



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA

DEMOGRAFI DAN EPIDEMIOLOGI POPULASI LANJUT USIA

TEORI PROSES PENUAAN DAN FAKTOR RESIKO PENYAKIT DEGENERATIF



www.stikes-notokusumo.ac.id



Jl. Bener No. 26 Tegalrejo Yogyakarta

STIKES NOTOKUSUMO

OUTLINE:

1. Demografi dan epidemiologi populasi lanjut usia
2. Teori proses penuaan dan Faktor resiko penyakit degeneratif





SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA

DEMOGRAFI DAN EPIDEMIOLOGI POPULASI LANJUT USIA



www.stikes-notokusumo.ac.id



Jl. Bener No. 26 Tegalrejo Yogyakarta

STIKES NOTOKUSUMO

DEFINISI LANSIA

- Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan.
- Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa dan tua.
- Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis.



DEFINISI LANSIA



- WHO dan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 menyebutkan bahwa usia 60 tahun adalah usia permulaan tua.
- Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya





PROYEKSI PENDUDUK LANSIA TAHUN 2010-2035



*Indonesia Menuju Struktur Penduduk Tua
(Ageing Population)*

UHH 2010 : 69,8 tahun
2017 : 70,9 tahun



INDONESIA



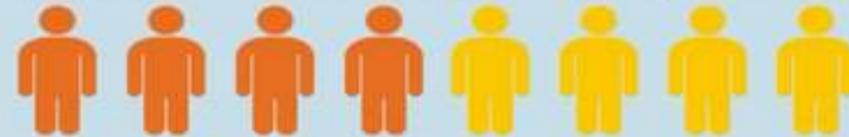


INDONESIA MENUJU POPULASI LANJUT USIA



Tahun **2010** total penduduk **lansia** di Indonesia sebesar:

18.1 juta | **7.6%** dari penduduk | **total populasi**



* Tahun **2025** jumlah penduduk lansia meningkat, menjadi:

33.7 juta | **11.8%** dari penduduk | **total populasi**

* Tahun **2035** diperkirakan total penduduk lansia mencapai:

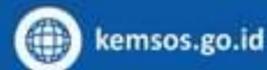
48.2 juta | **15.8%** dari penduduk | **total populasi**



* Prediksi UNFA Indonesia, 2014)

Berdasarkan data tahun BPS **2015** total jumlah penduduk lansia:

22.041.000 | **67%** (14.753.600 orang), tidak terlantar
juta orang | **23%** (5.183.200 orang), hampir terlantar &
10% (2.104.300 orang), lainnya terlantar

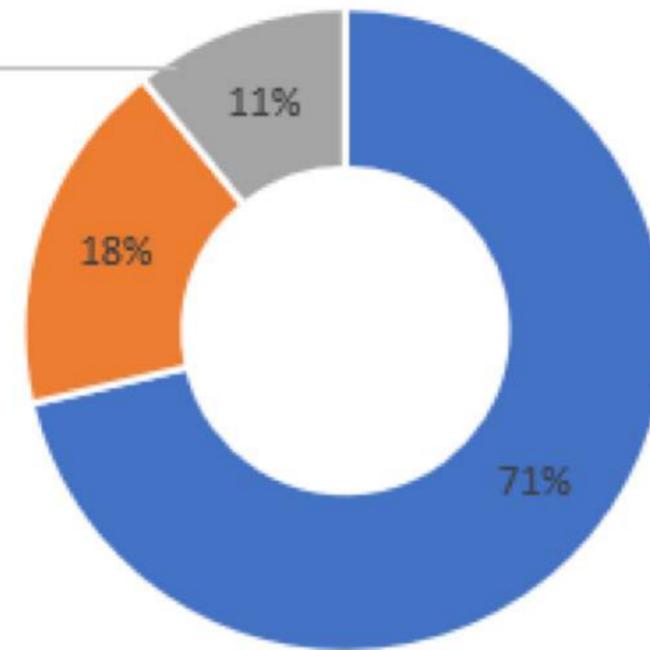




Jumlah Penduduk Indonesia



Lansia 10.82%
(29.3 Juta Jiwa)



