



TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK ORIENTASI REALITA PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA

Yuldensia Avelina^{1*}, Sudarwati Nababan², Maria Lambertina Berek Aran³, Maria Suyanti⁴, Clarita Hety N.D Maya⁵

^{1,2,3,4,5}Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Nusa Nipa

Email : nersyouully@gmail.com

ABSTRAK

Aspek yang mengalami penurunan secara degeneratif dari seorang lansia adalah fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat mempengaruhi seluruh aspek kehidupannya. Hasil observasi dan wawancara dengan pihak panti diperoleh informasi bahwa hampir semua lansia mengalami penurunan daya ingat baik ringan maupun berat, namun belum ada kegiatan atau terapi yang dapat membantu para lansia yang mengalami demensia tersebut untuk mengingat hal-hal sederhana. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang demensia dan cara mengingat hal-hal sederhana melalui terapi aktivitas kelompok (TAK) orientasi realita. Metode yang digunakan adalah dinamika kelompok, tanya jawab, dan perkenalan diri. Media yang digunakan adalah laptop, speaker aktif, dan bola plastik. Bahan yang digunakan adalah instrument MMSE (Mini Mental State Exam) untuk mengukur fungsi kognitif lansia. Peserta TAK adalah lansia yang mengalami demensia, tidak buta, dan tidak tuli. Lansia dibagi kedalam tiga kelompok sehingga pelaksanaan dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Jumlah peserta 30 orang. Kegiatan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil yang dicapai dari kegiatan ini adalah semua lansia dapat memperkenalkan diri (nama dan asal wisma) dan dapat menyebutkan teman di samping kiri dan kanannya. Para lansia antusias dalam mengikuti kegiatan hingga selesai. Perlunya kerjasama dengan pihak eksternal baik pendidikan maupun puskesmas dalam penanganan lansia dengan demensia.

Kata Kunci: Lansia, Demensia, Orientasi Realita, Terapi Aktivitas Kelompok

ABSTRACT

The aspect that experiences a degenerative decline in an elderly person is cognitive function. Cognitive decline in elderly people can affect all aspects of their lives. The results of observations and interviews with the orphanage obtained information that almost all elderly people experience memory loss, both mild and severe, but there are no activities or therapies that can help elderly people with dementia to remember simple things. This community service activity aims to improve the elderly's understanding of dementia and how to remember simple things through reality-oriented group activity therapy (TAK). The methods used are group dynamics, questions and answers, and self-introduction. The media used are laptops, active speakers, and plastic balls. The materials used are the MMSE (mini mental state exam) instrument to measure the cognitive function of the elderly. TAK participants are elderly people who have dementia, are not blind, and are not deaf. The elderly are divided into three groups so that the implementation is carried out for three consecutive days. The number of participants is 30 people. The activity starts from the preparation, implementation, and evaluation stages. The results achieved from this activity are that all elderly people can introduce themselves (name and place of origin) and can name friends on their left and right. The elderly are enthusiastic in participating in the activities until the end. The need for cooperation with external parties, both education and health centers, in handling the elderly with dementia.

Keywords: Dementia, Elderly, Group Activity Therapy, Reality Orientation

PENDAHULUAN

Seseorang dikatakan lansia apabila berusia lebih dari 60 tahun. Perubahan yang terjadi pada lansia berdampak pada tidak terpenuhinya kebutuhan lansia baik secara jasmani, rohani, maupun sosial (Nugroho, 2012). Aspek yang mengalami penurunan secara degeneratif adalah fungsi kognitif (kecerdasan/pikiran). Organisasi kesehatan dunia (WHO) mengidentifikasi lansia sebagai kelompok masyarakat yang mudah mengalami kemunduran fisik dan mental. Berdasarkan perspektif keperawatan, terdapat empat masalah utama yang dialami oleh lansia yakni imobilisasi, ketidakstabilan, inkontinensia, dan gangguan intelektual. Sifat umum dari keempat masalah utama tersebut adalah 1) mempunyai masalah yang kompleks, 2) tidak ada pengobatan yang sederhana, 3) hancurnya kemandirian, dan 4) membutuhkan orang lain yang berkaitan erat dengan keperawatan. Oleh karena itu, diperlukan pelaksanaan program terapi memiliki instrumen dan parameter yang dapat digunakan untuk mengevaluasi kondisi lansia yakni melalui terapi aktivitas kelompok (Sudirman, 2011).

