



PENGARUH TERAPI REMINISCENCE TERHADAP FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI DESA JANGGLENGAN KABUPATEN SUKOHARJO

Irma Alfiyanti¹, Ika Silvitasari²

^{1,2} Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah
Surakarta

Email Korespondensi: irmaalfiyanti2807@gmail.com

ABSTRAK

Usia lansia semakin bertambah akan mengalami banyak penurunan salah satunya adalah penurunan kemampuan kognitif. Penurunan kemampuan kognitif akan berdampak pada fokus, perhitungan, pengambilan keputusan, masalah yang terjadi tidak dapat selesai, aktivitas hariannya mulai terganggu. Salah satu terapi yang dapat meningkatkan kemampuan kognitif adalah terapi reminiscence. Tujuan : Mengetahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo. Metode : Desain penelitian ini yaitu *Quasi Eksperiment Design* dengan rancangan *One Group Pre-test – Post-test Design*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *Non Probability Sampling* dengan jumlah sampel 20 responden. Penurunan fungsi kognitif diukur menggunakan kuisioner *Mini-Mental State Examination* (MMSE). Hasil : Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi *reminiscence* dari 20 responden, sebagian besar mengalami gangguan fungsi kognitif ringan sebanyak 11 responden (55%) dan setelah diberikan terapi *reminiscence* dari 20 responden sebagian besar mengalami gangguan fungsi kognitif normal sebanyak 12 responden (60%). Kesimpulan : Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo.

Kata Kunci : *Terapi Reminiscence, Fungsi Kognitif, Lansia*

ABSTRACT

The age of the elderly is increasing, they will experience many declines, one of which is a decrease in cognitive abilities. Decreased cognitive ability will have an impact on focus, calculation, decision making, problems that occur cannot be resolved, daily activities begin to be disrupted. One of the therapies that can improve cognitive abilities is reminiscence therapy. Objective: To determine the effect of reminiscence therapy on the cognitive function of the elderly in Jangglengan Village, Sukoharjo Regency. Methods: The design of this research is Quasi Experiment Design with One Group Pre-test – Post-test Design. The sample in this study used Non Probability Sampling with a total sample of 20 respondents. Decreased cognitive function was measured using the Mini-Mental State Examination (MMSE) questionnaire. Results: The results showed that before being given reminiscence therapy from 20 respondents, most of them experienced mild cognitive function disorders as many as 11 respondents (55%) and after being given reminiscence therapy from 20 respondents most of them experienced

normal cognitive function disorders as many as 12 respondents (60%). Conclusion: The conclusion from this study is that there is an effect of reminiscence therapy on the cognitive function of the elderly in Jangglengan Village, Sukoharjo Regency.

Keywords: *Reminiscence Therapy, Cognitive Function, Elderly*

PENDAHULUAN

Proses pertumbuhan dan perkembangan manusia dimulai dari bayi, anak-anak, dewasa dan menjadi tua. Hal ini sangat normal, terjadinya perubahan fisik dan tingkah laku yang biasanya pada semua orang saat mencapai tahap usia perkembangan kronologis tertentu (Pragholapati et al., 2021). Lansia banyak mengalami perubahan seperti perubahan fisik, perubahan spiritual, perubahan psikososial, perubahan kepribadian seseorang dan perubahan fungsi kognitif (Eka et al., 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) di kawasan Asia Tenggara tahun 2020 jumlah lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi (Kemenkes RI, 2020). Badan Pusat Statistik merilis jumlah data lansia di Indonesia pada tahun 2022 menjadi 31.320.066 jiwa (Kemenkes RI, 2022).

