

## **SURAT KETERANGAN**

Nomor: 557/UNUSA/Adm-LPPM/XI/2018

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya menerangkan telah selesai melakukan pemeriksaan duplikasi dengan membandingkan artikel-artikel lain menggunakan perangkat lunak **Turnitin** pada tanggal 27 November 2018.

Judul : Implementasi Terapi Reminiscence terhadap Peningkatan Harga Diri Lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya

Penulis : Dya Sustrami, Setiadi, Puji Hastuti, Lela Nurlela, Meiana Harfika, Baidhowi, Giska Wulan Kusuma, Nur Muji, Dita Apriani, Lilik Erviani

Identitas : Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Seri Ke-1 Tahun 2017

No. Pemeriksaan : 2018.11.27.135

Dengan Hasil sebagai Berikut:

**Tingkat Kesamaan diseluruh artikel (*Similarity Index*) yaitu 16%**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Surabaya, 27 November 2018

Ketua LPPM,



Dr. Istas Pratomo, S.T., M.T.

NPP. 16081074



# UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SURABAYA

## LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**Kampus A Wonokromo** : Jl. SMEA No.57 Tlp. 031-8291920, 8284508 Fax. 031-8298582 – Surabaya 60243

**Kampus B RSIJemursari** : Jl. Jemursari NO.51-57 Tlp. 031-8479070 Fax. 031-8433670 – Surabaya 60237

Website : [unusa.ac.id](http://unusa.ac.id) Email: [info@unusa.ac.id](mailto:info@unusa.ac.id)

---

---

### LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Website : [lppm.unusa.ac.id](http://lppm.unusa.ac.id)

Email : [lppm@unusa.ac.id](mailto:lppm@unusa.ac.id)

Hotline : 0838.5706.3867

# delapan

*by* Puji Hastuti 8

---

**Submission date:** 26-Nov-2018 03:17PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1044841738

**File name:** prosidingsemnaspengmasy-puji-anggota\_-\_Puji\_Hastuti.pdf (269.6K)

**Word count:** 1704

**Character count:** 10769

## IMPLEMENTASI TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI LANSIA DI UPTD GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

Dya Sustrami<sup>1)</sup>, Setiadi<sup>2)</sup>, Puji Hastuti<sup>3)</sup>, Lela Nurlela<sup>4)</sup>, MeianaHarfika<sup>5)</sup>, Baidhowi<sup>6)</sup>, Giska Wulan Kusuma<sup>7)</sup>, Nur Muji<sup>8)</sup>, DitaApriani<sup>9)</sup>, Lilik Erviani<sup>10)</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Prodi d3 KeperawatanStikes Hang Tuah Surabaya

email : <sup>1</sup>dyastaufan@gmail.com, <sup>2</sup>setiadiadi15@yahoo.co.id

### Abstract

*Aging is proses loose of tissue capability to repairmen his self to defend the structure and function normally. As a result of the aging process the elderly who have maladaptive coping will be vulnerable experience problems low self-esteem. One of the interventions that can be done to overcome the issues of low self-esteem is reminiscence therapy. Using method pre-post test with sharing experience they have in the past. The result was obtained increase self esteem level before and after the reminiscence therapy was given in UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.*

**Keywords :** *Self-concept, Reminiscence Therapy, Elderly*

### 1. PENDAHULUAN

Menua merupakan proses alamiah yang terjadi terus menerus dan berkesinambungan yang umumnya terjadi pada semua makhluk hidup yang berumur panjang dimulai dari bayi hingga menjadi tua. Ketika memasuki masa tua, sebagian para lansia dapat menjalaninya dengan bahagia, namun tidak sedikit dari mereka yang mengalami hal sebaliknya. Masa tua dijalani dengan rasa ketidakbahagiaan dan menyebabkan rasa ketidaknyamanan. Dalam menghadapi stress yang terjadi akibat proses penuaan tersebut, dibutuhkan mekanisme koping yang adaptif agar lansia dapat menjalani masa tua dengan bahagia dan sejahtera serta tidak jatuh pada kondisi maladaptif. Hal ini dapat menyebabkan perubahan konsep diri: harga diri rendah pada lansia (Syam'ani, 2013). Konsep diri yang dimiliki lansia akan menentukan bagaimana lansia menerima, merasakan, dan merespon lingkungannya. Konsep diri yang rendah akan mengembangkan perasaan *inadequacy* (ketidakcukupan), perasaan rendah diri dan ragu-ragu, sehingga akan mempengaruhi penyesuaian diri, mempengaruhi aktifitas, dan mendorong rasa pesimistis. Gangguan konsep diri yang terjadi pada lansia seringkali terlewatkan sehingga membuat konsep diri pada lansia tidak terakaji (Mutya et al, 2016)

