

## ***Upaya Peningkatan Stimulasi Sensori Lansia Melalui Terapi Aktivitas Kelompok Pada Lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu***

### ***Efforts to Improve Sensory Stimulation in the Elderly Through Group Activity Therapy at the UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu***

**Silvalia Rahma Pratiwi\***, Yunita Ery Susanty, Zuraida, Niken Pratiwi, Anggel Ghonyyu  
Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ratu Samban, Bengkulu  
Indonesia

\*Email Korespondensi : [silvaliarahmapratiwi@gmail.com](mailto:silvaliarahmapratiwi@gmail.com)

#### ***Abstrak***

Menua merupakan proses alamiah yang dialami pada tiap individu. Seseorang sering dianggap lanjut usia jika berusia 60 tahun atau lebih. Pada lansia banyak terjadi perubahan pada tubuh, salah satunya adanya perubahan pada fungsi sensorik. Salah satu upaya meningkatkan fungsi sensorik yaitu melakukan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK). Tujuan dari terapi aktivitas kelompok stimulasi sensorik adalah untuk memunculkan reaksi positif dari pasien dengan melibatkan kelima indera. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan fungsi sensori pada lansia. Metode pelaksanaan kegiatan yaitu sebelum dan sesudah kegiatan TAK dilakukan pengukuran fungsi sensorik. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari 1 Agustus 2025 di Aula UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu. Hasil dari kegiatan terdapat peningkatan fungsi sensorik pada lansia setelah mengikuti Terapi Aktivitas Kelompok.

**Kata Kunci:** Lansia, Fungsi Sensorik, Terapi Aktivitas Kelompok

#### ***Abstract***

*Aging is a natural process that every individual experiences. Generally, someone over 60 years of age is considered elderly. Many changes occur in the body, including changes in sensory function. One way to improve sensory function is through Group Activity Therapy (GAT). The goal of sensory stimulation group activity treatment is to elicit a positive reaction from the patient by engaging all five senses. This community service program aims to improve sensory function in the elderly. The implementation method involves measuring sensory function before and after the GAT activity. This activity took place on August 1, 2025, in the Hall of the UPTD (Residential Unit) of the Pagar Dewa Bengkulu Social Welfare Home. The results showed improved sensory function in the elderly after participating in Group Activity Therapy.*

**Keywords:** Elderly, Sensory Function, Group Activity Therapy

#### **PENDAHULUAN**

Menua adalah proses alamiah yang dialami manusia dalam fase kehidupan. Menurut data WHO, antara tahun 2015 dan 2050 proporsi populasi di dunia dengan usia diatas 60 tahun sebesar 12% sampai 22%. Kondisi peningkatan populasi lansia di tahun 2050 nanti akan terjadi pada negara sedang berkembang (WHO, 2025). Pada tahun 2023, Umur Harapan Hidup (UHH) penduduk Indonesia mencapai 73,93 tahun. Pada tahun 2022, angka tersebut adalah 73,70 tahun, sehingga terjadi perubahan sebesar 0,23 tahun, atau 0,31% (Badan Pusat Statistik, 2023).

Penuaan adalah proses degeneratif yang menyebabkan jaringan mempertahankan bentuk dan fungsi khususnya, yang pada gilirannya mengurangi kemampuan untuk

beradaptasi dan bertahan hidup di lingkungan yang berubah. Perubahan pada kemampuan fisik dan fungsional seseorang, serta susunan mental dan sosialnya, semuanya merupakan bagian dari proses penuaan alami (Elfaria & Retnani, 2025)

Banyak faktor yang menempatkan lansia pada risiko lebih tinggi mengalami memburuknya kondisi kesehatan mereka. Risiko biologis, seperti yang terkait dengan penuaan, risiko sosial dan lingkungan, serta risiko perilaku atau gaya hidup adalah tiga faktor utama yang menempatkan lansia pada risiko masalah kesehatan. Orang sering dianggap lanjut usia setelah mencapai usia 60 tahun atau lebih (Pany, 2020; Safitri et al., 2025).

