

# Terapi Menggambar Terhadap Fungsi Kognitif Dan Komunikasi Pada Lansia Dengan Demensia Literature Review

Bachtiar Safrudin<sup>1</sup>, Dwi Widyastusi<sup>1</sup>, Hanif Daffa Fauzan Rizki<sup>1</sup>, Mohammad Ananta Pratama<sup>1</sup>, Aji M.Ansyar<sup>1</sup>, Amelia Kartika Sari<sup>1</sup>, Raden Andi Rosa Tri Yulianti<sup>1</sup>, Annisa Natasya Putri<sup>1</sup>, Priska Cahya Ningtyas<sup>1</sup>, Rhefita Yuniar<sup>1</sup>, Nurfadilah Arman<sup>1</sup>, Diazty<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

\*Corresponding Author E-mail: annisanatayya@gmail.com

Article History: Received: January 10, 2025; Accepted: February 03, 2025

## ABSTRACT

Dementia is a cognitive disorder that affects communication functions and the quality of life of older adults. One non-pharmacological approach that can be applied is drawing therapy. This therapy aims to stimulate cognitive function and improve communication skills in older adults with dementia. This study aims to analyze the effectiveness of drawing therapy in enhancing cognitive function and communication among elderly individuals with dementia. The method used is a literature review by analyzing previous research on the impact of drawing therapy on older adults with dementia. The results indicate that drawing therapy can help improve memory, attention, and verbal abilities in elderly individuals with dementia. Additionally, this therapy can reduce stress levels and enhance emotional well-being. Thus, drawing therapy can be an effective intervention in improving the quality of life of older adults with dementia.

**Keywords:** *drawing therapy, cognitive function, communication, elderly, dementia*

## ABSTRAK

Demensia merupakan gangguan kognitif yang berdampak pada fungsi komunikasi dan kualitas hidup lansia. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi menggambar. Terapi ini bertujuan untuk merangsang fungsi kognitif dan meningkatkan keterampilan komunikasi lansia dengan demensia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi menggambar dalam meningkatkan fungsi kognitif dan komunikasi pada lansia dengan demensia. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan menganalisis berbagai penelitian sebelumnya mengenai dampak terapi menggambar terhadap lansia dengan demensia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi menggambar dapat membantu meningkatkan daya ingat, perhatian, dan kemampuan verbal lansia dengan demensia. Selain itu, terapi ini juga dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Dengan demikian, terapi menggambar dapat menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan demensia.

**Kata kunci:** *terapi menggambar, fungsi kognitif, komunikasi, lansia, demensia*

## 1. PENDAHULUAN

Demensia merupakan gangguan neurodegeneratif yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif dan komunikasi secara progresif. Kondisi ini sering dialami oleh lansia dan berdampak signifikan pada kualitas hidup mereka. Gejala utama demensia meliputi gangguan daya ingat, kesulitan dalam berpikir dan berkomunikasi, serta perubahan perilaku dan emosi. Seiring bertambahnya usia, risiko terkena demensia meningkat, sehingga diperlukan intervensi yang tepat untuk membantu lansia mempertahankan fungsi kognitif dan sosial mereka.

Terapi non-farmakologis semakin banyak digunakan sebagai pendekatan komplementer dalam menangani gejala demensia. Salah satu bentuk terapi yang mendapat perhatian adalah terapi menggambar. Terapi ini melibatkan aktivitas seni yang bertujuan untuk merangsang otak, meningkatkan ekspresi diri, dan memperbaiki interaksi sosial. Aktivitas menggambar tidak hanya memberikan stimulasi kognitif, tetapi juga dapat membantu lansia mengungkapkan perasaan yang sulit mereka sampaikan melalui kata-kata. (Kustianah & Waliyanti, 2023) beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi menggambar dapat membantu meningkatkan daya ingat, perhatian, dan kemampuan verbal pada lansia dengan demensia. Melalui proses kreatif, lansia dapat lebih mudah mengakses kenangan lama, sehingga membantu memperkuat fungsi memori mereka. Selain itu, terapi ini juga dapat mengurangi kecemasan dan stres, yang sering dialami oleh penderita demensia akibat keterbatasan komunikasi mereka.

Selain manfaat kognitif, terapi menggambar juga berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan komunikasi lansia. Lansia dengan demensia sering kali mengalami kesulitan dalam menyusun kalimat atau mengingat kata-kata, sehingga komunikasi menjadi terhambat. Dengan menggambar, mereka dapat menyampaikan ide dan perasaan secara visual, yang dapat menjadi alternatif dalam berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini juga dapat memperkuat hubungan sosial mereka dengan keluarga dan pengasuh. (Erwanto & Kurniasih, 2018)

Penerapan terapi menggambar dalam perawatan lansia dengan demensia memerlukan pendekatan yang disesuaikan dengan kondisi individu. Faktor seperti tingkat keparahan demensia, preferensi personal, serta dukungan dari lingkungan sosial berperan penting dalam efektivitas terapi ini. Oleh karena itu, penting untuk merancang program terapi yang fleksibel dan adaptif agar lansia dapat merasakan manfaat maksimal dari aktivitas menggambar.

