

EFEKTIFITAS *CROSSWORD PUZZLE THERAPY* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANJUT USIA

Fajar Adhie Sulisty^{1*}, Sasni Triana Putri², Elpinaria Girsang³, Bustomi⁴,
Margaretha Rini⁵, Deden Nurjaman⁶

¹⁻⁶Wijaya Husada

Email Korespondensi: wijayahusada@gmail.com

Disubmit: 24 November 2025

Diterima: 04 Juni 2026

Diterbitkan: 01 Juli 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i7.23631>

ABSTRACT

Data from the Indonesian Ministry of Health (2021) shows that the elderly population in Indonesia is projected to increase to 48.2 million people by 2035. According to WHO (2022), approximately 55 million older adults worldwide experience a decline in cognitive function, and around 7.7 million develop cognitive impairment each year. Various non-pharmacological interventions have been developed to maintain and improve cognitive function in the elderly, one of which is Crossword Puzzle Therapy (CPT). This therapy involves engaging in crossword puzzle activities that stimulate brain function, enhance memory, and train critical thinking skills. To determine the effectiveness of Crossword Puzzle Therapy on cognitive function in older adults. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest and posttest approach. The sample consisted of 16 respondents, with data collected through observation and administration of the MMSE test. The intervention group received CPT for 30-45 minutes, three times per week for four weeks. The hypothesis was tested using the Wilcoxon signed-rank test. There was a significant effect of Crossword Puzzle Therapy (CPT) on cognitive function in older adults, with a p-value of 0.000. CPT is effective in improving cognitive function in the elderly. This therapy can serve as a simple, low-cost, and accessible non-pharmacological intervention to help maintain the quality of life of older adults.

Keywords: *Crossword Puzzle Therapy, Elderly, MMSE.*

ABSTRAK

Data Kemenkes RI tahun 2021 Populasi jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2035 diperkirakan meningkat menjadi 48,2 juta orang. Data WHO (2022), ada sekitar 55 juta orang lansia mengalami penurunan kemampuan fungsi kognitif dan sekitar 7,7 juta lansia mengalami penurunan kemampuan kognitif per tahunnya. Berbagai intervensi non-farmakologis dikembangkan untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, salah satunya adalah *Crossword Puzzle Therapy* (CPT). Terapi ini melibatkan permainan teka-teki silang yang dapat merangsang kerja otak, meningkatkan daya ingat, serta melatih kemampuan berpikir kritis. Untuk mengetahui efektifitas *Crossword Puzzle Therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia. Methods Desain penelitian ini *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*, Jumlah sampel 16 responden, teknik pengumpulan data

menggunakan observasi, dan pengisian tes MMSE. Kelompok intervensi diberikan CPT selama 30-45 menit, 3 kali per minggu selama 4 minggu, dan uji hipotesis menggunakan uji *wilcoxon signed rank test*. Ada pengaruh *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* dengan Fungsi Kognitif pada Lansia, dengan nilai p-value 0.000. *CPT* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Terapi ini dapat menjadi intervensi non-farmakologis sederhana, murah, dan mudah dilakukan dalam upaya mempertahankan kualitas hidup lanjut usia.

Keywords: *Crossword Puzzle Therapy, Elderly, MMSE.*

PENDAHULUAN

Lanjut usia menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lanjut usia didefinisikan sebagai individu yang berusia lebih dari 60 tahun. Data tahun 2023 menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia mencapai 11,75% dari total populasi. Adanya penambahan usia, fungsi kognitif lansia cenderung menurun, terutama dalam hal daya ingat. Prevalensi gangguan daya ingat diperkirakan terjadi pada usia 50-59 tahun sebesar 30%, meningkat di atas usia 65 tahun menjadi 35-39%, dan 85% pada usia lebih dari 80 tahun. Kondisi ini dikenal sebagai demensia, yaitu suatu gangguan neurologis dengan ciri penurunan fungsi kognitif dan memori secara progresif. Di Indonesia, pada tahun 2022 tercatat terdapat sekitar 606.000 kasus demensia, dengan estimasi 191.000 kasus baru yang terjadi dalam tahun yang sama (Badan Pusat Statistik, 2023).

