



THERAPY REMINISCENCE: SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN MEMORI PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA

Shobihatus Syifak^{1*}, Iis Noventi²

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 60237, Indonesia

²Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 6023, Indonesia

*s.syifak@unusa.ac.id

ABSTRAK

Demensia mengakibatkan penurunan fungsi memori pada lansia, salah satu upaya untuk meningkatkan memori adalah Reminiscence Therapy. Reminiscence Therapy adalah terapi modalitas dengan mengingat masa lalu yang dapat menurunkan beberapa gangguan kesehatan salah satunya adalah gangguan fungsi memori yang dialami lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Reminiscence Therapy terhadap peningkatan fungsi memori pada lansia di Griya Lansia Wajak. Desain penelitian ini eksperimen semu dengan rancangan pre and post test tanpa kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian adalah seluruh lansia di Griya Lansia Wajak dengan jumlah sampel 20 responden, teknik pengambilan sampelnya yaitu non probability sampling dengan metode consecutive. Instrument pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes kognitif secara menggunakan MMSE Hasil dari penelitian ini menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test terhadap nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan Reminiscence Therapy mendapatkan nilai signifikan $p = 0,002$ ($p < \alpha; \alpha = 0,05$). Temuan tersebut menyatakan bahwa Reminiscence Therapy secara signifikan mempengaruhi lansia dengan gangguan memori. Kesimpulannya, kenangan bermanfaat melalui perubahan hidup yang penuh tekanan, mengurangi gejala depresi, meningkatkan kepuasan hidup dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik pada lansia dengan penyakit demensia.

Kata kunci: lansia; penurunan memori; reminiscence therapy

REMINISCENCE THERAPY: AS AN EFFORT TO IMPROVE MEMORY IN ELDERLY WITH DEMENTIA

ABSTRACT

Elderly people with dementia can experience various adverse effects on physical and psychological function, especially memory levels. Effective interventions can improve memory. Dementia causes a decrease in memory function in the elderly, one effort to improve memory is Reminiscence Therapy. Reminiscence Therapy is a therapeutic modality that uses remembering the past which can reduce several health problems, one of which is impaired memory function experienced by the elderly. Therefore, this study aims to determine the effect of Reminiscence Therapy on improving memory function in the elderly at Griya Lansia Wajak. This research design was quasi-experimental with a pre and post test design without a control group. The population in the study were all elderly people in Griya Lansia Wajak with a sample size of 20 respondents. The sampling technique was non-probability sampling with a consecutive method. The data collection instrument in this study was a general cognitive test using the MMSE. The results of this study using the Wilcoxon Signed Rank Test on the value of cognitive function before and after being given Reminiscence Therapy obtained a significant value of $p = 0.000$ ($p < \alpha; \alpha = 0.05$). These findings suggest that Reminiscence Therapy significantly affects elderly people with memory disorders. In conclusion, memories benefit through stressful life changes, reduce depressive symptoms, increase life satisfaction and have a better quality of life in elderly people with dementia.

Keywords: elderly; memory decline; reminiscence therapy

PENDAHULUAN

Proses menua (aging process) biasa ditandai dengan perubahan biologis, psikologis dan psikososial. Perubahan biologis diantaranya penurunan sel, penurunan sistem persyarafan, pendengaran, pernafasan, penglihatan, pendengaran, endokrin, kardiovaskuler, sistem termoregulasi atau suhu tubuh, kulit dan musculoskeletal. Proses menua dapat menurunkan kemampuan kognitif dan kepikunan, masalah kesehatan kronis dan penurunan kognitif serta memori (Handayani, dkk, 2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Baltes, dkk (Santrock, 2000 dalam Turana, 2013) ditemukan bahwa kecepatan memproses informasi mengalami penurunan pada masa lanjut usia. Fungsi kognitif tersebut merupakan hasil interaksi dengan lingkungan yang didapat secara formal dari pendidikan maupun non formal dari kehidupan sehari-hari. Gangguan satu atau lebih fungsi tersebut dapat menyebabkan gangguan fungsi sosial, pekerjaan, dan aktivitas harian.

