

ANALISIS PENERAPAN TERAPI *REMINISCENCE* DALAM MENINGKATKAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA

Nosi Delianti, Eva Wilda

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

Email: nosidelianti@gmail.com

ABSTRAK

Proses penuaan mengakibatkan lansia beresiko mengalami penurunan fungsi kognitif. Penurunan fungsi kognitif dapat mengakibatkan komplikasi lanjutan berupa penurunan fungsi intelektual berat sehingga membuat lansia sulit untuk hidup mandiri, terganggu aktivitas sehari-hari, ketergantungan dan membebani keluarga, sulit dalam aktivitas makan sehingga beresiko mengalami malnutrisi, penurunan kesadaran, *agnosia* dan *apraxia*. Hal tersebut dapat berdampak terhadap penurunan kualitas hidup lansia. Maka, salah satu penatalaksanaan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia adalah dengan terapi *reminiscence*. Tujuan *literature review* ini adalah untuk menganalisis penerapan terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia berdasarkan studi empiris selama sepuluh tahun terakhir. Desain penelitian ini adalah *literature review*. Metode studi ini menggunakan *framework* PICO (*problem/population, intervention, comparison, dan outcome*) untuk menganalisis *literature* yang berkaitan dengan topik penelitian melalui *Google Scholar* sebanyak empat artikel ilmiah. Hasil analisis *literature review* menunjukkan bahwa penerapan terapi *reminiscence* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Dengan demikian, disarankan kepada perawat untuk menerapkan intervensi terapi *reminiscence* ini dalam asuhan keperawatan dengan tujuan untuk membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

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

ABSTRACT

The aging process causes the risk of cognitive dysfunction. Decreasing of cognitive function can lead to complications of severe intellectual dysfunction that makes the elderly difficult to live independently, disruption of daily activities, dependence and family fatigue, difficulty in eating activities so that they are risk of malnutrition, decreased consciousness, agnosia and apraxia. This problem can cause the negative impact that is decreasing the elderly quality of life. One of the treatments that can be applied to improve cognitive function in the elderly is reminiscence therapy. The purpose of this literature review is to analyze the application of reminiscence therapy in improving cognitive function in the elderly based on empirical studies over last ten years. The study design is literature review. The study method used PICO (problem/population, intervention, comparison, and outcome) framework to analyze the literature related to the study topic based on the Google Scholar as many as four scientific articles. The results of the literature review showed that the application of reminiscence therapy is effective in improving cognitive function in elderly. It is suggested for nurses to apply reminiscence therapy in nursing care to improve cognitive function in elderly.

Keywords: Cognitive Function, Elderly, Reminiscence Therapy

PENDAHULUAN

Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Kholifah, 2016). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2021), laju populasi lansia di seluruh dunia

meningkat secara dramatis. Proporsi populasi penduduk dunia yang berusia diatas 60 tahun hampir berjumlah dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Pada saat ini prevalensi penduduk lansia mengalami peningkatan dari sebelumnya berjumlah 1 milyar orang pada tahun 2020

menjadi 1,4 miliar orang pada tahun 2021. Hal ini membuktikan bahwa laju penuaan terjadi lebih cepat dan seluruh negara di dunia menghadapi tantangan besar untuk memastikan lansia tetap memperoleh sistem pelayanan kesehatan yang sebaik-baiknya.

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), secara nasional jumlah penduduk lansia di Indonesia terhitung sebanyak 25,9 juta jiwa. Hal ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa. Sedangkan di Provinsi Aceh dilaporkan terhitung jumlah lansia adalah sebanyak 868.801 jiwa, yaitu 428.281 jiwa adalah laki-laki dan 440.520 jiwa adalah perempuan. Berdasarkan jumlah tersebut, diperkirakan hanya 16% lansia di Aceh yang mendapatkan pemeriksaan kesehatan sesuai standar (Dinas Kesehatan Aceh, 2019).

Melihat jumlah penduduk lansia yang semakin banyak, lansia perlu mendapatkan perhatian khusus karena pada kelompok usia lanjut ini banyak mengalami perubahan-perubahan seiring proses penuaan, salah satunya adalah penurunan fungsi kognitif (Kholifah, 2016). Penurunan fungsi kognitif pada lansia merupakan berkurangnya kemampuan lansia dalam meningkatkan fungsi intelektual dan berkurangnya efisiensi transmisi saraf di otak sehingga menyebabkan proses informasi menjadi lambat dan banyak informasi memori yang hilang, menurunnya kemampuan mengakumulasi informasi baru dan mengambil informasi dari memori untuk disampaikan serta kemampuan mengingat kejadian masa yang lalu lebih baik dibandingkan mengingat kejadian yang baru (Marquez, dkk., 2009).

