



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 26, 2026

Revised: April, 24, 2026

Available: April, 24, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

Abstract

Background: Dementia is a common health problem among the elderly and is characterized by progressive cognitive decline, including impairment in memory, concentration, and thinking ability. This condition reduces independence and quality of life.

Purpose: To determine the effect of puzzle play therapy on the level of dementia among elderly residents.

Method: This study used a quantitative pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach conducted at UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta in September 2025. Twenty elderly participants were selected through purposive sampling based on inclusion criteria. Dementia level was measured using the Mini Mental State Examination (MMSE) before and after the intervention. Puzzle play therapy was administered over two weeks (six sessions). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of <0.05 . Ethical approval and institutional permission were obtained prior to the study.

Results: The results showed an increase in MMSE scores after the puzzle play therapy intervention. Statistical analysis revealed a p -value < 0.05 , specifically 0.000, indicating a significant effect of puzzle play therapy on reducing the level of dementia among the elderly.

Conclusion: Puzzle play therapy is effective as a nonpharmacological intervention in reducing dementia levels and maintaining cognitive function among the elderly.

Keywords: Cognitive Function; Dementia; Elderly; Puzzle Play Therapy.

Pendahuluan: Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lansia dan ditandai dengan penurunan fungsi kognitif secara progresif, seperti gangguan daya ingat, konsentrasi, dan kemampuan berpikir. Kondisi ini berdampak pada penurunan kemandirian serta kualitas hidup lansia.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif pra-eksperimental dengan rancangan one group pretest–posttest. Studi pendahuluan dilakukan di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta pada September 2025 dengan 20 lansia yang dipilih melalui purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Variabel independen adalah terapi bermain puzzle, sedangkan variabel dependen adalah tingkat demensia yang diukur menggunakan *Mini Mental State Examination* (MMSE) sebelum dan sesudah intervensi. Terapi diberikan selama dua minggu (enam sesi). Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi < 0.05 . Penelitian telah memperoleh izin dari instansi terkait.

Hasil: Adanya peningkatan skor MMSE setelah intervensi terapi bermain puzzle. Analisis statistik menunjukkan nilai $p < 0.05$ yaitu sebesar 0.000 yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi bermain puzzle dalam menurunkan tingkat demensia pada lansia.

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Simpulan: Terapi bermain puzzle efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam memperlambat dan menurunkan tingkat demensia serta mempertahankan fungsi kognitif pada lansia.

Kata Kunci: Demensia; Fungsi Kognitif; Lansia; Terapi Bermain Puzzle.

PENDAHULUAN

Lanjut usia atau yang bisa disebut dengan istilah “lansia” merupakan bagian dari kehidupan yang tidak bisa dihindarkan serta akan dirasakan oleh setiap orang. Undang-undang No. 13 Tahun 1998 menerangkan, orang dianggap lansia jika usianya di atas 60 tahun (Heryani, 2023). Lansia merupakan fase akhir dari perjalanan hidup manusia yang identik dengan proses penuaan, di mana individu mengalami perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Penuaan juga bagian normal dari kehidupan yang tidak dapat dihindari oleh manusia, serta setiap manusia akan merasakan atau mengalami proses penuaan pada suatu saat dalam kehidupannya.

Organisasi kesehatan dunia memperkirakan pada 2030 satu dari enam orang berusia di atas 60 tahun. Populasi lansia global meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1.4 miliar pada tahun 2024 (Badan Pusat Statistik, 2024). Tahun 2024, Indonesia persentase lansia mencapai 12% dengan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menempati posisi tertinggi yaitu 16.02% atau sebanyak 719,305 jiwa, disusul Jawa Timur dan Jawa Tengah (Badan Pusat Statistik, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa pada tahun 2023 mencatat sekitar 60 ribu lansia (16% penduduk) dan jumlah ini diproyeksikan naik menjadi 82 ribu jiwa pada 2035, meningkat sekitar 36% dari tahun 2023 (Wardhani & Salim, 2025).

Penuaan menyebabkan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang menurunkan fungsi tubuh, seperti kelemahan otot, gangguan indra, serta penurunan daya ingat yang dikenal sebagai demensia (Septiarini, 2024). Demensia terjadi akibat kerusakan sel saraf otak pada area kognitif, yang mengganggu komunikasi antarjaringan saraf dan menurunkan fungsi otak secara bertahap (Meryska, Greselly, Marpaung, Styah, Hikam, Gennosa, & Adhani, 2024).

