

Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui *Cognitive Stimulation Therapy* Belajar Membaca Al-Qur'an

Anindita Hasniati Rahmah

Program Studi Administrasi Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia;
ahr138@ummad.ac.id

Qoni'ah

Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia;
qon700@ummad.ac.id (koresponden)

Rakhma Widya Dharojah

Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Muhammadiyah Madiun, Madiun, Indonesia;
rwd520@ummad.ac.id

ABSTRACT

One of the most common health problems in the elderly is impaired cognitive function, a high-level function of the human brain that consists of several aspects, including dementia, which can impact daily activities. The purpose of this study was to explore improving the quality of life of the elderly through the application of cognitive stimulation therapy. This study used a qualitative approach to understand social issues by creating a broad and complex picture, presenting detailed reports from informants, and conducted in a natural setting. Cognitive stimulation therapy was based on religious activities such as reading, memorizing, and listening to Quranic recitations for the elderly with cognitive impairment, particularly dementia. Data were collected through in-depth interviews and then subjected to thematic analysis. The results showed that cognitive stimulation therapy, which involved learning to read the Quran, had an impact on the cognitive domain, namely increased memory related to activities of daily living. This study concluded that cognitive stimulation therapy successfully improved cognitive function, reduced depression, and enhanced quality of life.

Keywords: *cognitive stimulation therapy; quality of life; elderly; reading the Quran*

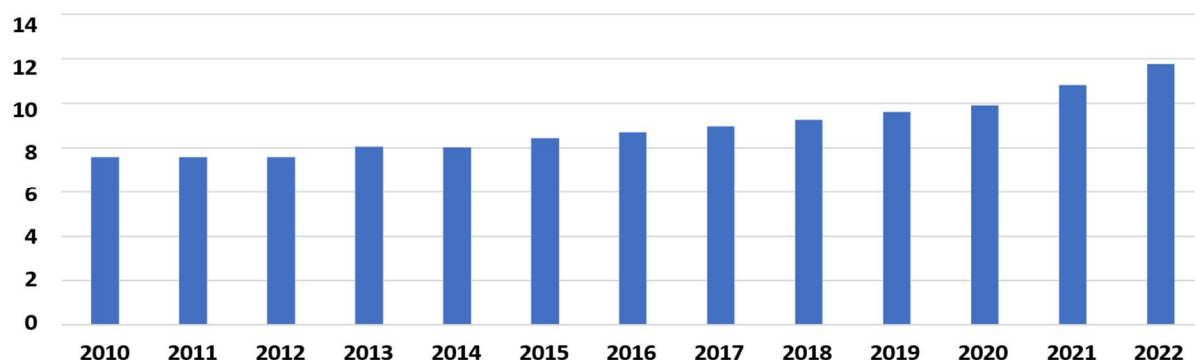
ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi pada lansia adalah gangguan fungsi kognitif yang merupakan fungsi tingkat tinggi otak manusia yang terdiri dari beberapa aspek yaitu demensia, yang bisa berdampak pada aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah mengeksplorasi peningkatan kualitas hidup lansia dengan penerapan *cognitive stimulation therapy*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami masalah sosial dengan membuat gambaran yang luas dan kompleks, menyajikan laporan secara rinci dari informan, dan dilakukan dalam lingkungan alami. *Cognitive stimulation therapy* berbasis kegiatan keagamaan seperti membaca, menghafal, dan mendengarkan murottal Al-Qur'an pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif, khususnya demensia. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan selanjutnya dilakukan analisis tematik. Hasil analisis menunjukkan bahwa *cognitive stimulation therapy* yang telah dilakukan dengan belajar membaca Al-Quran berdampak pada domain kognitif yaitu terjadi peningkatan daya ingat yang berkaitan dengan aktivitas pada kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *cognitive stimulation therapy* berhasil meningkatkan fungsi kognitif, menurunkan depresi dan meningkatkan kualitas hidup.

Kata kunci: *cognitive stimulation therapy; kualitas hidup; lansia; membaca Al-Qur'an*

PENDAHULUAN

Lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas sebagaimana didefinisikan oleh Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.⁽¹⁾ Populasi lansia semakin meningkat jumlahnya dari tahun ke tahun hal ini di buktikan dengan data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun tahun 2010-2022 seperti Gambar 1.



