



## **APLIKASI *LIFE REVIEW THERAPY* DENGAN MODIFIKASI PUZZLE UNTUK PEMELIHARAAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA**

**Rizka Ausrianti, Meria Kontesa, Peni Deka Putri, Dindry Dinah Oswi, Dzakiyah Azzahra Hasan Desi**

Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Mercubaktijaya, Jln Jamal Jamil Pondok  
Kopi Siteba Surau Gadang, Nanggalo, Padang, Sumatera Barat 25173, Indonesia

[\\*rizka.ausrianti@gmail.com](mailto:rizka.ausrianti@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Lanjut usia didefinisikan sebagai individu yang berada dalam tahapan usia *late adulthood*, juga dikenal sebagai tahapan dewasa akhir, dengan kisaran usia dari 60 tahun ke atas. Tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan atau penyakit degenerative seiring bertambahnya usia. Salah satu penyakit degenerative yang paling umum adalah demensia, yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif di seluruh tubuh secara bertahap dan berdampak pada aktifitas kehidupan sehari-hari (AKS). Demensia memang tidak bisa dicegah tetapi ada salah satu cara yang bisa dilakukan untuk pemeliharaan fungsi kognitif pada lansia, yaitu dengan menyusun *puzzle* yang didesain khusus untuk memelihara fungsi kognitif adalah *puzzle* yang dimodifikasi menggunakan dengan mengacu pada metode *life review therapy*. Permasalahan: berdasarkan hasil wawancara dan hasil observasi pengabdian, permasalahan yang dialami saat ini yaitu: kurangnya pemahaman lansia dan keluarga terkait pertumbuhan dan perkembangan lansia serta proses degenerative yang dialami lansia dan stimulasi perkembangan lansia, belum optimalnya program posyandu yang telah dilakukan di wilayah kerja puskesmas kurangi serta tingginya angka kejadian lansia yang mengalami demensia yaitu sebanyak 71 %. Solusi : Peningkatan pemahaman lansia dan keluarga melalui kegiatan edukasi terkait pertumbuhan dan perkembangan lansia serta proses degenerative yang dialami lansia dan stimulasi perkembangan lansia, mengembangkan program stimulasi kognitif lansia terutama stimulasi kognitif dengan permainan modifikasi puzzle. Edukasi dihadiri oleh 27 orang lansia dan 25 orang keluarga yang merawat lansia. Kegiatan dimulai dari tahap penyusunan proposal, perizinan dan persiapan pada bulan Juni – Desember 2024. Sebelum dilakukan sosialisasi dan latihan didapatkan bahwa sebahagian besar pengetahuan orang tua yaitu 52 % cukup, dan setelah diberikan edukasi yaitu 60 % baik. Terdapat penurunan rerata demensia pada lansia dengan adanya *life review therapy* modifikasi puzzle dengan rerata pretest menunjukkan 19 dan posttest menunjukkan 24. Diharapkan *life review therapy* dengan modifikasi puzzle dapat memberikan informasi kepada masyarakat luas untuk mengatasi masalah kemandirian lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif.

Kata kunci: lansia; *life review therapy*; permainan puzzle

## ***LIFE REVIEW THERAPY APPLICATION WITH PUZZLE MODIFICATION FOR MAINTENANCE OF COGNITIVE FUNCTION OF THE ELDERLY***

### **ABSTRACT**

*Elderly is defined as an individual who is in the late adulthood stage, also known as the final adult stage, with an age range of 60 years and above. The body will experience various health problems or degenerative diseases as it ages. One of the most common degenerative diseases is dementia, which causes a gradual decline in cognitive function throughout the body and has an impact on daily living activities (DAA). Dementia cannot be prevented, but there is one way that can be done to maintain cognitive function in the elderly, namely by arranging puzzles that are specifically designed to maintain cognitive function, namely puzzles that are modified using reference to the life review therapy method. Problems: based on the results of interviews and observations of the community service workers, the problems currently*

