



**MELATIH KOGNITIF MELALUI TERAPI *PUZZLE* TERHADAP
TINGKAT DEMENSIALANSIA DIPANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA (PSTW) SABAI NAN ALUIH SICINCIN PADANG
PARIAMANTAHUN 2021**

Nurleny^{1*}, Hidayatul Hasni², Velga Yazia³, Meria Kontesa⁴, Ulfa Suryani⁵
^{1,2,3,4,5}STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang
*Email : nurleny.hardian@gmail.com

ABSTRAK

Demensia merupakan keadaan dimana seseorang mengalami penurunan daya ingat dan daya pikir dan penurunan kemampuan tersebut menimbulkan gangguan terhadap fungsi kehidupan sehari-hari, Indonesia diperkirakan terdapat 1,33 juta orang dengan demensia pada tahun 2016, meningkat pada tahun 2030 menjadi 1,894 juta orang dengan demensia, dan tahun 2050 menjadi 3,979 juta orang. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Demensia Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. Dampak dari kejadian demensia ini jika tidak ditangani yaitu terjadi perubahan perilaku pada lansia seperti daya ingat menurun, melupakan dirinya sendiri, ada kecenderungan penurunan merawat diri, memusuhi orang-orang disekitarnya, timbulnya kecemasan karena dirinya sudah tidak menarik lagi, dan sering berkeluyuran pada malam hari sehingga mudah hilang. Dampak demensia juga menyebabkan hilangnya kemampuan lansia untuk mengatasi kehidupan sehari-hari. Demensia juga berdampak pada pengiriman dan penerimaan pesan. Dampak pada penerimaan pesan, antara lain : lansia mudah lupa terhadap pesan yang baru saja diterimanya kurang mampu membuat koordinasi dan mengaitkan pesan dengan konteks yang menyertai salah menangkap pesan sulit membuat kesimpulan. Dampak pada pengiriman pesan, antara lain: lansia kurang mampu membuat pesan yang bersifat kompleks, bingung pada saat mengirim pesan, sering terjadi gangguan bicara, pesan yang disampaikan salah

Kata Kunci : Demensia, Terapi Puzzle, Lansia

ABSTRACT

Dementia is a condition in which a person experiences a decrease in memory and thinking power and this decrease in ability causes interference with the functions of daily life, Indonesia is estimated to have 1.33 million people with dementia in 2016, increasing in 2030 to 1.894 million people with dementia, and in 2050 to 3,979 million people. The purpose of the study was to determine the effect of puzzle therapy on the level of elderly dementia at the Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Social Home. From the incidence of dementia, if not treated, there are behavioral changes in the elderly such as decreased memory, forgetting themselves, there is a tendency to decrease self-care, hostility to those around them, anxiety arises because they are not attractive anymore, and often wander around at night so they are easily lost. . Dementia also causes a decrease in the ability to cope with daily life. Dementia also affects the sending and receiving of messages. The impact on message reception, among others: the elderly easily forget the message they just received, are less able to make coordination and are associated with the context that accompanies mistaking the message, it is difficult to make conclusions. The impact on sending messages, among others: the elderly are less able to make complex messages, confused when sending messages, frequent speech disorders, messages conveyed are wrong

Keyword : Dementia, Puzzle Therapy, Elderly



PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia, banyak orang yang mengabaikan kesehatan untuk dirinya sendiri, hal ini dipengaruhi oleh kondisi fisik atau mental yang tidak memungkinkan lagi untuk berperan dalam lingkungan sosial, kondisi fisik ataupun mental ini banyak terjadi pada lansia, maka lansia perlu mendapat perhatian khusus dari pemerintah dan masyarakat (Aspirani, 2014).

Lansia (lanjut usia) adalah seorang laki-laki atau perempuan yang berusia 60 tahun atau lebih, baik secara fisik masih berkemampuan (potensial) mampu karena sesuatu hal tidak lagi mampu berperan secara aktif dalam pembangunan (tidak potensial). Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas dengan perubahan-perubahan baik fisiologis maupun psikologis (Supriani, 2014).

