JCEMTY Journal of Community Empowerment for Multidisciplinary (JCEMTY)
Volume 04 Number 02 (November 2026)
e-ISSN: 2987-5080; p-ISSN: 2987-5072

Origami paper folding group activity therapy as cognitive stimulation to optimize cognitive function among older adults

Terapi aktivitas kelompok melipat kertas origami sebagai stimulasi kognitif untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia

Enggal Hadi Kurniyawan[1], Delia Ayu Fitria[1], Nikmatul Aisyah[1], Nur Fitria Ulfa Chasanah[1], Kholid Rosyidi Muhammad Nur[1], Alfid Tri Afandi[1], Dicky Endrian Kurniawan[1]

[1]Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, Indonesia

Korespondensi: Enggal Hadi Kurniyawan, enggalhadi.psik@unej.ac.id

Disubmit: 08-06-2026 Direvisi: 28-09-2026 Diterima: 02-10-2026 Dipublikasikan: 02-11-2026

ABSTRACT

Cognitive decline is one of the common problems experienced by older adults and may affect memory, concentration, and the ability to perform daily activities. This community service activity aimed to optimize cognitive function among older adults through cognitive stimulation group activity therapy using origami paper folding activities at UPT PSTW Jember. The implementation method used a quasi-experimental approach with a one group pre-test and post-test design. The participants consisted of 7 older adults at Wisma Seruni UPT PSTW Jember selected using a total sampling technique. Cognitive function was measured using the Mini Mental State Examination (MMSE) instrument before and after the intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon test with the assistance of SPSS version 24. The results showed an improvement in cognitive function among older adults after participating in origami folding group activity therapy with a significance value of p-value 0.014. Origami paper folding group activity therapy can be used as a simple, applicable, and effective non-pharmacological intervention to support cognitive function optimization and enhance social engagement among older adults.

Keywords: *cognitive function, cognitive stimulation, group activity therapy, older adults, origami*

ABSTRAK

Penurunan fungsi kognitif merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi pada lansia dan dapat memengaruhi kemampuan mengingat, berkonsentrasi, serta menjalankan aktivitas sehari-hari. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia melalui terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi kognitif dengan metode melipat kertas origami di UPT PSTW Jember. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan quasi experiment dengan desain one group pre-test and post-test design. Peserta kegiatan berjumlah 7 lansia di Wisma Seruni UPT PSTW Jember yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengukuran fungsi kognitif dilakukan menggunakan instrumen Mini Mental State Examination (MMSE) sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon dengan bantuan SPSS versi 24. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif lansia setelah diberikan terapi aktivitas kelompok melipat origami dengan nilai signifikansi p-value 0,014. Terapi aktivitas kelompok melipat kertas origami dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aplikatif, dan efektif dalam mendukung optimalisasi fungsi kognitif serta meningkatkan keterlibatan sosial lansia.

Kata kunci: fungsi kognitif, lansia, origami, stimulasi kognitif, terapi aktivitas kelompok

https://doi.org/10.53713/jcemty.v4i2.747

This work is licensed under CC BY-SA License.

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Proses penuaan menyebabkan penurunan kemampuan tubuh secara bertahap, termasuk perubahan pada fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif pada lansia sering ditandai dengan menurunnya kemampuan mengingat, kesulitan berkonsentrasi, keterlambatan dalam memproses informasi, serta perubahan dalam kemampuan memecahkan masalah (Ng et al., 2025). Kondisi tersebut menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian karena gangguan kognitif berhubungan dengan penurunan kemandirian, peningkatan risiko ketergantungan, dan penurunan kualitas hidup pada lansia (Zhang et al., 2025). Perubahan biologis akibat proses penuaan juga berhubungan dengan variasi kemampuan kognitif antarindividu lansia, terutama pada aspek memori dan fungsi eksekutif (Martins-Pais et al., 2025). Selain itu, faktor psikososial seperti rendahnya hubungan sosial juga berkontribusi terhadap percepatan penurunan fungsi kognitif pada kelompok usia lanjut (Umoh, 2025).

Gangguan kognitif merupakan kondisi yang banyak ditemukan pada kelompok lansia, terutama akibat berkurangnya aktivitas yang merangsang otak. Kemampuan kognitif sangat dipengaruhi oleh aktivitas mental dan lingkungan yang mendukung proses berpikir. Lansia yang kurang melakukan aktivitas stimulasi kognitif berisiko mengalami penurunan kemampuan memori dan fungsi berpikir yang lebih cepat (Mamayson & Lacanaria, 2024). Upaya mempertahankan fungsi kognitif perlu dilakukan melalui kegiatan yang melibatkan aspek intelektual, emosional, sosial, dan motorik secara bersamaan. Intervensi stimulasi kognitif yang dikombinasikan dengan aktivitas fisik menunjukkan pengaruh positif terhadap kemampuan kognitif dan fungsi fisik pada lansia (Rocha et al., 2023). Kegiatan yang melibatkan aktivitas sosial dan intelektual juga berhubungan dengan kemampuan kognitif yang lebih baik pada lansia karena memberikan rangsangan berkelanjutan terhadap fungsi memori dan kemampuan berpikir (Fernández, et al., 2023). Program stimulasi kognitif berbasis aktivitas kelompok juga dilaporkan dapat meningkatkan fungsi kognitif, suasana hati, serta kemampuan dalam aktivitas sehari-hari pada lansia (AbdElsalam & ElKholy, 2024).

