

# PENGARUH *REMINISCENCE THERAPY* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANJUT USIA

I Gusti Ayu Harini<sup>1</sup>, Pande Putu Setianingsih<sup>2</sup>, I Gede Widjanegara<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Prodi D IV Keperawatan Poltekkes Denpasar  
Denpasar, Bali, Indonesia

e-mail: iga.harini@gmail.com

**Abstract.** *The Effect Of Reminiscence Therapy On Cognitive Function In The Elderly In Abiansemal 1 Public Health Center On 2018. The purpose of this study was to determine the effect of reminiscence therapy on cognitive function in elderly in UPT. Puskesmas Abiansemal 1 year 2018. The research design used was pre experimental with one-group pre-post test and used purposive sampling method with 14 respondents. Instrument of data collection in this research is general cognitive test using MMSE. Result of the research, the cognitive function score before all treatments were given in the category of mild cognitive impairment that is 14 people (100%) and after being treated in the category of mild cognitive impairment 13 persons (92.9%). The result of non parametric test by using Wilcoxon signed rank test on cognitive function value before and after given reminiscence therapy get significant value  $p = 0,023$  ( $p < 0,050$ ). The conclusion that giving reminiscence therapy affects cognitive function in elderly.*

**Keywords :** *Aging process, Elderly, Cognitive function, Reminiscence therapy*

**Abstraks.** Pengaruh *Reminiscence Therapy* Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 Tahun 2018. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 tahun 2018. Desain penelitian yang digunakan adalah *preexperimental* dengan rancangan *one-group pre-post test* dan menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah responden 14 orang. Instrument pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes kognitif secara umum menggunakan MMSE. Hasil penelitian, nilai fungsi kognitif sebelum diberikan perlakuan semua pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu 14 orang (100%) dan setelah diberikan perlakuan pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu 13 orang (92,9%). Hasil uji non parametrik dengan menggunakan *Wilcoxon signed rank test* terhadap nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan *reminiscence therapy* mendapatkan nilai signifikan  $p = 0,023$  ( $p < 0,050$ ). Kesimpulan bahwa pemberian *reminiscence therapy* berpengaruh terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia.

**Kata kunci :** Proses menua, Lanjut usia, Fungsi kognitif, *Reminiscence therapy*.

## PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Lanjut usia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis<sup>(1)</sup>. Asia termasuk urutan kedua bila dilihat dari jumlah 845 juta orang

berusia 60 tahun atau lebih yang tinggal di Indonesia, yang merupakan salah satu negara yang menyumbang jumlah lanjut usia di kawasan Asia<sup>(2)</sup>. Bali termasuk dalam 10 besar provinsi dengan jumlah usia lanjut yang tinggi<sup>(3)</sup>. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Badung tahun 2017 akhir lanjut usia di Kabupaten Badung

berjumlah 13.875 jiwa. Data yang diperoleh di UPT. Puskesmas Abiansamal 1 tahun 2017 jumlah lanjut usia yang dibina oleh puskesmas sebesar 1738 jiwa.

Proses menua pada lanjut usia menyebabkan terjadinya perubahan – perubahan seperti perubahan pada fisiologis, sosial, spiritual, psikologis dan mental. Melambatnya proses pikir, memerlukan waktu yang lebih lama untuk belajar sesuatu yang baru merupakan beberapa gejala yang terjadi pada perubahan psikologis dan mental, salah satunya pada fungsi kognitif lanjut usia<sup>(4)</sup>.

Fungsi kognitif merupakan proses mental dalam memperoleh pengetahuan atau kemampuan kecerdasan yang meliputi cara berpikir, daya ingat, pengertian, perencanaan, dan pelaksanaan. Kemunduran fungsi kognitif dapat berupa mudah lupa (*forgetfulness*) bentuk gangguan kognitif yang paling ringan diperkirakan dikeluarkan oleh 39% lanjut usia yang berusia 50-59 tahun, meningkat menjadi lebih dari 85% pada usia lebih dari 80 tahun. Mudah lupa ini bisa berlanjut menjadi gangguan kognitif ringan (*Mild Cognitive Impairment – MCI*) sampai ke demensia sebagai bentuk klinis yang paling berat<sup>(5)</sup>.