Pada tahun 2020 jumlah lansia mencapai 4,46 juta jiwa atau 12,22% dari seluruh penduduk Provinsi Jawa Tengah kemudian naik menjadi 4,67 juta jiwa atau sebesar 12,71% pada tahun 2021. Presentase penduduk lansia terhadap total penduduk di Provinsi Jawa Tengah terus mengalami peningkatan yaitu 12,22% pada tahun 2021 menjadi 12,71% pada tahun 2022 (Kemenkes RI, 2022). Data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah menyatakan jumlah lansia di Kabupaten Sukoharjo tahun 2021 usia 60-64 tahun sebanyak 42.481 jiwa, usia 65-69 tahun sebanyak 32.865 jiwa, usia 70-74 tahun sebanyak 21.609 jiwa dan 75 tahun keatas sebanyak 23.610 jiwa totalnya mencapai 120.565 jiwa. Berdasarkan data, Kabupaten Sukoharjo menduduki urutan ke-22 jumlah lansia terbanyak dari 35 Kabupaten di Jawa Tengah (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) mencatat penurunan fungsi kognitif lansia diperkirakan mencapai 121 juta manusia, dari jumlah itu 5,8% laki-laki dan 9,5% perempuan. Pada lansia sering terjadi mudah lupa dengan prevalensi 30% gangguan daya ingat terjadi pada usia 50-59 tahun, 35%-39% terjadi pada usia diatas 65 tahun dan 85% terjadi pada usia diatas 80 tahun. Kondisi ini dinamakan Demensia yaitu gangguan kognitif terutama memori disertai dengan gangguan lain misalnya gangguan bahasa sehingga mengganggu fungsi sosialnya. Di Indonesia pada tahun 2022 tercatat 606 ribu kasus demensia dengan angka kejadian baru mencapai 191 ribu kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah penurunan fungsi kognitif dengan terapi kolaboratif farmakologi obat-obatan yaitu donezepil, galatamine, rivastigmine namun terjadi efek samping, sedangkan terapi nonfarmakologi yaitu terapi reminiscence, terapi *brain gym*, terapi puzzle (Juniarni & Haerunnisa, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Ikhsan (2021) terapi reminiscence cocok untuk diterapkan pada lansia dan lebih efektif karena terapi ini merupakan terapi yang sangat mudah untuk dilakukan dengan cara berbagi pengalaman yang menyenangkan dimasa lalu. Terapi ini dapat dilakukan baik secara terstruktur maupun tidak terstruktur dalam lingkungan sehari-hari lansia. Terapi reminiscence dilakukan individu untuk memotivasi, memberikan rasa nyaman, mengingat masa lalu yang indah dan menyenangkan serta kemampuan penyelesaian masalahnya yang disampaikan pada keluarga, teman, kelompok atau staf (Mukhsin et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Nur & Kurniawaty (2019) dengan 36 responden sebelum diberikan terapi reminiscence pada lansia termasuk dalam gangguan kognitif ringan sebanyak 16 orang dengan nilai kognitif 18-23, setelah diberikan terapi reminiscence responden mengalami peningkatan fungsi kognitif normal dengan nilai 24-30 yaitu sebanyak 20 responden