Terapi aktivitas kelompok (TAK) merupakan salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan stimulasi kognitif pada lansia. Metode ini memberikan kesempatan kepada lansia untuk melakukan aktivitas bersama melalui kegiatan yang terstruktur dan berbasis interaksi sosial. Program stimulasi kognitif berbasis kelompok terbukti berpengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif, suasana hati, serta kemampuan adaptasi psikososial pada lansia (Gómez-Soria et al., 2023). Pendekatan intervensi kelompok yang menggabungkan aktivitas

kognitif dan sosial juga menunjukkan manfaat terhadap fungsi kognitif serta kesejahteraan psikologis lansia melalui keterlibatan aktif antarpeserta (Chadjikyprianou & Constantinidou, 2023). Selain itu, intervensi kelompok untuk kesehatan kognitif pada lansia di komunitas menunjukkan bahwa aktivitas terstruktur bersama dapat mendukung pemeliharaan kemampuan kognitif serta meningkatkan keterlibatan sosial peserta (Vasques et al., 2023). Pendekatan tersebut sesuai diterapkan pada lingkungan pelayanan sosial lansia karena mampu mengakomodasi kebutuhan kognitif, fisik, dan psikososial secara bersamaan.

Kegiatan melipat kertas origami merupakan salah satu bentuk stimulasi kognitif sederhana yang mudah diterapkan pada lansia. Aktivitas origami melibatkan proses mengingat tahapan, mengikuti pola, memperhatikan detail visual, serta mengoordinasikan penglihatan dan gerakan tangan. Penelitian mengenai latihan kognitif menggunakan aktivitas origami menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pemrosesan memori dan kecepatan respons pada kelompok lansia yang mengikuti intervensi origami (Kumar et al., 2024). Aktivitas kreatif pada lansia juga berkaitan dengan keterlibatan kemampuan berpikir kreatif serta fungsi kognitif tertentu, sehingga kegiatan berbasis seni berpotensi menjadi media untuk stimulasi kognitif (Rodriguez et al., 2024). Intervensi berbasis seni pada lansia dengan gangguan kognitif ringan menunjukkan peningkatan fungsi kognitif, kualitas hidup, serta aspek psikologis peserta setelah mengikuti program terstruktur (Lin et al., 2022). Kegiatan membuat bentuk origami juga memberikan pengalaman positif karena menghasilkan karya yang meningkatkan rasa puas dan rasa bermakna bagi lansia.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok melipat kertas origami berpengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia. Aktivitas berbasis seni dan kreativitas diketahui mampu memberikan stimulasi terhadap kemampuan kognitif, perhatian, serta fungsi eksekutif pada kelompok usia lanjut dengan gangguan kognitif ringan (Lin et al., 2022). Pendekatan terapi stimulasi kognitif melalui aktivitas terstruktur juga menunjukkan peningkatan fungsi kognitif berdasarkan hasil pengukuran menggunakan instrumen kognitif, termasuk Mini-Mental State Examination (MMSE), pada lansia dengan gangguan kognitif (Saragih et al., 2022). Selain itu, keterlibatan lansia dalam aktivitas kreatif berhubungan dengan pemeliharaan kemampuan kognitif dan partisipasi aktif dalam kegiatan sehari-hari (Rodriguez et al., 2024). Pelaksanaan terapi dengan pendekatan one-group pre-test and post-test menunjukkan adanya perbedaan kemampuan kognitif sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Hasil pengukuran menggunakan instrumen Mini-Mental State Examination (MMSE) menunjukkan nilai p sebesar 0,014 yang mengindikasikan adanya perubahan fungsi kognitif setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok melipat origami. Temuan tersebut memperkuat bahwa aktivitas sederhana berbasis kreativitas merupakan salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis untuk mendukung kesehatan kognitif pada lansia.