Jumlah lansia yang mengalami demensia di seluruh dunia pada tahun 2023 sebanyak 50 juta jiwa. Prevalensi sekitar 4-9% pada individu yang berusia ≥ 60 tahun, yang mana diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2050 hingga 152,8 juta jiwa. Hal ini disebabkan adanya peningkatan usia harapan hidup pada negara dengan pendapatan rendah dan sedang. Sedangkan di Indonesia pada tahun 2023, prevalensi demensia 27,9% atau lebih dari 4,2 juta penduduk Indonesia mengalami demensia dengan angka kejadian demensia tertinggi di Pulau Jawa dan Bali yakni $> 20\%$ (Kementerian Kesehatan, 2023). Angka kejadian

demensia di Kabupaten Sikka sendiri belum terdata dengan baik.

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan perawat penanggung jawab di Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere, rata-rata usia lansia 60 sampai dengan 90 tahun dan semuanya telah mengalami masalah penurunan daya ingat. Selama ini belum adanya kegiatan yang dapat membantu para lansia yang mengalami demensia untuk meningkatkan kemampuan mengingatnya. Adapun permasalahan mitra di Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere yang kami temui adalah sebagai berikut: 1) Belum adanya data jumlah lansia yang mengalami demensia, 2) Rendahnya pengetahuan para pengasuh dan lansia tentang masalah demensia, 3) belum adanya sosialisasi tentang demensia, 4) belum adanya kegiatan yang dapat membantu lansia yang demensia untuk meningkatkan daya ingatnya.

Lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif sering mengalami penurunan kemampuan realita sehingga tidak mampu mengenal orang, tempat, dan waktu di sekitarnya. Penyebab umum dari masalah tersebut adalah karena faktor penuaan, stroke, konsumsi obat, trauma sehingga fungsi kognitif lansia menurun (Lestari, 2020). Fungsi kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk menerima, mengolah, menyimpan, dan menggunakan Kembali semua masukan sensorik secara baik. Dampak dari penurunan fungsi kognitif dapat mempengaruhi kehidupan dan aktivitas sehari-hari, jika tidak ditangani secara tepat akan mempengaruhi kualitas hidup lansia (Manurug, 2016).

Fungsi kognitif lansia selama berada di panti dapat ditingkatkan melalui berbagai kegiatan antara lain aktivitas yang dapat menghibur seperti menari, berdansa,

menyanyi dengan menggerakkan anggota badan dan membuat kerajinan tangan. Kegiatan tersebut membantu stimulasi otak secara dinamis. Olahraga secara rutin sesuai dengan kemampuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani seperti berjalan kaki dengan intensitas dan waktu yang tidak berlebihan, senam yang sesuai dengan kondisi lansia. Permainan yang membutuhkan konsentrasi seperti teka-teki silang, puzzle, menggambar, tebak gambar, bermain catur (Selfia Merlinda, 2022).

Peningkatan fungsi kognitif pada lansia dapat dilakukan dengan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK). Terapi aktivitas kelompok adalah suatu jenis terapi aktivitas pada lansia atas kelompok penderita bersama-sama yang diberikan dengan cara bertukar pikiran antar lansia dalam satu kelompok dan kegiatan ini dipimpin oleh terapis. Terapi Aktivitas Kelompok juga merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada kelompok lansia yang mempunyai masalah keperawatan yang sama dimana terjadi terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung, saling membutuhkan dan menjadi laboratorium tempat lansia melatih perilaku baru yang adaptif untuk memperbaiki perilaku yang maladaptif, sehingga TAK dapat menjadi salah satu alternatif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia (Samsuni, 2024).

