

PENGARUH TERAPI BERMAIN *PUZZLE* TERHADAP LANSIA DENGAN DEMENSIA

Fransiska Erna Damayanti¹, Ukhtul Izzah², Ni Putu Diahsuri Artini³

^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Banyuwangi

*Correspondence: Fransiska Erna Damayanti

Email: nerssiska@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit demensia sering terjadi pada lansia tepatnya orang di usia 65 tahun ke atas baik pria maupun wanita. Dampak dari demensia yaitu penurunan kognitif, perubahan mood dan tingkah laku. Solusi kejadian demensia tersebut dapat diberikan terapi non farmakologis yaitu terapi bermain *puzzle* dimana keunggulan terapi *puzzle* tersebut dapat melatih kordinasi mata dan tangan, melatih nalar dan melatih kesabaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap lansia dengan demensia.

Metode: Rancangan penelitian ini yaitu pra eksperimental menggunakan desain *one grup pre test and post test design*. Penelitian ini dilakukan di UPH Graha Resos Banyuwangi tahun 2022. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan tehnik *Purposive Sampling* yaitu lansia yang mengalami demensia sesuai kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 16 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *MMSE* dan SOP bermain *Puzzle*. Analisa data menggunakan uji *T Berpasangan*.

Hasil: Penelitian ini menemukan hasil *pre test* responden memiliki kemampuan daya ingat dengan skor rata-rata sebesar 13,17 dan hasil *post test* didapatkan skor rata-raat sebesar 21,2 sehingga didapatkan selisih atau peningkatan skor rata-rata sebesar 7,5. Setelah dilakukan analisa menggunakan uji statistik *T berpasangan* didapatkan *p-value* 0,000 (*p-value*<0,05) yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain *puzzle* pada lansia dengan demensia

Kesimpulan: Terapi bermain *puzzle* terbukti efektif untuk meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia. Sehingga sangat direkomendasikan untuk tenaga Kesehatan dalam meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia dapat menggunakan terapi bermain *puzzle*.

Kata kunci: Bermain *Puzzle*; Demensia; Lansia; Terapi

ABSTRACT :

Background: *Dementia often occurs in the elderly, to be precise in people aged 65 and over, both men and women. The impact of dementia is the cognitive decline and changes in mood and behavior. The solution to the occurrence of dementia can be given through non-pharmacological therapy, namely playing puzzle therapy where the advantages of puzzle therapy can train eye and hand coordination, train reason, and train patience. This study aims to determine the effect of playing puzzle therapy on the elderly with dementia.*

Method: *The design of this study was pre-experimental using a one-group pre-test and post-test design. This research was conducted at UPH Graha Resos Banyuwangi in 2022. The samples in this study were taken using the Purposive Sampling technique, respondents in this study were elderly people who experience dementia according to the inclusion and exclusion criteria, 16 respondents were obtained. Data collection using the MMSE questionnaire and SOP playing Puzzle. Data analysis used the Paired T-test.*

Results: This study found that the results of the pre-test of respondents had memory skills with an average score of 13.17 and the results of the post-test obtained an average score of 21.2 so a difference or increase in the average score was obtained by 7.5. After analysis using the paired T statistical test obtained a P-value of 0.000 (p -Value <0.05), which means that there is a significant effect of playing puzzle therapy in the elderly with dementia

Conclusion: Play puzzle therapy has been proven to be effective in improving memory in elderly people with dementia. So it is highly recommended for health workers improve memory in the elderly with dementia by using puzzle play therapy.

Keywords: Playing puzzles; Dementia; Elderly; Therapy

PENDAHULUAN

Demensia merupakan keadaan dimana seseorang mengalami penurunan daya ingat, 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,2014). Demensia penyakit yang umum terjadi pada lansia tepatnya orang di usia 65 tahun ke atas baik pria maupun wanita, demensia kemungkinan bisa semakin tinggi terjadi pada lansia yang berusia lebih dari 85 tahun.