Lansia mengalami penurunan fungsi kognitif yang berdampak pada komunikasi dan kualitas hidup mereka. Faktor lingkungan, sosial, dukungan keluarga, dan riwayat kesehatan turut mempengaruhi kondisi mereka, termasuk risiko demensia yang menyebabkan gangguan memori serta disfungsi dalam kehidupan sehari-hari (Rayanti et al., 2023). Interaksi sosial dan aktivitas memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan serta kesehatan fisik lansia, sehingga diperlukan terapi yang dapat membantu mempertahankan kepribadian dan meningkatkan kualitas hidup mereka (Emblad & Mukaetova-Ladinska, 2021)

Terapi seni atau art therapy juga salah satu terapi non-farmakologi yang dapat membantu lansia mengekspresikan diri, mengelola stres, serta mempertahankan fungsi kognitif art therapy dalam bentuk membuat colet merupakan salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk menstimulasi kognitif lansia melalui aktivitas kreatif, pelatihan motorik halus, dan pemrosesan visual (Ulfiana et al., 2020). Selain itu, terapi menggambar juga terbukti dapat meningkatkan daya

ingat, perhatian, dan kemampuan verbal lansia dengan demensia, sekaligus mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka (Prawijaya et al., 2024)

Lansia yang mengikuti terapi menggambar mampu mengakses kembali kenangan lama melalui karya seni, yang membantu dalam memperkuat fungsi memori mereka (Cahyono et al., 2020) penurunan fungsi kognitif berdampak pada aktivitas sosial sehari-hari lansia dan menambah beban finansial bagi keluarga, masyarakat, serta pemerintah (Putri Rusiana et al., 2024) oleh karena itu, terapi seni yang dilakukan secara rutin, misalnya dalam durasi 30–60 menit selama tiga minggu, dapat membantu mempertahankan fungsi kognitif dan meningkatkan interaksi sosial lansia (Khairunisa et al., 2025)

Selain itu, penggunaan metode terapi seperti melukis kaligrafi atau menggambar objek sederhana juga terbukti efektif dalam merangsang memori dan meningkatkan keterampilan komunikasi lansia dengan demensia (Putri, 2019) dalam upaya pencegahan demensia, terapi seni dapat dikombinasikan dengan intervensi farmakologi dan rehabilitasi kognitif lainnya (Putri, 2019) lansia yang rutin mengikuti terapi seni cenderung memiliki tingkat kesepian lebih rendah, perasaan lebih tenang, serta peningkatan kepercayaan diri dalam bersosialisasi. Dengan demikian, integrasi art therapy ke dalam program perawatan lansia dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kualitas hidup mereka serta mengurangi dampak negatif dari penurunan fungsi kognitif seiring bertambahnya usia.

Meskipun banyak penelitian telah membahas manfaat terapi menggambar, masih diperlukan lebih banyak studi yang mendalam mengenai efektivitasnya dalam berbagai tahap demensia. Evaluasi terhadap dampak terapi ini tidak hanya perlu dilakukan dari segi kognitif dan komunikasi, tetapi juga aspek psikososial lainnya, seperti peningkatan rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional lansia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi menggambar dalam meningkatkan fungsi kognitif dan komunikasi pada lansia dengan demensia. Dengan memahami manfaat serta tantangan dalam penerapannya, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi praktisi kesehatan, keluarga, serta pengambil kebijakan dalam merancang strategi perawatan yang lebih holistik bagi lansia dengan demensia. (Kustianah & Waliyanti, 2023)

Terapi seni kreatif, khususnya metode zentangle, telah mendapatkan perhatian sebagai intervensi yang potensial untuk meningkatkan kesehatan mental dan kognitif, terutama pada populasi dengan pendidikan rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas terapi seni kreatif berbasis metode zentangle dalam meningkatkan kemampuan kognitif, psikologis, dan fungsional pada peserta, serta untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Dengan

menggunakan desain penelitian acak terkontrol, studi ini berfokus pada orang dewasa yang lebih tua, yang sering kali menghadapi tantangan dalam kesehatan mental dan kognitif. (Masika et al., 2022)

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian studi literatur. Studi literatur merupakan penelitian yang dilakukan dengan membaca, mengumpulkan, mencatat, menyortir, kemudian mengelola literature yang sudah didapat. Literature review dilakukan dengan langkah dimana peneliti mencari jurnal atau artikel yang paling relevan. Pencarian literatur dilakukan secara *online* dengan menggunakan database seperti *google scholar* kata kunci yang digunakan adalah "terapi menggambar terhadap fungsi kognitif dan komunikasi" dan "lansia". Penelusuran dibatasi dalam tahun 2021 hingga 2025 dalam bahasa Indonesia. Analisis pembuatan judul pada penelitian ini sebelumnya digunakan peninjauan dengan kriteria hasil sebagai berikut

Tabel 1. *Kriteria inklusi penelitian*

Kriteria	kriteria penelitian
Jangka waktu	tanggal publikasi 5 tahun terakhir dari tahun 2021 sampai dengan tahun 2025
Bahasa	bahasa Indonesia
Subjek	lansia
Jenis artikel	artikel original tidak dalam bentuk publikasi seperti surat ke editor, tidak dalam bentuk abstrak saja dan artikel dalam bentuk full teks
Tema isi artikel	terapi menggambar terhadap fungsi kognitif dan komunikasi