Beberapa faktor yang merupakan factor resiko terjadinya perubahan fungsikognitif, yaitu yang pertama jenis kelamin, dimana wanita tampaknya lebih beresiko mengalami penurunan fungsi kognitif dari pada laki – laki. Hal ini disebabkan adanya peranan level hormon seks esterogen dalam perubahan fungsi kognitif. Reseptor esterogen telah ditemukan dalam area otak yang berperan dalam fungsi belajar dan memori, seperti hipokampus. Penurunan fungsi kognitif umum dan memori verbal dikaitkan dengan rendahnya level estradiol dalam tubuh. Estradiol diperkirakan bersifat neuroprotektif yaitu dapat membatasi kerusakan akibat stres oksidatif serta sebagai pelindung sel saraf dari toksisitas amiloid pada pasien Alzheimer<sup>(6)</sup>. Keduayairu faktor makanan, kekurangan

vitamin D sekitar 25% - 54% pada orang berusia 60 tahun keatas dan 74% ditemukan pada wanita pada penderita Alzheimer. Hal tersebut disebabkan oleh metabolisme vitamin D yang kurang efisien pada orang tua. Sumber utama vitamin D adalah sinar matahari, untuk mempertahankan tingkat serum normal diet saja mungkin tidak cukup tanpa suplementasi. Hasil dari penelitian tentang vitamin D dalam fungsi otak adalah adanya reseptor vitamin D pada hipocampus dan merupakan pelindung dari saraf *in vitro*<sup>(6)</sup>.

Ketiga status kesehatan, salah satu faktor penyakit penting yang mempengaruhi penurunan fungsi kognitif lansia adalah hipertensi. Peningkatan tekanan darah kronis dapat meningkatkan efek penuaan pada struktur otak, meliputi penurunan substansi putih dan abu – abu di lobus prefrontal, penurunan hipocampus, meningkatkan hiperintensitas substansi putih di lobus frontalis. Angina pektoris, infark miokardium, penyakit jantung koroner dan penyakit vaskular lainnya juga dikaitkan dengan memburuknya fungsi kognitif<sup>(6)</sup>. Keempat yaitu Pendidikan, dimana Pendidikan yang telah dicapai seseorang atau lanjut usia dapat mempengaruhi secara tidak langsung terhadap fungsi kognitif seseorang, termasuk pelatihan (*indirect training*). Berdasarkan teori reorganisasi anatomis menyatakan bahwa stimulus eksternal yang berkesinambungan akan mempermudah reorganisasi internal dari otak. Tingkat pendidikan seseorang mempunyai pengaruh terhadap penurunan fungsi kognitifnya. Pendidikan mempengaruhi kapasitas otak, dan berdampak pada tes kognitifnya. Kelompok dengan pendidikan rendah tidak pernah lebih baik dibandingkan kelompok dengan pendidikan lebih tinggi<sup>(6)</sup>.

Terakhir yaitupekerjaan, pekerjaan dapat mempercepat proses menua yaitu pada pekerja keras / *over working*, seperti pada buruh kasar / petani. Pekerjaan orang dapat mempengaruhi fungsi kognitifnya, dimana pekerjaan yang terus menerus melatih

kapasitas otak dapat membantu mencegah terjadinya penurunan fungsi kognitif<sup>(6)</sup>.

Pemberian terapi modalitas padalanjutan dapat berguna untuk mencegah terjadinya masalah pada psikologis dan mental lanjut usia yaitu salah satunya pada fungsi kognitif. Salah satu terapi modalitas dimana terapi ini dapat mencegah terjadinya perubahan fungsi kognitif yang berarti serta dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lanjut usia dengan menceritakan masalah hidupnya yaitu dengan *reminiscence therapy*<sup>(7)</sup>.

