



PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK ORIENTASI REALITA TERHADAP PENINGKATAN DAYA INGAT LANSIA DENGAN DEMENSIA

The Effect of Reality Orientation Group Activity Therapy on Improving the Memory of The Elderly with Dementia

Hyau Oktodia Basuki¹, Dyah Pitaloka¹, Suhartono¹, Fitri Firranda Nurmalsyah²

1. Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban.
2. STIKES Pemkab Jombang

Riwayat artikel

Diajukan: 29 Juli 2024

Diterima: 23 Februari 2025

Penulis Korespondensi:

- Hyau Oktodia Basuki
- Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban.

email:

hyancassava@gmail.co

m

Kata Kunci:

Lansia, Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita, Daya Ingat, Demensia.

Abstrak

Demensia merupakan gangguan fungsi kognitif yang mengakibatkan lansia cenderung untuk menarik diri, sehingga dapat menyebabkan gangguan dalam memenuhi kebutuhan sosialisasi dengan lingkungan dan orang lain yang tinggal bersama di panti. Penanganan yang dilakukan untuk mengatasi demensia adalah dengan TAK orientasi realita yang berguna untuk memperbaiki fungsi sosialisasi dan meningkatkan daya ingat lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada pengaruh TAK orientasi realita terhadap peningkatan daya ingat lansia. Penelitian ini menggunakan *Pre-Eksperimental Design* dengan teknik *One Group Pre – Post Test Design*. Populasi adalah semua lansia dengan demensia di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban. Sampel sebanyak 22 lansia, diambil dengan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Mini Mental State Exam* (MMSE). Analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dengan nilai signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikan peningkatan daya ingat, maka dapat dibuktikan bahwa pemberian terapi aktivitas kelompok orientasi realita berpengaruh terhadap peningkatan daya ingat lansia dengan demensia. Terapi aktivitas kelompok orientasi realita terbukti efektif meningkatkan daya ingat lansia dengan melakukan selama 3 kali dalam 1 minggu. Terapi ini dapat dijadikan program untuk mewujudkan lansia yang sehat dan mampu bersosialisasi dengan lingkungan serta orang lain yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban.

Abstract

Dementia is a cognitive function disorder that causes the elderly to tend to withdraw, so that it can cause interference in meeting socialization needs with the environment and other people who live together in the orphanage. The handling that is done to overcome dementia is with reality orientation TAK which is useful for improving socialization functions and increasing the memory of the elderly. The purpose of this study was to determine the effect of reality orientation TAK on improving elderly memory. This study used Pre-Experimental Design with One Group Pre - Post Test Design technique. The population was all elderly people with dementia in the working area of Puskesmas Gaji, Kerek, Tuban Regency. The sample was 22 elderly people, taken with Purposive Sampling technique. The research instrument used the Mini Mental State Exam (MMSE). Data analysis used Wilcoxon test with a significant value of $\alpha = 0.05$. The results showed that the significant value of memory improvement, it can be proven that the provision of reality orientation group activity therapy has an effect on improving the memory of the elderly with dementia. Reality orientation group activity therapy is proven to be effective in improving the memory of the elderly by doing it for 3 times in 1 week. This therapy can be used as a program to create healthy elderly who are able to socialize with the environment and other people who live in the working area of Puskesmas Gaji, Kerek, Tuban Regency.

PENDAHULUAN

Aging process merupakan suatu proses kehilangan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normal organ yang mengakibatkan perubahan pada manusia (Maldonado et al., 2023). Perubahan fungsi organ dan sistem tubuh merupakan perubahan yang terjadi pada seseorang, sehingga berpengaruh terhadap penurunan kemampuan fisik, mental, sosial, spiritual, intelektual dan daya ingat (*memory*). Salah satu dampak penurunan fungsi organ adalah menurunnya fungsi otak yang disebabkan oleh atrofi otak, sehingga dapat mengakibatkan gangguan terhadap fungsi kognitif, khususnya dalam hal penurunan daya ingat (Blinkouskaya et al., 2021).

