



Penerapan *EBN Reminiscence Therapy* terhadap Fungsi Kognitif dan Tingkat Depresi Lansia di RW 03 Kel. Karyamulya Kota Cirebon

Rizki Aulia Febriyanti^{1*}, Dewi Erna Marisa², Ahmad Syarifudin³

¹⁻³ Program Studi Profesi Ners, Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika, Indonesia

*Penulis Korespondensi: rizkiauliafebriyanti354@gmail.com

Abstract. Cognitive decline and depression are major issues frequently faced by older adults in the community. Low levels of brain-stimulating activities, a lack of social interaction, and the loss of a meaningful role within the family are the primary triggers of mental decline. The natural aging process and a lack of psychological support exacerbate these conditions. A monotonous lifestyle without specific interventions accelerates memory loss and triggers emotional stress in older adults. This study aims to determine the effect of Evidence-Based Nursing Reminiscence Therapy on cognitive function and depression levels among the elderly in RW 03, Karyamulya Village, Kesambi District, Cirebon City, in 2026. This is a descriptive study using a gerontological nursing case study design. The study subjects consisted of two older adults with memory impairment. The instruments used were the standardized MMSE assessment form, the SPMSQ questionnaire, and the GDS. Data analysis was conducted descriptively by comparing conditions before and after the intervention. The results of the study indicate that memory therapy has a significant effect on improving cognitive function and intellectual status, as well as reducing depression levels in older adults. The more regularly memory stimulation through memory therapy is provided, the greater the improvement in cognitive function and emotional stability among older adults.

Keywords: Cognitive Function; Depression; Intellectual Status; Older Adults; Reminiscence Therapy.

Abstrak. Penurunan fungsi kognitif dan depresi merupakan masalah utama yang sering dihadapi lansia di komunitas. Rendahnya aktivitas stimulasi otak, kurangnya interaksi sosial, serta hilangnya peran dalam keluarga menjadi pemicu utama kemunduran mental. Proses penuaan alami dan minimnya dukungan psikologis memperburuk kondisi ini. Gaya hidup monoton tanpa intervensi spesifik mempercepat penurunan daya ingat dan memicu stres emosional lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *Evidence Based Nursing Reminiscence Therapy* (terapi kenangan) terhadap fungsi kognitif dan tingkat depresi pada lansia di RW 03 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi Kota Cirebon tahun 2026. Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain studi kasus asuhan keperawatan gerontik. Subjek penelitian berjumlah 2 lansia dengan gangguan memori. Instrumen yang digunakan berupa format pengkajian MMSE, kuesioner SPMSQ, dan GDS yang telah terstandarisasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penerapan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari pemberian terapi kenangan terhadap perbaikan fungsi kognitif, status intelektual, dan penurunan tingkat depresi lansia. Semakin rutin stimulasi memori melalui terapi kenangan diberikan, maka semakin optimal peningkatan fungsi kognitif dan kestabilan emosional pada lansia.

Kata Kunci: Fungsi Kognitif; Depresi; Lansia; *Reminiscence Therapy*; Status Intelektual.

1. LATAR BELAKANG

Lanjut usia (lansia) merupakan fase akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan proses penuaan secara alami dan progresif (WHO, 2023; Triwibowo, dkk., 2025). Penurunan fungsi degeneratif pada lansia tidak hanya berdampak pada aspek fisik, melainkan juga memicu kemunduran fungsi kognitif seperti gangguan memori, serta gangguan psikososial seperti depresi. Penurunan daya ingat dan kondisi emosional yang tidak stabil akibat depresi klinis sering kali diabaikan karena dianggap sebagai konsekuensi normal dari

penuaan, padahal kondisi ini dapat memperburuk kualitas hidup lansia secara menyeluruh jika tidak diberikan stimulasi intelek yang adekuat.