### Hasil

Tabel 2. *Literatur review*

No	Nama penulis	Judul artikel	Metode dan subyek penelitian	Hasil
1	Kustianah, t., & waliyanti, e.	Terapi menggambar dan senam otak sebagai intervensi terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan demensia	Metode yang digunakan adalah case report. Populasi lansia >60 tahun sebanyak 1 orang lansia yang mengikuti terapi menggambar dan senam otak. Intervensi	Penelitian ini menunjukkan bahwa kombinasi terapi menggambar dan senam otak berkontribusi dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan demensia. Hasil uji statistik menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor

			dilakukan selama 1 kali sehari dilakukan selama 20-30 menit selama 2 minggu. Pengumpulan data menggunakan cara mmse.	kognitif setelah intervensi dilakukan, sehingga dapat menjadi alternatif terapi non-farmakologis untuk lansia dengan penurunan kognitif.
2	rizki dwi cahyono, joni haryanto, erna dwi wahyuni, dan wimar anugrah romadhon	Meningkatkan kemampuan bicara dan menulis pada lansia demensia dengan metode melukis kaligrafi allah + muhammad	Metode yang digunakan adalah quasy eskperiment. Populasi sampel 22 orang lansia dibagi menjadi dua kelompok (intervensi: 11 responden; kontrol: 11 responden) berusia 60-65 tahun penelitian dilakukan selama 60 menit selama 4 minggu. Pengumpulan data menggunakan cara mmse dan kuesioner tadir	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, terdapat 3 responden yang tidak mengalami peningkatan kemampuan, sedangkan pada kelompok kontrol, 2 responden justru mengalami peningkatan. Hasil dari mmse test pada kelompok intervensi diperoleh nilai $p=0,007$ atau $p\leq 0.05$ bahwa h1 diterima perbedaan sebelum dan sesudah.
3	Elida ulfiana, makhfudli, kusnul chotimah, dan zenitha rani	Penerapan art therapy membuat colet sebagai upaya memelihara fungsi kognitif lansia di posyandu barokah, kelurahan klampis ngasem, kecamatan sukolilo, kota surabaya, provinsi jawa timur	Metode penelitian yang digunakan adalah pengabdian masyarakat dengan melakukan tes mmse dan cdt Subyek penelitian terdiri dari 38 lansia yang mengikuti kegiatan pelatihan membuat. Dan dilakukan semalam 1 hari	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan membuat colet dihadiri oleh 38 lansia, yang terdiri dari pengenalan alat, bahan, dan proses membuat. Dari kegiatan ini, dihasilkan 10 lembar kain batik colet dengan pola gambar alat transportasi, bunga, buah-buahan, dan nuansa ikan bawah laut. Kegiatan ini merupakan penerapan art therapy yang dapat menstimulasi kognitif lansia dan membantu mencegah demensia jika dilakukan

				secara teratur
4	Rias pratiwi safitri, harlina putri rusiana, fitri romadonika, baiq nurul hidayati, dan anna layla salfarina,	Penigkatan fungsi kognitif lansia melalui terapi gambar di panti sosial ntb	Metode penelitian yang digunakan adalah dan menggunakan mmse subyek penelitian terdiri dari 18 lansia yang berpartisipasi 6 orang laki-laki 12 orang perempuan lansia dengan rentang usia 60-82 tahun dilakukan selama 2 hari 60 menit setiap pelaksanaan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah terapi mewarnai gambar, 56% dari 18 lansia yang berpartisipasi tidak mengalami gangguan kognitif. Terapi ini dilaksanakan dalam empat tahap dan terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia di panti sosial mandalika ntb
5	Rosiana eva rayanti, fiane de fretes, dan desi,	Pemberian terapi kelompok pada lansia di panti werdha kota salatiga	Metode yang di lakukan pengabdian masyarakat subyek penelitian terdiri dari 70 orang lansia kegiatan kelompok di berikan selama 4 hari dalam seminggu dengan usia 60-70 tahun, kegiatan dilakukan selama 3 jam dan data di ambil menggunakan mmse.	Hasil penelitian terapi menggambar menunjukkan bahwa kegiatan ini mampu mengasah daya ingat lansia pada momen yang masih dikenang atau hal-hal yang menyenangkan. Kegiatan menggambar dapat meningkatkan kognisi, mengurangi perasaan kesepian, dan risiko depresi pada lansia. Selain itu, kegiatan ini juga berfungsi sebagai saluran ekspresi emosi lansia yang dikeluarkan dalam bentuk gambar dan mewarnai, serta membantu lansia untuk mengingat kenangan yang berkesan dari masa lalu

