

ABSTRACT

THE EFFECT OF MNEMONIC METHOD ON THE IMPROVEMENT OF SHORT TERM MEMORY OF ELDERLY IN REGION OF KRATON ULO

Lucia Yakoba Manaran¹, Anik Suwarni³, Rif Atiningtyas H³

Background: Physiologically elderly experience irreversible decline in cognitive function due to the aging process and degenerative changes. Memory training is an intervention program to improve memory in older adults or elderly. This memory training intervention is used to improve memory by teaching mnemonic techniques. Mnemonics are strategies or techniques learned to help optimize memory performance with practice.

Objective: To know the effect of mnemonic method to increase the short term memory of elderly in region of Kraton Ulo.

Method: The type of research used quasi experimental with one group pretest - posttest design, population is elderly in Kraton Ulo which amounted to 43 people, sample taken 22 people with purposive sampling, research instrument is Mini Mental State Examination (MMSE) and Mnemonic. The technique analysis data using Paired Sample T-Test.

Result: (1) The average value of short term memory before being given mnemonic method is 21.00. (2) The average value of short term memory after being given Mnemonic method is 23,36.

(3) There are effects of mnemonic method on short term memory in the elderly at Kraton Ulo (0.0001).

Conclusion: There are effects of mnemonic method on Short Term Memory in the elderly at Kraton Ulo (0.0001).

Keywords: Mnemonic Method, Short Term Memory

1) Student of Nursing Science Program of Sahid Surakarta University

2) Lecturer of Nursing Science Program of Universitas Sahid Surakarta

3) Lecturer of Nursing Science Program of Universitas Sahid Surakarta

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Secara normal penuaan akan menyebabkan perubahan fisiologis pada otak baik secara struktur maupun fungsinya. Seiring dengan bertambahnya usia, kemampuan rentang memori jangka pendek pada lansia akan mengalami penurunan. Selain itu penuaan menyebabkan lansia membutuhkan waktu lebih untuk memindah informasi ke dalam bentuk memori jangka panjang sehingga menyebabkan lansia lebih sering lupa terhadap kejadian yang baru terjadi.

Di kalangan para lansia penurunan fungsi kognitif merupakan penyebab terbesar terjadinya ketidakmampuan dalam melakukan aktifitas normal sehari-hari, dan juga merupakan alasan tersering yang menyebabkan terjadinya ketergantungan terhadap orang lain untuk merawat diri sendiri. Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat meliputi berbagai aspek yaitu orientasi, registrasi, atensi dan kalkulasi, memori dan juga kecepatan berpikir (Reuser, *et.al.* 2010).

Penurunan fungsi kognitif (*memory*) lansia jika tidak dilakukan tindakan akan berakibat terjadi penurunan ingatan pada lansia (Abraham & Shanley, 1997; Miller, 2009). Hal ini sesuai dengan teori kemunduran yang menyatakan dengan bertambahnya usia, daya ingat akan mengalami penurunan. Perubahan *neuron* dan *sinaps* otak sebagai pembentukan ingatan