

## TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK JIGSAW PUZZLE GAME UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN INTERAKSI SOSIAL LANSIA DI DESA LOK BANTAN DALAM RT 02 KABUPATEN BANJAR

Ahmad Habibi<sup>\*)1)</sup>; Afni Anggraini<sup>2)</sup>; Nur Aisah<sup>3)</sup>; Siti Irma Nur Aina<sup>4)</sup>  
Rian Tasalim<sup>5)</sup>; Ansor<sup>6)</sup>

<sup>1)2)3)4)5)</sup>Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia  
Banjarmasin, Indonesia

<sup>6)</sup>Puskesmas Sungai Tabuk 2, Indonesia

E-mail: [ahmadhabibi1308@gmail.com](mailto:ahmadhabibi1308@gmail.com)

### Abstrak

Masa tua adalah tahap kehidupan terakhir yang manusia lalui, dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari lagi (tahap penurunan). Perasaan rendah diri yang dialami lansia mengakibatkan lansia merasa minder dan berkurang dalam interaksi sosialnya. Kekurangan interaksi sosial dapat memunculkan perasaan kesepian pada lansia. Kesepian adalah suatu rasa ketidaknyamanan yang berkaitan dengan keinginan untuk melakukan lebih banyak kontak dengan orang lain. Akibat dari rasa kesepian dapat menyebabkan stres, depresi, dan keadaan status mental yang kurang stabil. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan desa Lok Baintan Dalam RT 02, terdapat banyak lansia yang mengalami penurunan dalam interaksi sosialnya dan kebanyakan lansia hanya berdiam diri dirumah masing-masing. Kegiatan pengabdian yang kami lakukan untuk mengatasi permasalahan interaksi sosial di daerah tersebut adalah dengan melakukan terapi aktivitas kelompok (TAK) jigsaw puzzle. Terapi jigsaw puzzle dilakukan karena dalam permainan ini dapat melatih kerjasama, kemampuan berfikir, melatih koordinasi antara lansia, melatih nalar, dan juga kesabaran. Hasil dari kegiatan pengabdian ini setelah dilakukan TAK kemampuan interaksi sosial lansia meningkat yang dibuktikan adanya peningkatan skor kemampuan interaksi sosial lansia berdasarkan kuesioner tingkat interaksi sosial dengan hasil 20% lansia dalam kategori interaksi sosial cukup baik dan 60% lansia dalam kategori interaksi sosial baik.

**Kata kunci:** Interaksi Sosial; Jigsaw Puzzle; Lansia; Terapi Aktivitas Kelompok

### Abstract

**[JIGSAW PUZZLE GAME GROUP ACTIVITY THERAPY TO IMPROVE ELDERLY SOCIAL INTERACTION ABILITY IN LOK BANTAN VILLAGE IN RT 02, BANJAR DISTRICT]** Old age is the last stage of life that humans go through, where at this time a person experiences physical, mental, and social decline little by little so that he cannot carry out his daily tasks anymore (declination stage). Feelings of inferiority experienced by the elderly result in the elderly feeling inferior and reduced in their social interactions. Lack of social interaction can lead to feelings of loneliness in the elderly. Loneliness is a feeling of discomfort associated with a desire to have more contact with other people. The consequences of feeling lonely can cause stress, depression, and an unstable mental status. Based on the results of a survey conducted by the village of Lok Baintan Dalam RT 02, there are many elderly people who have experienced a decrease in their social interaction and most of the elderly just stay silent in their respective homes. The community service activities that we do to overcome the problems of social interaction in the area are by doing jigsaw puzzle group activity therapy (TAK). Jigsaw puzzle therapy is carried out because in this game it can train cooperation, thinking skills, train coordination between the elderly, train reason, and patience. The results of this service activity after the TAK was carried out, the ability of the elderly's social interaction increased as evidenced by an increase in the score of the elderly's social interaction ability based on the social interaction level questionnaire with the results of 20% of the elderly in the category of quite good social interaction and 60% of the elderly in the category of good social interaction.

**Keywords:** Elderly; Group Activity Therapy; Jigsaw Puzzles; Social Interaction

### 1. Pendahuluan

Masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari lagi (tahap penurunan). Semakin baik interaksi sosial maka perasaan tidak kesepian semakin rendah. Perasaan rendah diri yang dialami lansia mengakibatkan lansia merasa minder dan berkurang dalam interaksi sosialnya (Fahrudiana, Rejeki, & Efendi, 2023).