Lansia dapat mengalami penurunan fungsi kognitif karena pengaruh dari beberapa faktor resiko, diantaranya adanya riwayat trauma psikologis dan emosional, adanya riwayat disfungsi serebral seperti penyakit serebrovaskular, adanya riwayat masalah psikososial di masa muda seperti memiliki perilaku yang kompulsif saat berada masa dewasa awal dan disebabkan pula oleh perubahan struktur dan fisiologis otak seiring dengan penuaan (Potter & Perry, 2005). Dimana penuaan mengakibatkan level estradiol menurun dalam tubuh, estradiol ini berfungsi sebagai pelindung dan membatasi kerusakan sel saraf otak dari stres oksidatif. Penuaan juga mengakibatkan lansia kekurangan vitamin D yang berfungsi sebagai suplemen untuk fungsi otak dan pelindung saraf vitro (Meyer, 2008).

Hal diatas menyebabkan penurunan fungsi kognitif lansia yang ditandai dengan adanya tanda dan gejala seperti gangguan memori, perubahan persepsi, masalah dalam berkomunikasi, penurunan fokus dan perhatian serta mengalami hambatan dalam melaksanakan tugas harian. Tanda dan gejala tersebut akan semakin memberat seiring bertambahnya usia (Astutik, Handini & Mahendra, 2017). Masalah penurunan fungsi kognitif pada lansia tersebut merupakan masalah proses penuaan yang serius dan tidak boleh diabaikan, hal ini dikarenakan sel-sel dan volume otak lansia akan terus menyusut dan mati secara bertahap (Kuntjoro & Zainuddin, 2002).

Adapun akibat lanjutan yang muncul pada lansia dengan penurunan fungsi kognitif, diantaranya dapat mengakibatkan penurunan fungsi intelektual berat sehingga membuat lansia sulit

untuk hidup mandiri, mengalami gangguan perilaku dan berdampak terhadap penurunan kualitas hidup (Rini, Kuswardhani & Aryana, 2018). Kemudian juga mengakibatkan resiko jatuh karena kehilangan kemampuan otak untuk menjaga keseimbangan tubuh sehingga berpotensi cedera dan mengalami keterbatasan gerak yang mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga lansia akan mengalami ketergantungan dan membebani keluarga (Kuswati, Sumedi & Wahyudi, 2019). Penurunan fungsi kognitif juga mengakibatkan lansia sulit dalam aktivitas makan sehingga beresiko mengalami malnutrisi dan bahkan mengakibatkan penurunan kesadaran, *agnosia* dan *apraxia* (Ebersole, dkk., 2014).

Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya komplikasi dan berbagai permasalahan lanjutan dari penurunan fungsi kognitif akibat proses degeneratif otak pada lansia diperlukan penanganan yang dapat membantu peningkatan fungsi kognitif pada lansia. Penanganan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dapat dilakukan dengan metode farmakologis dan non farmakologis. Penanganan gangguan kognitif secara farmakologis, yaitu dengan pemberian obat-obatan golongan NSAID dan vitamin yang bermanfaat meningkatkan fungsi dan mempertahankan keutuhan jaringan otak meliputi asam amino, vitamin B6, asam folat dan vitamin B12. Sedangkan penanganan secara non farmakologis meliputi komunikasi terapeutik, terapi sentuhan, orientasi realita, *resosialisasi*, terapi validasi dan terapi penguatan atau disebut dengan terapi *reminiscence* (Potter & Perry, 2005).

Terapi *reminiscence* atau terapi penguatan merupakan terapi yang mengelaborasi lansia

secara alami untuk membangkitkan memori pada masa lalunya (Potter & Perry, 2005). Terapi *reminiscence* ini direkomendasikan bagi lansia dengan gangguan kognitif karena dalam pemberiannya akan membuat lansia mengingat kembali kejadian di masa lalu atau *merecall* bagian otak yang disebut hipokampus untuk bekerja. Hipokampus tersebut berperan penting dalam fungsi memori, yaitu memproses informasi, kemudian dari hipokampus akan diaktifkan neurotransmitter asetilkolin yang impulsnya akan memicu pusat pengaturan memori di otak, sehingga jika terusmenerus terapi ini diterapkan dapat meningkatkan ingatan masa lampau lansia sedikit demi sedikit dan meningkatkan fungsi kognitif nya (Kayang, dkk., 2019).

