

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan kelompok manusia yang telah memasuki dalam umur tahapan akhir dari fase kehidupan. Menurut *World Health Organization* (WHO). Lansia merupakan individu yang berusia 60 tahun ke atas. Semakin bertambah usia individu tersebut maka semakin banyak terjadi perubahan pada fungsi organ tubuhnya. Salah satu masalah yang sering dialami oleh lansia yaitu gangguan kognitif (Alislami, 2021).

Penuaan merupakan proses biologis alamiah, progresif, dan tidak dapat dihindari yang terjadi seiring bertambahnya usia, ditandai dengan penurunan bertahap fungsi fisiologis, perubahan struktural sel dan jaringan, serta beragam fungsi tubuh yang semakin menurun, yang meliputi aspek fisik, kognitif, psikososial, dan kemampuan adaptasi terhadap stresor internal dan eksternal. Penuaan memengaruhi seluruh sistem tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit degeneratif dan menurunkan kapasitas fungsional secara keseluruhan, meskipun perubahan ini dapat berbeda antar individu dan dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan, dan gaya hidup (Jaul & Barron, 2021).

Kebutuhan aktualisasi diri pada lansia merupakan kebutuhan psikososial tingkat lanjut yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk mencapai kepuasan diri melalui aktivitas yang bermakna. Pada tahap ini, lansia tidak lagi berorientasi pada pencapaian materi, melainkan pada perasaan mampu,

berguna, dan diakui keberadaannya. Aktualisasi diri dapat diwujudkan melalui keterlibatan dalam kegiatan yang menstimulasi kemampuan berpikir, kreativitas, dan pengambilan keputusan sederhana (Ayoubi-mahani & Eghbali-babadi, 2023). Apabila kebutuhan ini terpenuhi, lansia cenderung menunjukkan sikap positif, motivasi yang lebih baik, serta kestabilan emosi. Sebaliknya, ketidakmampuan dalam menyalurkan potensi diri dapat memicu perasaan tidak berdaya, menarik diri, dan penurunan kualitas hidup, sehingga pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri menjadi aspek penting (Lopez et al., 2024).

Seiring bertambahnya usia, lansia secara alami mengalami penurunan fungsi kognitif yang meliputi memori, perhatian, kecepatan berpikir, dan kemampuan pemecahan masalah (Mardiana & Sugiharto, 2022). Penurunan kognitif ini berdampak pada berkurangnya kemampuan lansia untuk berpartisipasi dalam aktivitas bermakna, sehingga menghambat pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri. Lansia dengan gangguan kognitif cenderung mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, menyelesaikan tugas sederhana, serta mempertahankan rasa percaya diri terhadap kemampuan dirinya. Kondisi tersebut dapat memicu ketergantungan, penarikan diri dari lingkungan sosial, dan menurunnya motivasi, yang pada akhirnya memperburuk kualitas hidup lansia (Stuart & Meiyanti, 2020). Oleh karena itu, penurunan kognitif tidak hanya menjadi masalah neurologis, tetapi juga memengaruhi aspek psikososial.

Aktualisasi diri pada lansia memiliki hubungan yang erat dengan fungsi kognitif, karena kemampuan untuk merasa bermakna dan mampu sangat dipengaruhi oleh proses berpikir, mengingat, dan memecahkan masalah (Zahroh et al., 2024). Fungsi kognitif yang masih terstimulasi memungkinkan lansia untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas bermakna, mengambil keputusan sederhana, serta menyelesaikan tugas sesuai dengan kemampuannya. Sebaliknya, penurunan fungsi kognitif dapat menghambat lansia dalam mengekspresikan potensi diri, sehingga kebutuhan aktualisasi diri tidak terpenuhi secara optimal. Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan tidak berdaya, rendah diri, dan menurunnya motivasi (Rukmana et al., 2024).

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2024 yaitu 32,57 juta jiwa lansia atau sekitar 11,49 % dari total penduduk Indonesia dan pada tahun 2025 meningkat menjadi sekitar 11,93 % dari total penduduk Indonesia (33,7 juta jiwa) membawa tantangan besar dalam bidang kesehatan, terutama gangguan kognitif (PMK, 2025). Menurut laporan Kementerian Kesehatan RI tahun 2025, dari sekitar satu juta lansia yang mengikuti Cek Kesehatan Gratis sejak Februari 2025, sekitar 30 % ditemukan mengalami penurunan kemampuan kognitif (Kemenkes RI, 2025). Penelitian komunitas di Kecamatan Pakem, Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, menggunakan skrining *Montreal Cognitive Assessment* (MoCA) menunjukkan bahwa sekitar 60 % lansia mengalami penurunan fungsi kognitif. Temuan ini mengindikasikan tingginya masalah kognitif pada lansia (Sihageng, 2020).