Data Biro Sensus Amerika Serikat memperkirakan di Indonesia akan mengalami penambahan warga lanjut usia pada tahun 1998-2030 yaitu sebesar 55%. Menurut data profil kesehatan yang dilaporkan oleh Departemen Kesehatan tahun 2016 terdapat 8,3% populasi usia lanjut 60 tahun ke atas dari total penduduk (populasi usia lanjut kurang lebih 17 juta) (Tna'auni dkk, 2021). Indonesia termasuk negara yang memasuki penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Badan pusat statistik memperkirakan tahun 2020 lanjut usia di Indonesia akan berjumlah 28,8 juta atau 11,34% dari jumlah penduduk Indonesia, pertumbuhan jumlah lanjut usia di Indonesia tercatat paling pesat di dunia dalam kurun waktu tahun 1990- 2025 (Pragholapati, 2021).

Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri mencatat jumlah penduduk Kalimantan Selatan (Kalsel) sebanyak 4,1 juta jiwa pada Juni 2021. Dari jumlah tersebut, terdapat 2,89 juta jiwa (70,45%) yang merupakan kelompok usia produktif. Usia produktif adalah penduduk yang berusia dalam rentang 15-64 tahun. Terdapat pula 185,11 ribu jiwa (4,51%) yang merupakan kelompok usia sudah tidak produktif (65 tahun ke atas) (Margiyati, 2021). Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan membawa dampak terhadap berbagai kehidupan. Dampak utama peningkatan lansia ini adalah peningkatan ketergantungan lansia. Ketergantungan ini disebabkan oleh kemunduran fisik, psikis, dan sosial lansia. Permasalahan sosial lansia tidak terlepas dari penurunan kemampuan interaksi sosial lansia saat sudah mencapai usia lanjut (Oktavianti dan Setyowati, 2020).

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan timbal balik, saling mempengaruhi serta tidak terpisahkan dari suatu hubungan yang terjadi antar individu, sosial dalam kehidupan sehari-hari. Jika melihat kondisi tersebut sebagian lansia mengalami proses degeneratif yang menyebabkan lansia mengalami penurunan fisik, psikologis dan sosial, salah satu dampaknya yaitu penarikan diri dengan lingkungan, tidak memiliki dukungan sosial keluarga, teman, lingkungan sekitar dan secara tidak langsung mengalami perubahan yang dialami lansia (Utami dan Rahayu, 2020).

Berdasarkan hasil survei yang kelompok kami lakukan di desa Lok Baintan Dalam RT 02 para lansia di daerah tersebut kebanyakan mengalami permasalahan interaksi sosial yang dibuktikan dari hasil pengisian kuesioner interaksi sosial dan hasil dari pengamatan langsung kelompok kami di desa tersebut. Salah satu cara untuk meningkatkan interaksi sosial adalah dengan melakukan permainan dan mengajak lansia berkumpul di satu tempat.

Permainan yang terbukti efektif untuk meningkatkan interaksi sosial lansia berdasarkan penelitian Tna'auni dkk, (2021) salah satunya adalah permainan *jigsaw puzzle game*. Hasil penelitiannya dia membuktikan ada pengaruh *jigsaw puzzle game* sebagai TAK untuk meningkatkan interaksi sosial lansia.

Berdasarkan uraian diatas kelompok kami tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat khususnya kepada para lansia di desa Lok Baintan Dalam RT 02, dengan melakukan TAK *jigsaw puzzle game* untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial para lansia di daerah tersebut.

## 2. Metode

Metode yang digunakan dalam pengabdian yang kami lakukan adalah dengan melakukan survey secara langsung, *deep interview*, ceramah, dan *small group discussion* (SGD). Pengabdian berkerjasama dengan para lansia di daerah tersebut untuk melaksanakan program pengabdian ini. Program pengabdian yang dilakukan yaitu mengadakan TAK *jigsaw puzzle game* untuk meningkatkan interaksi sosial lansia.

Pengumpulan data menggunakan alat tulis, kuesioner interaksi sosial, dan aplikasi Microsoft excel untuk menganalisis hasil *pre* dan *post* dari pengisian kuesioner interaksi sosial lansia untuk mengetahui hasil akhir dari kegiatan pengabdian ini.