Demensia telah menjadi masalah kesehatan global yang dapat mempengaruhi jutaan orang di seluruh dunia, dimana setiap 3 detik 1 orang di dunia mengalami demensia (Alzheimers, 2020). Hal ini disebabkan karena demensia menjadi penyebab ke tujuh kematian diantara semua penyakit dan merupakan salah satu penyebab utama kecacatan serta ketergantungan di kalangan lansia (Hendro, 2023). Peneliti berasumsi bahwa peningkatan jumlah lansia

menyebabkan berbagai masalah bagi kehidupan lansia.

Menurut World Health Organization (WHO, 2021), jumlah kasus demensia lebih dari 55 juta orang diseluruh dunia. Setiap tahunnya terdapat hampir 10 juta kasus baru, sebagian besar peningkatan terjadi di negara-negara berkembang. Prevalensi kejadian demensia tertinggi pada tahun 2020 di Asia Timur sebanyak 11,50%, Asia Selatan sebanyak 8,41% dan Asia Tenggara sebanyak 4,31% dari populasi global dan akan meningkat setiap tahunnya (Vipin et al., 2021). Sedangkan menurut hasil survei Alzheimer Indonesia, prevalensi kasus demensia mengalami peningkatan dimulai dari tahun 2019 sebanyak 7,9% menjadi 27,9% pada tahun 2022 (Kemenkes, 2023; Nichols et al., 2022). Prevalensi peningkatan demensia di dunia meningkat dari tahun 2019 sampai dengan tahun 2022. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki jumlah lansia yang tinggi, akibatnya terdapat masalah kesehatan pada lansia yang menyebabkan gangguan fungsi kognitif yang berisiko pada demensia (Hendro, 2023). Demensia disebabkan karena gangguan fungsi kognitif dan memori yang cukup parah sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari (Saras, 2023).

Pada umumnya masyarakat menganggap demensia sebagai hal yang wajar karena proses penuaan

pada lansia. Namun demensia bukanlah bagian penuaan yang normal. Demensia terjadi sebagai akibat dari kerusakan sel-sel otak dimana sistem saraf tidak lagi membawa informasi ke dalam otak sehingga menyebabkan kemunduran pada daya ingat, keterampilan secara progresif, gangguan emosi, dan perubahan perilaku harian (Aggarwal et al., 2022). Dari penjelasan di atas bahwa demensia merupakan kondisi serius yang tidak seharusnya dianggap normal dalam proses penuaan. Tingginya prevalensi demensia pada lansia di dunia maupun Indonesia harus ditanggulangi dengan cepat dan tepat. Jika tidak diatasi dengan cepat, maka dapat berdampak pada fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi bagi kehidupan lansia, keluarga, masyarakat dan pemerintah (Han et al., 2022). Dampak demensia pada lansia yaitu perubahan emosi seperti kesedihan, kehilangan, kemarahan, dan ketidakpercayaan. Selain itu lansia akan mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasarnya ketika masalah demensia semakin berat sehingga meningkatkan rasio ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Lestari et al., 2023).

Data Organisasi Kesehatan Dunia (2024), menunjukkan bahwa populasi global yang berusia 60 tahun ke atas telah meningkat secara signifikan, dari 1 miliar orang pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar orang pada tahun 2024. Sementara itu, menurut Badan Pusat Statistik (2024), lanjut usia di Indonesia mencapai 12% dari total populasi, dengan rasio ketergantungan lanjut usia tercatat sebesar 17,76. Sebanyak 21 provinsi telah memasuki fase struktur penduduk lanjut usia karena persentase penduduk lanjut usia sudah di atas 10 persen, salah satunya adalah Provinsi Jawa Barat dengan total 11,25% (Badan Pusat

Statistik, 2024). Peningkatan jumlah ini berdampak signifikan, terutama terkait dengan penyakit yang berkaitan dengan proses penuaan.

Pada lanjut usia akan mengalami perubahan degeneratif alamiah, ditandai dengan penurunan kondisi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual, sehingga individu yang tadinya sehat dan mandiri menjadi lebih rentan terhadap berbagai kondisi kesehatan dan penyakit. Salah satunya adalah penurunan fungsi kognitif.

