



Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Bermain DAKON untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Lanjut Usia di Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan Sumatera Utara

Rinco Siregar^{1*}, Rinawaty Sembiring², Taruli Sinaga³, Elida Sinuraya⁴, Ceria Sinaga¹

¹ Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

² Program Studi Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

³ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

⁴ Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas pendidikan Vokasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

* E-mail: rincosiregar@sari-mutiara.ac.id

Received: 23 Juli 2024

Accepted: 9 Agustus 2024

Published: 11 Agustus 2024

Abstract

As age increases, bodily functions, including cognitive functions, will decline in the elderly. Additionally, elderly individuals often experience loneliness or profound feelings of emptiness, especially those who are "empty nesters" due to their children leaving home or the loss of a partner. This community service activity aimed to implement Group Activity Therapy (GAT) using the game of Dakon to enhance cognitive function and to reduce the loneliness among the elderly at the Nursing Home Taman Boedhi Asri, North Sumatra. The activity took place over two weeks in April 2024, with Dakon GAT sessions conducted for 10-15 minutes, three times a week. Twenty elderly residents participated in this program. Cognitive function was measured using the Mini Mental State Examination (MMSE) and Loneliness was measured using University of Los Angeles Loneliness Scale (UCLA Loneliness Scale) before and after the Dakon therapy sessions. Before playing Dakon, the elderly had an average cognitive function score of 21.7 (SD=1.218). After two weeks of playing Dakon, their average score improved to 22.6 (SD=1.429). This shows that Dakon play therapy can increase the cognitive function score of elderly people by 0.9 points in two weeks. Additionally, their feelings of loneliness decreased after the therapy 4.3 point. It is recommended that nurses at the nursing home routinely implement Dakon GAT to help reduce loneliness and maintain cognitive function in the elderly.

Keywords: Elderly, Group Activity Therapy, Cognitive Function, Loneliness.

Abstrak

Seiring bertambahnya usia maka penurunan fungsi-fungsi tubuh termasuk fungsi kognitif akan terjadi pada lanjut usia (lansia). Selain itu lansia sering mengalami kesepian atau perasaan hampa yang mendalam (empty nester) hal ini disebabkan karena fase ditinggal oleh anak-anak ataupun kehilangan pasangan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menerapkan Terapi Aktifitas Kelompok (TAK) Bermain Dakon untuk meningkatkan fungsi kognitif dan interaksi sosial lansia di Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan Sumatera Utara. Kegiatan ini dilakukan pada bulan April 2024 selama 2 minggu, TAK bermain Dakon dilakukan selama 10-15 menit, 3 kali seminggu selama dua minggu. Jumlah lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan ini sebanyak 20 orang. Pengukuran fungsi kognitif menggunakan instrument Mini Mental State Examination (MMSE) dan University of California Los Angeles Loneliness Scale (UCLA Loneliness Scale) yang di ukur sebelum dan sesudah pemberian TAK bermain Dakon. Sebelum dilaksanakan TAK Dakon nilai rata-rata fungsi kognitif lansia adalah 21.7 (SD=1.218). Setelah dilakukan TAK Bermain Dakon fungsi kognitif lansia meningkat dengan rata-rata skor 22.6 (SD =1.429). Artinya bermain Dakon dapat meningkatkan skor fungsi kognitif lansia sebesar 0.9 poin selama 3 minggu. Setelah dilakukan TAK Bermain Dakon tingkat

keseharian lansia menurun 4.3 poin. Disarankan kepada perawat di Panti Jompo agar menerapkan TAK bermain Dakon secara rutin untuk mengurangi masalah keseharian dan mempertahankan fungsi kognitif lansia tetap dalam kondisi baik.

Kata Kunci: Lansia, Terapi Aktifitas Kelompok, Fungsi Kognitif, Keseharian.

