

Pengaruh Reminiscence Therapy Untuk Meningkatkan Kognitif Pada Lansia Demensia Di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa

Sri Mulyani¹, Mersi Eka Putri², Ika Permana Sari³, Rohmi Fadhli⁴

¹⁻⁴ Institut Kesehatan Dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru, Ilmu Keperawatan, Kesehatan, Pekanbaru, Indonesia

Email Correspondensi : srimumlyanis220@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 9-30-2026

Revised: 10-09-2026

Accepted: 10-15-2026

Available online

Kata Kunci:

Reminiscence, Demensia, Lansia

Keywords:

Reminiscence, Dementia, Older Adults.

ABSTRAK

Demensia adalah masalah kesehatan dengan prevalensi yg cukup tinggi di Indonesia. Terapi reminiscence merupakan salah satu terapi yang dapat dilakukan pada lansia untuk mengurangi progresivitas penurunan fungsi kognitif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan Januari - Februari 2025 di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa, bertujuan untuk membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia melalui terapi reminiscence. Penilaian MMSE dilakukan sebelum dan setelah terapi. Lansia dibagi dalam beberapa kelompok dan terapi reminiscence dilakukan sesuai panduan. Kegiatan ini dihadiri oleh 10 orang lansia, hasil MMSE menunjukkan terjadi peningkatan jumlah lansia dengan hasil MMSES baik setelah dilakukan terapi. Diharapkan melalui kegiatan terapi Reminiscence ini dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa.

ABSTRACT

Dementia is a health problem with a relatively high prevalence in Indonesia. Reminiscence therapy is one of the interventions that can be applied to older adults to reduce the progression of cognitive decline. This community service activity was conducted from January to February 2025 at the Embun Kehidupan Bangsa Foundation, with the aim of helping improve cognitive function in older adults through reminiscence therapy. The Mini-Mental State Examination (MMSE) assessment was carried out before and after the intervention. Participants were divided into several groups, and reminiscence therapy was implemented according to established guidelines. This activity was attended by 10 older adults, and the MMSE results showed an increase in the number of participants with improved cognitive scores after the therapy was conducted. It is expected that reminiscence therapy can serve as an effective intervention to enhance cognitive function among older adults at the Embun Kehidupan Bangsa Foundation.

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Institut Kesehatan Dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru



PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok individu yang memasuki tahap akhir dalam siklus kehidupan yang ditandai dengan proses penuaan biologis, psikologis, dan sosial secara progresif. Proses penuaan ini menyebabkan berbagai perubahan pada aspek fisik, mental, psikososial, sosial,

dan kognitif yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia secara menyeluruh. Menurut World Health Organization, penuaan merupakan proses alami yang ditandai dengan menurunnya kapasitas fungsional tubuh, meningkatnya kerentanan terhadap penyakit, serta terjadinya perubahan pada fungsi neurologis yang berdampak terhadap kemampuan kognitif seseorang (WHO, 2022). Penurunan fungsi kognitif pada lansia menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang paling banyak ditemukan, terutama seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup dan pertumbuhan populasi lansia di berbagai negara, termasuk Indonesia.

Secara demografis, jumlah populasi lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan yang signifikan. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 27,1 juta jiwa atau sekitar 10% dari total populasi, dan diproyeksikan meningkat menjadi 48,2 juta jiwa atau sekitar 15,77% pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2021). Peningkatan jumlah lansia tersebut berbanding lurus dengan meningkatnya prevalensi gangguan kognitif dan demensia pada kelompok usia lanjut. Pada tahun 2021, sekitar 13% lansia di Indonesia mengalami gangguan kognitif, dan angka ini diperkirakan terus meningkat hingga mencapai tambahan sekitar 2 juta kasus pada tahun 2030. Kondisi ini menunjukkan bahwa gangguan fungsi kognitif pada lansia telah menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius, baik dari aspek promotif, preventif, maupun rehabilitative.

