

Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025

Mutia Oktafiani^{1*}, Desi Sarli², Tomi Jepisa³

^{1,2,3} Keperawatan, Universitas Alifiah Padang

mutiaoktafiani1110@gmail.com, desi_sarli@yahoo.com, tomiirazan@gmail.com

Abstrak

Lansia mengalami proses penuaan yang berdampak pada penurunan fungsi kognitif, seperti mudah lupa, lambat dalam berpikir, dan sulit berkonsentrasi. Penurunan ini dapat menurunkan kualitas hidup dan kemandirian lansia. Penelitian ini bertujuan diketahuinya ada pengaruh terapi bermain puzzle terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.

Jenis penelitian ini kuantitatif menggunakan desain pre-eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel penelitian ini 27 lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dan sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Januari-Agustus pengumpulan data dilakukan 02-23 Juli 2025 menggunakan kuesioner Mini Mental State Examination (MMSE) dengan wawancara dan SOP bermain puzzle. Analisa data secara univariat dan bivariat menggunakan uji Paired T-Test 0,000 ($p < 0,05$)

Hasil penelitian ini yaitu dengan uji Paired T-Test menunjukkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya pengaruh terapi bermain puzzle terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia.

Kesimpulan penelitian ini adalah terapi bermain puzzle efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia, dapat dijadikan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi penurunan kognitif pada lansia. Diharapkan untuk pihak PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar dapat menggunakan terapi bermain puzzle ini sebagai salah satu kegiatan TAK.

Kata Kunci: Terapi, Puzzle, lansia

PENDAHULUAN

Populasi penduduk berusia 60 tahun keatas di dunia akan berlipat ganda menjadi 2,1 milyar pada tahun 2050. Proporsi lanjut usia tua dengan usia 80 tahun keatas juga mengalami peningkatan bahkan antara tahun 2020 dan 2050 populasi lanjut usia meningkat diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat menjadi 426 juta (Badan Pusat Statistik, 2022). Prevelensi WHO menyatakan terdapat 65,6 juta jiwa lansia yang mengalami gangguan fungsi kognitif (World Health Organization, 2022).

Data Biro Sensus Amerika Serikat memperkirakan Indonesia akan mengalami penambahan lansia sebesar 55%. Berdasarkan data dari BPS Susenas didalam buku Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024 dalam waktu lima tahun terakhir penduduk lansia terus meningkat, Tahun 2024 persentase lansia di Indonesia meningkat menjadi 12,00% (BPS susenas, 2024). Di Indonesia, terkait kondisi lansia terhadap gangguan fungsi kognitif berada pada angka 121 juta dengan persentase 5,8% laki-laki dan 9,5% perempuan (World Health Organization, 2021).

Laporan BPS Susenas 2023 statistik penduduk lanjut usia pada provinsi Sumatera Barat menunjukkan pada tahun 2023 yaitu dari usia 60 sampai 75 tahun lebih berjumlah 654,2 ribu lansia baik laki-laki maupun perempuan (BPS susenas, 2022). Sedangkan di peroleh dari Dinas Kesehatan Kota Padang jumlah lansia dikota Padang yaitu 81.690 dari 1.575.068 jumlah penduduk Kota Padang, laki-laki 39.467 dan perempuan 42.223 jiwa (Dinkes, 2022). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang pada bulan Januari sampai September tahun 2023 didapatkan bahwa lansia dengan gangguan kognitif di kota padang sebanyak 663 orang (Dinkes, 2023).

Seiring meningkatnya populasi lansia, penyakit akibat proses degeneratif semakin meningkat juga. Salah satu dari banyaknya permasalahan yang dialami pada lanjut usia yaitu penurunan fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif dapat mempengaruhi individu dan lingkungan sekitar. Dengan mengalami penurunan fungsi kognitif lansia bisa menjadi kurang percaya diri, sulit dalam melakukan aktivitas secara mandiri, serta berkomunikasi dengan lingkungan sekitar (Adiningsih, et al., 2022).

Fungsi kognitif merupakan proses mental dalam memperoleh informasi, pengetahuan dan tingkat kecerdasan seperti cara berfikir dan daya ingat. Usia menjadi penyebab seseorang mengalami gangguan kognitif karena terjadi perubahan system saraf pada proses penuaan, jika system saraf berubah maka secara tidak langsung fungsi kognitifnya akan menurun, secara alamiah yang dialami lansia tersebut seperti berkurangnya kemampuan mengingat sehingga lansia menjadi mudah lupa (Isnaini & Komsin, 2021).

