

**INTERVENSI NON - FARMAKOLOGI MELALUI COGNITIVE STIMULATION
THERAPY DALAM PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA
DENGAN DEMENSIA****Indah Millenia Ratnasari^{1*}, Witdiawati², Mamat Lukman³**¹⁻³Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespodensi: indah18016@mail.unpad.ac.id

Disubmit: 15 Agustus 2024

Diterima: 27 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i8.16985>**ABSTRACT**

Elderly individuals, categorized as those at the age 60 years or older, often begin to experience a decline in bodily functions such as dementia. Dementia is a condition commonly encountered in the elderly, characterized by symptoms such as a decline in both short-term and long-term memory, impaired cognitive processes compared to their younger years, disruptions in daily activities, and diminished intellectual, cognitive, and personality capacities. One therapy that can be implemented to enhance cognitive function in the elderly is Cognitive Stimulation Therapy. The purpose of this case report is to examine the effects of Cognitive Stimulation Therapy in improving cognitive function in elderly individuals with dementia. This research method uses a case report approach with nursing care for elderly individuals with dementia by intervention of Al-Qur'an reading exercises administered over a period of 14 days. Following the implementation of Cognitive Stimulation Therapy through reading exercises, the client showed some improvement in recalling events and remembering the content that had been read. During the Cognitive Stimulation Therapy program, there was stimulation of cognitive function in the patient, leading to an improvement in cognitive abilities. Cognitive Stimulation Therapy can be used by nurses as a therapeutic intervention for elderly patients with dementia.

Keyword: Cognitive Stimulation Therapy, Dementia, Elderly**ABSTRAK**

Lansia merupakan individu yang dikategorikan pada usia sama atau lebih dari 60 tahun, yang pada saat usia inilah individu mulai merasakan fungsi tubuh yang berkurang fungsinya. Demensia adalah suatu kejadian yang dialami oleh individu dengan lanjut usia, hal tersebut terjadi dengan beberapa gejala yaitu menurunnya memori jangka pendek dan panjang, proses berfikir yang tidak lagi sama ketika masih muda, terganggunya kemampuan aktivitas sehari-hari, hingga terganggunya kapasitas intelektual serta kognitif dan kepribadian individu. Salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia adalah *Cognitive Stimulation Therapy*. Tujuan dari laporan kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Cognitive Stimulation Therapy* dalam meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia. Metode penelitian ini menggunakan metode laporan kasus pendekatan asuhan keperawatan dengan lansia dengan demensia, diberikan intervensi latihan membaca Al - Qur'an

selama 14 hari. Setelah dilakukan *Cognitive Stimulation Therapy* menggunakan metode membaca, pasien dapat sedikit mengingat peristiwa yang dihadapi serta mengingat bacaan-bacaan yang sudah dibaca. Pada saat program *Cognitive Stimulation Therapy* dilakukan terjadi rangsangan pada fungsi kognitif lansia sehingga terjadilah peningkatan fungsi kognitif. Intervensi *Cognitive Stimulation Therapy* dapat digunakan oleh perawat sebagai terapi pada lansia dengan demensia.

Kata Kunci: *Cognitive Stimulation Therapy*, Demensia, Lansia

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan fase dimana seseorang mengalami proses perubahan yang bertahap serta dengan jangka waktu yang panjang (Hadi & Rosyanti, 2019). Lansia merupakan individu yang dikategorikan pada usia sama atau lebih dari 60 tahun, yang pada saat usia inilah individu mulai merasakan fungsi tubuh yang berkurang fungsinya (Saras, 2023). Berkurangnya fungsi tubuh pada lansia terbagi dalam beberapa fungsi tubuh, seperti penurunan fungsi jantung, penurunan fungsi pernafasan, penurunan fungsi pencernaan, penurunan fungsi tulang dan sendi, penurunan fungsi indra, penurunan fungsi kekebalan tubuh, dan penurunan fungsi kognitif (Irfan Permana, Asri Aprilia Rohman, & Tita Rohita, 2019).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia terjadi ketika saraf pada otak mengalami kemunduran efisiensi transmisi yang kemudian mengakibatkan keterlambatan fungsi otak dalam proses menerima informasi (Sahathevan, 2015). Akibat dari keterlambatan fungsi otak menyebabkan hambatan dimana lansia akan akan sulit menerima dan memproses informasi baru ataupun mengingat kejadian dimasa lampau maupun kejadian saat ini yang menjadi masalah demensia pada lansia (Holmes & Amin, 2016). Penurunan fungsi kognitif terbagi menjadi 3 fase yaitu pada fase normal, *mild cognitive*

impairment dan demensia (Toh, Ghazali, & Subramaniam, 2016).