Penurunan fungsi kognitif pada lansia umumnya disebabkan oleh perubahan degeneratif pada sistem saraf pusat akibat proses penuaan. Secara fisiologis, lansia mengalami atrofi progresif pada serabut saraf, penurunan suplai oksigen ke otak, berkurangnya plastisitas neuron, serta penurunan efisiensi transmisi impuls saraf yang berpengaruh terhadap fungsi memori, konsentrasi, orientasi, dan kemampuan berpikir (Pragholapati et al., 2021). Perubahan ini menyebabkan lansia mengalami penurunan koordinasi, kemampuan adaptasi, serta penurunan kapasitas dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Dalam kondisi yang lebih berat, gangguan kognitif dapat berkembang menjadi demensia, yaitu suatu sindrom neurodegeneratif kronis dan progresif yang ditandai dengan penurunan daya ingat, kemampuan berpikir, orientasi, berhitung, bahasa, pembelajaran, dan kemampuan menilai suatu keadaan, sehingga berdampak pada penurunan fungsi sosial dan kemandirian individu (Dewi, 2018).

Secara global, prevalensi demensia menunjukkan tren peningkatan yang sangat signifikan. Data World Health Organization dan Alzheimer's Disease International mencatat bahwa pada tahun 2015 terdapat sekitar 47,5 juta orang hidup dengan demensia di seluruh dunia, dengan sekitar 22 juta kasus berada di kawasan Asia. Jumlah kasus baru demensia diperkirakan mencapai 7,7 juta setiap tahun, atau setara dengan satu kasus baru setiap empat detik. Angka tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 75,6 juta kasus pada tahun 2030 dan mencapai 135,5 juta kasus pada tahun 2050 (WHO, 2015). Di Indonesia sendiri, jumlah penderita demensia diperkirakan mencapai 1,2 juta jiwa pada tahun 2016, meningkat menjadi 2 juta jiwa pada tahun 2030, dan diperkirakan mencapai 4 juta jiwa pada tahun 2050 (Alzheimer's Organization, 2017). Data ini menunjukkan bahwa demensia merupakan masalah kesehatan yang semakin kompleks dan membutuhkan pendekatan intervensi yang efektif, aman, serta mudah diterapkan dalam pelayanan kesehatan lansia.

Beberapa faktor diketahui berkontribusi terhadap penurunan fungsi kognitif pada lansia, di antaranya faktor jenis kelamin, status gizi, kondisi kesehatan, dan tingkat pendidikan. Wanita diketahui memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kognitif dibandingkan laki-laki, yang dikaitkan dengan perubahan hormon estrogen pascamenopause yang berpengaruh terhadap fungsi neuroprotektif otak. Selain itu, defisiensi vitamin D, hipertensi, serta rendahnya tingkat pendidikan juga berkontribusi terhadap penurunan fungsi kognitif pada lansia melalui mekanisme gangguan vaskular, stres oksidatif, serta rendahnya stimulasi kognitif jangka panjang (Harini & Widjanegara,

2018). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penatalaksanaan penurunan fungsi kognitif perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia adalah terapi reminiscence. Terapi reminiscence merupakan pendekatan terapeutik yang mendorong lansia untuk mengingat, menceritakan, dan merefleksikan pengalaman hidup masa lalu yang bermakna secara emosional. Proses mengingat kembali pengalaman masa lalu (*recall*) dapat menstimulasi kerja hipokampus sebagai pusat memori jangka panjang, sehingga memperkuat konektivitas neuronal, meningkatkan aktivitas kognitif, serta menstimulasi aspek emosional positif pada lansia (Kayang, Noorhidayah, & Firdaus, 2019). Selain meningkatkan fungsi kognitif, terapi reminiscence juga mampu meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat identitas diri, menurunkan kecemasan, mengurangi perasaan kesepian, serta meningkatkan interaksi sosial pada lansia (Dewi, 2018).