Pada umumnya yang menyebabkan fungsi kognitif menurun pada lansia ialah adanya hambatan di system saraf pusat termasuk hambatan pada pasukan oksigen menuju otak, penuaan maupun degenerasi, malnutrisi serta penyakit Alzheimer. Dari penyebab tersebut munculah masalah yang senantiasa dijumpai lansia yakni terjadi perubahan kognitif, kendala orientasi ruangan, tempat, waktu serta tak gampang memperoleh ide maupun hal baru (Margiyati et al., 2021).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia apabila tidak segera ditangani akan mengalami demensia, demensia akan terjadi jika penurunan fungsi kognitif tidak diatasi dalam jangka panjang. Oleh karena itu lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif membutuhkan penyegaran otak dengan berbagai aktivitas seperti melakukan terapi permainan, salah satunya yaitu terapi bermain puzzle (Irianti et al, 2022).

Permainan puzzle adalah suatu gambar utuh yang dibagi, menjadi potongan-potongan gambar lalu setelah itu disusun kembali menjadi suatu gambar yang sempurna yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi. Selain itu dampak positif dari permainan puzzle dapat digunakan untuk permainan edukasi karena dapat mengasah otak dan melatih kecepatan pikiran dan tangan, melatih nalar, melatih daya ingat serta melatih konsentrasi (Nurleny, dkk., 2021). Dengan melakukan permainan puzzle ini dapat bermanfaat pada lansia salah satunya yaitu meningkatkan fungsi kognitif lansia yang telah menurun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Adibatul Istiqomah (2025) yang berjudul “Pengaruh Puzzle Therapy Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Lansia” yang dilakukan Di UPT PSTW Jombang didapatkan bahwa ada pengaruh puzzle therapy terhadap kemampuan kognitif pada lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jombang. Puzzle therapy efektif dijadikan sebagai salah satu terapi kognitif yang dapat dilakukan oleh lansia, sebelum dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami gangguan kemampuan kognitif sedang sejumlah 9 lansia (60,0%) dan sesudah dilakukan intervensi selama 6 kali pertemuan dalam waktu 2 minggu dengan menunjukkan sebagian responden mengalami kemampuan kognitif ringan sejumlah 8 lansia (53,3%). Dengan hasil uji statistic wicoloxon didapatkan nilai $p\text{-value } 0,001 < \alpha = 0,05$ maka H_1 diterima (Adibatul Istiqomah, 2025)

Penelitian yang sama oleh Ni Luh Anggi Septiarini, (2024) yang berjudul “Pengaruh Cognitive Stimulation Therapy Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia” yang dilakukan di wilayah Banjar Pininjoan Desa Peguyangan Kangin berdasarkan penerapan terapi ini diperoleh hasil bahwa ada pengaruh cognitive stimulation therapy puzzle terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia, dengan hasil terapi ini adalah rata-rata skor MMSE sebagian besar fungsi kognitif sebelum diberikan intervensi berada pada kategori sedang 23 (70%) orang dan fungsi kognitif sesudah intervensi seluruhnya pada kategori relative baik 33 (100%) orang. Dengan uji Wilcoxon Sign Rank diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) (Ni Luh Anggi Septiarini, 2024)

Begitu juga dengan penelitian Fiki Romdoni (2024) yang berjudul “Pengaruh Terapi Bermain O’Clock Jigsaw Puzzle Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bojongasih berdasarkan terapi bermain o’clock puzzle mengalami kenaikan secara bermakna daripada lansia yang tidak diberikan terapi bermain o’clock puzzle, fungsi kognitif lansia sebelum diberikan terapi bermain o’clock puzzle mengalami kognitif berat sebanyak 4 lansia dari kelompok intervensi sebesar 26,7% dan kerusakan intelektual menurun menjadi tidak ada lansia yang mengalami kerusakan intelektual berat pada kelompok intervensi, dengan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi bermain o’clock puzzle terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan uji Marginal Homogeneity dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,002 Nilai Asymp. Sig pada penelitian ini menunjukkan nilai Asymp. Sig $< \alpha 0,05$ yang berarti memiliki perbedaan nilai yang bermakna (Fiki Romdoni, 2024).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar terdapat lansia dengan jumlah 70 orang, dimana 19 orang berjenis kelamin perempuan dan 51 orang berjenis kelamin laki-laki. Dari 10 lansia yang dilakukan survey awal didapatkan 3 lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif berat seperti tidak tau semua yang ditanyakan dari koesioner, 5 lansia mengalami penurunan fungsi kognitif sedang seperti lupa tahun, dan tanggal berapa sekarang, lupa hari apa sekarang, lupa dengan sedang di provinsi mana, tidak bisa mengulang kembali ejaan yang sudah diberikan, lansia tidak mampu mengulangi rangkaian kata yang sudah disebutkan oleh peneliti, tidak mampu menirukan gambar yang sudah diberikan sebagai contoh menggambar., 2 lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif ringan dengan rata-rata semua pertanyaan dan tindakan yang dilakukan hampir beberapa bisa dilakukan oleh lansia.