Lansia menurut WHO adalah orang yang berusia 60-74 tahun, berdasarkan data dari *The National Populations Division* pada tahun 2025 jumlah populasi lanjut usia didunia diperkirakan sebesar 1,2 milyar dan sebanyak 840 juta terdapat dinegara sedang berkembang (Muhith, 2016). Badan kesehatan dunia WHO menyatakan bahwa penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2020 mendatang sudah mencapai angka 28,8 juta orang yang menyebabkan jumlah penduduk lansia terbesar didunia (Riskesdas, 2018).

Di Indonesia, Data Biro Sensus Amerika Serikat memperkirakan Indonesia akan mengalami penambahan warga lanjut usia sebesar diseluruh dunia pada tahun 1998- 2030, yaitu sebesar 55%. Menurut data profil

kesehatan yang di laporkan oleh Departemen Kesehatan tahun 2016, terdapat 8,3 % populasi usia lanjut 60 tahun keatas dari total penduduk (populasi usia lanjut kurang lebih 17 juta).

Laporan Badan Pusat Statistik Sumatra Barat menunjukkan jumlah lansia setiap tahun selalu meningkat. Pada tahun 2015 mencapai 455,733 juta jiwa dengan jumlah lansia di Padang Pariaman sebanyak 47,589 juta jiwa, sedangkan pada tahun 2016 jumlah lansia di Sumatra Barat sebanyak 473,259 juta jiwa dan wilayah Padang Pariaman jumlah lansianya sebanyak 49,132 juta jiwa (BPS, Sumatra Barat, 2016). Peningkatan jumlah penduduk lansia akan mengubah peta masalah sosial dan kesehatan. Hal tersebut dikarenakan lansia mengalami penurunan produktivitas dan mulai munculnya berbagai masalah kesehatan, terutama yang berhubungan dengan proses penuaan (Maryam, 2014).

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Maryam 2014). Proses ini terjadi secara alami dan disertai dengan adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang akan saling berinteraksi satu sama lain. Permasalahan yang sering dihadapi lansia seiring dengan berjalannya waktu akan mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat (Maryam 2014). Salah satu sistem tubuh yang mengalami kemunduran adalah perubahan fungsi kognitif atau



intelektual yang sering disebut demensia (Putri Widita Muharyani, 2014).

Demensia merupakan keadaan dimana seseorang mengalami penurunan daya ingat dan daya pikir dan penurunan kemampuan tersebut menimbulkan gangguan terhadap fungsi kehidupan sehari-hari. Kumpulan gejala yang ditandai dengan penurunan kognitif, perubahan mood dan tingkah laku seperti mudah tersinggung, curiga, menarik diri, dari aktivitas sosial, tidak peduli dan berulang kali menanyakan hal yang sama sehingga mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari penderita (Basuki et al. 2014).

Demensia telah menjadi beban global (WHO, 2012), jumlah orang dengan demensia di dunia pada tahun 2015 di perkirakan 54 juta orang, akan naik menjadi 88 juta pada tahun 2030, dan menjadi 139 juta orang dengan demensia pada tahun 2050 (Australia Alzheimer, 2015). Di Indonesia diperkirakan terdapat 1,33 juta orang dengan demensia pada tahun 2016, meningkat pada tahun 2030 menjadi 1,894 juta orang dengan demensia, dan tahun 2050 menjadi 3,979 juta orang (Australia Alzheimer, 2015).

Demensia terjadi karena adanya gangguan kognitif. Fungsi kognitif merupakan proses mental dalam memperoleh pengetahuan atau kemampuan kecerdasan yang meliputi cara berfikir, daya ingat (Santoso & Ismail, 2012). Bertambahnya usia secara alamiah menyebabkan seseorang akan mengalami penurunan fungsi kognitif, yang sangat umum dialami lansia adalah berkurangnya kemampuan mengingat sehingga lansia menjadi mudah lupa. Berkurangnya fungsi kognitif pada lansia merupakan manifestasi awal demensia (Nadesul,

2014).