dengan $p \text{ value} = 0,002 < \alpha = 0,05$ yang berarti adanya pengaruh yang signifikan terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia. Penelitian yang dilakukan (Kuswati, 2020) dengan 48 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 24 responden sebagai kelompok perlakuan dan 24 responden sebagai kelompok kontrol dengan hasil pada kelompok perlakuan sebelum diberikan terapi reminiscence mempunyai nilai rata-rata 4,792 dan sesudah perlakuan mengalami kenaikan menjadi 9,208 dengan $p = 0,000 (< \alpha = 0,005)$ yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Jumlah lansia Kabupaten Sukoharjo terbanyak ke-3 sekaresidenan Surakarta, Lansia di Kecamatan Nguter terbanyak ke-6 sekabupaten Sukoharjo. Dari beberapa Desa di Kecamatan Nguter, Desa Jangglengan lansia terbanyak ke-4. Berdasarkan hasil studi pendahuluan data yang didapatkan dari kelurahan, lansia di Desa Jangglengan dengan jumlah 430 lansia yang berusia lebih dari 60 tahun, melalui kuisioner MMSE dengan 10 responden lansia 1 laki-laki dan 9 perempuan didapatkan hasil 3 responden termasuk kategori normal dengan nilai 24-30, terdapat 4 responden termasuk gangguan fungsi kognitif ringan dengan nilai 18-23 dan 3 responden termasuk gangguan fungsi kognitif sedang dengan nilai 10-17. Dari 7 lansia, 4 lansia menyadari bahwa semakin bertambahnya usia lansia semakin mudah melupakan sesuatu seperti lupa menaruh barang. Dari 7 lansia yang mengalami gangguan kognitif menyampaikan bahwa belum pernah ada yang melakukan segala jenis terapi dan Desa Jangglengan adalah Desa yang jauh dari pelayanan kesehatan. Maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi *Reminscence* terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang pengolahan datanya dilakukan secara statistic dengan cara membandingkan atau mencari perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Desain penelitian ini yaitu *Quasi Eksperiment Design* dengan rancangan *One Group Pre-test – Post-test Design*. Pada penelitian ini akan dilakukan dengan cara memberikan tes awal kemudian setelah diberikan perlakuan dilakukan tes akhir untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang telah diberikan. Lokasi yang akan digunakan untuk penelitian oleh peneliti adalah Desa Jangglengan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2023 sampai selesai. Populasi Desa Jangglengan lansia yang berusia lebih dari 60 tahun dengan jumlah 430 lansia. Peneliti menetapkan jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 20 responden. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini dilakukan dengan jumlah responden sebanyak 20 responden. Dari 430 lansia peneliti memilih 22 responden lansia dan yang dianalisis 20 responden melalui *door to door* sesuai dengan kriteria inklusi dan eklusi, setelah mendapatkan 20 responden maka peneliti tidak melanjutkan untuk memilih responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan juli 2023 dengan hasil sebagai berikut :

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Kemampuan Kognitif Lansia Di Desa Jangglengan Sebelum Dilakukan Terapi Reminiscence Pada Bulan Juli 2023

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Normal	0	0%
2	Ringan	11	55%
3	Sedang	9	45%
4	Berat	0	0%
Total		20	100%

Pada tabe. 1 menunjukkan hasil frekuensi gangguan kognitif pada lansia sebelum dilakukan terapi reminiscence dengan jumlh 20 responden dengan kategori ringan yang memiliki frekuensi terbanyak yaitu 11 responden dengan presentase (55%) dan kategori sedang memiliki frekuensi paling sedikit yaitu 9 responden dengan presentase (45%).

Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Kemampuan Kognitif Lansia Di Desa Jangglengan Sesudah Dilakukan Terapi Reminiscence Pada Bulan Juli 2023

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Normal	12	60%
2	Ringan	5	25%
3	Sedang	3	15%
4	Berat	0	0%
Total		20	100%

Pada tabel. 2 menunjukkan hasil frekuensi gangguan kognitif pada lansia sesudah dilakukan terapi reminiscence jumlah 20 responden dengan kategori normal yang memiliki frekuensi terbanyak yaitu 12 responden dengan presentase (60%) dan kategori sedang memiliki frekuensi paling sedikit yaitu 3 responden dengan presentase (15%).

Analisis Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo. Menganalisis perbedaan kemampuan fungsi kognitif lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo.

Uji Normalitas Data

Sebelum dilakukan analisa data untuk mengetahui perbedan kemampuan kognitif lansia sebelum dan sesudah pemberian terapi reminiscence di Desa Jangglengan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* sebagai berikut:

Tabel. 3 Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Variabel	Statistik	P Value	Keterangan
Sebelum dilakukan terapi <i>reminiscence</i>	0,936	0,202	Normal
Sesudah dilakukan terapi <i>Reminiscence</i>	0,940	0,241	Normal

Berdasarkan tabel. 3 hasil uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan sebelum diberikan terapi reminiscence diperoleh p value 0,202 dan sesudah diberikan terapi reminiscence diperoleh p value 0,241 karena $p > 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa kemampuan kognitif sebelum dan sesudah diberikan terapi reminiscence berdistribusi normal.