Salah satu masalah pada lansia adalah demensia yang dapat disebabkan karena penyakit Alzheimer. Alzheimer dapat menjadi penyebab 70% kasus kejadian demensia. Diperkirakan 131,5 juta penduduk akan menderita demensia secara spesifik. Berdasarkan hasil studi terbaru akan terjadi peningkatan angka kejadian demensia yaitu 115 juta orang pada tahun 2050 (Voa News, 2012). Pada demensia juga terdapat gangguan kognisi lain seperti berbahasa yang biasa disebut dengan hambatan komunikasi verbal, disorientasi (waktu, tempat, person), kemampuan membuat keputusan, berpikir abstrak, gangguan emosi dan perilaku. Individu dengan demensia, khususnya mereka dengan demensia ringan yang melibatkan gangguan memori, berkembang menjadi demensia pada tingkat yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan kognisi normal (R.Roberts, 2013). Prevalensi gangguan memori dan keterbatasan fungsional terkait berdasarkan populasi dan representatif secara nasional pada orang dewasa di Amerika Serikat berusia ≥ 65 tahun. Seiring bertambahnya usia, terutama mereka yang menderita demensia, mereka mungkin kehilangan ingatan jangka pendeknya namun sering kali mampu mengingat ingatan jangka panjang, misalnya ingatan jangka panjang. Demensia mengakibatkan penurunan fungsi kognitif karena adanya gangguan otak yang berdampak pada kemampuan mengingat atau memori, kemampuan berpikir, sikap dan tingkah laku serta kemampuan memberikan penilaian. Otak sebagai organ kompleks, pusat pengaturan sistem tubuh dan pusat kognitif, merupakan salah satu organ tubuh yang sangat rentan terhadap proses penuaan atau degenerative. World Health Organization (WHO, 2016) memprediksi 35,6 juta seseorang yang berusia lanjut di seluruh dunia akan mengalami gangguan memori atau fungsi kognitif. Gangguan fungsi kognitif pada lansia ditandai dengan mudah lupa (Forgetfulness) yang merupakan tanda gangguan kognitif yang paling ringan yang dikeluhkan oleh 85% lansia usia lebih dari 80 tahun dan 39% lansia yang usia 50-59 tahun (Pragholapati et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Santrock, 2000 ditemukan bahwa kecepatan memproses informasi mengalami penurunan pada masa lanjut usia. Penurunan memori pada penderita demensia dapat diatasi dengan farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi non-farmakologis yang telah menunjukkan keefektifannya dalam demensia adalah *Reminiscence Therapy (RT)*, yang memberikan manfaat emosional bahkan sosial. *Reminiscence Therapy* merupakan salah satu metode pengekspresian perasaan akan memicu munculnya rasa percaya diri dan perasaan dihargai pada lansia yang berdampak munculnya koping positif yang mempengaruhi persepsi dan emosi lansia dalam memandang suatu masalah. Proses kenangan memberikan kesempatan kepada individu untuk membicarakan masa lalu dan konflik yang dihadapi. Proses ini memberikan individu perasaan aman untuk menyatukan kembali ingatan masa lalu, dan menumbuhkan penerimaan diri yang akan berguna untuk tujuan terapeutik. *Reminiscence* adalah cara untuk mempertahankan masa lalu pribadi dan mengabadikan identitas seseorang, dan menggunakan stimulasi, komunikasi, sosialisasi, dan hiburan.

Menurut Wilkinson terapi *reminiscence* adalah terapi untuk mengenang kembali kejadian di masa lampau, pikiran, dan perasaan yang menyenangkan dan diberikan kepada lansia dengan bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup atau kemampuan penyesuaian terhadap perubahan dari suatu kejadian saat ini (Wilkinson & Ahern, 2009). Aktivitas terapi ini dapat dilakukan secara kelompok maupun perorangan serta mampu memodifikasi perilaku, fungsi sosial dan fungsi kognitif. Sedangkan menurut (Gaggioli et al., 2014); (PT & M, 1991) Karimi et al. (2010); Watt dan Cappeliez (2000) bahwa terapi *reminiscence* dapat didefinisikan sebagai *recall* memori peristiwa masa lalu, pikiran, dan perasaan untuk meningkatkan kualitas hidup, kesenangan, dan penyesuaian dalam kehidupan.