Secara global, populasi lansia berusia 65 tahun ke atas diperkirakan melonjak drastis hingga mencapai 1,5 miliar jiwa pada tahun 2050. Tren penuaan penduduk ini juga terjadi secara signifikan di Indonesia, di mana Badan Perencanaan Pembangunan Nasional memprediksi jumlah lansia akan menyentuh angka 71,6 juta jiwa pada tahun 2050. Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas), jumlah lansia di Indonesia saat ini telah mencapai 22,4 juta jiwa (8,69% dari total penduduk), menempatkan Indonesia di urutan ketiga dengan populasi lansia terbesar di Asia Pasifik. Peningkatan kuantitas yang masif ini berbanding lurus dengan meningkatnya risiko kejadian gangguan kognitif dan depresi lansia di tatanan komunitas.

Berdasarkan hasil pengkajian di RW 03 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi Kota Cirebon ditemukan bahwa 24% lansia mengalami depresi tingkat sedang. Selain itu, sebanyak 17% lansia mengalami gangguan intelektual sedang dan 3% mengalami gangguan intelektual berat. Data tersebut menunjukkan bahwa masalah fungsi kognitif dan kesehatan mental masih menjadi permasalahan yang cukup tinggi pada kelompok lansia di wilayah tersebut.

Untuk menurunkan risiko gangguan memori dan depresi pada lansia, diperlukan intervensi keperawatan nonfarmakologis berbasis bukti ilmiah (*Evidence-Based Nursing*). Salah satu intervensi yang direkomendasikan adalah *reminiscence therapy* (terapi kenangan). Secara teoretis, terapi ini bekerja dengan menstimulasi fungsi kognitif melalui pemanggilan kembali memori masa lalu yang menyenangkan. Efektivitas terapi ini telah dibuktikan oleh Bozkurt dkk. (2024) yang menunjukkan penurunan skor depresi secara bermakna ($p < 0,001$). Penelitian Li dkk. (2022) dan Chen dkk. (2022) juga melaporkan bahwa terapi *reminiscence* efektif mengurangi kecemasan pada lansia. Pada aspek fungsi kognitif, Alfiyanti dan Silvitasari (2023) menemukan bahwa 75% lansia mengalami perbaikan fungsi kognitif, sedangkan Silaban dkk. (2025) melaporkan peningkatan skor rata-rata MMSE yang sangat signifikan ($p = 0,000$).

Berdasarkan teori dan hasil penelitian sebelumnya, *reminiscence therapy* dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan berbasis bukti yang efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif dan menurunkan tingkat depresi pada lansia. Oleh karena itu, penerapan terapi ini dalam asuhan keperawatan gerontik diharapkan mampu membantu lansia mempertahankan

kemampuan kognitif, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta memperbaiki kualitas hidup secara keseluruhan.

2. KAJIAN TEORITIS

Lanjut usia (lansia) merupakan individu yang berada pada fase akhir perkembangan manusia, yang umumnya ditandai dengan usia 60 tahun atau lebih. Masa lansia merupakan bagian dari proses penuaan yang berlangsung secara alamiah dan tidak dapat dihindari oleh setiap manusia. Meskipun pengelompokan lansia sering didasarkan pada usia, pengertian lansia tidak hanya terbatas pada bertambahnya usia, tetapi juga mencakup berbagai perubahan yang terjadi dalam kehidupan individu (Asharani et al., 2022).

Salah satu masalah psikologis yang sering ditemukan pada lansia adalah depresi. Depresi merupakan gangguan mental yang ditandai oleh suasana hati yang tertekan, kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disukai, serta perasaan sedih yang berlangsung dalam jangka waktu lama. Kondisi ini tidak dapat disamakan dengan perubahan suasana hati sehari-hari karena dapat memengaruhi seluruh aspek kehidupan individu. Pada lansia, depresi sering disertai gejala seperti kehilangan energi, gangguan pola tidur, perubahan nafsu makan, penurunan konsentrasi, serta munculnya perasaan tidak berdaya dan menjadi beban bagi keluarga. Faktor penyebab depresi dapat berasal dari aspek genetik, biokimia, lingkungan, maupun psikologis, termasuk pengalaman kehilangan, stres, dan kondisi kesehatan yang menurun (WHO, 2023; Palebangan, 2019).