Setelah dilakukan seleksi sesuai kriteria responden yang kami tetapkan terdapat lima lansia yang memenuhi kriteria tersebut untuk ikut dalam kegiatan TAK kami. Adapun kriteria responden yang kami tetapkan diantaranya sebagai berikut:

- a. Berusia  $\geq$  60 tahun saat dilakukan survei
- b. Mau dan mampu mengisi kuesioner interaksi sosial dan mengikuti kegiatan TAK yang kami lakukan
- c. Memiliki permasalahan interaksi sosial dari hasil pengisian kuesioner interaksi sosial

Kemudian setelah para lansia yang sesuai dengan kriteria yang kami tetapkan terkumpul selanjutnya kami melaksanakan kegiatan TAK *jigsaw puzzle game* yang dilaksanakan pada hari Jumat 24 Februari 2023, pukul 10.00 Wita. Adapun Langkah-langkah dalam kegiatan pengabdian yang kami lakukan sebagai berikut:

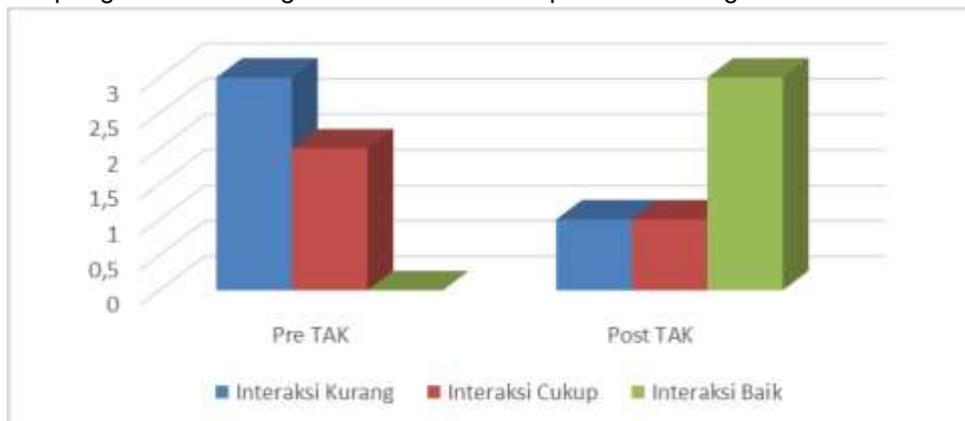
- a. Menyusun proposal pengabdian yang kemudian disetujui oleh pembimbing akademik dan pembimbing lahan
- b. Meminta surat tugas pengabdian kepada masyarakat ke lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat (LPPM) universitas sari mulia
- c. Meminta izin untuk melakukan kegiatan ke kepala desa Lok Baintan Dalam
- d. Melakukan survei dengan wawancara *deep interview* dan mengarahkan lansia mengisi kuesioner interaksi sosial sebelum dilakukan kegiatan TAK
- e. Menentukan kesesuaian kriteria lansia yang sudah ditetapkan sebelumnya dari hasil *deep interview* dan pengisian kuesioner
- f. Menetapkan hari, jam pelaksanaan, pembagian tugas saat melakukan TAK *jigsaw puzzle game*, dan memberitahu pembimbing serta mengkonfirmasi kehadiran pembimbing
- g. Melaksanakan kegiatan TAK *jigsaw puzzle game* dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:
  - 1) Menyampaikan materi dengan metode ceramah tentang lansia, interaksi sosial, dan *jigsaw puzzle game*
  - 2) Membagai kelompok lansia menjadi dua kelompok untuk melakukan *jigsaw puzzle game*
  - 3) Menjelaskan mekanisme *jigsaw puzzle game* dan mengkonfirmasi pemahaman para lansia terkait *jigsaw puzzle game* yang akan dilakukan
  - 4) Melaksanakan *jigsaw puzzle game* yang diiringi oleh nada musik
  - 5) Mengevaluasi keaktifan dan peran masing-masing lansia di setiap kelompoknya setelah *jigsaw puzzle game* dilakukan.
- h. Setelah selesai melakukan kegiatan TAK para lansia diberikan kuesioner *post* interaksi sosial untuk melihat apakah ada perbaikan interaksi sosial atau tidak.



Gambar. 1 Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Jigsaw Puzzle Game

### 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil dari pengabdian TAK *Jigsaw Puzzle Game* dapat dilihat dari grafik berikut:



**Gambar. 2** Hasil Pengukuran Tingkat Interaksi Sosial Lansia Pre dan Post TAK Jigsaw Puzzle Game

Hasil dari kegiatan pengabdian yang kami lakukan dapat dilihat dari grafik diatas dimana dari hasil pengukuran skor kuesioner interaksi sosial yang diambil dari Oktavianti dan Setyowati (2020). Dalam kuesioner tersebut, terdapat 21 pertanyaan dan hasil dari kuesioner tersebut dibagi menjadi 3 kategori yaitu; Interaksi Kurang; Interaksi Cukup; dan Interaksi Baik. Berdasarkan hasil survei dan setelah dilakukan kegiatan TAK *jigsaw puzzle game* didapatkan hasil sebelum dilakukan TAK ditemukan 3 lansia dengan interaksi sosial kurang dan 2 lansia dengan interaksi sosial cukup. Kemudian setelah dilakukan TAK didapatkan hasil 1 orang lansia dengan interaksi kurang, 1 orang lansia dengan interaksi cukup, dan 3 orang lansia dengan interaksi baik.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan kepada 5 orang lansia yang telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh tim pengabdian dan pembimbing dan kegiatan pengabdian dilakukan di posko gerontik mahasiswa profesi ners dimana para lansia yang memenuhi kriteria dikumpulkan ditempatkan tersebut untuk diberikan terapi *jigsaw puzzle game*.

Lansia sering mengalami permasalahan interaksi sosial karena kebanyakan para lansia akan kehilangan pekerjaan baik karena pensiun maupun sudah dianggap sebagai individu yang tidak mampu. Hal ini akan mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar sehingga dapat mempengaruhi interaksi sosial lansia (Giena dkk, 2019). Sesuai dengan teori dari Giena dkk, (2019) kebanyakan lansia yang mengalami permasalahan interaksi sosial yang kami temukan sudah tidak bekerja atau hanya mengharapkan uang dari anaknya. Oleh karenanya diperlukan suatu kegiatan yang dapat merangsang lansia berkegiatan baik secara fisik maupun kognitif. Salah satu kegiatan yang dapat merangsang fisik dan kognitif lansia adalah bermain *jigsaw puzzle game* (Fahrudiana dkk, 2023).

Hasil dari kegiatan pengabdian TAK *jigsaw puzzle game* terbukti efektif meningkatkan interaksi sosial lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian Tna'auni dkk, (2021) yang menyatakan terdapat pengaruh dari TAK *jigsaw puzzle game* terhadap peningkatan interaksi sosial lansia. n TAK Terapi puzzle dapat meningkatkan interaksi sosial lansia karena dengan melakukan terapi ini dapat mengasah daya pikir, melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi serta berinteraksi lansia dengan teman sebayanya (Pragholapati dkk, 2021).

#### 4. Simpulan dan Saran

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan timbal balik, saling mempengaruhi serta tidak terpisahkan dari suatu hubungan yang terjadi antar individu, sosial dalam kehidupan sehari-hari. Jika melihat kondisi tersebut sebagian lansia mengalami proses degeneratif yang menyebabkan lansia mengalami penurunan fisik, psikologis dan sosial, salah satu dampaknya yaitu penarikan diri dari lingkungan, tidak memiliki dukungan sosial keluarga, teman, lingkungan sekitar dan secara tidak langsung membuat lansia mengalami permasalahan interaksi sosial. Salah satu cara yang terbukti efektif untuk meningkatkan interaksi sosial adalah dengan melakukan TAK *Jigsaw Puzzle Game*. Berdasarkan hasil pengabdian yang kami lakukan, kami berharap para perawat ataupun praktisi kesehatan lainnya dapat menerapkan TAK *Jigsaw Puzzle Game* kepada para lansia yang mengalami permasalahan interaksi sosial.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada masyarakat telah berkenan mengikuti Pengabdian Masyarakat yang telah kami selenggarakan dan kepada semua pihak yang berkenan memeriahkan acara kegiatan.

#### 6. Daftar Pustaka

Fahrudiana, F., Rejeki, S., & Efendi, R. (2023). Penyuluhan Dan Pelatihan Lansia Tentang Masalah Kesehatan Kognitif Dan Cara Pencegahannya Dengan Senam Otak Dan Permainan Puzzle. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Karya0)*, 151-157.

Giena, V. P., Sari, D. A., & Pawiliyah, P. (2019). Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usia (BPPLU) Provinsi Bengkulu. *Jurnal Smart Keperawatan*, 6(2), 106-112.

Oktavianti, A., & Setyowati, S. (2020). Interaksi Sosial Berhubungan dengan Kualitas Hidup

Lansia. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 120-129.

Pragholapati, A., Ardiana, F., & Nurlianawati, L. (2021). Gambaran Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Mutiara Ners*, 4(1), 14-23.

Tna'auni, Y. C., Aryani, H. P., & Anggraini, R. D. (2021). Pengaruh Jigsaw Puzzle Game Sebagai Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Desa Dukuh Klopo Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang. *Prima Wiyata Health*, 1-13.

Utami, W. A., & Rahayu, S. M. (2020). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di RPSCW Ciparay. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(1), 100-105.