Menurut data dari *World Population Prospects the 2015 Revision*, terdapat 901 juta orang berusia 60 tahun atau yang terdiri atas 12% dari jumlah populasi global. Populasi orang yang berusia 60 tahun keatas meningkat

rata-rata 3.26% per tahun (*United Nation Population Division*, 2015). Data dari Badan Pusat Statistik (2014) populasi lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03% dari seluruh penduduk Indonesia. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (2012) Jawa Timur merupakan Provinsi yang menempati urutan kedua dengan jumlah lansia terbanyak di Indonesia dengan persentase 10,40% dari total seluruh penduduk.

Jumlah lansia yang berada di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya saat ini sebanyak 117 lansia. Dengan jumlah persentase lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 73 (62,4%), sedangkan lansia berjenis kelamin laki-laki sebanyak 44 (37,6%). Permasalahan yang paling banyak terjadi adalah masalah psikososial yang dirasakan lansia diantaranya adalah lansia mengungkapkan perasaan tidak berdaya karena terjadinya kemunduran fungsi fisiknya, kurang sosialisasi dengan lansia lain, dan lebih sering menyendiri.

Stresor yang terjadi pada lanjut usia antara lain adalah sebagai dampak negatif terjadinya penurunan fungsi tubuh dan perubahan psikososial, seperti kehilangan orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan/jabatan, kesepian dan kesendirian, perasaan kosong, berkurangnya interaksi sosial dan dukungan sosial. Stresor-stresor tersebut dapat menimbulkan stress pada lansia, yang antara lain ditandai dengan adanya perasaan tidak berguna, merasa disingkirkan dan tidak dibutuhkan lagi (Hawari, 2007). Pada lansia banyak aktivitas yang sebelumnya mampu

dilakukan dengan baik, perlahan menjadi berkurang kemampuannya dalam melakukan aktivitas-aktivitas tersebut, hal ini yang sering kali berpengaruh terhadap konsep diri, khususnya harga diri pada lansia (Syam'ani 2013).

Metode terapi nonfarmakologis yang bisa dilakukan untuk meningkatkan harga diri pada lansia adalah dengan pendekatan perilaku dan kognitif yaitu dengan terapi kenangan (*remembrance therapy*) (Rahayuni et al, 2015).

## 2. KAJIAN LITERATUR

Terapi *Reminiscence* atau terapi kenangan merupakan tindakan atau proses mengingat masa lalu yang indah atau menyenangkan. Terapi *Reminiscence* bertujuan untuk meningkatkan harga diri, membantu individu mencapai kesadaran diri memahami diri, beradaptasi terhadap stres, meningkatkan kepuasan hidup dan melihat dirinya dalam konteks sejarah dan budaya. Dalam kegiatan terapi ini, memfasilitasi lansia untuk mengumpulkan kembali memori-memori masa lalu yang menyenangkan sejak masa anak, remaja dan dewasa serta hubungan klien dengan keluarga, kemudian dilakukan *sharing* dengan orang lain (Syarniah, 2010).

## 3. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

### 3.1. Tempat dan waktu

Terapi *remembrance* dilakukan di aula UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya dan dilakukan mulai tanggal 23 Oktober – 27 Oktober 2017. Terapi *remembrance* terdiri dari 5 sesi, setiap pertemuan dilakukan 1 sesi yang dilakukan selama 30-60 menit dengan jumlah anggota kelompok 10-15 orang.

### 3.2. Tahapan dan metode pelaksanaan kegiatan

Pada kegiatan terapi *remembrance* terdiri atas 5 sesi yaitu: 1) berbagi pengalaman masa anak, 2) berbagi pengalaman masa remaja, 3) berbagi pengalaman masa dewasa, 4) berbagi pengalaman keluarga dan di rumah, 5) evaluasi integritas diri. Metode yang digunakan adalah *sharing* pengalaman di masa lalu lansia baik yang bersifat pengalaman menyenangkan, pengalaman

paling berkesan, atau keberhasilan dan kesuksesan yang pernah dicapai.