*experienced are: lack of understanding of the elderly and families regarding the growth and development of the elderly and the degenerative processes experienced by the elderly and stimulation of the development of the elderly, the suboptimal posyandu program that has been carried out in the Kuranji Health Center work area and the high incidence of elderly people experiencing dementia, which is 71%. Solution: Increasing the understanding of the elderly and families through educational activities related to the growth and development of the elderly and the degenerative processes experienced by the elderly and stimulation of the development of the elderly, developing cognitive stimulation programs for the elderly, especially cognitive stimulation with puzzle modification games. The education was attended by 27 elderly people and 25 family members who care for the elderly. The activity starts from the proposal preparation, licensing and preparation stages in June - December 2024. Before the socialization and training, it was found that most of the parents' knowledge, namely 52%, was sufficient, and after being given education, namely 60% was good. There was a decrease in the average dementia in the elderly with the existence of puzzle modification life review therapy with an average pretest showing 19 and posttest showing 24. It is hoped that life review therapy with puzzle modification can provide information to the wider community to overcome the problem of independence of the elderly who experience decreased cognitive function.*

*Keywords: elderly; life review therapy; puzzle games*

## **PENDAHULUAN**

Lanjut usia didefinisikan sebagai individu yang berada dalam tahapan usia *late adulthood*, juga dikenal sebagai tahapan dewasa akhir, dengan kisaran usia dari 60 tahun ke atas (Sitanggang Y. F., 2021). Tubuh akan mengalami berbagai masalah kesehatan atau penyakit degenerative seiring bertambahnya usia. Salah satu penyakit degenerative yang paling umum adalah demensia, yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif di seluruh tubuh secara bertahap dan berdampak pada aktifitas kehidupan sehari-hari (AKS) (Miller, 2015). Demensia memang tidak bisa dicegah tetapi ada salah satu cara yang bisa dilakukan untuk pemeliharaan fungsi kognitif pada lansia, yaitu dengan menyusun *puzzle* yang didesain khusus untuk memelihara fungsi kognitif adalah *puzzle* yang dimodifikasi menggunakan dengan mengacu pada metode *life review therapy*. Ini dapat membantu mengaktifkan ingatan jangka panjang (recall) tentang peristiwa masa lalu dan saat ini. *Life Review Therapy* menggunakan *puzzle* belum banyak digunakan oleh masyarakat maupun petugas kesehatan untuk lansia dengan demensia, baik di rumah, di panti wreda maupun di posyandu lansia (Emilyani, 2021).

Sekitar 56,8% lansia mengalami *demensia* dalam bentuk *Demensia Alzheimer* (4% dialami lansia yang telah berusia 75 tahun, 16% pada usia 85 tahun, dan 32% pada usia 90 tahun). Sampai saat ini diperkirakan  $\pm$  30 juta penduduk dunia mengalami *demensia* dengan berbagai sebab. Sedangkan di Indonesia pada tahun 2015 prevalensi demensia mencapai 191,4 kemudian pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 314,1 dan pada tahun 2050 diperkirakan mencapai 932,0. oleh karena itu untuk menangani hal ini agar prevalensi demensia di Indonesia dari tahun ketahun tidak mengalami peningkatan dibutuhkan kerjasama dari berbagai pihak baik dari keluarga, tenaga kesehatan, dan instansi - instansi yang bergerak dibidang sosial (Kemenkes, 2021).

Puskesmas Kuranji secara geografis terletak di kelurahan kuranji dengan luas wilayah kerja mencapai 13,1 KM<sup>2</sup> yang terdiri dari kelurahan kalumbuk dan korong gadang. Adapun batas puskesmas kuranji yaitu sebelah utara berbatasan dengan kelurahan sungai saphi dan gunung sarik, sebelah selatan berbatasan dengan kelurahan lubuk lintah, sebelah barat berbatasan dengan kecamatan nanggalo sedangkan sebelah timur berbatasan dengan kelurahan kuranji. Wilayah kerja puskesmas kuranji memiliki jumlah penduduk yaitu 29,639 penduduk dengan jumlah kepala keluarga yaitu 6.464 KK. Salah satu sasaran pelayanan puskesmas kuranji yaitu lansia

