

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun ke atas, yang terjadi pada wanita dan pria, yang telah memasuki tahap akhir dari siklus kehidupan. Berdasarkan proyeksi *World Health Organization* (WHO), populasi lansia global diprediksi akan mencapai 1,2 miliar pada tahun 2025 dan melonjak menjadi 2 miliar pada tahun 2050. Data WHO juga menunjukkan bahwa sekitar 75% lansia di seluruh dunia pada tahun 2025 akan tinggal di negara berkembang (Safitriana et al., 2023).

Populasi lansia di Indonesia, yang mencapai 29 juta jiwa atau 11,75% dari total penduduk pada tahun 2023 menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), diperkirakan akan terus bertambah. Proyeksi Kementerian Kesehatan RI (2020) diprediksi bahwa jumlah ini akan mencapai 40 juta pada tahun 2025, dan diperkirakan akan meningkat pesat menjadi 71,6 juta pada tahun 2050. Khusus di Kepulauan Riau, meskipun proyeksi menunjukkan 102.700 jiwa lansia, data terbaru dari Dinas Kota Batam (2024) mencatat jumlah lansia sebanyak 34.080 jiwa

Penurunan fungsi kognitif telah menjadi masalah kesehatan global. *World Health Organization* (2022) mencatat sekitar 55 juta lansia di dunia mengalami penurunan fungsi kognitif, dengan peningkatan kasus sekitar 7,7 juta

setiap tahunnya. Indonesia mencatat 27,1 juta lansia (10% populasi) pada tahun 2021, Pada tahun 2035, diperkirakan akan ada peningkatan jumlah hingga 48,2 juta orang. Dari keseluruhan angka tersebut, sekitar 13% lansia mengalami gangguan kognitif (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Peningkatan jumlah lansia tidak direspons dengan serius oleh berbagai pihak, hal ini dapat memicu beragam masalah, khususnya yang berkaitan dengan proses penuaan dan kesehatan mereka. Penuaan biologis sendiri secara alami akan diikuti oleh perubahan fisiologis, psikologis, dan neurologis yang kompleks. Masalah yang dihadapi lansia salah satunya adalah penurunan fungsi kognitif, seperti melemahnya daya ingat, atensi, kemampuan berbahasa, dan orientasi terhadap waktu dan tempat (Hasnah & Nugroho, 2025).

Gangguan kognitif pada lansia seringkali ditandai dengan mudah lupa, yang merupakan indikator paling ringan. Gejala ini dikeluhkan oleh 85% lansia berusia di atas 80 tahun dan 39% dari mereka yang berusia 50-59 tahun. Hal serupa juga terlihat di berbagai daerah seperti Semarang, Sumatera Utara, dan Boyolali yang menunjukkan banyaknya lansia yang menunjukkan gangguan pada kemampuan mengingat dan fungsi kognitif menjadi perhatian (Pragholapati et al., 2021).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia adalah masalah serius yang berdampak luas pada kualitas hidup individu lansia. Fungsi kognitif berperan penting dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari, termasuk kemampuan untuk mengingat instruksi, mengambil keputusan, mengenali

waktu dan tempat, serta mengatur perilaku. Penurunan fungsi ini mengakibatkan lansia kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar pribadi, termasuk makan, berpakaian, mandi, dan buang air, yang sebelumnya dapat mereka lakukan secara mandiri. Gangguan ini sering kali berkembang menjadi ketergantungan penuh pada bantuan orang lain, yang tidak hanya membebani keluarga atau pengasuh, tetapi juga menurunkan harga diri dan perasaan berdaya pada lansia itu sendiri (Agustina et al., 2022).

Selain berdampak pada aspek fungsional, penurunan kognitif juga membawa konsekuensi psikologis yang signifikan. Lansia dengan penurunan daya ingat atau disorientasi sering merasa frustrasi, cemas, dan malu karena tidak mampu menjalankan peran sosial seperti sebelumnya. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memicu perasaan tidak berguna, menarik diri dari interaksi sosial, dan akhirnya mengalami isolasi sosial. Isolasi ini kemudian menjadi faktor risiko tersendiri bagi munculnya gangguan psikis seperti stres dan depresi. Menurut penelitian, individu dengan gangguan kognitif lebih berisiko mengalami depresi karena ketidakmampuan mengontrol kehidupan mereka secara mandiri, serta berkurangnya dukungan sosial akibat penurunan fungsi komunikasi dan koneksi emosional (MartinaT, 2025).