Fungsi kognitif mengacu pada kemampuan untuk menerima, memproses, menyimpan, dan menggunakan kembali informasi yang diterima melalui indera secara efektif. Fungsi ini mencakup beberapa komponen penting, seperti memori (kemampuan mengingat), atensi (kemampuan fokus dan berkonsentrasi), bahasa

(kemampuan berkomunikasi), motorik (kemampuan bergerak), dan kemampuan merencanakan dan mengambil keputusan⁴. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, riwayat penyakit, keterlibatan dan aktivitas sosial, baik aktivitas fisik maupun aktivitas kognitif. Data WHO (2022), ada sekitar 55 juta orang lansia mengalami penurunan kemampuan fungsi kognitif dan sekitar 7,7 juta lansia mengalami penurunan kemampuan kognitif per tahunnya.

Penurunan fungsi kognitif yang dialami lansia akan berakibat terhadap aktivitas sehari-hari dan ketergantungan terhadap orang lain. Strategi potensial yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan kognitif adalah dengan melatih atau memberikan stimulasi pada otak. Stimulasi otak dapat dilakukan dengan terapi stimulasi kognitif seperti aktivitas fisik, senam otak, terapi reminiscence, terapi musik, terapi seni, terapi puzzle, teka-teki

silang, atau bermain permainan yang membutuhkan konsentrasi, perhatian, orientasi (tempat, waktu, dan situasi), serta daya ingat. Terapi teka-teki silang (TTS) merupakan salah satu terapi puzzle yang memberikan stimulasi pada otak yang melibatkan daya ingat, bahasa, logika, dan penalaran kompleks. Terapi ini diyakini dapat merangsang dan melatih sebagian besar otak untuk berpikir dan mengingat sehingga dapat memperlambat proses penurunan kognitif.. *Crossword Puzzle Therapy* (CPT) dapat merangsang bagian otak yaitu oksipital temporal, lobus parietal, lobus midfrontal, lobus frontal, hipokampus dan korteks etrohinal yang dapat meningkatkan fungsi koqnitif pada lansia.

Strategi potensial yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan kognitif adalah dengan melatih atau memberikan stimulasi pada otak. Stimulasi otak dapat dilakukan dengan terapi stimulasi kognitif seperti aktivitas fisik, senam otak, terapi reminiscence, terapi musik, terapi seni, terapi puzzle, teka-teki silang, atau bermain permainan yang membutuhkan konsentrasi, perhatian, orientasi (tempat, waktu, dan situasi), serta daya ingat. Terapi teka-teki silang (TTS) merupakan salah satu terapi puzzle yang memberikan stimulasi pada otak yang melibatkan daya ingat, bahasa, logika, dan penalaran kompleks. Terapi ini diyakini dapat merangsang dan melatih sebagian besar otak untuk berpikir dan mengingat sehingga dapat memperlambat proses penurunan kognitif. *Crossword Puzzle Therapy* (CPT) dapat merangsang bagian otak yaitu oksipital temporal, lobus parietal, lobus midfrontal, lobus frontal, hipokampus dan korteks etrohinal yang dapat meningkatkan fungsi koqnitif pada lansia.

Urgensi dari penelitian ini adalah karena jumlah populasi lansia yang setiap tahunnya semakin bertambah dan yang beresiko untuk terjadinya penurunan koqnitif pada lansia sehingga menurunkan kualitas hidup, kemandirian serta meningkatkan beban keluarga dan pelayanan kesehatan.

KAJIAN PUSTAKA

Crossword Puzzle Therapy adalah intervensi non-farmakologis di mana lansia (terutama yang mengalami penurunan kognitif ringan atau risiko demensia) secara sistematis diajak untuk mengisi teka-teki silang ("crossword puzzles") sebagai bentuk stimulasi kognitif. Kegunaan *Crossword Puzzle Therapy* pada Lansia : Meningkatkan Fungsi Kognitif, Menunda Penurunan Memori / Cadangan Kognitif, Melatih Persepsi Sensorik dan Proses Mental, Meningkatkan Kemandirian dan Fungsi Sehari-hari, Meningkatkan Kesejahteraan Emosional dan Sosial, Terapi Non-Farmakologis yang Murah dan Mudah Diakses, Meningkatkan Aliran Darah ke Otak. Fungsi kognitif pada lansia adalah kemampuan otak untuk berpikir, mengingat, memahami informasi, membuat keputusan, memecahkan masalah, serta beradaptasi dengan lingkungan (Lusiana, 2025).