Reminiscence therapy membantu lansia untuk mengingat kembali masa lalu yang menyenangkan, sehingga menghadirkan perasaan berarti sebagai individu dan pernah menjadi individu yang berarti bagi orang lain (Rahayuni, Utami, & Swedarma, 2015). Dalam kegiatan terapi ini, terapis memfasilitasi lansia untuk mengumpulkan kembali memori masa lalu yang menyenangkan sejak masa anak, remaja dan dewasa serta hubungan klien dengan keluarga, kemudian dilakukan sharing dengan orang lain (Syarniah, 2010). Metode yang dilakukan bisa bervariasi, misalnya menggunakan gambar maupun internet video streaming yang menggambarkan situasi pada masa lalu yang menarik dan ditampilkan melalui komputer dan LCD proyektor. Dapat pula aktivitas reminiscence dilakukan dengan menyanyi lagu-lagu kenangan masa lalu yang video dan liriknya banyak terdapat di internet (Soetjningsih, Samiyono, Susanto, & Pranandana, 2019). Sebagai dasar pelayanan kesehatan lansia yaitu diharapkan lansia yang sehat agar tetap sehat dengan mengoptimalkan fungsi fisik, mental, kognitif dan spiritual, melalui upaya promotif dan preventif, termasuk kegiatan pemberdayaan lansia. Lansia yang sakit diharapkan dapat meningkat status kesehatannya dan optimal kualitas hidupnya sehingga lansia dapat sehat kembali (Kemenkes RI, 2019). Tujuan penelitian ini mengenai pemberian terapi *reminiscence* sebagai upaya meningkatkan memori pada lansia dengan demensia.

METODE

Subjek pada penelitian ini adalah 20 lansia di Griya Lansia Wajak Malang dengan kriteria inklusi lanjut usia (old) antara usia 75-90 tahun, bersedia berpartisipasi dalam penelitian, dengan demensia sinilis. Sedangkan untuk kriteria eksklusi yaitu mengalami gangguan mental. Penilaian tingkat demensia diukur menggunakan instrumen pengkajian khusus yaitu Mini Mental State Examination (MMSE) Uji validitas MMSE didapatkan nilai $r: 0.776$ dan uji reabilitas didapatkan nilai $r: 0,827$ sehingga dinyatakan kuesioner MMSE valid dan reabel untuk digunakan. Peserta yang ditugaskan ke kelompok perlakuan dibagi menjadi empat kelompok yang lebih kecil, dengan mempertimbangkan karakteristik kognitif lansia, karena ketika mengimplementasikan terapi pada lansia dengan demensia, kelompok tersebut harus lebih kecil. Oleh karena itu, tingkat maksimum yang ditetapkan untuk penelitian ini adalah demensia ringan. Kriteria eksklusi untuk pasien adalah: riwayat stroke bergejala sebelumnya, kondisi medis apa pun yang memengaruhi otak secara signifikan, gejala kejiwaan serius, atau riwayat penyalahgunaan obat. Selain mengumpulkan data sosio-demografis, berbagai tes dan skala diberikan untuk mengambil tindakan sebelum dan sesudah intervensi. Penilaian pretreatment dilakukan dua minggu sebelum dimulainya intervensi, dan penilaian pasca dilakukan segera setelah intervensi.

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi lansia (Pre Test) yang mengalami resiko penurunan memori dilakukan oleh Tim peneliti berkerjasama dengan perawat Griya Lansia, menggunakan Format MMSE (Mini Mental State Examination).