Badan kesehatan dunia WHO menyatakan bahwa penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2020 sudah mencapai angka 28,8 juta orang, yang menyebabkan Indonesia sebagai jumlah penduduk terbesar didunia (Riskesdas,2018). Data Biro Sensus Amerika Serikat memperkirakan di Indonesia akan mengalami penambahan warga lanjut usia pada tahun 1998-2030 yaitu sebesar 55%. Menurut data profil kesehatan yang dilaporkan oleh Departemen Kesehatan tahun 2016 terdapat 8,3% populasi usia lanjut 60 tahun keatas dari total penduduk (populasi usia lanjut kurang lebih 17 juta). Di Indonesia pada tahun 2020 prevalensi demensia menjadi 1.016.800 orang dengan insidensi sebanyak 314.100 orang.

Salah satu terapi non farmakologi yang efektif digunakan untuk demensia yaitu terapi *puzzle*. Terapi *puzzle* adalah suatu gambar yang dibagi menjadi potongan-potongan gambar yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi. Lanjut usia atau lansia merupakan tahap lanjut dari proses tumbuh kembang yang dimulai sejak lahir berlangsung terus menerus, yang dikatakan lansia yaitu orang yang berumur di atas 65 tahun. Pada lansia banyak terjadi perubahan diantaranya adalah perubahan fisik psikologis dan perubahan spiritual (Meiner, 2015).

Selain itu *puzzle* juga dapat digunakan untuk permainan edukasi karena dapat dan melatih koordinasi mata dan tangan, melatih nalar, melatih kesabaran, dengan *puzzle* dapat menunda berkembangnya demensia yang akan menjadi lebih parah (Nurleny,2021). Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap peningkatan kemampuan mengingat lansia dengan demensia.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen dengan menggunakan desain *one grup pre test post tes design*. Penelitian ini dilakukan di UPH Graha Resos Banyuwangi tahun 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami demensia dengan kriteria yaitu lansia dengan demensia, tidak mengalami gangguan penglihatan dan menderita

penyakit kronis. Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan tehnik *Purposive Sampling* didapatkan sejumlah 16 responden. Terapi bermain puzzle diberikan selama 2 minggu dengan ketentuan terdapat 2 kali terapi dalam 1 minggu dengan menggunakan SOP bermain puzzle. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan instrument *MMSE* dengan skala data interval dan selanjutnya dilakukan Uji analisis data menggunakan uji *T Berpasangan*.

HASIL

Penelitian pengaruh terapi bermain puzzle terhadap lansia dengan demensia yang dilakukan di Uph graha resos banyuwangi selama 2 minggu didapatkan hasil pretest dan post test sebagai berikut.

a. Data umum

Tabel 1. Distribusi responden menurut jenis kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	5	31,3%
2	Perempuan	11	68,8%
	Total	16	100%

Berdasarkan Tabel diatas dapat disampaikan bahwa sebagian besar yaitu 11 responden (68,8%) berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2. Distribusi responden menurut usia

No.	Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Masa lansia akhir	1	6,3%
2	Masa manula	15	93,8%
	Total	16	100%

Berdasarkan Tabel diatas disampaikan bahwa sebagian besar yaitu 15 responden (93,8%) dalam kategori lansia masa manula dengan usia di atas 65 tahun.

Tabel 3. Kemampuan daya ingat responden sebelum dan sesudah terapi bermain *puzzle*

No.	Variabel	F	Mean	Std.Deviation
1.	<i>Pre test</i>	16	13,7	4,19
2.	<i>Post test</i>	16	21,2	2,92

Berdasarkan tabel diatas dapat disampaikan bahwa nilai rata-rata atau *mean* pada *pre test* sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* adalah 13,7 dan *sdt.deviation* 4,19 atau rata-rata responden mengalami demensia pada kategori sedang, sedangkan *post test* setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* didapatkan nilai *mean* 21,2 dan *sdt.deviation* 2,92 atau dapat diartikan dalam kategori demensia ringan.

b. Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* terhadap Lansia dengan Demensia

Tabel 5. Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap kemampuan daya ingat pada lansia dengan demensia

No	Variabel	F	Mean	Sd	95% Confidence Interval of the Difference		Selisih	P-value
					Lower	upper		
1	Pre test	16	13,7	4,19	8.86	6.13	7,5	0,000
2	Post test	16	21,2	2,92				