Penurunan fungsi kognitif tidak hanya berdampak secara neurologis atau klinis, tetapi juga membawa implikasi psikososial yang kompleks. Oleh karena itu, penanganan terhadap masalah ini tidak cukup hanya dengan pendekatan medis, melainkan juga membutuhkan intervensi keperawatan yang

bersifat holistik, salah satunya melalui pendekatan terapi psikososial seperti *reminiscence therapy*, yang mampu merangsang fungsi memori sekaligus memperbaiki kesejahteraan emosional lansia (Widyaningsih et al., 2024).

Dalam upaya menangani gangguan kognitif pada lansia, berbagai intervensi telah dikembangkan, baik farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis atau non-obat untuk mengatasi gangguan fungsi kognitif melibatkan berbagai terapi psikologis. Terapi-terapi ini telah terbukti efektif dalam membantu lansia. Beberapa di antaranya adalah Terapi Stimulasi Kognitif (CST), Terapi Realitas (*Reality Orientation Therapy*), Terapi Seni (*Art Therapy*), Terapi Senam Otak (*Brain Gym*), Terapi Aktivitas Kelompok, Terapi Okupasi, dan Terapi *Reminiscence*. Semua terapi ini bertujuan untuk meningkatkan atau mempertahankan fungsi kognitif tanpa menggunakan obat-obatan.

Terapi *reminiscence* merupakan terapi psikososial yang dilakukan dengan mendorong lansia untuk mengenang dan membicarakan pengalaman hidup bermakna. Terapi ini menstimulasi memori jangka panjang dan terbukti dapat memperbaiki fungsi kognitif serta memberikan efek psikologis positif seperti peningkatan rasa percaya diri dan makna hidup. Terapi *reminiscence* secara teoritis dapat merangsang area-area di otak yang berkaitan dengan memori dan kognitif, sehingga meningkatkan kemampuan otak untuk mempertahankan informasi dan menjalankan fungsi eksekutif. Dengan demikian, *reminiscence therapy* tidak hanya bersifat rekreatif tetapi juga

memiliki landasan neuropsikologis yang kuat dalam meningkatkan fungsi kognitif (Bakti & Khairari, 2024).

Terapi *reminiscence* efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Mekanisme terapi ini bekerja dengan merangsang bagian otak, khususnya pusat memori, untuk mengeluarkan zat kimia. Dengan demikian, lansia didorong untuk mengingat kembali pengalaman masa lalu, yang secara bertahap dapat meningkatkan daya ingat mereka. Hal ini diperkuat oleh penelitian Gultom, Martina, dan Harianja (2021) yang menjelaskan bahwa terapi reminisensi bermanfaat bagi fungsi kognitif lansia. Mereka mengemukakan bahwa terapi ini dapat meningkatkan aktivitas di bagian otak yang disebut hipokampus, yang bertanggung jawab memicu impuls di pusat memori. Melalui latihan mengingat masa lalu, fungsi kognitif lansia perlahan-lahan akan meningkat.

Pendapat tersebut juga didukung oleh Erismanto dan Susilo (2022), yang meyakini bahwa terapi *reminiscence* dapat mengatasi disfungsi kognitif pada lansia. Hal ini karena terapi tersebut mendorong lansia untuk berpartisipasi dalam kegiatan mengingat kembali kenangan masa lalu, mulai dari masa kanak-kanak, remaja, hingga dewasa. Selama intervensi, lansia diminta untuk menceritakan kembali perasaan atau pengalaman yang pernah mereka alami secara nyata. Proses ini akan memicu respons di pusat memori otak, yang memungkinkan untuk mengingat dan berkomunikasi dengan terapis mengenai kenangan masa lalu yang sedang dibahas.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shobihatus Syifak dan Iis Noventi (2024) Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *reminiscence* efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif lansia yang mengalami penurunan daya ingat. Dalam studi ini, lansia diberikan intervensi dengan desain *pre-test* dan *post-test*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan nilai *p-value* 0,002, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada skor *Mini Mental State Examination* (MMSE) sebelum dan sesudah terapi.

Nosi Delianti dan Eva Wilda (2023) melalui penelitiannya menunjukkan bahwa terjadi kemunduran pada fungsi kognitif lansia tidak hanya menurunkan daya pikir, tetapi juga berdampak pada aktivitas dasar seperti makan, meningkatkan risiko malnutrisi, bahkan dapat memicu apraxia dan penurunan kesadaran. Dalam penelitian tersebut, *reminiscence therapy* direkomendasikan sebagai pendekatan berbasis *evidence-based nursing practice* karena mampu merangsang kembali memori jangka panjang dan menjaga fungsi otak.