Dampak dari kejadian demensia ini jika tidak ditangani yaitu terjadi perubahan perilaku pada lansia seperti daya ingat menurun, melupakan dirinya sendiri, ada kecenderungan penurunan merawat diri, memusuhi orang-orang disekitarnya, timbulnya kecemasan karena dirinya sudah tidak menarik lagi, dan sering berkeluyuran pada malam hari sehingga mudah hilang. Dampak demensia juga menyebabkan hilangnya kemampuan lansia untuk mengatasi kehidupan sehari-hari (Brooker & Carpenito, 2014). Demensia juga berdampak pada pengiriman dan penerimaan pesan. Dampak pada penerimaan pesan, antara lain : lansia mudah lupa terhadap pesan yang baru saja diterimanya kurang mampu membuat koordinasi dan mengaitkan pesan dengan konteks yang menyertai salah menangkap pesan sulit membuat kesimpulan. Dampak pada pengiriman pesan, antara lain: lansia kurang mampu membuat pesan yang bersifat kompleks, bingung pada saat mengirim pesan, sering terjadi gangguan bicara, pesan yang disampaikan salah (Nugroho, 2013).

Penatalaksanaan pada penderita demensia atau gangguan daya ingat yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologi. Terapi farmakologis yaitu dengan obat-obatan yang digunakan untuk menangani demensia antara lain rivastigmin digunakan untuk terapi demensia ringan hingga menengah, donepezin dan galantamin (BPOM, 2015). Terapi nonfarmakologi dapat kita sebut dengan terapi komplementer. Pengobatan komplementer - alternatif pada pasien demensia dengan penurunan daya ingat dapat dilakukan dengan terapi musik (Synder & Kreitzer, 2014). Terapi non farmakologi yang bisa digunakan



untuk demensia adalah terapi music, terapi brain gym, dan terapi puzzle.

Berbagai penelitian tentang penatalaksanaan demensia telah dilakukan untuk melihat keefektifan terapi non farmakologis terhadap tingkat demensia. Penelitian oleh Abdullah Hanafi (2014), tentang “pengaruh terapi *brain gym* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lanjut usia di posyandu lanjut usia desa pucangan kartasur, surakarta “menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan fungsi kognitif pada lansia setelah dilakukan terapi *brain gym*. Penelitian oleh Ninda Ayu Prabasari P. (2016) tentang “pengaruh terapi musik terhadap agitasi pada lansia demensia menunjukkan hasil terapi musik efektif mengurangi menurunkan perilaku agitasi pada lansia demensia.

Salah satu terapi non farmakologis yang digunakan untuk demensia yaitu terapi puzzle. Penelitian yang dilakukan oleh Hee-Young (2011) mengatakan bahwa ada beberapa kegiatan yang dapat dilakukan untuk memperlambat penurunan fungsi kognitif lansia dengan demensia seperti merangsang kognitif (*puzzle*), dan terapi realita. Kegiatan-kegiatan tersebut terutama kegiatan merangsang kognitif (*puzzle*) yang dilakukan selama 30 menit sehari dapat memperlambat perkembangan demensia dan penurunan fungsi kognitif lansia. Latihan kognitif (*puzzle*) terbukti dapat meningkatkan hasil tes secara signifikan. Latihan kognitif tersebut akan merangsang otak dengan cara menyediakan stimulasi yang memadai untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif otak yang tersisa. Otak akan bekerja saat mengambil, mengolah, dan menginterpretasikan gambar atau informasi yang telah diserap, serta otak

bekerja dalam mempertahankan pesan atau informasi yang didapat.

Hal ini didukung oleh Hee-Young (2011), Tuppen (2012) dan Thomason (2012) bahwa lansia demensia dengan rentang ringan sangat direkomendasikan untuk mengikuti latihan kognitif tersebut sesuai dengan program dari Lembaga Nasional untuk Klinik dan Kesehatan di Amerika. salah satu latihan kognitif yang digunakan adalah dengan bermain puzzle.

Puzzle adalah suatu gambar yang dibagi menjadi potongan-potongan gambar yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi. Selain itu *puzzle* juga dapat digunakan untuk permainan edukasi karena dapat mengasah otak dan melatih kecepatan pikiran dan tangan (Misbach, 2010).

