



PENDAMPINGAN LANSIA DALAM MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN BERMAIN PUZZLE

Novita Elisabeth Daeli¹, Lilik Pranata^{2*}, Keristina ajul³ Anastasya Sri sukistini⁴

^{1,2,3,4}Prodi Ilmu Keperawatan dan Ners, Universitas katolik Musi Charitas, Indonesia,
lilikpranataukmc@gmail.com¹

ABSTRAK

Abstrak: Lansia merupakan bagian pada tahap tumbuh kembang manusia, lansia sering mengalami kendala dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya kemampuan kognitif, salah satu intervensi yang dilakukan adalah dengan bermain puzzle. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, kegiatan ini dilakukan selama satu minggu dengan memberikan pendampingan. Kegiatan ini dilakukan di Panti Sosial Lansia Harapan Kita. Setelah dilakukan pendampingan hasil yang didapatkan adalah adanya perubahan fungsi kognitif pada lansia menjadi lebih baik, walaupun tidak signifikan, sehingga kegiatan pendampingan ini perlu dilakukan secara kontinyu dan komprehensif. Saran untuk pengelola panti perlu adanya kegiatan modifikasi dan kegiatan yang rutin untuk meningkatkan fungsi kognitif.

Kata Kunci: Lansia; Fungsi Kognitif; Bermain Puzzle.

Abstract: The elderly are part of the stage of human growth and development, the elderly often experience obstacles in everyday life, one of which is cognitive ability, one of the interventions carried out is to play puzzles. This devotion activity aims to improve cognitive function in the elderly, this activity is carried out for one week by assisting, this activity is carried out at the Harapan Kita Elderly Social Home. After the assistance of the results obtained is that there is a change in cognitive function in the elderly for the better, although not significant, so this mentoring activity needs to be carried out continuously and comprehensively. Advice for the manager of the home needs regular modification and activity activities to improve cognitive function.

Keywords: Elderly; Cognitive Function; Playing Puzzles.



Article History:

Received : 16-11-2021
Revised : 08-01-2022
Accepted : 16-01-2022
Online : 11-04-2022



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk yang paling sempurna dengan mekanisme yang rumit dan mendetail dalam penyusunannya (Lilik Pranata, 2020a). Tubuh manusia berkeja menyesuaikan dengan adaptasi lingkungan dan sesuai dengan perkembangan masing –masing individu sehingga manusia mempunyai berbagai karakter meskipun mereka kembar atau sama persis secara fisik (Lilik Pranata, 2020b). Manusia akan mengalami perubahan yang sangat cepat tanpa kita sadari setiap hari, bahkan kita bisa melihat diri kita tiba tiba badan sudah mulai ketiput kemampuan sudah meulai menurun, ini merupakan siklus hidup setiap makhluk hidup yang tidak bisa

di stop dan hanya bisa kita lewati sesuai dengan kemampuan masing masing individu (Pranata Lilik, 2020).

Beberapa individu menua dengan sangat anggun dan penuh energi serta vitalitas hingga usia mencapai 80-an dan 90-an. Akan tetapi beberapa lansia lainnya bahkan tidak berdaya karena penyakit yang diderita pada saat mencapai usia 60 tahun (Fari, 2021). Lansia sangat rentan terjadi gangguan fungsi tubuh, salah satunya adalah fungsi kognitif (Harefa et al., 2021). Gangguan fungsi kognitif dapat diberikan intervensi salah satunya adalah dengan permainan Bermain Puzzle (Pranata, Fari, et al., 2021). Memberikan kegiatan permainan dalam kegiatan lansia dapat meningkatkan fungsi kognitif, sehingga perlu adanya kegiatan ini dilakukan (Pranata, Indaryati, et al., 2021). Hasil survey didapatkan dari tempat kegiatan pengabdian didapatkan ada beberapa lansia yang mengalami gangguan kognitif, maka tim Pengabdian melakukan kegiatan pendampingan lansia dalam meningkatkan fungsi kognitif dengan bermain puzzle, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fungsi kognitif pada lansia (Pranata et al., 2020).

Dengan ini, perlu dilakukan kegiatan pendampingan lansia dalam meningkatkan fungsi kognitif dengan bermain puzzle. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, yang dilakukan selama satu minggu dengan memberikan pendampingan.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan mulai selama satu minggu di bulan April 2021, kegiatan dilakukan di panti sosial lansia harapan kita , jumlah peserta pengabdian 15 lansia aktif berusia 60 tahun ke atas, dengan kriteria inklusi dapat aktifitas, kegiatan diawali dengan dilakukan skrining awal dengan instrumen MMSE, untuk melihat tingkat gangguan kognitif, kemudian lansia di berikan pendampingan dengan bermain Puzzle, selama seminggu, dan dihari terakhir di lakukan skrining kembali, serta di berikan lembar evaluasi kegiatan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden (usia)

No	Usia responden	Frekwensi	Presentasi (%)
1	60 Tahun	6	40
2	61-70 Tahun	6	40
3	>70 tahun	3	20
Total		15	100

Hasil karakteristik responden usianya terdiri dari 60 tahun berjumlah 6 lansia (40 %), usia 61-70 tahun berjumlah 6 lansia (40 %) dan usia > 70 tahun berjumlah 3 lansia (20%).

Tabel 2. Karakteristik responden (Jenis kelamin)

Jenis Kelamin	Frekwensi	Presentasi (%)
laki-laki	5	33
perempuan	10	67
Total	15	100

Hasil karakteristik responden jenis kelamin terdiri dari laki-laki berjumlah 5 lansia (33%) dan perempuan berjumlah 10 lansia (67%).

