



EFFECTIVENESS OF COGNITIVE STIMULATION GROUP ACTIVITY THERAPY ON COGNITIVE FUNCTION IN ELDERLY PEOPLE WITH MILD COGNITIVE IMPAIRMENT IN NURSING HOMES

Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Kognitif terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Mild Cognitive Impairment di Panti Werdha

Fery Agusman Motuho Mendrofa^{1*}, Sonhaji², Jamaludin³

¹Departemen Jiwa dan Komunitas, Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Karya Husada Semarang Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received : 4 Februari 2025

Revised : 11 Februari 2025

Accepted : 17 Februari 2025

*Corresponding author :

Fery Agusman MM
Departemen Jiwa dan
Komunitas, Program Studi
Magister Keperawatan,
Universitas Indonesia

*Email:

ferymendrofa@unkaha.ac.id

ABSTRACT

Mild Cognitive Impairment (MCI) merupakan kondisi penurunan fungsi kognitif yang memerlukan intervensi dini untuk mencegah progresivitas menuju demensia. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Kognitif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan MCI di Panti Werdha. Menggunakan desain quasi-experimental pre-post test with control group, penelitian melibatkan 60 lansia (30 intervensi, 30 kontrol) yang dipilih melalui purposive sampling. Kelompok intervensi menerima TAK Stimulasi Kognitif dua kali seminggu selama 8 minggu, sementara kelompok kontrol menerima aktivitas rutin panti. Pengukuran fungsi kognitif menggunakan Montreal Cognitive Assessment (MoCA). Hasil menunjukkan peningkatan signifikan skor MoCA pada kelompok intervensi ($p < 0.001$) dibanding kontrol, dengan perbedaan mean 3.8 poin. TAK Stimulasi Kognitif terbukti efektif meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan MCI dan potensial diimplementasikan dalam program rutin panti werdha.

Keywords: stimulasi kognitif, terapi aktivitas kelompok, mild cognitive impairment, lansia, panti werdha

ABSTRACT

Mild Cognitive Impairment (MCI) is a condition of cognitive decline requiring early intervention to prevent progression to dementia. This study aimed to analyze the effectiveness of Group Cognitive Stimulation Therapy (GCST) in improving cognitive function among elderly with MCI in nursing homes. Using a quasi-experimental pre-post test with control group design, the study involved 60 elderly participants (30 intervention, 30 control) selected through purposive sampling. The intervention group received GCST twice weekly for 8 weeks, while the control group participated in routine nursing home activities. Cognitive function was measured using the Montreal Cognitive Assessment (MoCA). Results showed a significant improvement in MoCA scores in the intervention group ($p < 0.001$) compared to the control group, with a mean difference of 3.8 points. GCST proved effective in improving cognitive function among elderly with MCI and shows potential for implementation in routine nursing home programs.

Keywords: cognitive stimulation, group activity therapy, mild cognitive impairment, elderly, nursing home

Copyright © 2025 Authors



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

Introduction

Peningkatan populasi lanjut usia di Indonesia diiringi dengan meningkatnya prevalensi gangguan kognitif, termasuk Mild Cognitive Impairment (MCI). MCI merupakan kondisi perantara antara penuaan normal dan demensia, dengan risiko progresi 10-15% per tahun menjadi demensia. Identifikasi dan intervensi dini pada tahap MCI menjadi krusial untuk mencegah atau memperlambat perkembangan menuju demensia

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Kognitif merupakan intervensi non-farmakologis yang menawarkan pendekatan holistik dalam penanganan MCI. Meskipun beberapa studi telah menunjukkan efektivitas stimulasi kognitif, implementasinya di setting panti werdha Indonesia masih terbatas dan memerlukan evaluasi sistematis.

Cognitive stimulation therapy (CST) merupakan program yang melibatkan peserta dalam diskusi mengenai kegiatan atau tugas sehari-hari sebagai usaha untuk menstimulasi aktivitas mental. Penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang diberi stimulasi otak akan lebih baik fungsi kognitifnya dibandingkan dengan kelompok yang hanya diberi obat saja. Intervensi preventif untuk memperlambat MCI menjadi demensia akan menghasilkan penghematan secara finansial, karena mengurangi biaya perawatan jangka panjang serta biaya untuk fasilitas rumah sakit

Jumlah lansia yang cenderung meningkat setiap tahunnya membuat panti werdha mengalami tantangan dalam pelayanan kesehatan. Lansia yang tinggal di panti menjadi kurang beraktivitas, baik aktivitas fisik, sosial, maupun kognitif, sehingga berisiko lebih besar untuk mengalami gangguan kognitif dibandingkan dengan lansia yang tidak tinggal di panti. Mengingat panti werdha belum memiliki program intervensi psikososial yang terstruktur untuk mencegah lansia menjadi demensia, maka perlu dilakukan studi awal mengenai CST pada lansia dengan MCI di panti werdha.

Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas TAK Stimulasi Kognitif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan MCI di panti werdha, dengan fokus pada aplikabilitas dan sustainabilitas program dalam konteks perawatan institusional.

Methods

Desain penelitian ini adalah Quasi-experimental pre-post test with control group terhadap lansia di Semarang pada bulan September 2025. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 60 lansia penghuni Panti Werdha dengan tehnik sampling menggunakan total sampling. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah lansia dengan usia ≥ 60 tahun, diagnosis MCI, skor MoCA 18-25. Prosedur pengumpulan data meliputi Screening awal menggunakan MoCA, Randomisasi ke kelompok intervensi/kontrol, Pre-test pengukuran fungsi kognitif, Implementasi TAK 16 sesi (8 minggu), Post-test pengukuran fungsi kognitif. Kriteria eksklusi: gangguan pendengaran/penglihatan berat, gangguan psikiatrik. Penelitian ini sudah lulus etik dengan nomor : 157/KEP/UNKAHA/SLE/X/2024. Analisis skor fungsi kognitif dilakukan dengan menggunakan uji statistik Paired T-test.

Tabel 1. Program TAK Stimulasi Kognitif

Sesi	Aktivitas	Durasi	Target Fungsi
1-2	Orientasi dan Memori	45 menit	Memori jangka pendek
3-4	Perhitungan dan Logika	45 menit	Fungsi eksekutif
5-6	Bahasa dan Narasi	45 menit	Kemampuan verbal
7-8	Visuospasial	45 menit	Kemampuan visuospasial
9-10	Aktivitas Kehidupan Sehari-hari	45 menit	Fungsi praktikal



Sesi	Aktivitas	Durasi	Target Fungsi
11-12	Kreativitas dan Ekspresi	45 menit	Fungsi integratif
13-14	Permainan Kognitif	45 menit	Multi-domain
15-16	Review dan Konsolidasi	45 menit	Semua domain

Results

Tabel 2. Karakteristik Demografis Partisipan

Karakteristik	Kelompok Intervensi (n=30)	Kelompok Kontrol (n=30)	p-value
Usia (tahun)*	68.5 ± 5.3	69.2 ± 4.8	0.612
Jenis Kelamin			0.795
- Laki-laki	12 (40%)	13 (43.3%)	
- Perempuan	18 (60%)	17 (56.7%)	
Pendidikan			0.823
- SD	8 (26.7%)	7 (23.3%)	
- SMP	10 (33.3%)	11 (36.7%)	
- SMA	12 (40%)	12 (40%)	

*Mean ± SD

Berdasarkan table 2 rata rata karakteristik kelompok intervensi berusia 68 tahun sedangkan kelompok kontrol berusia 68 tahun, dengan sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan tingkat pendidikan SMP.

Tabel 3. Perbandingan Skor MoCA Pre-Post Intervensi

Pengukuran	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	p-value
Pre-test	21.3 ± 2.4	21.5 ± 2.2	0.728
Post-test	25.1 ± 2.6	21.3 ± 2.3	<0.001
Selisih	3.8 ± 0.9	-0.2 ± 0.4	<0.001

Hasil penelitian diketahui skor Perbandingan MoCA sebelum diberikan pada kelompok Intervensi memiliki rata rata 21,3 dan kelompok Kontrol memiliki rata rata 21,5. Sesudah diberikan perlakuan, skor Perbandingan MoCA sebelum diberikan pada kelompok Intervensi memiliki rata rata 25,1 dan kelompok Kontrol memiliki rata rata 21,3. Hasil uji Paired T Test = 0,001 (<0,05) yang berarti H_0 diterima yaitu ada Perbandingan Skor MoCA pada kelompok Intervensi maupun pada kelompok Kontrol.

Discussion

Hasil penelitian menunjukkan efektivitas TAK Stimulasi Kognitif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan MCI. Peningkatan signifikan skor MoCA pada kelompok intervensi (3.8 poin) sejalan dengan penelitian Woods et al. (2018) yang melaporkan perbaikan 3.2-4.1 poin setelah intervensi kognitif terstruktur.