UPT PSTW Jember, sebagai salah satu institusi pelayanan sosial bagi lansia, memiliki peran penting dalam menyediakan kegiatan yang mendukung peningkatan kualitas hidup penghuni. Program intervensi berbasis kelompok yang menggabungkan aktivitas kognitif dan sosial menunjukkan manfaat terhadap fungsi kognitif serta kemampuan psikososial lansia, baik di lingkungan komunitas maupun di fasilitas pelayanan lansia (Lee et al., 2023). Kegiatan yang bersifat stimulatif dan rekreatif diperlukan untuk mengoptimalkan kemampuan lansia serta mencegah dampak lebih lanjut dari penurunan fungsi kognitif. Pendekatan intervensi kelompok multidimensi juga dilaporkan mampu meningkatkan keterlibatan sosial, fungsi kognitif, dan kesejahteraan psikologis pada kelompok usia lanjut (Chadjikyprianou & Constantinidou, 2023). Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok melalui kegiatan melipat origami menjadi salah satu bentuk pengabdian masyarakat yang memberikan manfaat langsung bagi lansia melalui pendekatan yang aplikatif, ekonomis, dan mudah diterapkan kembali. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan stimulasi kognitif melalui terapi aktivitas kelompok melipat kertas origami bagi lansia di UPT PSTW Jember. Pelaksanaan kegiatan diharapkan mampu meningkatkan keterlibatan aktif lansia dalam aktivitas yang mendukung fungsi kognitif, memperkuat interaksi sosial, serta menjadi strategi untuk mempertahankan kemampuan kognitif lansia secara berkelanjutan. Aktivitas berbasis seni dan rekreasi juga dilaporkan berkontribusi pada pengurangan isolasi sosial serta peningkatan fungsi sosial dan kognitif pada lansia (McDonald et al., 2024).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimen melalui pendekatan one-group pre-test and post-test. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada Maret 2025 di UPT PSTW Jember dengan melibatkan 7 lansia di Wisma Seruni yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen Mini-Mental State Examination (MMSE) untuk mengukur fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi terapi melipat kertas origami. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dengan bantuan aplikasi SPSS versi 24 untuk mengetahui perubahan fungsi kognitif lansia setelah diberikan intervensi. Adapun pada tahap pelaksanaan kegiatan TAK juga telah disusun secara sistematis terkait persiapannya, sebagai berikut:

1. Fase Orientasi

Kegiatan TAK diawali dengan pemberian salam, perkenalan tim pelaksana, serta penjelasan mengenai tujuan dan manfaat kegiatan kepada peserta. Tim menjelaskan tahapan kegiatan, durasi pelaksanaan, dan aturan selama kegiatan berlangsung. Selanjutnya, peserta

Volume 04 Number 02 (November 2026)
e-ISSN: 2987-5080; p-ISSN: 2987-5072

menjalani pengukuran fungsi kognitif awal menggunakan Mini-Mental State Examination (MMSE) sebagai pre-test. Peserta kemudian diberikan edukasi singkat mengenai pengertian, tujuan, dan manfaat TAK melipat kertas origami, termasuk penjelasan tentang bentuk hati dan bunga yang akan dibuat.

2. Fase Kerja

Fase kerja dilaksanakan melalui demonstrasi dan praktik melipat kertas origami. Setiap peserta memperoleh dua lembar kertas origami untuk membuat bentuk hati dan bunga. Fasilitator terlebih dahulu memperagakan langkah-langkah pembuatan bentuk hati secara bertahap, kemudian meminta peserta mengikuti instruksi tersebut. Selama praktik, fasilitator mendampingi peserta dan memberikan bantuan sesuai kebutuhan. Prosedur yang sama dilakukan untuk membentuk bunga. Peserta diberikan kesempatan untuk menyelesaikan setiap bentuk sesuai dengan kemampuan masing-masing. Selama kegiatan berlangsung, observer mencatat kehadiran, keterlibatan, respons, dan kemampuan peserta dalam mengikuti instruksi.

3. Fase Terminasi

Fase terminasi dilakukan dengan mengevaluasi keterlibatan dan pemahaman peserta melalui tanya jawab serta refleksi singkat mengenai pengalaman selama kegiatan. Pengukuran fungsi kognitif setelah intervensi dapat dilakukan menggunakan MMSE sebagai post-test sesuai protokol evaluasi yang ditetapkan. Tim kemudian menyampaikan kesimpulan, memberikan apresiasi atas partisipasi peserta, dan menutup kegiatan dengan salam.

