

Terapi Aktivitas Kelompok (Tak) Pada Lansia Dengan Penurunan Fungsi Kognitif Di Yayasan Taman Bodhi Asri

¹Siska Evi Martina*, ²Rumondang Gultom, ³Rinco Siregar, ⁴Elfrida Amazihono

^{1,2,3,4}Unviersitas Sari Mutiara Indonesia

*penulis korespondensi : siskaevi21@gmail.com

Abstrak. Lansia dapat dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Proses menjadi lansia merupakan proses alamiah yang dapat terjadi pada setiap orang. Dimana keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual. Aspek yang juga mengalami penurunan secara degenerative adalah fungsi kognitif (kecerdasan/pikiran). Salah satu contoh gangguan degeratif kognitif pada lansia adalah demensia. Demensia adalah suatu sindroma klinik yang meliputi hilangnya fungsi intelektual dan ingatan/memori sedemikian berat sehingga menyebabkan disfungsi hidup sehari-hari. Terapi aktifitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada kelompok lansia yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Aktivitas digunakan sebagai terapi dan kelompok digunakan sebagai target asuhan. Di dalam kelompok terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung, saling membutuhkan dan menjadi laboratorium tempat lansia melatih perilaku baru yang adaptif untuk memperbaiki perilaku yang maladaptif. Setelah dilakukannya Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Tebak Gambar dan oper bola diharapkan dapat mempertahankan daya ingat dan konsentrasi lansia, kemampuan motorik, kognitif, dan bahasa yang lebih kompleks.

Abstract. Elderly can be said as the final stage of development in the human life cycle. The process of becoming elderly is a natural process that can happen to everyone. Where is a condition characterized by a person's failure to maintain balance against physiological stress conditions. This failure is related to a decrease in the ability to live and an increase in individual sensitivity. An aspect that also experiences a degenerative decline is cognitive function (intelligence/mind). One example of cognitive degenerative disorder in the elderly is dementia. Dementia is a clinical syndrome which includes loss of intellectual and memory functions so severe that it causes dysfunction of daily life. Group activity therapy is one of the modality therapies performed by nurses for groups of elderly who have the same nursing problems. Activities are used as therapy and groups are used as care targets. Within the group there is a dynamic of interaction that is interdependent, needs each other and becomes a laboratory where the elderly practice new adaptive behaviors to correct maladaptive behaviors. After doing Group Activity Therapy (TAK) Guess the Picture and pass the ball, it is hoped that it can maintain the memory and concentration of the elderly, motor skills, cognitive and more complex language.

Historis Artikel:

Diterima: 19 Juli 2023

Direvisi: 31 Juli 2023

Disetujui: 07 Agustus 2023

Keywords :

Lansia, Terapi Aktivitas Kelompok, Fungsi Kognitif

PENDAHULUAN

Lansia dapat dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Proses menjadi lansia merupakan proses alamiah yang dapat terjadi pada setiap orang. Dimana keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual. Aspek yang juga mengalami penurunan secara degenerative adalah fungsi kognitif (kecerdasan/pikiran). Salah satu contoh gangguan degeratif kognitif pada lansia adalah demensia. Demensia

adalah suatu sindroma klinik yang meliputi hilangnya fungsi intelektual dan ingatan/memori sedemikian berat sehingga menyebabkan disfungsi hidup sehari-hari (Brocklehurst and Allen, 2012 dalam Boedhi-Darmojo, 2009).

Pada lansia dengan demensia penurunan kemampuan mental yang biasanya berkembang secara perlahan, dimana terjadi gangguan ingatan, pikiran, penilaian dan kemampuan untuk memusatkan perhatian, dan bisa terjadi kemunduran kepribadian, sehingga terkadang terjadi gangguan terhadap bio-psiko-sosial-spiritual pada lansia. Badan Pusat Statistik merilis data jumlah lansia berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus Tahun 2016 diperkirakan jumlah lansia (usia 60 tahun ke atas) di Indonesia sebanyak 22.630.882 jiwa. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 31.320.066 jiwa pada tahun 2022. Situasi global pada saat ini di antaranya adalah setengah jumlah lansia di dunia (400 juta jiwa) berada di Asia, Pertumbuhan lansia pada negara sedang berkembang lebih tinggi dari negara yang sudah berkembang. Dan setelah kelompok mengobservasi lansia yang berada di panti bodhi asri ini rata rata 80% mengalami penurunan fungsi. Diperkirakan pada tahun 2050 sekitar 75% lansia penderita penyakit degeneratif tidak dapat beraktifitas (tinggal di rumah).