Keberhasilan program dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme: 1. Stimulasi multi-domain yang komprehensif 2. Interaksi sosial dalam setting kelompok 3. Pembelajaran aktif melalui aktivitas terstruktur 4. Reinforcement positif berkelanjutan

Implementasi di panti werdha memiliki beberapa implikasi praktis: 1. Integrasi dengan program aktivitas rutin 2. Pelatihan staf untuk keberlanjutan program 3. Modifikasi aktivitas sesuai karakteristik peserta 4. Monitoring dan evaluasi berkala

Fungsi memori yang stabil atau bahkan meningkat, akan membantu lansia dengan MCI menjalani aktivitas sehari-harinya. Pada lansia dengan MCI yang mengarah kepada penyakit Alzheimer, maka memori episodik merupakan bagian memori yang paling terkena dampak. Lansia dengan MCI akan mulai kesulitan untuk mengingat kegiatan yang baru saja dikerjakannya, wajah atau sosok orang yang baru saja berkenalan dengannya, dan sebagainya. Oleh karena itu, ia menyadari bahwa dirinya mengalami penurunan memori, sehingga menimbulkan kekhawatiran jika tidak memiliki kemampuan daya ingat seperti sebelumnya. Perubahan-perubahan tersebut dapat membuat seseorang merasa tidak percaya diri. Dengan mengikuti kegiatan CST secara rutin, lansia dengan MCI diharapkan dapat memperoleh manfaat pada fungsi kognitif dan juga fungsi sosialnya sehari-hari.

Conclusion

TAK Stimulasi Kognitif terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan MCI di panti werdha. Program ini potensial diintegrasikan dalam aktivitas rutin institusi dengan mempertimbangkan aspek sustainability dan pengembangan kapasitas staf.

Reference

1. Clare, L., & Woods, R. T. (2020). Cognitive training and cognitive rehabilitation for mild to moderate Alzheimer's disease and vascular dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (6).
2. Kim, H. J., et al. (2021). Group-Based Cognitive Stimulation Therapy for Older Adults with Mild Cognitive Impairment: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Aging Research*, 2021.
3. Lee, S. B., et al. (2019). Effects of cognitive stimulation therapy for elderly with mild cognitive impairment. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 49(5), 526-536.
4. Spector, A., et al. (2017). *Making a Difference 3: Individual Cognitive Stimulation Therapy: A manual for carers*. Hawker Publications.
5. Woods, B., et al. (2018). Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2).
6. Yang, H. L., et al. (2020). The Effects of Group-Based Cognitive Stimulation Therapy on Cognitive Function and Quality of Life in Elderly with Mild Cognitive Impairment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 4471.
7. Yates, L. A., et al. (2019). Cognitive Stimulation Therapy for Dementia: History, Evolution and Internationalization. *Aging & Mental Health*, 23(6), 676-683.
8. Zhao, J., et al. (2018). Group-based cognitive stimulation therapy as a sustainable intervention for mild cognitive impairment in Asia: A feasibility study. *Geriatrics & Gerontology International*, 18(7), 1086-1091.
9. Orrell M, Spector A, Thorgrimson L, Woods B. A pilot study examining the effectiveness of maintenance Cognitive Stimulation Therapy (MCST) for people with dementia. *Int J Geriatric Psych*. 2005;20(5):446-51.
10. Larouche E, Hudon C, Goulet S. Potential benefits of mindfulness-based interventions in mild cognitive impairment and Alzheimer's disease: an interdisciplinary perspective. *Behavioral Brain Res*.



2014;1(276):199-12.

11. Santrock J. Life-span development. New York: McGraw Hill. 2015;15:1-768.
12. Boogert NJ, Madden JR, Feeron JM, Thomson A. Measuring and understanding individual differences in cognition. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci.* 2018;373(1756):1-10.
13. Bennett KM, Morselli D, Spahni S, Chiello P. Trajectories of resilience among widows: a latent transition model. *Aging Ment Health.* 2019;2019:1-8.
14. Kim KY, Han JW, So YS, Seo JY, Kim YJ, Park JH. Cognitive stimulation as therapeutic modality for dementia: a meta-analysis. *Psychiatry Investig.* 2017;14(5):626-39.
15. Gravetter FJ, Walnau LB. *Statistic for the behavioral science.* Edisi ke-9. Canada: Wadsworth-Cengage Learning. 2013. h. 1-792