*Reminiscence therapy* diperkenalkan pertama kali oleh Robert Butler pada tahun 1960, yang menekankan pentingnya bagi individu yang sudah memasuki usia tua untuk mencapai rasa intergritas diri dengan melihat kembali kehidupan mereka dan mengumpulkan perasaan, tujuan serta makna hidup<sup>(8)</sup>.

Fontaine dan Fletcher juga menambahkan bahwa *reminiscence* atau kenangan adalah suatu kemampuan pada lansia yang dipadu untuk mengingat memori masa lalu dan "*disharingkan*" (disampaikan) memori tersebut dengan keluarga, kelompok atau staf<sup>(8)</sup>. Menurut Latha *et al.* (2014) menyatakan *Reminiscence therapy* dapat memfasilitasi penyesuaian lanjut usia terhadap proses penuaan salah satunya pada perubahan fungsi kognitif<sup>(9)</sup>.

Menurut Lestari and Nugraha (2017) 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<sup>(10)</sup>.

Fontaine dan Fletcher, menambahkan bahwa *reminiscence therapy* bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan membantu individu mencapai kesadaran diri dan memahami diri, beradaptasi terhadap stres dan melihat bagian dirinya dalam konteks sejarah dan budaya<sup>(11)</sup>.

Menurut Bohlmeijer, *reminiscence therapy* dapat menjadi *treatment* psikologis yang menarik bagi para lanjut usia karena membuat mereka mempunyai ikatan masa lalu baik yang bersifat umum maupun yang khusus. *Reminiscence* juga dapat berfokus pada mengevaluasi kembali, memecahkan konflik pada masa lalu, menemukan arti kehidupan dan memperkirakan coping adaptif yang bisa dilakukan sebelumnya<sup>(12)</sup>.

Penelitian yang dilakukan Akhoondzadeh, Jalalmanesh and Hojjati (2014) mendapatkan hasil sesi terapi yang diadakan untuk lansia memiliki efek menguntungkan pada kognisi dan ingatan subjek sehingga menyebabkan meningkatnya nilai yang diperoleh<sup>(13)</sup>. Selain itu, penelitian yang dilakukan Huang *et al.* (2015) juga menyatakan bahwa *reminiscence therapy* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif dan gejala depresi pada lanjut usia dengan demensia<sup>(14)</sup>.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 lanjut usia di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 diperoleh nilai minimum fungsi kognitif sebesar 19,0 dan nilai maksimum fungsi kognitif sebesar 23,0 dengan rata-rata nilai fungsi kognitif sebesar 21,2.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 tahun 2018.

## METODE

Desain penelitian pada penelitian ini adalah deskriptif *pre experimental* dengan rancangan *one group pre – post test*. Pemilihan sampel dari populasi menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*.

Setelah mendapatkan *response* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, selanjutnya peneliti melakukan pengukuran nilai fungsi kognitif dengan menggunakan MMSE (*Mini*

*Mental Status Examination*), berupa tes untuk mengukur nilai fungsi kognitif.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPT. Puskesmas Abiansemal 1 pada bulan April – Mei 2018. Adapun teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon signed rank test* (dengan *alpha* 0,05 atau tingkat kepercayaan 95%). Setelah melalui proses pengumpulan data, didapatkan 14 subjek penelitian yang memenuhi syarat inklusi.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1 distribusi karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, Pendidikan, dan pekerjaan :

Karakteristik	F	(%)
Usia		
a. 60 – 74	10	71,4
b. 75 – 90	4	28,6
Total	14	100

Tabel diatas menunjukkan karakteristik usia dari 14 subjek penelitian didapatkan usia terbanyak ada pada rentang usia 60 - 74 tahun sebanyak 10 orang (71,4%).