Selain depresi, lansia juga rentan mengalami penurunan fungsi kognitif. Fungsi kognitif merupakan serangkaian proses mental yang berperan dalam memperoleh pengetahuan, mengingat, memahami, berpikir, merencanakan, serta memecahkan masalah. Kemampuan kognitif mencerminkan kualitas intelektual seseorang dalam menerima, mengolah, dan menggunakan informasi dari lingkungan. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan aktivitas mental yang berkaitan dengan penyimpanan dan pengambilan informasi akibat proses degeneratif pada sistem saraf. Gangguan fungsi kognitif pada lansia umumnya ditandai dengan penurunan daya ingat, disorientasi, gangguan perhatian, dan berkurangnya kemampuan konsentrasi yang dapat memengaruhi kualitas hidup secara signifikan (Santoso & Ismail, 2009; Copel, 2007; Touhy & Jett, 2014). Faktor yang memengaruhi fungsi kognitif antara lain usia, faktor genetik, tingkat pendidikan, lingkungan, serta penyakit sistemik yang dapat mengganggu fungsi otak (Carayannis, 2001; Li, Sung & Wu, 2002; Wood et al., 2000).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi penurunan fungsi kognitif dan depresi pada lansia adalah *reminiscence therapy* atau terapi kenangan. Terapi *reminiscence* merupakan pendekatan psikososial yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan fungsi kognitif melalui proses mengingat, mengevaluasi, serta merefleksikan pengalaman hidup yang bermakna di masa lalu. Terapi ini dilakukan dengan memanfaatkan berbagai stimulus seperti foto, musik, benda pribadi, maupun cerita kehidupan yang dapat membangkitkan memori autobiografi dan pengalaman emosional positif. Melalui proses tersebut, lansia didorong untuk mengekspresikan perasaan, memperkuat identitas diri, meningkatkan harga diri, serta mempertahankan kontinuitas kehidupan. Berdasarkan teori perkembangan Erikson, terapi *reminiscence* membantu lansia menemukan makna hidup, mencapai penerimaan diri, dan menyelesaikan konflik psikososial pada tahap akhir kehidupan (Park dkk., 2019; Thomas & Sezgin, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *reminiscence therapy* efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif dan menurunkan depresi pada lansia. Terapi ini mampu memberikan stimulasi memori jangka panjang, meningkatkan interaksi sosial, memperbaiki suasana hati, serta membantu lansia mempertahankan kemampuan berpikir dan mengingat. Selain itu, terapi *reminiscence* memberikan kesempatan bagi lansia untuk menceritakan pengalaman hidupnya sebagai bentuk ekspresi diri dan penguatan identitas personal, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup secara keseluruhan (Park dkk., 2019; Thomas & Sezgin, 2021).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan Evidence Based Nursing (EBN). Studi kasus dilakukan pada dua lansia yang mengalami gangguan fungsi kognitif dan depresi di RW 03 Kelurahan Karyamulya, Kecamatan Kesambi, Kota Cirebon. Subjek penelitian dipilih secara purposive berdasarkan hasil pengkajian yang menunjukkan adanya masalah penurunan fungsi kognitif dan depresi serta kesiapan untuk mengikuti seluruh rangkaian intervensi.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran menggunakan instrumen Mini Mental State Examination (MMSE), Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ), serta Geriatric Depression Scale (GDS). MMSE digunakan untuk menilai fungsi kognitif, SPMSQ untuk mengukur fungsi intelektual, dan GDS untuk mengidentifikasi tingkat depresi pada lansia.