Pada lansia dengan demensia ditemukan adanya kerusakan pada bagian otak yaitu terdapat kematian sel-sel di dalam otak dan kekurangan suplai darah di otak. Kerusakan didalam otak tersebut yang dapat mengakibatkan gangguan pada lansia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pillai (2012) mengatakan bahwa *puzzle* dengan jenis *crossword puzzle* atau pun jenis lainnya dapat digunakan untuk memperlambat penurunan fungsi kognitif pada lansia. Data sensus Amerika Serikat melaporkan bahwa 14-16% lansia yang melakukan *crossword puzzle* setidaknya seminggu 2x atau lebih mengalami penurunan onset demensia. Penelitian Stern (2013) mengatakan bahwa melakukan latihan kognitif seperti membaca dan latihan otak dengan gerakan atau dengan *puzzle* dapat menunda berkembangnya demensia menjadi lebih parah. Dengan terapi *puzzle*, bagian-bagian otak yang dirangsang akan sedikit demi sedikit



bekerja dan membuka jalan oksigen, nutrisi dan suplai darah ke otak untuk menunda keparahan demensia.

Studi pendahuluan yang pengabdian lakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin yang merupakan salah satu tempat untuk merawat lansia di Sumatra Barat, dengan jumlah tempat hunian 14 wisma yang menampung sebanyak 110 orang lansia yang terdiri dari 71 (64,54%) orang laki-laki dan 39 (36,45%) orang perempuan. Rata-rata lansia yang berada di panti berusia 60 tahun keatas. Alasan peneliti mengambil tempat penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin yaitu Panti Sosial ini merupakan satu-satunya Panti sosial yang terbesar di Sumatra Barat dan juga berada dibawah pengawasan Departemen Sosial dimana jumlah lansia yang demensia di PSTW ini yaitu 62 orang.

Berdasarkan survey awal yang pengabdian lakukan pada tanggal 13 Februari 2017 di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin di dapatkan jumlah lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin sebanyak 110. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang lansia dengan menggunakan instrument Mini Mental Examination (MMSE) didapatkan 8 orang lansia mengalami gangguan fungsi kognitif, 2 orang lansia yang tidak mengalami gangguan kognitif. Pada saat wawancara lansia terlihat mengalami gangguan daya ingat seperti lupa orientasi waktu dan tempat : lupa hari, minggu, bulan, tahun, dan tempat penderita demensia berada. Tapi dari beberapa orang lansia menunjukkan meskipun lansia tidak mengetahui tanggal, hari, bulan, tahun dengan benar namun lansia menyadari ia berada dimana dan tinggal dimana. Kemudian peneliti menanyakan

tentang melakukan terapi puzzle (menyusun potongan gambar), 10 orang lansia tersebut menjawab tidak tahu dan belum dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman.

Berdasarkan latar belakang dan hasil studi awal yang telah pengabdian lakukan. Maka peneliti tertarik dan bermaksud untuk melakukan pengabdian tentang melatih kognitif melalui Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Demensia Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

METODE

Pengabdian dengan tim terlebih dahulu membuat kontrak waktu dengan responden. Selanjutnya melakukan *pretest* dilakukan bertempat di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman. Pengabdian melakukan *pretest* dengan cara mengisi lembar kuisioner *Mini Mental State Examination* (MMSE) untuk menilai tingkat demensia pada lansia sebelum dilakukan intervensi. Peneliti melakukan wawancara dengan 15 orang lansia yang berasal dari wisma yang berbeda-beda. Lansia diberikan pertanyaan tentang orientasi, registrasi memori, atensi dan kalkulasi, pengenalan kembali dan bahasa untuk menentukan demensia ringan, demensia sedang dan demensia berat. Setelah menentukan tingkat demensia pada lansia, peneliti mengambil responden sesuai dengan kriteria inklusi yaitu lansia yang mengalami demensia ringan dan sedang.

Selanjutnya tim pengabdian melakukan intervensi selama 2 minggu. Pada tahap intervensi ini tim pengabdian melakukan perlakuan kepada lansia selama 2 minggu, dilakukan tiga hari berturut-turut dengan waktu 30 menit



setiap melakukan perlakuan. Adapun langkah-langkah yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut :

- 1) Memberikan pendekatan dengan responden : Membina hubungan saling percaya
- 2) Memberikan informasi tentang Demensia dan manfaat pemberian melakukan Terapi *Puzzle* terhadap tingkat demensia lansia.
- 3) Pelaksanaan Terapi *Puzzle*
- 4) Prosedur kerja

Pengabdian bersama tim datang ke panti dengan membawa peralatan Terapi *Puzzle*. Sebelum melakukan Terapi *Puzzle*, peneliti mengajarkan cara melakukan terapi *puzzle* (menyusun potongan-potongan gambar) kepada responden. Kemudian peneliti menyuruh klien melakukan terapi *puzzle* (menyusun potongan-potongan gambar) sampai terbentuk sebuah gambar. Peneliti memberitahu responden menyusun gambar membutuhkan kesabaran untuk bisa menyelesaikannya. Lalu tim pengabdian memantau klien selama tahap penyusunan. Pengabdian memberi reinforcement positif pada lansia yang telah menyelesaikan potongan – potongan gambar menjadi gambar yang utuh.