Tabel 2 distribusi karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin:

JenisKelamin	F	(%)
a. Laki-laki	3	21,4
b. Perempuan	11	78,6
Total	14	100

Tabel diatas menunjukkan karakteristik berdasarkan jenis kelamin subjek penelitian lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (78,6%),

Tabel 3 distribusi karakteristik subjek penelitian berdasarkan Pendidikan:

Pendidikan	F	(%)
a. Tidak Sekolah	6	43
b. Pendidikan dasar	7	50
c. Pendidikan menengah		
h	1	7
Total	14	100

Tabel diatas menunjukkan karakteristik berdasarkan pendidikan setengah diantaranya hanya memiliki tingkat Pendidikan dasar yaitu sebanyak 7 orang (50,0%)

Tabel 4 distribusi karakteristik subjek penelitian berdasarkan pekerjaan :

Pekerjaan	F	(%)
a. Tidak bekerja	5	36
b. Pedagang	7	50
c. Petani	2	14
Total	14	100

Tabel diatas menunjukkan karakteristik berdasarkan tingkat Pendidikan setengah diantaranya memiliki pekerjaan sebagai pedagang yaitu sebanyak 7 orang (50%).

Tabel 5 Nilai fungsi kognitif sebelum dan setelah diberikan *reminiscence therapy*

Kode Resp	Nilai Fungsi Kognitif Pre	Nilai Fungsi Kognitif Post
001	21	23
002	17	19
003	22	23
004	23	23
005	22	20
006	23	27
007	21	21
008	21	23
009	22	23
010	21	23
011	21	21

012	19	21
013	23	23
014	17	19

Nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah dilakukan *reminiscence therapy* yaitu nilai fungsi kognitif tertinggi sebelum dilakukan *reminiscence therapy* yaitu 23 dan terendahnya yaitu 17 sedangkan nilai fungsi kognitif tertinggi setelah dilakukan *reminiscence therapy* yaitu 27 dan terendahnya yaitu 19.

Tabel 6 Nilai fungsi kognitif setelah diberikan *reminiscence therapy*

N	Fungsi Kognitif	f	(%)
1	Sebelum Perlakuan		
a.	Gangguan fungsi kognitif ringan	14	100
2	Setelah Perlakuan		
a.	Fungsi kognitif Normal	13	7,1
b.	Gangguan fungsi kognitif ringan	13	92,9
Total		14	100

Hasil nilai fungsi kognitif sebelum diberikan perlakuan yang diperoleh yaitu semua subjek penelitian dalam kategori gangguan fungsi kognitif ringan sebanyak 14 orang (100%), sedangkan setelah diberikan *reminiscence therapy* sebagian besar masih berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 13 orang (92,9%).

Tabel 7 uji normalitas data nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan *reminiscence therapy*

Variabel	Skweness	Std. Error of Skweness
	N	Z

Skor Pre	17	-1,525	0,597
Skor Post	17	0,229	0,597

Tabel diatas menunjukkan hasil uji normalitas data pada penelitian ini didapatkan nilai fungsi kognitif sebelum perlakuan yaitu hasil nilai *skewness* dibagi standar erornya sebesar  $-2,55443886$  sedangkan nilai fungsi kognitif setelah perlakuan sebesar  $0,38358459$ . Berdasarkan hasil tersebut, didapatkan nilai Z lebih dari taraf signifikan  $\alpha$  atau dengan kata lain nilai  $Z \geq 2$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal.

Tabel 8 uji analisis nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah diberikan *reminiscence therapy*

	Post test – Pre test
Z	-2,277 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,023

Tabel diatas menunjukkan hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon sing rank test* terhadap nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah *reminiscence therapy* mendapatkan hasil yaitu nilai signifikan  $p = 0,023$  ( $p < 0,050$ ).