Terapi *reminiscence* sebagai salah satu bentuk intervensi psikososial secara ilmiah mampu meningkatkan fungsi kognitif dengan cara menstimulasi memori jangka panjang serta memperbaiki kondisi psikologis lansia. Namun demikian, implementasi terapi ini masih terbatas, dan penelitian lokal terkait efektivitasnya di berbagai wilayah di Indonesia, termasuk di Kepulauan Riau,

masih sangat minim. Padahal, daerah seperti Kota Batam memiliki populasi lansia yang cukup signifikan dan membutuhkan pendekatan intervensi yang tepat sasaran, kontekstual.

Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting dan mendesak untuk memperkuat praktik keperawatan gerontik. Hasilnya diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam merancang intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif, efisien, dan aplikatif bagi lansia dengan gangguan kognitif. Penelitian ini juga dapat menjadi pijakan bagi penelitian lanjutan dan inovasi intervensi dalam pelayanan kesehatan lansia yang holistik dan berkelanjutan.

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Mei 2025 terhadap 10 lansia yang tinggal di Kampung Tua Dapur 12, ditemukan bahwa beberapa indikator penurunan fungsi kognitif telah muncul sebagai bagian dari proses penuaan normal. Enam orang lansia menunjukkan kesulitan dalam mengingat hari dan tanggal saat ini, kurang akurat dalam menyebutkan tanggal lahir serta usia mereka, tidak mampu menyebutkan nama lengkap ibu kandung, dan mengalami hambatan dalam melakukan perhitungan mundur secara tepat. Sementara itu, empat orang lainnya tidak dapat mengingat tanggal lahir dan usia mereka serta mengalami kesulitan dalam menghitung mundur secara berurutan. Selain itu, seluruh responden menyatakan belum pernah memperoleh informasi mengenai terapi non-farmakologis berbasis psikologis untuk mendukung fungsi kognitif. Temuan ini menunjukkan bahwa

penurunan daya ingat dan kemampuan berpikir pada lansia belum mendapat penanganan yang cukup baik. Oleh karena itu, kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya untuk mengidentifikasi penurunan fungsi kognitif pada lansia sebagai langkah awal dalam merumuskan strategi pencegahan secara dini, guna menghambat progresivitas gangguan kognitif dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Berdasarkan Melihat permasalahan yang ada Peneliti merasa tertarik untuk melakukan riset mengenai “Pengaruh Terapi *Reminiscence* terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah Kampung Dapur Tua 12”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah yang dapat dibuat yaitu “Bagaimanakah Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia sebelum dan setelah di berikan intervensi di wilayah Kampung Tua Dapur 12?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif pada lansia

2. Tujuan Khusus.

- a. Diketahui fungsi kognitif lansia sebelum diberikan intervensi terapi *reminiscence*.

- b. Diketahui perubahan fungsi kognitif setelah pemberian terapi *reminiscence*.
- c. Diketahui pengaruh pemberian terapi *reminiscence* terhadap fungsi kognitif lansia.

D. Manfaat Penelitian

A. Manfaat Teoritis

Studi ini diharapkan memberi kontribusi pada ilmu keperawatan gerontik dan psikologi lansia, khususnya dalam pengembangan intervensi non-farmakologis meningkatkan fungsi kognitif. Hasilnya juga dapat menjadi dasar bagi penelitian mendatang yang mengkaji lebih jauh manfaat terapi mengingat.

B. Manfaat Praktis

1. Untuk Lansia: Memberikan informasi mengenai pentingnya terapi daya ingat sebagai upaya meningkatkan fungsi kognitif dan kualitas hidup lansia.
2. Bagi Keluarga Lansia: Memberikan pemahaman mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam pelaksanaan terapi *reminiscence* guna meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.
3. Bagi Tenaga Kesehatan: Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi berharga bagi tenaga kesehatan mengenai manfaat terapi *reminiscence* sebagai alternatif pendekatan psikologis

untuk membantu lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif.

4. Bagi peneliti selanjutnya: Menjadi bahan rekomendasi untuk penelitian yang lebih luas dalam pengembangan terapi berbasis daya ingat.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Studi ini bertujuan untuk mengetahui efek dari terapi kenangan terhadap kemampuan berpikir pada orang dewasa lanjut usia, dengan penekanan pada pengingatan teratur mengenai pengalaman menyenangkan di masa lalu untuk merangsang memori jangka panjang. Kemampuan kognitif dievaluasi melalui instrumen *Mini Mental Status Examination* (MMSE). Penelitian ini sangat penting dilaksanakan karena para lansia sering mengalami penurunan kemampuan kognitif sebagai akibat dari proses penuaan, sedangkan terapi *reminiscence* sudah terbukti secara teoritis dan praktis mampu membantu menjaga serta meningkatkan aspek-aspek kognitif. penelitian ini dilakukan di wilayah Kampung Tua Dapur 12, yang memiliki populasi lansia cukup signifikan namun belum pernah mendapat intervensi psikososial yang terstruktur. Subjek dalam penelitian ini merupakan lansia yang berumur lebih dari 60 tahun yang berdomisili di wilayah tersebut dan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. inklusi, yaitu kooperatif, tidak memiliki gangguan kognitif berat, mampu berkomunikasi secara verbal, dan bersedia menjadi partisipan. Dengan desain *one group pre-test* dan *post-test without control*, penelitian ini