Secara neuropsikologis, terapi reminiscence bekerja dengan mengaktivasi sistem memori otak melalui stimulasi pengalaman autobiografis yang tersimpan dalam korteks serebri dan hipokampus. Aktivasi memori ini memicu transmisi impuls saraf melalui neurotransmitter yang berperan dalam proses belajar, berpikir, dan penguatan memori jangka panjang. Pada lansia dengan gangguan kognitif sedang, terapi reminiscence terbukti memberikan perubahan positif pada afek, meningkatkan *insight*, dan memperbaiki kemampuan *recall* dibandingkan kondisi sebelum intervensi (Lestari, 2016). Penelitian Nur Meity Sulistia Ayu dan Devy Kurniawaty (2017) juga menunjukkan bahwa terapi reminiscence mampu meningkatkan domain fungsi kognitif lansia dengan demensia, di mana proporsi responden dengan gangguan kognitif ringan meningkat setelah pemberian intervensi. Hasil serupa juga ditemukan oleh Safitriana dan Al Jihat (2023) yang melaporkan adanya peningkatan skor *Mini Mental State Examination* (MMSE) setelah penerapan terapi reminiscence pada lansia.

Meskipun memiliki manfaat yang signifikan, terapi reminiscence masih belum banyak diterapkan secara optimal dalam pelayanan kesehatan lansia di Indonesia. Kurangnya sosialisasi, minimnya pemahaman keluarga, serta keterbatasan tenaga kesehatan dalam menerapkan intervensi psikososial berbasis stimulasi kognitif menjadi faktor yang menyebabkan terapi ini belum menjadi bagian integral dalam perawatan lansia dengan demensia (Dewi, 2018). Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti pada Januari 2025 di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa, diketahui terdapat 34 lansia yang tinggal di yayasan tersebut, dengan 10 orang di antaranya mengalami demensia. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang efektif dan aplikatif untuk membantu meningkatkan fungsi kognitif lansia agar kualitas hidup mereka tetap terjaga.

Berdasarkan uraian tersebut, terapi reminiscence memiliki potensi besar sebagai intervensi nonfarmakologis dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan demensia. Namun, efektivitas penerapan terapi ini pada konteks pelayanan lansia di Indonesia, khususnya di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa, masih perlu dikaji lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh penerapan terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia, sehingga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan gerontik yang lebih efektif, humanistik, dan berbasis bukti ilmiah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment melalui rancangan one-group pretest-posttest design. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif pada

lansia dengan demensia melalui pengukuran sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama. Dalam rancangan ini, subjek penelitian terlebih dahulu diberikan pengukuran awal (pretest) untuk mengetahui kondisi fungsi kognitif sebelum perlakuan, kemudian diberikan intervensi berupa terapi reminiscence, dan selanjutnya dilakukan pengukuran akhir (posttest) untuk melihat perubahan yang terjadi setelah intervensi. Menurut Sugiyono (2016), desain pretest-posttest merupakan rancangan eksperimen yang memungkinkan peneliti membandingkan kondisi subjek sebelum dan sesudah perlakuan sehingga pengaruh intervensi dapat diamati secara lebih objektif. Pendekatan ini dinilai sesuai untuk menilai efektivitas terapi reminiscence sebagai intervensi nonfarmakologis dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia yang mengalami demensia.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Februari 2025 di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada adanya populasi lansia yang mengalami gangguan kognitif atau demensia sehingga sesuai dengan fokus penelitian. Selain itu, lokasi penelitian dipilih karena memungkinkan pelaksanaan intervensi terapi reminiscence secara terstruktur, terpantau, dan berkelanjutan sesuai dengan prosedur penelitian yang telah dirancang.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa yang berjumlah 34 orang, dengan 10 orang di antaranya teridentifikasi mengalami demensia. Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan karakteristik tersebut, sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh lansia yang mengalami demensia sebanyak 10 orang dijadikan responden penelitian. Ridwan (2015) menyatakan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu dan dianggap mampu mewakili keseluruhan populasi sesuai tujuan penelitian. Pemilihan seluruh lansia dengan demensia sebagai sampel dilakukan agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif responden.