- < 45 tahun
- 45-59 tahun
- 60 tahun keatas

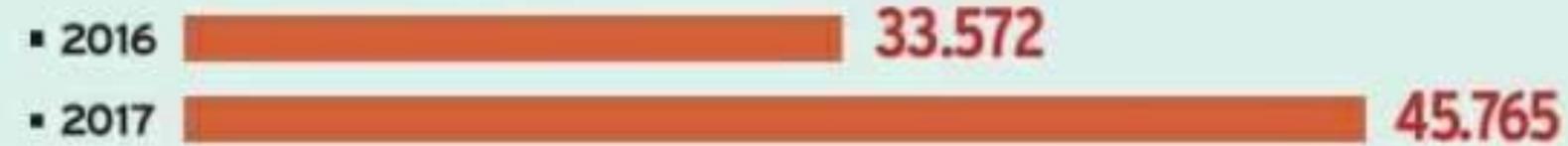




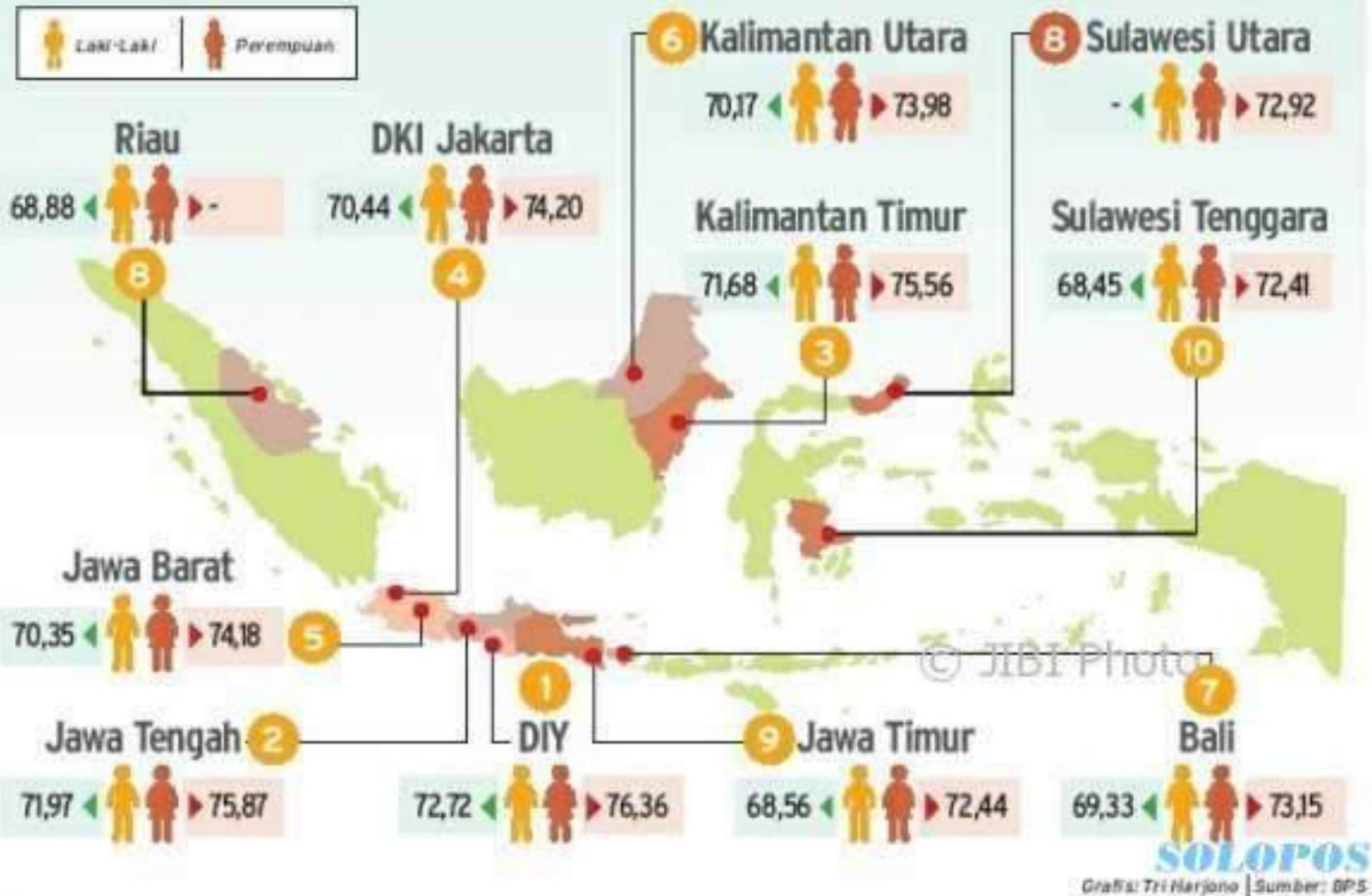
HARAPAN HIDUP TINGGI, BANYAK LANSIA TELANTAR