Terapi aktivitas kelompok (TAK) orientasi realita adalah bentuk terapi kelompok yang bertujuan untuk mengorientasikan keadaan nyata kepada klien terhadap orang, tempat, dan waktu. Selain itu, terapi aktivitas kelompok membantu meningkatkan kemampuan pasien untuk mengemukakan pendapat dan menerima pendapat. Salah satu indikasi dari terapi orientasi realitas adalah pada klien dengan demensia. Demensia merupakan sindrom akibat penyakit otak, biasanya bersifat kronik atau progresif serta terdapat gangguan fungsi luhur (Keliat,

2014). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang demensia dan cara mengingat hal-hal sederhana melalui terapi aktivitas kelompok.

METODE

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pada para lansia yang mengalami demensia di Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere. Kriteria eksklusi yakni lansia yang mengalami gangguan pendengaran (tuli) dan penglihatan (buta). Jumlah peserta sesuai kriteria inklusi 30 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dinamika kelompok, tanya jawab, dan perkenalan diri. Terapi aktivitas kelompok ini menggunakan media bola dan musik. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan selama tiga hari untuk tiga kelompok pada tanggal 26 September sampai dengan 28 September 2024. Waktu pelaksanaan terapi aktivitas kelompok orientasi realita selama 30 menit bertempat di aula Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kordinasi dari berbagai pihak diantaranya LPPM, Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere, Program Studi dan Fakultas. Kegiatan pengabdian ini telah selesai dilaksanakan sesuai dengan rencana yakni dilaksanakan selama tiga hari mulai 26 September sampai dengan 28 September 2024 di Aula Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere. Peserta dibagi menjadi tiga kelompok dengan jumlah anggota setiap kelompok sebanyak 10 orang. Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok orientasi realita selama tiga

dilaksanakan mulai pukul 08.30 – 09.00 WITA. Tahapan pelaksanaan terapi aktivitas kelompok yakni sebagai berikut

1. Tahap Persiapan

Sebelum melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tim, tim pelaksana kegiatan terlebih dahulu mempersiapkan media dan bahan yang akan digunakan. Kegiatan ini juga dipersiapkan secara bersama dengan melibatkan beberapa pihak yaitu tim pengabdian masyarakat dari Universitas Nusa Nipa, para pengasuh dan perawat penanggung jawab dari Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere.

Sebelum pelaksanaan dimulai, tim pengabdian kepada masyarakat mempersiapkan tim dan perlengkapan seperti pembagian tugas, konsumsi, bola plastik, speaker aktif, dan laptop yang akan digunakan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dalam bentuk terapi aktivitas kelompok (TAK) orientasi realita pada lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi tersebut yakni lansia demensia dengan gangguan kognitif ringan dan berat, melalui pengkajian menggunakan instrumen Mental Mini State Exam (MMSE). Dengan demikian sebanyak 30 orang lansia yang diikuti dalam kegiatan terapi aktivitas kelompok dan dibagi ke dalam 3 kelompok. Terapi aktivitas kelompok dikemas dalam bentuk permainan over bola.

Kegiatan diawali dengan para peserta mengisi daftar hadir kegiatan, selanjutnya peserta diarahkan oleh tim pengabdian masyarakat untuk menempati tempat duduk yang membentuk lingkaran. Tim pengabdian kepada masyarakat (pengmas) yang berperan sebagai fasilitator duduk diantara peserta. Selanjutnya, tim yang berperan sebagai *co-leader* membuka

kegiatan, memperkenalkan diri, membuat kontrak dengan peserta, dan menjelaskan aturan permainan. Tim pengmas yang berperan sebagai *leader*, mulai menjalankan permainan yang diawali dengan *role play*. Permainan dimulai dengan memutar musik kemudian bola dipindahkan atau diover dari satu peserta ke peserta lainnya. Peserta yang memegang bola saat musik dihentikan, maka peserta tersebut di minta untuk berdiri dan mulai memperkenalkan diri kepada peserta lainnya (nama dan asal wisma). Setelah peserta memperkenalkan diri, maka musik dibunyikan kembali dan permainan dilanjutkan hingga semua peserta mendapatkan giliran. Ketika semua peserta telah memperkenalkan diri, maka dilanjutkan permainan kedua yakni setiap peserta diminta untuk menyebutkan kembali nama teman di samping kiri dan kanan nya. Hal ini dilakukan untuk melatih kembali lansia mengingat. Peserta yang berhasil diberikan penghargaan dengan tepukan tangan. Setelah permainan tahap kedua selesai, maka masuk ke bagian terminasi dimana *leader* menanyakan perasaan peserta setelah mengikuti terapi aktivitas kelompok (TAK) orientasi realita. Tahap terminasi selesai maka, *leader* menyerahkan kembali kepada *co-leader* untuk menutup kegiatan.

