

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses tumbuh kembang manusia berlangsung sejak dalam kandungan sampai usia lanjut. Lansia mengalami berbagai perubahan signifikan dalam beberapa aspek baik fisik, psikologis dan sosial yang berdampak pada kualitas hidup mereka (Megawaty et al., 2024). Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup, populasi lansia di dunia terus bertambah. Menurut WHO (2024), jumlah lansia meningkat dari 260 juta pada tahun 1980 menjadi 761 juta pada tahun 2021 diperkirakan mencapai 17% dari populasi global antara tahun 2050.

Di Indonesia, berdasarkan Sensus Penduduk 2024 jumlah lansia mencapai 12% dari total populasi atau sekitar 29 juta jiwa. Dan diperkirakan akan meningkat menjadi 50 juta jiwa (20% dari total populasi) pada tahun 2045 (BPS, 2024; Kemenkes, 2024). Provinsi Jawa Tengah memiliki proporsi lansia tertinggi ketiga di Indonesia, yaitu 15,46% setelah DI Yogyakarta (16,28%) dan Jawa Timur (16,02%) (BPS, 2024). Di Kota Surakarta jumlah lansia mencapai 81.108 jiwa pada tahun 2024 dengan Kecamatan Banjarsari sebagai wilayah dengan populasi lansia terbanyak, yakni 23.922 jiwa (BPS, 2024).

Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai perubahan fungsi, termasuk penurunan fungsi kognitif yang dapat berkembang menjadi demensia (Ramli dan Masyita, 2022). Prevalensi demensia di Indonesia mencapai 4,2 juta jiwa dan menjadi penyebab kematian kelima tertinggi pada tahun 2021. Statistik menunjukkan bahwa jumlah lansia dengan demensia di Indonesia dapat mencapai 1,6 juta jiwa tahun 2050 (Kemenkes, 2024). Penurunan fungsi kognitif ini dapat menghambat aktivitas sehari-hari lansia, menyebabkan lansia bergantung pada bantuan orang lain (Kuswati et al., 2020). Gangguan fungsi kognitif menjadi masalah serius bagi lansia karena

mempengaruhi daya ingat, proses berpikir, bahkan kemampuan berkomunikasi serta bersosialisasi.

Salah satu faktor yang mempercepat penurunan fungsi kognitif lansia adalah lingkungan tempat tinggal. Penelitian oleh Setiyani dan Iskandar (2022), menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti wredha memiliki skor MMSE (*Mini Mental State Examination*) lebih rendah dibanding lansia yang tinggal di rumah. Hal ini dapat dikaitkan dengan keterbatasan interaksi sosial dan perasaan terisolasi yang dapat berdampak negatif pada kesehatan psikologis lansia.

Pendekatan farmakologis dalam menangani penurunan fungsi kognitif melibatkan penggunaan obat-obatan seperti antipsikotik, sedatif/hipnotik, ansiolitik, antikonvulsan, serta inhibitor asetilkolinesterase, dan antagonis reseptor NMDA seperti memantine dan antidepresan (Devanand, 2023). Namun, terapi farmakologis sering kali memiliki efek samping. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis sebagai alternatif, termasuk terapi teka-teki silang, *brain gym*, puzzle dan penerapan terapi *reminiscence*.

Terapi *reminiscence* terbukti memberikan dampak positif terhadap fungsi kognitif lansia. Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan Cammisuli et al. (2022), dengan judul “Dampak Terapi *Reminiscence* terhadap Kognisi, Depresi, dan Kualitas Hidup pada Lansia dengan Penyakit Alzheimer : Tinjauan Sistematis Uji Coba Terkendali Acak” menemukan bahwa terapi *reminiscence* dapat membantu memulihkan memori autobiografi, memperbaiki gejala neuropsikiatri, serta meningkatkan kualitas hidup lansia. Selain itu, penelitian oleh Hidayatullah et al. (2021), dengan judul “Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Harapan Hidup Lansia” dengan metode yang digunakan *quasi experimental* menemukan bahwa terapi *reminiscence* meningkatkan interaksi sosial dan lebih terbuka dalam berbagi pengalaman. Studi yang dilakukan oleh Putri et al. (2021), juga menunjukkan bahwa pemberian terapi *reminiscence* selama 4 minggu dapat meningkatkan kualitas hidup lansia di panti jompo.