A. PENDAHULUAN

Saat memasuki masa lanjut usia (lansia) akan terjadi perubahan-perubahan dalam diri seperti perubahan fisik, psikososial, dan kognitif terutama terjadinya penurunan daya ingat dan proses pikir yang melambat (Stefanacci, 2024). Lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif seperti kesulitan untuk mengingat dan sulit untuk menyelesaikan aktivitas sehari-hari akan bergantung pada pengasuh atau keluarga yang akhirnya dapat menjadi beban bagi keluarga dan pengasuhnya (Fujihara et al., 2019; Takai et al., 2011; Konerding et al., 2018), Praghlapati et al., 2021) selain itu kecenderungan lansia mengalami keseharian (empty nest) karena anggota keluarga telah meninggalkan rumah (Badiani & Sousa, 2016). Sementara itu, populasi lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif semakin meningkat secara global (Stefanacci, 2024), termasuk di Indonesia. Menurut data dari World Health Organization (WHO) tahun 2018, mencatat bahwa kematian akibat demensia di Indonesia mencapai 54.743 atau 3.22% dari total kematian. Indonesia merupakan peringkat 14 tertinggi di dunia angka kematian akibat demensia (Adwinda & Syahrul, 2023).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia juga berdampak pada keterbatasan aktivitas sehari-hari lansia dan menyebabkan tingkat ketergantungan lansia pada keluarga atau pengasuh meningkat (Statistic Indonesia, 2021). Menurut Cohen et al., (2020) mengatakan bahwa lansia yang mengalami penurunan kognitif tidak mampu memenuhi kebutuhan personal care dan kebutuhan aktivitas sehari-hari, hal ini sering menyebabkan pengasuh atau keluarga mengalami stress bahkan depresi akibat beban berat yang dialami mereka selama merawat lansia dengan gangguan kognitif (Fujihara et al., 2019). Oleh karena itu, sangat perlu diberikan intervensi untuk menurunkan kejadian demensia atau kasus penurunan fungsi kognitif untuk mencegah dampak negatif yang ditimbulkan pada penderita dan keluarganya. Jika tidak diatasi fungsi kognitif secara cepat, maka akan menjadi masalah yang besar bagi penduduk di dunia khususnya di Indonesia (Valera et al., 2019).

Salah satu upaya untuk mempertahankan fungsi kognitif dan menstimulasi fungsi kognitif serta meningkatkan interaksi sosial adalah terapi aktivitas kelompok bermain DAKON (Hanifah et al., 2018). Permainan Dakon digunakan sebagai stimulus terhadap fungsi otak dalam memproses informasi yang menyenangkan yang sangat baik. Stimulus yang menyenangkan membuat otak cepat melaksanakan fungsinya dalam memproses informasi untuk meningkatkan fungsi kognitif termasuk memori (Yuliyanti, 2018).

Menurut penelitian Oktaviani et al., (2022) pada 28 lansia dengan hipertensi diperoleh bahwa lansia yang melakukan permainan Dakon 9 kali selama 3 minggu di Puskesmas Subang 1 diperoleh signifikan meningkat status fungsi kognitifnya. Begitu juga penelitian Lathifah et al., (2018) bahwa lansia yang melakukan permainan dakon 3 kali seminggu menyimpulkan bahwa permainan dakon dapat meningkatkan *mood*, dilihat dari aspek sosialnya dapat membuat lansia menjalin interaksi dengan sesama lansia sehingga menimbulkan rasa nyaman. Jika dilakukan permainan dakon secara rutin dan berulang akan memberikan pengaruh pada otak yang akan dengan sendirinya menghantarkan *impuls* melalui *sinaps* yang sama sehingga memori dapat mudah diingat (Lathifah et al., 2018).

Menurut data yang diperoleh dari Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan melalui survey pada bulan April 2024 terdapat 196 orang lansia, 52% dari 196 lansia tersebut mengalami penurunan fungsi kognitif sedang dan berat (Data resmi dari petugas kesehatan Panti Jompo Taman Boedhi Asri tahun 2024). Di panti tersebut tersebut terdapat 1 atau 2 lansia tinggal bersama pengasuh di ruangan. Setiap ruangan terdiri dari satu orang pengasuh. Petugas kesehatan mengatakan bahwa lansia yang masih mampu melakukan kegiatan fisik seperti berjalan, senam sudah sering melakukan kegiatan di lapangan Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan. Namun pada kelompok lansia yang mengalami keterbatasan fisik tidak dilibatkan dalam kegiatan kelompok senam.

