

## KEGIATAN KETERAMPILAN MELIPAT KERTAS (ORIGAMI) PADA LANSIA DI RUMAH BAHAGIA BINTAN

Fitriany Suangga<sup>1\*</sup>, Wulan Handayani<sup>2</sup>, Puti Agustina<sup>3</sup>, Yani Lisandari<sup>4</sup>,  
Riski Kurniawan<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup> Program Studi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awalbros

E-mail: <sup>1)</sup> [fitga82@gmail.com](mailto:fitga82@gmail.com)

### Abstract

*There are various simple methods that can be adopted to improve both the motor and cognitive skills of an individual. One option is to engage in activities that require both physical engagement and thinking. Some of the activities that can be undertaken include coloring, playing puzzles, and making different types of crafts. For example, NERS Professional Students have adopted the activity therapy of making crafts from origami as an effective way to practice fine motor skills. The process of folding, cutting, and pasting colorful paper not only encourages finger movements, but also helps improve hand-eye coordination. Moreover, this activity is not only a form of motor development, but also promotes aspects of creativity through making unique shapes out of the paper. Furthermore, playing origami also brings cognitive benefits by involving accuracy, focus, and the ability to understand instructions. Seniors participating in this activity are required to listen carefully to instructions and apply them, thus helping to train memory and comprehension. Overall, the goal of origami activity therapy is not only to improve motor skills and creativity, but also to reduce the impact of hospitalization on the elderly and delay any cognitive decline that may occur.*

**Keywords:** Folding Paper, Origami, Elderly

### Abstrak

Terdapat beragam metode sederhana yang dapat diadopsi untuk meningkatkan baik motorik maupun kognitif seseorang. Salah satu pilihan yang dapat diambil adalah melibatkan diri dalam berbagai aktivitas yang menuntut keterlibatan fisik dan pemikiran. Beberapa kegiatan yang dapat dijalankan termasuk mewarnai, bermain puzzle, dan membuat berbagai jenis kerajinan tangan. Sebagai contoh, Mahasiswa Profesi NERS telah mengadopsi terapi aktivitas berupa membuat kerajinan dari origami sebagai cara efektif untuk melatih keterampilan motorik halus. Proses melipat, menggunting, dan menempel kertas berwarna-warni tidak hanya memacu gerakan jari-jari, tetapi juga membantu meningkatkan koordinasi tangan dan mata. Selain itu, kegiatan ini tidak hanya menjadi bentuk pengembangan motorik, tetapi juga mempromosikan aspek kreativitas melalui pembuatan bentuk-bentuk unik dari kertas tersebut. Selain itu, bermain origami juga membawa manfaat kognitif dengan melibatkan ketelitian, fokus, dan kemampuan memahami instruksi. Lansia yang berpartisipasi dalam aktivitas ini diminta untuk mendengarkan instruksi dengan seksama dan menerapkannya, sehingga membantu melatih daya ingat dan pemahaman. Secara keseluruhan, tujuan dari terapi aktivitas origami ini bukan hanya untuk meningkatkan keterampilan motorik dan kreativitas, tetapi juga untuk mengurangi dampak hospitalisasi pada lansia dan menunda penurunan kognitif yang mungkin terjadi.