6	Sri hartati dan costrie ganes widayanti	"clock drawing asesmen untuk demensia (studi deskriptif pada orang lanjut usia di kota semarang)".	Metode penelitian yang digunakan adalah scranning dalam penelitian ini adalah cdt dan deskriptif. Subjek penelitian terdiri dari 133 orang responden yang merupakan orang lanjut usia berumur >55 tahun	Hasil penelitian menunjukkan bahwa clock drawing test (cdt) mudah diadministrasikan dan tidak ada penolakan dari responden. Selain itu, pendidikan dan jenis pekerjaan responden tidak mempengaruhi kemampuan mereka dalam menyelesaikan tes tersebut. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa cdt dapat digunakan sebagai instrumen untuk mendeteksi tanda-tanda demensia pada orang lanjut usia.
7	Lia nurlianawati, imam abidin, cucu rokayah, sulistiani, a, ika, nm, & amri, k. ,	Terapi seni menggambar terhadap kesepian pada lansia dirumah perawatan lansia	Desain penelitian yang diterapkan adalah pre eksperimental dengan rancangan one group pre-post test design, terapi seni menggambar, subyek penelitian terdiri dari 15 lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi lansia berusia 60-70 tahun yang masih mampu melakukan aktivitas.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah penerapan terapi seni menggambar, terdapat perubahan signifikan dalam tingkat kesepian pada lansia. Sebelum terapi, sebagian besar lansia mengalami kesepian dengan kategori sedang. Setelah terapi, 12 orang (79%) mengalami kesepian dalam kategori rendah, sementara 3 orang (21%) masih dalam kategori sedang. Uji paired test menunjukkan nilai p = 0,00, yang berarti ada pengaruh signifikan dari terapi seni menggambar terhadap kesepian pada lansia
8	Golden m. Masika, phd, doris s. F. Yu, phd , polly w.c. li, phd, dania	Visual art therapy and cognition : effexts on people with mild cognitive	Penelitian ini menggunakan metode randomisasi blok kelompok acak	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah penerapan terapi adanya peningkatan dari

	t.f. lee, phd, azan nyundo, mmed	impairment and loe education level	dan anova satu arah dengan uji posy hoc bonferroni subyek penelitian ini terdiri 127 lansia dengan usia rata- rata 70 tahun dilakukan selama 6 minggu dengan 1 kali seminggu.	sebelum melakukan terapi menggambar p<.001 yang bearti ada pengaruh dari terapi pada lansia penelitian ini juga mencatat bahwa intervensi tersebut efektif dalam meningkatkan kualitas hidup peserta, terutama di kalangan orang dewasa yang lebih tua. Data yang diperoleh menunjukkan adanya perbaikan signifikan dalam berbagai aspek kesehatan mental dan kognitif setelah mengikuti program terapi ini
--	----------------------------------------	------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Demensia merupakan gangguan kognitif yang progresif dan sering terjadi pada lansia. Gangguan ini tidak hanya memengaruhi kemampuan berpikir dan mengingat, tetapi juga berdampak besar pada fungsi komunikasi serta kesejahteraan emosional penderitanya. Lansia dengan demensia sering mengalami kesulitan dalam memahami bahasa, menyusun kalimat, dan mengekspresikan diri secara verbal. Selain itu, gangguan ini juga dapat menyebabkan perubahan perilaku seperti kecemasan, depresi, dan isolasi sosial. Oleh karena itu, diperlukan berbagai intervensi untuk membantu mereka mempertahankan fungsi kognitif dan komunikasi agar kualitas hidup tetap terjaga. (Erwanto & Kurniasih, 2018)

Terapi non-farmakologis menjadi salah satu pilihan intervensi yang semakin banyak diterapkan dalam perawatan lansia dengan demensia. Salah satu bentuk terapi yang telah banyak dikaji adalah terapi menggambar. Aktivitas menggambar tidak hanya merupakan bentuk ekspresi kreatif, tetapi juga dapat merangsang otak dan memperkuat jalur kognitif yang masih berfungsi. Ketika lansia menggambar, mereka secara tidak langsung melatih ingatan, koordinasi motorik, dan kemampuan visual-spasial, yang semuanya berperan dalam mempertahankan fungsi otak yang

sehat. (Dewi et al., n.d.)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi menggambar dapat membantu meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia. Proses menggambar memungkinkan mereka untuk mengakses kembali memori yang mungkin sulit dijangkau melalui kata-kata. Lansia yang mengikuti terapi ini sering kali mampu menggambarkan pengalaman masa lalu mereka dengan lebih jelas dibandingkan ketika mereka mencoba menceritakannya secara verbal. Hal ini menunjukkan bahwa terapi menggambar dapat menjadi alat bantu dalam merangsang memori episodik, yang biasanya mengalami gangguan pada penderita demensia.

Selain meningkatkan daya ingat, terapi menggambar juga berkontribusi pada peningkatan konsentrasi dan perhatian. Lansia dengan demensia sering kali mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus pada satu tugas dalam jangka waktu yang lama. Dengan menggambar, mereka dilatih untuk tetap berkonsentrasi dalam menyelesaikan suatu karya, baik dalam memilih warna, membuat bentuk, maupun menyusun komposisi gambar. Latihan ini secara tidak langsung membantu mereka dalam meningkatkan daya tahan kognitif terhadap distraksi, yang merupakan masalah umum dalam demensia.

Dampak positif terapi menggambar juga terlihat pada kemampuan komunikasi lansia. Lansia dengan demensia sering mengalami kesulitan dalam menemukan kata-kata yang tepat untuk mengungkapkan perasaan atau keinginan mereka. Ketika berbicara menjadi sulit, menggambar dapat menjadi alternatif untuk menyalurkan ekspresi diri. Melalui gambar, mereka dapat menunjukkan suasana hati, pengalaman, dan ide-ide yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal. Hal ini tidak hanya membantu mereka dalam berkomunikasi dengan keluarga dan pengasuh, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi sosial. (Kartika et al., 2024) terapi menggambar juga berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan pada lansia dengan demensia. Lansia yang mengalami gangguan komunikasi sering kali merasa frustrasi karena tidak dapat mengekspresikan diri dengan baik. Frustrasi ini dapat berujung pada perasaan cemas, marah, atau bahkan menarik diri dari lingkungan sosial. Dengan menggambar, mereka memiliki cara yang lebih bebas dan tidak terbatas untuk menyampaikan perasaan mereka. Aktivitas ini juga dapat menciptakan efek menenangkan, mirip dengan meditasi, yang membantu mengurangi ketegangan emosional. (Mbaloto et al., 2023)