Jenis terapi *puzzle* untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia yaitu terapi *puzzle jigsaw*, dimana dari hasil penelitiannya mengemukakan bahwa terapi *puzzle jigsaw* dapat berpengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia (Dwi Mailani, 2022).

Menurut Muliawan (2021) cara kerja *jigsaw puzzle* hampir sama dengan *puzzle* klasik. Cara kerja *puzzle* klasik adalah dengan menyusun bagian-bagian *puzzle* mengikuti gambar pola yang telah ditetapkan. Sedangkan cara kerja *jigsaw puzzle* adalah dengan menyusun secara berurutan kepingan-kepingan *jigsaw puzzle* mengikuti gambar dan pola potongan. *Puzzle* klasik dan *jigsaw puzzle* termasuk kedalam jenis-jenis *puzzle*. Jika penggunaan *puzzle* klasik dan *jigsaw puzzle* hampir sama, maka urutan cara penggunaan *jigsaw puzzle*, sebagai berikut:

- 1) Copot semua bagian kepingan yang telah membentuk gambar utuh pada papan *jigsaw puzzle* menjadi kepingan gambar acak.
- 2) Ajari lansia menyusun kembali kepingan gambar acak yang dicopot dari papan *jigsaw puzzle* menjadi kepingan gambar utuh mengikuti pola potong kepingan *jigsaw puzzle*.
- 3) Pola gambar terbentuk setelah kepingan gambar acak tersusun dengan benar dan berurutan pada papan *jigsaw puzzle*.

Berikut adalah bentuk gambar *jigsaw puzzle*:



Gambar 1 Jigsaw Puzzle

Sumber: <https://pixabay.com/id/images/search/jigsaw%20puzzles/>



Gambar 2 Jigsaw Puzzle Gambar

Sumber: <https://www.bakerross.co.uk/wooden-jigsaw-puzzles>

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *pre eksperimen* menggunakan rancangan penelitian *one group design* yaitu *pre test* dan *post test*. Dalam rancangan ini dilakukan tes awal (*pre-test*) mengukur tingkat fungsi kognitif pada lansia sebelum dilakukan terapi dan akan dibandingkan dengan test akhir (*post-test*) mengukur tingkat peningkatan fungsi kognitif setelah diberikan terapi *puzzle*. Bentuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Jenis dan Desain Penelitian

<i>Pre-Test</i>	Perlakuan	<i>Post-Test</i>
P1	X	P2

Keterangan:

P1: Pengukuran tingkat fungsi kognitif pada lansia sebelum diberikan terapi bermain *puzzle*.

X: Pemberian terapi *puzzle*.

P2: Pengukuran tingkat fungsi kognitif pada lansia setelah diberikan terapi bermain *puzzle*.

HASIL

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Kasih Sayang Ibu Batusangkar yang beralamat di Jl. Raya Batusangkar – Padang Panjang KM 6, Cubadak, Lima Kaum, Tanah Datar, Sumatera Barat, 27216, PSTW ini didirikan pada tanggal 20 Desember 1982, yang dulunya bernama Sasana Tresna Werdha (STW) Kasih Sayang Ibu Batusangkar, Pada tahun 1999 kapasitasampungannya meningkat menjadi 70 orang sampai saat ini. Panti Sosial ini mula berdirinya berada di bawah naungan Departemen Sosial RI, dalam hal ini Kantor Wilayah Departemen Sosial Provinsi Sumatera Barat, kemudian dengan bergulirnya Otonomi Daerah Tahun 2000, maka Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar ini diserahkan ke Pemerintah Provinsi Sumatera Barat sebagai Unit Pelaksanatusangkar Teknis Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat, terakhir berdasarkan Peraturan Gubernur Sumatera Barat Nomor 56 Tahun 2009 sampai sekarang. Dari 70 lansia yang berada di PSTW Kasih Sayang Ibu 23 lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif yang menjadi responden.