Slogan usia lanjut WHO (*World Health Organization*) tahun 1982 menyebutkan “*do not put years to life but life into years and long life without continuous usefulness, productivity and good quality of life is not a blessing*” yang berarti usia panjang tidak ada artinya bila tidak berguna dan bahagia, serta mandiri sejauh mungkin dengan mempunyai kualitas hidup yang baik (Van Leeuwen et al., 2019). Namun pada kenyataannya, data awal yang diperoleh di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban pada 10 dari 15 lansia yang diambil secara acak, mengalami penurunan daya ingat.

Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi angka kejadian penurunan daya ingat masih tinggi, sehingga perlu mendapat perhatian khusus sebab dampak yang ditimbulkan sangat merugikan diri sendiri bahkan orang lain. Perubahan yang dimaksud adalah perubahan perilaku agresi, hiperaktif, keluyuran dan perilaku tidak sopan (sosial), emosional, apatis, sindrom waham dan halusinasi (Wardani, 2018).

Menurut WHO pada tahun 2030, 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Saat ini pangsa populasi berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Pada tahun 2050, populasi dunia yang terdiri dari orang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda (2,1 miliar). Jumlah orang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 mencapai 426 juta (Utami, 2023).

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia secara signifikan membuat Indonesia pada struktur penduduk tua (*aging population*), bahkan Indonesia sudah memasuki ageing population sejak tahun 2021. (Badan Pusat Statistik, 2023). Peningkatan jumlah lansia tersebut berbanding lurus dengan permasalahan yang dimiliki oleh lansia, antara lain adalah penurunan fungsi kognitif dan aktivitas fisik. Kejadian ini paling sering ditemukan pada orang tua berusia diatas 60 tahun, tetapi dapat juga menyerang orang yang berusia 40 tahun.

Berdasarkan data dari Kemenkes, (2022) diperkirakan pada tahun 2050, sekitar 75% lansia di Indonesia penderita penyakit degeneratif tidak dapat beraktivitas. Sebagian besar lansia sering mengurangi aktivitas fisiknya karena mereka merasa aktivitas fisik seperti olahraga tidak cocok dengan gaya hidup mereka, meskipun ada diantara mereka sadar akan manfaatnya (Supriadi & Washudi, 2023). Selain itu, lansia sudah mengalami penurunan kesehatan, sehingga sudah tidak bisa melakukan aktivitas fisik lagi.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti melalui survey awal yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban, melalui wawancara menggunakan MMSE (*Mini Mental State Exam*) kepada 10 dari 15 lansia yang dilakukan secara acak, didapatkan hasil 2 lansia mengalami penurunan daya ingat berat, sedangkan 5 lansia mengalami penurunan daya ingat sedang, dan 3 lansia mengalami penurunan daya ingat ringan. Gejala penurunan daya ingat yang terjadi pada lansia meliputi susah mengingat nama keluarga, tetangga rumah, hari, bulan, jadwal posyandu lansia, lupa jalan pulang ke rumah (keluyuran), lupa membersihkan diri (mandi, sikat gigi) dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari atau aktivitas fisik.

Teori “*wear and tear*” menyatakan bahwa tubuh dan sel yang terlalu sering digunakan akan menjadi lemah dan mengalami kerusakan, sehingga akan mati. Kematian sel ini akan berdampak pada penurunan fungsi organ, salah satunya adalah penurunan fungsi otak yang disebabkan atrofi otak, sehingga akan menimbulkan dampak terhadap penurunan fungsi

kognitif, penurunan intelektual dan daya ingat atau demensia (Larsson et al., 2019). Peningkatan angka kejadian demensia dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko, antara lain genetik, usia, tingkat pendidikan, riwayat keluarga, akibat pengobatan dan adanya trauma kepala. Berbagai cara yang dilakukan untuk mencegah kejadian demensia pada lansia adalah dengan melakukan diet rendah lemak, meditasi, latihan atau olahraga dan terapi (Sherzai & Sherzai, 2019).

