

## INTERVENSI ABG SEBAGAI UPAYA MENCEGAH RISIKO DEMENSIA

Koko Wahyu Tarnoto<sup>1)\*</sup>, Tesa Okvia<sup>2)</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Keperawatan (D4, Keperawatan), Poltekkes, Surakarta, Indonesia

<sup>2</sup> Jurusan Keperawatan (D4, Keperawatan), Poltekkes, Surakarta, Indonesia

### Abstrak

Permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh lansia yaitu pikun yang sering dianggap sebagai masalah umum dan wajar terjadi. Pikun (demensia) yaitu penurunan fungsi kognitif seperti mudah lupa, kesulitan berhitung dan susah berkonsentrasi. Pikun dapat dicegah dengan terapi nonfarmakologis yaitu dengan penerapan intervensi art therapy dan board game. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektifitas intervensi ABG dalam upaya mencegah risiko demensia. Metode dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan pre-eksperimental design dengan pendekatan one group pretest-posttest design yang dilakukan dengan cara sebelum dan sesudah diberikan intervensi dilakukan pengukuran dengan instrumen HVLT. Waktu pelaksanaan berlangsung 4 minggu dengan populasi dalam penelitian ini adalah lansia. Adapun teknik sampling dalam penelitian ini dengan menggunakan purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel pada penelitian sebesar 61 orang. Kriteria inklusi lansia berusia 60 tahun ke atas dengan risiko demensia skor HVLT(< 14,5), lansia yang tinggal di wilayah kelurahan jagalan. Uji statistik yang digunakan yaitu Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian ini didapatkan nilai p-value  $0,000 < 0,05$  yang menyatakan terdapat pengaruh signifikan intervensi ABG terhadap upaya mencegah risiko demensia pada lansia di wilayah kerja puskesmas Pucang Sawit. Simpulan diharapkan intervensi ABG menjadi program rutin pada kegiatan posyandu lansia di wilayah kerja puskesmas.

**Kata kunci** : Art therapy, boardgame, lansia, kognitif, demensia

### Abstract

The health problem that is often experienced by the elderly is dementia, which is often considered a common problem and is normal. Dementia (dementia) is a decrease in cognitive function such as easy forgetting, difficulty calculating and difficulty concentrating. Senile dementia can be prevented with non-pharmacological therapy, namely by implementing art therapy and board game interventions. The aim of this research is to determine the effectiveness of ABG intervention in preventing the risk of dementia. The method in this research is quantitative research with a pre-experimental design with a one group pretest-posttest design approach which is carried out before and after the intervention is given, measurements are taken using the HVLT instrument. The implementation time lasted 4 weeks and the population in this study was the elderly. The sampling technique in this research used purposive sampling in accordance with the inclusion and exclusion criteria. The number of samples in the study was 61 people. Inclusion criteria are elderly aged 60 years and over with a risk of dementia with HVLT score (< 14.5), elderly who live in the Jagalan sub-district area. The statistical test used is the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of this study obtained a p-value of  $0.000 < 0.05$ , which states that there is a significant influence of ABG intervention on efforts to prevent the risk of dementia in the elderly in the Pucang Sawit health center working area. In conclusion, it is hoped that ABG intervention will become a routine program in elderly posyandu activities in the work area at puskesmas.

**Keywords** : Art therapy, boardgame, elderly, cognitive, dementia

\*email korespondensi: kokowahyu01@gmail.com

## PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh lanjut usia yaitu penurunan sel karena proses penuaan yang mengakibatkan menurunnya fungsi kognitif, meskipun hal ini kerap dianggap sebagai masalah umum dan wajar terjadi (Dewi, 2018). Penurunan fungsi kognitif dapat mengakibatkan kepikunan, hilangnya konsentrasi, dan berkurangnya kemampuan untuk menyelesaikan masalah. Selain

itu, penurunan tingkat fungsi kognitif pada lanjut usia dapat memicu beberapa penyakit berbahaya seperti demensia (Ching-Teng Y, Ya-Ping Y, Chia-Ju L, 2020).

*World Health Organization* (2021) menjelaskan demensia ialah suatu sindrom kronis atau progresif yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif, dan berpengaruh pada memori, pemikiran, penyesuaian, persepsi, perhitungan, kapasitas belajar, bahasa, serta penilaian. Penurunan fungsi kognitif disertai dengan perubahan suasana hati, kontrol emosi, perilaku, dan motivasi. (Miller, 2012) menjelaskan bahwa demensia dalam istilah medis adalah penurunan progresif fungsi kognitif, sedangkan dalam istilah diagnostik yaitu sekelompok gangguan otak yang ditandai dengan penurunan bertahap kemampuan kognitif (seperti memori, pemahaman, penilaian, pengambilan keputusan, komunikasi, perubahan kepribadian dan perilaku) (Patterson, 2018).

