

## Pendekatan Intervensi Keperawatan Jiwa untuk Mengurangi Gejala Depresi pada Lansia Demensia di Indonesia dan di Jepang : *Literature Review*

Firda Anilatul Wafa<sup>1</sup> , Laura Khatrine Noviyanti<sup>2</sup> , Titik Suerni<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang, Indonesia

<sup>2</sup>Dosen Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang, Indonesia

<sup>3</sup>Perawat RSJD dr. Amino Gondohutomo Semarang, Indonesia

*Corresponding Author:* [Firdawafa01@gmail.com](mailto:Firdawafa01@gmail.com)

**Abstract.** *The definition of Health is a complete physical and mental condition, free of disease or disability. Feelings of uselessness, sadness, insomnia, stress, depression, anxiety, delirium, and dementia are signs of psychological regression in the elderly. Health care for depressed parents with dementia requires non-pharmacological care. Objective: This research analyzes the effects of reminiscence therapy, Brain Gym, and music therapy to relieve elderly people suffering from dementia and depression. This literature review research took the published articles from 2014 to 2024 on Google Scholar and Pubmed. The researchers collected relevant data or sources based on the keywords. The results found both in Indonesia and Japan, non-pharmacological care interventions like reminiscence therapy had a significant impact. However, the Brain Gym intervention group and music therapy performed in Japan had no significant impact on relieving depression or improving the cognitive function of dementia patients. Conclusion: Reminiscence therapy succeeded in relieving cognitive function in parents suffering from dementia in Indonesia and Japan. Therefore, reminiscence therapy is suggested to be applied in Japan.*

**Keywords :** *Brian Gym, Reminiscence Therapy, Music Therapy, Literature Review*

**Abstrak.** Sehat merupakan keadaan fisik maupun psikis menyeluruh bebas dari penyakit maupun kecacatan. Pada lansia kemunduran psikologis meliputi perasaan tidak berguna, mudah sedih, insomnia, stres, depresi, ansietas, delirium dan demensia. Penatalaksanaan nonfarmakologi dibutuhkan dalam penanganan kesehatan pada lansia yang mengalami depresi dengan demensia. Tujuan: untuk menganalisa artikel penelitian tentang therapy reminiscence, brian gym, dan terapi musik untuk mengatasi depresi pada lansia dengan demensia. Desain penelitian literature review. Rentang waktu penebitan (2014-2024) melalui google scholar, pubmed. Metode review yang dilakukan dengan mengumpulkan data atau sumber yang sesuai kata kunci dan sumber relevan. Hasil dari pencarian artikel menunjukkan terdapat pengaruh signifikan setelah diberikan intervensi keperawatan nonfarmakologi reminiscence therapy di jepang maupun di Indonesia, namun tidak terjadi pengaruh yang signifikan pada kelompok intervensi brian gym, dan terapi musik yang dilakukan di jepang dalam menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan fungsi kognitif lansia demensia. Simpulan: Reminiscence therapy efektif untuk menurunkan fungsi kognitif pada lansia dengan demensia di Indonesia dan di jepang, sehingga Reminiscence therapy dapat diterapkan di negara jepang.

**Kata Kunci :** Brian Gym, Reminiscence Therapy, Terapi Musik, Literature Review

### 1. PENDAHULUAN

Sehat menurut WHO keadaan fisik maupun psikis yang menyeluruh tidak hanya bebas dari penyakit maupun kecacatan, namun sehat fisik, sehat emosional, dan sehat dalam sosial (Herlan, 2020). Sedangkan menurut Undang-Undang Kesehatan no 17 tahun 2023 definisi sehat yaitu keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dapat disimpulkan bahwa sehat merupakan

kondisi seseorang yang dapat memenuhi tugas kehidupannya tanpa ada rasa khawatir dan menjalani kehidupannya secara baik fisik, spikis, spiritual, sosial dan ekonomi.

Kesehatan lansia sangat penting untuk mendukung hidup yang optimal pada usia yang lebih tua. Pola hidup sehat, pencegahan penyakit, dan perawatan yang tepat dapat membantu menjaga kesehatan lansia. Permasalahan kesehatan pada lansia yaitu semakin turun dan berkurang daya tahan fisiknya, sehingga beberapa jenis penyakit tertentu akan muncul dan menyerang lansia (Prima *et al.*, 2019). Lansia yang mengalami gangguan pada psikis membutuhkan dukungan sosial dan dukungan psikologis dari keluarga.