dengan jumlah lansia di puskesmas kurangi yaitu mencapai 350 jiwa (BPS, 2020) . Demensia merupakan penyakit No 3 terbanyak dialami oleh lansia di wilayah puskesmas kurangi setelah diabetes melitus dan hipertensi, dengan jumlah yang menderita hipertensi yaitu pada tahun 2018 ada 5 %, tahun 2020 sebanyak 8 % dan pada tahun 2024 meningkat menjadi 15 %, hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan yang signifikan lansia yang menderita demensia (Kurangi, 2021). Berdasarkan wawancara yang tim pengabdian lakukan dengan keluarga menyatakan bahwa mereka sibuk bekerja dan tidak ada waktu luang yang banyak bersama orang tua di rumah dan orang tua terkadang jika diajak berbicara juga suka tidak nyambung dengan topik pembicaraan, mudah tersinggung serta berulang-ulang menanyakan hal yang sama. Orang tua tinggal di rumah sendirian tanpa diberikan kegiatan di rumah dan berkumpul kembali di malam hari karena bekerja. Sedangkan wawancara dengan penanggung jawab lansia puskesmas kurangi beserta beberapa lansia yang mengikuti posyandu lansia menyatakan bahwa di puskesmas kurangi sudah terdapat beberapa posyandu lansia namun untuk program diposyandu lansia ini fokus ke pemeriksaan fisik dan skrining kesehatan dan jika ada masalah maka lansia tersebut di anjurkan untuk berobat ke Puskesmas dan belum ada kegiatan yang berfokus untuk stimulasi perkembangan lansia.

Berdasarkan hasil pengukuran kuesioner MMSE (*Mini Mental State Exam*) yang dilakukan di dapatkan bahwa dari 45 lansia didapatkan 32 mengalami demensia sedang, 9 demensia ringan dan 4 demensia berat dan lansia mengatakan bahwa mereka sudah tua dan pikun serta kebanyakan tanpa kegiatan di rumah dan anak-anak mereka sibuk bekerja serta cucu-cucu bersekolah, kumpul dengan keluarga pada malam hari itupun hanya sebentar karena harus istirahat dan tidur. Tujuan Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dan lansia dalam hal Pemeliharaan Fungsi Kognitif Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kurangi dengan modifikasi permainan puzzle. Berdasarkan permasalahan diatas maka tim pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul Aplikasi *Life Review Therapy* Dengan Modifikasi Puzzle Untuk Pemeliharaan Fungsi Kognitif Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kurangi. Solusi yang akan dilakukan mengatasi permasalahan dengan cara:

- a. Peningkatan pemahaman lansia serta keluarga yang merawat lansia melalui kegiatan edukasi sehingga lansia dan keluarga memahami tentang :
  - 1) Proses degenerative pada lansia, perubahan yang terjadi serta dampak dari proses degenerative
  - 2) Perkembangan pada lansia yang normal serta penyimpangan dan stimulasi perkembangan lansia.
- b. Mengembangkan permainan puzzle dan modifikasi sebagai alat *life review therapy* berbasis web dengan tujuan menstimulasi lansia supaya memikirkan tentang masa lalu sehingga lansia dapat menyatakan lebih banyak tentang kehidupan mereka kepada keluarga. Puzzle ini dimodifikasi sebagai alat *life review therapy* untuk lansia demensia, Dimana lansia diharapkan menyusun puzzle namun puzzle tersebut disesuaikan dengan pemikiran masa lalu lansia. Puzzle ini untuk mencegah demensia menjadi lebih parah atau terstimulasi kemampuan memori sesering mungkin sehingga menghambat demensia. Berbasis Web ini bertujuan supaya dalam aplikasi atau pemilihan gambar puzzle lebih hemat, mudah dilakukan disesuaikan dengan pernyataan atau pengalaman masa lalu masing-masing lansia. Dan hal ini dapat dijadikan keluarga di rumah dalam mengisi waktu luang dengan lansia sambil bermain namun tetap menstimulasi perkembangan khususnya perkembangan kognitif lansia.
- c. Menjalani kerja sama dengan puskesmas kurangi dan permainan ini bisa di gunakan dalam menstimulasi perkembangan lansia khususnya perkembangan kognitif lansia dan dilakukan pada saat kegiatan posyandu lansia atau kegiatan di dalam gedung puskesmas kurangi.