Fungsi ini secara alami akan mengalami penurunan seiring bertambahnya usia akibat perubahan struktur dan fisiologis otak (penyusutan volume otak, penurunan neurotransmitter, perfusi otak menurun). Pentingnya Menjaga Fungsi Kognitif bagi Lansia baik membantu lansia dalam: mempertahankan kemandirian, menjaga kualitas hidup, mencegah demensia, tetap mampu berinteraksi social, membuat keputusan sehari-hari dengan aman. Fungsi kognitif pada lansia terdiri dari beberapa

komponen penting yang saling berkaitan dalam menunjang kemampuan mental sehari-hari. Salah satu komponen utama adalah memori, yaitu kemampuan menyimpan, mempertahankan, dan mengingat kembali informasi. Pada lansia, penurunan memori jangka pendek dan memori episodik sering menjadi keluhan utama (Lintin, 2019). Komponen berikutnya adalah perhatian dan konsentrasi, yaitu kemampuan untuk memfokuskan pikiran pada suatu tugas atau informasi tertentu. Lansia sering mengalami gangguan atensi selektif dan atensi terbagi, sehingga mudah terdistraksi dan kurang fokus. Selain itu, terdapat fungsi eksekutif, yaitu kemampuan merencanakan, membuat keputusan, memecahkan masalah, mengendalikan diri, serta berpikir abstrak. Penurunan fungsi eksekutif dapat memengaruhi kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari. Komponen lainnya adalah kemampuan bahasa, yang mencakup pemahaman bahasa, kelancaran berbicara, dan kemampuan menemukan kata (*word-finding*) (Akhmad, 2019)

Pada lansia, kesulitan mencari kata merupakan gejala yang umum. Komponen penting selanjutnya adalah kemampuan visuospasial, yaitu kemampuan memahami orientasi ruang, jarak, bentuk, dan hubungan antar objek. Gangguan pada kemampuan ini dapat menyebabkan lansia mudah tersesat atau kesulitan mengenali lingkungan. Terakhir adalah kecepatan pemrosesan informasi, yaitu kemampuan otak untuk memproses dan menanggapi informasi dengan cepat (Bagou, 2022). Kecepatan ini biasanya menurun seiring bertambahnya usia, sehingga lansia memerlukan waktu lebih lama untuk memahami instruksi atau menyelesaikan tugas kognitif tertentu. Secara

keseluruhan, keenam komponen ini berperan penting dalam mempertahankan fungsi mental dan kemandirian lansia.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan metode penelitian *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Tujuan dari desain ini untuk mengetahui efektifitas *Crossword Puzzle Therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di puskesmas sindang barang. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Jumlah sampel pada penelitian ini 16 responden. Data di peroleh menggunakan observasi, dan pengisian tes MMSE. Kelompok intervensi diberikan CPT selama 30-45 menit, 3 kali per minggu selama 4 minggu dengan klasifikasi hasil Nilai: 24 -30: normal, Nilai: 17-23 : gangguan fungsi kognitif ringan, Nilai: 0-16: gangguan fungsi kognitif berat. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangbarang pada bulan April - Agustus 2025, dengan jumlah responden 16 orang. Data yang terkumpul dianalisis melalui beberapa tahap: Analisis Univariat : digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan skor fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi) dalam bentuk distribusi frekuensi. Analisis Bivariat : Untuk mengetahui efektifitas fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan *Crossword Puzzle Therapy* pada kelompok intervensi, digunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan SPSS.