Gangguan kognitif pada lansia memberikan dampak yang luas terhadap pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri. Penurunan fungsi kognitif, seperti gangguan memori, perhatian, orientasi, dan fungsi eksekutif, menyebabkan lansia mengalami keterbatasan dalam berpikir, mengambil keputusan, serta menyelesaikan aktivitas yang menantang secara mental. Kondisi ini menghambat lansia dalam mengekspresikan potensi diri dan berpartisipasi dalam kegiatan bermakna yang sebelumnya menjadi sumber kepuasan dan kebanggaan diri (Herman et al., 2025). Akibatnya, lansia cenderung mengalami penurunan rasa percaya diri, harga diri, serta motivasi untuk terlibat dalam aktivitas produktif. Ketidakmampuan dalam mencapai perasaan mampu dan berdaya tersebut menyebabkan kebutuhan aktualisasi diri tidak terpenuhi secara optimal, yang selanjutnya dapat memicu perasaan tidak berguna, ketergantungan, dan penurunan kualitas hidup (Rosdiana et al., 2023).

Upaya mempertahankan fungsi kognitif pada lansia dapat dilakukan melalui intervensi nonfarmakologis yang berfokus pada stimulasi kognitif dan keterlibatan aktif lansia dalam aktivitas bermakna. Intervensi ini meliputi latihan memori, terapi aktivitas kelompok, permainan edukatif, serta aktivitas *problem solving* seperti *puzzle therapy* yang merangsang fungsi berpikir, perhatian, dan koordinasi visual-motor. Aktivitas tersebut dilakukan secara terstruktur dan berulang sesuai dengan kemampuan lansia untuk menjaga fungsi kognitif tetap aktif dan mencegah penurunan lebih lanjut. Keunggulan pendekatan nonfarmakologis terletak pada keamanannya karena tidak menimbulkan efek samping, kemudahan penerapan dalam berbagai setting

pelayanan, serta kemampuannya meningkatkan partisipasi, rasa percaya diri, dan kebermaknaan hidup lansia (Prahasasgita & Lestari, 2023).

Salah satu bentuk stimulasi kognitif yang mudah, menyenangkan dan dapat dilakukan berulang adalah terapi permainan seperti *puzzle*. *Puzzle therapy* dinilai lebih efektif dibandingkan bentuk stimulasi kognitif lainnya karena melibatkan berbagai domain kognitif secara simultan dalam satu aktivitas. Saat menyusun *puzzle*, lansia tidak hanya melatih memori, tetapi juga perhatian, fungsi eksekutif, kemampuan pemecahan masalah, serta koordinasi visual-motor. Aktivitas ini bersifat aktif dan berorientasi pada tujuan, sehingga mendorong lansia untuk berpikir, membuat strategi sederhana, dan mengevaluasi hasil secara mandiri (Kairupan & Kaseside, 2025). Selain itu, *puzzle therapy* memberikan pengalaman keberhasilan yang nyata ketika lansia mampu menyelesaikan susunan *puzzle*, yang secara langsung meningkatkan rasa percaya diri dan perasaan mampu (Herman et al., 2025). Dibandingkan latihan kognitif pasif seperti mendengarkan atau menghafal, *puzzle therapy* lebih menarik, tidak membosankan, dan mudah disesuaikan dengan tingkat kemampuan lansia, sehingga efektif digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mempertahankan fungsi kognitif (Siska et al., 2024).

Puzzle tersusun dari potongan gambar atau bentuk tertentu yang menuntut kemampuan persepsi visuospasial, perhatian, pemecahan masalah, dan memori kerja sehingga merangsang berbagai area kognitif (Ariqah & Mataputun, 2025). Penelitian eksperimental pada lansia menunjukkan bahwa terapi *puzzle* selama 3 hari dengan durasi 15–30 menit per sesi secara bermakna

meningkatkan skor fungsi kognitif berdasarkan MMSE (Fissler et al., 2020). Studi kasus dan *quasi-eksperimental* lain juga melaporkan peningkatan nilai MMSE dan SPMSQ pada lansia dengan gangguan memori setelah intervensi puzzle 6 kali dalam 3 hari dengan durasi 20 menit, terjadi penurunan proporsi lansia dengan gangguan kognitif berat dan peningkatan lansia dengan fungsi kognitif lebih baik (Fikriyah & Purnama, 2023).

