

KARYA ILMIAH AKHIR
PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *REMINISCENCE* UNTUK
MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI SENTRA
REHABILITASI LANJUT USIA GAU MABAJI GOWA



NUR FADILAH, S.Kep
B0324711

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
MAJENE 2025

KARYA ILMIAH AKHIR
PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *REMINISCENCE* UNTUK
MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI SENTRA
REHABILITASI LANJUT USIA GAU MABAJI GOWA



Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners (Ns)

NUR FADILAH, S.Kep

B0324711

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
MAJENE 2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nur fadilah, S.Kep

NPM : B0324711

Tanggal : 14 Juli 2025

Tanda Tangan :



HALAMAN PERSETUJUAN

Karya ilmiah akhir dengan judul :

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *REMINISCENCE* UNTUK
MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI SENTRA
REHABILITASI LANJUT USIA GAU MABAJI GOWA**

Disusun dan diajukan oleh :

NUR FADILAH, S.Kep

B0324711

Telah disetujui untuk disajikan dihadapan tim penguji pada seminar KIA
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi
Barat.

Dewan Pembimbing

Pembimbing 1



(Ns. Irfan, S.Kep.,M.Kep)

pembimbing II



(Ns. Helmi Juwita., S.Kep.,M.Kep)

Ketua Program Studi Profesi Ners

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat



(Ns., Aco Mursid, S.Kep.,M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir dengan judul :

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *REMINISCENCE* UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA LANSIA DI SENTRA REHABILITASI LANJUT USIA GAU MABAJI GOWA

Disusun dan diajukan oleh

NUR FADILAH, S.Kep

B0324711

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada program studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat

Ditetapkan dimajene tanggal

Dewan Penguji

Irna Megawaty, S.Kep., Ns., M.Kep

(.....)

Immawanty, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat

(.....)

Irfan, S.Kep., Ns., M.kep

(.....)

Dewan Pembimbing

Irfan, S.Kep., Ns., M.kep

(.....)

Helmi Juwita., S.Kep., Ns., M.Kep

(.....)

Mengetahui

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Dr. Habibi SKM., M.kes



Ketua

Program Studi Profesi Ners

Aco Mursid, S.Kep., Ns., M.kep

ABSTRAK

Nama : Nur fadilah, S.Kep
Program Studi : Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Judul : Pengaruh Pemberian Terapi *Reminiscence* Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Di Sentra Rehabilitasi Lanjut Usia Gau Mabaji Gowa

Latar belakang : Lansia merupakan proses yang terjadi secara alami pada manusia dimana proses ini mengakibatkan perubahan fisik maupun mental yang berpengaruh pada fungsi kemampuan tubuh yang dimiliki sebelumnya, beberapa masalah yang sering dihadapi oleh lansia selain fisik yaitu masalah kesehatan jiwa termasuk tingkat kecemasan. Atau *reminiscence therapy* yang merupakan suatu metode yang menggunakan segala panca indra pengelihatian, perabaan, pengecap, penciuman, serta pendengaran untuk membantu lanjut usia dengan dimensia mengingat kejadian, orang, serta tempat dikehidupan lampau. Terapi ini dapat memberikan rasa kelegaan dari kebosanan Terapi *reminiscence* salah satu intervensi dengan menggunakan memori untuk memelihara kesehatan mental dan meningkatkan kualitas hidup. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi *reminiscence* untuk mengatasi kecemasan pada lansia. **Metode** : Penelitian ini menggunakan studi kasus kepada 2 responden dimana sebelum diberikan terapi pasien dengan gangguan kecemasan berat setelah dilakukan terapi menjadi gangguan kecemasan sedang begitupun dengan responden yang mengalami gangguan kecemasan sedang. **Hasil** : setelah dilakukan terapi menjadi gangguan kecemasan ringan terapi ini dilakukan selama 3 hari berturut. **Kesimpulan** : Setelah dilakukan terapi maka dapat disimpulkan bahwa pemberian *terapi reminiscence* memberikan pengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia

Kata kunci : Lansia, Kecemasan, *Reminiscence*

ABSTRACK

Name : Nur fadilah, S.Kep
Study : Nursing Profession Faculty of Health Sciences
program
Title : The Effect of Reminiscence Therapy to Overcome Anxiety in the Elderly at the Gau Mabaji Gowa Elderly Rehabilitation Center