Pelaksanaan penelitian dilakukan secara sistematis melalui tahap persiapan dan tahap intervensi. Pada tahap persiapan, peneliti terlebih dahulu mengurus perizinan penelitian kepada institusi pendidikan dan pihak Yayasan Embun Kehidupan Bangsa, kemudian melakukan identifikasi terhadap lansia yang memenuhi kriteria inklusi sebagai responden penelitian. Setelah responden ditetapkan, peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian, serta meminta persetujuan responden melalui informed consent sebagai bentuk persetujuan etis dalam penelitian. Tahap berikutnya adalah pengukuran awal (pretest) fungsi kognitif responden, kemudian dilanjutkan dengan pemberian intervensi terapi reminiscence selama satu minggu sebanyak enam sesi secara berturut-turut, dan diakhiri dengan pengukuran ulang (posttest) pada hari terakhir intervensi untuk menilai perubahan fungsi kognitif setelah terapi diberikan.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi reminiscence, lembar observasi, dan kuesioner Mini Mental State Examination (MMSE). MMSE digunakan sebagai alat ukur utama untuk menilai status fungsi kognitif responden sebelum dan sesudah intervensi. Instrumen MMSE merupakan alat ukur yang banyak digunakan dalam pengkajian fungsi kognitif karena memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam menilai orientasi, registrasi, perhatian, kalkulasi, ingatan, dan kemampuan bahasa pada lansia (Retnawati, 2016). Skor MMSE kemudian diklasifikasikan ke dalam kategori fungsi kognitif normal, gangguan kognitif ringan, dan gangguan kognitif berat, sehingga perubahan kondisi responden dapat diamati secara terukur setelah pemberian terapi reminiscence.

Pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi editing, coding, entry data, dan cleaning data. Tahap editing dilakukan dengan memeriksa kelengkapan dan konsistensi

data hasil observasi serta hasil pengukuran MMSE. Tahap coding dilakukan dengan memberikan kode numerik pada data penelitian untuk memudahkan proses analisis statistik. Selanjutnya data dimasukkan ke dalam program komputer statistik untuk dianalisis, kemudian dilakukan cleaning data guna memastikan tidak terdapat kesalahan input maupun inkonsistensi data sebelum analisis dilakukan. Tahapan pengolahan data ini penting untuk menjamin kualitas data sehingga hasil penelitian memiliki tingkat akurasi yang tinggi (Hidayat, 2021).

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi skor fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi dalam bentuk distribusi frekuensi, persentase, nilai rata-rata, dan standar deviasi. Menurut Hastono dan Ermawita (2016), analisis univariat bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai variabel yang diteliti sehingga memudahkan interpretasi awal terhadap data penelitian. Sementara itu, analisis bivariat digunakan untuk menguji pengaruh terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia dengan membandingkan hasil pretest dan posttest. Sebelum uji hipotesis dilakukan, data terlebih dahulu diuji normalitasnya untuk mengetahui distribusi data. Sudjana (2016) menjelaskan bahwa uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak sebagai dasar dalam menentukan jenis uji statistik yang digunakan. Jika data berdistribusi normal, maka analisis dilanjutkan menggunakan paired t-test, sedangkan jika data tidak berdistribusi normal digunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi (p-value) dengan taraf kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$), di mana apabila p-value $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat pengaruh signifikan terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia, sedangkan apabila p-value $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat pengaruh signifikan.

Dalam pelaksanaannya, penelitian ini juga memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa penelitian kesehatan harus menjunjung tinggi prinsip penghormatan terhadap martabat manusia, menjaga privasi dan kerahasiaan responden, menerapkan keadilan tanpa diskriminasi, serta mempertimbangkan keseimbangan antara manfaat dan risiko penelitian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini setiap responden diberikan hak untuk menentukan kesediaan berpartisipasi, identitas responden dijaga kerahasiaannya melalui penggunaan kode tertentu, seluruh responden memperoleh perlakuan yang setara, dan intervensi yang diberikan diupayakan memberikan manfaat maksimal dengan risiko seminimal mungkin. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memenuhi kaidah metodologis ilmiah, tetapi juga memenuhi aspek etik dalam pelaksanaan penelitian kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa yang berlokasi di Jalan Garuda 11 No. 3, RT 001/RW 009, Labuh Baru, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru. Yayasan ini merupakan lembaga sosial yang bergerak dalam pelayanan dan perawatan lanjut usia dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan lansia secara fisik, psikologis, dan sosial. Didirikan pada tahun 2021 di bawah kepemimpinan Ibu Sarina Maryani Marsualina, yayasan ini menampung sebanyak 34 lansia yang berasal dari berbagai latar belakang suku dan agama. Tidak hanya menyediakan tempat tinggal yang layak, yayasan ini juga menghadirkan lingkungan yang mendukung kualitas hidup lansia melalui pendekatan pelayanan yang humanis, penuh perhatian, dan berorientasi pada peningkatan kesejahteraan di masa tua. Kondisi lingkungan yang kondusif ini menjadi faktor pendukung penting dalam pelaksanaan intervensi terapi reminiscence sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan demensia.