Intervensi yang diberikan berupa *reminiscence therapy* (terapi kenangan) sebagai implementasi *Evidence Based Nursing*. Terapi dilakukan selama tiga sesi kunjungan pada bulan Mei 2026. Setiap sesi dilaksanakan dengan mengajak lansia mengingat dan menceritakan kembali pengalaman hidup yang bermakna dan menyenangkan pada masa lalu melalui komunikasi terapeutik yang terstruktur.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pengukuran fungsi kognitif dan tingkat depresi sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Hasil evaluasi disajikan dalam bentuk narasi dan tabel untuk menggambarkan perubahan skor MMSE, SPMSQ, dan GDS pada masing-masing klien setelah penerapan *Reminiscence Therapy*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada dua lansia di RW 03 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi Kota Cirebon melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, serta instrumen MMSE, SPMSQ, dan GDS, ditemukan adanya penurunan fungsi kognitif yang ditandai dengan keluhan mudah lupa dalam aktivitas sehari-hari. Ny. M mengalami kesulitan mengingat informasi yang baru diterima, jadwal kegiatan, serta menunjukkan penurunan interaksi sosial yang disertai gejala depresi sedang. Sementara itu, Ny. K mengalami gangguan daya ingat terhadap kejadian yang baru dialami, dengan fungsi komunikasi yang masih baik, namun menunjukkan gejala depresi ringan hingga sedang akibat kurangnya aktivitas dan interaksi sosial. Hasil pengkajian tersebut menjadi dasar pemberian intervensi *reminiscence therapy* sebagai upaya meningkatkan fungsi kognitif dan menurunkan tingkat depresi pada kedua klien.

Hasil

Karakteristik Klien

Tabel 1. Karakteristik Klien.

No	Karakteristik	Ny. M	Ny. K
1.	Usia	65 tahun	60 tahun
2.	Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
3.	Status Pernikahan	Cerai mati	Menikah
4.	Pendidikan Terakhir	SD	SD
5.	Suku	Jawa	Jawa
6.	Alamat	RW 03 Kel. Karyamulya	RW 03 Kel. Karyamulya
7.	Keluhan	Sering bingung orientasi waktu/hari, menarik diri, merasa rumah terlalu sepi.	Sering lupa menaruh barang, lupa jadwal obat. Hipertensi
8.	Skor awal MMSE	Indikasi kerusakan kognitif (16)	Indikasi kerusakan kognitif (20)

9.	Skor awal SPMSQ	Kerusakan intelektual sedang (6)	Kerusakan intelektual ringan (4)
10.	Skor awal GDS	Depresi ringan (8)	Depresi ringan (6)

Berdasarkan karakteristik kedua klien, dapat diinterpretasikan bahwa gangguan memori dipengaruhi oleh faktor usia, kondisi psikologis, tingkat pendidikan, serta lingkungan sosial. Bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi kognitif yang ditandai dengan menurunnya daya ingat, proses berpikir, dan orientasi (Ratnawati, 2017). Hal tersebut sejalan dengan hasil pemeriksaan MMSE dan SPMSQ yang menunjukkan adanya gangguan fungsi kognitif pada kedua klien.

Selain itu, kondisi emosional juga berperan terhadap penurunan kemampuan memori. Adanya perasaan kesepian, kurang bersemangat, dan depresi ringan pada kedua klien dapat memengaruhi konsentrasi serta kemampuan otak dalam memproses informasi. Faktor pendidikan yang rendah turut memengaruhi cadangan kognitif (cognitive reserve), sehingga lansia lebih rentan mengalami penurunan fungsi kognitif (Ren dkk., 2018). Selain itu, kesamaan budaya dan lingkungan tempat tinggal mendukung proses komunikasi terapeutik dan pelaksanaan intervensi keperawatan karena klien lebih mudah membangun hubungan saling percaya serta mengekspresikan pengalaman hidupnya selama proses asuhan keperawatan.

Diagnosa Utama

Diagnosis keperawatan yang muncul dari hasil pengkajian kepada kedua lansia di wilayah RW 03 Kelurahan Karyamulya, diagnosis keperawatan utama yang ditegakkan pada Klien 1 (Ny. M) dan Klien 2 (Ny. K) adalah gangguan memori berhubungan dengan proses penuaan ditandai dengan melaporkan pernah mengalami pengalaman lupa dan merasa mudah lupa (D.0062).