Secara global, terdapat sekitar 50 juta penderita demensia dengan 10 juta kasus baru tiap tahunnya (Afconneri, Herawati, & Deswita, 2023). Diperkirakan meningkat menjadi 78 juta pada 2030 serta 139 juta pada 2050 (Chowdhary & Barbui, 2022). Kementerian Kesehatan RI memproyeksikan bahwa jumlah penderita demensia di Indonesia akan naik dari sekitar 1,2 juta jiwa pada tahun 2015 menjadi sekitar 4 juta jiwa pada tahun 2050 (Badan Pusat Statistik, 2024). Yogyakarta memiliki proporsi lansia tertinggi di Indonesia, dengan prevalensi demensia mencapai 20,1%, lebih tinggi dibanding rata-rata nasional maupun global (Mulyani, Cahyani, Listyaningrum, & Ulayya, 2024).

Demensia atau gangguan penurunan daya ingat umumnya dialami oleh individu berusia di atas 60 tahun akibat kerusakan sel-sel otak yang bersifat progresif. Kondisi ini menyebabkan penurunan kemampuan berpikir, mengingat, berkomunikasi, serta menurunnya kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Gejala awal sering dianggap wajar pada proses penuaan sehingga kurang mendapat penanganan yang tepat. Selain gangguan kognitif, penderita juga mengalami perubahan emosional dan perilaku yang berdampak pada kualitas hidup penderita dan keluarganya (Haiga & Chaniago, 2024). Demensia berkembang dari tahap ringan hingga berat dan dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko seperti usia lanjut, genetik, gaya hidup tidak sehat, kurang aktivitas fisik, serta penyakit kronis, sehingga menjadi masalah kesehatan global yang serius pada lansia (World Health Organization, 2025).

Demensia pada lansia tidak dapat dicegah sepenuhnya, namun risikonya dapat dikurangi dan perkembangannya diperlambat melalui penatalaksanaan farmakologi yaitu melalui penggunaan obat-obatan, dan nonfarmakologi yaitu melalui metode non-obat (Haiga & Chaniago, 2024). Terapi nonfarmakologis lebih aman, mudah dilakukan, serta melibatkan partisipasi aktif lansia, seperti senam, terapi musik, terapi kenangan, dan terapi bermain puzzle.

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia

Melalui pelayanan kesehatan lansia, upaya promotif dan preventif berperan penting untuk mempertahankan fungsi kognitif dan mencegah penurunan yang lebih berat. Aktivitas yang merangsang otak, seperti permainan kognitif dan senam otak, terbukti mampu menurunkan tingkat demensia dan menjadi strategi preventif yang efektif (Hasnah & Sakitri, 2023). Selain itu, program stimulasi kognitif berbasis game dan puzzle juga terbukti bermanfaat sebagai strategi promotive dan preventif (Amperaningsih, Amatiria, Putri, & Tiala, 2025).

Terapi bermain puzzle ini mudah, murah, menyenangkan, dan dapat dilakukan secara individu maupun kelompok sehingga meningkatkan interaksi sosial. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa terapi puzzle dapat meningkatkan daya ingat dan mendukung neuroplastisitas otak, sehingga aman, dan efektif bagi lansia dengan demensia ringan hingga sedang (Wahyuningsih & Aryanti, 2024). Perawat memiliki peran penting dalam penerapan terapi ini, mulai dari identifikasi masalah kognitif, pelaksanaan intervensi, pemantauan hasil, hingga edukasi kepada keluarga (Nurleny, Hasni, Yazia, Kontesa, & Suryani, 2021).