Berdasarkan hasil analisis univariat, karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas lansia yang menjadi subjek penelitian berada pada kelompok usia di atas 65 tahun, yaitu sebanyak 7 responden (70,0%), sedangkan responden berusia 56–65 tahun berjumlah 3 orang (30,0%). Ditinjau dari jenis kelamin, mayoritas responden adalah laki-laki sebanyak 9 orang (90,0%), sementara responden perempuan hanya berjumlah 1 orang (10,0%). Komposisi ini menunjukkan bahwa prevalensi lansia dengan gangguan kognitif di lokasi penelitian lebih banyak ditemukan pada kelompok usia lanjut dan didominasi oleh responden laki-laki. Pada pengukuran awal sebelum diberikan intervensi terapi reminiscence, tingkat fungsi kognitif responden menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori problem gangguan kognitif sebanyak 7 orang (70,0%), sedangkan kategori definite gangguan kognitif sebanyak 3 orang (30,0%). Gambaran ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan fungsi kognitif pada tingkat ringan hingga sedang yang masih memungkinkan untuk diberikan intervensi stimulasi kognitif melalui terapi reminiscence.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya perubahan skor fungsi kognitif lansia setelah diberikan terapi reminiscence. Sebelum intervensi, rerata skor fungsi kognitif responden adalah 15,10 dengan standar deviasi 6,367, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 18,00 dengan standar deviasi 5,740. Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pretest dan posttest tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-value} = 0,00$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa. Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi reminiscence efektif dalam menstimulasi memori jangka panjang, meningkatkan recall pengalaman masa lalu, serta memperkuat aktivitas kognitif lansia melalui proses pengingatan yang terarah. Secara klinis, peningkatan skor kognitif tersebut menunjukkan adanya respons positif terhadap intervensi yang diberikan, sehingga terapi reminiscence dapat dipertimbangkan sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis yang efektif dalam penatalaksanaan gangguan kognitif pada lansia dengan demensia.

Pembahasan

Perubahan Tingkat kognitif Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Reminiscence Therapy*

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan terapi reminiscence adalah 15,10 dan sesudah dilakukan terapi reminiscence adalah 18,00. Fungsi kognitif adalah kemampuan berfikir dan memberikan rasional, termasuk proses belajar, mengingat, menilai, orientasi, persepsi, dan memperhatikan. kognitif sendiri dapat dikatakan suatu gejala penyakit masa kini yang erat kaitannya dengan adanya kemajuan pesat serta perubahan yang menuntut adaptasi seseorang terhadap perubahan tersebut dengan sama pesatnya. kognitif memiliki beberapa gejala pada fisik diantaranya sakit kepala, pusing, tidur tidak teratur, bangun terlalu awal, insomnia, tekanan darah tinggi, sakit punggung (terutama bagian bawah), selera makan berubah, banyak melakukan kesalahan atau kekeliruan dalam pekerjaan, dan mudah lelah (Rahman, 2016).

Banyaknya lansia di panti yang mengalami kognitif yang berakibat pada fisiknya seperti susah tidur, bangun lebih awal, bahkan nafsu makan yang berubah. Lansia di panti banyak yang merasakan kesepian dan tidak banyak aktivitas yang dapat dilakukan sehingga itulah yang menyebabkan lansia dapat mengalami stres baik fisik maupun psikologis. Hasil penelitian ini sejalan dengan Devi et al (2016) bahwa setiap responden mempunyai tingkatan demensia yang berbeda karena demensia mempunyai sifat yang subjektif dan bisa dipengaruhi dengan banyak faktor. Penelitian ini juga didukung oleh Sarastika (2015) yaitu kognitif secara umum diartikan sebagai

ketidakmampuan dalam mengatasi suatu ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, spiritual, dan emosional manusia. Semua itu bisa mempengaruhi kesehatan fisik seseorang yang mengalami kognitif, biasanya orang yang terkena kognitif mereka akan mengalami beberapa keluhan seperti rasa cemas, bimbang, takut, rasa bersalah, frustrasi, khawatir dan lain-lain.