Berdasarkan tabel 5 dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada nilai mean dengan selisih sebesar 7,5 dan analisis lebih lanjut menggunakan uji T berpasangan didapatkan P-Value 0,000 atau $P < 0,005$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain *puzzle* untuk meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia

PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar usia lansia yang berada di UPH Graha Resos Banyuwangi berada pada kategori manula yaitu berusia >65 terdapat 15 responden (93,8%). Beberapa faktor resiko yang menyebabkan demensia yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan. dan faktor usia, semakin bertambah usia seseorang berpotensi semakin besar juga kemungkinan seseorang untuk menderita demensia. Hal ini terjadi karena adanya penurunan fungsi sistem kerja tubuh seiring dengan bertambahnya usia (Hermiana, 2012).

Demensia dapat dijelaskan sebagai suatu keadaan dimana seseorang mengalami penurunan daya ingat, daya pikir dan penurunan kemampuan, dimana hal tersebut dapat 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 aktifitas sosial, tidak peduli dan berulang kali menanyakan hal yang sama sehingga mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari. *Puzzle* adalah suatu gambar yang dibagi menjadi potongan – potongan gambar yang bertujuan mengasah otak atau daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi (Basuki, 2014).

Terapi *Puzzle* merupakan salah satu terapi bermain yang sangat dipercaya sebagai media yang bisa membantu mengembangkan kecakapan motorik halus dengan mengkoordinasi antara tangan dan mata. Fungsi permainan *puzzle* antara lain memperkuat ingatan jangka pendek, melatih memecahkan masalah, meningkatkan ketrampilan spasial otak dan menunda demensia, mengembangkan ketrampilan motorik dan kognitif serta melatih kesabaran (Unik, 2017). Penelitian ini membuktikan bahwa terapi *puzzle* terbukti efektif untuk meningkatkan fungsi ingatan pada lansia dengan demensia yang dibuktikan dengan hasil penelitian yaitu didapatkan terdapat perubahan sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada nilai mean dengan selisih sebesar 7,5 dan analisis uji T berpasangan didapatkan P-Value 0,000 atau $P < 0,005$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain *puzzle* untuk meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia.

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 (Nurleny, 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat demensia sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* didapatkan nilai mean 13,7 dan sdt.deviation 4,19 atau rata-rata responden mengalami demensia pada kategori sedang, sedangkan setelah dilakukan terapi bermain *puzzle* didapatkan nilai mean 21,2 dan sdt.deviation 2,92 atau dapat diartikan dalam kategori demensia ringan. terdapat perubahan sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada nilai mean dengan selisih sebesar 7,5 dan analisis

uji T berpasangan didapatkan P-Value 0,000 atau $P < 0,005$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain *puzzle* untuk meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia. direkomendasikan untuk tenaga Kesehatan dalam meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia dapat menggunakan terapi bermain *puzzle*.

DAFTAR RUJUKAN

- Basuki, Ismet dan Hariyanto. (2014). Asesmen Pembelajaran. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. Darmadi.
- Hermiana, (2012). Buku Keperawatan Gerontik: Jakarta: Alfabeta Notoatmodjo, S,
- Larasati, (2013). Prevelensi Demensia di RSUD Raden Mattaher Jambi. Jambi : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
- Meiner, S.E. (2015). Gerontologic Nursing. Edisi 5. United States America : Elsevier Mosby
- Nurleny. (2021). Melatih Kognitif Melalui Terapi *Puzzle* Terhadap Tingkat Demensia Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluhi Sicincin Padang Pariaman.
- Kartikasari, M. N. D., Fitria, Y., Damayanti, F. E., Aji, S. P., Fatsena, R. A., Kusumawaty, I., Rahmy, H. A., Jalal, N. M., & Budi, Y. S. (2022). *Kesehatan mental* (1st ed.). PT Global Ekskutif Teknologi.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf – Diakses Agustus 2018.
- WHO. (2018). *Dementia : Public Health Priority* (<http://www.who.int>). Diakses tanggal 26 januari 2018.