Jenis terapi yang digunakan bagi penderita demensia antara lain adalah terapi validasi, kenangan dan orientasi realita, dari beberapa terapi tersebut, terapi orientasi realita merupakan kegiatan yang paling mudah untuk dilakukan dari pada terapi lainnya. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Sri Lestari tentang terapi orientasi realita bagi lansia yang mengalami demensia adalah untuk mempertahankan sensasi terhadap kenyataan yang ada di lingkungan sekitar lansia. Terapi aktivitas kelompok orientasi realita sangat baik jika dilakukan setiap hari kepada lansia dengan demensia maksimal selama 45 menit dalam sehari dan dapat dilakukan 3 kali dalam 1 minggu. Aktivitas ini berupa sebuah pemberian stimulus atau rangsangan kepada lansia untuk mengorientasikan kenyataan di lingkungan sekitar dengan pengenalan diri sendiri, orang lain, tempat dan waktu (Basuki et al., 2018)

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk menurunkan resiko terjadi demensia antara lain dengan mengurangi konsumsi lemak, meditasi, latihan dan terapi yang berfungsi untuk menjaga ketajaman daya ingat dan mengoptimalkan fungsi otak (Sari et al., 2022). Dalam penelitian ini, upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah demensia adalah dengan memberikan terapi aktivitas kelompok orientasi realita yang berguna meningkatkan daya ingat lansia. Mengingat semakin banyak lansia yang mengalami penurunan daya ingat (demensia). Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita terhadap Peningkatan Daya Ingat Lansia dengan Demensia di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban”.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*Pre Eksperimental Design*” yaitu penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab akibat dengan adanya keterlibatan penelitian dalam melakukan manipulasi terhadap variabel bebas. Jenis penelitian ini adalah “*One Group Pre – Post Test Design*” yaitu suatu penelitian yang mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Munir et al., 2022).

Pendekatan waktu dalam penelitian ini menggunakan jenis “*prospective*” yaitu pendekatan waktu yang bertujuan untuk mengobservasi variabel independen terlebih dahulu, kemudian subjek diikuti sampai waktu tertentu untuk melihat terjadinya pengaruh pada variabel dependen (Munir et al., 2022).

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok orientasi realita yang telah dilakukan sebanyak sebanyak 3 sesi dalam 1 minggu dengan lama waktu pelaksanaan adalah ± 45 menit tiap sesi. Dalam pengumpulan data peneliti melakukan *pretest* sebelum dilakukan terapi aktivitas Kelompok Orientasi Realita dan *posttest* setelah semua sesi diberikan.

Dalam penelitian ini variabel independen adalah terapi aktivitas kelompok orientasi realita dan variabel dependen adalah peningkatan daya ingat, dikumpulkan dalam waktu bersamaan dengan menggunakan kuesioner dan observasi. Instrumen penelitian menggunakan *Mini Mental State Exam* (MMSE).

HASIL

Hasil penelitian di dapatkan bahwa terapi aktifitas kelompok orientasi realita dapat meningkatkan kemampuan daya ingat pada responden penelitian.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden.

No.	Umur (Tahun)	f	Prosentase
1.	60 – 64	2	9
2.	65 – 69	6	27
3.	70 – 74	9	41
4.	75 – 79	4	18
5.	80 – 84	1	5
Jumlah		22	100

Dari tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa dari 22 (100 %) responden, hampir setengahnya berusia antara 70 – 74 tahun berjumlah 9 (41 %) responden, dengan rata – rata berusia 70 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pendidikan Responden

No.	Tingkat Pendidikan	f	Prosentase
1.	Tidak Sekolah	2	9
2.	SD	10	46
3.	SMP	6	27
4.	SMA	4	18
Jumlah		22	100

Dari tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari 22 (100 %) responden, hampir setengahnya mempunyai tingkat pendidikan Sekolah Dasar atau SD berjumlah 10 (46 %) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kegiatan Responden

No.	Jenis Kegiatan	f	Prosentase
1.	Kegiatan Kelompok	7	32
2.	Kegiatan Individu	15	68
Jumlah		22	100

Dari tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa dari 22 (100 %) responden, sebagian besar lansia memilih untuk melakukan kegiatan secara individu berjumlah 15 (68 %) responden.

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Kejadian Demensia Sebelum Diberikan Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita.

No.	Demensia	f	Prosentase
1.	Normal	0	0
2.	Ringan	7	32
3.	Sedang	11	50
4.	Berat	4	18
Jumlah		22	100

Dari tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa sebelum diberikan terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap 22 (100 %) responden, setengahnya mengalami demensia sedang berjumlah 11 (50 %) responden.