Batasan lanjut usia menurut WHO (2019) meliputi usia pertengahan (45-59 tahun), lanjut usia (60- 74 tahun), lanjut usia tua (75-90 tahun), dan usia sangat tua (diatas 90 tahun) (Wahyu *et al.*, 2023). Menurut Kemenkes (2020) definisi lansia yaitu seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, dan lansia merupakan kelompok masyarakat yang memiliki resiko kesehatan yang tinggi akibat proses penuaan dan perubahan yang terjadi secara fisik, psikis dan sosial. Berbicara tentang lansia, Jepang adalah negara yang dikenal *super a geing nation* dengan populasi lansia 65 tahun ke atas (Cahyani, 2022).

Karakteristik lansia yang tinggal di jepang menunjukkan rata-rata umur yaitu 83,23 tahun dalam rentang umur old (75-90 tahun) yaitu 70,6% dan jenis kelamin sebagian besar perempuan yaitu 64,7% (Widiastuti *et al.*, 2021). Pernyataan ini di dukung penelitian Kurniawan *et al.*, (2022) mayoritas populasi lansia di jepang berjenis kelamin perempuan yaitu dengan jumlah 19,64 juta perempuan di antara 34,6 juta orang dan 14,99 juta populasi laki-laki dengan lebih dari separuh pria berusia 65-69 tahun masih bekerja. Sedangkan jumlah orang di atas usia 100 tahun meningkat 4.124 orang dalam setahun menjadi 65.692 orang, dengan perempuan 87,6% dari total. Hal ini menunjukkan bahwa proporsi penduduk di atas 100 tahun selalu meningkat di Jepang, dengan wanita berusia 87,05 tahun dan laki-laki berusia 80,79 tahun. Data statistik lansia di Indonesia ditemukan lansia muda jauh lebih banyak yaitu 64,2% diikuti oleh lansia madya sebanyak 27,7% dan yang terakhir lansia tua sebanyak 8,4% dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak lebih dari setengah jumlah populasi (Amalia & Sjarkiah, 2023). Dapat disimpulkan bahwa karakteristik perempuan di Indonesia dan di jepang mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan usia lebih dari 65 tahun.

Angka kejadian depresi pada lansia menurut WHO (2019) berkisar 8-15% dan hasil meta analisis dari laporan negara-negara di dunia mendapatkan prevalensi rata-rata depresi pada lansia adalah 13,5%. Depresi pada lansia di Jepang menunjukkan angka lebih rendah dibandingkan Indonesia, di Indonesia hasil pengukuran menggunakan *Geriatric Depression Scale short form* (GDS-SF) sebanyak 33,8%, hal ini disebabkan karena adanya perubahan-

perubahan yang terjadi pada masa lanjut usia antara lain perubahan fisiologis, perubahan kemampuan motorik, dan perubahan sosial-psikologis (Laela, 2023). Prevalensi di Indonesia lebih tinggi dari negara lain terutama negara Jepang, penyebab tingginya angka kesakitan salah satunya diakibatkan kurangnya aktivitas fisik. Masyarakat Jepang cenderung sering melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki, sehingga peredaran darah lancar dan mengurangi tingkat depresi karena menstimulus hormone endorfine. Efek dari perubahan tersebut menentukan kesiapan lansia dalam penyesuaian diri secara baik atau buruk hingga mengalami depresi (Rosliana et al., 2021).

Depresi merupakan gangguan psikis berawal dari stres yang tidak diatasi, maka seseorang bisa jatuh ke fase depresi (Taamu et al., 2017). Depresi merupakan salah satu gangguan mood yang ditandai oleh hilangnya perasaan kendali dan pengalaman subjektif adanya penderitaan berat (Milfayetty & Damayanti et al., 2022). Depresi ditandai dengan kesedihan yang sangat mendalam, perasaan tidak berarti dan bersalah, menarik diri dari orang lain, tidak dapat tidur, kehilangan selera makan, hasrat seksual, dan minat serta kesenangan dalam aktivitas yang biasa dilakukan (Karlina, 2022). Dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab depresi berawal dari stres yang tidak diatasi sehingga hilangnya perasaan kendali pada lansia.