Jumlah lansia telantar di DIY meningkat. Ini berkaitan tingginya angka harapan hidup di provinsi ini, juga kemiskinan.

Lansia telantar di DIY



Usia Harapan Hidup Tertinggi Berdasarkan Provinsi





SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA

TEORI PROSES PENUAAN DAN FAKTOR RESIKO PENYAKIT DEGENERATIF



www.stikes-notokusumo.ac.id



Jl. Bener No. 26 Tegalrejo Yogyakarta

STIKES NOTOKUSUMO

PENUAAN

Proses penuaan (*aging process*) merupakan suatu proses yang alami ditandai dengan adanya penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial dalam berinteraksi dengan orang lain



TEORI-TEORI PROSES MENUA



TEORI BIOLOGI:

○ Teori seluler

Jumlah sel yang akan membelah jumlahnya sedikit. Pada beberapa sistem seperti saraf, musculoskeletal, dan jantung sel dan jaringan dan organ tidak dapat diganti jika sel tersebut dibuang karena rusak atau mati. Oleh karena itu sistem tersebut beresiko mengalami proses penuaan dan mempunyai kemampuan sedikit atau sama sekali





○ **Sintesis Protein (Kolagen dan Elastis):**

Jaringan seperti kulit dan kartilago kehilangan elastisitasnya pada lansia.

Proses kehilangan elastisitas ini dihubungkan dengan adanya perubahan kimia pada komponen protein dalam jaringan tertentu. Pada lansia beberapa protein (*kolagen dan kartilago, dan elastin pada kulit*) dibuat oleh tubuh dengan bentuk dan struktur yang berbeda dari protein yang lebih muda.





○ **Keracunan Oksigen:**

Teori tentang adanya sejumlah penurunan kemampuan sel di dalam tubuh untuk mempertahankan diri dari oksigen yang mengandung zat racun dengan kadar yang tinggi, tanpa mekanisme pertahanan diri tertentu.

Ketidakmampuan mempertahankan diri dari toksin tersebut membuat struktur membran sel mengalami perubahan dari rigid, serta terjadi kesalahan genetik





- Sistem Imun:

Kemampuan sistem imun mengalami kemunduran pada masa penuaan.

Walaupun demikian, kemunduran kemampuan sistem yang terdiri dari sistem limfatik dan khususnya sel darah putih, juga merupakan faktor yang berkontribusi dalam proses penuaan.

Mutasi yang berulang atau perubahan protein pasca tranlasi, dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan sistem imun tubuh mengenali dirinya sendiri.





○ **Teori Menua Akibat Metabolisme:**

Pengurangan “*intake*” kalori pada rodentia muda akan menghambat pertumbuhan dan memperpanjang umur.

Perpanjangan umur karena jumlah kalori tersebut antara lain disebabkan karena menurunnya salah satu atau beberapa proses metabolisme.

Terjadi penurunan pengeluaran hormon yang merangsang proliferasi sel misalnya insulin dan hormon pertumbuhan.



TEORI-TEORI PROSES MENUA



TEORI PSIKOLOGIS:

- Aktivitas atau Kegiatan (*Activity Theory*)

Seseorang yang dimasa mudanya aktif dan terus memelihara keaktifannya setelah menua.