Tabel 5: Distribusi Frekuensi Kejadian Demensia Sesudah Diberikan Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita

No.	Demensia	f	Prosentase
1.	Normal	5	22
2.	Ringan	9	42
3.	Sedang	5	22
4.	Berat	3	14
Jumlah		22	100

Dari tabel 5 diatas dapat dilihat bahwa sesudah diberikan terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap 22 (100 %) responden, hampir setengahnya mengalami demensia ringan berjumlah 9 (42 %) responden, dengan rata – rata nilai peningkatan sebesar 3 poin setiap responden.

PEMBAHASAN

1. Kejadian Demensia Sebelum Diberikan Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita

Berdasarkan tabel 4, Hasil analisa data dan interpretasi data yang dilakukan pada lansia dengan demensia berjumlah 22 (100 %) orang, sebelum diberikan terapi aktivitas kelompok orientasi realita menunjukkan bahwa 11 (50 %) lansia mengalami demensia sedang, Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian demensia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah usia, tingkat pendidikan dan kegiatan yang bersifat sosialisasi.

Dapat diketahui bahwa dari 22 (100 %) responden, hampir setengahnya berusia antara 70 – 74 tahun berjumlah 9 (41 %) responden dengan rata – rata usia responden 70 tahun dan standart deviasi sebesar 4,61. Hasil penelitian, dapat diketahui bahwa seseorang yang berumur setengah baya atau lanjut usia yang mengalami gangguan daya ingat atau sering lupa tentang nama seseorang, benda dan peristiwa dengan cepat dianggap sebagai orang pikun atau demensia. Kecenderungan ini berkembang sebesar 12 % pada pria usia 70 – 74 dan menjadi 40 % pada usia 85 – 89.

Menurut Riskiana & Mandagi, (2021), sesuai dengan teori menua menyatakan bahwa seseorang yang telah memasuki masa tua akan mengalami penurunan fungsi organ, salah satunya adalah penurunan fungsi otak yang disebabkan atrofi otak, sehingga akan menimbulkan dampak terhadap penurunan fungsi kognitif, penurunan intelektual dan daya ingat atau demensia.

Faktor tingkat pendidikan juga dapat mempengaruhi kejadian penurunan daya ingat atau demensia, sebab dari tingkat pendidikan ini, seseorang dapat belajar dan mengingat apa yang telah didapatkan dari proses belajar tersebut selama bertahun – tahun. Menurut hasil penelitian dari 22 (100 %) responden, hampir setengahnya mempunyai tingkat pendidikan sekolah dasar atau SD berjumlah 10 (46 %) responden, dengan standart deviasi sebesar 0,91. Semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi seorang tersebut akan mengalami kejadian penurunan daya ingat atau demensia. Hal ini telah dikemukakan oleh Hurlock, (1996) dalam Widayantoro et al., (2021) bahwa semakin tinggi intelektensi dan pendidikan seorang lansia sebelum mengalami demensia, maka semakin tinggi juga kemampuan untuk mengkompensasi defisit intelektual.

Faktor kegiatan juga dapat mempengaruhi kejadian demensia. Semakin banyak seseorang melakukan kegiatan bersama atau kelompok yang bersifat bersosialisasi dengan orang – orang yang berada di sekitar lingkungan tempat tinggal, maka semakin kecil kemungkinan seorang tersebut mengalami kejadian demensia (Sturge et al., 2021). Dapat diketahui bahwa hasil penelitian pada 22 (100 %) responden, sebagian besar lansia memilih untuk melakukan kegiatan secara individu berjumlah 15 (68 %) responden, dengan standart deviasi sebesar 0,50. Hal ini disebabkan lansia yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban, merasa jemu dan bosan selama mengikuti kegiatan karena tidak ada inovasi terbaru untuk membuat lansia menjadi semangat mengikuti kegiatan secara berkelompok.

Sesuai dengan teori aktivitas menurut Havigurst dan Albrech (1963), dalam (Aalto et al., 2023), menyatakan bahwa seorang individu harus aktif dalam kehidupan sosial untuk

mencapai kesuksesan dalam kehidupan di hari tua. Aktivitas dalam teori ini dianggap sesuatu yang vital untuk mempertahankan rasa kepuasan pribadi dan perspektif diri yang positif. Semakin tinggi seseorang melakukan kegiatan sosial atau berkelompok semakin sedikit kemungkinan lansia mengalami kejadian demensia atau penurunan daya ingat (Basuki et al., 2018).