### 3.3. Sosialisasi dan Perijinan

Tahap awal yang harus dilakukan adalah sosialisasi dan perijinan kepada pihak UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya, setelah mendapat ijin tahap selanjutnya yaitu mengajak para lansia untuk ikut serta dalam kegiatan terapi *remembrance*.

### 3.4. Persiapan alat dan bahan

Alat dan bahan yang dipersiapkan pada kegiatan ini adalah barang-barang yang menstimulus ingatan masa lalu lansia diantaranya yaitu permainan/benda jaman dulu seperti congklak, lampu tempel, papan catur, coek, kaset, bola bekel, permainan ular tangga dan kartu TAK.

### 3.5. Terapi *remembrance*

Proses kerja terapi *remembrance* yang pertama adalah menyeleksi para lansia yang memenuhi kriteria inklusi yaitu lansia yang tidak memiliki keterbatasan fisik, tidak memiliki gangguan pengelihatannya, lansia yang tidak memiliki penyakit kronis, dan lansia yang mau menjadi responden. Kemudian lansia dikumpulkan di aula UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya, dilakukan kontrak waktu dan topik yang didiskusikan meliputi: 1) pengalaman masa anak, 2) pengalaman remaja, 3) pengalaman masa dewasa, 4) pengalaman keluarga dan di rumah, 5) evaluasi integritas diri. Tiap pertemuan dilakukan 1 sesi secara berurutan, pertama lansia akan disuruh memegang bola saat musik dimainkan bola diputar secara bergantian ke lansia disebelahnya dan apabila musik berhenti lansia yang terakhir memegang bola harus memperkenalkan diri dan diberi kesempatan untuk menyampaikan pengalaman yang dimilikinya sesuai topik pada tiap sesi. Lansia juga diminta untuk memainkan alat/permainan yang telah disediakan untuk menstimulus ingatan di masa lalunya.

### 3.6. Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan di akhir sesi yaitu sesi ke 5 yang merupakan sesi

1) evaluasi integritas diri meliputi bagaimana perasaan lansia setelah mengikuti kegiatan terapi *reminiscence* dari sesi 1 sampai 4, harapan setelah dilakukan terapi *reminiscence* dan yang terakhir ditutup dengan terminasi kelompok.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### 4.1. Tingkat Harga Diri Sebelum Dilakukan Terapi *Reminiscence*

Sebelum dilakukan kegiatan terapi *reminiscence* di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya dilakukan pre test menggunakan kuesioner RSES yaitu untuk mengukur tingkat harga diri lansia sebelum dilakukan terapi. Hasilnya menunjukkan lansia dengan harga diri normal sebanyak 12 orang (80%) dan sebanyak 3 orang (20%) mengalami harga diri rendah. Permasalahan yang paling banyak terjadi adalah masalah psikososial yang dirasakan lansia diantaranya adalah lansia mengungkapkan perasaan tidak berdaya karena terjadinya kemunduran fungsi fisiknya, kurang sosialisasi dengan lansia lain, dan lebih senang menyendiri.

Selama proses terapi, lansia dimotivasi untuk menceritakan kenangan yang menyenangkan di masa lalunya dengan menggunakan media berupa benda/permainan jaman dahulu. Saat mengingat pengalaman positif di masa lalu, lansia memperoleh pengetahuan umum, keterampilan dan strategi untuk beradaptasi dengan stresor penuaan. Lansia yang berhasil dalam penyesuaian diri terhadap perubahan dan kemunduran yang dialaminya akan memunculkan perasaan dan sikap-sikap yang positif bagi dirinya maupun lingkungannya.

##### 4.2. Tingkat Harga Diri Sesudah Dilakukan Terapi *Reminiscence*

Setelah dilakukan terapi *reminiscence* selama 5 sesi berturut-turut dilakukan post test dengan menggunakan kuesioner RSES. Hasil didapatkan yang semula lansia berada pada kategori harga diri normal sebanyak 12 orang (80%) sesudah dilakukan terapi naik menjadi 14. Sehingga perlu menjadi kegiatan rutin yang dilakukan lansia sehari-hari.

orang (94%) dan yang tetap berada pada kategori harga diri rendah sebanyak 1 orang (6%). Hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan tingkat harga diri sesudah dan sebelum dilakukan terapi *reminiscence*. Lansia akan terhindar dari stres karena memiliki perasaan masih tetap berguna, bijaksana, bahagia, mampu memanfaatkan waktu secara efektif dan efisien, melibatkan diri dalam aktivitas sosial, perasaan optimis, mengembangkan hobi, dan menjadi lebih religious. Terapi *reminiscence* diberikan pada lansia melalui proses motivasi dan diskusi tentang pengalaman masa lalu yang dialaminya.