## PEMBAHASAN

Dari table 6 hasil penelitian yang dilakukan diperoleh nilai fungsi kognitif sebelum diberikan perlakuan *reminiscence therapy* pada subjek penelitian semua berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 14 orang (100%).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Coresa and Ngestiningsih (2017) mengenai gambaran fungsi kognitif pada lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 41 orang. Penelitian ini menggunakan pendekatan

*cross sectional*, menemukan hasil bahwa sebagian besar mengalami gangguan fungsi kognitif yaitu sebanyak 24 orang (60,9%)<sup>(15)</sup>.

Namun penelitian lain ada yang tidak sesuai dengan hasil penelitian ini, menurut penelitian dari Tallutondok and Lanawati (2017) mengenai gambaran fungsi kognitif lanjut usia di panti sosial tresna wredha Jakarta, jenis penelitian kuantitatif deskriptif survei mendapatkan hasil pada lansia sehat tahun 2016 (n=83) dan tahun 2017 (n=33). Hasil yang didapatkan pada tahun 2016 masih dijumpai 41% (n = 34) lansia yang mempunyai nilai fungsi kognitif normal, sedangkan satu tahun kemudian fungsi kognitif lansia kognitif sehat (n=33) tersebut hanya ada 67% (n=22)<sup>(16)</sup>.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Auliyah (2014) mengenai gambaran status mental kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Margomulyo Kecamatan Puger, Kabupaten Jember sebanyak 55 subjek penelitian dikaitkan dengan usia, jenis kelamin dan pendidikan<sup>(17)</sup>. Selain itu Rasyid, Syafrita, and satri (2017) mengenai hubungan faktor risiko dengan fungsi kognitif pada lanjut usia kecamatan Padang Panjang Timur kota Padang Panjang menunjukkan hasil bahwa fungsi kognitif lanjut usia dipengaruhi oleh usia (60,8%),berjenis kelamin perempuan (71,1%), memiliki tingkat pendidikan rendah (61,9%), dan tidak memiliki riwayat penyakit (gangguan kardiovaskular, diabetes, kejang, dan trauma kepala) (51,5%)<sup>(18)</sup>.

Penelitian yang dilakukan oleh Agustia *et al.* (2013) dengan judul hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia didapatkan hasil bahwa gaya hidup mempengaruhi fungsi kognitif pada lanjut usia dimana dari 51 responden dengan gaya hidup sehat diperoleh 4 orang (7,8%) mengalami gangguan fungsi kognitif sedangkan dari 46 orang dengan menjalani gaya hidup tidak sehat didapat sebanyak 20

orang (43,5%) mengalami gangguan fungsi kognitif<sup>(19)</sup>.

Pendapat peneliti bahwa lanjut usia di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 mengalami gangguan fungsi kognitif ringan dimana selain karena faktor bertambahnya usia, lanjut usia di wilayah kerja puskesmas jarang mengikuti kegiatan atau aktivitas di luar kegiatan yang ada di puskesmas. Pendapat ini didukung oleh teori yang menyatakan terjadinya penurunan fungsi atau status kognitif pada lanjut usia dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko hal ini dikuatkan oleh teori yang dikemukakan oleh Mayer (2008) yang menyatakan bahwa lanjut usia dengan jenis kelamin perempuan cenderung lebih berisiko mengalami, karena berkurangnya produksi hormone erterogen yang dibutuhkan oleh otak untuk proses mengingat, selain itu tingkat Pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi memori otak dalam menyimpan informasi serta dengan tidak adanya aktifitas yang diikuti oleh lanjut usia selama dirumah dapat menyebabkan kurang berfungsinya otak sehingga otak tidak digunakan dalam proses berpikir<sup>(6)</sup>.

Selain itu Artinawati (2014) menyebutkan bertambahnya usia yang terjadi menyebabkan beberapa perubahan yang terjadi pada lanjut usia, baik dari segi fisik, social, spiritual, serta mental dan psikologis lanjut usia itu sendiri<sup>(7)</sup>. Hal ini pun menjadi salah satu hal yang dpat digunakan sebagai acuan dalam mempertimbangkan terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lanjut usia.