Penurunan daya ingat atau demensia dapat menimbulkan banyak perubahan pada lansia. Perubahan yang dimaksud adalah perubahan perilaku agresi, hiperaktif, keluyuran dan perilaku tidak sopan (sosial), emosional, apatis, sindrom waham dan halusinasi, sehingga perlu mendapat perhatian dan penatalaksanaan untuk mengurangi kejadian demensia (Wardani, 2018).

Penatalaksanaan yang dapat mengurangi kejadian tersebut ialah dengan melakukan terapi aktivitas kelompok orientasi realita dengan maksud, melatih kembali lansia dalam bersosialisasi dengan orang lain, tempat dan waktu yang telah dijalani bersama – sama di dalam suatu lingkungan tempat tinggal lansia tersebut.

2. Kejadian Demensia Sesudah Diberikan Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita

Berdasarkan tabel 5, hasil analisa data dan interpretasi data yang dilakukan pada lansia dengan demensia berjumlah 22 (100 %) responden, sesudah diberikan terapi aktivitas kelompok orientasi realita di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban, menunjukkan bahwa 9 (42 %) responden mengalami peningkatan daya ingat ringan. Perubahan peningkatan daya ingat ini dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain keaktifan dan kemampuan lansia dalam memahami tujuan dari TAK orientasi realita. Lansia yang mengikuti kegiatan diatas dengan antusias dan aktif, terbukti dapat memperoleh manfaat yang signifikan dari kegiatan ini, sedangkan lansia yang kurang aktif dalam kegiatan ini, disebabkan oleh masalah kurang harmonisnya hubungan antara lansia satu dengan yang lainnya, sehingga beberapa lansia tersebut terbukti tidak mengalami perubahan dalam peningkatan daya ingat.

Hasil penelitian yang berjudul pengaruh TAK orientasi realita terhadap tingkat fungsi kognitif pada lansia, pernah dibuktikan oleh Sri Lestari (2010), dengan didapatkan nilai signifikan $p = 0,016 < \alpha = 0,05$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap tingkat fungsi kognitif.

Terapi yang dilakukan secara berkelompok yang berguna untuk meningkatkan fungsi kognitif dan daya ingat, dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap orang yang mengikuti kelompok tersebut, sehingga tujuan dari terapi yang dilakukan akan tercapai. Terapi aktivitas kelompok orientasi realita dapat digunakan untuk membantu klien yang mengalami gangguan kognitif dan mampu menjadi tanda pengingat dari lingkungan sosial (Prahasasgita & Lestari, 2023).

Data diatas membuktikan bahwa pelaksanaan pemberian terapi aktivitas kelompok orientasi realita berpengaruh pada lansia yang mengalami kejadian penurunan daya ingat atau demensia. Dari 22 responden yang mengikuti TAK orientasi realita, terbukti 13 responden mengalami peningkatan daya ingat. Peningkatan ini disebabkan responden selalu melaksanakan apa yang diinstruksikan dan mampu bekerja sama yang baik dengan peneliti, sehingga manfaat dari tujuan terapi dapat dibuktikan. Hasil ini dapat diketahui dari observasi menggunakan MMSE (*Mini Mental State Exam*), sehingga dalam menerapkan metode pemberian TAK orientasi realita, diharapkan terjalin kerjasama yang baik dengan responden, serta memperhatikan kondisi kesehatan responden dan melaksanakan terapi sesuai dengan teori atau prosedur yang sudah ada (Basuki et al., 2018).

3. Pengaruh TAK Orientasi Realita Terhadap Peningkatan Daya Ingat Lansia dengan Demensia

Hasil uji *software SPSS 16.0 for windows* dengan menggunakan uji *wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ didapatkan hasil $Z = - 3,606$ dan $p = 0,000$. Karena nilai signifikan $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada pengaruh pengaruh terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap peningkatan daya ingat lansia dengan demensia di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban, dengan nilai rata-rata peningkatan sebesar 3 poin setiap responden.

