Abstrak

Seiring bertambahnya usia, tubuh manusia akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis. Terjadi kemunduran dan perubahan psikologis berpengaruh pada kemampuan kognitif lansia sehingga mempengaruhi ketidakmampuan atau kesulitan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari yang berkaitan dengan kemandirian lansia atau activity daily living (ADL). Tujuan Penelitian : Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh Terapi Kognitif Puzzle Terhadap Kemampuan Tingkat Kemandirian Lansia Desa Hulubalang Kecamatan Paleleh. Desain penelitian menggunakan kuantitaif pra eksperimen dengan desain pre - post test design, dengan melibatkan jumlah responden sebanyak 31 orang dengan menggunakan purposive sampling. Hasil Penelitian : Hasil penelitian dengan menggunakan uji statisik non parametrik Wilcoxon signed rank test menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Terapi Kognitif Puzzle Terhadap Kemampuan Tingkat Kemandirian Lansia Desa Hulubalang Kecamatan Paleleh dibuktikan dengan p. value (0.000 < 0.05). Kesimpulan: Terapi Kognitif Puzzle berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan kemandirian Lansia Desa Hulubalang Kecamatan Paleleh sehingga dapat dijadikan sebagai latihan untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari - hari secara mandiri.

Kata Kunci : Kemandirian Lansia, Terapi Kognitif, Terapi Puzzle

Abstract

Aging is accompanied by physiological and psychological changes that can lead to cognitive decline, which in turn affects the ability of older adults to perform activities of daily living (ADL) independently. This study aimed to examine the effect of Cognitive Puzzle Therapy on the level of independence among elderly individuals in Hulubalang Village, Paleleh District. A quantitative pre-experimental design with a pre-test–post-test approach was employed, involving 31 respondents selected through purposive sampling. Data were analyzed using the non-parametric Wilcoxon signed-rank test. The results showed a significant effect of Cognitive Puzzle Therapy on the independence level of the elderly, with a p-value of 0.000 (<0.05). It can be concluded that Cognitive Puzzle Therapy significantly improves the independence of older adults and may serve as an effective exercise to enhance their ability to carry out daily activities autonomously.

Keywords: Elderly Independence, Cognitive Therapy, Puzzle Therapy