



Penerapan *Art Therapy (Menggambar)* Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia Yang Mengalami Masalah Keperawatan Gangguan Memori Di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri

Agnesia Faticha Widana¹, Dhian Ika Prihananto², Norma Risnasari³

¹⁻³Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

***e-mail: agnesiafaticha100@gmail.com**

Diterima:
05 July 2026

Dipresentasikan:
30 July 2026

Terbit:
5 Oktober 2026

ABSTRAK

Gangguan memori merupakan kondisi penurunan kemampuan mengingat informasi, pengalaman, maupun aktivitas tertentu yang sering terjadi pada lansia akibat proses penuaan dan penurunan fungsi kognitif. Kondisi ini dapat memengaruhi kemandirian serta kualitas hidup lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menstimulasi fungsi kognitif adalah art therapy (menggambar), yaitu terapi seni sebagai sarana ekspresi diri dan stimulasi otak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan fungsi kognitif pada lansia dengan gangguan memori sebelum dan sesudah art therapy (menggambar). Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari dua lansia yang mengalami masalah keperawatan gangguan memori di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri. Pengukuran fungsi kognitif menggunakan instrumen Mini Mental State Examination (MMSE). Intervensi art therapy (menggambar) diberikan selama 20–25 menit dalam 8 kali pertemuan selama dua minggu. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif kedua subjek setelah diberikan intervensi. Subjek I mengalami peningkatan skor MMSE dari 17 menjadi 22, sedangkan subjek II meningkat dari 16 menjadi 20. Hasil tersebut menunjukkan bahwa art therapy (menggambar) dapat membantu meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan gangguan memori. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait terapi stimulasi kognitif lansia.

Kata Kunci : *Art Therapy (Menggambar)*, Fungsi Kognitif, Gangguan Memori, Lansia

PENDAHULUAN

Gangguan memori adalah kondisi menurunnya kemampuan seseorang dalam mengingat informasi, pengalaman, maupun aktivitas tertentu akibat gangguan fungsi kognitif pada otak (PPNI, 2018). Gangguan memori sering terjadi pada lansia sebagai bagian dari proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi neuron dan perubahan struktur otak, terutama pada area yang berperan dalam proses penyimpanan dan pengambilan informasi. Gangguan ini sangat berdampak pada kehidupan sehari-hari yang apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan komplikasi lebih serius maka dibutuhkan terapi non farmakologis (komplementer) untuk mengatasi masalah pada lanjut usia untuk meningkatkan kemampuan

mengingat peristiwa dengan melakukan gerakan senam otak secara mandiri (Vitasari & Fitriani, 2024).

Menurut *World Health Organization* (2023), lebih dari 55 juta orang di dunia hidup dengan demensia dan sekitar 10 juta kasus baru terjadi setiap tahunnya. Jumlah tersebut diperkirakan meningkat menjadi 139 juta jiwa pada tahun 2050. Di Indonesia, prevalensi demensia Alzheimer mencapai 27,9% dengan jumlah penderita lebih dari 4,2 juta jiwa (Kemenkes, 2023 dalam Maitsa Alya Fakhirah, 2024). Di Provinsi Jawa Timur prevalensi demensia tergolong tinggi yaitu lebih dari 20% (Bestari, 2023). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri didapatkan 4 lansia dengan aspek kognitif normal, 6 lansia dengan gangguan kognitif ringan, dan 2 lansia dengan gangguan kognitif berat berdasarkan hasil pemeriksaan MMSE.

Penatalaksanaan gangguan memori dapat dilakukan melalui terapi nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah *art therapy* (menggambar). *Art therapy* merupakan bentuk terapi yang menggunakan media seni sebagai sarana untuk mengekspresikan perasaan, meningkatkan stimulasi otak, serta memperbaiki fungsi kognitif. Wang dan Li (2016) menjelaskan bahwa *art therapy* dapat meningkatkan perhatian, orientasi, kemampuan memori, serta membantu mengurangi gejala psikologis pada lansia dengan gangguan kognitif. Aktivitas menggambar juga dapat memberikan stimulasi sensorik dan melatih koordinasi serta konsentrasi lansia sehingga membantu mempertahankan fungsi kognitif.