Background : *Elderly is a process that occurs naturally in humans where this process causes physical and mental changes that affect the function of previously owned body abilities, some problems that are often faced by the elderly besides physical are mental health problems including anxiety levels. Or reminiscence therapy which is a method that uses all five senses of sight, touch, taste, smell, and hearing to help the elderly with dementia remember events, people, and places in past lives. This therapy can provide a sense of relief from boredom Reminiscence therapy is one of the interventions using memory to maintain mental health and improve quality of life.* **Purpose :** *This study aims to determine the effect of providing reminiscence therapy to overcome anxiety in the elderly.* **Method :** *This study uses a case study of 2 respondents where before being given therapy, patients with severe anxiety disorders after therapy became moderate anxiety disorders as well as respondents who experienced moderate anxiety disorders* **Results :** *after therapy became mild anxiety disorders this therapy was carried out for 3 consecutive days,* **Conclusion :** *After therapy was carried out, it can be concluded that reminiscence therapy had an effect on the level of anxiety experienced by the elderly.*

Keywords: *Elderly, Anxiety, Reminiscence*

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Lansia merupakan proses yang terjadi secara alami pada manusia dimana proses ini mengakibatkan perubahan fisik maupun mental yang berpengaruh pada fungsi kemampuan tubuh yang dimiliki sebelumnya. Lansia juga dapat dikatakan sebagai manusia dewasa sehat yang mengalami proses perubahan menjadi manusia yang lemah dan rentang yang di sebabkan oleh berkurangnya Sebagian cadangan sistemfisiologi yang meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit, beberapa masalah yang sering dihadapi oleh lansia selain masalah fisik yaitu masalah Kesehatan jiwa termasuk tingkat kecemasan yang di alami oleh lansia (Siregar *et, al.*, 2022)

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, setiap orang bisa mengalami cemas atau yang di kenal dengan gangguan kecemasa atau rasa takut yang berlebih disertai dengan ketegangan fisik, penyakit ini sangat sulit untuk dikendalikan sehingga menyebabkan tekanan yang tinggi jika tidak ditangani dengan segera. Masalah gangguan kecemasan ini sangat mengganggu aktivitas sehaari-hari bahkan dikehidupan keluarga, sosial, atau pekerjaan seseorang. Kecemasan juga merupakan salah satu masalah psikologis yang kemungkinan besar dapat berkembang dan dapat mempengaruhi kebiasaan hidup lansia seperti aktivitas fisik bahkan resiko kematian, serta rendahnya kualitas hidup serta kepuasan hidup pada lansia (Siti Nur Aida 2020). Kecemasan yang di alami oleh lansia cenderung terhadap pada perasaan khawatir berlebih yang tidak jelas karena tidak memiliki objek yang spesifik penyebab dari kecemasan tersebut, kecemasan ini merupakan respon emosional lansia mengenai penilaian terhadap perasaan lansia itu sendiri.

Berdasarkan data di beberapa negara salah satunya negara AmerikaSerikat, Gangguan kecemasan pada lansia diperkirakan sekitar 11,6 % dengan kejadian seumur hidup sekitar 15,1%. Sedangkan di negara lain berkisar antara 4,4% sampai dengan 14,2 %. Adapun prevalensi tingkat gangguan kecemasan pada lansia di seluruh dunia di perkirakan berkisar antara 15% hingga 52,3%, lain halnya dengan negara berkembang tingkat kecemasan pada lansia kurang lebih

sekitar 50% Di Indonesia sendiri gangguan kecemasan pada lansia sangat besar, tingkat prevalensi kecemasan sekitar 6,9% pada lansia yang berusia 55 sampai dengan 65 tahun, 9,7 % terjadi pada lansia yang berusia 65 sampai dengan 75 tahun dan 13,4 % pada mereka yang berusia 75 tahun keatas. (Depertemen Kesehatan RI 2018). Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama dengan pihak sentra rehabilitasi lanjut usia gau mabaji gowa didapatkan hasil wawancara dengan rata-rata lansia mengalami gangguan kecemasan dengan gejala yang berbeda berbeda pada setiap lansia, sehingga didapatkan responden dengan dua orang lansia yang mengalami gangguan kecemasan yang berbeda yaitu dimana pada lansia Ny. M dengan gangguan kecemasan berat dengan skor 56 dan Ny. S dengan gangguan kecemasan sedang dengan skor 45.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan lansia mengalami gangguan kecemasan diantaranya yaitu kurangnya spiritual pada lansia, lansia takut menghadapi kematian, lansia mengalami kesepian, lansia merasa tidak dihargai keputusannya, lansia merasa takut tidak produktif lagi dalam masa tuanya, serta adanya penyakit penyerta dan sangat kurangnya dukungan dari pihak keluarga (Gerardina Sri Redjeki, Herniawaty Tambunan 2019). Faktor kecemasan pada lansia sering kali diabaikan baik itu dari pihak keluarga sendiri, dan tidak dilakukannya tindakan penanganan segera sehingga sangat dikhawatirkan dapat menimbulkan berbagai masalah lebih lanjut baik itu fisik maupun psikologisnya, dimana jika tingkat kecemasan pada lansia meningkat dapat menyebabkan depresi Pada lansia tersebut (Ema Anindita Berliyanti dkk, 2023).