Terapi *reminiscence* yang diberikan pada lansia dalam penelitian ini dibagi menjadi lima sesi dengan topik diskusi yang berbeda-beda pada tiap sesinya. Topik tersebut meliputi berbagai pengalaman pada saat anak-anak, saat remaja, saat dewasa, saat berada di keluarga dan di masyarakat, serta evaluasi integritas diri. Proses terapi yang diberikan secara bertahap dan berkesinambungan dapat meningkatkan ikatan lansia dengan masa lalunya sehingga menghasilkan rasa kontinuitas.

Melalui terapi *reminiscence* lansia dapat menemukan kelebihan dalam dirinya, membangun rasa kepercayaan diri lansia, dan mengembangkan pemikiran positif dari lansia itu sendiri. Hal tersebut dapat meningkatkan harga diri lansia. Pemberian terapi *reminiscence* untuk mengatasi stres pada lansia memang cukup penting mengingat efek negatif stres yang dapat menimbulkan tuntutan yang besar pada seseorang, dan jika orang tersebut tidak dapat beradaptasi maka akan menimbulkan penyakit.

#### 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan terapi *reminiscence* dapat disimpulkan bahwa terapi *reminiscence* merupakan kegiatan yang menarik bagi lansia, sangat mudah untuk dilakukan dan memiliki manfaat positif terhadap psikologis lansia.

## REFERENSI

1. Hawari, D., 2007. *Sejahtera Di Usia Senja : Dimensi Psikoreligi Pada Lanjut Usia (Lansia)* Cetakan 1., Jakarta: Balai Penerbit: FK UI.
2. Gutya, D., Sustrami, D. & Pranatha, L., 2016. Hubungan Glaukoma Dengan Perubahan Konsep Diri Pada Lansia Di Rumah Sakit Mata Masyarakat (RSMM) Jawa Timur. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 11, pp.1040–1047.
3. Rahayuni, N.P.N. Utami, P.A.S. & Swedarma, K.E., 2015. Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Stres lansia Di Banjar Lulus Baturiti Tabanan Bali. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(2355), pp.130–138.
4. Syam'ani, 2013. Studi Fenomenologi Tentang Pengalaman Dalam Menghadapi Perubahan Konsep Diri : Harga Diri Rendah PADA Lansia Di Kecamatan Jekan Raya Kota Palangka Raya. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(1), pp.60–69.
5. Syarniah, 2010. Pengaruh terapi kelompok reminiscence terhadap depresi pada lansia di panti sosial tresna werdha budi sejahtera provinsi Kalimantan Selatan. FK UI.

# delapan

## ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

1%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

|   |   |    |
|---|---|----|
| 1 | <a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a><br>Internet Source   | 3% |
| 2 | <a href="http://ml.scribd.com">ml.scribd.com</a><br>Internet Source   | 2% |
| 3 | <a href="http://mardiya.wordpress.com">mardiya.wordpress.com</a><br>Internet Source                                   | 2% |
| 4 | <a href="http://repository.unair.ac.id">repository.unair.ac.id</a><br>Internet Source                                 | 2% |
| 5 | <a href="http://jurnal.unimus.ac.id">jurnal.unimus.ac.id</a><br>Internet Source                                       | 1% |
| 6 | Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia<br>Student Paper  | 1% |
| 7 | Submitted to iGroup<br>Student Paper  | 1% |
| 8 | <a href="http://erepo.unud.ac.id">erepo.unud.ac.id</a><br>Internet Source   | 1% |
| 9 | <a href="http://e-journal-stikeshangtuahsurabaya.ac.id">e-journal-stikeshangtuahsurabaya.ac.id</a><br>Internet Source | 1% |



10

[ojs.unud.ac.id](http://ojs.unud.ac.id)

Internet Source

1%

---

11

[scholar.unand.ac.id](http://scholar.unand.ac.id)

Internet Source

1%

---

Exclude quotes      On

Exclude matches      < 1%

Exclude bibliography      On