B. Karakteristik Responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Jenis Kelamin Usia dan Pendidikan Responden

No	Karakteristik Responden	<i>f</i>	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	5	33,33%
	Laki-Laki	18	70,37%
2.	Usia Responden		
	62 – 69 Tahun	8	34,78%
	70 - 75 Tahun	1	4,35%
	≥ 76 Tahun	14	60,87%
3.	Pendidikan		
	SD	8	34,78%
	SMP	7	30,43%
	SMA	8	34,78%
Jumlah		23	100%

Berdasarkan table 4.1 karakteristik responden dilihat dari jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 27 responden, mayoritas berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 18 (70,37%), mayoritas lansia yang berusia ≥ 76 tahun ada 14 orang (60,87%) dan mayoritas Pendidikan lansia sebanyak 8 orang yang berpendidikan SD (34,78%) dan SMA (34,78%).

C. Hasil Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui nilai rata-rata peningkatan fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain *puzzle*.

Tabel 2
Rata-rata Fungsi Kognitif Pada Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Bermain *Puzzle* Di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025

Variabel	N	Mean	Min	Max	Std. Deviation
Pretest	23	18.17	11.00	24.00	3.550
Posttest	23	23.34	18.00	28.00	2.805

Berdasarkan table 4.2 dari 23 responden didapatkan rata-rata fungsi kognitif pada lansia sebelum dilakukan intervensi (pretest) terapi bermain *puzzle* yaitu 18.17 dengan dengan nilai peningkatan fungsi kognitif terendah (minimum) 11.0 dan nilai peningkatan fungsi kognitif tertinggi (maksimum) 24.00, dengan standar deviasi 3.550 sedangkan rata-rata peningkatan fungsi kognitif pada lansia sesudah dilakukan intervensi (posttest) terapi bermain *puzzle* yaitu 23.34, dengan nilai peningkatan fungsi kognitif terendah (minimum) 18.00 dan nilai peningkatan fungsi kognitif tertinggi (maksimum) 28.00, dengan standar deviasi 2.805.

D. Hasil Analisis Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk melihat pengaruh terapi bermain *puzzle* antara *pretest* dan *posttest* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.

1. Hasil Uji Normalitas-Saphiro Wilk

Untuk menentukan uji hipotesis yang akan digunakan, perlu dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Uji normalitas ini berfungsi untuk mengetahui data hasil perhitungan berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah uji *Saphiro Wilk*. Uji ini digunakan karena sampel yang digunakan dalam penelitian ini hanya berjumlah 23, yang mana kurang dari 50.

Kriteria penilaian uji *Saphiro Wilk* adalah apabila nilai signifikansi >0.05 , maka data penelitian berdistribusi normal. Dan apabila nilai signifikansi <0.05 , maka data penelitian berdistribusi tidak normal. Hipotesis penelitian ini adalah apakah ada pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025. Maka, uji normalitas yang akan dilakukan pada intervensi atau perlakuan sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain *puzzle*. Berikut adalah hasil uji normalitasnya.

Tabel 3
Uji Normalitas Data (Test Of Normality) Menggunakan Shapiro Wilk.

Keterangan	Statistik	Shapiro Wilk	
		Df	Sig.
Pretest	0,951	23	0,303
Posttest	0,942	23	0,198

Dari data hasil uji normalitas, maka diketahui nilai signifikansi untuk data sebelum dilakukan terapi bermain *puzzle* adalah sebesar 0,303 atau $> 0,05$. Dan nilai signifikansi untuk sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* sebesar 0,198 $>$ atau 0,05. Artinya, data kedua kelompok tersebut berdistribusi normal, karena memiliki nilai lebih besar dari nilai kriteria yang ditetapkan. Maka, dari hasil uji normalitas tersebut, uji hipotesis yang akan digunakan uji *Paired T-Test*.

2. Hasil Uji Hipotesis Paired T-Test

Uji *Paired T-Test* adalah metode statistic yang digunakan untuk membandingkan rata-rata dua sampel yang saling berhubungan atau berpasangan. Berikut adalah hasil uji hipotesis *Paired T-Test*.

