

**PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* DAN MUSIK
KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS HIDUP
LANSIA DI PANTI**

SKRIPSI



**OLEH:
Clarita Immanuel Christabella
9103022026**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2026**

**PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* DAN MUSIK
KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS HIDUP
LANSIA DI PANTI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



OLEH:
Clarita Immanuel Christabella
9103022026

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2026**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Clarita Immanuel Christabella

NRP : 9103022026

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :

Pengaruh Terapi *Reminiscence* dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti

Skripsi ini sepenuhnya merupakan hasil pemikiran dan karya asli yang saya susun sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat unsur plagiarisme dan/atau manipulasi data dalam proses penyusunannya, saya bersedia menerima segala sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku, termasuk pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada seluruh pihak yang berkepentingan.

Surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, penuh kesadaran, serta tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun.

Surabaya, 1 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Clarita Immanuel Christabella
NRP.9103022026

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Clarita Immanuel Christabella
NRP : 9103022026

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul :
Pengaruh Terapi *Reminiscence* dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Juli 2026

nyatakan

Clarita Immanuel Christabella
NRP: 9103022026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* DAN MUSIK KLASIK MOZART
TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI

OLEH:

Clarita Immanuel Christabella
NRP: 9103022026

Pembimbing Utama : Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns.,M.Kep


(.....)

Pembimbing Pendamping : Agustina Chriswinda Bura Mare S.Kep.,Ns.,M.Kep


(.....)

Surabaya, 18 Juni 2026

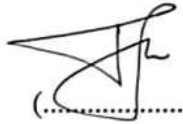
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* DAN MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI

Skripsi yang ditulis oleh Clarita Immanuel Christabella NRP. 9103022026 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 20 Juli 2026 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns. M.Kep (.....)
2. Sekretaris : Maria Theresia Arie, S.Kep.,Ns.,Kep.,Sp.Kep.M.B (.....)
3. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....)
4. Anggota : Agustina Chriswinda Bura Mare S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....)

Menyatakan

Fakultas Keperawatan



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih karunia, penyertaan, kekuatan, serta anugerah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Ucapan syukur yang mendalam, saya tujukan karya tulis ini untuk ayah dan ibu saya, Ginong Mawarni, S.Pd dan Febry Merry Christawan, S.E, yang tidak pernah lelah menguatkan penulis dengan ketulusan, menghadirkan doa di setiap langkah, memberikan keyakinan untuk terus bertahan, serta mencurahkan waktu, tenaga, dan kasih yang tak terukur.

Penulis juga mempersembahkan karya ini kepada dosen pembimbing skripsi, Ibu Ninda Ayu Prabasari, S.Kep., Ns., M.Kep dan Ibu Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep, atas segala bimbingan, kesabaran, arahan, ilmu, serta setiap bentuk kepedulian yang turut mengantarkan penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan. Teruntuk dosen penguji, Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep dan Ibu M.T. Arie Lilyana, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.M.B, atas kritik, saran, dan masukan sebagai bahan perbaikan skripsi ini.

Terakhir, kepada diriku sendiri, terima kasih telah memilih untuk tetap bertahan hingga langkah ini berhasil diselesaikan., terus berjuang, dan tidak menyerah melewati setiap proses hingga akhirnya dapat berada di titik ini. Kiranya setiap langkah ke depan selalu disertai kekuatan, pengharapan, dan penyertaan Tuhan.

HALAMAN MOTTO

“When the time is right, I the Lord will make it happen”

(Isaiah 60:22)

*“The oak fought the wind and was broken, the willow bent when it must and
survived.”*

— Robert Jordan

*“Don’t worry. Don’t be afraid. Remember, your name is Immanuel. The Lord
walks with you every step of the way”*

— Mama, Bunda & Ayah Aryo

KATA PENGANTAR

Penulis panjatkan puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi *Reminiscence* dan Musik Klasik Mozart terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti” dapat diselesaikan dengan sebaik-baiknya. Pembuatan karya tulis ini untuk syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dalam penyusunannya, penulis menyadari bahwa perjalanan tersebut tidak mungkin terlaksana tanpa adanya bantuan, arahan, serta dukungan dari yang lainnya. Maka dari itu, penulis ingin mengutarakan rasa terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memotivasi serta menyemangati selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Ninda Ayu Prabasari Panglipurningsih, S.Kep., Ns., M.Kep. yang merupakan Dosen Pembimbing Utama yang telah berkenan mendampingi penulis dengan penuh ketekunan melalui pemberian bimbingan, petunjuk, koreksi, serta dukungan selama proses penyusunan proposal berlangsung.
3. Ibu Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep. yang merupakan Dosen Pembimbing Pendamping saya. Penulis menyampaikan rasa terima kasih atas kesediaan beliau dalam memberikan pendampingan, arahan, saran, serta dukungan yang sangat berarti selama pembuatan skripsi ini.