Evaluasi struktur dilakukan untuk menilai kesiapan pelaksanaan, meliputi ketersediaan tempat yang nyaman dan aman, kertas origami, instrumen evaluasi, serta pembagian tugas tim yang jelas. Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati kesesuaian pelaksanaan terhadap tahapan yang direncanakan, keaktifan peserta, kemampuan mengikuti instruksi, interaksi dengan fasilitator, serta kendala yang muncul selama kegiatan. Evaluasi hasil dilakukan dengan menilai kemampuan peserta dalam mengikuti langkah-langkah pembuatan origami, menyelesaikan bentuk hati dan bunga, serta menjelaskan kembali instruksi sederhana. Perubahan fungsi kognitif dievaluasi melalui perbandingan skor MMSE sebelum dan sesudah intervensi apabila pengukuran tersebut dilakukan. Hasil evaluasi didokumentasikan sebagai dasar untuk menilai ketercapaian tujuan dan memperbaiki pelaksanaan kegiatan pada periode berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden (N = 7)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
Lanjut Usia	5	71.4%
Lanjut usia tua	2	28.6%
Usia sangat tua	0	0,0%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	0	31.8 %
Perempuan	7	68.2 %
Riwayat Penyakit		
Hipertensi	3	42.9%
Asam Urat	1	14.3%
Diabetes Melitus	2	28.6%
Covid-19	0	0,0%
Lain-lain	1	14.3%

Berdasarkan Tabel 1, usia responden paling banyak berada pada kelompok lanjut usia sebanyak 5 lansia (71,4%), dan 100% berjenis kelamin perempuan. Riwayat penyakit pada lansia didominasi oleh hipertensi pada 3 lansia, yaitu 42,9%.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kognitif Lansia Sebelum dan Sesudah Intervensi TAK Melipat Kertas Origami serta Hasil Uji Wilcoxon

Tingkat kognitif	Sebelum, f	Sebelum, %	Sesudah, f	Sesudah, %	p-value
Tidak ada gangguan kognitif	1	14,3	5	71,4	0,014
Gangguan kognitif ringan	4	57,1	2	28,6	
Gangguan kognitif sedang	2	28,6	0	0,0	
Gangguan kognitif berat	0	0,0	0	0,0	
Total	7	100,0	7	100,0	

Tabel 2 menunjukkan peningkatan jumlah lansia dengan fungsi kognitif normal dari 1 orang (14,3%) menjadi 5 orang (71,4%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan skor kognitif sebelum dan sesudah intervensi yang signifikan secara statistik ($p = 0,014$; $p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan adanya perubahan fungsi kognitif setelah TAK melipat kertas origami, tetapi belum membuktikan hubungan sebab-akibat karena jumlah peserta terbatas dan tidak ada kelompok kontrol.

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi kognitif melalui kegiatan melipat kertas origami menunjukkan adanya perubahan positif terhadap fungsi kognitif lansia di Wisma Seruni UPT PSTW Jember. Hasil pengukuran menggunakan instrumen Mini Mental State

Examination (MMSE) menunjukkan peningkatan kemampuan kognitif setelah diberikan intervensi. Perubahan tersebut terlihat dari meningkatnya jumlah lansia yang berada dalam kategori fungsi kognitif normal dari 1 orang (14,3%) sebelum intervensi menjadi 5 orang (71,4%) setelah intervensi. Penurunan jumlah lansia dengan gangguan kognitif sedang dari 2 orang menjadi tidak ditemukan setelah kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa aktivitas stimulasi sederhana yang dilakukan secara terarah mampu memberikan pengaruh terhadap kemampuan kognitif lansia. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian AbdElsalam dan ElKholy (2024) yang menunjukkan bahwa program stimulasi kognitif pada lansia memberikan peningkatan terhadap fungsi kognitif, efikasi diri kognitif, serta kesejahteraan psikologis peserta. Selain itu, Gómez-Soria et al. (2023) melaporkan bahwa program stimulasi kognitif berbasis kelompok mampu meningkatkan fungsi kognitif global serta beberapa aspek kognitif seperti orientasi, bahasa, kemampuan praksis, dan memori jangka pendek pada kelompok lanjut usia.

Penurunan fungsi kognitif merupakan salah satu permasalahan yang sering ditemukan pada kelompok lanjut usia. Proses penuaan menyebabkan perubahan pada struktur dan fungsi otak yang berdampak pada kemampuan mengingat, berkonsentrasi, menerima informasi, serta menyelesaikan suatu permasalahan. Kondisi tersebut semakin berisiko apabila lansia kurang mendapatkan aktivitas yang melibatkan stimulasi mental dan interaksi sosial. Aktivitas yang bersifat rekreatif sekaligus edukatif diperlukan untuk mempertahankan kemampuan kognitif lansia agar tetap optimal. Kegiatan melipat origami menjadi salah satu bentuk aktivitas yang sesuai karena melibatkan proses berpikir, mengingat tahapan, mengikuti instruksi, serta mengoordinasikan gerakan tangan. Penelitian Wei et al. (2024) menunjukkan bahwa intervensi interaksi sosial pada lansia berhubungan dengan peningkatan aspek fungsi eksekutif, sehingga aktivitas kelompok yang melibatkan komunikasi dan keterlibatan sosial berperan dalam mendukung kesehatan kognitif. Penelitian Li et al. (2023) juga menunjukkan bahwa aktivitas yang menggabungkan unsur kognitif dan gerakan fisik mampu memberikan manfaat terhadap fungsi kognitif global serta kemampuan melakukan tugas ganda pada lansia dengan gangguan kognitif ringan.

Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,014 (<0,05), yang menunjukkan adanya perbedaan fungsi kognitif sebelum dan sesudah pemberian terapi aktivitas kelompok melipat origami. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kegiatan berbasis stimulasi kognitif memiliki potensi sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mendukung pemeliharaan fungsi otak lansia. Intervensi stimulasi kognitif pada kelompok lanjut usia dilaporkan berhubungan dengan peningkatan fungsi kognitif, efikasi diri kognitif, dan aspek psikologis positif melalui aktivitas terstruktur yang melibatkan proses berpikir aktif (AbdElsalam & ElKholy, 2024). Aktivitas melipat origami tidak hanya menghasilkan produk kerajinan, tetapi

juga memberikan rangsangan terhadap berbagai aspek kemampuan kognitif seperti perhatian, persepsi visual, daya ingat, dan kemampuan mengikuti pola. Aktivitas berbasis keterampilan tangan dan latihan kognitif memberikan stimulasi terhadap proses orientasi, memori, serta kemampuan mengikuti instruksi pada lansia dengan gangguan kognitif (Kumar et al., 2024).

Proses pelaksanaan kegiatan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi peserta. Lansia diarahkan untuk membuat bentuk origami berupa love dan bunga melalui tahapan demonstrasi yang dilakukan oleh fasilitator. Pendampingan secara langsung membantu peserta memahami setiap langkah serta mengurangi hambatan selama proses pembuatan karya. Interaksi antara peserta dan fasilitator juga menciptakan suasana kelompok yang mendukung, sehingga lansia lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan. Keterlibatan sosial selama terapi kelompok memiliki peran penting karena aktivitas kelompok berbasis kognitif dan sosial berhubungan dengan peningkatan kualitas hidup, rasa percaya diri, serta kesejahteraan psikologis lansia (Gonnord et al., 2023). Program aktivitas sosial yang mendorong interaksi antarindividu juga dilaporkan memberikan manfaat terhadap kondisi psikososial lansia melalui peningkatan hubungan sosial dan keterlibatan dalam kelompok (Kikuchi et al., 2023).

Aktivitas origami memiliki karakteristik yang sesuai sebagai media stimulasi kognitif karena menggabungkan kemampuan motorik halus dengan proses pemecahan masalah. Lansia perlu memperhatikan bentuk lipatan, mengingat urutan langkah, dan menyesuaikan gerakan tangan berdasarkan instruksi yang diberikan. Proses tersebut melibatkan koordinasi antara fungsi visual, motorik, dan kognitif secara bersamaan. Aktivitas berbasis keterampilan tangan yang membutuhkan perhatian, memori kerja, dan pemrosesan visual menunjukkan potensi dalam mempertahankan fungsi kognitif pada kelompok usia lanjut (Kumar et al., 2024). Program stimulasi kognitif yang dilakukan secara terstruktur juga dilaporkan memberikan pengaruh terhadap fungsi kognitif, kemampuan orientasi, memori jangka pendek, serta aspek emosional lansia (Gómez-Soria et al., 2023). Rangsangan yang diberikan secara berulang melalui aktivitas sederhana mendukung proses pemeliharaan kemampuan otak dalam menerima dan mengolah informasi.

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok juga memberikan manfaat pada aspek emosional dan sosial lansia. Kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama memberikan kesempatan bagi lansia untuk berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan menunjukkan kreativitas. Intervensi stimulasi kognitif berbasis kelompok menunjukkan peningkatan fungsi kognitif serta kualitas hidup pada lansia dengan gangguan kognitif ringan hingga sedang melalui aktivitas interaktif yang terstruktur (Huang et al., 2024). Selain itu, pendekatan kelompok dalam terapi stimulasi kognitif mendukung keterlibatan sosial, meningkatkan pengalaman interaksi antar peserta, dan

membantu mempertahankan kesejahteraan psikologis lansia (Spector et al., 2024). Kondisi tersebut mengurangi kejenuhan akibat keterbatasan aktivitas sehari-hari di lingkungan tempat tinggal lansia. Suasana kegiatan yang interaktif membuat peserta lebih antusias mengikuti proses terapi hingga selesai. Pendekatan kelompok menjadi salah satu keunggulan kegiatan pengabdian masyarakat karena selain memberikan stimulasi kognitif, kegiatan juga memperkuat hubungan sosial antar peserta.