## METODE

Tabel 1.  
Penjelasan Program “Aplikasi *Life Review Therapy* dengan Modifikasi Puzzle untuk Pemeliharaan Fungsi Kognitif Lansia

No	Kegiatan	Rincian kegiatan
1	Penyusunan booklet pemeliharaan kognitif lansia dengan modifikasi puzzle	1. Persamaan persepsi dengan anggota TIM pengabdian terkait dengan materi pertumbuhan dan perkembangan 2. Pembagian tim kerja yaitu tim penyusun draf booklet, web, modul, penyusunan laporan dan luaran
2	1. Pembuatan platform berupa aplikasi berbasis WEB untuk permainan puzzle 2. Modul WEB untuk permainan puzzle untuk aplikasi <i>Life Review Therapy</i>	1. Web permainan puzzle
3	Koordinasi dengan terkait pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat	1. Tim pengabdian akan mendatangi puskesmas kerja untuk mempersiapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat 2. Tim pengabdian akan mempersiapkan segala kebutuhan untuk pengabdian kepada masyarakat
4	Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa edukasi kepada lansia dan keluarga yang merawat lansia.	1. Melakukan pretest terkait pengetahuan mitra (Keluarga yang merawat lansia) 2. Melakukan pretest terkait tingkat demensia dengan menggunakan kuesioner MMSE 3. Pemberian Materi sebagai berikut: a. Proses degenerative pada lansia, perubahan yang terjadi serta dampak dari proses degenerative b. Perkembangan pada lansia yang normal serta penyimpangan dan stimulasi perkembangan lansia
5	Pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat berupa aplikasi puzzle yang dilakukan oleh lansia dan bantu oleh keluarga.	1. Permainan modifikasi puzzle berbasis WEB ini dimodifikasi sebagai alat <i>life review therapy</i> untuk lansia demensia, Dimana lansia diharapkan menyusun puzzle namun puzzle tersebut disesuaikan dengan pemikiran masa lalu lansia yang menyenangkan. 2. Permainan ini dibantu oleh keluarga yang dilakukan selama 1 bulan dengan pelaksanaan 2 x seminggu. Tiap kali pertemuan berlangsung 30 menit
6		1. Melakukan pre test terkait pengetahuan mitra ( Keluarga yang merawat lansia) 2. Melakukan pre test terkait tingkat demensia dengan menggunakan kuesioner MMSE
7	Evaluasi hasil bersama tim dan mitra	Evaluasi program dan Menyusun laporan
8	Monitoring dan Evaluasi	Memonitoring dan mengevaluasi keberlanjutan pelaksanaan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan Bersama dengan lurah kelurahan Surau Gadang
9	Membuat laporan	Membuat laporan kemajuan Membuat persiapan laporan akhir Menyusun log book setiap kegiatan yang telah dilaksanakan Membuat artikel ilmiah untuk di publikasikan pada Jurnal Nasional Terakreditasi Sinta 1-6 Membuat artikel untuk dipublikasi di media massa (Koran Padang Ekspres)
10	Evaluasi oleh tim	Mengajukan HKI booklet hasil pengabdian kepada masyarakat Evaluasi terhadap capaian target luaran pengabdian kepada masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tahap Persiapan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan 8 bulan yang terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan dan pelaporan serta evaluasi. Persiapan dilakukan dengan kegiatan pembuatan proposal, mengurus perizinan dan mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian edukasi kepada lansia dan keluarga yang merawat lansia di wilayah kerja Puskesmas Kuranji. Mempersiapkan berupa powerpoint, leaflet, Platform berbasis Web ,serta alat- alat yang lainnya yang di butuhkan untuk kegiatan pengabdian Masyarakat.

### Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilakukan di wilayah kerja puskesmas kuranji sebagai berikut:

1. Melakukan pretest terkait pengetahuan mitra (Keluarga yang merawat lansia)
2. Melakukan pretest terkait tingkat demensia dengan menggunakan kuesioner MMSE
3. Pemberian Materi sebagai berikut:
  - a. Proses degenerative pada lansia, perubahan yang terjadi serta dampak dari proses degenerative.
  - b. Perkembangan pada lansia yang normal serta penyimpangan dan stimulasi perkembangan lansia.

Terkhusus kepada lansia di fasilitasi untuk bermain puzzle. Permainan puzzle dan modifikasi sebagai alat *life review therapi* berbasis web dengan tujuan menstimulasi lansia supaya memikirkan tentang masa lalu sehingga lansia dapat menyatakan lebih banyak tentang kehidupan mereka kepada keluarga. Puzzle ini dimodifikasi sebagai alat *life review therapi* untuk lansia demensia, Dimana lansia diharapkan menyusun puzzle namun puzzle tersebut disesuaikan dengan pemikiran masa lalu lansia. Puzzle ini untuk mencegah demensia menjadi lebih parah atau terstimulasi kemampuan memori sesering mungkin sehingga menghambat demensia. Berbasis Web ini bertujuan supaya dalam aplikasi atau pemilihan gambar puzzle lebih hemat, mudah dilakukan disesuaikan dengan pernyataan atau pengalaman masa lalu masing-masing lansia. Dan hal ini dapat dijadikan keluarga di rumah dalam mengisi waktu luang dengan lansia sambil bermain namun tetap menstimulasi perkembangan khususnya perkembangan koqnitif lansia.



Gambar 1. Edukasi kepada keluarga dan lansia





Gambar 2. Edukasi kepada keluarga dan lansia



Gambar 3 Permainan puzzle dan modifikasi sebagai alat *life review therapy* berbasis web



Gambar 4 Permainan puzzle dan modifikasi sebagai alat *life review therapy* berbasis web



Gambar 5 Foto Bersama dengan Lansia, keluarga serta Tim Pengabdian kepada masyarakat

Tabel 2.  
Pengaruh *Life Review Therapy* dengan Modifikasi Puzzle untuk Pemeliharaan Fungsi Kognitif Lansia

	Puzzle	N	Mean	<i>P value</i>
Tingkat Demensia	Pre test	27	19	0,000
	Post test	27	24	

Tabel 3.  
Hasil Pre Test dan Post Test

No	Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Sebelum		
	Baik	4	16 %
	Cukup	13	52 %
	Kurang	8	32 %
2	Setelah		
	Baik	15	60 %
	Cukup	10	40 %
	Kurang	0	

Hasil pengabdian kepada masyarakat telah menunjukkan bahwa terapi puzzle dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia. Faktor usia sangat berpengaruh terhadap penurunan daya ingat namun lanjut usia masih dapat terus produktif dan mempertahankan kemampuan yang ada (Surnaryo, 2017). Apabila terus diberikan stimulasi pada otak dengan melakukan komunikasi, bermain puzzle, mendengar musik nostalgia, dan menghindari stress. Media puzzle bisa membantu mengembangkan motorik halus dengan mengkoordinasi antara tangan dan mata (Nawangsa, 2023). Dengan bertambahnya umur, kemampuan orang untuk semusatkan pikiran juga mundur. Dalam keadaan hiruk pikuk, menjelang usia senja orang lebih sukar lagi memusatkan pikiran. Makin sedikit perhatian yang diberikan, makin sukar orang mengingatnya kembali. Hal ini diperkuat juga dengan teori kemunduran yang menyatakan bahwa dengan bertambahnya usia, daya ingat akan mengalami penurunan. Perubahan neuron dan sinaps otak sebagai pembentukan daya ingat juga mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Akibat

lainnya yaitu informasi yang tidak cepat dipindahkan ke daya ingat jangka pendek akan menghilang (Kusharyadi, 2017).