Analisis Data

Tabel. 4 Hasil Uji Paired Samples T-Test Perbedaan Kemampuan Kognitif Lansia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Reminiscence Bulan Juli Tahun 2023

	Mean	Std Devition	Std Error Mean	T	Df	Sig (2 - tailed)	
Pretest	-5.650	3.313	741	-	7.627	19	0.000
Posttest							

Tabel. 4 menunjukkan bahwa fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan terapi reminiscence, berdasarkan hasil uji Paired Samples T-Test didapatkan p value = 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif pada lansia.

PEMBAHASAN

Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo

Sebelum Dilakukan Terapi Reminiscence

Hasil penelitian menunjukkan dari 20 responden di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo, frekuensi tertinggi lansia gangguan kognitif ringan yaitu 11 responden dengan presentase (55%) dan kategori sedang memiliki frekuensi terendah yaitu 9 responden dengan presentase (45%). Hal ini menunjukkan sebelum dilakukan terapi reminiscence lansia di Desa Jangglengan mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Perubahan fungsi kognitif pada lansia mempunyai banyak faktor yang mempengaruhi penurunan fungsi kognitif adalah usia, jenis kelamin, genetik, aktivitas fisik, interaksi sosial. Penurunan fungsi kognitif terjadi sesuai dengan pertambahan usia, perempuan beresiko lebih tinggi mempunyai penyakit hipertensi, DM, obesitas, dan gangguan nutrisi, genetik alzheimer, tingkat aktivitas fisik yang kurang dan interaksi sosial yang kurang dari pada laki-laki (Fazriana, 2020). Lansia pada penelitian ini berusia 60-95 tahun. Sejalan dengan bertambahnya usia fungsi organ tubuh mengalami penurunan terutama pada otak yang menyebabkan lansia mengalami penurunan memori maka semakin tinggi usia seseorang maka lebih cepat mengalami gangguan fungsi kognitif (Sigalingging, 2020).

Hasil penelitian ini sesuai dengan Yudhana (2019) menyatakan bahwa seiring dengan bertambahnya usia, akan diiringi pula kemunduran fungsi kognitif pada setiap orang. Pada fungsi kognitif terjadi penurunan kemampuan fungsi intelektual, berkurangnya kemampuan transmisi saraf di otak yang menyebabkan proses informasi menjadi lambat, banyak informasi yang hilang selama transmisi, berkurangnya kemampuan mengakumulasi informasi baru dan mengambil informasi dari memori. Hal ini dapat diketahui dari berbagai hasil penelitian menunjukkan skor kurang dari cut off skrining sebesar 16% pada golongan umur 65-69, 21% pada 70-74, 30% pada 75-79, dan 44% pada 80 lebih. Bertambahnya usia akan terjadi penurunan fungsi otak, yang menyebabkan lansia mengalami penurunan berat otak sekitar 10-20% pada umur 30-70 tahun.

Hal ini sejalan dengan penelitian Finatunni & Nurhidayati (2020) menyatakan bahwa proses penuaan pada lansia menyebabkan terjadinya perubahan anatomi dan biokimiawi di susunan saraf pusat yaitu berat otak akan menurun sebanyak 10% pada penuaan antara usia 30-70 tahun dan meningkat dua kali lipat setiap 5 tahun mencapai 45% pada usia diatas 85 tahun. Hasil penelitian Yunita & Siregar (2021) mengatakan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yaitu dengan terapi reminiscence. Terapi reminiscence akan memicu impuls pada memori.