Penelitian oleh Gultom, Martina dan Harianja (2021) menunjukkan bahwa adanya peningkatan kognitif pada lansia antara sebelum dan sesudah pemberian terapi *reminiscence*. Dimana sebelum diberikan terapi *reminiscence*, sebanyak 30% lansia mengalami penurunan fungsi kognitif ringan. Kemudian, setelah diberikan terapi *reminiscence* didapatkan lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif berkurang menjadi 20%.

Penelitian oleh Ayu dan Kurniawaty (2017) juga menunjukkan adanya perbaikan fungsi kognitif pada lansia antara sebelum dan sesudah pemberian terapi *reminiscence*. Dimana sebelum diberikan terapi *reminiscence*, mayoritas lansia mengalami gangguan kognitif ringan sebanyak 64%. Kemudian, setelah diberikan terapi *reminiscence* terjadi perbaikan dimana mayoritas lansia memiliki fungsi kognitif normal sebanyak 80%.

Berdasarkan uraian diatas, penulis ingin menganalisis lebih lanjut terkait “Analisis Penerapan Terapi *Reminiscence* dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif pada Lansia”.

METODE

Desain penelitian ini adalah *literature review* dengan menggunakan *framework* PICO (*population/problem, intervention, comparation* dan *outcome*).

Penelitian ini menggunakan database *Google Scholar* dengan kata kunci lansia AND terapi *reminiscence* AND meningkatnya fungsi kognitif sehingga didapatkan empat artikel penelitian untuk dianalisis.

HASIL

Berdasarkan hasil analisa penulis terhadap empat artikel ilmiah pada *literature review* ini menunjukkan bahwa penerapan terapi *reminiscence* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Hasil penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) dengan menggunakan desain *quasy exsperiment pre and post test without control group* pada 15 responden lansia yang diambil secara *consecutive sampling* dan menggunakan instrumen kuesioner MMSE. Penelitian ini menerapkan terapi *reminiscence* dengan frekuensi 5 kali pertemuan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi *reminiscence* ditemukan lansia dengan penurunan fungsi kognitif ringan sebanyak 100%. Kemudian, terjadi perbaikan fungsi kognitif setelah pemberian terapi *reminiscence*, dimana mayoritas lansia jadi memiliki fungsi kognitif normal sebanyak 66,7%. Hasil uji statistic menggunakan *wilcoxon signed rank test*

didapatkan *p-value* $0,002 < \alpha 0,005$. Maka, ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Hasil penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) dengan menggunakan desain *pre exsperimental* dengan *one group pretest-posttest* pada 14 responden lansia yang dipilih secara *purposive sampling* dan menggunakan instrumen kuesioner MMSE. Penelitian ini menerapkan terapi *reminiscence* selama 2 minggu dengan frekuensi 4 kali pertemuan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi *reminiscence* ditemukan rata-rata skor fungsi kognitif lansia adalah 16,79. Kemudian, terjadi peningkatan rata-rata skor fungsi kognitif lansia menjadi 22,57 setelah pemberian terapi *reminiscence*. Hasil uji statistik menggunakan *paired t-test* didapatkan *p-value* $0,000 < \alpha 0,005$. Maka, ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Hasil penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) dengan menggunakan desain *pre exsperimental* dengan *one group pretestposttest* pada 14 responden lansia yang dipilih secara *purposive sampling* dan menggunakan instrumen kuesioner MMSE. Penelitian ini menerapkan terapi *reminiscence* selama 3 minggu dengan frekuensi 2 kali per minggu yang berdurasi 30 menit/pertemuan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebelum pemberian *reminiscence therapy* ditemukan seluruh responden memiliki gangguan fungsi kognitif ringan sebesar 100%. Kemudian, terjadi perbaikan fungsi kognitif setelah pemberian *reminiscence therapy* dimana mayoritas

responden yang memiliki gangguan fungsi kognitif ringan menurun menjadi 92,9%. Hasil uji statistik dengan menggunakan *wilcoxon signed rank test* didapatkan $p\text{-value } 0,023 < \alpha 0,005$. Maka, ada pengaruh signifikan *reminiscence therapy* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Hasil penelitian Dewi (2018) dengan menggunakan desain *pra experimental pre-post test* pada 20 responden lansia yang dipilih secara *purposive sampling* dan menggunakan instrumen kuesioner MMSE. Penelitian ini menerapkan terapi *reminiscence* dengan frekuensi sebanyak 3 sesi selama 2 minggu yang berdurasi 90 menit per sesinya. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi *reminiscence* ditemukan mayoritas responden memiliki rata-rata skor fungsi kognitif adalah 12,80. Kemudian, terjadi peningkatan fungsi kognitif setelah pemberian terapi *reminiscence* adalah menjadi 14,10. Hasil uji statistik menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan $p\text{-value } 0,009 < \alpha 0,05$. Maka, ada pengaruh signifikan terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