Penatalaksanaan untuk menurunkan depresi pada lansia dapat dilakukan dengan *Reminiscence therapy* (Hermawati & Permana, 2020). Pada penelitian yang dilakukan Rokayah et al., (2019) Hasil penelitian diperoleh tingkat depresi pada lansia sebelum dilakukan terapi *reminiscence* dari responden mengalami depresi berat sebanyak 15 responden (51,7%), tingkat depresi pada lansia sesudah dilakukan terapi *reminiscence* dari responden mengalami depresi ringan sebanyak 14 responden (48,3%), ada pengaruh yang signifikan terapi *reminiscence* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia. Jadi dapat disimpulkan bahwa *reminiscence* menjadi salah satu pengobatan non farmakologi yang efektif untuk penurunan tingkat depresi lansia. Penatalaksanaan modalitas yang lainnya diantaranya yaitu *reminiscence therapy*, *brain gym*, dan terapi musik.

## 2. METODOLOGI

Penelitian yang digunakan adalah *literature review* atau tinjauan pustaka dengan desain yang digunakan deskriptif. Instrumen pengumpulan data menggunakan jurnal, artikel, buku, text book, dan pustaka lain. Kemudian dianalisa dengan teknik yang tepat untuk memperoleh

intisari dari data terkait. Studi *literature review* yang dibahas yaitu tentang *reminiscence therapy*, *brain gym* dan terapi musik.

### 3. KRITERIA INKLUSI

**Tabel 2.1**  
Kriteria Inklusi

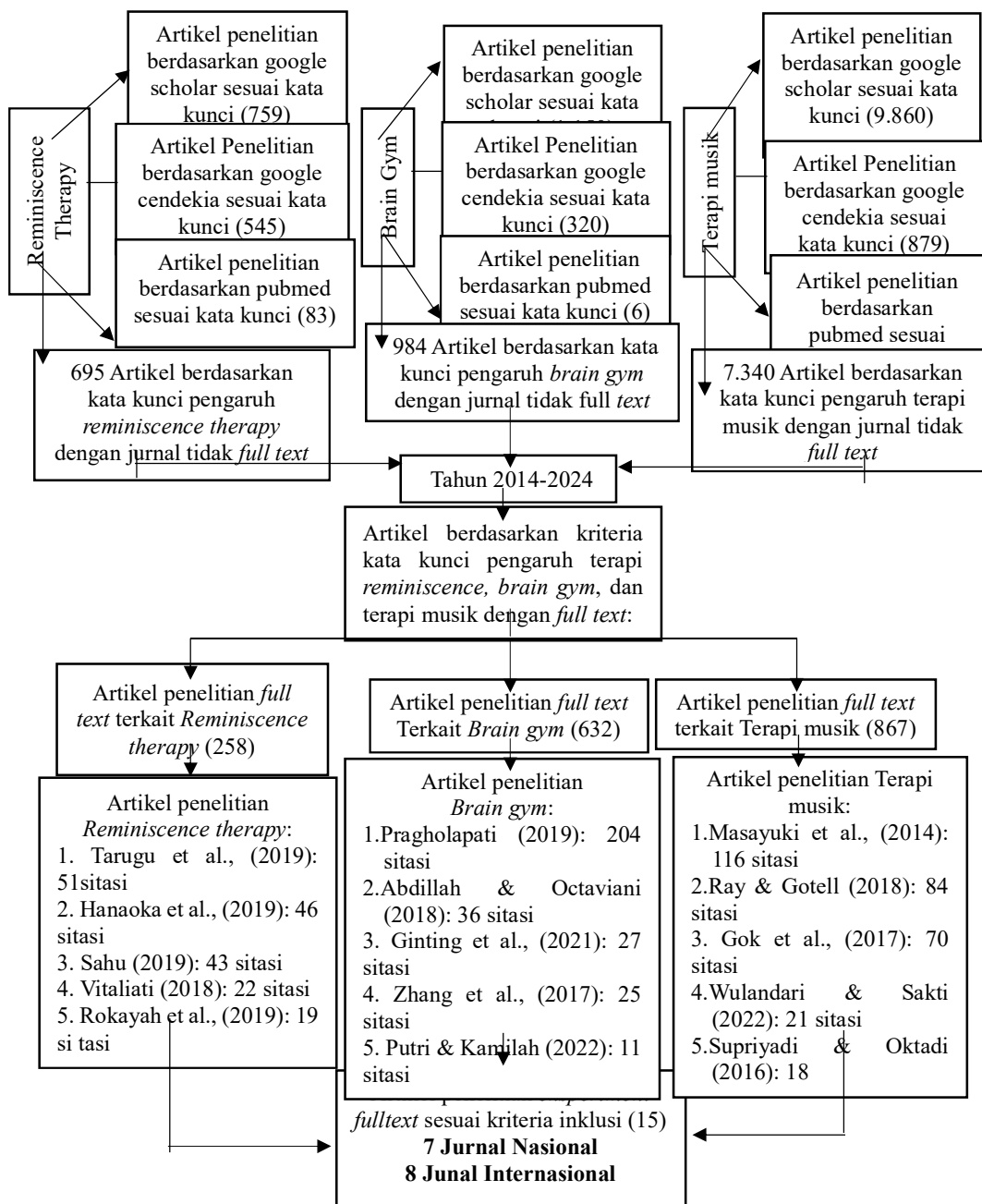
<b>Kriteria Inklusi</b>	
Tipe Studi	<i>Deskriptif, observational, eksploratif</i> dan kuantitatif
Waktu Penerbitan	Tahun 2014-2024
Bahasa	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris
Jenis <i>Literature</i>	<i>Original artikel</i> , tersedia <i>full text</i> dan <i>eksperimental</i> artikel bahasa indonesia dan inggris
Kesesuaian Tema	Kata kunci terkait : Intervensi keperawatan jiwa, depresi, lansia dan demensia, <i>reminiscence therapy</i> , <i>brain gym</i> dan terapi musik