Selain manfaat individu, terapi menggambar juga memiliki dampak positif dalam interaksi sosial lansia. Kegiatan menggambar yang dilakukan dalam kelompok dapat meningkatkan keterlibatan sosial dan membangun rasa kebersamaan. Lansia yang berpartisipasi dalam sesi terapi kelompok dapat saling berbagi cerita melalui karya seni mereka, yang pada akhirnya mempererat hubungan dengan sesama peserta. Hal ini penting untuk mencegah isolasi sosial, yang sering

menjadi permasalahan utama pada lansia dengan demensia.

Implementasi terapi menggambar dalam perawatan lansia dengan demensia memerlukan pendekatan yang terstruktur dan disesuaikan dengan kebutuhan individu. Tidak semua lansia memiliki latar belakang atau minat dalam seni, sehingga pendekatan yang fleksibel diperlukan agar mereka merasa nyaman dan termotivasi untuk berpartisipasi. Penggunaan alat gambar yang sederhana, seperti pensil warna atau krayon, dapat menjadi pilihan yang lebih mudah diakses oleh lansia yang memiliki keterbatasan motorik. Selain itu, lingkungan terapi yang nyaman dan bebas tekanan juga menjadi faktor penting dalam memastikan partisipasi aktif dari para lansia. (Kustianah & Waliyanti, 2023) beberapa teknik dalam terapi menggambar dapat disesuaikan dengan tingkat keparahan demensia. Lansia dengan demensia ringan mungkin masih dapat menggambar secara bebas dan menyusun komposisi yang lebih kompleks. Sementara itu, bagi mereka yang mengalami demensia sedang hingga berat, terapi menggambar dapat difokuskan pada aktivitas yang lebih sederhana, seperti mewarnai pola yang sudah disediakan atau mengikuti garis-garis tertentu. Pendampingan dari terapis atau keluarga juga dapat membantu dalam memberikan arahan yang sesuai dengan kondisi masing-masing individu.

Keberhasilan terapi menggambar dalam meningkatkan fungsi kognitif dan komunikasi lansia dengan demensia juga bergantung pada faktor eksternal, seperti dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan. Lansia yang mendapatkan dukungan penuh dari lingkungan sekitar cenderung lebih aktif dalam mengikuti terapi dan mengalami peningkatan yang lebih signifikan. Oleh karena itu, edukasi bagi keluarga dan pengasuh mengenai manfaat terapi menggambar juga menjadi aspek yang perlu diperhatikan dalam implementasi intervensi ini.

Meskipun terapi menggambar menunjukkan banyak manfaat, terdapat beberapa tantangan dalam penerapannya. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan dalam mengukur dampak terapi ini secara objektif. Tidak seperti intervensi medis yang dapat diukur dengan parameter biologis, manfaat terapi menggambar sering kali bersifat subjektif dan sulit untuk dinilai secara kuantitatif. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan evaluasi yang lebih holistik, seperti observasi perilaku dan wawancara dengan lansia serta pengasuh mereka, untuk mendapatkan gambaran yang lebih akurat mengenai efektivitas terapi ini.

Tantangan lainnya adalah keterbatasan akses terhadap terapi menggambar di beberapa fasilitas perawatan lansia. Tidak semua panti jompo atau pusat rehabilitasi memiliki program terapi seni yang terstruktur, sehingga banyak lansia yang tidak mendapatkan kesempatan untuk merasakan manfaat terapi ini. Oleh karena itu, diperlukan inisiatif dari berbagai pihak, baik pemerintah maupun organisasi sosial, untuk meningkatkan akses terhadap terapi menggambar sebagai bagian dari program perawatan lansia dengan demensia. (Dewi et al., n.d.)

Selain itu, efektivitas terapi menggambar juga dapat dipengaruhi oleh perbedaan individu dalam respons terhadap terapi. Tidak semua lansia merasa nyaman atau tertarik untuk menggambar, sehingga hasil yang diperoleh bisa bervariasi. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan pendekatan yang lebih personalisasi, di mana terapi ini dapat dikombinasikan dengan aktivitas lain yang sesuai dengan minat dan kebutuhan masing-masing individu. (DOI: [Http://Dx.Doi.Org/10.33846/Sf15305](http://Dx.Doi.Org/10.33846/Sf15305) *Terapi Bermain Puzzle Untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia Tri Wahyuningsih, 2024*)

Di dalam penelitian kistianah t (2023), menjelaskan penggunaan art therapy sebagai cara untuk membantu klien mendapatkan kesehatan mental yang lebih baik, terutama untuk mengatasi kecemasan, stres, atau trauma. Art therapy ini menggunakan pendekatan ekspresif-proyektif. Pendekatan ini memungkinkan klien untuk mengekspresikan emosi mereka melalui media seni seperti menggambar, melukis, atau memahat tanpa memiliki batasan struktural yang ketat, yang memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi bawah sadar mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik ini efektif dalam mengurangi gejala psikologis klien, terutama dalam meningkatkan kesadaran diri, mengelola emosi, dan menciptakan ruang refleksi yang aman. Namun, kekurangan penelitian terletak pada desain studi yang terbatas; sampelnya kecil, tidak ada kelompok kontrol, dan bergantung pada laporan subjektif klien yang sulit diukur secara objektif. Selain itu, belum ada penelitian menyeluruh tentang efektivitas jangka panjang, dan tidak ada standarisasi metode intervensi, yang mungkin berdampak pada konsistensi hasil individu.