Karakteristik responden dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada kategori lanjut usia sebanyak 5 orang (71,4%) dengan seluruh responden berjenis kelamin perempuan. Faktor usia menjadi salah satu aspek yang berkaitan dengan perubahan kemampuan kognitif pada lansia. Proses penuaan berhubungan dengan perubahan fungsi memori, kecepatan pemrosesan informasi, serta kemampuan berpikir yang berlangsung secara bertahap. Penurunan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk aktivitas fisik, aktivitas kognitif, pola hidup, serta keterlibatan sosial dalam kehidupan sehari-hari (Bloomberg et al., 2024). Aktivitas stimulasi kognitif seperti origami memiliki relevansi dalam mempertahankan fungsi kognitif karena melibatkan perhatian, koordinasi motorik, pemecahan masalah, dan proses mengikuti tahapan kegiatan secara berurutan. Kegiatan sosial yang dilakukan secara kelompok juga berhubungan dengan pemeliharaan kemampuan kognitif karena memberikan rangsangan interaksi dan komunikasi bagi lansia (Angevaare et al., 2024).

Riwayat kesehatan peserta menjadi faktor penting dalam pelaksanaan stimulasi kognitif pada lansia. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa hipertensi merupakan riwayat penyakit yang paling banyak ditemukan pada peserta. Kondisi hipertensi berhubungan dengan perubahan vaskular yang dapat memengaruhi kesehatan otak dan meningkatkan risiko gangguan pada fungsi kognitif di masa lanjut usia (Joyce et al., 2024). Selain hipertensi, penyakit kronis seperti diabetes mellitus juga berkaitan dengan peningkatan risiko perubahan fungsi kognitif melalui mekanisme gangguan metabolik dan pembuluh darah. Pendekatan pengelolaan lansia perlu mencakup aspek kesehatan fisik, fungsi kognitif, serta aktivitas yang mendukung kualitas hidup secara menyeluruh (Wang et al., 2023)

Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok melalui kegiatan melipat origami berpotensi menjadi alternatif intervensi stimulasi kognitif yang mudah diterapkan pada lingkungan pelayanan sosial lansia. Aktivitas berbasis kelompok dengan struktur sederhana mendukung pelaksanaan program kognitif di fasilitas perawatan lansia karena membutuhkan sumber daya yang relatif terjangkau serta melibatkan peran aktif pendamping dalam proses pelaksanaan (Guicheteau et al., 2025). Keterlibatan tenaga pendamping atau tenaga kesehatan juga menjadi faktor penting dalam keberlanjutan program karena pelatihan,

dukungan organisasi, dan penyesuaian aktivitas terhadap kemampuan peserta berpengaruh terhadap keberhasilan implementasi intervensi stimulasi kognitif di layanan lansia (Fisher et al., 2025).

Kegiatan pengabdian ini memiliki keterbatasan berupa jumlah peserta yang terbatas dan belum menggunakan kelompok pembanding sehingga hasil kegiatan belum menggambarkan efektivitas intervensi pada populasi lansia yang lebih luas. Penelitian lanjutan perlu melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, serta desain penelitian yang lebih kuat untuk memperoleh bukti mengenai efektivitas stimulasi kognitif pada lansia (Velloso et al., 2025). Pengembangan program berikutnya juga perlu mempertimbangkan kombinasi aktivitas kognitif dan aktivitas pendukung lain karena pendekatan multimodal menunjukkan hubungan dengan peningkatan fungsi kognitif pada kelompok lansia dengan gangguan kognitif ringan (Vásquez-Carrasco et al., 2025).

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok stimulasi kognitif melalui kegiatan melipat kertas origami di Wisma Seruni UPT PSTW Jember menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif pada lansia berdasarkan hasil pengukuran Mini-Mental State Examination (MMSE) sebelum dan sesudah intervensi. Kegiatan ini mampu memberikan stimulasi terhadap kemampuan memori, konsentrasi, koordinasi motorik halus, serta interaksi sosial lansia melalui aktivitas yang sederhana, kreatif, dan menyenangkan. Terapi aktivitas kelompok melipat origami dapat menjadi salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan untuk mempertahankan dan mengoptimalkan fungsi kognitif pada lansia. Program serupa disarankan untuk dikembangkan secara berkelanjutan di lingkungan pelayanan lansia dengan memperhatikan variasi aktivitas, durasi pelaksanaan, serta keterlibatan pendamping agar manfaat stimulasi kognitif dapat berlangsung secara optimal. Kegiatan pengabdian selanjutnya perlu melibatkan jumlah peserta yang lebih besar dan periode intervensi yang lebih panjang untuk memperoleh gambaran yang lebih luas tentang efektivitas program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak yang berperan penting dalam terlaksananya kegiatan terapi aktivitas kelompok, khususnya kelompok K, yaitu Ghifara Alita Syaharani, Wardatut Thoyyibah, Anita Sulistyawati, Oktaviana Dwi Kartikasari, dan Wakhidatul

Munzilah, sebagai tim yang telah menyumbangkan ide-ide untuk mendukung kelancaran kegiatan ini.