Lansia di Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan mengalami peningkatan kasus masalah fungsi kognitif. Hal ini karena minimnya kegiatan yang dapat dilakukan lansia untuk

mempertahankan dan meningkatkan fungsi kognitif. Hasil wawancara yang dilakukan pada 7 orang pengasuh diperoleh bahwa lansia sering melakukan kegiatan kelompok seperti senam lansia, namun jarang melakukan kegiatan seperti mengasah otak atau permainan seperti berhitung atau bermain perlombaan seperti terapi Dakon. Peneliti juga melakukan wawancara pada pengasuh bahwa terapi aktivitas kelompok yang dilakukan di dalam wisma/ruangan lansia sangat jarang dilakukan, pengasuh juga tidak mengetahui bahwa terapi bermain Dakon merupakan terapi permainan yang dapat meningkatkan dan mempertahankan fungsi kognitif. Dari 10 orang lansia yang diwawancarai mengatakan bahwa mereka merasakan kesepian walaupun sudah melakukan kegiatan kelompok seperti senam karena senam harus ada musik, harus ada pelatih, dan harus di ruangan luas atau lapangan. Oleh karena itu, lansia masih merasakan keterbatasan untuk melakukan kegiatan interaksi sehingga mereka tetap merasakan kesepian.

Solusi yang ditawarkan pada Panti Jompo Taman Boedhi Asri Medan adalah mengadakan intervensi terapi aktivitas kelompok bermain Dakon. Bahan permainan Dakon sangat mudah ditemukan di masyarakat atau di toko permainan dan harganya sangat terjangkau. Permainan Dakon terbuat dari plastik atau kayu yang terdiri dari papan Dakon yang berisi lumbung atau lubang serta buat/ butir/biji Dakon kecil rata-rata berbentuk bulat.

Kegiatan terapi bermain Dakon ini tidak memerlukan peralatan yang kompleks atau tidak memerlukan pelatih. Lansia bisa bermain kapan saja dimana saja tanpa menggunakan ruangan yang luas. Terapi bermain Dakon memerlukan peserta berpasangan (dua orang). Kedua pemain saling memainkan buah/batu Dakon di dalam lumbung yang ada di dalam Dakon. Permainan ini sangat mudah dilakukan dan berinteraksi dengan pasangan pemain selama 10-15 menit.

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Panti Jompo Taman Boedhi Asri pada tgl 15 April s/d 27 April 2024. Kegiatan bermain Dakon di laksanakan oleh lansia secara berpasangan (10 pasang lansia). Terapi bermain Dakon dilakukan 3 kali seminggu setiap hari Minggu, Selasa dan Kamis selama 15 menit. Sebelum dilakukan terapi bermain, peneliti memberikan sosialisasi kegiatan kepada petugas kesehatan, kemudian menjelaskan tentang permainan. Selanjutnya peneliti melakukan seleksi peserta dengan kriteria: 1) lansia yang dapat beraktivitas, 2) mengerti Bahasa Indonesia, 3) mempunyai skor fungsi kognitif ringan -sedang (skor 17-23). Untuk mengukur fungsi kognitif lansia diukur menggunakan alat Mini Mental Status Examination (MMSE). Sedangkan alat untuk mengukur loneliness /kesepian digunakan alat *University of California Los Angeles Loneliness Scale (UCLA Loneliness Scale)*. Alat-alat untuk permainan Dakon yang terbuat dari plastik (Gambar 1) disiapkan oleh peneliti sejumlah 10 set. Jumlah lansia yang memenuhi kriteria dan bersedia terlibat dalam kegiatan ini adalah sebanyak 20 orang.

Pada hari berikutnya menjelaskan terapi bermain Dakon dan memberikan instruksi untuk menggunakan permainan. Permainan ini terdiri dari 2 orang berpasangan sebagai lawan. Dalam permainan ini Lansia A dan lansia B harus menguasai lumbungnya masing-masing yang ada di Dakon tersebut. Sebagai pemenangnya adalah lansia yang paling banyak mengisi lumbungnya dalam Dakon. Setelah 3 minggu dilakukan terapi bermain Dakon 3 kali seminggu, dilakukan kembali pengukuran fungsi kognitif dan loneliness. Untuk melihat perbedaan fungsi kognitif lansia dan loneliness sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain Dakon digunakan uji Wilcoxon test.