HASIL PENELITIAN

Table 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden, Fungsi kognitif sebelum diberikan *Crossword Puzzle Therapy* & Fungsi kognitif sesudah diberikan *Crossword Puzzle Therapy*

Karakteristik Gender	Frekuensi	Persentase (%)
Man	7	44
Woman	9	56
Karakteristik Age (Year)	Frekuensi	Persentase (%)
60-69	8	50
70-79	5	31
80-89	1	6
>90	2	13
Fungsi kognitif sebelum diberikan <i>Crossword Puzzle Therapy</i>		
	Frekuensi	Persentase (%)
Gangguan fungsi Kognitif berat	4	25.0
Gangguan fungsi Kognitif ringan	12	75.0
Normal	0	0
Fungsi kognitif sesudah diberikan <i>Crossword Puzzle Therapy</i>		
	Frekuensi	Persentase (%)
Gangguan fungsi Kognitif berat	3	18.8
Gangguan fungsi Kognitif ringan	10	62.5
Normal	3	18.8
Total	16	100.0

Berdasarkan tabel, diketahui dari 16 responden, sebanyak 9 (56%) responden berkarakteristik gender wanita, 8 (50%) dengan usia 60-69 tahun. Distribusi frekuensi fungsi kognitif sebelum diberikan crossword puzzle therapy dari 16

responden terdapat 12 (75.0%) dengan gangguan fungsi kognitif ringan dan distribusi frekuensi fungsi kognitif sesudah diberikan crossword puzzle therapy terdapat 10 (62.5%) responden dengan gangguan fungsi kognitif ringan.

Table 2. Uji Normalitas Crossword Puzzle Therapy (CPT) Terhadap Gangguan Kognitif

<i>Crossword Puzzle Therapy</i>	<i>Shapiro Wilk (Sig.)</i>
<i>Pretest</i>	0.000
<i>Posttest</i>	0.002

Berdasarkan hasil Tabel diatas diketahui bahwa Hasil Uji Normalitas menggunakan rumus *Shapiro Wilk* menunjukkan semua data pada

pretest dan *posttest* dengan nilai *p value* < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal.

Table 3. Uji Jipotesis Efektifitas *Crossword Puzzle Therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia.

Test Statistics ^a	
	Post-Test - Pre-Test
Z	-3.532 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Berdasarkan Tabel dapat diketahui Efektifitas *Crossword Puzzle Therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia terdapat

nilai p-value 0.000 yang artinya ada pengaruh Efektifitas *Crossword Puzzle Therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia.

PEMBAHASAN

Fungsi Koqnitif Lansia Sebelum diberikan *Crossword Puzzle Therapy* (CPT)

Dari 16 responden, distribusi frekuensi fungsi koqnitif pada lansia sebelum diberikan *Crossword Puzzle Therapy* (CPT) terdapat 12 responden (75 %) dengan hasil gangguan fungsi koqnitif ringan.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Selviyanti F, dan Khamid A, 2024 yang berjudul pengaruh terapi puzzle terhadap peningkatan fungsi koqnitif pada pasien stroke iskemik di RS Islam Jakarta Pondok Kopi di dapatkan hasil sebelum diberikan terapi dari 55 responden terdapat 49 responden yang mengalami gangguan fungsi koqnitif ringan.

Penurunan fungsi koqnitif merupakan kondisi umum yang terjadi seiring bertambahnya usia dan berkembang secara perlahan. Hal ini terjadi akibat perubahan genetik yang mengakibatkan penurunan protein beta amiloid pada sel neuron ekstraseluler dan kelainan protein atau pada intraneuron sehingga impuls saraf ke otak terganggu. Penurunan fungsi koqnitif dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu usia, faktor genetik, jenis kelamin, aktivitas dan

keterlibatan sosial, serta tingkat Pendidikan (Fantika, 2025).

Menurut analisa peneliti, hasil gangguan fungsi koqnitif ringan dikarenakan karena 8 reponden (50 %) berusia 60 - 69 tahun termasuk dalam kategori pra lanjut usia, dimana secara fisiologis mengalami perubahan pada otak seperti penyusutan dan penurunan fungsi saraf, sehingga mempengaruhi kemampuan mengingat dan memproses informasi sehingga diperlukan latihan-latihan untuk meningkatkan fungsi koqnitif pada lansia yang salah satunya adalah dengan menggunakan *Crossword Puzzle Therapy* (CPT).

Fungsi Koqnitif Lansia Setelah diberikan *Crossword Puzzle Therapy* (CPT)

Diketahui dari 16 responden, distribusi frekuensi perilaku perawatan luka saat *Posttest* terdapat 10 responden (62 %) dengan hasil gangguan fungsi koqnitif ringan.