Selanjutnya di dalam penelitian rizki dwi c, dkk (2020), membahas peningkatan kemampuan bicara dan menulis orang dewasa yang menderita demensia dapat dilakukan melalui art therapy yang menggunakan kaligrafi "allah + muhammad". Studi ini menunjukkan bahwa metode tersebut efektif dalam meningkatkan keterampilan berbicara dan menulis klien demensia yang lebih tua, dengan hasil analisis statistik yang signifikan ( $p \leq 0.05$ ) pada kelompok intervensi. Namun, beberapa kekurangan penelitian ini termasuk jumlah sampel yang relatif kecil (22 responden) dan waktu intervensi yang terbatas (4 minggu), yang dapat memengaruhi generalisasi hasil. Selain itu, elemen individu seperti usia, pendidikan, dan latar belakang pekerjaan juga dapat memengaruhi hasil. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih luas diperlukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang seberapa efektif teknik ini.

Di dalam penelitian elida ulfiana, dkk, menjelaskan penerapan art therapy berbasis pembatik colet di posyandu barokah, surabaya untuk meningkatkan fungsi kognitif orang tua. Terapi ini menggunakan pembatik tradisional bersama dengan metode colet, yang merupakan teknik pewarnaan menggunakan kuas, yang mencanting, menggambar, dan mewarnai kain. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan kognitif orang tua, seperti memori, orientasi,

dan kreativitas. Hasil menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam meningkatkan partisipasi orang tua, mengurangi kebosanan, dan menunjukkan potensi pencegahan demensia dengan meningkatkan skor sebagian peserta menggunakan mini mental state examination (mmse). Namun, penelitian ini memiliki kekurangan: sampelnya kecil (18 orang dewasa pada tahap skrining dan 38 orang dewasa pada tahap pelatihan), durasi intervensi yang singkat (hanya dua sesi), dan tidak ada kelompok kontrol untuk membandingkan hasilnya. Tidak ada evaluasi jangka panjang yang dilakukan untuk mengetahui seberapa lama efek terapi bertahan.

Menurut rias pratiwi s, dkk (2024), men diskusikan tentang upaya di panti sosial mandalika ntb untuk meningkatkan fungsi kognitif orang tua melalui terapi mewarnai gambar. Studi ini melibatkan 18 orang tua berusia 60–82 tahun. Coloring therapy, atau terapi mewarnai gambar, adalah metode terapi seni di mana orang tua diminta untuk mewarnai sketsa yang telah disiapkan. Hasilnya menunjukkan bahwa 56% orang dewasa tidak mengalami gangguan kognitif setelah terapi. Namun, pada kelompok tanpa gangguan kognitif, peningkatan terjadi dari 38,9% sebelum terapi menjadi 55,6% setelah terapi. Stimulasi korteks frontal otak, yang meningkatkan atensi, memori, dan kemampuan pemecahan masalah, menunjukkan bahwa terapi ini efektif. Namun, penelitian ini memiliki beberapa kelemahan. Yang pertama adalah bahwa sampelnya kecil (18 orang) dan terapinya hanya berlangsung dua hari, sehingga hasilnya tidak menunjukkan efek jangka panjang. Yang kedua adalah bahwa faktor eksternal, seperti tingkat pendidikan rendah (12 dari 18 orang tua yang tidak bersekolah) menghambat partisipasi dalam tes kognitif (mmse). Serta (3) masalah fisik, seperti gangguan penglihatan pada orang tua yang mempengaruhi proses pemilihan warna. Selain itu, penelitian ini tidak mengontrol variabel tambahan, seperti aktivitas sosial atau riwayat penyakit, yang dapat memengaruhi hasil.

Menurut rosiana rayanti, dkk (2023), penggunaan terapi terutama pada kelompok orang tua di tiga panti werdha di kota salatiga, indonesia, untuk mengatasi masalah kesehatan fisik (hipertensi, kolesterol tinggi) dan mental (kesepian, kesulitan tidur). Kegiatan kognitif (seperti menggambar, menulis) dan psikomotorik (seperti senaman otak, gerak lagu) serta pendekatan budaya (seperti menyanyikan lagu rohani) adalah contoh aktivitas terapi yang diterapkan. Menggambar dan menulis adalah bentuk terapi seni yang digunakan untuk ekspresi emosi dan stimulasi kognitif. Tujuan dari aktivitas ini adalah untuk mengurangi kesepian, meningkatkan daya ingat, dan meningkatkan koordinasi motorik. Terapi ini membuat orang tua menunjukkan lebih banyak interaksi sosial, lebih banyak antusiasme, dan kurang kesepian. Partisipasi mahasiswa juga membantu karena orang tua merasa diperhatikan.