Sejalan dengan hasil penelitian Safrudin et al. menunjukkan bahwa terapi menggambar efektif meningkatkan fungsi kognitif lansia berdasarkan hasil pengukuran MMSE. Penelitian lain oleh Elida Ulfiana et al. tentang *art therapy* membatik colet juga menunjukkan bahwa terapi seni mampu menstimulasi fungsi memori dan membantu mempertahankan kemampuan kognitif lansia apabila dilakukan secara rutin. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Art Therapy (Menggambar) untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia yang Mengalami Masalah Keperawatan Gangguan Memori di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri.”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Penelitian ini bertujuan menganalisis perubahan fungsi kognitif pada lansia yang mengalami masalah keperawatan gangguan memori sebelum dan sesudah dilakukan *art therapy* (menggambar). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri pada tanggal 25 Maret - 9 April 2026 dengan pelaksanaan implementasi selama 8 kali pertemuan. Subyek dalam penelitian ini yaitu dua responden lansia yang mengalami masalah keperawatan gangguan memori di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri. Pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara, observasi, pengukuran fungsi kognitif, dan implementasi *art therapy* (menggambar). Analisis fungsi kognitif diukur menggunakan kuesioner *Mini Mental State Examination* (MMSE). Pelaksanaan *art therapy* (menggambar) dilakukan selama 20–25 menit pada setiap pertemuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tabel Observasi Sebelum Pemberian *Art Therapy* (Menggambar)

Subjek	Hari ke-	Skor Tingkat Kognitif	Keterangan
Tn.Y	Hari ke-1	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-2	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-3	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-4	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-5	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-6	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-7	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-8	19	Gangguan kognitif ringan
Ny. M	Hari ke-1	16	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-2	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-3	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-4	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-5	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-6	19	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-7	19	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-8	19	Gangguan kognitif ringan

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa fungsi kognitif kedua subjek sebelum diberikan intervensi *art therapy (menggambar)* berada pada kategori gangguan kognitif berat hingga ringan. Subjek I (Tn. Y) mengalami peningkatan skor dari 17 menjadi 19, sedangkan Subjek II (Ny. M) dari 16 menjadi 19.

Secara umum, kedua subjek menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif, namun Subjek II (Ny. M) mengalami perkembangan yang lebih cepat dibandingkan Subjek I (Tn. Y), meskipun keduanya masih berada dalam kategori gangguan kognitif ringan.

Tabel 2. Tabel Observasi Sesudah Pemberian *Art Therapy* (Menggambar)

Subjek	Hari ke-	Skor Tingkat Kognitif	Keterangan
Tn.Y	Hari ke-1	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-2	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-3	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-4	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-5	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-6	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-7	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-8	19	Gangguan kognitif ringan
Ny. M	Hari ke-1	16	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-2	17	Gangguan kognitif berat
	Hari ke-3	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-4	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-5	18	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-6	19	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-7	19	Gangguan kognitif ringan
	Hari ke-8	19	Gangguan kognitif ringan

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa setelah pemberian *art therapy (menggambar)* terjadi peningkatan fungsi kognitif pada kedua subjek. Pada Tn. Y, hari pertama sampai hari kedua menunjukkan skor 17 dengan kategori gangguan kognitif berat, kemudian mulai meningkat pada hari ketiga hingga hari keempat dengan skor

18, dan selanjutnya mengalami peningkatan bertahap hingga mencapai skor 22 pada hari kedelapan dengan kategori gangguan kognitif ringan.

Pada Ny. M, hari pertama sampai hari kedua menunjukkan skor 17 dengan kategori gangguan kognitif berat, kemudian meningkat pada hari ketiga hingga hari keempat menjadi 18–19, dan pada hari ketujuh hingga kedelapan mencapai skor 20 dengan kategori gangguan kognitif ringan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kedua subjek mengalami peningkatan fungsi kognitif setelah pemberian *art therapy (menggambar)*, dimana Tn. Y menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan Ny. M.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suriya Permadani, Norma Risnasari, dan Dhian Ika Prihananto yang menunjukkan adanya perubahan kondisi psikologis lansia setelah diberikan *art therapy*. Pada penelitian tersebut, skor kecemasan Ny. S menurun dari 27 pada hari pertama menjadi 20 pada hari ketiga, sedangkan Tn. W mengalami penurunan skor dari 27 menjadi 23 setelah intervensi diberikan (Permadani et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Haerul juga menunjukkan bahwa *art therapy* mampu meningkatkan kadar Brain Derived Neurotrophic Factor (BDNF) dan fungsi kognitif pada lansia. Hasil uji Wilcoxon memperlihatkan peningkatan signifikan kadar BDNF pada kelompok perlakuan dengan nilai $p=0,001$ dibandingkan kelompok kontrol $p=0,624$. Selain itu, peningkatan fungsi kognitif juga terbukti signifikan pada kelompok perlakuan dengan nilai $p=0,001$ dibandingkan kelompok kontrol $p=0,045$ (Haerul, 2024).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri, Ramadia, Putri, Lestari, Yanti, dan Satriyanto mengenai efektivitas terapi seni terhadap kapasitas kognitif lansia juga menunjukkan hasil yang bermakna. Nilai rata-rata skor kognitif pada 23 responden meningkat dari 13,91 sebelum intervensi menjadi 25,04 setelah diberikan terapi seni. Hasil analisis menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), sehingga terapi seni dinyatakan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia (Putri et al., 2025).