Data Kementerian Sosial RI 2022 mencatat sekitar 800 panti wreda di Indonesia dengan 25.000 penghuni, dan jumlahnya terus meningkat seiring bertambahnya usia harapan hidup (Haiga & Chaniago, 2024). Salah satunya UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta, lembaga di bawah Dinas Sosial Kota Yogyakarta yang merawat lansia terlantar berusia 61–91 tahun, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa seluruh lansia di panti ini mengalami gangguan fungsi kognitif sebelum diberikan intervensi, dan terjadi peningkatan fungsi kognitif setelah latihan stimulasi otak. Hasil penelitian yang dilakukan di UPT Budhi Dharma Yogyakarta menunjukkan bahwa sebelum intervensi diberikan, seluruh responden (20 orang; 100%) berada pada kategori fungsi kognitif tidak normal (Meilasari, Ariyanto, & Yuniarwati, 2025). Setelah mengikuti 12 sesi latihan kombinasi Square Stepping Exercise dan Brain Gym, terjadi peningkatan skor MoCA-Ina pada seluruh responden. Sebanyak 9 responden (45%) mencapai kategori fungsi kognitif normal, sementara 11 responden (55%) mengalami peningkatan skor meskipun masih berada dalam kategori kognitif tidak normal (Meilasari et al., 2025).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode pra-eksperimental dan rancangan one group pretest–posttest. Penelitian dilaksanakan di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta pada bulan September 2025. Sampel penelitian berjumlah 20 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai, karena peneliti menetapkan kriteria khusus sesuai tujuan penelitian dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi lansia usia 60–74 tahun yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi, tidak mengalami gangguan pendengaran dan penglihatan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi bermain puzzle, sedangkan variabel dependen adalah tingkat demensia pada lansia. Pengukuran tingkat demensia dilakukan menggunakan instrumen Mini Mental State Examination (MMSE) yang digunakan untuk menilai fungsi kognitif responden. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Intervensi berupa terapi bermain puzzle diberikan selama dua minggu dengan frekuensi tiga kali dalam satu minggu, sehingga total terdapat enam sesi terapi. Setiap sesi dilakukan sesuai prosedur pelaksanaan terapi bermain puzzle, yang bertujuan

Setiap sesi dilakukan sesuai prosedur pelaksanaan terapi bermain puzzle, yang bertujuan merangsang kemampuan memori, konsentrasi, perhatian, dan fungsi visuospasial lansia. Pengumpulan data dilakukan secara langsung oleh peneliti dengan pendampingan selama proses pengisian instrumen. Data dianalisis menggunakan program SPSS. Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia di UPT Budhi Dharma Yogyakarta dengan tingkat signifikansi $< 0,05$, yaitu sebesar 0,000. Penelitian ini telah memperoleh izin dari Dinas Sosial, Tenaga Kerja, dan Transmigrasi Kota Yogyakarta serta persetujuan dari pihak UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta sebelum pelaksanaan penelitian.

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

HASIL**Tabel 1. Data Karakteristik Responden (N=20)**

Karakteristik	Hasil
Umur (n/%)	
62	1/5.0
63	1/5.0
65	3/15.0
67	3/15.0
69	2/10.0
70	1/5.0
71	3/15.0
72	3/15.0
73	1/5.0
74	2/10.0
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki laki	8/40.0
Perempuan	12/60.0
Tingkat Demensia (n/%)	
Pretest	
Sedang	9/45.0
Ringan	9/45.0
Normal	2/10.0
Posttest	
Sedang	1/5.0
Ringan	9/45.0
Normal	10/50.0

Berdasarkan karakteristik responden pada Tabel 1. menunjukkan bahwa umur responden berada pada rentang 62-74 tahun. Sebagian besar berada pada kelompok umur 65 tahun, 67 tahun, 71 tahun, dan 72 tahun masing-masing berjumlah 3 responden (15%), sehingga menjadi kelompok usia dengan jumlah terbanyak dengan berjenis kelamin perempuan responden berjumlah 12 responden (60%). Selain itu berdasarkan hasil tersebut, diketahui bahwa sebelum dilakukan terapi bermain puzzle sebagian besar responden berada pada kategori demensia sedang dan demensia ringan, masing-masing sebanyak 9 responden (45%). Sementara itu, responden dengan kategori normal berjumlah 2 responden (10%) dari total 20 responden. Setelah dilakukan Posttest, terjadi perubahan distribusi Tingkat demensia. Responden dengan kategori demensia sedang berjumlah 1 (5%), sedangkan kategori demensia ringan tetap sebanyak 9 responden (45%), dan kategori normal meningkat menjadi 10 responden (50%).