Tabel 6 juga menunjukkan hasil penelitian yang dilakukan pada 14 subjek penelitian mengenai nilai fungsi kognitif setelah diberikan *reminiscence therapy* didapatkan hasil subjek penelitian sebagian besar berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 13 orang (92,9%). Hal ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan nilai fungsi kognitif pada responden setelah diberikan perlakuan.

Penelitian yang sesuai yaitu penelitian yang dilakukan oleh Akhoondzadeh, Jalalmanesh and Hojjati (2014) menyatakan bahwa Sesi terapi yang diadakan untuk lansia yang dipelajari memiliki efek menguntungkan pada kognisi dan ingatan subjek sehingga menyebabkan meningkatnya nilai yang diperoleh<sup>(13)</sup>. Selain itu Huang *et al.* (2015) menyatakan bahwa *reminiscence therapy* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif dan gejala depresi pada lanjut usia dengan demensia<sup>(14)</sup>.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mohammadian and Mohammadinezhad (2017) mengenai *the effect of group integrative reminiscence therapy on mental health among older women living in Iranian nursing home* dengan jumlah sampel sebanyak 46 orang dimana hasil yang ditemukan yaitu dimana terapi *reminiscence* sangat berpengaruh pada kesehatan mental seperti pada psikologis, kecemasan, insomnia, fungsi social dan depresi pada lanjut usia<sup>(20)</sup>.

Hasil penelitian ini dan penelitian terkait menunjukkan terjadinya peningkatan nilai fungsi kognitif setelah diberikan perlakuan. Pendapat peneliti yaitu hal ini terjadi karena *reminiscence therapy* dapat memfasilitasi penyesuaian lanjut usia terhadap proses penuaan dengan membantu lanjut usia memikirkan kembali dan memperjelas pengalaman-pengalaman sebelumnya, dan studi penelitian telah menunjukkan adanya peningkatan kesejahteraan psikologis setelah mendapat intervensi *reminiscence therapy*. Pendapat peneliti didukung oleh teori yang menyatakan bahwa salah satu terapi modalitas yaitu *reminiscence therapy* dapat diberikan pada lanjut usia guna meningkatkan gairah hidup dan harga diri, serta mencegah terjadinya penurunan fungsi kognitif yang berarti dengan menceritakan pengalaman hidupnya. *Reminiscence therapy* bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan membantu individu mencapai

kesadaran diri dan memahami diri, beradaptasi terhadap stres dan melihat bagian dirinya dalam konteks sejarah dan budaya<sup>(11)</sup>.

*Reminiscence therapy* yang dilakukan pada penelitian ini dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lanjut usia namun rata – rata fungsi kognitif lanjut usia dalam kategori gangguan fungsi kognitif ringan. Penelitian ini dilakukan selama 30 menit dan dilakukan sebanyak dua kali seminggu dalam 3 minggu. Selain itu penelitian dilakukan di puskesmas dan rumah warga sehingga waktu yang digunakan cukup minim untuk melaksanakan sesi – sesi terapi. Semakin sering dilakukan maka semakin berpengaruh pada fungsi kognitif pada lanjut usia. *Reminiscence therapy* dianjurkan untuk dilakukan dalam rentang waktu yang lama sehingga dapat melatih lanjut usia dalam mengingat serta meningkatkan fungsi kognitifnya.