Setelah diberikan terapi Puzzle dari 55 responden terdapat 19 responden yang mengalami gangguan fungsi koqnitif ringan. Menurut analisa peneliti, gangguan fungsi koqnitif pada lansia setelah diberikan *Crossword Puzzle Therapy*

(CPT) mengalami penurunan dari lansia yang mengalami gangguan fungsi koqnitif ringan sebanyak 12 responden menjadi 10 responden yang mengalami gangguan fungsi koqnitif. Latihan *puzzle therapy* memberikan rangsangan ke otak melalui stimulus-stimulus yang mengakibatkan otak aktif bekerja dalam mengolah, mengambil, serta menginterpretasikan informasi tersebut, sehingga *therapy puzzle* dapat meningkatkan fungsi koqnitif pada lansia

Pengaruh Crossword Puzzle Therapy (CPT) dengan Gangguan Fungsi Kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, jika distribusi data tidak memenuhi syarat normalitas, peneliti memilih Uji Hipotesis non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil uji ini memperlihatkan nilai signifikansi (sig.) adalah 0,000. Ketika nilai $p\text{-value} \leq 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan begitu, berdasarkan hasil ini terdapat pengaruh yang signifikan dari *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* dengan Fungsi Koqnitif pada Lansia.

Melalui *puzzle*, kedua belahan otak akan terlatih. Aktivitas melalui *puzzle therapy* yang dilakukan secara berkelanjutan akan melatih sel-sel otak pada bagian hipokampus dan akan meningkatkan efisiensi serta kapasitas sel-sel otak itu sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Komsin dan Isnaini (2020), yang menemukan bahwa bagian otak yang dirangsang melalui terapi ini adalah otak bagian hipokampus dan korteks entorhinal. *Puzzle therapy* juga memberikan pengaruh pada persepsi, pemahaman, analisis, retrieval, dan eksekusi. Adapun hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan terapi ini adalah penjadwalan secara rutin terkait pelaksanaan *puzzle*

therapy. Perlakuan secara rutin akan memberikan efek yang lebih baik dibandingkan hanya satu atau dua kali perlakuan (Erwanto & Kurniasih, 2020).

Menurut analisa peneliti, disimpulkan bahwa *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* berpengaruh positif pada fungsi koqnitif lansia. Kegiatan ini terbukti dapat menstimulasi kemampuan berpikir, melatih daya ingat, konsentrasi, serta memperkuat proses pemecahan masalah. Lansia yang rutin menerapkan *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* mengalami skor peningkatan dibandingkan sebelum diberikan intervensi, dengan demikian *crossword puzzle therapy* dapat dijadikan salah satu alternatif non farmakologi yang sederhana, menyenangkan dan mudah diterapkan dalam upaya penanganan penurunan fungsi koqnitif pada lansia.