Menurut sri hartati, dkk, di dalam penelitiannya membahas penggunaan clock drawing test (cdt) sebagai alat skrining untuk mendeteksi tanda-tanda demensia pada lansia di kota semarang. Penelitian deskriptif ini melibatkan 133 responden berusia di atas 55 tahun. Cdt merupakan tes menggambar jam yang menilai kemampuan kognitif seperti fungsi visual-spasial, memori, dan eksekutif. Meskipun tidak secara eksplisit disebut sebagai terapi seni, cdt menggunakan pendekatan menggambar sebagai metode asesmen kognitif. Cdt dinilai mudah diadministrasikan, tidak memerlukan ahli terlatih, dan diterima baik oleh responden dari berbagai latar belakang pendidikan dan pekerjaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cdt dapat mengidentifikasi gangguan kognitif awal, seperti kesalahan penempatan angka atau jarum jam, yang berkaitan dengan gejala demensia. Namun, efektivitasnya sebagai alat diagnostik mandiri masih perlu dikonfirmasi dengan tes psikometri lain (misalnya mini mental state examination/mmse) untuk meningkatkan validitas.

Menurut lia nurlianawati, dkk (2023), penelitian ini menyelidiki pengaruh terapi seni menggambar terhadap penurunan tingkat kesepian yang dialami oleh orang tua yang tinggal di rumah perawatan. Faktor-faktor yang menyebabkan kesepian pada orang tua termasuk kehilangan pasangan, penurunan fungsi tubuh, dan isolasi sosial. Salah satu terapi yang dapat digunakan adalah terapi seni menggambar, di mana orang tua diajak berkreasi melalui gambar untuk mengungkapkan emosi mereka, meningkatkan produktivitas mereka, dan mendorong interaksi sosial. Efektivitas: terapi ini terbukti membantu orang yang kesepian. Tingkat kesepian sebelum dan sesudah terapi berbeda secara signifikan, menurut hasil uji statistik (paired t-test,  $p=0,00 < \alpha=0,05$ ). Intervensi menyebabkan 79% tingkat kesepian pada lansia menurun ke kategori rendah. Terapi seni dianggap sebagai cara cepat untuk mengurangi kesepian orang tua, tetapi penelitian lanjutan dengan desain dan sampel yang lebih besar diperlukan untuk memvalidasi hasilnya.

Dalam hasil pembahasan mengenai penelitian, terapi menggambar merupakan salah satu terapi yang bisa diterapkan kepada lansia dengan demensia, namun masih diperlukan lebih banyak studi yang mendalam mengenai mekanisme di balik manfaat terapi menggambar terhadap fungsi kognitif dan komunikasi lansia dengan demensia. Penelitian yang lebih terstruktur, dengan desain eksperimental dan kontrol yang lebih ketat, dapat membantu memberikan bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas terapi ini. Selain itu, studi jangka panjang juga diperlukan untuk mengetahui sejauh mana manfaat terapi ini dapat bertahan dalam jangka waktu yang lebih panjang. (Erwanto & Kurniasih, 2018) dengan berbagai temuan yang telah dikaji, terapi menggambar memiliki potensi besar sebagai intervensi non-farmakologis dalam perawatan lansia dengan demensia. Selain membantu meningkatkan fungsi kognitif dan komunikasi, terapi ini juga memberikan manfaat

psikososial yang signifikan bagi lansia. Namun, tantangan dalam implementasi dan evaluasi efektivitasnya masih perlu diperhatikan agar manfaatnya dapat dirasakan secara lebih luas.

Dalam jangka panjang, integrasi terapi menggambar ke dalam program rehabilitasi lansia dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Dengan adanya dukungan dari berbagai pihak, baik dari tenaga kesehatan, keluarga, maupun masyarakat, terapi ini dapat menjadi salah satu solusi inovatif dalam menangani tantangan yang dihadapi oleh lansia dengan demensia. (Kustianah & Waliyanti, 2023)

#### 4. KESIMPULAN

Terapi menggambar terbukti memiliki manfaat yang signifikan dalam meningkatkan fungsi kognitif dan komunikasi pada lansia dengan demensia. Melalui aktivitas menggambar, lansia dapat merangsang daya ingat, memperkuat konsentrasi, serta mengurangi kecemasan yang sering terjadi akibat keterbatasan verbal mereka. Selain itu, terapi ini juga memberikan alternatif komunikasi bagi lansia yang mengalami kesulitan berbicara, sehingga membantu mereka mengekspresikan diri dengan lebih baik. Manfaat lainnya termasuk peningkatan kesejahteraan emosional dan sosial, karena terapi menggambar dapat menjadi aktivitas yang menyenangkan dan mempererat interaksi dengan lingkungan sekitar.

Meskipun terapi ini memiliki banyak keunggulan, penerapannya masih menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan akses di beberapa fasilitas perawatan lansia serta perbedaan respons individu terhadap terapi. Selain itu, masih diperlukan lebih banyak penelitian eksperimental untuk mengukur efektivitas terapi menggambar secara objektif dalam jangka panjang. Dengan demikian, terapi ini perlu dikembangkan lebih lanjut agar dapat diintegrasikan sebagai salah satu metode perawatan standar bagi lansia dengan demensia.

agar terapi menggambar dapat diterapkan secara lebih luas, perlu adanya dukungan dari berbagai pihak, termasuk keluarga, tenaga kesehatan, dan pemerintah. Pusat perawatan lansia dan komunitas sebaiknya menyediakan program terapi menggambar sebagai bagian dari kegiatan rutin bagi lansia dengan demensia. Selain itu, edukasi bagi pengasuh dan keluarga mengenai manfaat terapi ini sangat penting agar mereka dapat mendampingi lansia dengan lebih baik dalam menjalani aktivitas menggambar.