Lansia juga mengalami perubahan fungsi organ akibat proses menua terkhususnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari atau. Kemampuan dan standar hidup lansia akan terpengaruh oleh penurunan indra penglihatan, pendengaran, sentuhan, penciuman, dan pengecapan mereka. Ketika masukan eksternal mencapai otak melalui indra, masukan tersebut mengalami pemrosesan sensorik sebelum kembali ke otak melalui saraf motorik untuk memicu suatu tindakan. Tindakan melihat dunia di sekitar melalui indra kita disebut pemrosesan sensorik atau observasi (Masithoh, 2020)

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) adalah salah satu pendekatan untuk meningkatkan stimulasi sensorik pada lansia. Ketika perawat bekerja dengan klien yang mengalami masalah serupa, mereka sering menggunakan terapi aktivitas kelompok sebagai bentuk pengobatan. Aktivitas tersebut merupakan jenis pengobatan, dan kelompoklah yang menerima perawatan. Klien mempraktikkan perilaku adaptif baru untuk memperbaiki perilaku maladaptif lama dalam kelompok, yang muncul sebagai dinamika hubungan saling ketergantungan dan kebutuhan bersama (Safitri et al., 2025)

Tujuan TAK adalah untuk membantu peserta mengatasi kecenderungan yang merusak dalam hubungan mereka. Kekuatan suatu kelompok berasal dari upaya gabungan anggota dan pemimpinnya, dan tujuan menjadi bagian dari kelompok ini adalah untuk bekerja menuju tujuan bersama dengan memberi dan menerima bantuan dari anggota lain. Organisasi tersebut menjalankan tugasnya dengan baik jika anggotanya bersedia berbagi strategi pemecahan masalah mereka (Masithoh, 2020).

Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan stimulasi sensorik lansia secara bertahap. Melalui kegiatan ini diharapkan lansia dapat menerapkan terapi aktivitas kelompok dengan teratur sehingga dapat meningkatkan fungsi sensorik pada lansia.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu dengan melibatkan seluruh lansia yang berada di UPTD tersebut. Sebelum dilakukan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada lansia kami selaku penyelenggara kegiatan terlebih dahulu memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilaksanakan, menjelaskan manfaat dari TAK untuk kesehatan terutama fungsi sensorik lansia. Setelah itu, kami menilai fungsi sensorik lansia terlebih dahulu. Kemudian melakukan TAK kurang lebih 15-20 menit.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terselenggara dengan baik, anggota pelaksana kegiatan dan para lansia berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan ini. Saat dilakukan penilaian fungsi sensorik lansia para lansia merespon kooperatif dan saat pelaksanaan TAK seluruh lansia bersemangat dan mengikuti seluruh proses kegiatan dengan baik. Lansia ini mayoritas lansia yang mengalami penurunan fungsi penglihatan.

Lansia rutin memeriksakan kesehatannya di klinik UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok di Aula UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu

Setelah dilaksanakan kegiatan TAK ini terdapat peningkatan stimulasi sensori lansia dan ini memberikan pengaruh yang sangat baik terhadap Kesehatan para lansia. Tujuan dari latihan TAK ini adalah untuk membantu para lansia menjadi lebih mandiri, artinya mereka akan membutuhkan lebih sedikit bantuan untuk melakukan tugas-tugas sehari-hari.



Gambar 2. Foto bersama lansia dan penyelenggara kegiatan TAK

### KESIMPULAN

Dari uraian ini jelas terlihat bahwa sesi Terapi Aktivitas Kelompok yang diadakan di Aula UPTD Panti Jompo Pagar Dewa Bengkulu berjalan lancar dan sesuai rencana. TAK yang diberikan secara bertahap dapat meningkatkan stimulasi sensori pada lansia. Dengan adanya kegiatan TAK ini para lansia dapat menstimulasi fungsi sensori sehingga memungkinkan para lansia untuk melakukan tugas sehari-hari mereka dengan sedikit atau tanpa bantuan dari orang lain.

### DAFTAR PUSTAKA

- Elfaria, Y., & Retnani, C. T. (2025). Pendidikan kesehatan mengenal konsep menua pada lansia health education: understanding the concept of aging in the elderly. *Jurnal Adiwidia*, 2(1), 24–27.
- Masithoh, A. R. (2020). Terhadap Pengembangan Stimulasi Sensori Pada Lansia di Panti Wredha Sultan Fatah Demak. *University Research Colloquium*. 399–412.
- Safitri, A., Juliyati, A., Permata Indah, G. S., Perdana, D. A., Syahrul Karim, M., Mubarak, D., Valentine, G., & Hermawati, A. (2025). Terapi Aktivitas Kelompok dengan Terapi Tebak Benda Terhadap Lansia untuk Mengatasi Penurunan Fungsi Kognitif di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 381–386. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.520>
- WHO. 2025. Ageing and Health. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>