KESIMPULAN

Diketahui dari 16 responden bahwa fungsi koqnitif lansia sebelum diberikan *crossword Puzzle Therapy (CPT)* menunjukkan bahwa sebanyak 12 responden (75%) dengan hasil Gangguan Fungsi Koqnitif Ringan, dan setelah diberikan *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* menunjukkan sebanyak 10 responden (62 %) dengan hasil Gangguan Fungsi Koqnitif Ringan. Hasil Uji Normalitas menggunakan rumus *Shapiro Wilk* menunjukkan semua data pada *pretest* dan *posttest* dengan nilai $p\text{ value} < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Berdasarkan hasil dari uji hipotesis *wilcoxon signed rank test* dilihat dari nilai Sig. (signifikan) yaitu 0,000. Maka, jika $P\text{ value} < 0,05$ (H_a diterima, H_0 ditolak) sehingga ada pengaruh *Crossword Puzzle Therapy (CPT)* dengan Fungsi Kognitif pada Lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, N. K. (2024). *Pengaruh Terapi Stimulasi Kognitif (Cst) Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Lansia Demensia Ringan Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (Lks-Lu) Pangesti Lawang Kabupaten Malang* (Doctoral Dissertation, Stikes Panti Waluya Malang).
- Akhmad, A., Sahmad, S., Hadi, I., & Rosyanti, L. (2019). Mild Cognitive Impairment (Mci) Pada Aspek Kognitif Dan Tingkat Kemandirian Lansia Dengan Mini-Mental State Examination (Mmse). *Health Information: Jurnal Penelitian*, 11(1), 48-58.
- Bagou, M. (2022). *Hubungan Kemampuan Kognitif Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Di Desa Tenggela* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Gorontalo).
- Dayuningsih, Dkk (2025). Fungsi Kognitif Pada Lansia Dg Pemberian Terapi Puzzle Di Pstw X. *Malahayati Health Student Journal*, P_Issn : 2746-198, E_Issn :2746 - 3486 Vol.5 No.2, Doi :<https://doi.org/10.33024/Mahesa.V5i2.16158>
- Erwanto R & Kurniasih D.E (2020), The Effectiveness Of Puzzle Therapy On Cognitive Functions Among Elderly With Dementia At Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (Bpstw) Yogyakarta Indonesia, *Bali Medical Journal*, 9 (1), 86-90. <https://doi.org/10.15562/Bmj.V9i1.1628>
- Fantika, I. A. (2025). *Implementasi Terapi Musik Dangdut Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia Di Puskesmas Kramat* (Doctoral Dissertation, Politeknik Harapan Bersama).
- Isnaini N, Khomsin N.K (2020), Pengaruh Cpt Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Panti Pelayanan Sosial, *Jurnal Kesmas Sriwijaya (Jkes)*, 10 (1), 57 - 61.
- Isnaini, N., & Komsin, N. K. (2020). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Pemberian Terapi Puzzle. *Jurnal Human Care*, 5(4), 1060-1066.
- Komsin, N. K. (2020). *Pengaruh Crossword Puzzle Therapy (Cpt) Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (Ppslu) Sudagaran Banyumas* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto).
- Komsin, N. K., & Isnaini, N. (2020). The Effect Of Crossword Puzzle Therapy (Cpt) On The Cognitive Function Of Elderly In Sudagaran Old Age Home (Ppslu), Banyumas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(1), 77-92.
- Kusumastuti, F. R. (2026). Penerapan Terapi Pengalihan Perhatian: Bermain Crossword Puzzle Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori. *Journal Of Nursing*, 3(1), 1-7.
- Lintin, R. (2022). *Hubungan Antara Kemampuan Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Activity Daily Living (Adl) Pada Lansia Di Yayasan Batara Hati Mulia Kabupaten Gowa= The Relationship Between Cognitive Ability And The Level Of Independence Of Activity Daily Living (Adl) In The Elderly In Batara Hati*

- Mulia Foundation, Gowa Regency (Doctoral Dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Lusiana, R. (2025). *Pengaruh Terapi Bermain Ular Tangga Terhadap Tingkat Kognitif Pada Lansia Di Uptd Pslu Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2025* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).
- M. Noer Rachmawaty, Dkk (2021) *Pengaruh Cpt Terhadap Fungsi Kognitif*
- Margiyati, M., Ningrum, T. F., Rahmanti, A., & Lestari, M. I. (2021). *Pengaruh Terapi Puzzle Wapuan Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Setyamanunggal Iii. Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 3(2), 35-43.
- Noer, R. M., Safitri, D. A., & Wulandari, Y. (2025). *Pengaruh Crossword Puzzle Therapy (Cpt) Terhadap Fungsi Kognitif Lansia. Initium Medica Journal*, 5(1), 24-32.
- Prahasasgita, M. S., & Lestari, M. D. (2023). *Stimulasi Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Indonesia: Tinjauan Literatur. Buletin Psikologi*, 31(2), 247-264.
- Selviyanti F, Khamid A (2024). *Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Pasien Stroke Iskemik Di Rs Islam Jakarta Pondok Kopi, Malahayati Health Student Journal*, P.Issn : 2746-198x, Vol. 4 No.12, Doi : <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V4i12.16.220>.
- Theresia, E. N., Pranata, L., & Hardika, B. D. (2025). *Penerapan Terapi Teka-Teki Silang Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di*
- Panti Werdha. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(4), 306-317.
- Zainurridha, Dkk (2021), *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Kognitif Lansia*, *Journal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, P_Issn 2086 - 3098, E_Issn 2502- 7778, Doi : <https://doi.org/10.33846/Sf.V12i3.1373>