### 4. STRATEGI PENCARIAN *LITERATURE*

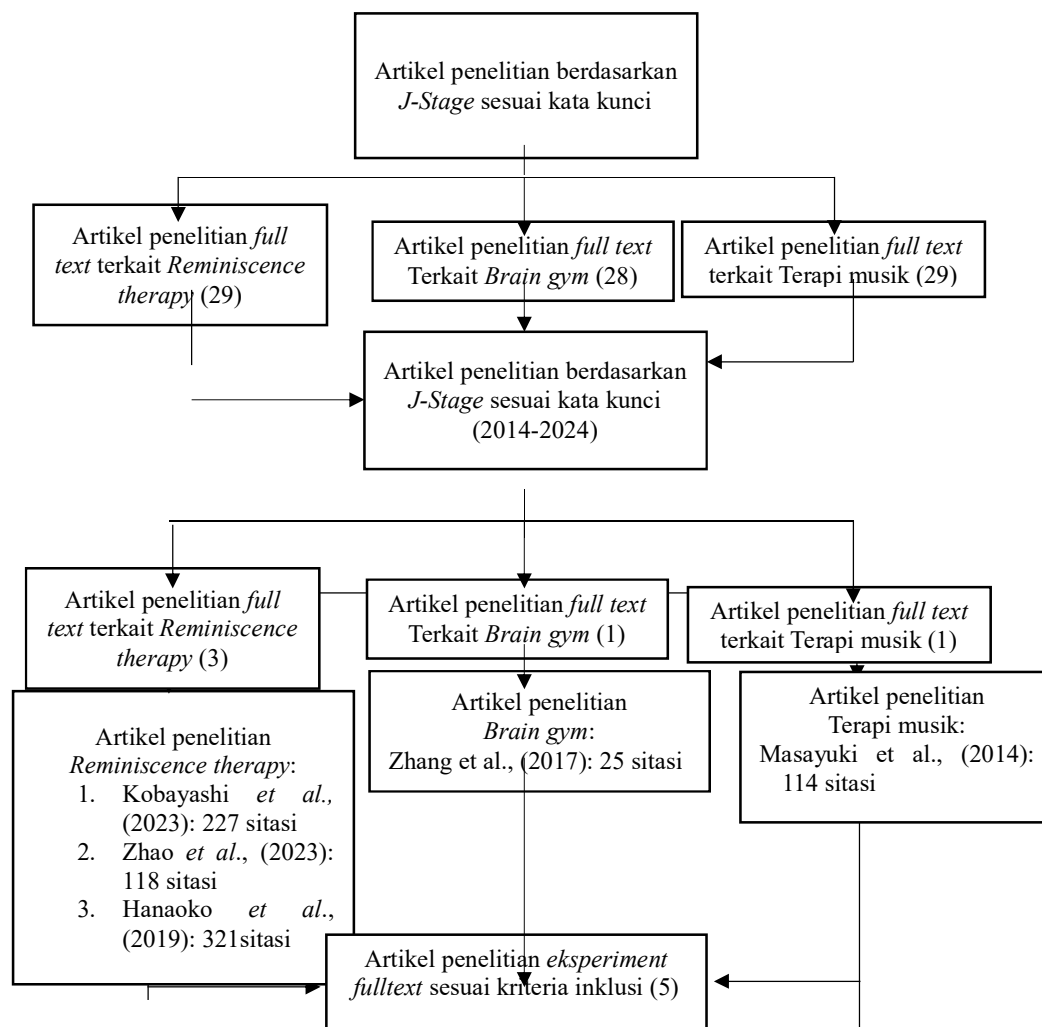
Strategi pencarian *literature review* yaitu formulasi proses pencarian jurnal nasional dan internasional yang sesuai pertanyaan *literature review*. Data base yang digunakan *Google Scholar*, *Google Cendekia*, dan *PubMed*, *J Stage*. Kata kunci yang digunakan untuk mencari jurnal yaitu “*Intervensi keperawatan jiwa, depresi, lansia dan demensia, reminiscence therapy, brain gym dan terapi music*“. Batasan – Batasan pencarian artikel yang di *review* tahun terbit maksimal 10 tahun terakhir (2014-2024).

