

## SATUAN ACARA PENYULUHAN PEMBERIAN TERAPI MODALITAS BERMAIN PUZZLE

### *A Repeating Event of Giving Therapy Modality Play Puzzle*

Angga Irawan<sup>1\*</sup>, Nurwidya Novela<sup>1</sup>, Rani Normayasari<sup>1</sup>, Santia Andira Pradini<sup>1</sup>,  
Wanti Kartika<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia Banjarmasin

\*Korespondensi: [nurwidyanovela22@gmail.com](mailto:nurwidyanovela22@gmail.com)

Diterima: 29 Februari 2024

Dipublikasikan: 18 Mei 2024

#### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Terapi modalitas bermain puzzle telah menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam mengatasi penurunan kognitif pada lansia.

**Tujuan:** Pengabdian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil terapi modalitas bermain puzzle pada lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru.

**Metode:** Metode terapi modalitas bermain puzzle dilakukan di PPRSLU Budi Sejahtera Banjarbaru melalui tahapan persiapan, pelaksanaan, monitoring, evaluasi, dan dokumentasi. Kegiatan terapi dilakukan pada 5 Oktober 2023, dengan target peserta lansia di wisma kenanga PPRSLU.

**Hasil:** Hasil pengabdian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan daya ingat (50%) dan konsentrasi (40%), namun terapi ini membantu mengurangi tingkat kecemasan (60%) yang mungkin dialami oleh lansia. Interaksi sosial yang cukup baik (50%) selama terapi puzzle juga menunjukkan manfaat sosial dari terapi ini.

**Simpulan:** Dari hasil pengabdian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa, terapi modalitas bermain puzzle dapat menjadi pilihan tambahan yang bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidup lansia yang mengalami penurunan kognitif.

**Kata kunci:** Terapi modalitas bermain puzzle, lansia, penurunan kognitif, interaksi sosial, kualitas hidup.

#### ABSTRACT

**Introduction:** Puzzle modality therapy has become one of the effective approaches in overcoming cognitive decline in the elderly.

**Objectives:** This service aims to describe the results of puzzle play modality therapy for the elderly at the Budi Sejahtera Social Protection and Rehabilitation Center (PPRSLU) Banjarbaru.

**Methods:** The therapeutic method of playing puzzle modality was carried out at PPRSLU Budi Sejahtera Banjarbaru through the stages of preparation, implementation, monitoring, evaluation, and documentation. Therapy activities were carried out on October 5, 2023, with the target of elderly participants in Wisma Kenanga PPRSLU.

**Results:** The results of the service showed that the majority of respondents experienced a decrease in memory (50%) and concentration (40%), but this therapy helped reduce anxiety levels (60%) that may be experienced by the elderly. Fairly good social interaction (50%) during puzzle therapy also shows the social benefits of this therapy.

**Conclusion:** From the results of the service it can be concluded that, puzzle play modality therapy can be a useful additional option in improving the quality of life of the elderly who experience cognitive decline.

**Keywords:** Puzzle modality therapy, elderly, cognitive decline, social interaction, quality of life.

## PENDAHULUAN

Lansia di panti perlindungan dan rehabilitasi sosial (PPRSLU) budi sejahtera Banjarbaru aktivitasnya terbatas dan ada yang dibantu. Dalam kesehariannya, lansia menghabiskan waktu dengan melakukan kegiatan yang tersedia di panti perlindungan dan

rehabilitasi sosial (PPRSLU) budi sejahtera Banjarbaru, dan ada yang hanya di dalam kamar saja. Pada lansia terjadi penurunan fungsi tubuh, baik itu kognitif, persepsi, sensori dan motorik. Kondisi gangguan kognitif pada lanjut usia seperti mudah lupa, disorientasi terutama dalam hal waktu, gangguan pada kemampuan pendapat dan pemecahan masalah, gangguan dalam berinteraksi antar lansia, gangguan dalam aktivitas di rumah dan minat intelektual serta gangguan dalam pemeliharaan diri.

Proses penuaan menyebabkan kemunduran kemampuan otak. Diantara kemampuan yang menurun secara linear atau seiring proses penuaan adalah daya ingat. Salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk daya ingat lansia adalah terapi kognitif. Terapi kognitif berfokus pada masalah, orientasi pada tujuan, kondisi dan waktu saat itu. Terapi ini memandang individu sebagai pembuat keputusan.