Salah satu efek penurunan fungsi kognitif pada lansia adalah gangguan memori. Kemampuan memori individu merupakan kemampuan untuk mempertahankan, menyimpan, serta mengingat pengalaman dan informasi yang telah diperoleh, sehingga individu dapat belajar serta beradaptasi untuk mengontrol serta mengingat kejadian masa lalu (Sipollo, 2022). Gangguan memori adalah suatu keadaan dimana individu mengalami penurunan dalam hal menerima informasi serta mengingat informasi dan mencerna informasi yang telah diterima. Sehingga dapat dikatakan gangguan memori karena adanya keterbatasan dalam hal kemampuan mengingat (Saras, 2023).

Demensia adalah suatu kejadian yang dialami oleh individu dengan lanjut usia, hal tersebut terjadi dengan beberapa gejala yaitu menurunnya memori jangka pendek dan panjang, proses berfikir yang tidak lagi sama ketika masih muda, terganggunya kemampuan aktivitas sehari-hari, hingga terganggunya kapasitas intelektual serta kognitif dan kepribadian individu (Sahathevan, 2015). Saat ini di seluruh dunia, mencapai 55.000.000 individu menderita demensia, lebih dari 60% di antaranya tinggal di negara dengan penghasilan rendah sampai

menengah. Pada tahun 2015, di Indonesia diperkirakan terdapat 1.200.000 individu menderita demensia dan akan semakin bertambah menjadi 2.000.000 penderita di tahun 2030 dan 4.000.000 pada tahun 2050 (Kemenkes RI, 2020).

Salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk menghambat gangguan memori pada lansia dengan demensia adalah *Cognitive Stimulation Therapy* yang berfungsi sebagai terapi stimulasi serta meningkatkan kemampuan otak untuk mengingat kembali hal yang telah terjadi. *Cognitive Stimulation Therapy* ini diklaim sebagai terapi yang efektif untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia karena terapi ini didasari dengan beberapa pilihan terapi yang dapat dipelajari sehingga dapat merangsang berbahasa, fungsi perencanaan terhadap informasi yang didapatkan, serta merangsang orientasi yang telah dilupakan, dan berefek pada hubungan antara lansia sehingga fungsi kognitif mendapatkan rangsangan kembali (Aguirre et al., 2014). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lia & Lisa (2021) diperoleh hasil bahwa program intervensi *Cognitive Stimulation Therapy* pada lansia berpengaruh untuk meningkatkan penurunan fungsi kognitif pada lansia dengan p-value 0,029 yang dapat diartikan pengaruhnya signifikan.

Salah satu metode dari *Cognitive Stimulation Therapy* ialah aktivitas membaca. Membaca adalah kegiatan sederhana yang bermanfaat untuk merangsang bagian-bagian otak sehingga konsentrasi dikeluarkan sebagai jalan keluar agar otak dapat berfungsi seperti seharusnya (Hastami et al., 2022). Hasil penelitian Hastami et al., (2022) membaca dapat meningkatkan kecerdasan kognitif dengan cara

meningkatkan memori visual, memori verbal, fokus perhatian dan kemampuan leksikal maupun semantic seorang individu. Kebiasaan rutin membaca pada lansia juga berpengaruh terhadap fungsi memori jangka pendek sekaligus kecerdasan intelektual. Apabila kegiatan membaca dilakukan dengan rutin secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah, menurunkan tingkat stress dan meningkatkan kebahagiaan, menjaga kestabilan emosi, menurunkan tingkat depresi, dan meningkatkan kecerdasan emosional. Berbagai macam media membaca, Al - Qur'an dan sejenisnya bisa dijadikan media membaca untuk *Cognitive Stimulation Therapy*. Hasil penelitian Lia dan Lisa (2021) bahwa aktifitas spiritual membaca Al-Qur'an yang berhubungan dengan fungsi kognitif dapat memaksimalkan daya kerja otak sehingga mempengaruhi peningkatan fungsi kognitif. Aktivitas membaca al-Qur'an dan melakukan ibadah lainnya membantu lansia mengatasi kepikunan pada lansia (Anam et al., 2021).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan, terutama bagi mereka yang mengalami demensia. Demensia adalah gangguan neurodegeneratif yang ditandai dengan gangguan memori, kesulitan berpikir, dan perubahan perilaku yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari (Toh, Ghazali, & Subramaniam, 2016). Salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif adalah *Cognitive Stimulation Therapy* (CST). CST merupakan terapi berbasis aktivitas yang melibatkan stimulasi kognitif dengan berbagai metode, seperti membaca, permainan memori,