Tabel 4
Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025

Intervensi	N	Mean	SD	Min	Max	p-value
Sebelum	23	18.17	3.550	11	24	0.000
Sesudah		23.34	2.805	18	28	
Selisih		5.17	0.745			

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa fungsi kognitif pada lansia sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* dengan rata-rata fungsi kognitif responden 18.17 dengan standar deviasi 3.550 dan setelah diberikan terapi bermain *puzzle* rata-rata fungsi kognitif responden 23.34 dengan standar deviasi 2.805. Mean selisih sebelum dan sesudah 5.17 dengan standar deviasi 0,745. Hasil uji statistik *paired t-test* didapatkan nilai p-value = 0,000 ($\leq \alpha 0,05$), artinya ada Pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia Di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar tahun 2025.

PEMBAHASAN

A. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan kendala dalam pelaksanaan penelitian dari faktor internal seperti lansia yang tidak tepat janji. Seperti pada pelaksanaan intervensi minggu kedua peneliti melakukan perjanjian pada pukul 09.00 tetapi pada pukul 09.00 lansia sedang mandi. Hal ini membuat waktu yang direncanakan awal tidak sesuai dengan yang dilakukan lansia. Keterbatasan penelitian menyebabkan kurang maksimalnya dalam proses untuk melakukan pengumpulan data. Serta jarak dari PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar dengan tempat tinggal peneliti yang jauh membuat peneliti harus mengeluarkan biaya lagi untuk menyewa tempat tinggal di dekat PSTW tersebut dan membutuhkan waktu yang sedikit lama.

B. Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik dari 23 responden yang didapat yaitu 5 orang yang berjenis kelamin perempuan dan 18 orang yang berjenis kelamin laki-laki, dan sebanyak 1 orang berusia 62 tahun, 1 orang yang berusia 64 tahun, 2 orang berusia 65 tahun, 1 orang berusia 66 tahun, 1 orang berusia 67 tahun, 1 orang yang berusia 68 tahun, 2 orang yang berusia 69 tahun, (yang berusia 62-69 tahun 9 orang), 1 orang yang berusia 74 tahun, (yang berusia 70-75 1 orang), 4 orang berusia 78 tahun, 5 orang berusia 79 tahun, 2 orang berusia 80 tahun, 2 orang berusia 81 orang (yang berusia ≥ 76 13 orang) . Sebanyak 8 orang yang berpendidikan SD, SMP 7 orang, SMA 8 orang. Dari 23 responden tersebut didapatkan bahwa yang lebih dominan mengalami penurunan fungsi kognitif pada lansia yang berjenis kelamin laki-laki, dan pada lansia yang umurnya lebih tua, serta dengan lansia yang pendidikannya lebih rendah.

C. Analisis Univariat

Rata-rata fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi bermain *puzzle* di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa rata-rata fungsi kognitif pada lansia sebelum dilakukan intervensi terapi bermain *puzzle* di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025 adalah 18.37 dengan standar deviasi 3.550. Sedangkan rata-rata fungsi kognitif pada lansia sesudah dilakukan intervensi terapi bermain *puzzle* di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025 adalah 23.34 dengan standar deviasi 2.805. Rata-rata sebelum dilakukan intervensi (*pretest*) lansia mengalami penurunan fungsi kognitif kategori sedang sebanyak 13 orang dan sesudah diberikan intervensi (*posttest*) lansia mengalami penurunan fungsi kognitif kategori ringan sebanyak 12 orang.

Hasil penelitian yang sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitian dari Fransiska Erna Damayanti, Ukhtul Izzah, Ni Putu Diahsuri Artini yang berjudul Pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap lansia dengan demensia tahun 2023, penelitian ini menemukan hasil pretest responden memiliki kemampuan daya ingat dengan skor rata-rata sebesar 13,17 dan hasil posttest didapatkan skor rata-rata sebesar 21,2 sehingga didapatkan selisih atau peningkatan skor rata-rata sebesar 7,5. (Fransiska Erna Damayanti, et al, 2023).

Didalam buku Nanik yang berjudul Buku Ajar Hipertensi dan Fungsi Kognitif Tahun 2022, Menurut Strub dkk, Fungsi Kognitif merupakan aktivitas mental secara sadar seperti berpikir, belajar, mengingat dan menggunakan bahasa. Fungsi kognitif juga merupakan kemampuan atensi memori, pemecahan masalah, pertimbangan, serta kemampuan eksekutif seperti merencanakan, menilai, mengawasi dan melakukan evaluasi (Sibarani, MRH). Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia ialah terapi bermain *puzzle*.