Sesudah Dilakukan Terapi Reminiscence

Hasil penelitian menunjukkan 20 responden di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo,

frekuensi tertinggi lansia gangguan kognitif normal yaitu 12 responden dengan presentase (60%) dan kategori sedang memiliki frekuensi terendah yaitu 3 responden dengan presentase (15%), hal ini menunjukkan sesudah dilakukan terapi *reminiscence* lansia di Desa Jangglengan mengalami gangguan fungsi kognitif normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yunita & Siregar (2021) dengan rata-rata fungsi kognitif pada usia lanjut (Lansia) sebelum dilakukan terapi *reminiscence* di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tengah adalah 21.70. Rata-rata fungsi kognitif pada usia lanjut (Lansia) setelah dilakukan terapi *reminiscence* di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tengah adalah 26.80. Kuswati (2020) menyatakan terjadi perbedaan yang signifikan dari tingkat kognitif lansia diduga karena adanya intervensi berupa terapi *reminiscence* yang sudah diberikan. *Reminiscence cognitive 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. Terapi *reminiscence* memberikan impuls pada memori. Memori adalah proses penyimpanan impuls sensorik penting untuk dipakai pada masa yang akan datang sebagai pengatur aktivitas motorik dan pengolahan berpikir. Sebagian besar penyimpanan ini terjadi dalam korteks serebri. Korteks yang mempunyai sel otak lebih dari 10 milyar sel berhubungan dengan sel-sel lain di daerah otak. Tiap sel otak mempunyai hubungan dengan 4000- 10.000 sel otak lainnya dan berhubungan melalui impuls listrik dan zat kimia yang disebut zat penghantar rangsang atau neurotransmitter (Sumartono, 2019). Hal tersebut diperkuat dengan penelitian Kayang (2019) didapatkan hasil nilai *p value* $0,002 < 0,005$ artinya terapi *reminiscence* dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Emilyani & Dramawan (2019) menyatakan terapi kenangan tidak dipicu oleh kecendrungan patologis seseorang dalam upaya menghindari rasional kehidupan, tetapi lebih fokus pada proses normal yang muncul dari keinginan individu untuk menikmati, tumbuh, mengatasi dan mengubah kehidupannya ke arah positif. Pengalaman hidup yang diceritakan atau diungkapkan seorang individu akan berdampak besar pada kesehatan mental individu, karena dengan mengungkapkan kisah hidupnya akan muncul perasaan lega dan damai. Putra (2021) menyatakan melalui proses mengenang, lanjut usia dapat mempromosikan diri, melestarikan kenangan pribadi maupun kenangan bersama, mengatasi kekurangan materi dan keterbatasan fisik, mengidentifikasi tema universal tentang kehidupan manusia, dan memperkuat mekanisme pertahanan diri. Faktor-faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif adalah usia, jenis kelamin, pekerjaan dan tingkat pendidikan (Zaimurridha, 2021).

Hasil wawancara peneliti pada 20 responden ketika ditanya menyebutkan nama benda, nama tempat dan nama bulan 12 responden dapat menjawab dengan baik dan tepat. Ada beberapa cara untuk mengatasi terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lansia baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Pada penelitian ini menggunakan non farmakologi yaitu terapi *reminiscence* diberikan selama 60 menit 3 kali dalam seminggu.

Analisis Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo.

Berdasarkan data tabel 4 menunjukkan hasil penelitian fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminiscence*, bahwa hasil uji statistik Paired Samples T-Test diperoleh *p value* = 0,000 ($p < 0,005$), hal ini menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada perubahan fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan terapi *reminiscence*. Kesimpulan dari uji statistik ini adalah ada pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo.

Hasil dari penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian Yunita & Siregar (2021) yang dilakukan 3 kali seminggu dengan jumlah responden sebanyak 10 orang di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tengah yang menyatakan terdapat pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia. Berdasarkan uji statistik *Paired Samples T-Test* didapatkan nilai $p = 0,001$, berarti $< 0,05$ (α) sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif pada usia 50-60 Tahun di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tengah.