Gambar 1. Persentase lansia di Indonesia pada tahun 2010-2022

Sebuah struktur penduduk dianggap tua apabila proporsi orang berusia 60 tahun ke atas mencapai 10% atau lebih. Sejak tahun 2021, Indonesia akan memasuki fase penduduk tua. Selama lebih dari sepuluh tahun (2010–2022), persentase lansia di Indonesia meningkat setidaknya 4% menjadi 11,75%.⁽²⁻⁴⁾ Peningkatan lansia sebenarnya memiliki dampak yang positif bagi pembangunan negara kalau lansia tersebut tetap sehat, aktif dan produktif. Sebaliknya, penurunan status kesehatan bersamaan dengan tingkat disabilitas yang tinggi dapat menjadi

tantangan bagi populasi yang lebih tua.⁽²⁻⁴⁾ Lansia merupakan populasi yang berisiko (*population at risk*), karena identik dengan penurunan status kesehatan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup.⁽⁵⁾

Peningkatan jumlah lansia ini menyebabkan berbagai masalah di bidang sosial, ekonomi dan kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang paling umum adalah gangguan fungsi kognitif yang merupakan fungsi tingkat tinggi otak manusia yang terdiri dari beberapa aspek yaitu dimensi. Dan jika gangguan ini tidak ditangani dengan baik, maka akan berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari.⁽⁶⁾

Cognitive stimulation therapy (CST) adalah salah satu upaya non farmakologis yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif lansia. Pembelajaran materi secara tersirat adalah dasar terapi ini, yang membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Indikator dalam terapi ini adalah gembira, belajar dan motivasi diri. Hal ini sejalan dengan studi terdahulu di China bahwa CST juga efektif dalam perbaikan fungsi kognitif pada lansia dengan dimensi.^(7,8)

Strategi terapi pencegahan utama berkonsentrasi pada menjaga kesehatan mental dan fungsi kognisi dengan tetap merasa bahagia dan mendidik sel-sel otak untuk tetap aktif sepanjang hidup. Membaca, permainan logika, mendengarkan, dan mendengarkan serta memainkan musik adalah bagian dari CST. Di negara-negara yang mayoritas muslim, seperti Arab Saudi, aktivitas ini diganti dengan kegiatan menghafal, membaca, dan mendengarkan murottal Al-Qur'an karena kegiatan tersebut dirasakan lebih banyak manfaat dan pahala yang didapatkan.⁽⁹⁾

Penelitian ini mendukung tema sosial budaya dan humaniora pada aspek pencegahan dimensi pada lansia. Pendekatan pemecahan masalah yang digunakan pada penelitian ini untuk menjawab rumusan masalah adalah bahwa CST adalah salah satu upaya non farmakologis yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif lansia. Pembelajaran materi secara tersirat adalah dasar terapi ini, yang membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Indikator dalam terapi ini adalah gembira, belajar dan motivasi diri. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa CST juga efektif dalam perbaikan fungsi kognitif pada lansia dengan dimensi.^(10,11)

CST dapat dilakukan dengan basis Al-Qur'an sebagai kitab yang penuh dengan keberkahan. Berbagai macam kebaikan melekat kepadanya, sehingga apapun dan siapapun yang mau mendekat dengan Al-Qur'an pasti akan menemukan kebaikan bersamanya. Maka melalui kajian ini, penulis akan berusaha untuk menjelaskan manfaat mendengarkan, membaca dan menghafal Al-Qur'an bagi kesehatan sampai ke tingkat seluler.⁽⁹⁾

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka tujuan penelitian ini adalah mengeksplorasi peningkatan kualitas hidup lansia dengan penerapan *cognitive stimulation therapy* melalui aktivitas membaca Al-Qur'an

METODE

Penelitian di Griya Lansia Kota Madiun di Griya Lansia Kota Madiun ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami masalah sosial dengan membuat gambaran yang luas dan kompleks, menyajikan laporan secara rinci dari informan, dan dilakukan dalam lingkungan alami. Pendekatan ini dimaksudkan untuk memahami secara mendalam tentang efektivitas CST berbasis kegiatan keagamaan seperti membaca, menghafal, dan mendengarkan murottal Al-Qur'an pada lansia dengan gangguan fungsi kognitif, khususnya dimensi; untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Penelitian kualitatif dipilih karena berfokus pada eksplorasi pengalaman, persepsi, dan pemaknaan lansia serta tenaga kesehatan dalam penerapan CST.