Terapi *reminiscence* sendiri merupakan metode rehabilitasi kognitif yang membantu lansia mengenang kembali pengalaman masa lalu melalui bercerita dan pengekspresian perasaan. Terapi ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, menumbuhkan coping positif, dan memperbaiki kesejahteraan emosional lansia (Syifak dan Noventi, 2023). Terapi *reminiscence* tidak seperti terapi lain yang mengharuskan lansia menyelesaikan tugas yang menantang. Terapi *reminiscence* lebih alami dan fleksibel karena lansia hanya perlu menceritakan kembali pengalaman hidupnya. Namun, terapi *reminiscence* masih jarang diminati di Indonesia. Sebab kurangnya sosialisasi kepada masyarakat, sehingga penurunan fungsi kognitif pada lansia masih menjadi masalah utama (Martina et al., 2021).

Efektifitas terapi *reminiscence* juga dikonfirmasi oleh Yunita dan Siregar (2021), dalam penelitiannya terhadap 10 responden, setelah diberikan intervensi terapi *reminiscence* responden mengalami peningkatan fungsi kognitif dengan rerata 26.80. Dalam penelitiannya menggunakan analisis data univariat dan bivariat dengan metode uji *t* dalam taraf signifikansi 0,05. Dimana sebelum diberikan intervensi terapi *reminiscence* rerata fungsi kognitif responden adalah 21.70. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh .Alfiyanti dan Silvitasari (2023), dalam penelitian dengan 20 responden, dimana setelah intervensi, 12 responden mengalami perbaikan fungsi kognitif yang sebelumnya terganggu.

Terapi *reminiscence* memiliki keunggulan dalam penerapannya yang sederhana dan fleksibel karena lansia hanya perlu menceritakan kembali pengalaman hidupnya (Susanto et al., 2020). Berdasarkan keunggulan terapi *reminiscence* dan penelitian terdahulu, menjadikan alasan peneliti untuk melakukan penelitian berkaitan dengan terapi *reminiscence* yang dilakukan di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Maret 2025 kepada pengurus Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta terdapat 32 orang lansia yang tinggal di panti, 17 orang lansia yang dikaji menggunakan instrumen penilaian MMSE (*Mini Mental State Examination*) diperoleh data 7 orang

lansia masih aktif dan komunikatif termasuk kategori kognitif normal, 2 orang lansia mengalami gangguan fungsi kognitif ringan, 5 orang mengalami gangguan fungsi kognitif sedang, serta 3 orang lansia mengalami gangguan fungsi kognitif berat. Selain itu, hasil wawancara dengan pengurus panti diperoleh bahwa lansia di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta belum mengenal dan belum memahami manfaat terapi *reminiscence*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai penerapan terapi *reminiscence* dengan tujuan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta. Penerapan diambil dengan judul "Penerapan Terapi *Reminiscence* dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan berikut :

Bagaimanakah fungsi kognitif lansia di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta sebelum dan sesudah dilakukannya terapi *reminiscence* ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi *reminiscence* pada lansia di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan fungsi kognitif lansia sebelum penerapan terapi *reminiscence* di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan fungsi kognitif lansia sesudah penerapan terapi *reminiscence* di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta.

- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir fungsi kognitif antara 2 responden sebelum dan sesudah intervensi terapi *reminiscence* di Panti Wredha 'Aisyiyah Sumber Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Masyarakat
Memberikan edukasi tentang manfaat terapi *reminiscence* sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dan mengurangi risiko demensia.
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan
 - a. Menjadi referensi dalam pengembangan intervensi keperawatan berbasis terapi *reminiscence* untuk lansia dengan gangguan fungsi kognitif.
 - b. Mendorong penelitian lanjutan mengenai efektivitas terapi *reminiscence* dengan metode yang lebih variatif dan berbasis bukti (*evidence-based nursing*).
3. Bagi Penulis
Menambah pengalaman dalam mengimplemetasikan intervensi keperawatan berbasis terapi nonfarmakologis dan meningkatkan keterampilan penelitian di bidang keperawatan geriatrik.

