

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Lanjut usia adalah tahap terakhir dalam perjalanan hidup manusia yang ditandai dengan penurunan gradual pada berbagai sistem tubuh, termasuk sistem saraf pusat (Laksmi et al., 2024). Salah satu konsekuensi paling penting dari proses penuaan adalah berkurangnya fungsi kognitif, yang mencakup atensi, memori, kemampuan bahasa, orientasi (waktu dan tempat), kemampuan visuospasial, dan fungsi eksekutif seperti perencanaan dan pengambilan keputusan (Sakdia & Hastuti, 2025). Gangguan fungsi kognitif pada kelompok lanjut usia masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang umum terjadi, baik di tingkat global maupun nasional (Irma & Jihad, 2023). Penelitian di berbagai panti werdha di Indonesia menunjukkan prevalensi gangguan kognitif mencapai lebih dari 70%, yang menunjukkan bahwa masalah ini merupakan isu kesehatan yang signifikan pada kelompok lansia (Sulistyarini et al., 2022; Widyaningsih et al., 2024).

Fungsi-fungsi sangat berperan dalam mempertahankan kemandirian dan kemampuan adaptasi para lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Khotimah, 2025). Saat fungsi kognitif mengalami penurunan, lansia akan menemui kesulitan dalam mengelola diri, berkomunikasi, memahami lingkungan sekitarnya, serta menjaga interaksi sosial yang bernilai (Laksmi et al., 2024). Gangguan kognitif pada lansia tidak terbatas pada aspek medis saja, tetapi juga memiliki dampak sosial dan fungsional (Khotimah, 2025). Lansia yang mengalami gangguan kognitif cenderung lebih rentan terhadap ketergantungan, kesalahan dalam merawat diri, masalah gizi, resiko jatuh, serta penurunan kualitas

hidup (Delianti & Wilda, 2024). Gangguan ini juga meningkatkan beban bagi keluarga dan penyedia layanan geriatrik. Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat diidentifikasi menggunakan instrumen *Mini-Mental State Examination* (MMSE), yang mengklasifikasikan fungsi kognitif menjadi normal (skor 24–30), gangguan kognitif ringan (skor 18–23), gangguan kognitif sedang (skor 17–10), gangguan kognitif berat (<10) (Purnama & Sutrisno, 2025). Semakin rendah skor MMSE, semakin besar risiko lansia mengalami ketergantungan, gangguan perawatan diri, penurunan kualitas hidup, serta risiko jatuh (Wang, 2023; (Galiana & Fernández, 2025). Penurunan fungsi kognitif dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, tingkat pendidikan, penyakit kronis, serta perubahan biologis berupa degenerasi neuron, penurunan sinaps, dan gangguan aliran darah otak. Penelitian Hoxha et al., (2024) terhadap lansia di Albania menemukan bahwa kemunduran fungsi kognitif berkaitan dengan faktor usia, tingkat pendidikan, keberadaan penyakit kronis, dan perubahan biologis, yang ditandai dengan penurunan skor MMSE secara progresif.

Dari segi biologis, penurunan kognitif dipengaruhi oleh perubahan struktural dan fungsional di otak seperti jumlah neuron yang berkurang, penurunan plastisitas sinaps, dan masalah aliran darah ke otak (Craig & Bialystok, 2006; Park & Reuter-Lorenz, 2009; Khotimah, 2018). Faktor hormonal, psikologis, dan kurangnya rangsangan mental juga mempercepat proses ini (Astuti et al., 2024). Fungsi kognitif lansia dipengaruhi oleh faktor demografis, biologis, dan kesehatan, seperti usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, serta kondisi penyakit kronis (Hoxha et al., 2024). Lestari et al., (2025) menyatakan bahwa kondisi kesehatan, termasuk penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus,

berkaitan dengan menurunnya fungsi kognitif pada kelompok lanjut usia. Lansia dengan tingkat pendidikan rendah dan aktivitas mental yang terbatas memiliki cadangan kognitif yang lebih kecil, sehingga lebih rentan mengalami penurunan kemampuan berpikir dan mengingat. (Faisah, 2024; Hoxha et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 3 Februari 2026, 30 lansia yang tinggal di Griya Wredha Jambangan Surabaya berusia diatas 60 banyak mengalami gangguan kognitif. Menurut World Health Organization (WHO) dalam Sakdia & Hastuti, (2025) memperkirakan pada tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang dan akan terus bertambah hingga 2 miliar orang dengan lanjut usia dan di Indonesia ada sebanyak (33,69 juta) pada tahun 2025, (Budiarti et al., 2020) menjelaskan bahwa proyeksi jumlah lansia di Surabaya pada tahun 2018 mencapai 8,53 persen (246 ribu), sedangkan proyeksi jumlah lansia pada tahun 2019 sebesar 8,84 persen (256 ribu). Secara keseluruhan di panti Griya Wredha Jambangan ada 167 lansia, selain itu, dari hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif dengan tingkat keparahan bervariasi mulai ringan hingga sedang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penurunan fungsi kognitif berdampak nyata terhadap kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Di Griya Wredha Jambangan belum ada yang melakukan penelitian ataupun intervensi terkait terapi Reminiscence dan belum ada yang melakukan peneliti yang mengukur *score* MMSE terhadap lansia yang ada di Griya Wredha Jambangan Surabaya.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa gangguan kognitif masih banyak ditemukan pada lansia di berbagai daerah. Penelitian di Panti Werdha St. Yosef

Surabaya menunjukkan bahwa lansia mengalami gangguan fungsi kognitif mulai dari tingkat ringan hingga berat yang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup mereka (Manungkalit et al., 2021). Sejalan dengan penelitian tersebut, (Widyaningsih et al., 2024) di Dukuh Kadilangon Kudus menemukan bahwa sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif sedang sebesar 41,5%, disertai gangguan kognitif ringan sebesar 26,8% dan gangguan berat sebesar 7,3%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa gangguan kognitif pada lansia masih menjadi masalah yang cukup tinggi sehingga memerlukan perhatian dan intervensi yang berkelanjutan. Apabila kondisi ini tidak ditangani, maka penurunan kognitif akan semakin memburuk dan berdampak pada meningkatnya ketergantungan lansia, gangguan perawatan diri, serta penurunan kualitas hidup. Berbagai faktor dapat memengaruhi fungsi kognitif lansia sehingga diperlukan intervensi nonfarmakologis untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi tersebut. Salah satu intervensi yang terbukti bermanfaat yakni terapi reminiscence (Alfiyanti & Silvitasari, 2020).