diskusi kelompok, dan aktivitas seni, yang bertujuan untuk mempertahankan serta meningkatkan fungsi otak (Aguirre et al., 2014).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa CST dapat membantu memperlambat progresivitas demensia dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Menurut Lia dan Lisa (2021), CST berpengaruh signifikan terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia dengan p-value sebesar 0,029, yang menunjukkan efektivitas terapi ini dalam mempertahankan kemampuan berpikir dan memori. Studi lain oleh Hastami et al. (2022) menegaskan bahwa aktivitas membaca sebagai bagian dari CST dapat meningkatkan daya ingat jangka pendek dan jangka panjang serta memperkuat hubungan antar-neuron di otak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irawati (2021), yang menemukan bahwa membaca Al-Qur'an secara rutin dapat memberikan stimulasi kognitif yang lebih optimal dibandingkan dengan aktivitas membaca lainnya.

Mengingat potensi CST dalam meningkatkan fungsi kognitif, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh CST berbasis aktivitas membaca terhadap lansia dengan demensia di Griya Lansia Garut. Data primer diperoleh melalui pengukuran kognitif menggunakan *Mini-Mental State Examination* (MMSE) sebelum dan setelah intervensi, serta observasi langsung terhadap perubahan perilaku lansia. Hasil pengkajian yang peneliti lakukan selama praktik di Griya Lansia Garut ditemukan pada seluruh lansia sebanyak 76 orang dengan skrining *Mini Mental Status Exam* (MMSE) awal ditemukan aspek gangguan fungsi kognitif ringan sebesar 15,78%, aspek gangguan fungsi kognitif berat

sebesar 22,3%, aspek kognitif baik sebesar 44%, dan lansia tidak terkategori sebesar 17%. Meski demikian, hal ini menjadikan masalah dengan perhatian khusus jika tidak ditangani dengan baik. Perilaku lansia dengan demensia yang dapat dilihat dari hasil selama peneliti melakukan pengkajian yaitu para lansia mengalami disorientasi waktu, disorientasi orang dan tempat, tidak ingat usianya sendiri, saat ditanya jawaban selalu berubah-ubah bahkan mengatakan tidak tahu serta sering lupa tempat dimana lansia menaruh barang. Selain itu, belum optimalnya perawatan lansia dengan demensia di Griya Lansia Garut menyebabkan masalah-masalah lansia lainnya seperti risiko kesepian dan gangguan rasa nyaman.

Berdasarkan masalah yang terjadi pada lansia maka peneliti tertarik untuk memberikan intervensi *Cognitive Stimulation Therapy* kepada lansia untuk membantu meningkatkan kognitif pada lansia. Sehingga pertanyaan penelitian yang diajukan adalah "Sejauh mana *Cognitive Stimulation Therapy* berbasis membaca Al-Qur'an dapat meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan demensia?". Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi non-farmakologi melalui *Cognitive Stimulation Therapy* dengan metode aktivitas membaca dalam peningkatan fungsi kognitif lansia dengan demensia di Griya Lansia Garut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam menangani lansia dengan gangguan kognitif.

KAJIAN PUSTAKA

Fungsi kognitif merupakan kemampuan otak dalam memproses

informasi, yang mencakup perhatian, memori, bahasa, pemecahan masalah, dan kemampuan mengambil Keputusan (Salthouse, 2010). Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami perubahan biologis dan neurologis yang dapat memengaruhi fungsi-fungsi tersebut. Penurunan kognitif pada lansia merupakan proses yang umum terjadi, meskipun kecepatan dan derajat penurunannya sangat bervariasi antar individu (Harada et al., 2013).

Faktor-faktor yang memengaruhi fungsi kognitif pada lansia sangat beragam, mencakup faktor biologis (misalnya status kesehatan dan genetik), psikologis (depresi, stres), sosial (isolasi sosial, tingkat pendidikan), dan gaya hidup (aktivitas fisik, pola makan, keterlibatan mental (Livingston et al., 2020). Aktivitas kognitif yang terstruktur dan stimulasi lingkungan terbukti mampu memperlambat penurunan kognitif pada lansia (Ngandu et al., 2015).

