas.go.id/id/data-dan-informasi-utama/buku-proyeksi-penduduk-indonesia-2010-2035/> (diakses tanggal 22 Maret 2019)
- Firdaus. *Terapi Pijat untuk Kesehatan Kecerdasan Otak dan Kekuatan Daya Ingat*. Yogyakarta : Buku Biru.2011.
- Hudak & Gallo. *Keperawatan Kritis: Pendekatan Asuhan Holistic*. Vol. 1. Jakarta : EGC.2012:65-69.
- Kusharyadi & Setyohadi. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta : Salemba Medika.2011.
- Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, ed. Rev. Jakarta : Rineka Cipta.2010.
- Santoso, Hanna & Andar I. *Memahami Krisis Lanjut Usia*. Jakarta : Gunung Mulia.2009.
- Santoso, Rohmah, R. *Gangguan Gerak dan Fungsi Kognitif pada Wanita Lanjut Usia*. *Jurnal Kesehatan*,ISSN 1979-7621, Vol.4.2011:41-57.
- Sudoyo A W, Setyohadi B, Alwi I dkk. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jilid III Edisi V. Internal Publishing Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta : 2014:85-112.
- Susenas. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.2018.<https://www.bps.go.id/publication/2018/04/13/7a130a22aa2>

[9cc8219c5d153/statistik-penduduk-lanjut-usia-2018.html](https://doi.org/10.30605/jpk.v7i1.9cc8219c5d153/statistik-penduduk-lanjut-usia-2018.html) (diakses tanggal 22 Maret 2019)

WHO. *Populasi Lansia Diperkirakan terus Meningkat Hingga Tahun 2020*. <http://depkes.go.id/pdf.php?id=13110002> (di akses tanggal 21 Maret 2019)