Kefektifan kegiatan TAK orientasi realita ini, dapat dilaksanakan dengan kondisi lansia sebelumnya pernah mengikuti kegiatan yang sama dari tenaga kesehatan dari Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban, namun dengan kegiatan yang hanya dilakukan 1 kali dalam seminggu tersebut, mengakibatkan tujuan dari TAK ini tidak dapat bermanfaat bagi lansia yang mengalami kejadian penurunan daya ingat atau demensia. Terapi aktivitas kelompok orientasi realita merupakan teknik yang penting, terutama saat lansia berada dalam lingkungan yang baru dalam hidupnya. Teknik ini tidak hanya bertujuan mempertahankan sensasi lansia terhadap identitas orang, tempat dan waktu, namun juga dapat memberikan pengaruh yang baik kepada lansia yang mengalami kemunduran kognitif dan penurunan daya ingat atau demensia (Chiu et al., 2018).

Banyak metode yang digunakan dalam memberikan TAK orientasi realita, antara lain adalah sensasi yang biasa dialami, mencakup memberikan nama pada suatu tempat. Pemberian tersebut tidak harus dengan kata – kata, tetapi bisa juga dengan sebuah simbol. Cara kedua, yaitu dengan memasang papan pengumuman dan jam dinding pada posisi yang mudah terlihat oleh semua klien. Informasi setiap hari yang diberikan berupa hari, tanggal, bulan dan tahun, serta kejadian penting yang dapat ditulis dalam papan pengumuman tersebut. Cara selanjutnya, dengan mengumpulkan klien di dalam satu ruangan, sehingga dapat lebih mudah dilakukan secara berkelompok. Metode di atas, cara yang ketiga lebih efektif dilakukan untuk memperbaiki status kognitif dan daya ingat lansia.

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan terapi aktivitas kelompok (TAK) orientasi realita kepada lansia yang mengalami demensia, dengan cara mengumpulkan lansia dalam satu ruang dan bersama – sama melakukan TAK orientasi realita. Terapi hari pertama, bertujuan untuk mengetahui nama lansia lainnya. Hari kedua, bertujuan untuk mengetahui tempat. Hari ketiga, bertujuan untuk mengetahui waktu saat ini. Kegiatan ini dilakukan secara terus – menerus sebanyak 3 kali dalam 1 minggu dengan waktu ± 45 menit/hari dan dilakukan selama 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Gaji, Kerek, Kabupaten Tuban.

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi aktivitas kelompok orientasi realita yang diberikan kepada lansia dengan penurunan daya ingat atau demensia, terbukti dapat mengurangi kejadian penurunan daya ingat. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kejadian penurunan daya ingat atau demensia dapat dicegah sejak dini dengan cara nonfarmakologis.

SIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian ini, bahwa sebelum diberikan TAK orientasi realita, setengah dari jumlah responden mengalami demensia sedang sebanyak 11 lansia, sedangkan sesudah diberikan TAK orientasi realita, sebanyak 9 lansia menjadi demensia ringan. Hal tersebut berarti penelitian ini terdapat pengaruh terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap peningkatan daya ingat lansia dengan demensia.