PEMBAHASAN

Hasil analisis penulis terhadap empat artikel ilmiah menunjukkan bahwa penerapan terapi *reminiscence* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Menurut asumsi penulis, terapi *reminiscence* yang diterapkan dalam keempat artikel efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dikarenakan mekanisme kerja dari terapi tersebut memberikan dampak terhadap bagian otak untuk merangsang pengeluaran zat kimiawi otak terutama pada

pusat memori sehingga lansia dapat menggali kembali kejadian di masa lalu yang pernah dialaminya dan secara perlahan meningkatkan daya ingat lansia.

Hal ini didukung oleh Gultom, Martina dan Harianja (2021) yang menjelaskan bahwa penerapan terapi *reminiscence* bermanfaat dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia dikarenakan mekanisme pengaplikasian terapi tersebut. Dimana efek pengaplikasiannya dapat meningkatkan kerja bagian otak yang disebut hipokampus untuk memicu impuls pada pusat pengaturan memori. Hal ini dapat merangsang neurotransmitter asetilkolin yang berfungsi membuat lansia mencoba berlatih untuk mengingat kejadian masa lalu sehingga secara perlahan-lahan akan meningkatkan kembali fungsi kognitif lansia.

Hal ini didukung pula oleh Erisyanto dan Susilo (2022) yang menjelaskan bahwa terapi *reminiscence* merupakan salah satu terapi yang diyakini dapat mengatasi disfungsi kognitif pada lansia. Hal ini disebabkan karena terapi ini mengajak lansia berpartisipasi dalam kegiatan menggali memori masa lalu terkait masa kanak-kanak, remaja hingga masa dewasa yang telah mereka lalui. Dalam intervensi ini pula, lansia akan diminta memaparkan persepsi mereka tentang rasa yang pernah dialami pada masa lalu tersebut secara aktual, hal ini akan menimbulkan respon pada pusat memori otak lansia untuk mengingat kembali dan (berbahasa) pada terapis tentang apa yang mereka ingat berkenaan dengan topik masa lalu yang sedang didiskusikan.

Berdasarkan hasil analisis penulis terhadap empat artikel ilmiah, penulis menemukan artikel yang paling efektif adalah penelitian Kayang,

Noorhidayah dan Firdaus (2019). Menurut asumsi penulis, penelitian tersebut dikatakan sangat efektif karena menunjukkan peningkatan fungsi kognitif lansia yang lebih besar dibandingkan tiga artikel lainnya, yaitu sebesar 33,3%. Dimana sebelum pemberian intervensi terapi *reminiscence* sebanyak 100% lansia mengalami gangguan fungsi kognitif ringan, kemudian menurun drastis menjadi 66,7% lansia mengalami fungsi kognitif normal setelah pemberian intervensi terapi *reminiscence*. Kemudian, keefektifan dari penelitian penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) juga dapat terjadi karena ditinjau dari segi frekuensi terapi yang diterapkan lebih banyak dibandingkan ketiga jurnal lainnya, dimana pada penelitian tersebut terapi *reminiscence* dilakukan dengan frekuensi 5 kali pertemuan berturut-turut. Sedangkan ketiga artikel lainnya tidak melakukan secara berturut-turut, melainkan diselingi dengan beberapa hari sekali dan hanya memiliki frekuensi 2-4 kali pertemuan. Oleh sebab itu, penelitian ini terbukti sebagai artikel yang paling efektif.

Berdasarkan hasil analisis pada keempat artikel ilmiah, penulis menemukan adanya faktor pendukung keberhasilan dari terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, yaitu karena terapi ini dilakukan secara rutin dengan frekuensi dan durasi yang tepat dan tingkat kerusakan kognitif awal yang dimiliki lansia masih dapat ditoleransi.