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Tabel 2. Tingkat Demensi Sebelum dan Sesudah Intervensi Berdasarkan Usia (N=20)

Variabel	Tingkat Demensia Sebelum Intervensi			Tingkat Demensia Sesudah Intervensi		
	Normal	Ringan	Sedang	Normal	Ringan	Sedang
Umur						
62th (f=1)	1	0	0	1	0	0
63th (f=1)	0	0	1	0	0	1
65th (f=3)	0	1	2	1	2	0
67th (f=3)	0	2	1	2	1	0
69th (f=2)	1	0	1	1	1	0
70th (f=1)	0	1	0	1	0	0
71th (f=3)	0	3	0	2	1	0
72th (f=3)	0	2	1	1	2	0
73th (f=1)	0	0	1	0	1	0
74th (f=2)	0	0	2	1	1	0
Jenis Kelamin						
Laki-laki	0	4	4	5	3	0
Perempuan	2	5	5	5	6	1

Berdasarkan tabel di atas, distribusi tingkat demensia sebelum intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori demensia ringan dan sedang. Selain itu pada umur 71 tahun (f=3), seluruh responden berada pada kategori ringan, sedangkan usia 74 tahun (f=2) seluruhnya berada pada kategori sedang. Setelah diberikan intervensi, terlihat adanya perubahan tingkat demensia ke arah yang lebih baik. Umur 65 tahun, kategori sedang tidak lagi ditemukan dan berubah menjadi satu responden kategori normal serta dua responden kategori ringan. Umur 67 tahun menunjukkan peningkatan dengan dua responden menjadi kategori normal dan satu responden kategori ringan. Selanjutnya pada umur 71 dan 72 tahun juga tampak peningkatan jumlah responden pada kategori normal. Sementara itu, pada umur 74 tahun yang sebelumnya seluruhnya berada pada kategori sedang, setelah intervensi berubah menjadi satu kategori normal dan satu kategori ringan. Secara umum, data tersebut menunjukkan adanya pergeseran tingkat demensia dari kategori sedang ke ringan maupun normal pada hampir seluruh kelompok umur setelah intervensi diberikan.

Selanjutnya berdasarkan jenis kelamin, sebelum intervensi sebagian besar responden laki-laki berada pada kategori demensia ringan dan sedang, masing-masing sebanyak 4 responden dan tidak terdapat responden dalam kategori normal. Responden perempuan yaitu 2 orang berada pada kategori normal, 5 responden kategori ringan, dan 5 responden kategori sedang. Setelah intervensi, terjadi peningkatan jumlah responden pada kategori normal baik pada laki-laki maupun perempuan. Kelompok laki-laki, 5 responden berada pada kategori normal dan 3 responden kategori ringan, serta tidak ditemukan lagi kategori sedang. Selanjutnya pada kelompok perempuan, 5 responden berada pada kategori normal, 6 responden kategori ringan, dan hanya 1 responden yang masih berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan adanya penurunan jumlah responden dengan demensia sedang serta peningkatan kategori normal setelah intervensi pada kedua jenis kelamin.

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Tabel 3. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Demensia Pada Lansia (N=20)

Tingkat Demensia	n	Presentase	Mean Rank	Z	P
Tingkat demensia sesudah intervensi < Tingkat demensia sebelum intervensi	14	70.0	7.50	-3.557	0.000
Tingkat demensia sesudah intervensi > Tingkat demensia sebelum intervensi	0	0.0	0.00		
Tingkat demensia sesudah intervensi = Tingkat demensia sebelum intervensi	6	30.0			

Berdasarkan Table 3. dari 20 responden lansia, 14 responden (70%) mengalami penurunan tingkat demensia, 6 responden (30%) mengalami ties yaitu tingkat demensia sesudah dan sebelum intervensi sama, serta tidak ada yang mengalami peningkatan Tingkat demensia setelah diberikan intervensi. Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon didapatkan bahwa nilai $p = 0.000 < 0.05$, sehingga terdapat pengaruh signifikan intervensi terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia. Hasil ini mendukung penerapan puzzle therapy sebagai intervensi nonfarmakologis di fasilitas lansia.

PEMBAHASAN

Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai $p = 0.000 < 0.05$, sehingga hipotesis alternatif diterima dan terapi bermain puzzle dinyatakan berpengaruh signifikan terhadap tingkat demensia pada lansia. Perbedaan skor MMSE antara pretest dan posttest memperlihatkan bahwa 70% responden mengalami penurunan tingkat demensia, sedangkan 30% lainnya berada pada kategori tetap, tanpa adanya peningkatan keparahan. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan tidak hanya aman, tetapi juga berpotensi mempertahankan stabilitas fungsi kognitif.