**Kata kunci:** Melipat kertas, Origami, Lansia

## **1. PENDAHULUAN**

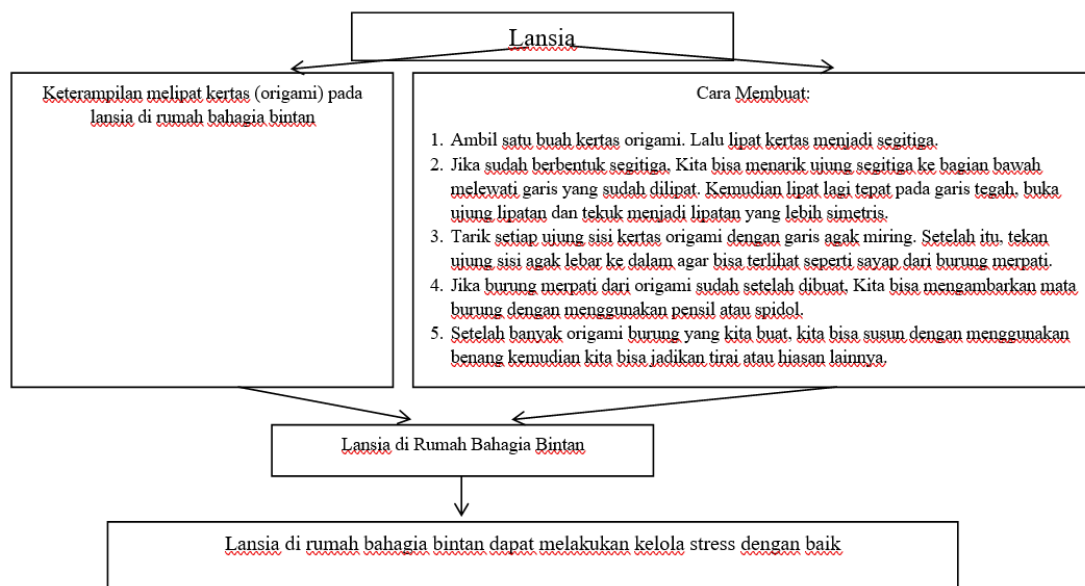
Lansia adalah suatu tahap ketika seseorang telah mencapai usia 60 tahun keatas, dimana pada tahap ini seseorang akan mengalami penurunan kemampuan fisik, pola pikir, dan perubahan-perubahan lain yang terjadi pada tubuhnya (Putri, 2010). Selain mengalami penurunan kemampuan fisik, juga terjadi penurunan fungsi kognitif, salah satunya yang paling banyak terjadi yaitu penurunan daya ingat atau pikun (demensia) (Dera Sopyanti et al, 2021). Hal ini merupakan kondisi yang wajar dan sering terjadi pada lansia, namun demensia atau pikun juga akan berisiko menyebabkan otak semakin melemah dan terjadi gangguan atau penyakit lain yang lebih serius seperti alzheimer yang dapat berakibat buruk terhadap kesehatan psikis lansia (Andari et al., 2018). Untuk itu perlu adanya upaya pemeliharaan fungsi kognitif otak guna mencegah atau mengurangi resiko yang dapat timbul di kemudian hari (Azizah, 2011).

Ada banyak cara sederhana yang bisa dilakukan untuk mengasah motorik dan kognitif yaitu melakukan aktivitas-aktivitas sederhana seperti mewarnai, bermain puzzle, membuat kerajinan, dan kegiatan-kegiatan lain yang dapat mengasah kreativitas salah satunya seperti yang dilakukan oleh Mahasiswa Profesi NERS yaitu terapi aktivitas berupa membuat kerajinan dari origami (Hurit, 2022). Kegiatan ini berupa membuat kerajinan dari kertas berwarna-warni yang dilipat, digunting atau dilekatkan menggunakan lem perekat menjadi berbagai bentuk. Ketika membuat origami jari-jari akan bergerak untuk melipat, menggunting, menempel yang bertujuan untuk melatih keterampilan motorik halus (Dewi & Latifah, 2017). Bermain origami juga melatih ketelitian dan fokus, sekaligus melatih kemampuan dalam memahami instruksi karena lansia akan diminta untuk menyimak lalu kemudian melakukan sesuai instruksi yang diajarkan ketika membuat origami (Hirai, 2014 ; Lestari, 2015).

Seni melipat kertas (origami) ala Jepang selama ini menjadi terapi untuk mengasah fungsi otak bagi lansia di Jepang yang bisa diterapkan oleh lansia Indonesia (Sakariah, 2018). Selain sebagai bentuk terapi juga mampu memberikan penguatan pada otak, fungsi kognitif dan motoric (Zellawati, 2011).

## **2. METODE PENELITIAN**

Pada kegiatan ini penulis menggunakan metode deskriptif, yaitu metode yang menggambarkan suatu keadaan atau permasalahan yang sedang terjadi berdasarkan fakta dan data-data yang diperoleh dan dikumpulkan pada waktu melaksanakan penelitian Hal mendasar yang ditawarkan untuk ikut memecahkan masalah adalah melalui kegiatan keterampilan kepada lansia di rumah bahagia bintang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam skema di bawah ini.



**Gambar 1. Skema Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

Uraian kerangka pemecahan masalah meliputi: kegiatan keterampilan melipat kertas (origami) yang dilakukan mahasiswa kepada lansia yang berada di rumah bahagia bintang.



**Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan**

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dengan survei yang telah dilakukan mahasiswa di rumah bahagia bintang, melihat para lansia mengisi waktu luang kadang tanpa aktivitas maka mahasiswa ingin mengisi waktu luang lansia dengan kegiatan keterampilan. Seiring dengan meningkatnya populasi lansia maka semakin banyak pula penyakit akibat proses penuaan ini, salah satunya pada

organ otak. Menurut Turana (2013), penyakit gangguan fungsi otak seperti Alzheimer, Demensia Vaskular dan Parkinson hingga saat ini belum ditemukan obatnya, walaupun ada tidak memberikan dampak penyembuhan, sehingga ujung – ujungnya para lansia menjadi ketergantungan dan menjadi beban bagi keluarga dan masyarakat. Namun, meskipun penuaan tidak dapat dihentikan tetapi sebenarnya bisa diperlambat. Salah satunya adalah dengan melakukan aktivitas mental yang dapat menstimulasi otak seperti bermain puzzle, membuat kerajinan tangan, diskusi, dan bernyanyi.

Berdasarkan hal di atas, kegiatan keterampilan kali ini, kelompok 3 mengambil tema Melipat Kertas (Origami) sebagai bentuk Antisipasi Demensia pada Lansia di Rumah Bahagia Bintang dan sebagai bentuk kepedulian akademisi untuk mendukung program pemerintah dalam usaha pemeliharaan kesehatan para lansia.

Evaluasi dilakukan segera setelah praktik dilakukan yakni dengan umpan balik ke para peserta lansia mengenai kesulitan, kesan dan saran mengenai kegiatan pada hari tersebut Setelah dilakukan kegiatan keterampilan Lansia merasa senang dengan adanya kegiatan keterampilan. Sehingga lansia tidak merasa bosan dengan aktivitas yang dilakukan sehari – hari.

Para lansia juga antusias dengan pelaksanaan kegiatan ini melihat dari beberapa hal yaitu terdapat lansia yang meskipun sedang berada dalam kondisi sakit dibagian salah satu tangannya dan menjadi terhambat dalam kecepatan mengikuti, namun masih tetap berusaha mengikuti intruksi selama kegiatan praktik dengan dibantu tim. Kegiatan berjalan dengan baik dan dapat dikatakan berhasil secara umum. Situasi dilaksanakannya kegiatan sangat kondusif.

#### **4. KESIMPULAN**

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan lansia memahami bahwa penting untuk menjaga kesehatan guna mencegah resiko yang mungkin dapat timbul di kemudian hari, dan bagi keluarga atau pendamping diharapkan bisa lebih memahami dan lebih memperhatikan kesehatan lansia agar tidak terjadi perburukan pada fase lansia serta lebih waspada terhadap apapun perubahan yang terjadi pada lansia untuk mengurangi risiko yang bisa timbul pada fase penuaan lansia.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andari, F. N., Amin, M., & Fitriani, Y. (2018). Perbedaan Efektivitas Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Antara Lansia Laki-Laki Dan Perempuan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 154–168.
- Azizah, L. M. (2011). Keperawatan lanjut usia. *Yogyakarta: Graha Ilmu*, 45.
- Dera Sopyanti et al. (2021). *Pengaruh Senam Otak Terhadap Peningkatan Daya Ingat Pada Lansia*.
- Dewi, L. P. C., & Latifah, D. N. (2017). *Pengaruh Bermain Origami Terhadap Perkembangan Motorik Halus Di Kelompok BTK Dharmawanita Desa Wonokusumo Mojokerto*. Diakses pada tanggal.
- Hirai, M. (2014). *Origami Kreatif*. Jakarta: Indira Pustaka.
- Hurit, R. (2022). ). *LANDASAN FILOSOFIS PENDIDIKAN*. In *books.google.com*.

*Institut Keguruan dan Teknologi Larantuka.*

- Lestari, W. (2015). Pengaruh bermain origami terhadap kecemasan anak usia pra sekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang mawar RSUD Kraton Pekalongan. *FIKkeS*, 8(1).
- Putri, D. E. (2010). *HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA*. *Frontiers in Neuroscience*, 14(1), 1–13. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>.
- Sakariah, D. S. (2018). Pemanfaatan Seni Kertas Lipat sebagai Bentuk Antisipasi Demensia pada Masyarakat Lanjut Usia di Desa Sekarjalak. *Harmoni: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).
- Turana, Y. (2013). Stimulasi otak pada kelompok lansia di komunitas. *Buletin Jendela Data & Informasi Kesehatan Semester I*, 19.
- Zellawati, A. (2011). Terapi bermain untuk mengatasi permasalahan pada anak. *Majalah Ilmiah Informatika*, 2(3).

### Copyrights

Copyright for this article is retained by the author(s), with first publication rights granted to the journal.

This is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).