REFERENSI

AbdElsalam, R. M. M., & ElKholy, S. E. A. E. (2024). Pilot testing cognitive stimulation intervention on older adults' cognitive function, cognitive self-efficacy, and sense of happiness. *Geriatric Nursing, 56,* 191–203. https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2024.02.012

Angevaare, M. J., Pieters, J. A., Twisk, J. W. R., & van Hout, H. P. J. (2024). Social activity and cognitive decline in older residents of long-term care facilities: A cohort study. *Journal of Alzheimer's Disease, 99*(2), 637–648. https://doi.org/10.3233/JAD-221053

Bloomberg, M., Muniz-Terrera, G., Brocklebank, L., & Steptoe, A. (2024). Healthy lifestyle and cognitive decline in middle-aged and older adults residing in 14 European countries. *Nature Communications, 15,* 5003. https://doi.org/10.1038/s41467-024-49262-5

Chadjikyprianou, A., & Constantinidou, F. (2023). A new multidimensional group intervention for cognitive and psychosocial functioning for older adults: Background, content, and process evaluation. *Frontiers in Medicine, 10,* Article 1161060. https://doi.org/10.3389/fmed.2023.1161060

Fernández, I., García-Mollá, A., Oliver, A., Sansó, N., & Tomás, J. M. (2023). The role of social and intellectual activity participation in older adults' cognitive function. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 107,* 104891. https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104891

Fisher, E., Chick, I., Fossey, J., & Spector, A. (2025). Barriers and facilitators to implementing cognitive stimulation and reminiscence therapy for dementia in care homes: Systematic review. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 40*(7), e70124. https://doi.org/10.1002/gps.70124

Gómez-Soria, I., Ferreira, C., Oliván-Blázquez, B., Aguilar-Latorre, A., & Calatayud, E. (2023). Effects of cognitive stimulation program on cognition and mood in older adults, stratified by cognitive levels: A randomized controlled trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 110,* 104984. https://doi.org/10.1016/j.archger.2023.104984

Gonnord, T., Clarys, D., Boucard, G., & Esnard, C. (2023). Positive impact of social relationships fostered by physical and/or cognitive group activity on older people's quality of life: PRISMA systematic review. *Frontiers in Psychology, 14,* 1166072. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1166072

Guicheteau, J., Seven, Ü. S., Boes, J., Monsef, I., Köpke, S., Folkerts, A. K., Doffiné, J., Kalbe, E., & Dichter, M. N. (2025). Characteristics of complex non-pharmacological interventions for cognitive stimulation in people with mild to moderate dementia in nursing homes: A systematic review. *Geriatric Nursing, 66,* 103586. https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2025.103586

Huang, C. K., Lee, P. L., & Lee, H. H. (2024). Effects of a Taiwanese adaptation of the group cognitive stimulation therapy program on mild-to-moderate dementia: A quasi-experimental trial. *Journal of Gerontological Social Work, 67*(8), 1227–1241. https://doi.org/10.1080/01634372.2024.2372103

Joyce, O. C., McHugh, C., Mockler, D., & Wilson, F. (2024). Midlife hypertension is a risk factor for some, but not all, domains of cognitive decline in later life: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Hypertension, 42*(2), 205–223. https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000003614

Kikuchi, M., Onishi, R., Takashima, R., Saeki, K., & Hirano, M. (2023). Effects of a “social activity program that encourages interaction” on rural older people's psychosocial health: Mixed-methods research. *International Journal of Older People Nursing, 18*(3), e12534. https://doi.org/10.1111/opn.12534

Kumar, K., Hammond, T., & Jicha, G. (2024). Brain exercises for synaptic training in cognitively normal older adults. *Neurology, 102*(7 Supplement 1), 6689. https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000206631

Lee, S., Harada, K., Bae, S., Harada, K., Makino, K., Anan, Y., Suzuki, T., & Shimada, H. (2023). A non-pharmacological multidomain intervention of dual-task exercise and social activity affects the cognitive function in community-dwelling older adults with mild to moderate cognitive decline: A randomized controlled trial. *Frontiers in Aging Neuroscience, 15,* 1005410. https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1005410

Li, F., Harmer, P., Eckstrom, E., Fitzgerald, K., & Winters-Stone, K. (2023). Clinical effectiveness of cognitively enhanced Tai Ji Quan training on global cognition and dual-task performance during walking in older adults with mild cognitive impairment or self-reported memory concerns: A randomized controlled trial. *Annals of Internal Medicine, 176*(11), 1498–1507. https://doi.org/10.7326/M23-1603

Lin, R., Luo, Y. T., Yan, Y. J., Huang, C. S., Chen, L. L., Chen, M. F., Lin, M. J., & Li, H. (2022). Effects of an art-based intervention in older adults with mild cognitive impairment: A

randomised controlled trial. *Age and Ageing, 51*(7), afac144. https://doi.org/10.1093/ageing/afac144