Hasifah et al (2021) menyatakan terapi *reminiscence* memiliki efek yang signifikan terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia. Penelitian tersebut melibatkan 45 responden melalui *pra-eksperimental (pre-post test design)*. Penelitian Harini (2018) yang berjudul pengaruh *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lansia. Hasil uji statistik didapatkan nilai signifikan $p = 0,023$ ($< 0,05$) artinya ada pengaruh *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Abiansemal. Adanya kesesuaian hasil peneliti, semakin menguatkan bahwa terapi *reminiscence* memang berpengaruh untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia. Terapi *reminiscence* berguna untuk memicu impuls pada memori (penyimpanan impuls sensorik) yang dipakai dimasa akan datang sebagai pengatur aktivitas motorik dan pengolahan berpikir. Sekali memori tersimpan dalam sistem saraf maka memori tersebut akan menjadi bagian mekanisme pengolahannya.

Pada hasil ini ditemukan nilai kemampuan kognitif sebelum melakukan terapi *reminiscence* hampir semua indikator yang didasarkan pada penilaian skala MMSE meliputi pertanyaan orientasi, registrasi, perhatian dan kalkulasi, mengingat dan bahasa berada dibawah fungsi kognitif pada kategori gangguan kognitif ringan dan setelah melakukan terapi *reminiscence* sebanyak 3 kali dalam seminggu terjadi kenaikan yang signifikan menjadi rata-rata fungsi kognitif normal. Artinya terapi *reminiscence* yang dilakukan sebanyak 3 kali sudah mampu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yang sebelumnya berada pada kategori gangguan kognitif ringan, selain untuk mengingat masa lalu juga dapat membantu lansia dalam meningkatkan ingatan pada masa-masa yang disenangani, dengan demikian maka lansia dapat secara langsung mengungkapkan keinginan masa depan yang akan dijalani selanjutnya.

Terapi *reminiscence* pada dasarnya menekankan individu untuk merefleksikan kehidupan mereka kembali atau mengulangi kembali memori masa lalu. Melalui refleksi ini individu untuk menyelesaikan konflik, mengatasi pengalaman masa lalu yang menyakitkan sehingga individu tersebut mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi saat ini. Terapi *reminiscence* sangat membantu untuk pribadi individu dan keterampilan interpersonal bagi penderita *Alzheimer's*. *Reminiscence* melibatkan pertukaran memori antara orang tua dengan orang muda, teman dengan keluarga, *caregivers* dengan profesional, melalui informasi, kebijakan dan keterampilan (Putra, 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat menarik kesimpulan sebagai berikut hasil penelitian menunjukkan dari 20 responden di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo, frekuensi tertinggi lansia gangguan kognitif ringan yaitu 11 responden, hal ini menunjukkan sebelum dilakukan terapi *reminiscence* lansia di Desa Jangglengan mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Hasil penelitian menunjukkan dari 20 responden di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo, frekuensi tertinggi lansia gangguan kognitif normal yaitu 12 responden, hal ini menunjukkan sesudah dilakukan terapi *reminiscence* lansia di Desa Jangglengan mengalami gangguan fungsi kognitif normal. Berdasarkan hasil analisa data yang telah dilakukan menunjukkan hasil penelitian fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminiscence*, bahwa hasil uji statistik *Paired Samples T-Test*