- b. Lansia yang memenuhi kriteria inklusi, diberi penjelasan tentang latar belakang, maksud dan tujuan penelitian, kemudian diminta persetujuannya untuk menjadi responden dengan menandatangani informed consent.
- c. Melaksanakan intervensi *Reminiscence Therapy* setiap pertemuan dengan waktu 60 menit, setiap responden dapat melaksanakan 1x sesi.
- d. Memberikan penjelasan tentang *Reminiscence Therapy* yang harus dijalani selama mengikuti penelitian.
- e. Intervensi *Reminiscence Therapy* dilakukan 4 kali perlakuan dengan waktu dua kali dalam seminggu selama 4 minggu.
- f. Untuk penilaian Peningkatan kognitif (Post Test) menggunakan Format MMSE sama dengan waktu melakukan Pre Test dilakukan pada minggu ke 2 setelah masing-masing responden mengikuti 4 kali *Reminiscence Therapy*.

HASIL

Tabel 1.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, dan pendidikan lansia (n=20)

Klasifikasi Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	7	35,0
Perempuan	13	65,0
Total	20	100
Usia		
75-90 Th	20	100,0
Total	20	100
Pendidikan		
Tidak Sekolah	2	10,0
SD	11	55,0
SMP	4	20,0
SMA	3	15,0

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa karakteristik responden sebagaimana berjenis kelamin perempuan berjumlah 13 orang (65%), usia 75-90 th berjumlah 20 orang (100,0%), dan setengah lebih dari responden berpendidikan SD sebanyak 11 orang (55,0%), tidak berpendidikan sebanyak 2 orang (10,0%), pendidikan SMP sebanyak 4 orang (20,0%), dan pendidikan SMA sebanyak 3 orang (15,0%)

Tabel 2.

Distribusi Responden berdasarkan pemeriksaan MMSE Pre-test dan Post-test (n=20)

Pre-test		
Karakteristik	f	%
Normal	0	0
Ringan	14	70,0
sedang	6	30,0
Post-test		
Normal	17	85,0
Ringan	3	15,0

Tabel 2 di atas, menunjukkan distribusi responden didapatkan hasil pemeriksaan MMSE pasien setelah diberikan terapi *Reminiscence Therapy* terdiri dari 17 orang memiliki tingkat kognitif normal, 3 orang memiliki tingkat kognitif ringan. Berdasarkan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan fungsi kognitif antara sebelum dan setelah diberikan

intervensi *Reminiscence Therapy*. Hasil penelitian yang diperoleh melalui uji statistic Wilcoxon Test pada kelompok intervensi didapat nilai *P value* tingkat kognitif $p= 0,000 < \alpha = 0,05$ yang berarti ada perbedaan antara nilai skor tingkat kognitif pre-test dengan post-test ($H_0 =$ diterima).

Tabel 3.
Pre- Post Test MMSE dengan uji Statistic Wilcoxon Test (n=20)

	f	Nilai	Pre-test	Post-test	P Value
Kelompok Intervensi	20	Mean	10,50	210,00	0,000

Tabel 3 Kognitif pada lansia di Griya Lansia Wajak menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *reminiscence therapy* berpengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lanjut usia. Dengan nilai pemeriksaan MMSE $p= 0,000$ ($\alpha= 0,05$)

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa lansia yang berada di Griya Lansia Wajak Malang sebagian besar berada di kategori lanjut usia tua (75-90) tahun sebanyak 20 (100%). Masa lansia dianggap sebagai masa bonus/perpanjangan usia dan diharapkan lansia dapat menikmati *honeymoon phase* atau kesenangan karena telah terbebas dari rutinitas pekerjaan sepanjang hidupnya (Muhith & Siyoto, 2016). Proses menua akan menyebabkan perubahan komposisi di system persyarafan khususnya di otak, dimana terjadi degenerasi neuron dan oligodendrosit yang pada akhirnya menyebabkan penurunan kognitif pada lansia (Tabloski, 2014).