Intervensi

Tujuan dan kriteria hasil dari studi kasus ini adalah agar masalah gangguan memori pada kedua klien dapat teratasi setelah dilakukan intervensi selama tiga kali kunjungan. Keberhasilan tindakan keperawatan dievaluasi menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) pada luaran Memori (L.09079). Indikator yang diharapkan mengalami peningkatan meliputi kemampuan konsentrasi, orientasi kognitif, memori segera, memori saat ini, memori jangka panjang, serta kemampuan berhitung.

Intervensi keperawatan yang diberikan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yaitu Latihan Memori (I.06188). Pada tahap observasi, perawat melakukan identifikasi masalah memori serta kemampuan kognitif klien sebagai dasar dalam menentukan

tindakan yang sesuai. Selanjutnya, pada tahap terapeutik dilakukan fasilitasi klien untuk mengingat kembali pengalaman atau peristiwa yang pernah dialami di masa lalu, serta memberikan stimulasi memori secara bertahap dan berkelanjutan. Tindakan stimulasi memori tersebut diwujudkan melalui penerapan Evidence Based Nursing berupa terapi reminiscence (terapi kenangan).

Implementasi

Implementasi keperawatan dilakukan pada dua lansia dengan gangguan memori di RW 03 Kelurahan Karyamulya, Kecamatan Kesambi, Kota Cirebon melalui penerapan terapi reminiscence secara individual sebanyak tiga kali kunjungan dengan durasi 30–45 menit setiap sesi berdasarkan intervensi SIKI Latihan Memori (I.06188). Sebelum intervensi, dilakukan pengkajian awal (pre-test) menggunakan MMSE, SPMSQ, dan GDS untuk menilai fungsi kognitif, kemampuan memori, dan kondisi emosional klien.

Pada Ny. M dilakukan tindakan observasi dilakukan dengan mengidentifikasi kemampuan memori, konsentrasi, dan kondisi emosional klien. Tindakan terapeutik berupa stimulasi memori menggunakan media foto pribadi untuk mengingat pengalaman masa anak-anak, kegiatan pengajian, dan kehidupan berkeluarga melalui komunikasi terapeutik serta pertanyaan terarah. Selama intervensi, klien mampu mengingat kembali pengalaman masa lalu, lebih lancar bercerita, dan mempertahankan konsentrasi selama sesi. Tindakan edukasi diberikan kepada keluarga mengenai manfaat terapi reminiscence dan cara melanjutkan latihan memori secara mandiri di rumah, kemudian dilakukan penilaian akhir (post-test).

Pada Ny. K dilakukan tindakan observasi dilakukan dengan mengidentifikasi kemampuan memori, konsentrasi, dan kondisi emosional klien. Tindakan terapeutik dilakukan menggunakan media foto keluarga untuk menstimulasi ingatan tentang pengalaman keluarga, aktivitas masa dewasa, dan rutinitas sehari-hari melalui komunikasi terapeutik dan pertanyaan terarah. Selama intervensi, klien tampak kooperatif, mampu mempertahankan konsentrasi, serta menceritakan kembali pengalaman hidupnya dengan baik. Tindakan edukasi diberikan kepada keluarga mengenai pelaksanaan terapi reminiscence di rumah sebagai upaya mempertahankan fungsi memori, kemudian dilakukan penilaian akhir (post-test) menggunakan instrumen yang sama.

Evaluasi

Tabel 2. Penerapan *Reminiscence Therapy*.