Selain itu, penelitian Kustianah dan Waliyanti menunjukkan bahwa kombinasi terapi *menggambar* dan senam otak sebagai intervensi nonfarmakologis dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor MMSE dari 22 sebelum intervensi menjadi 24 setelah intervensi diberikan (Kustianah & Waliyanti, 2023).

Menurut peneliti, peningkatan fungsi kognitif pada kedua subjek terjadi karena lansia terlibat aktif dalam aktivitas *menggambar* yang membutuhkan kemampuan berkonsentrasi, koordinasi, dan mengingat. Aktivitas tersebut dapat menstimulasi bagian otak yang berperan dalam proses memori dan berpikir. Pemberian terapi secara rutin dan berkelanjutan dapat membantu memperbaiki daya ingat, konsentrasi, dan orientasi sehingga kualitas hidup lansia dapat meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan studi kasus penelitian yang dilakukan di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri mengenai perubahan tingkat fungsi kognitif pada lansia

dengan masalah keperawatan gangguan memori sebelum dan sesudah dilakukan *art therapy* (menggambar) menunjukkan perubahan sebagai berikut:

1. Sebelum dilakukan *art therapy* (menggambar), kedua lansia di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri mengalami gangguan kognitif. Pada Subjek I (Tn. Y) diperoleh skor 17 yang termasuk dalam kategori gangguan kognitif berat, sedangkan pada Subjek II (Ny. M) diperoleh skor 16 yang menunjukkan kondisi gangguan kognitif berat. Hal ini mencerminkan adanya penurunan pada aspek daya ingat, perhatian, dan konsentrasi akibat kondisi neurologis yang dialami.
2. Setelah dilakukan *art therapy* (menggambar), kedua lansia di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri menunjukkan adanya peningkatan pada kedua subjek. Pada Subjek I (Tn. Y), skor meningkat dari 17 (gangguan kognitif berat) menjadi 22 (gangguan kognitif ringan). Sementara itu, pada Subjek II (Ny. M), skor meningkat dari 16 (gangguan kognitif berat) menjadi 20 (gangguan kognitif ringan). Peningkatan ini menunjukkan adanya perbaikan pada aspek daya ingat, perhatian, konsentrasi, serta kemampuan dalam merespons stimulus.

DAFTAR RUJUKAN

- Bestari, A.P. (2023) *Mengenal Demensia Alzheimer*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/2819/mengenal-demensia-alzheimer.
- Haerul. (2024). *Pengembangan Modul Keperawatan Islamic Art Therapy Dengan Kaligrafi Al-Qur'an Terhadap Kadar Brain-Derived Neurotrophic Factor (Bdnf) Dan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia*. (Universitas Hasanuddin, 2024) <http://repository.unhas.ac.id:443/id/eprint/40492>
- Kustianah, T., & Waliyanti, E. (2023). *Terapi Menggambar Dan Senam Otak Sebagai Intervensi Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Demensia*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg. Suherman*, 5.
- Maitsa Alya Fakhirah, P.H. (2024). *Review Artikel: Potensi Tanaman Herbal Sebagai Agen Terapi Penyakit Alzheimer*. 22, pp. 164–173.
- Permadani, S., Risnasari, N., & Prihananto, D. I. (2024). *Penerapan Art Therapy untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Mengalami Ansietas dengan Diagnosa Medis Demensia di Pondok Lansia YPA NU An- Nur Kota Kediri*, 10 Oktober 2024. (pp. 408–413). Kediri, Indonesia: Sinkesjar
- Putri, N. A., Zakira, I., Ayu, D., Listiani, N., Mahfud, A., Studi, P., Ilmu, F., & Semarang, U. N. (2025). *Penggunaan Art therapy Sebagai Bentuk Pencegahan Stress pada Lansia di Panti Jompo*.
- PPNI. (2018). *Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (Edisi 1 Cetak). Indonesia: DPP PPNI
- Safrudin, B., Widyastusi, D., Daffa, H., Rizki, F., Ananta, M., Putri, N., Ningtyas, P. C., Yuniar, R., & Arman, N. (2025). *Terapi Menggambar Terhadap Fungsi Kognitif Dan Komunikasi Pada Lansia Dengan Demensia*. 0231, 153–168.
- Wang, Q.-Y., & Li, D.-M. (2016). *Advances in art therapy for patients with dementia*.



Chinese Nursing Research, 3(3), 105–108. [https://doi.org/10.1016/j.cnre.](https://doi.org/10.1016/j.cnre.2016.06.011)

2016.06.011

World Health Organization. (2025). *Dementia*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>