3. Tahap Evaluasi

a. Evaluasi Struktur

- 1) Media, alat dan bahan yang digunakan lengkap dan disiapkan 30 menit sebelum terapi aktivitas kelompok dimulai. Media yang digunakan adalah laptop, speaker aktif, dan bola plastik.
- 2) Tempat pelaksanaan sesuai rencana
- 3) Materi terapi aktivitas kelompok telah disiapkan 1 minggu sebelum kegiatan

- dalam bentuk Proposal Terapi Aktivitas Kelompok
- 4) Peran dan fungsi masing-masing tim sesuai dengan uraian tugas yang telah disepakati bersama dan tertera dalam Proposal Terapi Aktivitas Kelompok
 - 5) Spanduk dan konsumsi sudah tersedia.
- b. Evaluasi Proses
- Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa sebelum mendapat Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Orientasi Realita para peserta sulit untuk menghafal nama temannya dan asal wisma (100%), namun setelah dilakukan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Orientasi Realita semua peserta dapat mengingat namanya sendiri, asal wisma, dan

dapat pula mengingat nama teman di samping kiri dan kanannya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai tepat waktu yakni pukul 08.30 – 09.00 WITA bertempat di Aula Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere. Kegiatan ini didampingi oleh Plh Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere dan perawat penanggung jawab di Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere. Kegiatan ini terdiri dari dua sesi yakni pengenalan diri (nama dan asal wisma) dan menyebut nama teman di samping kiri dan kanan nya. Pelaksanaan selama tiga hari karena dibagi kedalam tiga kelompok. Pada sesi terakhir dilakukan evaluasi terhadap kemampuan dari semua peserta.

c. Evaluasi Hasil

No	Aspek yang dinilai	Kemampuan peserta
1	Peserta mampu menyebut nama	100% mampu menyebutkan nama masing-masing
2	Peserta mampu menyebut asal wisma	100% mampu menyebutkan asal wisma masing-masing
3	Peserta mampu menyebut nama teman yang berada di sisi kiri dan kanan	100% mampu menyebutkan nama teman yang berada di sisi kiri dan kanan.

SIMPULAN

Peran kolaborasi dengan eksternal di luar Seksi Kesejahteraan Sosial Padu Wau Maumere dalam penanganan kesehatan fisik dan mental lansia menjadi hal yang harus terus diintensifkan. Masalah demensia tidak dapat dihindarkan karena pasti akan terjadi pada lansia sebagai dampak proses kemunduran fungsi kognitif. Namun, para lansia masih dapat dibantu untuk mengingat hal-hal sederhana sesuai kebutuhan mereka sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Keliat, B. A. (2014). *Terapi Aktivitas Kelompok*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan, R. (2023, Oktober 06). *Mengenal Demensia Alzheimer*. Retrieved from Kemenkes Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan: https://yankes.kemkes.go.id/view_a_rtikel/2819/mengenal-demensia-alzheimer
- Lestari, S. (2020). *Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Orientasi Realitas Terhadap Tingkat Fungsi Kognitif pada*



- Lanjut Usia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pare Kabupaten Kediri*. Surabaya: Universitas Airlangga. Retrieved from <https://repository.unair.ac.id/121379/1/Sri%20Lestari%20010830357B.pdf>
- Manurug, C. K. (2016). Gambaran Fungsi Kognitif pada lansia di Desa Koka Kecamatan Tombulu. *jurnal e-clinic*, 4(2).
- Nugroho, W. (2012). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Samsuni, F. S. (2024). Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Pada Lansia Dengan Demensia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Kesehatan untuk Masyarakat*, 1(4), 123-131.
- Selfia Merlinda, L. J. (2022). The Effect of Group Activity Therapy on Improving Social Interaction and Cognitive. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(3), 34-39.
- Sudirman, S. (2011). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.