Cognitive stimulations Therapy (CST) merupakan pendekatan intervensi psikososial yang dirancang untuk meningkatkan fungsi kognitif dan kualitas hidup pada individu dengan gangguan kognitif ringan hingga sedang, khususnya pada lansia. Terapi ini menggabungkan stimulasi kognitif melalui aktivitas terstruktur dengan pendekatan sosial, yang menekankan pentingnya interaksi interpersonal dalam memelihara kemampuan kognitif dan emosional (Aguirre et al., 2013). Dalam konteks komunitas atau fasilitas lansia, CST dapat diadaptasi dan diterapkan secara fleksibel oleh tenaga kesehatan atau caregiver terlatih, menjadikannya sebagai strategi intervensi non-farmakologis yang efektif dan berbiaya rendah (Woods et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode laporan kasus. Laporan kasus (*Case Report*) adalah laporan kasus yang memuat penjelasan rinci tentang gejala dan tanda, diagnosis, pengobatan, dan tindak lanjut dari seorang pasien terhadap suatu masalah yang disajikan unik (Kluwer, 2017). Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret - April 2024 dengan pengambilan data melalui wawancara terhadap klien, pengkajian fisik serta data sekunder yang didapat dari *medical record*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, *Mini Mental Status Exam (MMSE)* berisikan 11 item pertanyaan atau tugas sederhana untuk mengetahui kategori fungsi kognitif. Hasil pengambilan data tersebut di analisis, dan ditentukan rencana asuhan keperawatan.

Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. S perempuan berusia 60 tahun ditemukan data: klien sudah tinggal di Griya Lansia Garut sejak 6 bulan yang lalu. Klien mengatakan tidak mampu mengingat menyimpan barang yang ia simpan dan jadwal minum obat hipertensi sehingga perlu adanya pengawasan pemberian obat, tidak mampu mengingat nama tetangga dan sekitarnya serta klien jarang mengikuti kegiatan di Griya Lansia. Selain itu, lansia memiliki riwayat penyakit hipertensi.

Hasil pemeriksaan ditemukan *composmentis*, Tanda - Tanda Vital (TTV) : tekanan darah: 159/90 mmHg (normal: 110/70 - 120/80 mmHg), respirasi: 20 x/menit (normal: 12 - 20 x/menit), nadi : 100 x/menit (normal: 60 - 100 x/menit), saturasi oksigen: 99% (normal : 94 - 100%), berat badan: 45,9 kg, tinggi badan: 150 cm, Indeks Massa Tubuh: 21 kg/m² (normal), KATZ Indeks kategori A, status kognitif lansia menggunakan pengukuran *Mini Mental Status Exam (MMSE)* skor 16 kategori gangguan fungsi kognitif

(demensia) sedang, status mental menggunakan *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ) skor 8 kategori kerusakan intelektual sedang. Pada saat klien diberikan tugas sederhana dalam pengkajian MMSE, klien tidak mampu setengahnya mengikuti arahan. Berdasarkan hasil data, didapatkan bahwa masalah keperawatan pada klien adalah Gangguan Memori (SDKI, 2016) dengan intervensi Latihan Memori (SIKI, 2018).

Berdasarkan masalah keperawatan diatas, *Cognitive Stimulation Therapy* menjadi salah satu intervensi yang direncanakan oleh peneliti dengan pemantauan secara berkala sesuai luaran Memori (SLKI, 2019). Implementasi dilakukan dengan metode terapeutik yaitu terapi non - farmakologis dengan *Cognitive Stimulation Therapy* melalui pemberian aktivitas membaca dan memonitor perilaku sebelum dan sesudah intervensi yang diberikan. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut peneliti memberikan aktivitas membaca Al - Qur'an (lqro 3) untuk membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dikarenakan klien tidak bisa membaca dan menulis dengan abjad bahasa Indonesia. Aktivitas membaca ini dilakukan selama 14 hari dengan durasi membaca selama 30 menit perhari. Setiap halaman lembar yang dibaca, peneliti memberikan pembatas sebagai pengingat halaman yang telah dibaca. Setelah intervensi dilakukan

selanjutnya peneliti melakukan evaluasi asuhan keperawatan secara kualitatif setiap 3 hari sekali. Dari hasil evaluasi tersebut, jika klien sudah mampu mengingat bacaan sebelumnya, maka klien dapat melanjutkan untuk membaca pada halaman berikutnya. Selain itu, peneliti memberikan motivasi dan pendampingan kepada klien supaya tetap berfikir positif pada setiap kejadian hidup yang telah terjadi.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah diperoleh dan menentukan rencana asuhan keperawatan, maka peneliti melakukan implementasi keperawatan yakni terapi non - farmakologis dengan *Cognitive Stimulation Therapy* melalui pemberian metode aktivitas membaca, dan memonitor perilaku sebelum dan sesudah pemberian aktivitas membaca selama 14 hari. Dalam penelitian ini, hasil pengkajian status kognitif lansia menggunakan pengukuran *Mini Mental Status Exam* (MMSE) skor 16 kategori gangguan fungsi kognitif sedang, dengan interpretasinya klien tidak mampu mengingat kejadian yang terjadi dan disorientasi waktu dan tempat, serta tidak mampu mempelajari hal baru. Setelah melakukan implementasi tersebut, maka didapatkan hasil respon berikut:

**Tabel 1. Tahap Perkembangan Klien pada Terapi Non - Farmakologis dengan
*Cognitive Stimulation Therapy***

Pertemuan Ke -	Tindakan	Perkembangan
1	Membaca selama 30 menit	Klien belum bisa mengingat apa yang telah dibaca, masih melakukan kesalahan dalam orientasi tempat dan waktu. Setelah melakukan terapi, klien mengatakan akan melakukan terapi ini untuk melatih memori membaca yang telah klien lupakan.
2 s.d 4	Membaca selama 30 menit	Klien mengatakan masih belum mengingat bagian mana bacaan yang terakhir klien baca. Sehingga peneliti harus membantu untuk mengingatkan.
5 s.d 7	Membaca selama 30 menit	Klien mengatakan masih sedikit dapat mengingat bagian mana bacaan yang dibaca terakhir pada hari kemarin namun masih melakukan kesalahan dalam orientasi waktu, tidak mampu mengingat peristiwa yang klien hadapi.
8 s.d 10	Membaca selama 30 menit	Klien mengatakan masih sedikit dapat mengingat bagian mana bacaan yang dibaca terakhir pada hari kemarin namun masih melakukan kesalahan dalam orientasi waktu, dan sedikit mengingat dan menceritakan mengenai pengalamannya.
11 s.d 14	Membaca selama 30 menit	Klien mengatakan mengingat bacaan-bacaan yang telah klien baca sebanyak 10 lembar Iqra 3 serta mengikuti kegiatan membaca dengan kooperatif, dan sedikit mengingat dan menceritakan mengenai pengalaman hidupnya.

Berdasarkan hasil respon setelah dilakukan pemberian *Cognitive Stimulation Therapy* dengan metode aktivitas membaca selama 14 hari dengan durasi 30 menit persesi maka hasil evaluasi yang diperoleh adalah verbalisasi kemampuan mempelajari hal baru sedikit meningkat, verbalisasi kemampuan mengingat perilaku tertentu yang pernah dilakukan

seperti mengingat apa yang sudah dipelajari sedikit meningkat melalui penunjuk pembatas halaman yang sudah dibaca sebelumnya, orientasi kognitif meningkat yakni orientasi kognitif sedikit meningkat seperti identifikasi peristiwa penting dari pengalaman klien. Sehingga dapat disimpulkan masalah gangguan memori pada teratasi sebagian.

PEMBAHASAN

Klien merupakan perempuan yang berusia 60 tahun yang sudah termasuk dalam kategori lanjut usia. Berdasarkan faktor usia yang sudah menginjak usia 60 tahun proses

mengingat yang dialami oleh klien akan menurun, sehingga menurun juga fungsi kognitifnya. Fungsi kognitif merupakan kemampuan individu meliputi memori berbagai

jangka, pengambilan keputusan, menulis dan membaca sehingga dapat mengingat kembali peristiwa masa lalu dan saat ini. Penurunan fungsi kognitif pada lansia tentunya berpengaruh pada kemampuan kognitif lansia, serta akan mengalami perubahan terhadap kemampuan memori, daya ingat dan kemampuan kognitif lainnya (Hadi & Rosyanti, 2019). Menurut Hidayati dan Haryanto (2015), Lansia mengalami penurunan fungsi kognitif karena kurangnya konsentrasi dan rangsangan, sehingga mempengaruhi ingatan yang tersimpan di otak. Apabila informasi yang diterima indra tidak diperhitungkan maka cepat atau lambat informasi tersebut akan hilang dan rusak. Maka dari itu, penting untuk mengadakan kegiatan pelatihan memori untuk meningkatkan memori jangka pendek dan jangka panjang pada lansia.

Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat diterapi dengan cara *Cognitive Stimulation Therapy* yang berfungsi untuk melatih fungsi kognitif pada lansia. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lia & Lisa (2021) menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan setelah dilakukan terapi *Cognitive Stimulation Therapy* pada lansia. Dari segi ilmu kedokteran, peran *Cognitive Stimulation Therapy* mempengaruhi fungsi otak yakni bagian lobus frontalis dan lobus temporal. Lobus frontalis merupakan bagian dari tubuh manusia sebagai sistem pusat yang merupakan pusat kesadaran, sistem pengaturan, memori dan logika pada manusia. Sistem motorik pada manusia berperan sebagai tempat untuk perkembangan yang dilakukan oleh manusia sehingga dapat seluruh aktivitas diatur oleh neuron-neuron pada bagian lobus frontal. Otak manusia terdiri dari setidaknya 3.000 bagian yang

berhubungan untuk mengatur nutrisi, genetik, lingkungan serta kecerdasan individu. Hubungan antar sel otak ditentukan oleh rangsangan lingkungan dengan pembelajaran yang dicapai melalui perasaan, penglihatan, pendengaran, membaca, menghafal, menghafal dan mengulang (Irawan, 2020). Penelitian yang dilakukan Toh et al., (2016) juga menjelaskan adanya efektifitas *Cognitive Stimulation Therapy* dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada lansia, hal tersebut terjadi karena pada saat program terapi *Cognitive Stimulation Therapy* dilakukan terjadi rangsangan pada fungsi kognitif lansia sehingga terjadilah peningkatan fungsi kognitif. Tidak hanya peningkatan fungsi kognitif, namun ada beberapa manfaat pengaruh *Cognitive Stimulation Therapy* pada lansia yaitu menurunkan tingkat depresi, meningkatkan aktivitas sehari-hari serta meningkatkan kualitas hidup pada lansia.

Aktivitas *Cognitive Stimulation Therapy* pada lansia dapat dilakukan apa saja, salah satunya adalah membaca. Aktivitas membaca dikatakan sebagai bentuk neuroplastisitas yang diharapkan dapat meningkatkan fungsi kognitif (Hastami et al., 2022). Aktivitas membaca pada lansia yang dilakukan setidaknya minimal satu kali sehari terbukti efektif dibandingkan dengan lansia yang tidak melakukan aktivitas membaca, karena membaca setidaknya minimal 15 menit terbukti efektif untuk mengembangkan fungsi kognitif sehingga dapat menurunkan tingkat demensia (Irawati, 2021). Selain mempunyai efek mengembalikan dan mempertahankan fungsi kognitif, aktivitas membaca yang dilakukan minimal 15 menit dapat mengembalikan kemampuan memori jangka panjang dan pendek.

Hal tersebut dibuktikan dengan adanya penelitian yang berekperimen dengan kemampuan jangka pendek dan panjang lansia menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah terapi membaca dilakukan (Nababan, Lambertina, Aran, & Wijayanti, 2023). Sesuai dengan intervensi yang dilakukan yakni aktivitas membaca khususnya membaca Al - Qur'an memberikan dampak yang signifikan pada penderita demensia. Berdasarkan penelitian Royhan et al., (2014) bahwa kebiasaan membaca Al-Qur'an secara rutin juga mempengaruhi fungsi memori jangka pendek, kecerdasan intelektual serta mempertahankan fungsi kognitif. Penelitian ini didukung oleh peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Kartika & Raodhah (2020) dengan 53 lansia mendapatkan hasil lansia rutin membaca Al - Qur'an, tidak mengalami demensia sebanyak 31 lansia (93,9%) dan lansia yang tidak rutin membaca Al-Qur'an, mengalami demensia berat sebanyak 3 lansia (15%). Pada penelitian ini, pemberian durasi pada membaca Al - Qur'an setidaknya selama 30 menit perhari secara rutin terbukti menunjukkan hasil lansia mampu memberikan perubahan secara signifikan memberikan dampak positif dari segi peningkatan fungsi kognitif, namun juga membuat hidup lansia lebih bermakna dengan sang pencipta - Nya.

Selain itu, terdapat hubungan antara aktivitas membaca dengan waktu tertentu untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan demensia didukung oleh kebiasaan aktivitas membaca lansia. Pada penelitian ini, waktu aktivitas membaca Al - Qur'an dilakukan pada sela waktu luang memberikan dampak positif dalam peningkatan fungsi kognitif pada lansia. Selaras dengan penelitian yang dilakukan