Tanda dan gejala demensia menurut (Chancellor et al., 2014) ada tiga tahap. Tahap awal biasanya sering diabaikan dan gejala umum yang muncul seperti, kelupaan, lupa waktu dan tersesat ditempat yang familiar. Tahap tengah tanda dan gejala demensia menjadi lebih jelas seperti, menjadi pelupa dengan peristiwa yang baru terjadi dan nama orang, bingung saat dirumah, mengalami kesulitan berkomunikasi, mengalami perubahan perilaku, bertanya berulang-ulang, dan membutuhkan bantuan dengan perawatan pribadi. Tahap terakhir penderita mengalami ketergantungan total, gangguan memori yang serius, dan tanda gejala fisik menjadi lebih jelas, termasuk menjadi tidak menyadari waktu dan tempat, kesulitan mengenali saudara dan teman, kesulitan berjalan, perubahan perilaku, dan memiliki kebutuhan yang meningkat untuk perawatan diri yang dibantu (Nurfianti & An, 2020).

Peran perawat dalam merawat pasien demensia adalah memberikan perawatan yang optimal sebagai pendukung, pendidik, pengorganisir, kolaborator, konsultan, dan inovator untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan, termasuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku kelompok lanjut usia yang menderita demensia dengan menggunakan berbagai terapi (Nisa et al., 2016). Terapi yang dapat digunakan dalam asuhan keperawatan untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia seperti *Art Therapy* dan *Board Game* (Sigalingging et al., 2019).

Penanganan yang harus diberikan untuk meningkatkan sistem kognitif lansia harus lebih mudah dan efektif. Pengelolaan pada penderita demensia dapat diberikan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. (Braley et al., 2019) menyatakan penggunaan intervensi non farmakologis lebih berperan penting pada usia dewasa tua dibandingkan intervensi farmakologis. Contoh Intervensi non farmakologis berupa latihan atau permainan yang melatih konsentrasi atau atensi, orientasi (tempat, waktu, situasi) dan memori. Seperti *Art Therapy* (Terapi Seni) dan *Board Game* (Permainan Papan). Berdasarkan latar belakang diatas, sehingga diperlukan penelitian Intervensi ABG (*Art Therapy* Dan *Board Game*) Untuk Mengendalikan Risiko Demensia Pada Lansia.

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pre-eksperimental design dengan pendekatan *one group pretest-posttest design yang dilakukan dengan cara sebelum dan sesudah diberikan intervensi dilakukan pengukuran dengan instrumen HVLT (hopkins verbal learning test)*. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung 4 minggu dan dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas pucang sawit Surakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di lingkungan kelurahan jagalan. Adapun teknik sampling dalam penelitian ini dengan menggunakan purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel yang dijadikan responden penelitian 61 orang. Adapun kriteria inklusi lansia berusia 60 tahun ke atas, lansia dengan risiko demensia yang diukur dengan menggunakan HVLT(< 14,5), lansia yang tinggal di wilayah kelurahan jagalan. Uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* menggunakan Penelitian ini mendapatkan persetujuan melalui ethical clearance dengan nomor LB.02.02/I/90/2023 dari komite etik penelitian kesehatan Poltekkes Kemenkes Surakarta.

## HASIL

Pada bagian ini akan dijelaskan hasil penelitian

Tabel 1. Tingkat risiko demensia sebelum diberikan intervensi ABG

Tingkat risiko demensia	Kode	N	Persentase (%)	Min	Maks	Median
Demensia (HVLTL <14,5)	0	61	100%	3	13	9
Tidak Demensia (HVLTL < 14,5)	1	0	0%			

Tabel 2. Tingkat risiko demensia setelah diberikan intervensi ABG

Tingkat risiko demensia	Kode	N	Persentase (%)	Min	Maks	Median
Demensia (HVLTL <14,5)	0	13	21,3%	4	36	26
Tidak Demensia (HVLTL < 14,5)	1	48	78,7%			

Tabel 3. Pengaruh ABG terhadap upaya pencegahan risiko demensia

Uji Wilcoxon Signed Rank Test Sebelum dan Sesudah Diberikan ABG	
<i>n</i>	61
<i>p-Value</i>	0,000

Berdasarkan uji Wilcoxon signed rank test didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$ , apabila  $p\text{-value} 0,000 < 0,05$  yang menyatakan terdapat pengaruh intervensi ABG terhadap upaya mengendalikan risiko demensia pada lansia di wilayah kerja puskesmas Pucang Sawit.