Gambar 1. Alat permainan Dakon terbuat dari plastik

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan terapi aktivitas kelompok bermain Dakon telah dilaksanakan selama 3 minggu dilakukan 9 kali atau 3 kali seminggu. Lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan ini berjumlah 20 orang. Rata-rata lansia berusia 74 tahun ($M= 74.35$, $SD=4.510$). Kebanyakan lansia perempuan (75%) dan lulusan pendidikan sekolah dasar (SD) 65% seperti terlihat pada Tabel 1. Kegiatan ini dilakukan secara berpasangan dan dilakukan bersamaan selama 15 menit.

Tabel 1. Karakteristik peserta

No	Karakteristik	n (%)	M (SD)
1	Usia (tahun)		74.35 (4.510)
2	Jenis kelamin		
	Laki-laki	5 (25)	
	Perempuan	15 (75)	
3	Pendidikan		
	Tidak sekolah	4 (20)	
	SD	13 (65)	
	SMP	3 (15)	
	SMA	0	



Gambar 2. Sosialisasi pemain Dakon pada peserta





Gambar 3. Pelaksanaan terapi bermain Dakon

Sebelum dilakukan permainan Dakon, peneliti mengukur status fungsi kognitif peserta yaitu rata-rata 21.70 dan setelah dilakukan permainan Dakon selama 3 minggu atau 3 kali dalam seminggu. Fungsi kognitif peserta meningkat 0.9 poin. Artinya terapi bermain Dakon dapat meningkatkan status fungsi kognitif lansia di UPT Sosial Lanjut Usia Binjai (dapat dilihat pada Tabel 2). Dan hasil ini diperkuat dengan hasil uji statistik yang menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara status fungsi kognitif sebelum dan sesudah melakukan kegiatan bermain Dakon.

Tabel 2. Skor Fungsi kognitif peserta

No	Skor Fungsi kognitif peserta	M (SD)	Z	p-value
1	Pretest	21.70 (1.218)		
2	Posttest	22.60 (1.429)	-4.025 ^b	0.000

Demikian juga halnya dengan loneliness atau perasaan kesepian peserta. Rata-rata skor loneliness atau kesepian peserta 54.80 sebelum melakukan kegiatan terapi bermain Dakon. Setelah melakukan kegiatan bermain Dakon skor loneliness menurun menjadi 50.55. Artinya bermain Dakon dapat meningkatkan sosial interaksi antara lansia sehingga rasa kesepian berkurang. Hasil uji Wilcoxon test menunjukkan bahwa ada perbedaan skor loneliness/kesepian sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan bermain Dakon (Tabel 3).

Tabel 3. Skor loneliness/kesepian peserta

No	Skor Loneliness/kesepian peserta	M (SD)	Z	P-Value
1	Pretest	54.80 (3.48)		
2	Posttest	50.55 (5.03)	-3.937 ^b	0.000

Kegiatan terapi bermain Dakon yang dilakukan selama 3 kali seminggu dalam 3 minggu dapat sangat bermanfaat bagi lansia terutama dapat meningkatkan status fungsi kognitif dan menurunkan rasa kesepian. Dalam melakukan kegiatan ini, tim peneliti memberikan jadwal kepada lansia dan petugas kesehatan dan pengasuh lansia. Lansia dibantu untuk mempersiapkan alat dan lansia selalu diingatkan untuk melakukan kegiatan tersebut. Sehingga kegiatan yang dilakukan selama 3 minggu dan dilakukan 3 kali dalam seminggu dapat terlaksana dengan baik.

Kegiatan ini dilakukan fleksibel atau pada waktu luang lansia tanpa mengganggu kegiatan lain lansia seperti kegiatan tidur, makan, mandi atau kegiatan lain seperti pemeriksaan kesehatan. Lansia tampak tertarik melakukan kegiatan ini karena dalam terapi bermain Dakon ini terdapat peserta yang menang dan kalah. Jika lansia dapat mengumpulkan biji/buah Dakon sebanyak-banyaknya maka dialah yang menjadi pemenangnya. Tampak lansia sangat menyukai permainan ini. Untuk mendapatkan buah/biji yang banyak diperlukan perhitungan atau pemikiran sehingga otak terstimulasi dan akhirnya dapat peningkatan status fungsionalnya. Kegiatan ini tidak bisa dilakukan sendiri tetapi harus berpasangan sehingga interaksi antara pemain terjadi. Oleh karena itu rasa kesepian dapat diatasi melalui permainan ini.