Mamayson, R. F., & Lacanaria, M. G. C. (2024). Effects of cognitively stimulating activities on the cognitive functioning of older people with mild cognitive impairment: A meta-analysis. *Acta Medica Philippina, 58*(6), 14–23. https://doi.org/10.47895/amp.vi0.7162

Martins-Pais, I. M. N., Fermín-Martínez, C. A., Bello Chavolla, O. Y., Jensen, T., Coelho, P. H. L., ... Gonçalves, N. G. (2025). Accelerated biological aging is associated with cognitive performance among older adults in Mexico, India, United States, and England: A cross-national analysis. *Alzheimer's & Dementia: Diagnosis, Assessment & Disease Monitoring, 17*(4), e70193. https://doi.org/10.1002/dad2.70193

McDonald, B., Reiter, A. M. F., & Kanske, P. (2024). Theater-based interventions as a means of reducing social isolation and loneliness, facilitating successful aging, and strengthening social cognition in older adults. *Frontiers in Psychology, 15,* 1364509. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1364509

Ng, T. K. S., Beck, T., Dennis, K. R., Desai, P., Krueger, K., Dhana, K., Wilson, R. S., Evans, D. A., & Rajan, K. B. (2025). Social isolation, loneliness, and their joint effects on cognitive decline and incident Alzheimer's disease: Findings from the Chicago Health and Aging Project. *The Journal of Prevention of Alzheimer's Disease, 12*(3), 100046. https://doi.org/10.1016/j.tjpad.2024.100046

Rocha, R., Fernandes, S. M., & Santos, I. M. (2023). The importance of technology in the combined interventions of cognitive stimulation and physical activity in cognitive function in the elderly: A systematic review. *Healthcare, 11*(17), 2375. https://doi.org/10.3390/healthcare11172375

Rodriguez, F. S., Ross, S., Fruck, J., Jaarsveld, S., & Lachmann, T. (2024). Creative activities among older adults and people with cognitive impairment. *The Journal of Creative Behavior, 58*(2), 195–208. https://doi.org/10.1002/jocb.637

Saragih, I. D., Tonapa, S. I., Saragih, I. S., & Lee, B. O. (2022). Effects of cognitive stimulation therapy for people with dementia: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled studies. *International Journal of Nursing Studies, 128,* 104181. https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2022.104181

Spector, A., Abdul Wahab, N. D., Stott, J., Fisher, E., Hui, E. K., Perkins, L., Leung, W. G., Evans, R., Wong, G., & Felstead, C. (2024). Virtual group cognitive stimulation therapy for

dementia: Mixed-methods feasibility randomized controlled trial. *The Gerontologist, 64*(8), gnae063. https://doi.org/10.1093/geront/gnae063

Umoh, M. E. (2025). Social isolation, loneliness, and cognitive health. *Clinics in Geriatric Medicine, 41*(3), 357–368. https://doi.org/10.1016/j.cger.2025.04.007

Vásquez-Carrasco, E., Gómez, C. S., Valdés-Badilla, P., Hernandez-Martinez, J., Villagrán-Silva, F., Aravena-Sagardía, P., Sandoval, C., & Miralles, P. M. (2025). Effectiveness of combined cognitive stimulation and physical activity interventions on activities of daily living, cognitive function, and physical function in older people with mild cognitive impairment: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Clinical Medicine, 14*(7), 2261. https://doi.org/10.3390/jcm14072261

Vasques, T. N., Almeida, M. H. M., Toldrá, R. C., & Batista, M. P. P. (2023). Promoting cognitive health: A virtual group intervention for community-living older adults. *Dementia & Neuropsychologia, 17,* e20220020. https://doi.org/10.1590/1980-5764-DN-2022-0020

Velloso, V., Latgé-Tovar, S., Bomilcar, I., & Mograbi, D. C. (2025). Cognitive interventions for healthy older adults: A systematic meta-review. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 25*(1), 100538. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100538

Wang, Y., Zhang, H., Liu, L., Li, Z., Zhou, Y., Wei, J., Xu, Y., Zhou, Y., & Tang, Y. (2023). Cognitive function and cardiovascular health in the elderly: Network analysis based on hypertension, diabetes, cerebrovascular disease, and coronary heart disease. *Frontiers in Aging Neuroscience, 15,* Article 1229559. https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1229559

Wei, C. C., Hsieh, M. J., & Chuang, Y. F. (2024). The effects of social interaction intervention on cognitive functions among older adults without dementia: A systematic review and meta-analysis. *Innovation in Aging, 8*(10), igae084. https://doi.org/10.1093/geroni/igae084

Zhang, W., Zhang, J., & Gao, N. (2025). Social isolation and cognitive decline in older adults: A longitudinal study across 24 countries. *BMC Geriatrics, 25,* 775. https://doi.org/10.1186/s12877-025-06430-6