Terapi bermain *puzzle* merupakan permainan yang dapat mengasah daya ingat dan pola berpikir, sehingga terapi *puzzle* dapat dijadikan salah satu alternatif untuk menambah daya ingat lansia, karena penurunan fungsi kognitif 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).

Peneliti berasumsi terbukti bahwa penelitian yang dilakukan ada perbedaan dengan tingkat fungsi kognitif sebelum dilakukan terapi *puzzle* bahwa lansia bisa menjadi sering lupa, tidak ingat dengan hari, tanggal dan bulan, tidak bisa mengeja kosa kata dengan terbalik, tidak mampu menyebutkan nama benda yang ditunjuk secara random, tidak mampu mengingat tempat, tidak mampu mengingat kata yang sudah disebutkan sebelumnya, serta kurangnya rasa sabar dengan setelah dilakukan terapi *puzzle* lansia dapat mengingat hari, tanggal dan bulan, bisa mengeja kosa kata dengan terbalik, mampu menyebutkan nama benda yang ditunjuk secara random, mampu mengingat tempat, mampu mengingat kata yang sudah disebutkan sebelumnya. Dengan adanya terapi bermain *puzzle* untuk lansia ini dapat mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi.

D. Hasil Analisa Bivariat

Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar tahun 2025.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat dilihat dari 23 responden bahwa nilai rata-rata fungsi kognitif sebelum diberikan terapi bermain *puzzle* yaitu 18.17 dengan standar deviasi 3.550 dengan nilai minimal 11 dan maksimal 24 dan Sesudah diberikan terapi bermain *puzzle* meningkat menjadi 23.34 dengan standar deviasi 2.805 dengan nilai minimal 18 dan maksimal 28. Berdasarkan hasil uji *Paired T-Test* didapatkan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar tahun 2025.

Hasil penelitian yang sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu hasil penelitian oleh Nurleny, Hidayatul Hasni, Velga Yazia, Meria Kontesa, Ulfa Suryani dengan judul Melatih kognitif melalui terapi *puzzle* terhadap tingkat demensia lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2021. 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.

Hasil penelitian lainnya yang sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu Yuliatin khoirotunnisa, Susi Wahyuning Asih, Sofia Rhosma Dewi yang berjudul Pengaruh Permainan *Puzzle Jigsaw O'clock* Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember tahun 2020 didapatkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) ini dapat dikatakan bahwa ada pengaruh terhadap fungsi kognitif lansia dengan diberikan Permainan *Puzzle Jigsaw O'clock* Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember (Yuliatin khoirotunnisa, et al, 2020).

Ketika seseorang bertambah usia, kemampuan intelektual menurun, dan kemampuan transmisi saraf di otak menurun, sehingga memperlambat pemrosesan informasi, dan meningkatkan jumlah informasi yang hilang selama transmisi, sehingga sulit untuk mengumpulkan dan mengingat informasi baru serta sulitnya mencari informasi. Faktor risiko gangguan kognitif ini dikaitkan dengan kurangnya aktivitas yang menstimulasi otak. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang lebih komprehensif untuk mengatasi hambatan memori yang dialami lansia (Noorlita Widyastuti, et al 2025).

Gangguan fungsi kognitif dapat dilakukan intervensi salah satunya dengan bermain *puzzle*. Aktivitas ini sebaiknya dilakukan karena permainan dapat memberikan aktivitas yang meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Terapi *puzzle* bisa mengurangi tingkat demensia dan meningkatkan daya ingat pada lansia Terapi *puzzle* merupakan salah satu cara untuk mengatasi gangguan kognitif pada lansia dengan melakukan terapi *puzzle* (Noorlita Widyastuti, et al 2025).

Menurut analisa peneliti sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *puzzle* dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Diusia yang sudah tua fungsi kognitif lansia yang mulai menurun dapat menimbulkan berbagai macam hal seperti tidak mampu mengetahui / mengingat pertanyaan orientasi perihal tempat tinggal sekarang, kurang mampu dalam memperhatikan dan mengkalkulasi, tidak mampu mengingat, penggunaan bahasa yang kurang optimal, yang paling menjadi masalah utama yaitu lansia mengalami orientasi akan tempat tinggal, dan bahasa dan membuat gambar yang sudah diberikan contohnya, sehingga makin lama dibiarkan membuat lansia cepat demensia maka dari itu ada salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan cara bermain *puzzle* yang mana lansia melakukan permainan *puzzle* tersebut dengan cara memasang bagian-bagian *puzzle* yang telah di copot oleh peneliti sampai gambar menjadi utuh, hal ini dapat meningkatkan kesabaran, ketelitian, dan yang paling utama daya ingat lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelien yang telah dilakukan dengan judul penelitian Pengaruh Terapi Bermain *Puzzle* Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025. Kesimpulan sebagai berikut:

1. karakteristik responden dilihat dari jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 23 responden, mayoritas berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 18 (70,37%), mayoritas lansia yang berusia ≥ 76 13 orang (40,74%), dan mayoritas Pendidikan lansia sebanyak 8 orang yang berpendidikan SD (43,48%) dan SMA (34,78%).
2. Rerata fungsi kognitif sebelum diberikan Terapi bermain *puzzle* adalah 18.17 dan rerata fungsi kognitif sesudah diberikan Terapi bermain *puzzle* meningkat adalah 23.34 di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025.
3. Ada pengaruh Pengaruh terapi bermain *puzzle* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan nilai *p-value* adalah 0,000 ($p < 0,05$) di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2025

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, T. A., Wahyuningsih, T., & Anwar, M. (2022). Hubungan Fungsi Kognitif dengan Tingkat Kemandirian pada Lansia. *Manuju : Malahayati Nursing Journal*, 1(2), 1–5.
- Adriani, RB, Sulistyowatati., Patriyani., Suryanti & Rachmawati. (2021). Buku Terbuka Menutupi Gerontik. CV. Adanu Abimata.
- Anuraga, G., Indrasetianingsih, A., & Athoillah, M. (2021). Pelatihan Pengujian Hipotesis Statistika Dasar dengan Software R. *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 327–334.
- BPS. (2022). *Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Selatan*.
- Damayanti, R., Syarif Sumantri, M., & Nurani, Y. (2024). Building Resilience Beyond The COVID-19 Pandemic: Can it Work Through Creative Play With Digital Puzzles? *Frontiers in Education*, 9(March), 1–8. <https://doi.org/10.3389/educ.2024.1329258>
- Dewi, A. S. (2021). Pengaruh Penggunaan Website Brisik.Id Terhadap Peningkatan Aktivitas Jurnalistik Kontributor. *Komunikasiana: Journal of Communication Studies*, 17(2), 1–14. <https://doi.org/10.32734/komunika.v17i2.7560>
- Dinkes. (2023). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 3 Tahun 2023 Tentang Standar Tarif Pelayanan Kesehatan Dalam Penyelenggaraan Program Jaminan Kesehatan*. 1–721.
- Fauzi, M. F. (2022). *Gambaran Fungsi Kognitif pada Lansia Berdasarkan Karakteristik di Wilayah Kerja Puskesmas Kertasari Kabupaten Bandung*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut.
- Gemini, N. S., Yulia, N. R., Roswandani, A. S., & Pakpahan, H. M. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Isnaini, N., & Komsin, N. K. (2021). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Pemberian Terapi Puzzle. *Human Care Journal*, 5(4), 1060. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i4.854>
- Istiqomah, A. (2025). *Pengaruh Puzzle Therapy Terhadap Kemampuan Kognitif pada Lansia (Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha PSTW Jombang)* (Vol. 4, Issue 1).
- Juntrilita, H., Lilik, P., & Novita, E. D. (2021). Aktivitas Sosial dan Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Merpati. *Indonesian Journal of Health and Medical*, 1(2), 189–194.
- Malisa, N., & Kirana, Y. (2021). The Effect of Brain Game on Cognitive Function in Stroke Patients. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 9(1), 61–70. <https://doi.org/10.24198/jkp.v9i1.1479>
- Manurung, M. E. M., Utami, R. A., Tandilangi, A. A., Maria, D Kusumaningsih, I., Siregar, N. S. N., & Padaunan, E. (2023). *Ilmu Dasar Keperawatan Gerontik*. Yayasan Kita Menulis.
- Margiyati, Rahmawati, A., Kurniawati, A., & Putri, D. D. (2021). Implementasi Permainan Edukasi Covid 19 Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Sekolah Di Era Pandemi Covid 19. *Jurnal Jufdikes*, 3(2), 121–156.
- Mukhlisa, N., & Kurnia, selia dwi. (2020). Penerapan Permainan Papan Titian Dalam Mengembangkan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. *Educhild*, 2(1), 65–75.
- Nurleny, N., Hasni, H., Yazia, V., Kontesa, M., & Suryani, U. (2021). Melatih Kognitif Melalui Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Demensialansia Dipanti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(2), 109–118.
- Padatu, S. T. E. L. A. D., & Manda, T. (2023). *Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia di Puskesmas Dahlia Kecamatan Mariso Kota Makassar*. (Doctoral dissertation, STIK Stella Maris Makassar).
- Pitayanti, A., & Umam, F. N. (2023). Efektivitas Permainan Puzzle terhadap Upaya Peningkatan Kognitif pada Lansia (Puzzle game effectiveness on cognitive enhancement efforts in the elderly). *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 5(1), 20–23.
- Pragholapati, A., & Putri, S. T. (2024). Blended Learning In Nursing Education : Literature Review. *Jurnal Abdimas, Loyalitas, Dan Edukasi*, 4(2), 121–156.
- Pranata, O. D. (2021). Pelatihan Kompetisi Sains Nasional (KSN) Cabang Matematika Tingkat SMP/MTs melalui Pembelajaran Berbasis Puzzle [National science competition (KSN) Training for Junior High School/Islamic junior High School Mathematics Through Puzzle-Based Learning]. *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA Dan Pendidikan MIPA*, 2(1), 121–156.
- Ratnawati, E. (2022). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Medika Publish.
- Riskesdas. (2022). *Riset Kesehatan : Laporan Hasil Survei*. Kemenkes.
- Romdoni, F. (2024). Pengaruh Terapi Bermain O’Clock Jigsaw Puzzle Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bojongasih. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 3(2), 121–1
- Senja, A., Abdillah, I. L., & Santoso, E. B. (2020). *Keperawatan Pediatri*. Sinar Grafika.
- Septiari, N. L. A. (2024). Pengaruh Kognitif Stimulation Stimulation Therapy Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia. *Jurnal Aliansi Keperawatan Indonesia*, 1(2), 30–37. <https://doi.org/10.55887/jaki.v1i1.5>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. IKAPI.
- Imam Machali, (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Paduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Taufik, A., Isworo, A., & Juanda, N. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Gerakan Enam Pilar Menuju Masyarakat Bebas Demensia, Kelurahan Mersi Kecamatan Purwokerto Timur. *Journal Of Community Health Development*, 2(2), 32–44.
- UU RI No. 13. (1998). Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. In *Republik Indonesia*.
- WHO. (2021). World Health Statistics. In *Choice Reviews Online* (Vol. 49, Issue 12). <https://doi.org/10.5860/choice.49-6620>