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya penurunan fungsi kognitif yaitu jenis kelamin. Wanita lebih beresiko mengalami penurunan kognitif disebabkan adanya peranan level hormon seks 49 estrogen dalam perubahan fungsi kognitif. Reseptor esterogen lebih ditemukan dalam area otak yang berperan dalam fungsi belajar dan memori, seperti hipokampus. Rendahnya level estradiol dalam tubuh telah dikaitkan dengan penurunan fungsi kognitif umum dan memori verbal. Estradiol diperkirakan bersifat neuroprotektif dan dapat membatasi kerusakan akibat stress oksidatif serta terlihat sebagai protektor sel saraf dari toksisitas amyloid pada pasien Alzheimer (Ulfa, 2023). Latihan kognitif bermain puzzle akan merangsang otak dengan cara memberikan stimulasi yang memadai untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif otak yang masih baik. Otak akan bekerja saat mengambil, mengolah, dan menginterpretasikan gambar atau informasi yang telah diserap, serta otak bekerja dalam mempertahankan pesan atau informasi yang didapat. (Nawangsasi, 2023). Gerakan yang dapat mengaktifkan tiga dimensi seperti gerakan-gerakan ringan seperti permainan melalui olah tangan tangan dapat memberikan rangsangan dan stimulus pada otak. Gerakan yang menghasilkan stimulus itulah yang dapat meningkatkan fungsi kognitif seperti kewaspadaan, konsentrasi, kecepatan, presepsi, belajar, memori, pemecahan masalah dan kreativitas (Adawiyah MZ, 2022).

Pemeliharaan fungsi koqnitif pada lansia menjadi hal yang sangat penting untuk kesejahteraan lansia. Aktivitas koqnitif yang dilakukan secara rutin diduga dapat mempertahankan fungsi koqnitif yang prima pada lansia (Albert, 2020). Seperti hasil penelitian (Mella, 2017) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara kegiatan yang dilakukan lansia di waktu luang dengan performa koqnitif lansia, yang bearti bahwa aktivitas koqnitif dikatakan dapat mempertahankan fungsi koqnitif pada lansia jika dilakukan secara rutin, bukan dilakukan hanya saat ada waktu luang saja. Berdasarkan penelitian puzzle dengan jenis apapun dapat digunakan untuk memperlambat onset penurunan fungsi kognitif pada lansia. Lansia yang bermain puzzle jenis apapun dapat digunakan untuk memperlambat onset demensia setidaknya seminggu 2 kali atau lebih (Guslinda, 2013). Puzzle merupakan permainan menyusun gambar, atau bentuk bentuk tertentu yang disusun dalam bingkai dengan menghubungkan potongan -potongan kecil hingga menjadi gambar utuh atau membentuk sebuah pola tertentu. Latihan puzzle secara rutin dan terus menerus dapat mempertahankan dan meningkatkan fungsi otak yang tersisa. Dengan adanya stimulasi terus -menerus akan menstimulasi sel-sel saraf otak lanjut usia karena jaringan diantara sel dalam otak akan bertambah sehingga otak tidak mengalami kemunduran yang drastis. Terapi puzzle dapat mengaktifkan bagian otak yaitu di hipokampus dan korteks entorhinal dengan menghasilkan neurotransmitter asetilkolin yang mampu meningkatkan kognitif. Salah satu permainan puzzle yang dimodifikasi oleh tim pengabdian kepada Masyarakat adalah Life Review Therapy (Emilyani, 2021)

*Life Review Therapy* adalah suatu fenomena yang luas sebagai gambaran pengalaman kejadian, dimana didalamnya seseorang akan melihat secara cepat tentang totalitas riwayat kehidupannya. *Life Review Therapy* adalah suatu terapi yang bertujuan untuk menstimulasi individu supaya memikirkan tentang masa lalu sehingga lansia dapat menyatakan lebih banyak tentang kehidupan mereka kepada staf 354 perawatan atau ahli terapi. Melalui pengalaman mengingat kembali kehidupan yang lalu, gejala yang sekarang dialami akan berangsur hilang dan perasaan damai serta nyaman mendalam akan muncul (Sitanggang, 2021). Terapi *Life Review* memiliki beberapa manfaat sehingga digunakan sebagai salah satu terapi yang diberikan pada lansia dengan indikasi