Alur penelitian ini adalah mengidentifikasi masalah dan menemukan adanya kebutuhan lansia untuk tetap aktif secara kognitif dan spiritual. Observasi awal yang dilakukan di Griya Lansia 'Aisyiah Kota Madiun menunjukkan bahwa beberapa lansia mengalami penurunan kualitas hidup yang berkaitan dengan aspek psikologis dan sosial. Selanjutnya perumusan tujuan penelitian dan kajian pustaka awal serta melakukan pengumpulan data.

Pendekatan fenomenologi dipilih untuk mengungkapkan persepsi lansia tentang kegiatan CST dan dampak dari kegiatan tersebut pada kesehatan mental dan spiritual mereka. Subjek penelitian adalah lansia yang mengalami gangguan kognitif (dimensi ringan hingga sedang) yang mengikuti program CST di Griya Lansia Aisyiyah Kota Madiun. Selain itu, penelitian juga melibatkan tenaga kesehatan yang terlibat dalam pelaksanaan CST sebagai informan pendukung. Pemilihan 25 informan dilakukan secara *purposive sampling*, di mana subjek dipilih berdasarkan kriteria tertentu, seperti usia di atas 60 tahun, mengalami gangguan kognitif, dan bersedia mengikuti program CST berbasis keagamaan.

Penerapan etika dalam riset ini adalah melakukan *informed consent*, menjaga kerahasiaan dan privasi dan juga mendapatkan izin penelitian. Prinsip-prinsip etik lainnya juga dilaksanakan dengan sebaik-baiknya untuk menjamin penelitian yang berintegritas.

HASIL

Hasil analisis mendapatkan 4 tema dengan rincian sebagai berikut. Tema I adalah peningkatan makna hidup dan spiritualitas. Lansia yang mengikuti CST merasa bahwa kegiatan belajar membaca Al-Qur'an bukan sekadar pembelajaran teknis, tetapi juga sebagai sarana penguatan spiritual dan pencarian makna hidup. Mereka merasa lebih tenang, bersyukur, dan termotivasi untuk menjalani hari. Ini yang ditunjukkan dengan hasil wawancara sebagai berikut:

"Saya senang sekali bisa ikut belajar Al-Qur'an, rasanya seperti hidup saya jadi lebih bermakna."
(P2, perempuan, 71 tahun)

Tema II adalah stimulasi kognitif yang meningkatkan percaya diri, CST berbasis pembelajaran Al-Qur'an membantu melatih ingatan, konsentrasi, dan kemampuan kognitif. Lansia merasa lebih percaya diri karena mereka mampu belajar hal baru meski di usia lanjut. Hal ini berkontribusi pada rasa pencapaian pribadi dan kebanggaan. Ini ditunjukkan dengan hasil wawancara sebagai berikut:

"Awalnya saya takut tidak bisa menghafal huruf-hurufnya, tapi ternyata saya bisa... saya jadi percaya diri lagi."
(P5, Perempuan, 68 tahun)

Tema III adalah koneksi sosial dan kebahagiaan dalam kelompok. Kegiatan CST dilaksanakan dalam kelompok kecil, sehingga menciptakan interaksi sosial yang hangat. Lansia merasa tidak sendiri, mereka terhubung secara emosional dengan sesama peserta, membangun solidaritas, dan mengalami peningkatan kesejahteraan sosial. Ini ditunjukkan dengan hasil wawancara sebagai berikut:

"Kalau belajar bareng begini, rasanya seperti punya keluarga baru. Kita saling menyemangati."
(P3, perempuan, 56 tahun)