Tabel 8 menunjukkan bahwa hasil penelitian yang dilakukan di UPT. Puskesmas Abiansemal 1 mengenai pengaruh *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan ( $p = 0,023$ ).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra, Indarwati and Mar'ah (2008) mengenai *reminiscence therapy* dengan metode terapi aktivitas kelompok meningkatkan fungsi kognitif pada lanjut usia di Hargo Dadali Nursing Home Surabaya, jenis penelitian *pre experiment* dengan jumlah sampel sebanyak 14 orang didapatkan hasil  $p = 0,0000$ . Dimana *reminiscence therapy* dapat meningkatkan fungsi kognitif pada lanjut usia<sup>(21)</sup>.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Akhoondzadeh, Jalalmanesh and Hojjati (2014) mengenai pengaruh *reminiscence therapy* pada status kognitif dan memori lanjut usia di provinsi Golestan, Iran. Jenis penelitian merupakan semi-eksperimental. Subyek terdiri dari 45 orang

lansia yang merujuk pada pusat lansia di provinsi Golestan. Instrumen penelitian dinilai dengan Pemeriksaan Mini Mental State dan Skala Memori Wechsler. Hasil rata-rata skor status kognitif ( $\pm$  SD) pada tahap pre-test adalah 24 ( $\pm$  2) yang meningkat menjadi 25 ( $\pm$  2) pada tahap post-test ( $p < 0,01$ ). Mean ( $\pm$  SD) intelligence quotient adalah 87 ( $\pm$  7) pada tahap pre-test yang meningkat menjadi 92 ( $\pm$  10) pada tahap post-test ( $p < 0,01$ ). Dimana sesi terapi yang diadakan untuk lansia memiliki efek menguntungkan pada kognisi dan ingatan subjek sehingga menyebabkan meningkatnya nilai yang diperoleh<sup>(13)</sup>.

Hasil penelitian yang didapat dengan penelitian sesuai bahwa *reminiscence therapy* berpengaruh terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia. Pendapat peneliti yaitu dengan *reminiscence therapy* pada lanjut usia, mereka dapat mengingat kembali kenangan masa lalu yang bersifat bahagia, membagikannya bersama teman – teman sekaligus kembali bersosialisasi, mengurangi beban pikiran. Selain itu, dengan meningkatnya fungsi kognitif pada lanjut usia, diharapkan lanjut usia mampu untuk menilai kehidupan yang telah dilalui khususnya yang berkaitan dengan pengalaman positif sehingga dapat menjalani kehidupan dengan rasa puas serta tidak tertekan lagi.

Pendapat peneliti didukung oleh teori menurut *Nursing Interventions Classification* (NIC) mendefinisikan *Reminiscence therapy* sebagai salah satu intervensi yang dilakukan dengan mengingat peristiwa masa lalu, perasaan, dan pikiran untuk memfasilitasi kesenangan, kualitas hidup, dan beradaptasi dengan kondisi saat ini<sup>(5)</sup>. Fontaine dan Fletcher juga menambahkan bahwa *reminiscence* atau kenangan adalah suatu kemampuan pada lansia yang dipadu untuk mengingat memori masa lalu dan “*disharingkan*” (disampaikan) memori tersebut dengan keluarga, kelompok atau staf<sup>(8)</sup>.

## SIMPULAN

Dari penelitian diatas dapat ditarik simpulan bahwa nilai fungsi kognitif sebelum diberikan perlakuan *reminiscence therapy* pada subjek penelitian semua berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 14 orang (100%). Nilai fungsi kognitif setelah diberikan perlakuan *reminiscence therapy* pada subjek penelitian sebagian besar berada pada kategori gangguan fungsi kognitif ringan yaitu sebanyak 13 orang (92,9%). Hasil analisis nilai signifikan  $p = 0,023$  ( $p < 0,05$ ), ada pengaruh *reminiscence therapy* terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Abiansemal 1 tahun 2018.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Disampaikan kepada UPT Puskesmas Abiansemal 1 atas dukungan dan bantuan fasilitas yang diberikan selama melakukan penelitian

## ETIKA PENELITIAN

Etika penelitian diperoleh di Polteknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dengan nomer LB.02.03/ EA/ KEPK/ 0113/2018.