4. Ibu Made Indra Ayu Astarini, S.Kep., Ns., M.Kep. yang merupakan Dosen Pendamping Akademik saya yang senantiasa menyemangati serta masukan selama menjalani proses perkuliahan sejak awal hingga saat ini.
5. Kepada seluruh responden penelitian ini, karena telah memberikan kepercayaan, waktu luang, data, dan partisipasinya selama proses penelitian berlangsung.
6. Kepada pihak UPTD Griya Werdha Surabaya atas izin yang sudah diberikan agar saya dapat melakukan penelitian di lokasi tersebut.
7. Kepada seluruh dosen dan staf Fakultas Keperawatan yang sudah memberikan informasi dan bantuan selama proses pembelajaran hingga penulis sampai di titik ini.
8. Kedua orang tua tercinta, Ginong Mawarni dan Febry Mery, yang dengan segala keterbatasan, perjuangan, dan ujian hidup yang tidak mudah, tetap bertahan dan berjuang sekuat tenaga agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan hingga tahap ini.
9. Aryo Damar Panuluh, untuk segalanya yang diberikan dan diperjuangkan saya ucapkan banyak terima kasih, dan motivasi yang tidak pernah berhenti, atas waktu dan tenaga yang telah diberikan, serta kehadiran dan kesediaannya untuk mau berjuang dan berjalan bersama hingga penulis mampu menyelesaikan tahap ini dengan baik.
10. Talitha Syahda Nabila Amru dan Iqbal Satrio Febrian, sahabat saya dari SD, seluruh dukungan, kata-kata motivasi selalu saya ingat, sehingga saya masih bisa melanjutkan perkuliahan hingga tahap sampai pada tahap ini.

11. Hartatik dan Sri Mulad Hadi, kedua nenek saya yang saya kasihi, terima kasih untuk segala pengalaman serta nilai-nilai pembelajaran hidup yang telah dibagikan dan mau mengasihi saya sejak dari saya mulai belajar jalan hingga kini saya berada di tahap akhir dari perkuliahan.
12. Sahabat saya Belgis Azzahra Putri Fenka, Maryano Rayvaldy Putra Sololiur, Vincentia Budi Ismoyowati, Yasue Gratia Madyarathna dan serta teman satu angkatan lainnya. Saya mengucapkan terima kasih atas segala dukungan serta kesediaan untuk saling berbagi ilmu dan bertumbuh bersama dari awal masuk perkuliahan hingga akhirnya bisa sama-sama menyelesaikan tahap ini.

Penulis menyadari dari berbagai keterbatasan dan kekurangan dari skripsi ini. Maka dari itu, segala bentuk saran serta kritik diharapkan sebagai bahan penyempurnaan karya ini sehingga semua pihak dapat merasakan manfaatnya.

Surabaya, 18 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xvii
ABSTRAK.....	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan Umum.....	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep Terapi <i>Reminiscence</i>	11
2.1.1 Definisi Terapi <i>Reminiscence</i>	11
2.1.2 Tujuan Terapi <i>Reminiscence</i>	11
2.1.3 Mekanisme Terapi <i>Reminiscence</i>	12

2.1.4 Indikasi dan Kontraindikasi.....	12
2.1.5 Tipe Terapi <i>Reminiscence</i>	13
2.1.6 Media Terapi <i>Reminiscence</i>	13
2.1.7 Durasi Pemberian Terapi <i>Reminiscence</i>	14
2.1.8 Prosedur Terapi <i>Reminiscence</i>	15
2.2 Konsep Terapi Musik Klasik Mozart	18
2.2.1 Definisi Terapi Musik Klasik Mozart.....	18
2.2.2 Kelompok Terapi Musik.....	19
2.2.3 Manfaat Terapi Musik Klasik.....	19
2.2.4 Mekanisme Terapi Musik.....	20
2.2.5 Indikasi dan Kontraindikasi Terapi Musik Klasik.....	21
2.2.6 Durasi Pemberian Terapi Musik Klasik	21
2.2.7 Prosedur Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart	22
2.3 Konsep Kualitas Hidup.....	23
2.3.1 Definisi Kualitas Hidup	23
2.3.2 Dimensi Kualitas Hidup	24
2.3.3 Komponen Kualitas Hidup	25
2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia.....	26
2.3.5 Intervensi Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia	27
2.3.6 Alat Ukur Kualitas Hidup.....	28
2.4 Konsep Lanjut Usia	29
2.4.1 Definisi Lansia.....	29
2.4.2 Batasan usia pada lansia	30
2.4.3 Ciri-ciri Lanjut Usia.....	30
2.4.4 Masalah yang Dihadapi Lansia.....	31
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	33
3.1 Kerangka Konsep.....	33
3.2 Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti	34
3.3 Hipotesis	35
BAB 4 METODE PENELITIAN	37
4.1 Desain Penelitian	37
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian	38
4.2.1 Variabel Bebas (<i>Independent Variable</i>)	38
4.2.2 Variabel Terikat (<i>Dependent Variable</i>).....	38