Faktor pendukung keberhasilan terapi *reminiscence* yang pertama penulis temukan adalah karena terapi ini diterapkan secara rutin dengan frekuensi dan durasi yang tepat. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Kayang,

Noorhidayah dan Firdaus (2019) bahwa terapi *reminiscence* diterapkan dengan frekuensi 5 kali pertemuan. Hal ini juga tampak pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) bahwa terapi *reminiscence* dilakukan selama 2 minggu dengan frekuensi 4 kali pertemuan. Kemudian, pada penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) dijelaskan bahwa terapi *reminiscence* diterapkan selama 3 minggu dengan frekuensi 2 kali per minggu yang berdurasi 30 menit/pertemuan. Selain itu, pada penelitian Dewi (2018) juga dijelaskan bahwa terapi *reminiscence* diterapkan dengan frekuensi sebanyak 3 sesi selama 2 minggu yang berdurasi 90 menit per sesinya.

Menurut asumsi penulis, terapi *reminiscence* dapat bekerja lebih efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia jika diterapkan secara teratur dengan frekuensi dan durasi yang tepat. Hal ini dikarenakan pengaturan memori lansia yang sudah lama kurang difungsikan dilatih kembali secara berulang-ulang sehingga memicu impuls-impuls yang meneruskan rangsangan ke pusat memori otak untuk kembali bekerja mengingat kejadian di masa lalu.

Hal ini didukung oleh Dayamaes (2013) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif pada lansia adalah latihan, pengalaman dan interaksi sosial. Artinya, ketika lansia diberikan terapi *reminiscence* tersebut secara rutin akan membantu pengembangan dirinya melalui serangkaian latihan-latihan dan pengalaman berkaitan dengan kenangan masa lalu. Kemudian, melalui penerapan terapi *reminiscence* itu pula lansia akan diajarkan untuk membangun hubungan dengan lingkungan sekitar termasuk orang-orang terdekat untuk

mendiskusikan terkait kejadian atau kenangan menarik di masa lalu yang dapat memicu pusat memorinya dalam proses mengingat kembali.

Kemudian, faktor pendukung keberhasilan terapi yang lainnya adalah tingkat kerusakan kognitif awal yang dimiliki lansia yang masih dapat ditoleransi. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) bahwa tingkat kerusakan kognitif yang dialami lansia dominan dalam kategori ringan. Hal ini juga tampak pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) bahwa skor fungsi kognitif yang dialami lansia bernilai 16,79 atau termasuk dalam kategori kerusakan fungsi kognitif ringan. Kemudian, pada penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) juga menunjukkan tingkat kerusakan kognitif yang dialami lansia dominan dalam kategori ringan. Selain itu, pada penelitian Dewi (2018) juga dijelaskan bahwa skor fungsi kognitif yang lansia bernilai 12,80 atau termasuk dalam kategori kerusakan kognitif sedang.

Menurut asumsi penulis, mayoritas responden lansia yang mendapatkan terapi *reminiscence* memiliki tingkat kerusakan kognitif awal dalam kategori ringan. Hal ini artinya kerusakan kognitif yang dialami lansia tidak begitu berat sehingga masih dapat ditoleransi dan ditangani dengan terapi *reminiscence*. Hal ini didukung pula oleh penelitian Lok, Bademli dan Tosun (2018) yang menjelaskan bahwa terapi *reminiscence* merupakan terapi kenangan yang jika dilakukan dengan metode yang tepat dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan ukuran efek terapi ringan hingga sedang. Sehingga terapi *reminiscence* ini sangat tepat

diberikan pada lansia dengan kerusakan kognitif dalam kategori ringan dan sedang.

Hasil analisis yang penulis lakukan pada empat artikel ilmiah, didapatkan beberapa faktor yang mempengaruhi penurunan fungsi kognitif pada lansia, yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, status pekerjaan dan lamanya waktu lansia tinggal di Panti Jompo.

Faktor pertama yang penulis temukan sebagai faktor yang mempengaruhi penurunan fungsi kognitif pada lansia adalah faktor usia. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) bahwa semua lansia berada pada rentang usia 60-74 tahun (100%). Sedangkan pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) ditemukan mayoritas lansia berusia > 75 tahun (70%). Kemudian dalam penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) mayoritas lansia juga berada dalam rentang usia 60-74 tahun (71,4%). Lalu, pada penelitian Dewi (2018) mayoritas lansia berada pada rentang usia 70-79 tahun (50%).

Menurut asumsi penulis, penurunan fungsi kognitif mulai terjadi sejak usia 60 tahun keatas. Hal ini dikarenakan ketika individu sudah memasuki masa usia lanjut akan terjadi berbagai proses degeneratif pada seluruh organ tubuh termasuk perubahan anatomi otak. Maka, semakin bertambahnya usia seseorang akan menyebabkan perubahan seperti penyusutan sel saraf di otak sehingga dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif.