Klien	MMSE Pre-test	MMSE Post-test	SPMSQ Pre-test	SPMSQ Post-test	GDS Pre-test	GDS Post-test
Ny. M	16	20	6	3	8	5
Ny. K	20	24	4	2	6	4

Berdasarkan tabel di atas, kedua klien menunjukkan peningkatan fungsi kognitif, kemampuan memori, serta penurunan gejala depresi setelah diberikan reminiscence therapy selama tiga kali kunjungan. Pada Ny. M terjadi peningkatan skor MMSE dari 16 menjadi 20, penurunan skor SPMSQ dari 6 (kerusakan intelektual sedang) menjadi 3 (kerusakan intelektual ringan), serta penurunan skor GDS dari 8 menjadi 5 yang menunjukkan berkurangnya gejala depresi ringan. Selain itu, Ny. M menyampaikan bahwa dirinya merasa senang karena dapat kembali mengenang pengalaman hidup yang pernah dialaminya dan merasa lebih nyaman selama mengikuti proses terapi.

Perbaikan serupa juga terlihat pada Ny. K. Skor MMSE meningkat dari 20 menjadi 24, skor SPMSQ menurun dari 4 (kerusakan intelektual ringan) menjadi 2 (fungsi intelektual utuh), serta skor GDS menurun dari 6 menjadi 4 sehingga klien tidak lagi berada pada kategori depresi ringan. Secara subjektif, Ny. K mengungkapkan bahwa terapi yang diberikan membuatnya merasa terhibur dan mendorongnya untuk terus melatih kemampuan mengingat bersama anggota keluarganya di rumah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa reminiscence therapy memberikan dampak positif terhadap peningkatan fungsi kognitif sekaligus membantu memperbaiki kondisi emosional pada kedua klien.

Pembahasan

Klien 1 (Ny.M)

Penerapan latihan memori melalui reminiscence therapy menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif dan penurunan gejala depresi pada Ny. M. Aktivitas mengenang pengalaman hidup yang menyenangkan dengan bantuan media foto mampu menstimulasi memori autobiografi, meningkatkan komunikasi, serta memberikan kesempatan bagi klien untuk mengekspresikan pengalaman emosionalnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gasril dkk. (2022) yang menyatakan bahwa reminiscence therapy efektif menstimulasi memori positif dan membantu menurunkan depresi melalui proses mengenang pengalaman hidup yang bermakna.

Peningkatan pada Ny. M belum mencapai kondisi optimal yang diduga dipengaruhi oleh kondisi psikososial klien yang berstatus cerai mati dan masih merasakan kesepian sehingga stimulasi sosial yang diterima relatif terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa efektivitas latihan memori dipengaruhi oleh keberlanjutan stimulasi dan dukungan lingkungan. Hasil ini didukung oleh penelitian Gati dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa pemberian reminiscence therapy secara berulang mampu meningkatkan fungsi kognitif secara signifikan, serta

penelitian Fisher dkk. (2025) yang menegaskan pentingnya lingkungan yang aktif dan dukungan sosial dalam mempertahankan manfaat terapi pada lansia.

Klien 2 (Ny.K)

Pada Ny. K, reminiscence therapy memberikan peningkatan fungsi kognitif dan penurunan gejala depresi melalui proses mengenang pengalaman keluarga dan aktivitas masa dewasa yang memiliki makna emosional. Penggunaan media foto mempermudah klien mengakses memori autobiografi sehingga komunikasi berlangsung lebih aktif dan partisipasi klien selama terapi menjadi optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Gonzalez dkk. (2025) yang menunjukkan bahwa reminiscence therapy dapat meningkatkan psychological well-being sekaligus menurunkan gejala depresi pada lansia.

Keberhasilan intervensi pada Ny. K diduga dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang baik sehingga stimulasi memori dan interaksi sosial dapat terus berlangsung di lingkungan rumah. Hal ini sesuai dengan penelitian Karlina dkk. (2022) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan dan keberhasilan intervensi pada lansia, serta didukung oleh Marisa dkk. (2025) yang menekankan pentingnya keterlibatan keluarga dalam mempertahankan kemandirian dan kesehatan mental lansia.