Terapi aktifitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada kelompok lansia yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Aktivitas digunakan sebagai terapi dan kelompok digunakan sebagai target asuhan. Di dalam kelompok terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung, saling membutuhkan dan menjadi laboratorium tempat lansia melatih perilaku baru yang adaptif untuk memperbaiki perilaku yang maladaptif.

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Pada tanggal 02 mei 2023 mahasiswa/i Profesi Ners Universitas Sari Mutiara Indonesia mulai melakukan Praktek Belajar Lapangan di Yayasan Taman Bodhi Asri. Sejak hari pertama mahasiswa/i telah melakukan pengkajian dan terapi pada hari berikutnya. Selama beberapa hari berada di Yayasan Taman Bodhi Asri, mahasiswa/i menemukan adanya masalah penurunan fungsi kognitif pada beberapa lansia di Yayasan Taman Bodhi Asri, sehingga mahasiswa/i Profesi Ners Sari Mutiara Indonesia melakukan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) yang terdiri dari 2 permainan yaitu tebak gambar dan oper bola untuk meningkatkan kemampuan motorik, kognitif dan bahasa yang lebih kompleks, dan semua komponen perkembangan ini dapat dirangsang dengan permainan yang di berikan. Berikut landasan teori mengenai Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) guna untuk meningkatkan pengetahuan kita mengenai TAK sehingga menjadi sebuah pengetahuan baru yang dapat di aplikasikan kepada klien yang membutuhkan.

METODE

Metode dalam kegiatan Terapi Aktifitas Kelompok ini secara demonstrasi/role play, observasi dengan menunjukkan gambar objek hewan dan partisipan (lansia) menebak nama hewan bunyi suara, beserta habitatnya, lalu di permainan ke 2 yaitu bermain oper bola dan di iringi dengan music. Pada saat musik dihentikan, anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk menyebutkan: salam, nama lengkap, nama panggilan, hobi, asal, dimulai dari terapis sebagai contoh. Terkait dengan penurunan fungsi kognitif serta kondisi fisik/motorik saat ini. Untuk mengukur kognitif lansia digunakan kuisioner MMSE (Mini Mental State Examination) dan untuk mengukur kekuatan motorik klien digunakan pengkajian kekuatan otot. Setelah dilakukan pengukuran kognitif dan motorik, selanjutnya lansia akan di dampingi oleh mahasiswa/i dengan permainan atau kegiatan yang akan di lakukan secara bergantian dengan durasi permainan 5 menit/ individu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 10 Mei 2023, pukul 15.00, yang bertempat di Yayasan Taman Bodhi Asri. Kegiatan diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh Leader dan Co leader, kemudian dilanjutkan dengan pengenalan masing-masing tim kelompok 1 di mulai dari leader, co leader, observer, dan fasilitator. Selanjutnya dilanjutkan dengan penyajian penjelasan alur permainan tebak gambar, selanjutnya di lakukan permainan tebak gambar dengan di iringi lagu dan di lakukan oper bola, sehingga bola terus di oper sampai musik berhenti. Ketika musik berhenti bola juga akan berhenti di oper. Orang yang terakhir memegang bola akan menyebutkan nama, umur, dan hobi, serta langsung melakukan tebak gambar yang telah di sediakan oleh tim. Permainan terus berlanjut sampai semua peserta mendapatkan giliran. Pada akhir permainan, fasilitator langsung menyetel musik dan tim bersama peserta bernyanyi bersama untuk menutupi acara Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dan di iringi dengan yel yel penutup. Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berjalan lancar dari awal sampai akhir.

Pada saat permainan di mulai dan masing – masing peserta mendapat giliran untuk melakukan tebak gambar, semua peserta dapat menebak gambar yang di berikan. Tapi untuk pertanyaan “sering di jumpai dimana?”, “jumlah orang biasanya?”, “pernah naik?”, tidak semua peserta dapat menjawab dengan benar. Tetapi peserta selalu berusaha menjawab setiap pertanyaan yang di berikan oleh leader. Pada saat permainan selesai, leader menanyakan perasaan masing-masing setiap peserta dan semua peserta menjawab senang dan bahagia sambil wajah tersenyum ceria. Hal ini sejalan dengan penelitian Sigalingging dkk, 2021 mengatakan bahwa kegiatan ini mampu meningkatkan semangat dan menciptakan kebersamaan sesama lansia selama berada di rumah Jompo.