Hal ini didukung oleh penelitian Fahmi, Ambarwati, Sholihin dan Sayekti (2021) yang menyatakan bahwa penurunan fungsi kognitif didominasi oleh lansia yang berumur 60 tahun keatas. Hal ini karena semakin tua seseorang,

maka berat otak akan berkurang sebesar 10% dan jumlah neuron juga akan berkurang sekitar 100.000 sel per hari. Akibatnya berdampak terhadap peningkatan penyusutan otak dan munculnya berbagai plak di dalam pembuluh darah otak sehingga menimbulkan kerusakan kognitif.

Selain itu, jenis kelamin juga ditemukan sebagai faktor yang mempengaruhi penurunan fungsi kognitif pada lansia. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) bahwa mayoritas lansia adalah perempuan (60%). Kemudian dalam penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) juga menunjukkan bahwa mayoritas lansia juga merupakan perempuan (78,6%). Namun, pada penelitian Dewi (2018) mayoritas lansia adalah laki-laki (60%).

Menurut asumsi penulis, dalam proses penuaan lansia perempuan lebih rentan mengalami kerusakan fungsi kognitif dibandingkan lansia laki-laki. Hal ini dapat terjadi karena adanya perbedaan struktur kognitif dan hormon yang dihasilkan oleh tubuh perempuan dengan tubuh laki-laki. Tubuh perempuan memiliki hormon estrogen yang fungsinya untuk membantu mempertahankan daya ingat. Namun, seiring penuaan hormon estrogen tersebut akan terus berkurang sehingga lansia perempuan rentan mengalami penurunan fungsi kognitif.

Hal ini didukung oleh penelitian Ratumanan, Huwae dan Sanany (2019) yang juga menemukan bahwa lansia yang lebih banyak mengalami gangguan fungsi kognitif adalah perempuan. Hal ini dikarenakan fungsi kognitif dipengaruhi oleh hormon seks endogen yakni estradiol atau

estrogen. Hormon estradiol tersebut memiliki reseptor pada daerah otak yang berperan mengatur fungsi belajar dan memori. Tidak hanya itu, hormon estradiol tersebut juga bermanfaat sebagai agens neuroprotektif atau pelindung sel saraf dari kerusakan. Namun, proses penuaan membuat perempuan secara perlahan mengalami kehilangan produksi hormon seks estradiol tersebut terutama setelah memasuki masa menopause. Akibatnya berdampak terhadap penurunan fungsi daya ingat yang lebih rentan dibandingkan laki-laki.

Kemudian, hasil analisis juga menemukan bahwa faktor pendidikan terakhir dapat mempengaruhi penurunan fungsi kognitif lansia. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Kayang, Noorhidayah dan Firdaus (2019) bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki pendidikan akhir pada tingkat SD (46,7%). Hal ini juga tampak pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki pendidikan akhir pada tingkat SD (36%). Begitu pula dengan yang ditemukan dalam penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki pendidikan akhir pada tingkat SD (50%). Sedangkan pada penelitian Dewi (2018) ditemukan bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki pendidikan akhir pada tingkat SMP (40%).

Menurut asumsi penulis, tingkat pendidikan terakhir juga mempengaruhi terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lansia. Dimana lansia dengan riwayat pendidikan akhir Sekolah Dasar atau kategori pendidikan rendah lebih

rentan mengalami masalah penurunan fungsi kognitif. Hal ini disebabkan karena pendidikan yang ditempuh akan menentukan kualitas terlatihnya fungsi kognitif yang dimiliki seseorang. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan terus melatih peningkatan fungsi kognitif hingga masa tua. Sebaliknya, semakin rendah pendidikan seseorang, maka akan semakin cepat menurun fungsi kognitifnya hingga masa tua.

Hal ini didukung oleh Riskiana dan Mandagi (2021) yang juga menemukan bahwa mayoritas lansia dengan penurunan fungsi kognitif memiliki pendidikan akhir Sekolah Dasar atau kategori pendidikan rendah. Hal ini karena tingkat pendidikan yang rendah mencerminkan pengalaman mental dan lingkungan sosial yang kurang sehingga berdampak pada stimulasi intelektual, akibatnya berdampak pada kognitif yang buruk.

Selain faktor pendidikan, riwayat pekerjaan juga mempengaruhi penurunan fungsi kognitif lansia. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki riwayat pekerjaan dalam kategori tidak bekerja (44%). Sedangkan pada penelitian Harini, Setianingsih dan Widjanegara (2018) menunjukkan bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif dominan memiliki pekerjaan sebagai pedagang (50%).