Hasil penelitian ini menunjukkan jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 (65 %). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian tentang faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif lansia di Indonesia bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan fungsi kognitif (nilai $p= 0,002$) dengan jumlah lansia perempuan sebanyak 65,7 % (Hanjani et al., 2021). Analisis empiris menunjukkan bahwa fungsi kognitif perempuan yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat disebabkan durasi pendidikan formal yang lebih pendek dan proporsi yang lebih besar dengan pekerjaan terlama mereka sebagai pekerja rumah tangga menyebabkan penurunan kognitif yang lebih tajam. Selain itu faktor efek apolipoprotein E4 genotipe dan hormon gonad dapat menyebabkan perbedaan jenis kelamin dalam kesehatan terutama gangguan kognitif. Faktor risiko perilaku seperti perempuan memiliki stress psikologis dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki menyebabkan wanita memiliki gangguan fungsi kognitif lebih besar dibandingkan laki-laki (Okamoto et al., 2021). Penelitian tentang penggunaan Geriatric Depression Scale Short Form (GDS-SF) untuk mengkaji depresi pada lansia didapatkan hasil mayoritas lansia jenis kelamin perempuan sebesar 58 (69,0%) dan mengalami depresi sebanyak 11,9% dengan karakteristik tidak punya harapan, ada masalah dengan daya ingat, dan tidak memiliki semangat (Novitasari & Awaludin, 2020). Lansia yang mengalami demensia atau kehilangan daya ingat dan kebingungan, akan mengalami kesulitan untuk mengerti apa yang dikatakan orang lain atau untuk mengatakan apa yang lansia pikirkan dan inginkan, sehingga diperlukan berbagai cara untuk berkomunikasi. Lansia yang mengalami demensia sering terjadi penurunan kemampuan pengertian bahasa adalah ketidakmampuan seseorang untuk melakukan komunikasi linguistik kepada orang lain, dimana komunikasi linguistik seperti verbal dan nonverbal (Larner, 2020).

Faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif lansia adalah usia, kemampuan regenerasi otak, vaskularisasi yang tidak memadai ke otak dan hormon yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup, status fungsional yang tidak optimal dan mempengaruhi perasaan bahagia dan kreatif (Farhud et al., 2014). Menurunnya fungsi kognitif memberikan dampak negatif terhadap lansia, begitu pula perawat sebagai tenaga Kesehatan pekerja dapat menggunakan metode

terapi untuk mengurangi gangguan fungsi kognitif pada lansia. Satu Metode terapi yang dapat digunakan adalah terapi memori (*reminiscence Therapy*). Secara teori pemberian terapi modalitas pada lanjut usia dapat berguna untuk mencegah terjadinya masalah pada psikologis dan mental lanjut usia yaitu salah satunya pada fungsi memori. Salah satu terapi modalitas dimana terapi ini dapat mencegah terjadinya perubahan fungsi memori yang berarti dapat meningkatkan fungsi memori pada lanjut usia dengan menceritakan masalah hidupnya yaitu dengan *Reminiscence Therapy*. *Reminiscence Therapy* diperkenalkan pertama kali oleh Robert Butler pada tahun 1960, yang menekankan pentingnya bagi individu yang sudah memasuki usia tua untuk mencapai rasa integritas diri dengan melihat kembali kehidupan mereka dan mengumpulkan perasaan, tujuan serta makna hidup. *Reminiscence Therapy* adalah suatu terapi yang dilakukan pada lansia secara berkelompok atau individu dengan cara memotivasi lansia untuk mengingat kembali kejadian dan pengalaman masa lalu serta kemampuan penyesuaian masalahnya kemudian disampaikan dengan keluarga dan teman kelompok (Latha K, 2014). *Reminiscence Therapy* yang bersifat fleksibel dengan tetap memperhatikan tujuan untuk peningkatan *successful aging* lansia dapat dilakukan dengan menggunakan protokol kegiatan sesuai dengan budaya yang ada di Indonesia. Melalui keragaman budaya lokal, *Reminiscence Therapy* dapat dirancang sebagai aktivitas yang menyenangkan bagi lansia di Indonesia. Pada penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan media wayang orang dengan tokoh – tokoh yang mudah di kenali oleh lansia di Griya Lansia Wajak yang hampir 100% adalah suku Jawa yang sangat kental dengan tokoh – tokoh pewayangan. Dengan mengenang (*reminiscing*) budaya lokal di masa lalu membuat partisipan lebih terlibat dan menjadi lebih efektif. Haight dan Burnside (Stinson, 2009) menekankan bahwa terapi *reminiscence* memiliki tiga karakteristik yaitu: (1) ulasan hidup, yang meliputi spontanitas; (2) fokus pada ingatan yang menyenangkan; dan (3) proses kelompok.