Kondisi dengan gangguan kecemasan pada lanjut usia tersebut dapat dipengaruhi oleh masalah fisik dimana masalah fisik mulai melemah, masalah kognitif (intelektual) dimana daya ingat mulai melemah atau pikun, masalah emosional dimana lanjut usia sering marah apabila ada sesuatu yang kurang dan masalah spritual. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pola perilaku saat muda yang menyebabkan stress jangka panjang, seperti tuntutan agar selalu tepat waktu, menyelesaikan pekerjaan dengan sempurna, tidak percaya dengan orang lain dan sebagainya, sehingga menimbulkan kecemasan dihari tua Lansia yang mengalami kecemasan ditandai dengan adanya gejala seperti sering melamun,

mudah marah, merasa kurang tenang dan merasa gelisah, sehingga kecemasan pada lansia tersebut perlu diatasi untuk menghindari gangguan pada lansia yang lebih berat hingga *skizofrenia* (Ninda Sutiara Zella 2021).

Masalah kesehatan jiwa pada lansia perlu diatasi, mengatasi kecemasan lansia berupa terapi kenangan atau *reminiscence therapy* yang merupakan suatu metode yang menggunakan segala panca indra pengelihat, perabaan, pengecap, penciuman, serta pendengaran untuk membantu lanjut usia dengan dimensia mengingat kejadian, orang, serta tempat dikehidupan lampau. Terapi ini dapat memberikan rasa kelegaan dari kebosanan terapi *reminiscence* salah satu intervensi dengan menggunakan memori untuk memelihara kesehatan mental dan meningkatkan kualitas hidup. Terapi *reminiscence* memfasilitasi lanjut usia untuk memngumpulkan kembali memori – memori masa lalu yang menyenangkan sejak masa anak, remaja dan dewasa serta hubungan lanjut usia dengan keluarga kemudian dilakukan sharing dengan orang lain. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut serta belum adanya penerapan secara khusus bagi lansia di sentra rehabilitasi lanjut usia gau mabaji gowa untuk mengatasi masalah psikologis khususnya masalah kecemasan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk penerapan terapi *reminiscence* pada lansia dengan kecemasan.

Para lansia biasanya dapat menggunakan sejumlah teknik terapi dalam menangani masalah kesehatan seperti terapi kognitif, terapi musik, terapi sritual, terapi relaksasi dan terapi *reminiscence*. Terapi *reminkiscence* merupakan suatu metode yang berhubungan dengan memori untuk mengingat kembali kenangan masa lalu yang yang dibagikan kepada keluarga atau kelompok untuk meningkatkan kesehtaan mental dan kualitas hidup (Hidayatulloh 2021).

Terapi *reminiscence* membantu lansia mengumpulkan kenangan masa lalu yang indah dari masa kanak-kanak, remaja, dan dewasa, serta hubungan lansia dengan keluarga dan membagikan dengan orang lain dan perawatan ini juga bebas efek samping berbahaya (Lestari 2023). Terapi *reminiscence* sangat efektif untuk penyembuhan psikologis lansia dan mengurangi gejala depresi dan terbukti meningkatkan harga diri, kepuasan hidup, kesejahteraan mental dan kesepian (Cahyono 2021). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk

melakukan pemberian terapi *reminiscence* pada lansia.

B RUMUSAN MASALAH

Apakah terapi *reminiscence* berpengaruh untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia ?