Setelah terapi *Puzzle* dilakukan, pengabdian menanyakan perasaan atau keluhan responden setelah dilakukannya terapi *Puzzle*.

- a. Setelah diberikan perlakuan (*posttest*)
Setelah intervensi dilakukan, pada hari berikutnya tim pengabdian kemudian melakukan *posttest* dengan wawancara pada responden dengan lembar kuisioner MMSE untuk menilai

tingkat demensia lansia. Setelah itu, peneliti mencatat hasilnya di lembar observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat selama 2 minggu didapatkan rata-rata penurunan tingkat demensia pada lansia dan dapat ditemukan pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat demensia pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman

Berdasarkan hasil pengabdian diperoleh hasil rata-rata daya ingat pada lansia sebelum diberikan terapi *puzzle* adalah 20,80 dengan standart deviasi 1,989, dengan nilai minimum 19 dan nilai maksimum adalah 25 pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2017. Hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Made A.D.N (2015) tentang pengaruh terapi teka – teki silang terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan kecurigaan demensia di Banjar Muding Klod diperoleh hasil rata-rata daya ingat lansia sebelum perlakuan adalah 2,00 dan juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ida untari (2014) tentang efektifitas senam cegah pikun Up Brain's Game terhadap peningkatan daya ingat pada lansia diperoleh hasil sebelum melakukan senam lansia lebih banyak pada pikun berat.

Demensia terjadi karena adanya gangguan kognitif. Fungsi kognitif merupakan proses mental dalam memperoleh pengetahuan atau kemampuan kecerdasan yang meliputi cara berfikir, daya ingat (Santoso & Ismail, 2012). Bertambahnya usia secara alamiah menyebabkan seseorang akan mengalami penurunan fungsi kognitif, yang sangat umum dialami lansia



adalah berkurangnya kemampuan mengingat sehingga lansia menjadi mudah lupa. Berkurangnya fungsi kognitif pada lansia merupakan manifestasi awal demensia (Nadesul, 2014). Dampak dari kejadian demensia ini jika tidak ditangani yaitu terjadi perubahan perilaku pada lansia seperti daya ingat menurun, melupakan dirinya sendiri, ada kecenderungan penurunan merawat diri, memusuhi orang-orang disekitarnya, timbulnya kecemasan karena dirinya sudah tidak menarik lagi, dan sering berkeluyuran pada malam hari sehingga mudah hilang.

Tingkat demensia lansia yang tinggi sebelum diberikan terapi *puzzle*, hal tersebut juga dibuktikan dari aspek kognitif pada orientasi tentang penyebutan tahun, musim, tanggal, hari dan bulan, rata-rata lansia hanya bisa menjawab 3-2 jawaban yang benar, pada orientasi pertanyaan tentang lokasi keberadaan, paling banyak lansia juga menjawab 3-2 urutan yang benar, pertanyaan tentang mengingat tiga obyek, lansia hanya mampu menjawab rata-rata 2 obyek yang disuruh ingat dan rata-rata pasien hanya bisa mengingat 3 langkah dari 3 langkah yang diinstruksikan kepada lansia untuk mengambil kerta ditangan, lipat dua dan taruh dilantai.

Sesuai dengan teori bahwa dampak demensia juga menyebabkan hilangnya kemampuan lansia untuk mengatasi kehidupan sehari-hari (Brooker & Carpenito, 2014). Demensia juga berdampak pada pengiriman dan penerimaan pesan. Dampak pada penerimaan pesan, antara lain : lansia mudah lupa terhadap pesan yang baru saja diterimanya kurang mampu membuat koordinasi dan mengaitkan pesan dengan konteks yang menyertai salah menangkap pesan sulit membuat

kesimpulan. Dampak pada pengiriman pesan, antara lain: lansia kurang mampu membuat pesan yang bersifat kompleks, bingung pada saat mengirim pesan, sering terjadi gangguan bicara, pesan yang disampaikan salah (Nugroho, 2013).