oleh Irawati (2021) bahwa kebiasaan membaca Al - Qur'an dapat dilakukan pada waktu tertentu yakni saat setelah melakukan shalat fardhu dan sunnah dan saat pada sebagian malam yang akhir, waktu di antara Magrib dan Isya, setelah shalat subuh. Sejatinya, Aktivitas membaca al-Qur'an tidak membutuhkan energi yang banyak dan dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja, sehingga tidak memberatkan bagi lansia untuk menambah amal ibadah (Andrianto et al., 2021). Latihan memori melalui *Cognitive Stimulation Therapy* metode aktivitas membaca yang diberikan pada lansia adalah upaya untuk menurunkan tingkat demensia dan memberikan pengaruh yang diperlukan untuk mencapai efek positif pada lansia, *Cognitive Stimulation Therapy* sebaiknya dilakukan setiap hari secara rutin (Lowrani, Indarwati, & Lestari, 2020). Aktivitas membaca maupun menghafal Al - Qur'an setiap hari dapat memberikan stimulus pada otak agar otak menjadi lebih aktif sehingga dapat meningkatkan fungsi otak salah satunya pada kemampuan mengingat lansia. Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi ini setiap hari pada lansia dapat meningkatkan daya ingat pada lansia dengan demensia.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang sudah diuraikan maka dapat disimpulkan bahwa terapi non - farmakologis dengan *Cognitive Stimulation Therapy* melalui aktivitas membaca berpengaruh untuk meningkatkan fungsi kognitif khususnya menurunkan gangguan memori pada lansia dengan demensia. Berdasarkan pengamatan pada asuhan keperawatan terjadi peningkatan kognitif setelah dilakukan metode aktivitas membaca yaitu pada hari kelima dan keenam sudah dapat mengingat

sedikit peristiwa yang telah terjadi dan mampu mengingat bacaan yang terakhir lansia baca.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yakni peneliti hanya melakukan 14 kali pertemuan, maka intervensi belum menggambarkan peningkatan kognitif melalui *Cognitive Stimulation Therapy* secara menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil intervensi keperawatan dengan menggunakan terapi non - farmakologi melalui *Cognitive Stimulation Therapy* dengan metode aktivitas membaca dapat digunakan perawat untuk memberikan peningkatan kognitif khususnya menurunkan gangguan memori kepada dengan demensia. Aktivitas membaca membuat fokus lansia meningkat sehingga terdapat distraksi untuk mengingat hal-hal yang sudah dilupakan oleh lansia. Dapat dilihat dari uraian hasil setelah terapi bahwa terdapat pengaruh *Cognitive Stimulation Therapy* terhadap peningkatan kognitif pada lansia dengan demensia.

Berdasarkan hasil dari laporan kasus ini, peneliti berharap institusi pelayanan kesehatan, tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan fokus latihan memori dengan membaca rutin setiap hari sebagai latihan bagi lansia untuk mengatasi demensia. Serta diharapkan juga institusi pendidikan dapat melanjutkan penelitian ini terkait dengan *Cognitive Stimulation Therapy* dengan metode aktivitas membaca untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia.

Saran untuk penelitian masa depan dapat difokuskan pada variasi metode *Cognitive Stimulation Therapy* (CST) dengan mengeksplorasi teknik lain, seperti

permainan memori, aktivitas seni, atau diskusi kelompok, untuk menilai efektivitasnya dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia. Selain itu, studi lebih lanjut dapat meneliti durasi dan intensitas intervensi yang optimal, dengan melihat dampak jangka panjang dari CST jika diterapkan dalam periode yang lebih lama atau dengan frekuensi yang lebih tinggi. Perbandingan efektivitas CST dengan terapi non-farmakologi lainnya, seperti terapi musik, reminiscence therapy, atau terapi fisik, juga dapat menjadi fokus penelitian guna menentukan pendekatan yang paling efektif untuk meningkatkan kognitif lansia dengan demensia.

Faktor sosial dan lingkungan juga berperan dalam keberhasilan CST, sehingga penelitian di masa mendatang dapat mengkaji bagaimana dukungan keluarga, interaksi sosial, dan lingkungan tempat tinggal memengaruhi hasil terapi. Selain itu, penting untuk meneliti efektivitas CST pada lansia dengan berbagai tingkat keparahan demensia, mulai dari ringan hingga berat, guna memahami sejauh mana terapi ini dapat memberikan manfaat dalam tiap tahapan penyakit. Integrasi CST dengan teknologi, seperti aplikasi berbasis digital atau virtual reality, juga dapat dieksplorasi untuk meningkatkan keterlibatan lansia dalam terapi serta memperluas aksesibilitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

Aguirre, E., Hoare, Z., Streater, A., Spector, A., Woods, B., Hoe, J., & Orrell, M. (2014). Cognitive stimulation therapy (CST) for people with dementia-who benefits most? *International Journal of*