Menurut asumsi penulis, status pekerjaan juga dapat mempengaruhi terjadinya penurunan fungsi kognitif pada lansia. Lansia dengan riwayat status tidak bekerja dan yang bekerja sebagai pedagang ditemukan sebagai responden yang banyak mengalami penurunan fungsi

kognitif. Hal ini karena lansia yang tidak bekerja tidak banyak melatih kognitifnya sejak dahulu, sedangkan lansia yang pernah menjadi pedagang lebih banyak melatih kemampuan fisiknya dibandingkan kognitifnya.

Hal ini didukung oleh Shieddieqy, Zulfitri dan Elita (2022) bahwa individu yang tidak bekerja memiliki sifat kurang inisiatif dan tidak efisien dalam melakukan sesuatu. Hal ini secara langsung tidak dapat menstimulasi fungsi intelektual dengan baik, sehingga orang yang tidak bekerja lebih mudah mengalami penurunan fungsi kognitif saat memasuki masa lansia. Kemudian, Roring, Pertiwi & Mahama (2020) juga menambahkan bahwa jenis pekerjaan tertentu dapat menjadi faktor pemicu penurunan kognitif pada lansia. Seseorang yang tergolong bekerja dengan fisik seperti pedagang lebih berisiko mengalami penurunan kognitif dibandingkan dengan individu yang memiliki pekerjaan menggunakan pikiran seperti pekerja kantoran.

Kemudian, lamanya waktu lansia tinggal di Panti Jompo juga dapat mempengaruhi penurunan fungsi kognitif pada lansia. Hal ini dapat dilihat pada penelitian Putra, Indarwati dan Has (2019) bahwa lansia dengan penurunan fungsi kognitif memiliki riwayat tinggal di panti selama 1-5 tahun (86%). Menurut asumsi penulis, lamanya waktu lansia tinggal di Panti Jompo dapat mempengaruhi penurunan fungsi kognitif pada lansia. Hal ini karena lansia yang belum lama tinggal di Panti Jompo lebih banyak ditemukan mengalami fungsi kognitif yang menurun. Hal ini karena lansia yang baru saja bergabung di panti belum banyak mengikuti aktivitas-aktivitas sosial yang diadakan di panti

sehingga berdampak terhadap fungsi kognitif yang lebih menurun dibandingkan dengan lansia yang sudah lama di panti dan sudah banyak mengikuti kegiatan di panti. Dimana seperti yang telah kita ketahui bahwa beragam aktivitas sosial yang diadakan oleh pihak Panti Jompo secara tidak langsung memfasilitasi peningkatan keterampilan dan kemampuan kognitif lansia.

Hal ini didukung oleh Riani dan Halim (2019) yang juga menemukan hasil bahwa lansia yang tinggal di panti dalam waktu lebih lama akan memiliki fungsi kognitif lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal sendiri. Hal ini disebabkan karena selama di panti para lansia akan difasilitasi berbagai kegiatan yang melibatkan kerja fungsi otak untuk berpikir, meningkatkan kreativitas, berbahasa dan menyusun perencanaan sehingga dapat membantu mengatasi penurunan fungsi kognitif pada lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan literatur pada kelima artikel ilmiah di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi *reminiscence* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

SARAN

Disarankan kepada penulis selanjutnya untuk melakukan penelitian lanjutan terkait penerapan terapi *reminiscence* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada dosen, staf dan mahasiswa Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh atas kontribusinya dalam menyumbangkan

keahlian dan waktu untuk meninjau dan mengevaluasi hasil tinjauan literatur ini demi menjamin kualitas dan dampak substantif jurnal ini dalam proses publikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, N. D., Handini, F. S., & Mahendra, N. M. W. (2017). *Pengaruh fungsi kognitif terhadap kualitas hidup lansia di Posyandu Lansia Srikandi Kelurahan Gadingkasri Kecamatan Klojen Malang*. *Jurnal Keperawatan Malang*, 2(2): 90-94.
- Ayu, N. M. S. & Kurniawaty, D. (2017). *Analisis domain fungsi kognitif lansia dengan demensia melalui reminiscence therapy di Panti Werdha Anugerah Tanjungpinang*. *Jurnal Keperawatan*, 3(2): 847-856.
- Dayamaes, R. (2013). *Gambaran fungsi kognitif klien usia lanjut di Posbindu Rosella Legoso wilayah kerja Puskesmas Ciputat Timur Tangerang Selatan*. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Dewi, S. R. (2018). *Pengaruh terapi reminiscence terhadap fungsi kognitif lansia di UPT PSTW Bondowoso*. *The Indonesian Journal of Health Science*, 3(1): 174-178.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2019). *Profil kesehatan aceh 2019*. Dinas Kesehatan Aceh: Aceh.
- Ebersole, P., Hess, P., Touhy, T.A., & Jett, K. (2014). *Ebersole & Hess' toward healthy aging: human needs & nursing response (4th ed)*. United States of America: Elsevier.
- Erismanto & Susilo, R. (2022). *The effect of reminiscence therapy using video on the cognitive function of the elderly at Panti Pelayanan Sosial lanjut usia (PPSLU) Sudagaran*. *Proceedings of the 2nd International Nursing and Health Sciences*, 2(1): 154-161.
- Fahmi, A. Y., Ambarwati, R., Sholihin, & Sayekti, E. S. (2021). *The effect of reminiscence therapy on increasing cognitive function in the*