## SUMBER DANA

Sumber dana yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa swadana atau swadaya dari peneliti sendiri.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Muhith A, Siyoto S. Pendidikan Keperawatan Gerontik. 1st ed. Cristian P, editor. Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET; 2016. 1-4 p.
2. United Nations NY. World Population Ageing. 2015.
3. Kementerian Kesehatan RI. Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2016. 2016.
4. Aspiani RY. Buku Ajar Asuhan



- Keperawatan Gerontik Aplikasi NANDA, NIC, dan NOC Jilid 1. 1st ed. M@ftuhin TA, editor. Jakarta: CV. TRANS INFO MEDIA; 2014.
5. Lee Goldman M, Andrew I. Scfhafer M. Goldman's Cecil Medicine. 24th ed. New York: Elsevier Saunders; 2012.
  6. Meyer KJ. The relationship between therapists' use of humor and therapeutic alliance. *Diss Abstr Int Sect B Sci Eng*. 2008;68(7-B).
  7. Artinawati S. Asuhan Keperawatan Gerontik. Bogor: IN MEDIA; 2014. 4-22 p.
  8. Manurung N. Terapi Reminiscence. Ismail T, editor. Jakarta Timur: CV. TRANS INFO MEDIA; 2016.
  9. Latha K, Bhandary P, Tejaswini S, Sahana M. Reminiscence therapy: An Overview. *Middle East J Age Ageing*. 2014;11(1):18-22.
  10. Lestari DR, Nugraha MA. Reminiscence Therapy for the Elderly with Loneliness in Social Institution of Tresna Werdha Banjarbaru South Kalimantan. 2017. p. 199-205.
  11. Perese EF. Psychiatric Advanced Practice Nursing: A Biopsychosocial Foundation for Practice. Elfrank JM, editor. Philadelphia: F.A. Davis Company; 2012.
  12. Poorneselvan C, Steefel L. The Effect of Individual Reminiscence Therapy on self - Esteem and Depression Among Institutionalized Depression Among Institutionalized Elderly in India. *Creat Nurs*. 2014;20(3):183-91.
  13. Akhoondzadeh G, Jalalmanesh S, Hojjati H. Effect of reminiscence on cognitive status and memory of the elderly people. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 2014;8(3):75-80.
  14. Huang HC, Chen YT, Chen PY, Huey-Lan Hu S, Liu F, Kuo YL, et al. Reminiscence Therapy Improves Cognitive Functions and Reduces Depressive Symptoms in Elderly People With Dementia: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *J Am Med Dir Assoc* [Internet]. 2015;16(12):1087-94. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jamda.2015.07.010>
  15. Coresa T, Ngestiningsih D. Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang. 2017;6(1):114-9.
  16. Tallutondok EB, Lanawati S. Gambaran Fungsi Kognitif Lanjut Usia di Panti Sosial Trena Wredha Jakarta. *Faletehan Heal J*. 2017;4(5):264-70.
  17. Auliyah NI. Gambaran Status Mental Kognitif Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Margomulyo Kecamatan Puger, Kabupaten Jember [Internet]. UT-Faculty of Medical. 2014 [cited 2017 Mar 25]. p. 802. Available from: <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/16208>
  18. Rasyid I Al, Syafrita Y, Sastri S. Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang. *J Kesehat Andalas* [Internet]. 2017;6(1):49-54. Available from: <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/viewFile/643/508>
  19. Agustia S, Sabrian F, Woferst R, Studi P, Keperawatan I, Riau U. Hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia. Universitas Riau; 2013.
  20. Mohammadian S, Mohammadinezhad B. The effect of group integrative reminiscence therapy on mental health among older women living in Iranian nursing homes. *Wiley Nurs openiley*.

2017;4(February):303–9.  
21. Putra GSM, Indarwati R, Mar'ah EM.  
Reminiscence Therapy with

Therapeutic Methods Group Activity  
Improve Elderly's Cognitive  
Function. Journal Ners. 2008.