Peneliti menerapkan program berdasarkan penelitian sebelumnya (Meléndez et al., 2013). Kami menggunakan beberapa strategi, aktivitas, dan dinamika yang telah digunakan peneliti di masa lalu untuk melakukan intervensi kenang-kenangan. Sesi-sesi tersebut disesuaikan dengan karakteristik kognitif dan personal lansia, dan semuanya dilakukan secara berkelompok. Program yang dipimpin oleh peneliti ini terdiri dari sepuluh sesi mingguan yang masing-masing berlangsung selama 60 menit; di setiap sesi, semua tahapan kehidupan (masa kecil, remaja, dewasa, dan usia tua saat ini) dikerjakan dengan menggunakan topik yang berbeda. Semua sesi memiliki struktur yang sama: di awal, anggota kelompok disambut, dan lansia diberi tahu topik apa yang akan dibahas. Setelah itu, dua aktivitas dilakukan dengan menggunakan elisator tertentu (tokoh pewayangan) untuk membangkitkan ingatan mereka dan ucapan serta kutipan yang terkait dengan topik sesi. Dalam kedua kasus tersebut, partisipan melakukan latihan asosiasi bebas yang terdiri dari mengucapkan atau menulis kata atau ekspresi pertama yang dipicu oleh stimulus; kemudian pertanyaan terbuka dirumuskan untuk memfasilitasi datangnya ingatan pribadi yang positif. Sesi kedua bertujuan untuk mendorong percakapan, memunculkan perasaan dan emosi, serta mengurangi penggunaan pikiran dan ingatan negatif yang maladaptif, dengan topik utama sesi ini adalah tempat dan hal-hal dari masa lalu dan keseharian yang jauh.

Sesi ketiga bertujuan untuk mempromosikan aspek-aspek positif dari diri, meninggalkan menyalahkan diri sendiri, dan mengkritik diri sendiri; sesi ini terutama membahas peran orang yang berbeda sepanjang rentang kehidupan, dan tanggung jawab utama, tuntutan, dan kebutuhan hidup sehari-hari pada berbagai tahap. Sesi keempat bekerja pada hubungan antarpribadi yang dibangun sepanjang hidup, kepentingan yang melekat padanya di masa lalu, dan kepentingan yang diberikan sekarang. Sesi kelima bertujuan untuk mempromosikan sikap positif terhadap diri sendiri, mengenali dan menerima banyak aspek diri, termasuk aspek negatif dan positif, dan mengembangkan perasaan positif tentang apa yang telah dijalani. Sesi keenam

dirancang untuk mengingat perubahan gaya hidup, untuk mengembangkan simposium di mana peserta berbagi pengalaman mereka, mempromosikan ikatan sosial, melakukan perjalanan melalui sejarah, dan mencatat kemajuan yang terjadi di berbagai tingkatan. Pada sesi ketujuh, target utamanya adalah ingatan otobiografi tentang peristiwa penting dalam hidup. Peristiwa ini merupakan sarana untuk mengidentifikasi perasaan baik dari masa lalu dan mengarahkan mereka ke kehidupan modern, mempromosikan otonomi dan identitas pribadi. Tujuan dari sesi kedelapan adalah membangkitkan emosi dan perasaan positif, memperkuat ikatan social yang ada melalui narasi tradisi, dan berbagi pengalaman dan pembelajaran dengan mempromosikan identitas pribadi dan sosial setiap orang. Tujuan sesi kesembilan adalah memanfaatkan permainan tradisional sebagai wahana mengingat peristiwa dan emosi positif masa lalu, serta meningkatkan harga diri. Pada sesi terakhir, tujuannya adalah untuk memanfaatkan music gamelan dan tokoh pewayangan