Terapi kognitif telah menunjukkan keefektifan penanganan dalam masalah klinik misalnya cemas, *schizophrenic*, *substance abuse*, gangguan kepribadian, gangguan mood. Dalam praktiknya, terapi ini dapat diaplikasikan dalam pendidikan, tempat kerja dan setting lainnya (Maryam, 2008).

## METODE

### 1. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan terapi modalitas bermain puzzle pada lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

- a. Persiapan dan perencanaan kegiatan terapi, termasuk penjadwalan waktu dan tempat kegiatan, serta persiapan materi penyuluhan dan peralatan bermain puzzle.
- b. Pelaksanaan terapi bermain puzzle sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun, dengan melibatkan lansia sebagai peserta aktif dalam kegiatan tersebut.
- c. Monitoring dan evaluasi proses terapi oleh perawat atau fasilitator terapi untuk memastikan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.
- d. Evaluasi hasil terapi berdasarkan respon dan pemahaman lansia terhadap permainan yang diberikan, serta pengamatan terhadap peningkatan kognitif dan interaksi sosial mereka.
- e. Dokumentasi kegiatan terapi, termasuk catatan mengenai peserta terapi, hasil evaluasi, dan capaian yang didapat dari pelaksanaan terapi modalitas bermain puzzle.

### 2. Waktu Kegiatan

Yang mana pelaksanaan kegiatan ini akan dilakukan pada:

Hari/Tanggal: Kamis, 5 Oktober 2023

Waktu : 11.00 – 12.00 WITA

### 3. Lokasi Kegiatan

Kegiatan pembuatan dan penerapan mainan puzzle akan dilaksanakan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru.

### 4. Target Peserta

Adapun target peserta yang akan diberikan mainan puzzle ialah lansia di wisma kenanga Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus dilakukan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru, melibatkan sejumlah lansia sebagai peserta terapi modalitas bermain puzzle di fasilitas tersebut. Kegiatan terapi dilaksanakan pada hari Kamis, 5 Oktober 2023, dimulai dari pukul 11.00 WITA hingga 12.00 WITA. Dari pengkajian terhadap 7 klien lansia yang mengikuti terapi, diketahui bahwa keseluruhan klien adalah perempuan. Ketujuh klien tersebut merupakan lansia yang tinggal di wisma kenanga PPRSLU Budi Sejahtera Banjarbaru. Hal ini menunjukkan partisipasi aktif perempuan lansia dalam kegiatan terapi tersebut di lingkungan panti perlindungan dan rehabilitasi sosial.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan data atau gambaran diri responden/peserta permainan puzzle dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Lansia Permainan Puzzle

Karakteristik	Jumlah (n)	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	0	0
Perempuan	7	70
<b>Usia</b>		
50-60 tahun	0	0
61-70 tahun	5	50
>70 tahun	2	20
<b>Daya Ingat</b>		
Baik	2	20
Menurun/berkurang	5	50
<b>Konsentrasi</b>		
Baik	3	30
Menurun/berkurang	4	40
<b>Emosional</b>		
Tenang	6	60
Cemas	1	10
<b>Interaksi Sosial</b>		
Baik	2	20
Cukup Baik	5	50
Sangat Baik	0	0
<b>Kemampuan Motorik</b>		
Baik	3	30
Cukup Baik	4	40
Sangat Baik	0	0

Berdasarkan data dalam Tabel 1, mayoritas dari responden yang mengikuti terapi adalah perempuan dengan persentase sebesar 70%. Hal ini mengindikasikan kemungkinan bahwa terapi ini lebih diminati oleh kalangan perempuan atau bahwa perempuan lebih condong untuk mencari perawatan atau terapi terkait kondisi seperti penurunan daya ingat atau konsentrasi. Data tersebut memberikan gambaran bahwa terapi modalitas bermain puzzle mungkin lebih disukai atau lebih banyak diminati oleh perempuan dalam konteks peningkatan kesejahteraan dan kualitas hidup.