terapi tersebut. Manfaat terapi ini adalah menurunkan tingkat depresi bagi lansia. Terapi ini juga bermanfaat untuk meningkatkan kepercayaan diri dari lansia. Selain itu, juga bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan individu untuk beraktifitas sehari-hari serta bermanfaat dalam meningkatkan kepuasan hidup lansia yang menjalani terapi Life Review ini (Fissler P K. O., 2018). Menurut asumsi peneliti, setelah dilakukan intervensi selama 4 minggu atau 12 kali sesi menggunakan pengukuran MMSE didapatkan hasil bahwa ada dampak terapi modalitas life review menggunakan permainan puzzle terhadap fungsi kognitif lansia hal ini dikarenakan jika lansia diberikan stimulus yang sama secara terus menerus maka otak akan merespon stimulus atau informasi yang diberikan tersebut sehingga stimulus tersebut akan di antar oleh sinap dan disimpan oleh memori secara permanen, sehingga dapat memperlambat terjadinya gangguan fungsi kognitif pada lansia.

## **SIMPULAN**

Rerata nilai tingkat demensia sebelum dilakukan *life review therapy* dengan modifikasi puzzle dengan rata rata 19 pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas Kuranji. Rerata nilai tingkat demensia sebelum dilakukan *life review therapy* dengan modifikasi dengan rata rata 24 pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas Kuranji.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adawiyah MZ, I. A. (2022). *Pengaruh latihan Kognitif Terhadap Pengaruh Skor Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Dimensia Ringan Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin*. <https://www.e-jurnal.com/2015/12/pengaruhlatihan-kognitif-terhadap.html>.
- Albert, W. F. (2020). *Intervensi Life Review Therapy bagi lanjut Usia yang mengalami masalah emosional dan kognitif*.
- BPS, P. (2020). Distribusi Jumlah penduduk di kecamatan Nanggalo Kota padang.
- Emilyani, D. &. (2021). Pengaruh Life Review Therapy Terhadap Kemampuan Kognitif Lansia Demensia Di PSTW Puspakarma Mataram. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 62–72. <https://doi.org/DOI>: <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.28>.
- Fissler P, K. O. (2018). *Jigsaw puzzling taps multiple cognitive abilities and is a potential protective factor for cognitive aging*. *Front Aging Neurosci*. 2018 Oct 1;10:299. doi: 10.3389/fnagi.2018.00299. PMID: 30327598; PMCID: PMC6174231.
- Guslinda, Y. Y. (2013). *Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Dimensia Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2013*. *Jurnal marcu bakti jaya*.
- Kemenkes. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia*. In Depkes RI.
- Profil Puskesmas Kuranji, P. P. (2021).
- Kusharyadi. (2017). *Terapi Modalitas Keperawatan Pijat Punggung Sebagai Perawatan Daya Ingat (Bahasa) Lansia Di Unit Pelaksana Teknis Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember*.
- Mayangsari D.M, N. D. (2019). Back To Permainan Tradisional Sebagai Upaya Pengembangan Promosi Wisata Edukasi Di Kampung Pelangi. *Pro Sejahtera*, 127-133.

- Mella, N. G. (2017). *Leisure Activities and Change in Cognitive Stability: A multivariate Approach*. *Brain Science Journal*, 7(27), 1–14.
- Miller, C. A. (2015). *Nursing for Wellness in Older Adults*. Philadelphia. Wolters Kluwer: Wolters Kluwer.
- Nawangsasi, D. N. (2023). *Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Demensia Lansia Di Wilayah Krapakan Caturharjo Pandak Bantul*. <http://thesis.umy.ac.id/datapublik/t53521>.
- Saleh YT, N. M. (2018). Model Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Perkembangan Sosial Anak SD. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Sekolah Dasar*, 127-138.
- Sitanggang. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Kita Menulis. Sridhar S, Khamaj A, Asthana MK. *Cognitive neuroscience perspective on memory: overview and summary*. *Front Hum Neurosci*. 2023 Jul 26;17:1217093. doi: 10.3389/fnhum.2023.1217093. PMID: 37565054; PMCID: P.
- Surnaryo, W. D. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Ulfa. (2023). *Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Usia Lanjut Di Uptd Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Ulee Kareng Kota Banda Aceh*.