Pemberian *Reminiscence Therapy* dilakukan secara individu dengan cara memotivasi lansia untuk mengingat kembali kejadian dan pengalaman masa lalu. Tujuan dari pemberian terapi ini adalah untuk meningkatkan sosialisasi dan hubungan dengan orang lain, meningkatkan fungsi memory, dan kemampuan berkomunikasi. Dalam pemberian terapi ini akan membuat lansia mengingat kejadian masa lalu (recall) dari merecall bagain otak yaitu hipokampus akan bekerja. Hipokampus berperan penting dalam fungsi memori yaitu untuk memproses informasi, kemudian dari hipokampus akan mengaktifkan neurotransmitter asetilkolin yang akan ditransmisikan impulsnya sehingga fungsi memori tersalurkan dan dapat meningkatkan fungsi kognitif. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pemberian *Reminiscence Therapy* dapat meningkatkan gangguan fungsi memori pada lansia. Sehingga asumsi peneliti tentang pemberian *Reminiscence Therapy* berpengaruh pada peningkatan fungsi memori pada lansia

SIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan distribusi usia responden semua berada pada usia 75-90 tahun yaitu sebanyak 20 orang (100%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 13 orang (65%) dengan mayoritas memiliki tingkat pendidikan SD sederajat sebanyak 11 orang (55 %). Fungsi kognitif sebelum diberikan perlakuan *reminiscence therapy* pada subjek penelitian semua berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 14 orang (70%). Fungsi kognitif setelah diberikan perlakuan *reminiscence therapy* pada subjek penelitian sebagian besar berada pada kategori fungsi kognitif normal yaitu sebanyak 17 orang (85%). Hasil analisis menunjukkan nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), terdapat perbedaan fungsi kognitif yang bermakna sebelum dan setelah perlakuan pemberian *Reminiscence Therapy* pada kelompok intervensi di Griya Lansia Wajak Malang . Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan gerontik khususnya tentang pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap peningkatan memori pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Farhud, D. D., Malmir, M., & Khanahmadi, M. (2014). Happiness & health: The biological factors-systematic review article. *Iranian Journal of Public Health*, 43(11), 1468–1477
- Gaggioli A., Scaratti, C., Morganti, L., Stramba-Badiale, M., Agostoni, M., Spatola, C. A. M., Molinari, E., Cipresso, P., & Riva, G. (2014). Effectiveness of group reminiscence for improving wellbeing of institutionalized elderly adults: Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 15(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/1745-6215-15-408/FIGURES/1>