Tabel 3. Hasil gangguan kognitif sebelum pendampingan

No	Gangguan kognitif	Frekwensi	Presentasi (%)
1	Ringan	8	53
2	Sedang	6	40
3	Berat	1	7
	Total	15	100

Hasil pengolahan data pada gangguan kognitif lansia sebelum dilakukan pendampingan dengan hasil gangguan ringan berjumlah 8 lansia (53%), gangguan sedang 6 lansia (40%) dan gangguan berat 1 lansia (7%).

Tabel 4. Hasil gangguan kognitif setelah pendampingan

No	Gangguan kognitif	Frekwensi	Presentasi (%)
1	Ringan	10	67
2	Sedang	4	26
3	Berat	1	7
	Total	15	100

Hasil pengolahan data pada gangguan kognitif dtelah dilakukan pendampingan dengan hasil gangguan ringan 10 lansia (67%), gangguan sedang 4 lansia(26%) dan gangguan berat 1 lansia(7 %).

Hasil pengabdian kepada masyarakat sejalan dengan hasil kegiatan menunjukkan bahwa ada perubahan fungsi kognitif tetapi tidak signifikan (Ajul, 2021).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan pengabdian kepada msyrakat dengan pendampingan pada lansia, menyatakan bahwa bermain Puzzle dapat meningkatkan fungsi kognitif lebih baik, meskipun tidak signifikan, dan hanya pada tahap ringan, saran bagi pengelola panti untuk dilakukan intervensi kombinasi selain dengan bermain Puzzle juga ada kegiatan lain yang dapat meningkatkan fungsi kognitif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada kepala LPPM UKMC, ketua prodi Ilmu Keperawatan dan Ners, yang sangat suport terhdap kegiatan yang dilakukan selama pengabdian masyarakat dilakukan.

DAFTAR RUJUKAN

- Ajul, K., Pranata, L., Daeli, N. E., & Sukistini, A. S. (2021). Pendampingan lansia dalam meningkatkan fungsi kognitif melalui permainan kartu remi. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 4(2), 195-198.
- Hardika, B. D., & Pranata, L. (2019). Pendampingan senam lansia dalam meningkatkan kualitas tidur. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 2(2), 34-38.
- Fari, A. I. L. P. A. S. S. (2021). Pendampingan Progressive Muscle Relaxation (Pmr) Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia. *JourIndonesian Journal Of Community Service nal of Holistic Nursing Science*, 1(1), 156–161.
- Harefa, J., Pranata, L., & Daeli, N. E. (2021). Aktivitas Sosial Dan Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Merpati. 1(2), 6.
- Lilik Pranata. (2020a). Fisiologi 1. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Lilik Pranata. (2020b). Fisiologi 2. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L., Fari, A. I., & Indaryati, S. (2021). The Effects of Brain Gym and Coloring Pictures on Cognitive Functions of the Elderly. 4(1), 9.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Daeli, N. E. (2020). Perangkat Edukasi Pasien dan Keluarga dengan Media Booklet (Studi Kasus Self-Care Diabetes Melitus). *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 102–111. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1599>
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2021). ROM Movement Training On Care Giver. 4(2), 29–34. <https://doi.org/10.31764/jces.v3i1.2934>
- Pranata Lilik. (2020). Perawatan lansia di Era Covid 19. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L., Fari, A. I., & Indaryati, S. (2021). The Effects of Brain Gym and Coloring Pictures on Cognitive Functions of the Elderly. *Media Karya Kesehatan*, 4(1).
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam Otak. *Madaniya*, 1(4), 172-176.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Mewarnai gambar. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 3(2), 141-146.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2021). Rom Movement Training On Care Giver. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(1), 29-34.
- Pranata, L., Indaryati, S., Rini, M. T., & Hardika, B. D. (2021). Peran Keluarga Sebagai Pendidik Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Pencegahan Covid 19. *Prosiding Penelitian Pendidikan dan Pengabdian 2021*, 1(1), 1389-1396.
- Pranata, L., Koernawan, D., & Daeli, N. E. (2019, October). Efektifitas Rom Terhadap Gerak Rentang Sendi Lansia. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan (Vol. 5, No. 1, pp. 110-117)*.
- Pranata, L., Koerniawan, D., & Daeli, N. E. (2019). Efektifitas Rom Terhadap Perubahan Aktivitas Lansia.

- Putri, O., Pranata, L., & Nurjanah, V. (2020). Relationship of Social, Family Support and Self-Efficacy on Complications Prevention of Mellitus Diabetes. *Sorume Health Sciences Journal*, 1(2), 64-74.
- Rekawati, E. (2004). Faktor-faktor Sosiodemografi yang berhubungan terjadinya kepikunan pada usia lanjut di Indonesia Berdasarkan Susenas Tahun 2001, Tesis Magister, Jakarta: FKM UI.
- Sari, I. P., Frisca, S., & Pranata, L. (2019). Overview of Fall Risk in The Elderly in Elderly Social Care Institutions. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 4(2).
- Sitanggang, Y. F., Frisca, S., Sihombing, R. M., Koerniawan, D., Tahulending, P. S., Febrina, C., ... & Siswadi, Y. (2021). Keperawatan Gerontik. Yayasan Kita Menulis.
- Sormarmo Markam, 2005. Latihan Vitalisasi Otak. Jakarta: PT. Gramedia Widisarana Indonesia.
- Susanti, E., Manurung, A., & Pranata, L. (2018). Hubungan antara dukungan keluarga dengan harga diri lansia di kelurahan kebun bunga kecamatan sukarami palembang. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 3(1).

DOKUMENTASI KEGLATAN



Gambar 1. Kegiatan pretest



Gambar 2. Kegiatan Posttest



Gambar 3. Kegiatan Pendampingan