Saran dalam penelitian ini yang pertama ditujukan kepada responden bahwa harus mengikuti kegiatan terapi aktivitas kelompok orientasi realita dengan baik, tertib, dan sesuai peraturan. Kedua, terkait pedoman bagi puskesmas untuk menambah jumlah perawat, agar dalam pelaksanaan kegiatan TAK orientasi realita dapat disesuaikan dengan prosedur atau teori yang ada. Ketiga, diharapkan dari hasil penelitian ini menjadi sebuah acuan bagi peneliti selanjutnya, untuk melakukan penelitian terhadap faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi daya ingat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aalto, U. L., Knuutila, M., Lehti, T., Jansson, A., Kautiainen, H., Öhman, H., Strandberg, T., & Pitkälä, K. H. (2023). Being actively engaged in life in old age: determinants, temporal trends, and prognostic value. *Aging Clinical and Experimental Research*, 35(7), 1557–1563. <https://doi.org/10.1007/s40520-023-02440-9>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 20). Badan Pusat Statistik.
- Basuki, H. O., Haryanto, J., & Kusumaningrum, T. (2018). The Effect of Elderly Cognitive Care on the Cognitive Function and Physical Activity of Elderly. *Indonesian Journal of Health Research*, 1(2), 37–48. <https://doi.org/10.32805/ijhr.2018.1.2.16>
- Blinkouskaya, Y., Caçoilo, A., Gollamudi, T., Jalalian, S., & Weickenmeier, J. (2021). Brain aging mechanisms with mechanical manifestations. *Mechanisms of Ageing and Development*, 200, 111575. <https://doi.org/10.1016/j.mad.2021.111575>
- Chiu, H. Y., Chen, P. Y., Chen, Y. T., & Huang, H. C. (2018). Reality orientation therapy benefits cognition in older people with dementia: A meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 86, 20–28. <https://doi.org/10.1016/J.IJNURSTU.2018.06.008>
- Kemenkes. (2022). *Penyakit Degeneratif*. Kementerian Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1714/penyakit-degeneratif
- Larsson, L., Degens, H., Li, M., Salviati, L., Lee, Y. Il, Thompson, W., Kirkland, J. L., & Sandri, M. (2019). Sarcopenia: Aging-related loss of muscle mass and function. *Physiological Reviews*, 99(1), 427–511. <https://doi.org/10.1152/physrev.00061.2017>
- Maldonado, E., Morales-Pison, S., Urbina, F., & Solari, A. (2023). Aging Hallmarks and the Role of Oxidative Stress. *Antioxidants*, 12(3), 1–37. <https://doi.org/10.3390/antiox12030651>
- Munir, M., Kurnia, D., Suhartono, Safaah, N., & Utami, A. P. (2022). Metode Penelitian Kesehatan Penerbit. *Eureka Media Aksara*, 1–178.
- Prahasasgita, M. S., & Lestari, M. D. (2023). Stimulasi Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Indonesia: Tinjauan Literatur. *Buletin Psikologi*, 31(2), 247. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.80371>
- Riskiana, N. E. P. N., & Mandagi, A. M. (2021). Tingkat Pendidikan Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dalam Periode Aging Population. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 256. <https://doi.org/10.22487/preventif.v12i2.194>
- Sari, M., Tarigan, D. P., & Rafiyah, I. (2022). Hubungan tingkat pendidikan dengan status demensia pada lansia berdasarkan kajian data sekunder di Posbindu Caringin. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2), 162–170. <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/12380>
- Sherzai, D., & Sherzai, A. (2019). Preventing Alzheimer's: Our Most Urgent Health Care Priority. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 13(5), 451–461. <https://doi.org/10.1177/1559827619843465>
- Sturge, J., Nordin, S., Sussana Patil, D., Jones, A., Légaré, F., Elf, M., & Meijering, L. (2021). Features of the social and built environment that contribute to the well-being of people with dementia who live at home: A scoping review. *Health & Place*, 67, 102483. <https://doi.org/10.1016/J.HEALTHPLACE.2020.102483>
- Supriadi, S., & Washudi, W. (2023). Aktifitas Fisik Terprogram Efektif Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Usia Lanjut. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Bandung*, 15(1), 193–197. <https://doi.org/10.34011/juriskebdg.v15i1.2256>
- Utami, D. W. (2023). Tinjauan Buku Membangun Kota Ramah Lansia : Lansia Dapat Hidup Dan Tinggal Di Kota Selama Mereka Mau Tanpa Adanya Gangguan. *Jurnal Masyarakat Indonesia*, 49(1), 135–142.
- Van Leeuwen, K. M., Van Loon, M. S., Van Nes, F. A., Bosmans, J. E., De Veti, H. C. W., Ket, J. C. F., Widdershoven, G. A. M., & Ostelo, R. W. J. G. (2019). What does quality

- of life mean to older adults? A thematic synthesis. In *PLoS ONE* (Vol. 14, Issue 3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213263>
- Wardani, N. D. (2018). Manajemen Terapi Gangguan Perilaku pada Demensia. *Media Medika Muda*, 3(3), 1–6. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/mmm/article/view/6061>
- Widyantoro, W., Widhiastuti, R., & Atlantika, A. P. (2021). Hubungan Antara Demensia Dengan Activity of Daily Living (Adl) Pada Lanjut Usia. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 5(2), 77–85. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i2.3698>