Hal ini dapat mendukung penelitian terdahulu bahwa terapi bermain Dakon baik diterapkan pada lansia untuk meningkatkan status fungsi kognitif (Yuliyanti, 2018). Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani et al., (2022) bahwa bermain Dakon dapat meningkatkan status fungsi kognitif. Demikian juga penelitian Lathifah et al., (2018) mengungkapkan bahwa bermain dakon dapat mencegah progresivitas demensia. Dalam pengabdian masyarakat ini diperoleh bahwa bermain dakon tidak hanya meningkatkan fungsi kognitif lansia akan tetapi dapat menurunkan rasa kesepian lansia.

KESIMPULAN

Penerapan terapi bermain Dakon dapat dilakukan oleh lansia dengan baik 3 kali seminggu dalam 3 minggu. Fungsi kognitif lansia meningkat dan lansia merasakan makna permainan yaitu interaksi dengan pasangan sehingga rasa kesepian menurun. Terapi aktivitas ini sangat simple dan mudah dilakukan. Permainan nya juga sangat menyenangkan dan menstimulasi otak untuk berpikir. Terapi bermain Dakon baik untuk digunakan secara berkelanjutan untuk mempertahankan fungsi kognitif dan meningkatkan interaksi lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada tim petugas kesehatan dan pengasuh yang ada di Panti Jompo Yayasan Taman Boedhi Asri Medan. Juga kepada pimpinan Universitas Sari Mutiara Indonesia atas dukungan finansial dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adwinda, R. N., & Syahrul, F. (2023). The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Demensia : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(1), 12–19. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Badiani, F., & Sousa, A. De. (2016). The Empty Nest Syndrome : Critical Clinical Considerations. *Indian Journal of Mental Health(IJMh)*, 3(2), 135. <https://doi.org/10.30877/ijmh.3.2.2016.135-142>
- Cohen, G., Russo, M. J., Campos, J. A., & Allegri, R. F. (2020). Living with dementia: Increased level of caregiver stress in times of COVID-19. *International Psychogeriatrics*, 32(11), 1377–1381. <https://doi.org/10.1017/S1041610220001593>
- Fujihara, S., Inoue, A., Kubota, K., Yong, K. F. R., & Kondo, K. (2019). Caregiver Burden and Work Productivity Among Japanese Working Family Caregivers of People with Dementia. *International Journal of Behavioral Medicine*, 26(2), 125–135. <https://doi.org/10.1007/s12529-018-9753-9>
- Hanifiah, E., Marijono, M., & Imsiyah, N. (2018). Pengembangan Kemampuan Kognitif Melalui Permainan Tradisional Dakon Di PAUD Tunas Permata Perumahan Permata Giri Kabupaten Banyuwangi. *Learning Community: Jurnal ...*, 1(2), 18–20. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JLC/article/view/8079>
- Konerding, U., Bowen, T., Forte, P., Karampli, E., Malmström, T., Pavi, E., Torkki, P., & Graessel, E. (2018). Investigating burden of informal caregivers in England, Finland and Greece: an analysis with the short form of the Burden Scale for Family Caregivers (BSFC-s). *Aging and Mental Health*, 22(2), 280–287. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1239064>
- Lathifah, M. N., Haryanto, J., & Fauziningtyas, R. (2018). Permainan Tradisional Dhakonan Mencegah Progresifitas Tingkat Demensia Pada Lansia. *Wiraraja Medika*, 7(1), 26–32. <https://doi.org/10.24929/fik.v7i1.379>
- Oktaviani, S. D., Haniyah, S., & WE, K. (2022). Pengaruh Terapi Bermain Dakon Terhadap Status Kognitif Lansia Hipertensi di Puskesmas Sumbang 1. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 8(2), 167–175. <https://doi.org/10.35974/jsk.v8i2.2921>
- Statistic Indonesia. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021 [Elderly Population Statistic 2021]. In *Katalog 4104001*. <https://www.bps.go.id>
- Stefanacci, R. G. (2024). *Overview of Aging*. MSD Manual Consumer Version : Healty Living. <https://www.msdmanuals.com/home/older-people's-health-issues/the-aging-body/overview-of-aging>
- Takai, M., Takahashi, M., Iwamitsu, Y., Oishi, S., & Miyaoka, H. (2011). Subjective experiences of family caregivers of patients with dementia as predictive factors of quality of life. *Psychogeriatrics*, 11(2), 98–104. <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2011.00354.x>
- Valera, C. C., Regué, M. B., Ritort, S. F., & Torres, E. C. (2019). How to Undertake Aging in a Healthy Way : Changes and Opportunities. *AQUICHAN*, 19(19), 1–13. <https://doi.org/10.5294/aqui.2019.19.1.5>
- Yuliyanti, T. (2018). Permainan dakon sebagai terapi pikun (demensia) pada lanjut usia. *Indonesian Journal on Medical Science*, 5(2), 141–148.
- Work Productivity Among Japanese Working Family Caregivers of People with Dementia. *International Journal of Behavioral Medicine*, 26(2), 125–135. <https://doi.org/10.1007/s12529-018-9753-9>
- Adwinda, R. N., & Syahrul, F. (2023). The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Demensia : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(1), 12–19.