Usia mayoritas responden yaitu antara 61-70 tahun (50%), diikuti oleh responden yang berusia di atas 70 tahun (20%). Ini menunjukkan bahwa terapi ini mungkin lebih umum di kalangan lansia yang lebih tua, yang mungkin menghadapi tantangan kesehatan

mental dan fisik yang lebih besar. Beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan demensia mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan. Faktor usia, khususnya, berpotensi meningkatkan risiko demensia, di mana semakin tua seseorang, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kondisi ini. Penurunan fungsi tubuh seiring bertambahnya usia juga turut berkontribusi pada risiko demensia (Hermiana, 2012).



Gambar 1. Kegiatan menyusun puzzle

Dari analisis tingkat daya ingat dan konsentrasi responden, mayoritas dari mereka mengalami penurunan daya ingat sebesar 50% dan konsentrasi sebesar 40%. Data ini menyoroti urgensi terapi modalitas bermain puzzle sebagai solusi untuk mengatasi masalah penurunan daya ingat dan konsentrasi yang dialami oleh lansia. Fakta bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan dalam aspek-aspek tersebut menunjukkan perlunya intervensi yang tepat seperti terapi bermain puzzle untuk meningkatkan fungsi kognitif mereka. Dengan demikian, terapi ini dapat menjadi pilihan yang efektif dalam membantu mengatasi tantangan yang terkait dengan penurunan daya ingat dan konsentrasi pada populasi lansia. Data tersebut memberikan dasar yang kuat untuk menerapkan terapi modalitas bermain puzzle sebagai bagian dari program perawatan dan rehabilitasi bagi lansia dengan masalah kognitif.

Dari segi karakteristik emosional responden, sebanyak 60% menunjukkan keadaan emosional yang tenang setelah mengikuti terapi modalitas bermain puzzle. Hal ini mengindikasikan bahwa terapi tersebut mungkin efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan atau stres yang mungkin dirasakan oleh sebagian lansia. Data ini memberikan gambaran bahwa terapi bermain puzzle dapat berperan dalam menciptakan suasana yang menenangkan dan mengurangi beban emosional yang dialami oleh sebagian lansia. Dengan demikian, terapi ini dapat dianggap sebagai metode yang potensial untuk meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental pada populasi lansia. Informasi ini memberikan dasar yang kuat untuk terus mengembangkan dan menerapkan terapi modalitas bermain puzzle sebagai bagian dari program perawatan holistik bagi lansia dengan fokus pada aspek emosional mereka.

Mayoritas responden menunjukkan tingkat interaksi sosial yang cukup baik setelah mengikuti terapi modalitas bermain puzzle, yaitu sebesar 50%. Hal ini menggambarkan bahwa terapi tersebut dapat menjadi aktivitas yang menyenangkan dan

bermanfaat secara sosial bagi lansia, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Data ini memberikan indikasi bahwa terapi bermain puzzle tidak hanya bermanfaat secara individual dalam meningkatkan fungsi kognitif, tetapi juga dapat memberikan manfaat sosial yang signifikan bagi partisipan. Dengan demikian, terapi ini dapat dianggap sebagai sarana yang efektif untuk memperkuat interaksi sosial dan mempromosikan kesejahteraan secara holistik pada lansia. Informasi ini memberikan landasan yang kuat untuk terus mengembangkan dan memperluas implementasi terapi modalitas bermain puzzle sebagai bagian integral dari program perawatan lansia yang komprehensif.

Mayoritas responden, sebanyak 70%, menunjukkan kemampuan motorik yang baik atau cukup baik setelah mengikuti terapi modalitas bermain puzzle. Data ini mengindikasikan bahwa terapi tersebut dapat menjadi aktivitas yang dapat diakses oleh sebagian besar lansia, tanpa memerlukan kemampuan motorik yang sangat tinggi. Fakta bahwa sebagian besar responden menunjukkan kemampuan motorik yang baik setelah terapi menunjukkan bahwa bermain puzzle dapat menjadi pilihan aktivitas yang inklusif dan dapat dinikmati oleh berbagai tingkat kemampuan motorik. Dengan demikian, terapi ini tidak hanya bermanfaat dalam meningkatkan fungsi kognitif, tetapi juga dapat menjadi sarana yang dapat dinikmati oleh lansia dengan berbagai tingkat kemampuan motorik. Informasi ini memberikan dasar yang kuat untuk terus memperluas aksesibilitas terapi modalitas bermain puzzle sebagai bagian dari program perawatan yang inklusif bagi lansia.