Gambar 1. Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok Pada Lansia

KESIMPULAN DAN SARAN

Lansia dapat dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Proses menjadi lansia merupakan proses alamiah yang dapat terjadi pada setiap orang. Dimana keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Terapi aktifitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada kelompok lansia yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Terapi kognitif merupakan terapi jangka pendek, terstruktur, berorientasi terhadap masalah saat ini, dan bersifat terapi individu. Terapi ini memerlukan individu sebagai agen yang berfikir aktif dan berinteraksi dengan dunianya. Tugas perawat adalah

secara aktif dan langsung membantu klien mempertimbangkan kembali stressor dan mengidentifikasi pola pemikiran atau keyakinan yang tidak akurat untuk mengatasi masalah klien dari perspektif kognitif. Tebak gambar adalah permainan asah otak ringan, menguji imajinasi, logika dan nalar. Tebak gambar merupakan salah satu bentuk permainan dimana dari hasil permainan ini peserta dapat menikmati kegiatan yang dilakukannya sehingga permainan, dapat mengurangi kejenuhan dan dapat menilai kemampuan motorik kasar, motorik halus, bahasa, kognitif serta sosialisasi sesuai dengan tingkat usianya. Tebak gambar adalah suatu kegiatan dimana seseorang atau individu diminta untuk menebak atau menyebutkan apa nama benda yang ada di kertas gambar oleh orang lain.

Diharapkan kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) yang telah dilakukan dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, dan dapat selalu melakukan kegiatan ini bersama teman-teman lansia agar dapat terjadinya peningkatan kognitif bagi setiap lansia yang gangguan kognitif sudah rendah. Diharapkan dapat memberikan edukasi terhadap lansia tentang pentingnya melakukan kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dan dapat memfasilitasi lansia agar dapat melaksanakan kegiatan TAK seperti tebak gambar dan lain sebagainya guna untuk meningkatkan kognitif para lansia yang berada di Yayasan Taman Bodhi Asri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhawari, V., & Pratiwi, A. (2021). Study Literature Review: Pengaruh Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 82-90.
- Darmojo, R. (2015). Buku ajar geriatri (ilmu kesehatan lanjut usia) Jakarta:FKUI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Lansia Bahagia Bersama Keluarga. <https://www.kemkes.go.id/article/print/21061700001/lansibahagiabersama-keluarga.html>
- Keliat, B. (2014). Terapi Aktivitas Kelompok (B. Angelina, Ed.). Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Kholifah, S. N. 2016. Keperawatan Gerontik, Kementerian Kesehatan RI Pusdik SDM Kesehatan. Jakarta.
- Muliatie, Y. E., Jannah, N., & Suprapti, S. (2021). Pencegahan Demensia/Alzheimer Di Desa Prigen, Kecamatan Prigen, Kabupaten Pasuruan. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 4, 379-387.
- Pambudi, W. E., Dewi, E. I., & Sulistyorini, L. (2017). Pengaruh terapi aktivitas kelompok sosialisasi (taks) terhadap kemampuan interaksi sosial pada lansia dengan kesepian di pelayanan sosial lanjut usia (pslu) jember (the effects of socialization group activity therapy (sgat) toward ability of social intera. *Pustaka Kesehatan*, 5(2), 253-259.
- Riyadi, Sujono dan Teguh, Purwanto.(2009). Asuhan keperawatan jiwa. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sigalingging, G., Nasution, Z., Pakpahan, H. M., & Tafonao, N. (2021). Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Dan Senam Lansia Sebagai Upaya Pengendalian Demensia Pada Lansia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(4), 867-873.

Sunaryo, Wijayanti, Rahayu. (2016). Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : CV ANDI OFFSET.

Sweetasari, A. G., Dikot, Y., Djajasmita, D., Lesmana, S., Dessy, D., & Fuadi, L. N. (2022). Sosialisasi dan Pelatihan Pemeriksaan Fungsi Kognitif untuk Deteksi Dini Penyakit Demensia pada Tenaga Kesehatan di Puskesmas Wilayah Dinkes Kota Cimahi. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 3(2), 178-186.

Wahyuni, Tur. 2017. Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umubulharjo. Yogyakarta.

<https://www.kemkes.go.id/article/print/22111500004/2022-lansia-berdaya-bangsa-sejahtera.html>