### Skema 1

#### Pencarian Jurnal Nasional dan Internasional



**Skema 2**



## 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. *Therapy Reminiscence*

#### a. Data status kognitif sebelum dilakukan *therapy reminiscence*

Data status gejala depresi pada lansia demensia pada artikel ke satu penelitian Hermawati (2023) sebelum diberikan *therapy reminiscence* rata-rata skor depresi pre test adalah 7,70 yang menunjukkan depresi ringan, dan rata-rata skor depresi post test Aladdin 4 yang menunjukkan tidak depresi atau normal. Hasil analisis penelitian yang dilakukan di artikel kedua Rokayah et al., (2019) Hasil penelitian diperoleh tingkat depresi pada lansia sebelum dilakukan terapi *reminiscence* dari responden mengalami depresi berat sebanyak 15 responden (51, 7%), tingkat depresi pada lansia sesudah dilakukan terapi *reminiscence* dari responden mengalami depresi ringan sebanyak 14 responden (48, 3%), ada pengaruh

yang signifikan terapi reminiscence terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia. Hasil analisis yang sama diperoleh pada artikel ke tiga penelitian yang dilakukan Vitaliati (2018). Adapun status kognisi yang menunjukkan pada lansia dengan ciri-ciri depresi dapat berdampak terhadap kondisi emosional sehingga seseorang akan lebih mudah gelisah, suasana hati yang berubah-ubah, mudah/ cepat marah, mudah tersinggung dan stress yang berkepanjangan. Kurangnya kegiatan atau acara bermanfaat yang diadakan bagi lanjut usia atau kegiatan semisalnya yang bersifat rekreatif bersama-sama, sehingga lansia cenderung mengisi aktivitas sehari-hari dengan hanya tiduran, menonton televisi, atau hanya duduk sendiri. Hal tersebut dapat memicu timbulnya rasa kejenuhan, kesepian, tidak berdaya dan tidak mampu melakukan apa-apa (Vitaliati, 2018). Artikel ke empat di Jepang menyatakan setelah diberikan reminiscence therapy tingkat depresi menurun dan harga diri meningkat, sedangkan pada gejala