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah terapi reminiscence, yaitu terapi yang bertujuan untuk mengaktifkan kembali memori jangka panjang melalui proses mengingat pengalaman masa lalu yang bermakna (Siti Hikmah et al., 2024). Secara neurologis, terapi ini bekerja dengan menstimulasi hipokampus dan sistem limbik yang berperan dalam memori dan emosi, sehingga dapat meningkatkan kemampuan mengingat, orientasi, serta fungsi kognitif lansia (Irma & Jihad, 2023; Hoxha et al., 2024). Efektivitas terapi reminiscence telah dibuktikan dalam berbagai penelitian, yang menunjukkan adanya peningkatan skor MMSE secara signifikan setelah intervensi diberikan ($p < 0,05$). Terapi

Remniscence selain meningkatkan fungsi kognitif, terapi ini juga berkontribusi terhadap peningkatan interaksi sosial dan kualitas hidup lansia (Laksmi et al., 2024).

Di Grya Wredha Jambangan lansia tersebut belum pernah melakukan terapi Reminiscence, tetapi menurut perawat disana lansia tersebut sering berkumpul dengan lansia lain dan sering berkomunikasi dan jarang sekali ada yang karakter yang menarik diri. Penggunaan media kartu bergambar dan musik tradisional merupakan inovasi yang dapat memperkuat efektivitas terapi reminiscence melalui pendekatan multisensori. Kartu bergambar berfungsi sebagai stimulus visual yang membantu lansia mengingat pengalaman masa lalu, sedangkan musik tradisional dapat memicu memori emosional yang tersimpan dalam sistem limbik, sehingga memperkuat proses recall memori (Siti Hikmah et al., 2024).

Terapi reminiscence tidak hanya berdampak pada aspek kognitif, tetapi juga memberikan efek psikologis berupa peningkatan emosi positif, rasa percaya diri, serta interaksi sosial. Secara mekanisme, saat lansia mengingat kembali pengalaman masa lalu yang bermakna, akan terjadi aktivasi pada sistem limbik dan hipokampus yang berperan dalam pengolahan emosi dan memori. Aktivasi ini menimbulkan perasaan senang, nyaman, dan nostalgia, yang kemudian meningkatkan motivasi, perhatian, dan konsentrasi lansia selama proses terapi (Sukardin et al., 2021). Peningkatan perhatian dan konsentrasi tersebut berperan penting dalam memperkuat proses *recall* memori, sehingga lansia lebih mudah mengingat informasi yang tersimpan dalam memori jangka panjang. Emosi positif yang muncul juga dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan, yang diketahui

dapat menghambat fungsi kognitif. Kestabilan kondisi psikologis berperan penting dalam mendukung peningkatan fungsi kognitif lansia secara menyeluruh. (Sukardin et al., 2021).

Berdasarkan permasalahan tersebut, terlihat adanya kesenjangan antara tingginya angka gangguan kognitif pada lansia di Griya Werdha Jambangan dengan keterbatasan intervensi yang diberikan. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh stimulasi terapi reminiscence dengan media kartu diiringi musik tradisional terhadap fungsi kognitif lansia.

1.2 Rumusan masalah

1. Bagaimana fungsi kognitif lansia sebelum diberikan stimulasi terapi reminiscence dengan media kartu diiringi musik tradisional di Griya Wredha jambangan Surabaya?
2. Bagaimana fungsi kognitif lansia setelah diberikan stimulasi terapi reminiscence dengan media kartu diiringi musik tradisional di Griya Wredha jambangan Surabaya?
3. Apakah ada pengaruh stimulasi terapi reminiscence dengan media kartu diiringi musik tradisional terhadap fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh stimulasi terapi *reminiscence* menggunakan media kartu diiringi musik tradisional terhadap fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui fungsi kognitif sebelum stimulasi terapi *reminiscance* dengan media kartu diiringi musik tradisional pada fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya menggunakan hasil skor MMSE (*Mini Mental State Examination*).
2. Mengetahui fungsi kognitif setelah stimulasi terapi *reminiscance* dengan media kartu diiringi musik tradisional pada fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya menggunakan hasil skor MMSE (*Mini Mental State Examination*).
3. Menganalisis pengaruh stimulasi terapi *reminiscance* dengan media kartu diiringi musik pada fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Memberikan kontribusi dan membuktikan teori dalam pengembangan ilmu keperawatan gerontik khususnya terkait intervensi non-farmakologis untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia di Griya Wredha jambangan Surabaya.
2. Menambah literatur ilmiah tentang efektivitas terapi reminiscence berbasis media visual (kartu) dan auditori (musik tradisional) di Indonesia.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia: Membantu memperlambat penurunan fungsi kognitif, meningkatkan interaksi sosial, serta memberikan pengalaman emosional positif melalui pengingatan kembali masa lalu.
2. Bagi Panti : Menjadi alternatif metode terapi sederhana, murah, dan aplikatif untuk diterapkan dalam kegiatan sehari-hari lan