C. TUJUAN

a. Tujuan umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi *reminiscence* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

b. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan lansia sebelum diberikan terapi *Reminiscence*
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan lansia setelah diberikan terapi *reminscence*

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia maka dapat diambil kesimpulan bahwa, tingkat kecemasan lansia terjadi perubahan setelah dilakukan intervensi dimana tingkat kecemasan berat berubah setelah diberikan intervensi menjadi kecemasan sedang begitupun dengan kecemasan sedang berubah menjadi kecemasan ringan sehingga dapat dikatakan pemberian terapi *reminiscence* terhadap tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi terapi *reminiscence* tingkat kecemasan responden dengan pemberian nilai skoring *Geriatric Anxiety Scale* mengalami penurunan dari kecemasan berat ke sedang, dan kecemasan sedang ke kecemasan ringan. Maka dapat disimpulkan bahwa terapi *reminiscence* memberikan pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia sebelum dan setelah diberikan terapi.

B. SARAN

1. Bagi institusi

Hasil pengaruh pemberian terapi *reminiscence* dapat dijadikan sebagai sumber informasi sebagai upaya untuk mengembangkan ilmu keperawatan sehingga proses pelayanan keperawatan dapat lebih maksimal lagi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menjadikan penelitian ini sebagai referensi dalam mengatasi gangguan kesehatan yang dialami oleh lansia termasuk gangguan kecemasan itu sendiri.

3. Bagi petugas kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah mutu pelayanan keperawatan sehingga dapat menggunakan terapi ini pada lansia yang mengalami masalah kecemasan

4. Bagi responden

Kiranya responden dengan intervensi ini dapat lebih menjaga kesehatan fisik dan mental dengan tetap mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menjalin hubungan sosial yang baik serta menjaga pikiran positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Berliyanti, E. A., & Wardaningsih, S. (2023). Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 122–130. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v1i2.390>
- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. 6(4), 876–881.
- Vildayanti, H., Puspitasari, I. M., Sinuraya, R. K., Farmasi, F., Padjadjaran, U., & Anxietas, T. (2015). *Farmaka Farmaka*. 16, 196–213.
- Adawiyah, S. R., Anwar, S., & Nurhayati, N. (2022). Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Dilakukan Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Reminiscence. *Jurnal Kesehatan*, 13(1)150. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i1.2871>
- Redjeki S, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru Ii Jakarta. *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru Ii Jakarta*, 2, 1–10.
- Jurali, S. (2021). Asuhan keperawatan dengan masalah ansietas pada klien hipertensi di puskesmas andalas kota padang karya tulis ilmiah. *Ilmu Kesehatan Padang*, 1–80. <http://poltekespadang.ac.id>
- Nurkamila. (2020). Pengaruh terapi reminescence terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi. 001, 1–45.
- Muammar, Hamdiana, & Fidjriani, M. (2023). Efektivitas Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Stres Lansia. *Journal of Nursing and Midwifery*, 5(1), 32–41.
- Azizah, A. N., & Sudaryanto, A. (2023). Efektivitas Terapi Reminiscence dalam Mengurangi Depresi Pada Lansia: Telaah Literatur. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 129. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.129-137>
- Wisnu, M., & Kep, M. (n.d.). terhadap tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kateterisasi jantung di RSUD dr. Moewardi. *Desain penelitian menggunakan*

metode. 72, 1–8.

Siti Robeatul adawiyah , Syamsul Anwar, N. (2025). Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Dilakukan Terapi Tehnik Relaksasi Otot Progresif Dan Terapi Reminiscence.

Zella, N. S., Dewi, A. R., & Prasetya, A. S. (2021). Penerapan Terapi Reminiscence pada Lansia dengan Kecemasan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2), 122–129. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i2.806>

Hidayatulloh, A. I. ... Tasikmlaya, K. (2021). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Harapan Hidup Lansia. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 5, 18–24. <https://doi.org/10.54440>

Lestari, M. P. ... Ismail, Z. (2023). Analisis Kekerasan Terhadap Orang Lanjut Usia (Lansia) Perempuan Di Indonesia (Vol. 8, Issue 1). <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021>

Cahyono, W. ... Sukardin, S. (2021). Penerapan Reminiscence Therapy Dalam Menurunkan Tingkat Depresi Lansia Kabupaten Lombok Barat. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 13(1), 19–28. <https://doi.org/10.36990/hijp.v13i1.24>

Nariska Rahayuni, N. P., Sani Utami, P. A., & Swedarma, K. E. (2015). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Stres Lansia di Banjar Luwus Baturiti Tabanan Bali. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(2), 130–138.

Ginting, K. N. (2020). *Implementasi Keperawatan Sebagai Bentuk Dari Perencanaan Keperawatan Upaya Dalam Meningkatkan Mutu Pelayanan Kesehatan*. *Azwar 1996*, 1–8

Hadinata, D., & Abdillah, A. J. (2021). Metodologi Keperawatan. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.