Menurut teori Psychology Foundation of Australia (2015) yang mengatakan bahwa meningkatkan kognitif merupakan stressor yang dihadapi secara teratur dan dapat berlangsung beberapa menit atau jam saja. kognitif sedang dapat terjadi lebih lama kisaran beberapa jam hingga beberapa hari. Stressor ini bisa menimbulkan gejala seperti mudah marah, sulit istirahat, merasa lelah, reaksi berlebih terhadap sesuatu, tidak sabar jika adanya penundaan dan mengalami gangguan pada sesuatu yang dilakukan, gelisah dan tidak bisa memaklumi hal apapun yang menghalangi mereka ketika mengerjakan sesuatu. Dan pada stres berat bisa terjadi beberapa minggu hingga beberapa bulan yang diakibatkan adanya kesulitan finansial yang berkepanjangan dan penyakit fisik jangka panjang. Gejala pada stressor ini berupa merasa tidak kuat lagi untuk melakukan kegiatan, sedih dan tertekan, merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan dimasa mendatang dan mudah putus asa

Pengaruh *Reminiscence Therapy* Terhadap meningkatkan kognitif pada lansia demensia

Sebelum dilakukan terapi, tingkat kognitif pada lansia demensi lansia berada pada skor yaitu 15, 0 dan setelah dilakukan terapi reminiscence menjadi 18, 00. Menurut Lestari (2019) bahwa alasan lansia masuk ke yayasan karena keinginan mereka sendiri, karena lansia sudah tidak memiliki keluarga lagi. Sebagian penyebab kognitif pada lansia demensi lansia yang berada di panti adalah mudah merasakan lelah padahal lansia tersebut tidak melakukan pekerjaan apapun. Semakin tua umur lansia, semakin terjadinya penurunan kekuatan yang sangat besar. Walaupun lansia tersebut tidak melakukan aktivitas fisik yang berat tetapi para lansia akan tetap merasakan kelelahan. Dengan begitu bahwa bisa dikatakan *reminiscence therapy* dapat kognitif pada lansia demensi lansia yang berada di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa. Dari hasil pengkajian didapatkan bahwa responden yang tidak mengalami perubahan tingkat demensi mengatakan bahwa masih sering merasa kesal, sulit untuk beristirahat, banyak hal yang menjadi pikiran, dan tidak nyaman dengan keadaan. Penelitian ini sejalan dengan Potter and Perry (2016) yang menyatakan tempat tinggal dan lingkungan adalah hal yang penting dalam suatu kelangsungan hidup lansia, karena tempat tinggal dan lingkungan bisa mendukung ataupun mengganggu baik dari segi fisik, sosial, bahkan mental lansia.

Reminiscence therapy merupakan salah satu terapi yang digunakan untuk menurunkan tingkat kognitif pada lansia demensi lansia. Terapi ini merupakan salah satu perawatan psikologis yang digunakan sebagai terapi bagi lansia yang bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan mental mereka dengan mengingat dan menilai mereka yang sudah ada memori (Chen et al, 2016). Bahwasanya penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kartika dan Mardalinda (2017) bahwa terapi individu *reminiscence* dapat menurunkan tingkat kognitif pada lansia demensi lansia yang berada di rumah perawatan. Rata-rata kognitif pada lansia demensi responden sebelum dilaksanakan intervensi terapi *reminiscence* adalah 15,00 dan setelah dilakukan perlakuan terapi *reminiscence* rata-rata kognitif pada lansia responden meningkat menjadi 18,00. Hal ini berarti bahwa adanya peningkatan yang cukup signifikan terhadap tingkat kognitif lansia setelah diberikannya terapi *reminiscence*.