Tema IV adalah perubahan emosi dan pengelolaan stres. Aktivitas CST dan pembelajaran Al-Qur'an terbukti membantu lansia mengelola emosi negatif seperti cemas, sedih, dan marah. Lansia merasa lebih damai dan bisa menikmati hidup dengan lebih positif. Ini ditunjukkan dengan hasil wawancara sebagai berikut:

"Dulu saya sering merasa sedih dan cepat marah. Sekarang saya lebih tenang, lebih bisa menerima keadaan."
(P1, perempuan, 70 tahun)

Hasil penerapan program CST yang telah dilakukan dengan belajar membaca Al-Quran menunjukkan pada domain kognitif terjadi peningkatan dimana perubahan ini terjadi pada kehidupan sehari-hari yaitu terkait dengan daya ingat. Beberapa dari lansia mengatakan bahwa setelah rutin mengikuti kegiatan mengaji, mereka lebih mudah dalam mengingat hal-hal tertentu khususnya yang berkaitan dengan ibadah. Mereka juga merasakan bahwa kemampuan mengingat untuk hal-hal yang berkaitan dengan agama seperti waktu salat dan bacaan Al-Quran menjadi kuat. Salah satu lansia menyatakan bahwa ia merasa ingatannya cukup baik setelah mengikuti kegiatan mengaji dan kegiatan tersebut sangat membantu mengingat sesuatu. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa hasil penerapan program CST menunjukkan dampak pada domain kognitif, aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup serta penurunan pada domain depresi. Terjadi perubahan domain yang signifikan yaitu fungsi kognitif, depresi dan kualitas hidup, hal ini dikaitkan dengan karakteristik dari partisipan. Penilaian dari ke empat domain tersebut berdasarkan teori yang menyatakan bahwa demensia menggambarkan sekelompok kondisi yang mengarah pada perubahan progresif dalam struktur dan fungsi otak. Perubahan ini mengubah cara orang berpikir, berperilaku dan kemampuan mereka untuk mengelola kehidupan sehari-hari. Demensia juga memiliki dampak psikologis yang mendalam pada orang-orang yang mengalaminya dan pada keluarga mereka.⁽¹⁰⁾

PEMBAHASAN

Penurunan kognitif merupakan kondisi penurunan fungsi mental yang signifikan, dari kognisi normal menuju demensia. Gejala yang muncul antara lain mudah lupa, berkurangnya perhatian, kesulitan memahami informasi, serta hambatan dalam berkomunikasi atau mengambil keputusan. Jika tidak ditangani, penurunan kognitif dapat berkembang cepat dan berdampak pada menurunnya kemandirian serta kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, intervensi dini dan berkelanjutan sangat diperlukan untuk menghambat progresivitas penurunan fungsi kognitif.⁽¹¹⁾ Salah satu intervensi yang terbukti efektif adalah CST. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pelaksanaan CST mampu meningkatkan kemampuan kognitif lansia, dengan persentase jawaban benar meningkat dari 40% menjadi 83%. Temuan ini menegaskan bahwa CST dapat menjadi terapi terstruktur yang membantu mempertahankan fungsi kognitif. Untuk hasil yang lebih optimal, disarankan pelaksanaan CST dilakukan secara berkelanjutan, minimal 14 sesi, sehingga stimulasi kognitif dapat diperkuat dan dipertahankan.⁽¹²⁾

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terapi non-farmakologis efektif dalam memperbaiki kualitas hidup lansia dengan demensia.⁽¹³⁻¹⁶⁾ Terapi ini tidak hanya berfokus pada gejala, tetapi juga meningkatkan fungsi kognitif, mengurangi depresi, serta memperkuat interaksi sosial. Keefektifan terapi akan lebih tinggi jika dilakukan secara konsisten dan berkesinambungan. Salah satu bentuk terapi yang direkomendasikan adalah terapi reminiscence, yaitu mengajak lansia untuk mengingat dan menceritakan pengalaman masa lalu. Aktivitas ini terbukti memperkuat memori, meningkatkan rasa percaya diri, serta mempererat hubungan sosial. Jika dikombinasikan dengan CST, terapi reminiscence dapat menjadi pendekatan holistik yang mendukung kesehatan kognitif sekaligus kesejahteraan emosional lansia.⁽¹⁷⁾