- elderly. *Journal of Educational, Health, and Community Psychology*, 10(4): 643-652.
- Gultom, R., Martina, S. E., & Harianja, E. S. (2021). Penerapan terapi reminiscence dalam upaya pencegahan demensia pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dinas Sosial Binjai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2): 122-128.
- Harini, I. G. A., Setianingsih, P. P. & Widjanegara, I. G. (2018). Pengaruh reminiscence therapy terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 1(1): 1-10.
- Kayang, R., Noorhidayah & Firdaus, R. (2019). Pengaruh reminiscence therapy terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Samarinda. *Jurnal Poltekkes Kaltim*, 2(1): 1-8.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Indonesia masuki periode aging population*. Diakses pada tanggal 19 November 2021 dari <https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masuki-periode-agingpopulation.html>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kholifah, S. N. (2016). *Modul keperawatan gerontik*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuntjoro & Zainuddin. (2002). *Gangguan psikologis dan perilaku pada demensia*. Jakarta: EGC.
- Kuswati, A., Sumedi, T., & Wahyudi. (2019). Elderly empowerment through the activities of brain function cognitive stimulation elderly in Mersi Village District Banyumas. *Journal of Bionursing*, 1(1): 122-132.
- Lok, N., Bademli, K., & Tosun, A. S. (2018). The effect of reminiscence therapy on cognitive functions, depression, and quality of life in alzheimer patients: randomized controlled trial. *Int J Geriatry Psychiatry*, 34(1): 47-53.
- Marquez, D. X., Bustamante, E. E., Blissmer, B. J., & Prohaska, T. R. (2009). Health promotion for successful aging. *American Journal of 60 Lifestyle Medicine*, 3(1): 12-19.
- Meyer, K. J. (2008). *The relationship between therapists' use of humor and therapeutic alliance*. *Diss Abstr Int Sect B Sci Eng*, 68(7): 1-7.
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktik, edisi 4, volume 1*. Jakarta: EGC.
- Putra, R. A. G. S. M., Indarwati, R., & Has, E. M. M. (2019). Reminiscence therapy dengan metode terapi aktivitas kelompok meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. 1(1): 125-133.
- Ratumanan, S. P., Huwae, L. B. S., & Sanaky, M. (2019). Fungsi kognitif pada lansia ditinjau berdasarkan tempat tinggal dan jenis kelamin di negeri Passo. *Pattimura Medical Review*, 1(2): 69-80.
- Riani, A. D. & Halim, M. S. (2019). Fungsi kognitif lansia yang beraktivitas kognitif secara rutin dan tidak rutin. *Jurnal Psikologi*, 46(2): 85-101.
- Rini, S. S., Kuswardhani, T., & Aryana, S. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar. *Jurnal Penyakit Dalam Udayana*, 2(2): 32-37.
- Riskiana, N. P. N. & Mandagi, A. M. (2021). Tingkat pendidikan dengan fungsi kognitif pada lansia dalam periode aging population. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2): 256-268.
- Roring, N. V., Nadia, J. M., & Mahama, C. N. (2019). Gambaran fungsi kognitif pada lanjut usia di Desa Sendangan Kecamatan Remboken. *E-Clinic*, 8(1): 79-83.
- Shieddieqy, A. A., Zulfritri, R., & Elita, V. (2022). Analisis faktor risiko yang berhubungan

dengan fungsi kognitif pada lansia suku Melayu. JKEP, 7(1): 12-26.

Organization. (2021). *Ageing and health*. Diakses pada tanggal 28 Oktober 2021 dari <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>.