Berdasarkan hasil penelitian Selo et al (2017) maka diketahui bahwa lansia yang berada di panti mengalami stres sedang karena tidak tinggal dengan keluarga sehingga lansia merasa hidupnya sendiri dan tidak ada yang memberikan semangat dan lansia yang berada di luar rumah tidak

mengalami stres karena ia hidup bersama keluarga yang mendapatkan perhatian, berkomunikasi dengan anak dan cucu serta kebutuhan lansia yang tercukupi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh *reminiscence therapy* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa tingkat fungsi kognitif lansia sebelum diberikan intervensi *reminiscence therapy* berada pada nilai rata-rata 15, 10, yang menunjukkan masih adanya gangguan fungsi kognitif pada responden. Setelah diberikan intervensi *reminiscence therapy*, terjadi peningkatan nilai rata-rata fungsi kognitif menjadi 18, 00, yang menunjukkan adanya perbaikan kemampuan kognitif pada lansia. Hasil uji statistik juga menunjukkan bahwa *reminiscence therapy* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia dengan demensia. Dengan demikian, *reminiscence therapy* dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu meningkatkan fungsi kognitif, memperbaiki daya ingat, serta mendukung kualitas hidup lansia yang mengalami demensia di Yayasan Embun Kehidupan Bangsa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan demensia pada lansia, 63–70.
- Adhiyani. (2019). Teori proses penuaan pada lansia. *Jurnal Keperawatan*.
- Aşiret, G. D., & Kapucu, S. (2016). The effect of reminiscence therapy on cognition, depression, and activities of daily living for patients with Alzheimer disease. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*.
- Badan Pusat Statistik. (2018). *Statistik penduduk lanjut usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Dewi, S. R. (2018). Pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia di UPT PSTW Bondowoso. *The Indonesian Journal of Health Science*, September, 174. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v0i0.1544>
- Dewi, S. U., dkk. (2022). *Keperawatan gerontik*. Get Press.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan kualitas hidup lansia: Konsep dan berbagai intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Erindra. (2020). *Asuhan kebidanan komplementer berbasis bukti*. CV Al Qalam Media Lestari.
- Faidah, N., Indriani, D. D., & Fadhillah, A. M. (2018). Penurunan stres dengan terapi reminiscence pada lanjut usia di Banjar Tangkas wilayah kerja Puskesmas Tegallalang I. *BMJ*, 5(14), 63–65.
- Ghanbari, R., dkk. (2012). Valuable nutrients and functional bioactives in different parts of olive (*Olea europaea* L.): A review. *International Journal of Molecular Sciences*, 13(3), 3291–3340.
- Hartutik, P., & dkk. (2022). *Pemeriksaan diagnostik*.
- International Association for the Study of Pain (IASP). (2020). *Pain terminology and classification*.

- Kayang, R., Noorhidayah, & Firdaus, R. (2019). Pengaruh reminiscence therapy terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Samarinda.
- Manurung, N. (2016). *Terapi reminiscence*. Jakarta: Trans Info Media.
- Mawaddah. (2020). Konsep lansia.
- Mulyani, S. (2021). Penerapan terapi reminiscence dalam upaya pencegahan demensia pada lansia. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 122–128.
- Mumpuni. (2016). Manifestasi klinis.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Profil Kesehatan Riau. (2018). *Profil kesehatan Provinsi Riau*. Pekanbaru: Dinas Kesehatan Provinsi Riau.
- Puspanegara, I. D. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 69–78.
- Ridwan. (2015). *Metode penelitian kualitatif: Sebuah upaya mendukung penelitian kualitatif dalam berbagai disiplin ilmu*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarti, S., Ratnawati, R., Nugrahenny, D., Mattalitti, G. N., Budianto, R., Pratiwi, I. C., dkk. (2019). *Prinsip dasar kesehatan lanjut usia (geriatri)*. Malang: UB Press.
- Syarniah. (2010). Pengaruh terapi kelompok reminiscence terhadap depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
- Widjanegara, I. G. (2017). Pengaruh reminiscence therapy terhadap fungsi kognitif lansia. *E-Jurnal Keperawatan (e-Kp)*, 1(2), 1–10.
- RI, D. K. (2019). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Siska, E. M. (2020). Caregiver training on care for people with dementia. *Darmabakti Cendekia*, 2, 1–3.