CST sangat relevan diterapkan pada lansia dengan demensia ringan atau *mild cognitive impairment* (MCI). Program CST berbasis pembelajaran Al-Qur'an, misalnya, terbukti membantu meningkatkan daya ingat, fokus perhatian, dan kemampuan verbal sederhana. Gejala awal seperti sering lupa, lambat memahami, atau kesulitan menyusun kata dapat ditangani melalui stimulasi kognitif terstruktur.⁽¹⁸⁾

Penelitian Spector *et al.* menunjukkan bahwa CST mampu meningkatkan fungsi kognitif secara signifikan, terutama dalam aspek orientasi, perhatian, dan bahasa.⁽⁶⁾ Hal ini mendukung penerapan CST dalam program perawatan lansia berbasis komunitas, khususnya jika dikombinasikan dengan pendekatan budaya dan spiritual yang sesuai dengan konteks lokal.

Aktivitas spiritual, seperti membaca Al-Qur'an, memiliki dampak positif terhadap fungsi eksekutif otak yang meliputi pengaturan emosi, pengambilan keputusan, dan kemampuan fokus. Spiritualitas dapat menurunkan stres dan kecemasan, yang merupakan faktor risiko memburuknya gejala demensia. Dengan demikian, integrasi aktivitas spiritual dalam CST tidak hanya menstimulasi kognitif, tetapi juga memperkuat ketahanan psikologis lansia.

Lansia dengan demensia sering mengalami penarikan diri dari lingkungan sosial, yang justru mempercepat penurunan kognitif. Isolasi sosial menjadi faktor risiko penting yang memperburuk kondisi. Melalui CST berbasis kelompok, khususnya dalam suasana belajar Al-Qur'an yang menyenangkan, lansia merasa terhubung, dihargai, dan termotivasi untuk hadir di setiap sesi. Interaksi sosial yang terjalin dalam CST tidak hanya menstimulasi

fungsi kognitif, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional. Hal ini penting karena keterlibatan sosial terbukti memperlambat penurunan kognitif dan meningkatkan kualitas hidup lansia.⁽¹⁹⁻²¹⁾