Berdasarkan hasil studi kasus ini, latihan memori melalui reminiscence therapy perlu dilanjutkan secara mandiri oleh keluarga agar stimulasi kognitif berlangsung secara berkesinambungan. Keluarga dapat mengajak lansia berbincang mengenai pengalaman hidup, melihat kembali foto-foto lama, dan melakukan aktivitas bercerita sebagai bagian dari latihan memori sehari-hari. Upaya tersebut dapat didukung melalui pemanfaatan Digital Elderly Self-Health Screening Application (DESILA) yang dikembangkan oleh Dewi Erna Marisa dkk. (2026). Aplikasi ini menyediakan fitur skrining kesehatan, riwayat kesehatan, hasil skrining otomatis, dan rekomendasi tindak lanjut sehingga berpotensi membantu keluarga memantau kondisi kesehatan lansia sekaligus mendukung keberlanjutan stimulasi memori di tingkat komunitas.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan Evidence Based Nursing melalui reminiscence therapy pada dua lansia di RW 03 Kelurahan Karyamulya menunjukkan adanya peningkatan fungsi kognitif dan penurunan tingkat depresi setelah tiga kali sesi intervensi. Perubahan tersebut ditunjukkan oleh peningkatan skor MMSE, penurunan skor SPMSQ, serta penurunan skor GDS pada kedua klien. Hasil studi kasus ini mengindikasikan bahwa reminiscence therapy berpotensi menjadi

intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu meningkatkan kemampuan memori dan kesejahteraan psikologis lansia.

Disarankan agar reminiscence therapy diterapkan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga sebagai pendukung utama dalam memberikan stimulasi memori sehari-hari. Studi ini terbatas pada dua klien dengan waktu intervensi yang relatif singkat, sehingga penelitian selanjutnya perlu dilakukan pada jumlah responden yang lebih besar dan periode intervensi yang lebih panjang untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas selesainya naskah ini. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada jajaran rektorat, Dekan Fakultas Kesehatan, serta seluruh dosen Program Studi Profesi Ners Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika atas bimbingan dan dukungan akademisnya. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ketua RW 03 Kelurahan Karyamulya, para kader kesehatan, serta seluruh lansia dan keluarga kelolaan atas izin, fasilitas, dan kerja sama yang luar biasa selama implementasi di lapangan. Artikel ini merupakan bagian dari naskah publikasi Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang disusun untuk memenuhi syarat kelulusan program pendidikan profesi Ners.

DAFTAR REFERENSI

- Alfiyanti, D., & Silvitarsi, I. (2023). Penerapan terapi kenangan terhadap fungsi kognitif pada lanjut usia dengan gangguan memori. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gerontik*, 4(2), 112–119.
- Asharani, P.V., Devi, F., Wang, P. et al. (2022). Factors influencing uptake of diabetes health screening: a mixed methods study in Asian population. *BMC Public Health*22, 1511. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13914-2>
- Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
- Bozkurt, C., et al. (2024). The effectiveness of reminiscence therapy on anxiety, depression, and quality of life in adult cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Supportive Care in Cancer*. <https://doi.org/10.1007/s00520-024-08920-6>
- Carayannis, G. (2001). Memory cognitive function loss. ReGenesis Medical Centre.
- Chen, L., Wang, X., & Zhang, Y. (2022). Effects of reminiscence therapy on anxiety and quality of life in elderly people living in nursing homes: A randomized controlled trial. *Journal of Clinical Nursing*, 31(15-16), 2210–2219. <https://doi.org/10.1111/jocn.16035>
- Collins, C. J. (2006). Life review and reminiscence group therapy among senior adults. Texas Tech University. <https://ttu-ir.tdl.org>