## PEMBAHASAN

Demensia biasa terjadi pada lansia yang mengalami beberapa perubahan atau kemunduran fisik, biologis, mental, psikososial dan spiritual. Salah satu perubahan pada lansia yaitu fungsi kognitif (Mkenda et.al, 2018). Dalam penelitian tersebut rata-rata responden mengalami risiko demensia, hal ini dikarenakan adanya penurunan level seks endogen dalam perubahan fungsi kognitif pada perempuan menopause (Moon & Park, 2020). Selain itu tidak adanya aktifitas dan pengaruh pekerjaan sehingga membuat lansia tidak ada proses berpikir, mencari informasi dan melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat berpengaruh pada fungsi kognitifnya seperti kegiatan sosial, melakukan hobi dan aktifitas lainnya.

Hal ini juga didukung dengan hasil HVLTL yang menyatakan responden beresiko tinggi terkena demensia. Untuk mengatasi permasalahan tersebut , maka dilakukan intervensi ABG (*Art therapy* dan *Board Game*). Pemberian intervensi ABG merupakan salah satu cara nonfarmakologis untuk menurunkan tingkat risiko demensia pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Erwanto dan kurniasih, (2018) tentang efektifitas *art therapy* dan *brayngym* terhadap fungsi kognitif intelektual pada lansia di PSTW Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat peningkatan fungsi kognitif lansia setelah diberikan intervensi tersebut.

Aktivitas art therapy seperti mewarnai, melukis, menggambar atau artistic lainnya melibatkan proses di otak dan akan terlihat oleh reaksi tubuh yang dapat mengaktifkan visual cortex di dalam otak, sehingga tubuh memberikan respon Ketika menghadapi situasi yang nyata. Respon otak tersebut pada saat individu melakukan aktifitas seni seperti pembuatan gambar dengan tema kondisi atau peristiwa tertentu yang dapat mempengaruhi emosi dan pikiran (Malchiodi, 2013). Proses menggambar dengan peristiwa tertentu dapat merangsang kemampuan otak untuk meningkatkan memori di dalam otak (Holland, S., & Kydd, 2013). Wang Qiu dan Li Dong, (2016) menjelaskan Art therapy mampu meningkatkan perhatian dan orientasi pada lansia demensia, mengurangi gejala perilaku maupun psikologis, meningkatkan ketrampilan sosial lansia serta meringankan beban keluarga atau caregiver pasien lansia demensia.

Selain art therapy, peneliti juga melakukan intervensi kognitif lainnya yaitu boardgame dalam hal ini permainan congklak atau dakon. Congklak atau Dakon merupakan permainan papan yang mudah

dimainkan khususnya lansia,. Permainan ini menggunakan kemampuan kognitif untuk berhitung dan menganalisa biji congklak yang akan dimainkan (Gale & Daffner, 2018). Selain itu permainan dakon atau congklak sebagai media terapi yang bermanfaat untuk merangsang dan mengelola fungsi otak termasuk daya ingat, konsentrasi, orientasi, kemampuan berbahasa , berhitung dan visuospasial.

Manfaat menggambar dan bermain dakon juga dirasakan lansia sambil mengingat dan merasakan masa kecil yang sudah lama mereka tidak rasakan. Dalam penelitian ini intervensi ABG dilakukan dengan menentukan 7 tema. Tema pertama lansia melakukan menggambar bebas sesuai dengan yang diinginkan atau terlintas dipikiran lansia. Tema kedua dengan menggambar hal yang membuat lansia marah dan tidak bisa dimaafkan seperti menggambar orang atau seseorang yang pernah membuat kecewa. Tema ketiga yaitu menggambar sesuatu hal yang menakutkan contohnya hantu atau hewan yang menakutkan, lansia dalam penelitian ini menggambar hewan ular, tikus dan anjing.

Tema keempat lansia menggambar hal yang membuat senang seperti hobi yang disukai seperti berkebun, memelihara ayam atau bersepeda.. Kemudian untuk tema kelima topik menggambar hal yang paling membuat Bahagia seperti mendapatkan hadiah dari anggota keluarga atau teman terdekat. Topik keenam yaitu menggambar harapan yang paling diinginkan lansia selama hidupnya dan tema terakhir yaitu ketujuh dengan menjelaskan Kembali gambar-gambar yang sudah dibuat mulai dari tema satu sampai dengan tema enam. Boardgame dalam penelitian ini dilakukan pada saat lansia sudah melakukan aktifitas pada tiap tema secara berpasangan. Dalam penelitian ini, lansia terlihat antusias dan menikmati setiap permainan yang diberikan oleh peneliti.