diperoleh p value = 0,000 ($p < 0,005$), hal ini menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada perubahan fungsi kognitif pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan terapi *reminiscence*. Kesimpulan dari uji statistik ini adalah ada pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo. Saran bagi Lansia Di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo berdasarkan hasil penelitian terbukti bahwa terapi *reminiscence* dapat meningkatkan fungsi kognitif, maka diharapkan untuk dapat melakukan terapi *reminiscence* secara teratur sehingga terhindar dari gangguan fungsi kognitif yang lebih berat dan dapat menjalani hari tua dengan rasa aman, nyaman dan menyenangkan tanpa mengalami gangguan kognitif. Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam berkaitan dengan terapi *reminiscence* terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan mengendalikan faktor lain yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif sehingga hasil penelitiannya lebih valid dan mempunyai akurasi yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Mukhsin, L. Lilis, F. M. et al. (2020). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi. *Healthcare Nursing Journal*, 5(3), 132–138. http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/512/1/naspub_mila.pdf
- Ayu, Nur M. S.; Kurniawaty, D. (2019). Analisis Domain Fungsi Kognitif Lansia Dengan Demensia Melalui Reminiscence Therapy Di Panti Werdha Anugerah Tanjungpinang. *Jurnal Keperawatan*, 847–856.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. (2021). Profil lansia Jawa Tengah 2021. *Profil Lansia Provinsi Jawa Tengah 2021*, 1–67.
- Fazriana, E. (2020). Profil Fungsi Kognitif Berdasarkan Karakteristik Lansia Binaan Sahabat Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 21(1), 1–9.
- Finatunni, A. A., & Nurhidayati, T. (2020). Pelaksanaan Senam Otak untuk Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia. *Skripsi*. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5666>
- Harini, G. et al. (2018). Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Fungsi Kognitif Lanjut Usia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 1(2), 1–10.
- Hasifah, Uchira, & A., A. (2021). Efektifitas Terapi Reminiscence Terhadap Kemampuan Daya Ingat Lansia Di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16(2), 73–80. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/download/470/440/1925>
- Ikhsan, H. A. (2021). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Harapan Hidup Lansia. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 5(November), 51.
- Juniarni, L., & Haerunnisa, L. L. (2021). Efektivitas Penerapan Cognitive Stimulation Therapy (CST) untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif, Activity Daily living, Psikologis, dan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Jurnal Risenologi*, September, 6–13. <http://ejurnal.kpmunj.org/index.php/risenologi/article/view/208>
- Kayang, R. (2019). Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Samarinda. *Skripsi*, 81. [http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/186/7/Skripsi Rahel Repository.pdf](http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/186/7/Skripsi%20Rahel%20Repository.pdf)
- Kemendes RI. (2020). *Populasi Lansia*. <https://p2ptm.kemdes.go.id/artikel-sehat/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020>
- Kemendes RI. (2022). *Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera*. 15 November 2022. <https://www.kemdes.go.id/article/print/22111500004/2022-lansia-berdaya-bangsa-sejahtera.html>
- Kemendes Kesehatan RI. (2022). Infodatin Lanjut Usia (lansia). In *Pusat Data dan Informasi Kemendes Kesehatan RI* (p. 12).
- Kuswati, A. (2020). Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 3, 23–30.
- Pragholapati, A., Ardiana, F., & Nurlanawati, L. (2021). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Mutiara Ners*, 4(1), 14–23. <https://doi.org/10.51544/jmn.v4i1.1269>
- Putra, W. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia :

Literature Review. *Skripsi*.

- Sigalingging, G. (2020). Karakteristik Lanjut Usia Yang Mengalami Gangguan Memori. *Jurnal Darma Agung Husada*, 7(April), 33–44.
- Siregar, E. Y. D. Y. (2021). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Pada Usia 50-60 Tahun Di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tenggara. *Injection Nursing Journal*, 1.
- Sumartono, G. et al. (2019). *Reminiscence Therapy Dengan Metode Terapi Aktivitas Kelompok Meningkatkan Fungsi Kognitif Pada Lansia*. 125–133.
- Yudhana, H. (2019). Pengaruh Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Kresna Puncak Buring Indah Kedungkandang Kota Malang. *Skripsi*.
- Yunita, E., & Siregar, Y. A. (2021). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Pada Usia 50-60 Tahun Di Puskesmas Tabalagan Bengkulu Tengah. *INJECTION: Nursing Journal*, 1. <https://jurnal.stikesbhaktihusada.ac.id/index.php/INJECTION/article/view/87/0>
- Zaimurridha, Y. et al. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Kognitif Lansia*. 12, 287–289.