- Farhud, D. D., Malmir, M., & Khanahmadi, M. (2014). Happiness & health: The biological factors-systematic review article. *Iranian Journal of Public Health*, 43(11), 1468–1477
- Handayani (2013), pesantren lansia sebagai upaya meminimalkan risiko penurunan fungsi kognitif pada lansia di Balai Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Unit II Pucang Gading Semarang', *Jurnal Keperawatan Komunitas*, vol 1, no. 1.
- Hanjani, R., Putri, N. R. I. A., & Novitasari, D. (2021). Factors Influencing Elderly People With Cognitive Impairment. *Advances in Health Sciences Research: Proceedings of the International Conference on Health and Medical Sciences (AHMS 2020)*, 34(1), 100–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210127.022>
- Iwan Susanto, T., Hari Soetjningsih, C., Samiyono, D., Psikologi, F., Kristen Satya Wacana, U., & Teologia, F. (2020). Terapi Reminiscence: Memberdayakan Lansia untuk Mencapai Successful Aging. *Buletin Psikologi*, 28(1), 72–84. https://doi.org/10.22146/BULETIN_PSIKOLOGI.49339
- Kemendes RI. (2019). Indonesia Masuki Periode Aging Population (diakses dari: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20190704/4530734/indonesiamasuki-periode-aging-population/>). (diakses pada tanggal 22 April 2021)
- Larner, A. J. (2020). *Manual of screeners for dementia: pragmatic test accuracy studies*. Springer Nature Switzerland AG. <https://doi.org/030-41636-2> (eBook) <https://doi.org/10.1007/978-3-030-41636-2>
- Latha K. (2014). Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Reminiscence Therapy An Overview*, 18–22
- Meiner, Sue E., dan Annette G. Lueckenotte. (2006). *Gerontologic Nursing* (3th ed.). Philadelphia: Mosby Elsevier
- Meléndez, J. C., Charco, L., Mayordomo, T. and Sales, A. (2013). Effects of a reminiscence program among institutionalized elderly adults. *Psicothema*, 25, 319–323.
- Meléndez, J. C., Tomás, J. M. and Navarro, E. (2011). Everyday life activities and well-being: their relationships with age and gender in the elderly. *Anales de Psicología*, 27, 164–169.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. Penerbit Andi.
- Novitasari, D., & Awaludin, S. (2020). Geriatric Depression Scale Short Form (GDS-SF) to assess depression in elderly with hypertension. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 101–106. <https://doi.org/10.30604/jika.v5i2.276>
- Okamoto, S., Kobayashi, E., Murayama, H., Liang, J., Fukaya, T., & Shinkai, S. (2021). Decomposition of gender differences in cognitive functioning: National Survey of the Japanese elderly. *BMC Geriatrics*, 21(1), 1–13.
- Pragholapati, A., Ardiana, F., & Nurlianawati, L. (2021). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Mutiara Ners*, 4(1), 14–23. <https://doi.org/10.51544/JMN.V4I1.1269>

- Rahayuni, N. P., Utami, P. A., & Swedarma, K. E. (2015). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Stres Lansia Di Banjar Luwus Baturiti Tabanan Bali. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, Volume 2 - Nomor 2, 130-138
- R.Roberts , DS Knopman. Klasifikasi dan epidemiologi MCI Clin Geriatr Med , 29 (2013) , hal.753 - 772
- Santrock, JW (2006).Perkembangan masa hidup. Jakarta.Erlangga
- Soetjningsih, C. H., Samiyono, D., Susanto, T. I., Pranandana, W. (2019). Model pemberdayaan lansia mencapai successful aging. Salatiga: SWCU Press
- Stinson, C., & Long, E. M. (2014). Reminiscence: Improving the quality of life for older adults. *Geriatric Nursing* 35, 399-404
- Sutarmi, S. (Sutarmi), Setyowati, T. (Tutik), & Astuti, Y. (Yuni). (2016). Pengaruh Latihan Kegel Terhadap Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Margo Mukti Rembang. *Jurnal Riset Kesehatan*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.31983/JRK.V5I1.246>
- Syarniah. (2010). Pengaruh Terapi Kelompok Reminiscence Terhadap Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Tabloski, P. A. (2014). *Gerontological nursing*. Pearson Education, Inc
- Voa News. (2012). Demensia Bisa Meningkatkan Tiga Kali Lipat Tahun 2050. Voa News. https://www.voaindonesia.com/a/demensia_bisa_meningkat_tiga_kali_lipat_tahun_2050/178842.html
- WHO. (2016). International EMF Project - Progress reports - June 2015-2016. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/m/item/international-emf-project-progress-report-2015-2016>
- Wilkinson, J. M., & Ahern, N. R. (2009). *Prentice Hall nursing diagnosis handbook with NIC interventions and NOC outcomes*. (S. K. wahyuningsih, Ns. esty, s, Kep & Widiarti, Ns. Dwi (ed.); 9th ed.). Pearson Prentice Hall. <https://books.google.com/books?id=X1hOAQAIAAJ&pgis=1>