## KESIMPULAN

Intervensi ABG (Art therapy dan Board game) merupakan intervensi yang sangat efektif yang bisa diaplikasikan pada lansia dengan risiko demensia. Intervensi ini bisa dilakukan serta dimodifikasi dengan tema atau topik yang disepakati sesuai dengan culture atau budaya setempat. Perawat bisa melakukan intervensi ini dalam kegiatan rutin di posyandu atau kegiatan lain di komunitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Braley, R., Fritz, R., Van Son, C. R., & Schmitter-Edgecombe, M. (2019). Prompting Technology and Persons with Dementia: The Significance of Context and Communication. *Gerontologist*, 59(1), 101–111. <https://doi.org/10.1093/geront/gny071>
- Chancellor, B., Duncan, A., Chatterjee, A., & Myers, F. (2014). *Art Therapy for Alzheimer ' s Disease and Other Dementias*. 39, 1–11. <https://doi.org/10.3233/JAD-131295>
- Ching-Teng Y, Ya-Ping Y, Chia-Ju L, H.-Y. L. (2020). Effect of group reminiscence therapy on depression and perceived meaning of life of veterans diagnosed with dementia at veteran homes. *National Library of Medicine*, 59(2), 75–90. <https://doi.org/doi:10.1080/00981389.2019.1710320>.
- Demensia, D. (2019). *Modul art therapy pada lansia dengan demensia*.
- Gale, S. A., Acar, D., & Daffner, K. R. (2018). Dementia. *The American Journal of Medicine*, 131(10), 1–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2018.01.022>
- Holland, S., & Kydd, A. (2013). The lived experience of people newly diagnosed with dementia: A narrative study using a phenomenological approach. *Clinical Nursing Studies*, 2(1), 80–89. <https://doi.org/10.5430/cns.v2n1p80>
- Miller, C. A. (2012). *Nursing for Wellness in Older Adults (6th ed., Vol. 91)*.
- Mkenda S, Olakehinde O, Mbowe G, Siwoku A, Kisoli A, Paddick SM, Adediran B, Gray WK, Dotchin CL, Adebisi A, Walker RW, Mushi D, O. A. (2018). Cognitive stimulation therapy as a low-resource intervention for dementia in sub-Saharan Africa (CST-SSA): Adaptation for rural Tanzania and Nigeria. *Sage Journal*, 17(4), 515–530. <https://doi.org/10.1177/1471301216649272>. Epub 2016 Jun 21

- Moon, S., & Park, K. (2020). The effect of digital reminiscence therapy on people with dementia: A pilot randomized controlled trial. *BMC Geriatrics*, 20(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01563-2>
- Nisa, K., Lisiswanti, R., Kedokteran, F., Lampung, U., Pendidikankedokteran, B., & Lampung, U. (2016). *Faktor Risiko Demensia Alzheimer Risk Factor of Alzheimer ' s Dementia*. 5.
- Nurfianti, A., & An, A. (2020). The Effectiveness of The Mini-Cog and MMSE As Vital Instrument Identifying Risk of Dementia As A Nursing Process Reinforcement. *NurseLine Journal*, 4(2), 114. <https://doi.org/10.19184/nlj.v4i2.13708>
- P, N. A. P. (2020). *Jurnal Kesehatan Primer Website : http://jurnal.poltekeskupang.ac.id/index.php/jkp Pelatihan Perawatan Demensia Terhadap Beban Caregiver Lansia Demensia : sebuah Literature Review*. 5(1), 7–17.
- Patterson. (2018). World Alzheimer Report 2018 - The state of the art of dementia research: New frontiers. Alzheimer's Disease International: World Alzheimer Report. *The Professional Geographer*, 2(4), 14–20. [https://doi.org/10.1111/j.0033-0124.1950.24\\_14.x](https://doi.org/10.1111/j.0033-0124.1950.24_14.x)
- Sigalingging, G., Nasution, Z., Pasaribu, R., Samodra, Y. L., Rahmawati, N. T., Sumarni, S., World Health Organization, Rizzi, L., Rosset, I., Roriz-Cruz, M., P, N. A. P., Carral, J. M. C., Martinis, J. V., Erwanto, R., Aquino, T., Amigo, E., Yogyakarta, U. R., Hidaayah, N., Holland, S., ... Perel-levin, S. (2019). Global epidemiology of dementia: Alzheimer's and vascular types. *World Health Organization*, 3(1), 34–41. <https://doi.org/10.20956/icon.v3i1.3736>