- Geriatric Psychiatry*, 28(3), 284-290.
<https://doi.org/10.1002/gps.3823>
- Anam, A. C., Rahman, I. K., & Hafidhuddin, D. (2021). Program Bimbingan dan Konseling Landasan Hidup Religius untuk Lansia Panti Sosial. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(3), 207-220.
- Adrian, A. (2021). Peningkatan Kemampuan Membaca Al-Qur'an Lansia Melalui Religious Literacy di Dusun Krajan Tukum Tekung Lumajang Tahun 2020. *Assunniyyah*, 1(01), 1-23.
- Hadi, I., & Rosyanti, L. (2019). Mild Cognitive Impairment (MCI) pada Aspek Kognitif dan Tingkat Kemandirian Lansia dengan Mini-Mental State Examination (MMSE) Sebagai bagian dari penilaian Penuaan , diperkirakan prevalensi gangguan kognitif tanpa demensia sekitar 22 % dengan usia 71. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 11(1).
- Hastami, Y., Munawaroh, S., Suwandono, A., Probandari, A., Herawati, F., Ayu, A., & Nur, N. (2022). Intervensi Membaca-Keras Lisan Untuk Meningkatkan Kefasihan Verbal Pada Orang Tua.
- Hidayati, N., & Haryanto, J. (2015). Memory training meningkatkan memori jangka pendek lansia [Memory training improves the short-term memory of the elderly]. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 3(1), 88-99.
<http://journal.unair.ac.id/download-fullpapersijchn36cce53e73full.pdf>
- Irawati, K. (2021). Durasi Membaca Al- Qur ' an dengan Fungsi Kognitif pada Lansia, (February 2019), 16-22.
<https://doi.org/10.18196/mm.190123>
- Irfan Permana, Asri Aprilia Rohman, & Tita Rohita. (2019). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Penurunan Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 11(1), 55-62.
<https://doi.org/10.35907/jksbg.v11i1.135>
- Kartika, Y., & Raodhah, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Membaca Alqur ' an dan Aktivitas Fisik dengan Demensia pada Lanjut Usia The Relationship Between Recite Alqur ' an Habits and Ph ysical Activity with Dementia in the Elderly, 8(2), 87-96.
- Kluwer, Wolters. (2017). *Guidelines To Writing A Clinical Case Report*. Heart views : the official journal of the Gulf Heart Association, 18(3), 104 - 105.
<https://doi.org/10.4103/1995-703X.217857>
- Lia, J., & Lisa, L. H. (2021). Efektivitas Penerapan Cognitive Stimulation Therapy (CST) untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif, Activity Daily living, Psikologis, dan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Risenologi*, 6(1a), 6-13.
<https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2021.61a.208>
- Lowrani, M., Indarwati, R., & Lestari, P. (2020). Systematic Review Non-pharmacological Therapy for the Elderly to Prevent Dementia through Cognitive Stimulation Therapy: A Systematic Review, 15(2), 221-229.
- Nababan, S., Lambertina, M., Aran, B., & Wijayanti, A. R. (2023). Stimulasi Daya Ingat Latihan Memori Sesuai Intervensi

- Keperawatan untuk Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia di Seksi Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Padu Wau Maumere, 1(2), 77-84.
- PPNI, Tim Pokja SDKI DPP. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. (Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia, Ed.) (1st ed.). Jakarta Selatan.
- PPNI, Tim Pokja SIKI DPP. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Surahmawati, S., Kartika, Y., & Raodhah, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Membaca Alqur'an dan Aktivitas Fisik dengan Demensia Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, 8(2), 87-96.
- Toh, H. M., Ghazali, S. E., & Subramaniam, P. (2016). The Acceptability and Usefulness of Cognitive Stimulation Therapy for Older Adults with Dementia: A Narrative Review. *International Journal of Alzheimer's Disease*, 2016. <https://doi.org/10.1155/2016/5131570>
- Aguirre, E., Woods, R. T., Spector, A., & Orrell, M. (2013). Cognitive stimulation for dementia: a systematic review of the evidence of effectiveness from randomised controlled trials. *Ageing research reviews*, 12(1), 253-262.
- Harada, C. N., Love, M. C. N., & Triebel, K. (2013). Normal cognitive aging. *Clinics in geriatric medicine*, 29(4), 737.
- Livingston, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., Brayne, C., Burns, A., Cohen-Mansfield, J., & Cooper, C. (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *The Lancet*, 396(10248), 413-446.
- Ngandu, T., Lehtisalo, J., Solomon, A., Levälahti, E., Ahtiluoto, S., Antikainen, R., Bäckman, L., Hänninen, T., Jula, A., & Laatikainen, T. (2015). A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial. *The Lancet*, 385(9984), 2255-2263.
- Salthouse, T. (2010). *Major issues in cognitive aging*. Oxford University Press.
- Woods, B., Rai, H. K., Elliott, E., Aguirre, E., Orrell, M., & Spector, A. (2023). Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia. *Cochrane database of systematic reviews*(1).