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa, tingkat demensia yang dialami lansia menunjukkan rata-rata daya ingat yang lemah, lansia masih ragu-ragu untuk mempraktekan kembali instruksi yang diberikan karena faktor lupa, lansia terkadang harus bertanya lagi tentang apa yang harus mereka lakukan dari tahap awal sampai tahap akhir, hal tersebut membuktikan bahwa lansia mengalami demensia.

Selanjutnya diperoleh hasil rata-rata daya ingat pada lansia setelah diberikan terapi *puzzle* adalah 23,00 dengan standart deviasi 2,449 dengan nilai minimum 20 dan nilai maksimum adalah 27 pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2017. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Made A.D.N (2015) tentang pengaruh terapi teka – teki silang terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan kecurigaan demensia di Banjar Muding Klod diperoleh hasil rata-rata daya ingat lansia sesudah diberikan perlakuan adalah 3,78 dan juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ida untari (2014) tentang efektifitas senam cegah pikun Up Brain's Game terhadap peningkatan daya ingat pada lansia diperoleh hasil sesudah melakukan senam lansia lebih banyak pada pikun ringan.

Terbukti bahwa pemberian terapi mampu meningkatkan daya ingat lansia, hal tersebut juga dibuktikan dari jawaban-jawaban yang diberikan lansia sudah sesuai dengan urutan meskipun terkadang terlupa



dibagian akhir akan tetapi lansia sudah mampu mengulang kembali dengan baik urutan yang benar seperti seperti lansia mengalami peningkatan daya ingat tentang urutan keberadaan dan sudah dimulai dari urutan terbesar sampai terkecil, lansia sudah mengalami peningkatan daya ingat pada atensi dan konsentrasi seperti lansia sudah bisa mengingat pengurangan angka dan lansia juga sudah bisa menggambar bentuk yang sesuai dengan gambar sebenarnya.

Sesuai dengan teori Thomason bahwa pembagian dalam kelompok kecil pada proses latihan kognitif dapat menumbuhkan keaktifan dan lansia akan menemukan dukungan yang mereka butuhkan. Latihan kognitif tersebut terbukti dapat meningkatkan hasil tes secara signifikan. Latihan kognitif tersebut akan merangsang otak dengan cara menyediakan stimulasi yang memadai untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif otak yang tersisa. Otak akan bekerja saat mengambil, mengolah, dan menginterpretasikan gambar atau informasi yang telah diserap, serta otak bekerja dalam mempertahankan pesan atau informasi yang didapat. Thomason (2017).

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa terjadi peningkatan daya ingat lansia setelah diberikan terapi *puzzle*, seperti lansia sudah mampu mengulang urutan-urutan yang benar sesuai dengan instruksi sipeneliti, dan hal ini terlihat bahwa tingkat demensia lansia menurun seiring dengan konsentrasi yang lansia tunjukan pada saat penyusunan *puzzle*.

Berdasarkan nilai statistik maka diperoleh hasil rata-rata daya ingat lansia sebelum diberikan terapi *puzzle* 10,10 dan setelah pemberian terapi *puzzle* daya ingat lansia

meningkat menjadi 24,50. Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Paired Sample T-Test* didapat nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka terdapat pengaruh pemberian terapi *puzzle* terhadap tingkat demensia pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2021

Sejalan dengan penelitian yang diakukan oleh Abdullah Hanafi (2014), tentang “pengaruh terapi *brain gym* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lanjut usia di posyandu lanjut usia desa pucangan kartasur, surakarta “menunjukan hasil bahwa terdapat peningkatan fungsi kognitif pada lansia setelah dilakukan terapi *brain gym*. Penelitian oleh Ninda Ayu Prabasari P. (2016) tentang “pengaruh terapi musik terhadap agitasi pada lansia demensia menunjukan hasil terapi musik efektif mengurangi menurunkan perilaku agitasi pada lansia demensia.

Terbukti bahwa terapi *puzzle* mampu menurunkan tingkat demensia dan meningkatkan daya ingat pada lansia. Hal ini didukung oleh Hee-Young (2015), Tuppen (2017) dan Thomason (2018) bahwa lansia demensia dengan rentang ringan sangat direkomendasikan untuk mengikuti latihan kognitif tersebut sesuai dengan program dari Lembaga Nasional untuk Klinik dan Kesehatan di Amerika.