b. Data status kognitif setelah diberikan *therapy reminiscence*

Hasil analisis penelitian yang dilakukan Dewi Rhosma (2018) sebelum dilakukan Therapy reminiscence menunjukkan status kognitif lansia berada pada rerata 12.80 dengan nilai minimum 10 dan nilai maksimum adalah 15, yang artinya therapy reminiscence terbukti berpengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif lansia. Hal ini didukung pada artikel ke dua penelitian Rokayah et al., (2019) terapi kelompok reminiscence berpengaruh terhadap afek dan kognitif terhadap para peserta kelompok terkait dengan depresi. Dari data yang diperoleh diketahui bahwa para peserta menunjukkan afek antara lain merasaaan kekecewaan, merasa putus asa, kesepian, tidak percaya diri, tidak berdaya, kemarahan, merasa tidak memiliki harapan, tidak bersemangat, dan merasa tidak berguna. 17 peserta mengalami perubahan afek dalam proses terapi kelompok reminiscence. Perubahan afek yang terjadi yaitu merasa bangkit dan bangga, merasa lebih bersemangat, lebih bahagia, merasa dihargai, merasa dicintai, merasa antusias, merasa bersyukur, merasa diri berharga, merasa percaya diri, dan penuh harapan.

## 2. Senam Otak (*brain gym*)

a. Status kognitif sebelum dilakukan senam otak (*brain gym*)

Senam otak (*brain gym*) merupakan salah satu stimulasi langkah preventif untuk mengoptimalkan, merangsang fungsi otak menjadi semakin relevan pada lansia, dan memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak (Abdillah & Octavianu, 2018). Artikel Putri & Kamilah (2022) tanda dan gejala depresi yang dialami pada lansia yang mengalami depresi yaitu lansia seringkali membandingkan antara dirinya dengan orang lain. Faktor

lain yaitu sensitif, mudah tersinggung, mudah marah, perasa, curiga, akan maksud orang lain, mudah sedih, murung, dan lebih suka menyendiri. Merasa diri tidak berguna juga sering dirasakan oleh lansia. Perasaan tidak berguna ini muncul karena merasa menjadi orang yang gagal terutama di bidang atau lingkungan yang seharusnya mereka kuasai. Perasaan bersalah, mereka memandang suatu kejadian yang menimpa dirinya sebagai suatu hukuman atau akibat dari kegagalan dalam melaksanakan tanggung jawab yang seharusnya dikerjakan. Banyak pula yang merasa dirinya menjadi beban bagi orang lain dan menyalahkan diri mereka atas situasi tersebut.

b. Status kognitif sesudah dilakukan senam otak (*brain gym*)

Berdasarkan hasil artikel ke sembilan penelitian yang dilakukan Putri & Kamilah (2022) peneliti dari 24 responden sebelum dan sesudah dilakukannya senam otak terhadap tingkat depresi pada lansia, diketahui bahwa responden dengan tingkat normal tidak ada (0%), responden dengan tingkat depresi ringan sebanyak 1 orang (4,2%) responden dengan tingkat depresi sedang sebanyak 23 orang (95,8%) dan responden dengan tingkat depresi berat tidak ada (0%). Setelah dilakukan senam otak diketahui bahwa, responden dengan tingkat normal sebanyak 3 orang (12,5%) dengan tingkat depresi ringan sebanyak 21 orang (87,5%), responden dengan tingkat depresi sedang tidak ada (0%), dan responden dengan tingkat depresi berat tidak ada (0%). Senam otak adalah suatu usaha alternatif alami yang sehat untuk menghadapi ketegangan dan menghadirkan relaksasi dalam kehidupan sehari-hari (Krisnawati & Almati, 2023).

3. *Therapy music*

a. Status kognitif sebelum dilakukan *therapy music*

Penelitian di Jepang yang dilakukan Hartman et al., (2022) tanda dan gejala depresi pada lansia di Jepang yaitu lansia mengalami kesedihan yang berkepanjangan, anhedonia, dan ketidakmampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Artikel di Indonesia Mayasari & Hermawan (2022) Gejala depresi pada lansia dapat terlihat seperti lansia sering mengalami gangguan tidur atau sering terbangun sangat pagi yang bukan merupakan kebiasaan sehari-hari, sering kelelahan, lemas, dan kurang dapat menikmati kehidupan sehari-hari, kebersihan dan kerapian diri sering diabaikan, cepat sekali menjadi marah atau tersinggung, daya konsentrasi berkurang, pada pembicaraan sering disertai topik yang berhubungan dengan rasa pesimis atau perasaan putus asa, berkurang atau hilangnya nafsu makan sehingga berat badan menurun secara cepat, kadang-kadang dalam pembicaraan ada kecenderungan untuk bunuh diri.