Perawat memiliki peran penting dalam mempertahankan fungsi kognitif lansia melalui asuhan keperawatan yang holistik dan berkesinambungan. Pendekatan proses keperawatan digunakan untuk memastikan bahwa intervensi yang diberikan sesuai dengan kondisi fisik, psikologis, dan sosial lansia. Perawat mengkaji kemampuan kognitif serta lingkungan tempat tinggal lansia, kemudian merancang kegiatan stimulasi kognitif nonfarmakologis yang aman dan mudah diikuti (Rosdiana et al., 2023). Dalam pelaksanaannya, perawat berperan sebagai pendamping yang menciptakan suasana nyaman, mendorong interaksi, dan memberikan kesempatan kepada lansia untuk berpartisipasi aktif. Evaluasi dilakukan untuk menilai perubahan fungsi kognitif dan respons emosional lansia terhadap aktivitas yang diberikan. Melalui pendekatan ini, perawat membantu lansia mempertahankan fungsi kognitif sekaligus meningkatkan rasa bermakna dan kualitas hidup (Herman et al., 2025).

Di lingkungan panti sosial, peran perawat semakin krusial sebagai fasilitator aktivitas stimulasi kognitif yang mendukung kemandirian dan kualitas hidup lansia. Hal ini memperkuat urgensi keterlibatan perawat dalam

program stimulasi kognitif yang terencana dan berkesinambungan. BPSTW Abiyoso Yogyakarta sebagai panti sosial tresna werdha menampung lansia dengan berbagai kondisi fisik dan kognitif, termasuk mereka yang telah mengalami penurunan fungsi kognitif. Berdasarkan data terbaru tahun 2025, BPSTW (Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha) Abiyoso Yogyakarta menampung sebanyak 120 lansia dan terdiri dari 13 wisma. Kebutuhan memori pada lansia tidak hanya berkaitan dengan aspek klinis, tetapi juga berhubungan erat dengan pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri, seperti kemandirian dalam aktivitas sehari-hari, kemampuan berpartisipasi dalam kegiatan sosial, serta pemeliharaan harga diri dan rasa bermakna (Sijabat et al., 2023). Ketika fungsi memori menurun, lansia cenderung mengalami keterbatasan dalam mengekspresikan potensi diri dan mengambil peran aktif di lingkungannya. Namun, di banyak institusi pelayanan lansia, program stimulasi kognitif masih belum terstruktur secara optimal, kurang spesifik dalam menargetkan fungsi memori, serta belum secara sistematis memanfaatkan media yang menarik dan bermakna bagi lansia, seperti *puzzle therapy*, sebagai pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri (Siska et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang ini, Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Implementasi *Puzzle therapy* Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Memori Pada Lansia Dengan Gangguan Kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta?

C. Tujuan Penulisan KIAN

1. Tujuan Umum

Memperoleh pengalaman dan gambaran secara nyata dalam implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta menggunakan metode proses keperawatan berdasarkan *evidence based practice*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengimplementasikan asuhan keperawatan lansia *puzzle therapy* sebagai intervensi stimulasi memori di BPSTW Abiyoso Yogyakarta
- b. Menilai perbedaan respon klien sebelum dan sesudah diberikan implementasi *puzzle therapy* untuk mengatasi gangguan kognitif pada lansia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta dengan menggunakan penilaian *Mini Mental State Examination* (MMSE)

D. Manfaat KIAN

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini dapat memberikan manfaat sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan gerontik khususnya dalam implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan

kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien

Membantu meningkatkan kemampuan kognitif dan memperlambat penurunan daya ingat bagi lansia yang mengalami gangguan kognitif

b. Bagi Perawat

Menjadi bahan informasi serta referensi mengenai implementasi *puzzle therapy* pada asuhan keperawatan lansia dengan gangguan kognitif

c. Bagi Mahasiswa

Menjadi bahan referensi serta masukan mengenai implementasi *puzzle therapy* pada asuhan keperawatan lansia dengan gangguan kognitif

d. Bagi Penulis Selanjutnya

Sebagai bahan referensi bagi penulis selanjutnya dalam melakukan studi kasus mengenai implementasi *puzzle therapy* pada asuhan keperawatan lansia dengan gangguan kognitif.

E. Ruang Lingkup KIAN

1. Lingkup Mata Ajar

Laporan karya ilmiah akhir ners (KIAN) tentang keilmuan keperawatan gerontik.

2. Lingkup Waktu

Laporan implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta disusun mulai tanggal sampai 18 Mei sampai 30 Mei 2026.

3. Lingkup Kasus

Laporan implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta, penulis menerapkan lima proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan

4. Lingkup Tempat

Laporan implementasi *puzzle therapy* dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri pada lansia dengan gangguan kognitif di BPSTW Abiyoso Yogyakarta yang merupakan panti sosial lansia