menerapkan metode kuantitatif pra-eksperimental. intervensi diberikan dalam bentuk *focus group discussion* (FGD) yang memungkinkan peserta untuk berbagi kenangan masa lalu, dan pengukuran dilakukan sebelum serta sesudah intervensi menggunakan instrumen (MMSE).

F. Penelitian Terkait

Tabel 1. 1 Penelitian Terkait

No	Nama	Judul	Metode Penelitian	Hasil
1.	Fery Agusman Motuho Mendrofa et.al (2021)	<i>Reminiscence Therapy For Cognitive Improvement and Mood Recovery in Dementia Patients</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>one group pre and post-test design</i> . Penelitian dengan teknik total sampling yang melibatkan 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa fungsi kognitif membaik setelah terapi <i>remembrance</i> (rata-rata SPMSQ menurun dari 5,7 menjadi 3,13). Suasana hati juga membaik setelah terapi <i>remembrance</i> (rata-rata skor suasana hati meningkat dari 57,6 menjadi 77,16). Terapi mengingat kembali efektif untuk meningkatkan kognitif dan suasana hati pada demensia.
2.	Shobihatus Syifak & Iis Noventi (2024)	Therapy Reminiscence: Sebagai Upaya Meningkatkan Memori pada Lansia dengan Demensia	<i>Pre-experimental</i> (pre-test post-test tanpa kontrol)	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

No	Nama	Judul	Metode Penelitian	Hasil
				<i>Reminiscence Therapy</i> mendapatkan nilai signifikan $p = 0,002$ ($p < \alpha; \alpha = 0,05$). Temuan tersebut menyatakan bahwa <i>Reminiscence Therapy</i> secara signifikan mempengaruhi lansia dengan gangguan memori.
3.	Siska Evi Martina et al. (2024)	Pengaruh Terapi Reminiscence terhadap Tingkat Kognitif pada Lansia di Wisma Lansia Taman Bodhi Asri	Desain: <i>Pre-test post-test without control group</i> Sampel: 19 lansia (kelompok intervensi) dan 14 lansia (kelompok pembandingan) Instrumen: <i>Mini Mental State Examination (MMSE)</i> Analisis: Menggunakan uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,001$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia
4.	Fariska M.C. Putri & E.S. Wahyuni (2024)	Pengaruh Group Reminiscence terhadap Subjective Well-Being Lansia di Boyolali	Desain: Pre-test post-test tanpa kelompok kontrol Pendekatan: Kuantitatif Sampel: 16 lansia dengan usia ≥ 60 tahun Instrumen: <i>Subjective Well-Being Scale (SWB)</i> Analisis Data: Uji	Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $p = 0,001$, menandakan bahwa terapi <i>reminiscence</i> kelompok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap subjective well-being lansia.

No	Nama	Judul	Metode Penelitian	Hasil
			<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	
5.	Irma Alfiyanti et.al (2023)	Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Lansia di Desa Jangglengan Kabupaten Sukoharjo	Desain penelitian ini yaitu <i>Quasi Eksperiment Design</i> dengan rancangan <i>One Group Pre-test – Post-test Design</i>	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 besarmengalami gangguan fungsi kognitif normal sebanyak 12 responden (60%).

No	Nama	Judul	Metode Penelitian	Hasil
6.	Ni Nyoman Nuri Tri Laksmi et.al (2024)	Terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi Kognitif pada lansia	Penelitian ini menggunakan Design Pre-Eksperimental dengan pendekatan One Group PretestPosttest dengan jumlah sampel sebanyak 38 orang dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner MMSE (Mini Mental Status Exhamination).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi reminiscence dari 38 responden sebagian besar mengalami fungsi kognitif global sedang sebanyak 17 orang (44,7%) dan setelah diberikan terapi reminiscence dari 38 responden sebagian besar mengalami fungsi kognitif global sedang sebanyak 18 orang (47,4%) meningkat (3,3%). Hasil analisis data diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi reminiscence terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di Banjar Pengiasan, Desa Mengwi, Kab. Badung.