b. Status kognitif sesudah dilakukan *therapy music*

Tanda dan gejala depresi, dengan ciri kehilangan semangat, kehilangan waktu tidur, dan perasaan tidak berguna hingga perasaan bosan, penelitian artikel ke lima belas Mayasari & Hermawan (2022) hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh setelah diberikan *therapy music* kroncong dengan dilihat skor sebelum dan sesudah dilakukan tindakan. Terapi musik dapat meningkatkan fungsi kognitif dan mencegah kepikunan atau demensia. Hal ini bisa terjadi karena bagian otak yang memproses musik terletak berdekatan dengan memori, sehingga ketika seseorang melatih otak dengan terapi musik, maka secara otomatis memori juga ikut terlatih. Atas dasar inilah terapi musik sering dilakukan di pusat rehabilitasi, panti jompo bahkan di sekolah. Biasanya musik yang digunakan untuk terapi yang dilakukan pada lansia yaitu musik klasik karena dengan efek yang menenangkan bisa membantu lansia dalam mengingat atau mengenang dari masa lalu yang telah dialami (Yulia & Syafitria, 2019).

## 6. SIMPULAN

Hasil ketiga intervensi dapat disimpulkan bahwa *therapy* yang memberikan hasil yang signifikan yaitu pada *reminiscence therapy*, dengan hasil yang diperoleh antara sebelum dan sesudah diberikan *therapy* yaitu pada penelitian Hermawati (2021) Rata-rata skor depresi pre test 7,70, dan rata-rata skor depresi post test adalah 4, Rokayah et al., (2019) responden mengalami depresi berat sebanyak 15 responden (51,7%), tingkat depresi pada lansia sesudah dilakukan terapi *reminiscence* dari responden mengalami depresi ringan sebanyak 14 responden (48,3%), Vitaliati (2018) tingkat depresi pada lansia dari 46,67% mengalami depresi berat menjadi 13,33%, Sahu et al. (2019) pre-test dan post-test mulai dari depresi berat menjadi depresi ringan dan dari hargadiri rendah menjadi hargadiri meningkat, Tarugu et al., (2019), Kobayashi., (2023) dari harga diri rendah menjadi harga diri meningkat dan tingginya gejala kesepian menjadi turunnya gejala kesepian. Zhao (2023) dan Hanoka (2019) menyatakan bahwa dari menurunnya fungsi kognitif pada lansia menjadi fungsi kognitif meningkat.

## 7. REFERENCE

- Abdillah, A. J., & Octaviani, A. P. (2018). Pengaruh senam otak terhadap penurunan tingkat demensia. *Jurnal kesehatan*, 9(2), 112-118.
- Dewi, S. R. (2018). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Upt Pstw Bondowoso. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 174-178.
- Ginting, S., & Afniwati, Y. (2021). The Effect Of Brain GYM On The Dementia And Depression Reduction Of The Elderly. *Journal Of Advanced Pharmacy Education & Research| Apr-Jun*, 11(2), 41.
- Gök Ugur, H., Yaman Aktaş, Y., Orak, O. S., Saglambilen, O., & Aydin Avci, İ. (2017). The effect of music therapy on depression and physiological parameters in elderly people living in a Turkish nursing home: a randomized-controlled trial. *Aging & mental health*, 21(12), 1280-1286.
- Hanaoka, H., Muraki, T., & Okamura, H. (2019). Study of aromas as reminiscence triggers in community-dwelling older adults in Japan. *Journal of Rural Medicine*, 14(1), 87-94.
- Hartmann, M., Mavrolampados, A., Toiviainen, P., Saarikallio, S., Foubert, K., Brabant, O., ... & Erkkilä, J. (2023). Musical Interaction In Music Therapy For Depression Treatment. *Psychology Of Music*, 51(1), 33-50.
- Hermawati, E., & Permana, I. (2020). Manfaat Terapi Reminiscence Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(1), 41-46.
- Karlina, A. W. (2022). Hubungan Depresi Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Di Poliklinik Saraf Rumah Sakit Royal Surabaya(Doctoral Dissertation, Stikes Hang Tuah Surabaya).
- Kobayashi, C., Ichikawa, M., & Hirabayashi, Y. (2023). Reminiscence Activates the Frontal Lobe and Ameliorates Negative Mood States in Cognitively Intact Older Adults. *THE SHINSHU MEDICAL JOURNAL*, 71(1), 63-71.
- Laela, S. (2023). Tingkat Kemandirian, Fungsi Intektual Dan Status Mental Lansia Di Pswt Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 6(1), 1-6.
- Milfayetty, S., & Damayanti, N. (2022). *Pengaruh Terapi Ekspresif Terhadap Kejenuhan Belajar dan Perilaku Adiksi Smartphone pada Remaja SMP Maitreyawira Deli Serdang*(Doctoral dissertation, Universitas Medan Area
- Panglipurethias, D. A. (2015). Pengaruh Senam Latih Otak (Brain Gym) Terhadap Tingkat Depresi Lansia Di Posyandu Lansia Aji Yuswa Ngebel Tamantirto Kasihan Bantul (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta).
- Putri, S. F., & Kamilah, S. M. (2022). Pengaruh Senam Otak Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Pantitresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Stikes Imc Bintaro*, 5(1), 26-30.
- Ray, K. D., & Götell, E. (2018). The Use Of Music And Music Therapy In Ameliorating Depression Symptoms And Improving Well-Being In Nursing Home Residents With Dementia. *Frontiers In Medicine*, 5, 287.