Penelitian yang dilakukan oleh Hee-Young (2011) mengatakan bahwa ada beberapa kegiatan yang dapat dilakukan untuk memperlambat penurunan fungsi kognitif lansia dengan demensia seperti merangsang kognitif (*puzzle*), dan terapi realita. Kegiatan-kegiatan tersebut terutama kegiatan merangsang kognitif (*puzzle*) yang dilakukan selama 30 menit sehari dapat memperlambat perkembangan demensia dan penurunan fungsi kognitif lansia. Latihan kognitif



(puzzle) terbukti dapat meningkatkan hasil tes secara signifikan. Latihan kognitif tersebut akan merangsang otak dengan cara menyediakan stimulasi yang memadai untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif otak yang tersisa. Otak akan bekerja saat mengambil, mengolah, dan menginterpretasikan gambar atau informasi yang telah diserap, serta otak bekerja dalam mempertahankan pesan atau informasi yang didapat.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa terapi *puzzle* mampu menurunkan tingkat demensia pada lansia, sehingga terapi ini bisa dijadikan salah satu alternatif untuk menambah daya ingat lansia, karena demensia bukanlah kejadian yang alamiah dialami oleh lansia akan tetapi suatu penyakit lupa yang jika dilakukan pemberian terapi maka akan bisa melatih lansia untuk meningkatkan daya ingat mereka terhadap sesuatu hal dan bahkan lansia bisa mengingat kembali kejadian dimasa lalu karena terapi *puzzle* ini mengasah otak lansia untuk bekerja dan mengingat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat demensia lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Scincin Tahun 2017, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata daya ingat pada lansia sebelum diberikan terapi *puzzle* adalah 20,80 dengan standart deviasi 1,989, dengan nilai minimum 19 dan nilai maksimum adalah 25.
2. Rata-rata daya ingat pada lansia setelah diberikan terapi *puzzle* adalah 23,00 dengan standart deviasi 2,449, dengan nilai minimum 20 dan nilai maksimum

adalah 27.

3. Terdapat pengaruh pemberian terapi *puzzle* terhadap tingkat demensia pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2021

DAFTAR PUSTAKA

- Aspirani, R.Y. 2014. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik : Aplikasi NANDA NIC dan NOC. Jilid 1. Jakarta : CV. TRANS INFO MEDIA.
- BPS. 2016. *Data Cakupan Kesehatan Lansia*. Jakarta
- Kang, Hee-Young (2010). *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*, diakses pada tanggal 30 desember 2016
- Maryam, Siti, R, dkk. 2014. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika
- Misbach, Muzamil. 2010. *Media Puzzle*, (online), diakses 26 Desember 2016
- Notoatmodjo, Soekidjo.2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, W. 2012. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta : EGC
- Padila. 2013. *Buku Ajar Keperawatn Gerontik*. Yogyakarta : Nuha Medica
- Pillai et. al,. 2014. *Association of Crosswordpuzzle Partisipation with Memory Decline in Person Who Develop Dementia*, (online), (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov> diakses 30 Desember 2016)
- Potter & Perry. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika
- Putri, W.I. 2014 *Demensia dan Gangguan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari(Aks) Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Wargatama*



- Inderalaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Volume 1, No.1, Maret, 2014: 20-27.
- S1 Keperawatan, 2016. *Buku Pedoman Penulisan Skripsi*. STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang : Sumatera Barat
- Thomason, C. 2012. Benefits of cognitive stimulation for people with dementia. *NursingTimes.Net*, diakses 29 desember 2016
- Tuppen, J. (2012). The benefits of groups that provide cognitive stimulation for people with dementia. *Nursing Older People*, diakses 29 desember 2016
- United Nation (2015), *Worldpopulation ageing 2015*. Di akses 2 januari 2017, dari <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2013.pdf>
- WHO. (2018). *Dementia : Public Health Priority* (<http://www.who.int>). Diakses tanggal 26 januari 2018.
- Wreksoatmodjo, 2018. *Pemeriksaan Status Mental Mental pada Usia Lanjut* di jakarta. *Jurnal Medika*. Vol.XXX, September, hal. 563.