- Fisher, E., Chick, I., Fossey, J., & Spector, A. (2025). *Barriers and facilitators to implementing cognitive stimulation and reminiscence therapy for dementia in care homes: Systematic review*. *International Journal of Geriatric Psychiatry*. National Library of Medicine.
- Gasril, P., Khasanah, U., Anggraini, D., & Devita, Y. (2022). *Effect of reminiscence therapy on reducing depression in the elderly*. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal)*, 5(2), 16989–16995. <https://doi.org/10.33258/birci.v5i2.5635>
- Gati, N. W., Hermawati, H., & Silvitasari, I. (2024). *Effectiveness of reminiscence therapy and brain gym on elderly's cognitive function*. *Gaster*, 22(1), 101–111. <https://doi.org/10.30787/gaster.v22i1.1114>
- Gonzalez, et al. (2025). *Reminiscence and dementia: A therapeutic intervention*. Elsevier. <https://doi.org/10.1017/S1041610215000344>
- Karlina, N., Marisa, D. E., & Nurhaeni, A. (2022). *Hubungan mekanisme koping dengan kepatuhan minum obat pada penderita TB paru di wilayah Puskesmas Sukra Kabupaten Indramayu*. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(12), 1070–1075. <https://doi.org/10.36418/cerdika.v2i12.490>
- Li, H., Chu, X., & Liu, J. (2022). *Reminiscence therapy for depression, anxiety, and quality of life in older adults: A meta-analysis of randomized controlled trials*. *Frontiers in Psychology*, 13, 984025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.984025>
- Marisa, D. E., et al. (2025).
- Marisa, D. E., et al. (2026). *Digital Elderly Self-Health Screening Application (DESILA): Mobile health application for early screening of degenerative diseases in older adults*.
- Marisa, D. E., Musheer, Elengoe, A., Wahyuni, S., & Supriyadi. (2024). *Reducing insomnia in the elderly with lavender aromatherapy in Karyamulya sub-district, Kesambi District, Cirebon City*. *Journal of Health Research and Technology*, 2(1), 117–124. Marisa, D. E., Musheer, Elengoe, A., Wahyuni, S., & Supriyadi. (2024). *Reducing Insomnia in the Elderly With Lavender Aromatherapy In Karyamulya sud-district, Kesambi District, Cirebon City*. *Journal of Health Research and Technology*, 2(1), 117-124.
- Marisa, D. E., Prasertsri, N., Wahyuni, L., Purbaningsih, E. S., & Oktavia, D. A. (2025). *Empowering Independence: Health Belief Model as a Framework for Community Nursing Interventions in the Elderly*. *Book of Abstract of Trend and Issue in Healthcare*, 2(2), 83-84.
- Marisa, D. E., Purbaningsih, E. S., Rosmawan, H., & Nurhadits, F. (2026). *Development of a Prototype of the M-Health Desila Application (Digital Elderly Self-Health Screening Application) for Early Screening of Degenerative Diseases in the Elderly*. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(1), 1205-1210. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR>
- Martina, S., et al. (2021). *Reminiscence membantu mencegah kejadian demensia pada lansia*. Zahir Publishing.
- Park, K., Lee, S., Yang, J., Song, T., & Hong, G. R. S. (2019). *A systematic review and meta-analysis on the effect of reminiscence therapy for people with dementia*. *International Psychogeriatrics*, 31(11), 1581–1597. <https://doi.org/10.1017/S1041610218002168>
- Ratnawati, E. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

- Ren, L., Bai, L., Wu, Y., Ni, J., Shi, M., Lu, H., et al. (2018). Prevalence of and risk factors for cognitive impairment among elderly without cardio- and cerebrovascular diseases: a population-based study in rural China. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 10, 62.
- Santoso, H., & Ismail, A. (2009). *Memahami krisis lanjut usia: Uraian medis dan pedagogis-pastoral*. BPK Gunung Mulia.
- Silaban, et al. (2025). Impact of reminiscence therapy on cognitive function in the elderly. *Banten International Conference on Health Advancement & Research*, 1(1).
- Sunarti, S., et al. (2019). *Prinsip dasar kesehatan lanjut usia (geriatri)*. Universitas Brawijaya Press.
- Syarniah. (2010). Pengaruh terapi kelompok intervensi terhadap depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan (Tesis, Universitas Indonesia). <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=137197&lokasi=lokal>
- Touhy, T. A., & Jett, K. F. (2014). *Gerontological nursing and healthy aging*. Elsevier.
- Triwibowo, et al. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Optimal Untuk Negeri.
- World Health Organization. (2023). Depression. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>