Secara konseptual, terapi bermain puzzle merupakan bentuk stimulasi kognitif yang melibatkan perhatian, memori kerja, kemampuan visuospasial, dan pemecahan masalah. Aktivitas yang dilakukan berulang dapat merangsang konektivitas saraf dan mendukung mekanisme neuroplastisitas (Livingston, Huntley, Liu, Costafreda, Selbæk, Alladi, & Mukadam, 2024). Stimulasi mental yang terstruktur juga berperan dalam mempertahankan cadangan kognitif pada lansia (Zhang, Ho, & Mak, 2024). WHO pada tahun 2023 merekomendasikan keterlibatan rutin dalam aktivitas kognitif sebagai bagian dari strategi pengurangan risiko penurunan fungsi otak pada usia lanjut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan peningkatan daya ingat setelah terapi puzzle (Damayanti, Izzah, & Rika, 2023). Penelitian lainnya juga menemukan adanya perbaikan fungsi kognitif pada lansia setelah intervensi serupa yang menegaskan bahwa puzzle therapy efektif meningkatkan kemampuan kognitif pada lansia di panti sosial (Istiqomah, 2025). Namun, penelitian lainnya melaporkan bahwa beberapa bentuk latihan kognitif tidak menunjukkan perbedaan signifikan dibandingkan kontrol, sehingga efektivitas intervensi dapat dipengaruhi oleh intensitas, durasi, serta karakteristik responden (Jiménez-Palomares, Montero-Barrero, Garrido-Ardila, Gibello-Rufo, González-Sánchez, & Rodríguez-Mansilla, 2025).

Temuan menarik dalam penelitian ini adalah adanya keluhan pusing, cepat lelah, dan bosan pada sebagian responden selama pelaksanaan terapi. Kondisi ini menunjukkan bahwa stimulasi kognitif dapat menimbulkan beban mental apabila durasi dan tingkat kesulitan tidak disesuaikan. Kelelahan kognitif pada lansia dengan gangguan kognitif dilaporkan dapat muncul akibat aktivitas mental yang intens (Han, Tang, Bai, Su, & Zhang, 2022). Studi sebelumnya juga menyatakan bahwa intervensi dengan intensitas tinggi berpotensi menurunkan motivasi dan partisipasi apabila tidak diimbangi waktu istirahat yang memadai (Santos, Braaten, Macpherson,

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia

Vasconcellos, & Dunbar, 2023). Temuan ini menjadi kontribusi praktis bahwa penerapan terapi puzzle perlu dilakukan secara bertahap, dengan variasi aktivitas dan penyesuaian tingkat kesulitan agar tetap efektif dan toleran bagi lansia.

Selain perubahan skor MMSE, penelitian ini juga menemukan peningkatan partisipasi sosial selama sesi terapi berlangsung. Lansia tampak lebih aktif berinteraksi dan menunjukkan ekspresi emosional yang lebih positif setelah beberapa kali pertemuan. Hal ini mengindikasikan bahwa manfaat terapi tidak hanya pada aspek kognitif, tetapi juga pada dimensi psikososial, yang berperan dalam mempertahankan kualitas hidup lansia.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat demensia sebelum dilakukan terapi bermain puzzle menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori demensia ringan yaitu 45%, kategori sedang 45%, dan kategori normal hanya 10% berdasarkan hasil pengukuran menggunakan Mini Mental State Examination (MMSE). Selain itu, hasil menunjukkan tingkat demensia sesudah dilakukan terapi bermain puzzle menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori normal yaitu menjadi 50%, kategori ringan 45%, dan kategori sedang menjadi 5%. Sehingga berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian intervensi terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia dengan $p < 0.05$ yaitu 0.000.

DAFTAR PUSTAKA

- Afconneri, Y., Herawati, N., & Deswita, D. (2023). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Risiko Demensia pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 177.
- Amperaningsih, Y., Amatiria, G., Putri, H. L., & Tiala, N. H. (2025). Game Interaktif Sebagai Strategi Pencegahan Demensia pada Lansia di UPTD PSLU Tresna Werdha Lampung. *Omni Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 29-34.

Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*. diakses dari: <https://www.bps.go.id/id/publication/2024/12/31/a00d4477490caaf0716b711d/statistik-penduduk-lanjut-usia-2024.html>

Chowdhary, N., & Barbui, C. (2022). Reducing the Risk of Cognitive Decline and Dementia: WHO Recommendations. *Frontiers in Neurology*, 12(January 2022), 1–7.

Damayanti, F. E., Izzah, U., & Rika, D. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle terhadap Lansia dengan Demensia. *Nursing Information Journal*, 2(2), 57–61.

Wardhani, D. E., & Salim, A. (2024). Peran Strategis Pemerintah dalam Pemberdayaan Lansia di Kota Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 3(2), 349-360.

Livingston, G., Huntley, J., Liu, K. Y., Costafreda, S. G., Selbæk, G., Alladi, S., & Mukadam, N. (2024). Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet standing Commission. *The lancet*, 404(10452), 572-628.

Haiga, Y., & Chaniago, R. S. (2024). Demensia. *Scientific Journal*, 3(5), 283-291.

Heryani, R. (2023). Tanggung jawab pemerintah terhadap pelayanan kesehatan bagi warga lanjut usia dalam hukum positif Indonesia. *Collegium Studiosum Journal*, 6(2), 642-656.

Istiqomah, A. (2025). *Pengaruh Puzzle Therapy Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Lansia (Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jombang)* (Doctoral dissertation, ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang).

Hasnah, K., & Sakitri, G. (2023). Implementasi Stimulasi Kognitif (Gerakan Senam Otak) Dalam Menurunkan Tingkat Demensia Lansia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 39-46.

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>

Pengaruh terapi bermain puzzle terhadap tingkat demensia pada lansia

- Meilasari, K. D. A., Ariyanto, A., & Yuniarwati, W. (2025). Efektivitas Kombinasi Square Stepping Exercise Dan Brain Gym Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di UPT Budhi Dharma. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 150-165.
- Meryska, R., Greselly, D., Marpaung, V. S., Styra, M. Y., Hikam, A. B., Gennosa, C. P., & Adhani, B. H. (2024). Gambaran Umum Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Desa Banaran Gunung Kidul Overview Of Cognitive Function In The Elderly In Banaran Gunung Kidul Village. *LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 2(September), 779–785.
- Mulyani, S., Cahyani, K. D., Listyaningrum, D., & Ulayya, A. I. (2024). Knowledge of elderly cadres on dementia in Yogyakarta, Indonesia. *Journal of Community Empowerment for Health*, 7(3), 116–121.
- 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 Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman. *Jurnal Abdimas Saintika*, 2(2), 109–118.
- Jiménez-Palomares, M., Montero-Barrero, O., Garrido-Ardila, E. M., Gibello-Rufo, A., González-Sánchez, B., & Rodríguez-Mansilla, J. (2025). Cognitive Stimulation in Older Adults with Dementia: A Systematic Review. *Journal of Clinical Medicine*, 14(20), 7225.
- Santos, A., Braaten, K., Macpherson, M., Vasconcellos, D., & Dunbar, M. V. (2023). Rates of compliance and adherence to high - intensity interval training : a systematic review and Meta - analyses. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1–32.
- Septiarini, A. L. N. (2024). Pengaruh Cognitive Stimulation Therapy Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Jurnal Aliansi Keperawatan Indonesia*, 1, 30–37.
- Wahyuningsih, T., & Aryanti, D. (2024). Terapi Bermain Puzzle untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 15(3), 377-380.
- World Health Organization. (2025). Global action plan on the public health response to dementia 2017 - 2025. Geneva: World Health Organization, 52. diakses dari: http://www.who.int/mental_health/neurology/dementia/action_plan_2017_2025/en/
- Han, K., Tang, Z., Bai, Z., Su, W., & Zhang, H. (2022). Effects of combined cognitive and physical intervention on enhancing cognition in older adults with and without mild cognitive impairment: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in aging neuroscience*, 14, 878025.
- Zhang, X., Ho, G. W. K., & Mak, Y. W. (2024). Effectiveness of a videoconferencing group-based dyad acceptance and commitment therapy on the quality of life of chronic heart failure patients and their family caregivers: A study protocol for a randomized controlled trial. *PloS One*, 19(4), e0298178.

Yeni Eka Apita Sari*, Suri Salmiyati, Zubaida Rohmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Yeni Eka Apita Sari. *Email: yeniekaapitasari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i4.2720>