<https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>

- Badiani, F., & Sousa, A. De. (2016). The Empty Nest Syndrome : Critical Clinical Considerations. *Indian Journal of Mental Health(IJMH)*, 3(2), 135. <https://doi.org/10.30877/ijmh.3.2.2016.135-142>
- Cohen, G., Russo, M. J., Campos, J. A., & Allegri, R. F. (2020). Living with dementia: Increased level of caregiver stress in times of COVID-19. *International Psychogeriatrics*, 32(11), 1377–1381. <https://doi.org/10.1017/S1041610220001593>
- Fujihara, S., Inoue, A., Kubota, K., Yong, K. F. R., & Kondo, K. (2019). Caregiver Burden and Work Productivity Among Japanese Working Family Caregivers of People with Dementia. *International Journal of Behavioral Medicine*, 26(2), 125–135. <https://doi.org/10.1007/s12529-018-9753-9>
- Hanifah, E., Marijono, M., & Imsiyah, N. (2018). Pengembangan Kemampuan Kognitif Melalui Permainan Tradisional Dakon Di PAUD Tunas Permata Perumahan Permata Giri Kabupaten Banyuwangi. *Learning Community: Jurnal ...*, 1(2), 18–20. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JLC/article/view/8079>
- Konerding, U., Bowen, T., Forte, P., Karampli, E., Malmström, T., Pavi, E., Torkki, P., & Graessel, E. (2018). Investigating burden of informal caregivers in England, Finland and Greece: an analysis with the short form of the Burden Scale for Family Caregivers (BSFC-s). *Aging and Mental Health*, 22(2), 280–287. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1239064>
- Lathifah, M. N., Haryanto, J., & Fauziningtyas, R. (2018). Permainan Tradisional Dhakonan Mencegah Progresifitas Tingkat Demensia Pada Lansia. *Wiraraja Medika*, 7(1), 26–32. <https://doi.org/10.24929/fik.v7i1.379>
- Oktaviani, S. D., Haniyah, S., & WE, K. (2022). Pengaruh Terapi Bermain Dakon Terhadap Status Kognitif Lansia Hipertensi di Puskesmas Sumbang 1. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 8(2), 167–175. <https://doi.org/10.35974/jsk.v8i2.2921>
- Statistic Indonesia. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021 [Elderly Population Statistic 2021]. In *Katalog 4104001*. <https://www.bps.go.id>
- Stefanacci, R. G. (2024). *Overview of Aging*. MSD Manual Consumer Version : Healty Living. <https://www.msdmanuals.com/home/older-people's-health-issues/the-aging-body/overview-of-aging>
- Takai, M., Takahashi, M., Iwamitsu, Y., Oishi, S., & Miyaoka, H. (2011). Subjective experiences of family caregivers of patients with dementia as predictive factors of quality of life. *Psychogeriatrics*, 11(2), 98–104. <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2011.00354.x>
- Valera, C. C., Regué, M. B., Ritort, S. F., & Torres, E. C. (2019). How to Undertake Aging in a Healthy Way: Changes and Opportunities. *AQUICHAN*, 19(19), 1–13. <https://doi.org/10.5294/aqui.2019.19.1.5>
- Yuliyanti, T. (2018). Permainan dakon sebagai terapi pikun (demensia) pada lanjut usia. *Indonesian Journal on Medical Science*, 5(2), 141–148.