- Wismadi, T. N., Pratiwi, F., & Somantri, D. R. (2021). Analisis Perbedaan Fungsi Kognitif Pada Lansia Antara Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam Vitalisasi Otak. *Healthy Journal*, 9(1), 35–42.
- World Health Organization. (2023). *WHO Report on The Global Tobacco Epidemic 2023: Protect People From Tobacco Smoke. In The Mpower package*. Kementerian Kesehatan
- World Health Organization. (2022). *World Health Statistics 2022. World Health*, 1-177. May, 131.
- Fransiska E. D., Ukhtul Izzah, & Ni Putu Diahsuri Artini. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Lansia Dengan Demensia Tahun 2023. *Nursing Information Journal*. Vol. 2 No. (2).
- Yesika Septyarin., Rina Saraswati., & Sarwono. (2022). *Perbandingan Terapi Puzzle Dengan Terapy Crossword Puzzle Dalam Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia di Posyandu Lansia Mawar Desa Sempor Tahun 2022*. Universitas Muhammadiyah Gombong.
- Nanik., dkk. (2022). *Buku Ajar Hipertensi dan Fungsi Kognitif*. Malang. PT Literasi Nusantara Abadi.
- Khoirotunnisa., Wahyuning Asih., & Rhosma Dewi. (2020). Pengaruh Permainan Puzzle Jigsaw O'clock Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember tahun 2020. Unmuh Jember. <http://fikes.unmuhjember.ac.id>
- Widyastuti, Elfani Kausar. (2025). Asuhan Keperawatan Pada Ny. S dengan Gangguan Kognitif Melalui Terapi Puzzle Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif di Desa Awang Bangkal Barat. *Nerspedia*. Vol. 7. No. 1.
- Nuryanti, L. (2022). *KOMPETENSI KEPERAWATAN GERONTIK*. Stikes Medistra Indonesia.