- Rokayah, C., Kusnandar, K., & Putri, M. H. (2019). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(2), 73-78.
- Roslina, L., Mulyadi, B., & Anggreni, M. (2021). Mengenal Gaya Hidup Sehat Ala Orang Jepang Di Masa Pandemi Covid-19 (Pengabdian Mandiri di RT 07/RW XIII Kelurahan Jatisari Kecamatan Mijen Semarang). *Harmoni: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 12-17.
- Sahu, I., Mohanty, S., & Pahantasingh, S. (2019). Effect Of Reminiscence Group Therapy On Depression, Self-Esteem And Loneliness Among Elderly Women Residing In Old Age Home. *International Journal Of Research In Medical Sciences*, 7(10), 3685.
- Satoh, M., Ogawa, J. I., Tokita, T., Nakaguchi, N., Nakao, K., Kida, H., & Tomimoto, H. (2014). The effects of physical exercise with music on cognitive function of elderly people: Mihama-Kiho project. *PloS one*, 9(4), e95230.
- Supriyadi, M., & Oktadi, E. (2019). Pegaaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Pasien Lansia Di Instalasi Psikogeriatri RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. *Konferensi Nasional (Konas) XVI Keperawatan Kesehatan Jiwa*, 4(1), 128–132. <https://Journalpress.Org/Proceeding/Ipki/Article/View/24/24>
- Taamu, T., Nurjannah, N., & Banudi, L. (2017). Penyebab depresi pada usia lanjut di panti sosial tresna werdha minaula. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(1), 65-72.
- Tarugu, J., Pavithra, R., Vinothchandar, S., Basu, A., Chaudhuri, S., & John, K. R. (2019). Effectiveness Of Structured Group Reminiscence Therapy In Decreasing The Feelings Of Loneliness, Depressive Symptoms And Anxiety Among Inmates Of A Residential Home For The Elderly In Chittoor District. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 6(2), 847-854.
- Vitaliati, T. (2018). Pengaruh penerapan reminiscence therapy terhadap tingkat depresi pada lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1).
- Wulandari, S., & Wisnusakti, K. (2023). Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut Di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(7), 46-52.
- Yulia, A., & Syafitria, R. (2019). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia Yang Mengalami Demensia. *Ensiklopedia Of Journal*, 2(1), 169– 173. [Http://Jurnal.Ensiklopediaku.Org/Ojs-2.4.8-3/Index.Php/Ensiklopedia/Article/View/361](http://Jurnal.Ensiklopediaku.Org/Ojs-2.4.8-3/Index.Php/Ensiklopedia/Article/View/361)
- Zhao, Y., Yorozyua, K., & Hanaoka, H. (2023). Reminiscence Content and Quality Among Community-Dwelling Older Adults in Japan. *Asian Journal of Occupational Therapy*, 19(1), 77-86.
- Zhang, T., Lin, C. C., Yu, T. C., Sun, J., Hsu, W. C., & Wong, A. M. K. (2017). Fun cube based brain gym cognitive function assessment system. *Computers in Biology and Medicine*, 84, 1-8.