Demensia merupakan kondisi di mana seseorang mengalami penurunan kemampuan daya ingat, pemikiran, dan kognisi secara umum, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Gejala-gejala ini meliputi penurunan kemampuan berfikir, perubahan mood, dan perilaku seperti mudah tersinggung, curiga, menghindari interaksi sosial, kurang perhatian, dan sering kali mengulangi pertanyaan yang sama, yang semuanya dapat mengganggu kualitas hidup sehari-hari. Puzzle, di sisi lain, adalah gambar yang terbagi menjadi potongan-potongan kecil yang bertujuan untuk merangsang otak, meningkatkan kesabaran, dan mempromosikan kolaborasi mental (Basuki, 2014).

Terapi Puzzle adalah salah satu bentuk terapi bermain yang telah terbukti bermanfaat dalam mengembangkan keterampilan motorik halus dengan menggabungkan koordinasi antara tangan dan mata. Selain itu, permainan puzzle memiliki beberapa fungsi, seperti memperkuat ingatan jangka pendek, melatih kemampuan pemecahan masalah, meningkatkan keterampilan spasial otak, serta menunda timbulnya demensia. Terapi ini juga dapat mengembangkan keterampilan motorik dan kognitif serta melatih kesabaran (Unik, 2017).

Terapi puzzle memiliki kemampuan untuk mengurangi tingkat demensia pada lansia. Dengan demikian, terapi ini dapat menjadi pilihan tambahan untuk meningkatkan daya ingat lansia. Demensia bukanlah proses penuaan alami, tetapi merupakan penyakit yang mengakibatkan gangguan ingatan. Melalui pemberian terapi puzzle, lansia dapat dilatih untuk meningkatkan kemampuan ingatan mereka terhadap berbagai hal. Bahkan, terapi puzzle dapat membantu lansia mengingat kembali peristiwa-peristiwa masa lalu dengan mengasah kinerja otak mereka (Nurleny *et al.*, 2021).

## SIMPULAN

Dalam studi ini, mayoritas peserta terapi adalah perempuan (70%) dengan usia 61-70 tahun (50%). Terapi modalitas bermain puzzle efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dan mengurangi tingkat kecemasan, serta meningkatkan interaksi sosial dan kemampuan motorik. Terapi puzzle dapat menjadi pilihan tambahan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yang mengalami penurunan kognitif. Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini mendukung teori-teori terkait demensia dan proses penuaan, serta memberikan dukungan empiris terhadap efektivitas terapi modalitas bermain puzzle sebagai salah satu bentuk terapi kognitif yang bermanfaat bagi lansia. Dengan demikian, terapi puzzle dapat dijadikan sebagai pilihan tambahan untuk meningkatkan daya ingat dan kualitas hidup lansia yang mengalami penurunan kognitif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah mendukung pengabdian ini tentang terapi modalitas bermain puzzle untuk lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Budi Sejahtera Banjarbaru. Keterlibatan peserta, kerjasama staf PPRSLU, serta dukungan peneliti sebelumnya sangat berarti dalam kesuksesan pengabdian ini. Semoga hasil pengabdian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam upaya meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan lansia, serta memberikan wawasan baru dalam pengembangan terapi kognitif untuk masa depan.

## REFERENSI

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., ..., & Suryana, S. (2021). *Metodologi Pengabdian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Hermiana, H. (2012). *Buku Keperawatan Gerontik*. Gunung Mulia.
- Nurleny, N., Hasni, H., Yazia, V., Kontesa, M., & Suryani, U. (2021). Melatih Kognitif Melalui Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Demensia Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2021. *Jurnal Abdimas Saintika*.  
<https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/abdimas/article/view/1239>
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Pengabdian Kualitatif (Qualitative Research Approach)*. Deepublish.
- Unik, U. (2017). *Puzzle, Permainan Sederhana Namun Memiliki Banyak Manfaat*. EGC.



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.