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi mekanisme di balik manfaat terapi menggambar dan bagaimana intervensi ini dapat disesuaikan dengan kondisi individu yang berbeda. Studi jangka panjang yang mengukur perubahan fungsi kognitif dan komunikasi secara kuantitatif sangat dibutuhkan untuk memperkuat bukti ilmiah mengenai efektivitas terapi ini. Dengan penelitian yang lebih mendalam dan implementasi yang lebih luas, terapi menggambar

dapat menjadi solusi inovatif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan demensi

## DAFTAR PUSTAKA

Cahyono, R. D., Haryanto, J., Wahyuni, E. D., & Romadhon, W. A. (2020). Meningkatkan Kemampuan Bicara dan Menulis pada Lansia Demensia dengan Metode Melukis Kaligrafi Allah + Muhammad. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(2), 148–155.

Dewi, S. R., Puzzle, B., & Lansia, F. K. (n.d.). *Di Pltu Jember*. 64–69.

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf15305> Terapi Bermain Puzzle untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia Tri Wahyuningsih. (2024). 15(September), 377–380.

Emblad, S. Y. M., & Mukaetova-Ladinska, E. B. (2021). Creative Art Therapy as a Non-Pharmacological Intervention for Dementia: A Systematic Review. *Journal of Alzheimer's Disease Reports*, 5(1), 353–364. <https://doi.org/10.3233/ADR-201002>

Erwanto, R., & Kurniasih, D. E. (2018). Perbedaan Efektifitas Art therapy dan Brain gym terhadap Fungsi Kognitif dan Intelektual pada Lansia Demensia di BPSTW Yogyakarta. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 34–41. <https://doi.org/10.30994/sjik.v7i2.165>

Kartika, A. W., Hayati, Y. S., & Kristianingrum, N. D. (2024). *IMPLEMENTASI MODIFIKASI COGNITIVE STIMULATION THERAPY UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOGNITIF LANSIA*. 8(5), 1–10.

Khairunisa, D., Azmi, K., Miranda, T., Sarjana, S., Profesi, P., & Aisyiyah, P. (2025). *Terapi Seni Pada Lansia sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya Art Therapy for The Elderly as an Effort to Improve Quality of Life at The Mulia Dharma Social Rehabilitation Center. 1.*

Kustianah, T., & Waliyanti, E. (2023). Terapi Menggambar dan Senam Otak Sebagai Intervensi Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Medika*, 05(01), 167–173. <https://jurnal.medikasuherman.ac.id/imds/index.php/JIKMDS/article/view/269>

Masika, G. M., Yu, D. S. F., Li, P. W. C., Lee, D. T. F., & Nyundo, A. (2022). Visual Art Therapy and Cognition: Effects on People with Mild Cognitive Impairment and Low Education Level. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 77(6), 1051–1062. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab168>

Mbaloto, F. R., Mua, E. L., Sekeon, R. A., Susanto, D., Yanriatuti, I., Tarigan, S., & Emilia, N. L. (2023). Peningkatan Fungsi Kognitif Lansia Melalui Terapi Aktivitas Kognitif. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 494–499. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i4.440>

Prawijaya, A., Arini, A., Yanti, D. Y., Safitri, R., Rahmi, S. A., & Rahman, S. (2024). Terapi Tawa Dan Terapi Tebak Gambar Untuk Lansia Demensia. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 2(1), 35–40. <https://doi.org/10.63004/mcm.v2i1.358>

Putri, D. M. P. (2019). *Modul Art Therapy Pada Lansia Dengan Demensia*. 5–8.

---

Terapi Menggambar Terhadap Fungsi Kognitif Dan Komunikasi Pada Lansia Dengan Demensia Literature Review

Bacthiar Safrudin, Dwi Widayastusi, Hanif Daffa Fauzan Rizki, Mohammad Ananta Pratama, Aji M. Ansyar, Amelia Kartika Sari, Raden Andi Rosa Tri Yulianti, Annisa Natasya Putri, Priska Cahya Ningtyas, Rhefita Yuniar, Nurfadilah Arman11, Diazty Page 167

<http://repository.akperkyjogja.ac.id/108/1/Modul Art Therapy.pdf>

- Putri Rusiana, H., Rias Pratiwi Safitri, Fitri Romadonika, Baiq Nurul Hidayati, & Anna Layla Salfarina. (2024). Peningkatan Fungsi Kognitif Lansia Melalui Terapi Mewarnai Gambar Di Panti Sosial Mandalika Nusa Tenggara Barat. *LOSARI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 19–24. <https://doi.org/10.53860/losari.v6i1.205>
- Rayanti, R. E., De Fretes, F., & Desi, D. (2023). Pemberian Terapi Kelompok pada Lansia di Panti Werdha Kota Salatiga. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 668–677. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i3.2318>
- Ulfiana, E., Makhfudli, Kusnul Chotimah, & Zenitha Rani. (2020). Penerapan Art Therapy Membatik Colet Sebagai Upaya Memelihara Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Barokah, Kelurahan Klampis Ngasem, Kecamatan Sukolilo, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 6(1), 41–45. <https://doi.org/10.33023/jpm.v6i1.563>