Sense of integrity yang dibangun dimasa mudanya tetap terpelihara sampai tua.

Teori ini menyatakan bahwa pada lanjut usia yang sukses adalah meraka yang aktif dan ikut banyak dalam kegiatan sosial





- Kepribadian berlanjut (*Continuity Theory*)

Dasar kepribadian atau tingkah laku tidak berubah pada lanjut usia.

Identity pada lansia yang sudah mantap memudahkan dalam memelihara hubungan dengan masyarakat, melibatkan diri dengan masalah di masyarakat, keluarga dan hubungan interpersonal





- Teori Pembebasan (*Disengagement Theory*)

Teori ini menyatakan bahwa dengan bertambahnya usia, seseorang secara perlahan tetapi pasti mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya atau menarik diri dari pergaulan sekitarnya





KLASIFIKASI TIGA KELOMPOK UTAMA PENYAKIT DEGENERATIF

KARDIOVASKULAR	NEOPLASTIK	SISTEM SYARAF	LAINNYA
Hipertensi	Kanker	Parkinson	Degenerasi Makula
Penyakit jantung koroner		Alzheimer	Osteoartritis
Infark miocard		Huntington	Osteoporosis
		Sklerosis lateral amiotrofik	Disfungsi otot Duchenne
		Sklerosis ganda	
		Batten	



FAKTOR RESIKO PENYAKIT DEGENERATIF



- Penyakit degeneratif disebabkan oleh berbagai faktor.
- Beberapa faktor tersebut adalah efek langsung dari penggunaan normal tubuh, sementara yang lain disebabkan oleh kesehatan yang buruk atau gaya hidup yang tidak sehat.
- Kebanyakan penyakit degeneratif dapat disembuhkan, namun ada beberapa kasus yang tidak dapat disembuhkan.



FAKTOR RESIKO UTAMA PENYEBAB PENYAKIT DEGENERATIF



- pola makan yang tidak sehat
- kurangnya aktivitas fisik
- konsumsi rokok
- meningkatnya stress
- paparan penyebab penyakit degeneratif.



POLA MAKAN YANG TIDAK SEHAT



MAKANAN SIAP SAJI



MAKANAN TINGGI GULA



MAKANAN TINGGI GARAM



KURANG AKTIVITAS FISIK



Terdapat bukti ilmiah yang sangat kuat bahwa melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang minimal 30 menit setiap hari atau 150 menit per minggu secara teratur dapat menurunkan risiko berbagai macam penyakit tidak menular dan risiko kematian dini akibat penyakit kronis.



KONSUMSI ROKOK





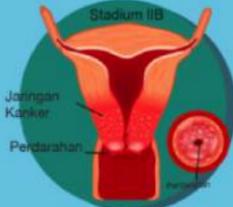
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

#EnyahkanAsapRokok



DAMPAK BURUK

JIKA ANDA MENJADI PEROKOK AKTIF ATAUPUN PEROKOK PASIF

 Menyebabkan kerontokan rambut	 Gangguan pada mata, seperti katarak	 Kehilangan pendengaran lebih awal dibanding bukan perokok	 Menyebabkan penyakit paru-paru kronis
 Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap	 Menyebabkan stroke dan serangan jantung	 Tulang lebih mudah patah	 Menyebabkan kanker leher rahim dan keguguran
 Menyebabkan kemandulan dan impotensi	 Menyebabkan kanker kulit	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p>QUIT-LINE BERHENTI MEROKOK</p> </div> <div style="margin-left: 10px; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 5px; color: white; font-weight: bold;"> FREE Call Service </div> </div> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; margin-top: 10px;">0-800-177-6565</p>	

www.p2ptm.kemkes.go.id
@p2ptmkemenkesRI
@p2ptmkemenkesRI
@p2ptmkemenkesRI

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

PAPARAN PENYEBAB PENYAKIT DEGENERATIF



XXXXXXXXXX

etc.



မာမာအုမုဒါ



MATUR NUWUN