Penurunan kognitif pada lansia merupakan masalah serius yang membutuhkan intervensi tepat. CST terbukti sebagai terapi non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan memori, perhatian, dan kemampuan bahasa, sekaligus memperkuat aspek emosional dan sosial. Jika dipadukan dengan aktivitas spiritual seperti membaca Al-Qur'an dan terapi reminiscence, CST menjadi pendekatan komprehensif yang mendukung kesehatan kognitif, emosional, dan spiritual lansia. Pelaksanaan CST secara berkelanjutan dalam kelompok berbasis komunitas sangat dianjurkan, karena mampu mencegah isolasi sosial dan memperkuat rasa kebersamaan. Dengan demikian, CST dapat menjadi salah satu strategi utama dalam perawatan lansia, memberikan solusi yang berkelanjutan dan sesuai dengan konteks budaya untuk mendukung kehidupan lansia yang sehat dan bermakna.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan *cognitive stimulation therapy* berbasis aktivitas membaca Al Quran efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif lansia. Pembelajaran materi secara tersirat adalah dasar terapi ini, yang membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Aktivitas mendengarkan, membaca dan menghafal Al-Qur'an berdampak bagi kesehatan sampai ke tingkat seluler.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rindiawati P, Fardiansyah MA, Astuti R, Masruroh E. Hubungan tingkat kemandirian activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup lansia. *J Kesehatan Budi Luhur*. 2024;17(1):38-45.
2. Danuputra AMF, Rumawas ME. Hubungan antara activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia di komunitas binaan Pusaka 41 Yayasan Al-Madaniyah Jakarta Barat. *J Kesehatan*. 2021;9(2):152-66.
3. Kiik SM, Sahar J, Permatasari H. Peningkatan kualitas hidup lanjut usia di Kota Depok dengan latihan keseimbangan. *J Keperawatan Indones*. 2018;21(2):109-16.
4. BPS. Statistik penduduk lanjut usia. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia; 2020.
5. Juniarni L, Haerunnisa LL. Efektivitas penerapan cognitive stimulation therapy (CST) untuk meningkatkan fungsi kognitif, activity daily living, psikologis, dan kualitas hidup pada lansia. *Risenologi*. 2021;6(1a):6-13.
6. Spector A, Orrell M, Woods B. Cognitive stimulation therapy (CST): effects on different areas of cognitive function for people with dementia. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2010;25(12):1253-8.
7. Gibbor L, Yates L, Volkmer A, Spector A. Cognitive stimulation therapy (CST) for dementia: a systematic review of qualitative research. *Aging Ment Health*. 2021;25(6):980-90.
8. Morley JE, Cruz-Oliver DM. Cognitive stimulation therapy. *J Am Med Dir Assoc*. 2014;15(10):689-91.
9. Royhan A, Astiwaru EM, Mukhtar D, Mustofa MS, Marsiati H. Efek proteksi mendengarkan, membaca, dan menghafal Al-Qur'an terhadap demensia. *J Ruhul Islam*. 2024;2(1):80-98.
10. Halimsetiono E. Intervensi holistik sebagai terapi nonfarmakologis pada demensia: tinjauan pustaka. *J Kesehatan Primer*. 2022;7(2):151-66.
11. Young D, Kim-wan. The effects of an expanded cognitive stimulation therapy model on the improvement of cognitive ability of elderly with mild stage dementia living in a community: a randomized waitlist-controlled trial. *Aging Ment Health*. 2019;23(7):855-62. doi:10.1080/13607863.2018.1471586
12. Putri DE. Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *J Inovasi Penelitian*. 2021;2(4):1147-52.
13. Rahayu NW, Wulan NM, Putra PR. Laporan kasus: Skrening demensia pada seorang lansia laki-laki dengan aktifitas Dharma Gita sebagai faktor protektif demensia yang berbasis budaya Bali. *Jurnal Global Ilmiah*. 2025 Nov 25;3(2):1387-96.
14. Anggraini RA, Adriani RB, Purwaningsih KS, Bagaskoro S, Darda DM. Literature review efektivitas reminiscence therapy terhadap penurunan tingkat depresi lansia. *Bengawan Nursing Journal*. 2023 Dec 31;1(01):25-42.
15. Fara YD, Veronica SY, Darmayanti H, Septarina I, Irmayani I, Suzannawati N, Susilawati F, Arnawati A, Arumsari Y, Yuwita Y. Peningkatan pengetahuan lansia tentang cara mengatasi insomnia melalui terapi rendam kaki dengan air hangat di Puskesmas Kemiling, Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan*. 2025 Mar 14;5(2).
16. Shiamullaeli M, Rachim RL, Putri SC, Tanjung A, Ahmad KZ. Pemberian relaksasi untuk meningkatkan kesehatan mental lansia di Majalengka. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*. 2024 May 18;2(3):560-4.
17. Enggune M, Lumi WM, Runtu AR, Lolowang NL, Merentek GA, Musak RA, Pondaa A, Sarayar CP, Pondaag L, Lariwu C, Tumiwa FF. Peningkatan kesehatan mental pada lanjut usia melalui terapi aktivitas kelompok di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar Senja Cerah Paniki Manado. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*. 2025 Jul 15;6(3):3303-9.
18. Niederstrasser NG, Hogervorst E, Giannouli E, Bandelow S. Approaches to cognitive stimulation in the prevention of dementia. *J Gerontol Geriatr Res S*. 2016;5:2.
19. Khomaedy A, Ro'isah RI, Isnawati IA. Hubungan beban keluarga dan keaktifan senam dengan kualitas hidup lansia di Desa Pategalan Kecamatan Jatibanteng. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2024 Dec 21;1(4):238-50.
20. Noer RM, Suci M, Agusthia M, Wulandari Y. Peningkatan fungsi kognitif lansia melalui kegiatan art and craft. *Initium Community Journal*. 2025 Jul 1;5(2):38-45.
21. Irawan D, Sitonga GK, Firyal A, Candra SM. Pemberdayaan lansia melalui aktivitas bermain angklung. *Well Being: Journal Psychology*. 2025 Jan 28;1(3):54-64.