4.3	Definisi Operasional	38
4.4	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	41
4.4.1	Populasi	41
4.4.2	Sampel	41
4.4.3	Teknik Sampling.....	42
4.5	Kerangka Kerja Penelitian.....	44
4.6	Metode Pengumpulan Data.....	45
4.6.1	Prosedur Pengumpulan Data	45
4.6.2	Instrumen Penelitian	48
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian	51
4.7	Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	51
4.7.1	Uji Validitas.....	51
4.7.2	Uji Reliabilitas	53
4.8	Teknik Analisa Data	53
4.8.1	<i>Editing</i>	53
4.8.2	<i>Scoring</i>	54
4.8.3	<i>Tabulating</i>	56
4.8.4	Uji Statistik	56
4.9	Etika Penelitian.....	57
4.9.1	Prinsip Etika Penelitian.....	57
BAB 5	HASIL PENELITIAN	60
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian.....	60
5.1.1	UPTD Griya Werdha Surabaya	60
5.2	Data Penelitian.....	61
5.2.1	Data Umum.....	62
5.2.2	Data Khusus.....	68
BAB 6	PEMBAHASAN	72
6.1	Kualitas Hidup Lansia Sebelum Diberikan Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart di UPTD Griya Werdha Surabaya.	72
6.2	Kualitas Hidup Lansia Sesudah Diberikan Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart di UPTD Griya Werdha Surabaya.	83
6.3	Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti UPTD Griya Werdha Surabaya.	93
6.4	Keterbatasan Penelitian	102

BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN.....	105
7.1 Simpulan.....	105
7.2 Saran	105
7.2.1 Bagi Lansia	105
7.2.2 Bagi UPTD Griya Werdha / Panti Wreda.....	106
7.2.3 Bagi Perawat Panti.....	106
7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	106
 DAFTAR PUSTAKA	 108
 LAMPIRAN.....	 109
 ARTIKEL PENELITIAN	 148

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Sesi dan Pedoman Terapi <i>Reminiscence</i>	17
Tabel 4. 1 Desain Penelitian Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti	37
Tabel 4. 2 Definisi Operasional Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Panti .	38
Tabel 4. 3 Persebaran Item <i>WHOQOL-BREF</i>	51
Tabel 4. 4 Persebaran Item Sesudah Validitas	52
Tabel 4. 5 Rumus Perhitungan Scoring Kuesioner Kualitas Hidup	55
Tabel 5. 1 Distribusi Data Kualitas Hidup Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart pada Lansia di UPTD Griya Werdha Surabaya	68
Tabel 5. 2 Hasil Uji Normalitas Kualitas Hidup dengan <i>Shapiro-Wilk</i>	70
Tabel 5. 3 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kualitas Hidup <i>Pre-Post</i> Intervensi	70
Tabel 5. 4 Hasil Uji Hipotesis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kualitas Hidup <i>Pre-Post</i> Intervensi	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti.....	33
Gambar 4. 1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i> dan Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti	44
Gambar 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	62
Gambar 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026.....	63
Gambar 5. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026.....	63
Gambar 5. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026.....	64
Gambar 5. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Sakit di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	64
Gambar 5. 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Panti di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	65
Gambar 5. 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Alasan Tinggal di Panti di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	65
Gambar 5. 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026.....	66
Gambar 5. 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Kunjungan Keluarga di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026.....	66
Gambar 5. 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Partisipasi Dalam Kegiatan Panti di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	67
Gambar 5. 11 Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Teman Satu Kamar di UPTD Griya Werdha Surabaya pada tanggal 13 April – 26 April 2026	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	116
Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	117
Lampiran 3 : Lembar Data Demografi.....	118
Lampiran 4 : SOP Terapi <i>Reminiscence</i>	120
Lampiran 5 : Format Evaluasi Dan Dokumentasi Terapi <i>Reminiscence</i>	120
Lampiran 6 : SOP Terapi Musik Klasik Mozart	129
Lampiran 7 : Lembar Observasi Kualitas Hidup Lansia.....	131
Lampiran 8 : Agenda Kegiatan	132
Lampiran 9 : Tabel Transformasi Nilai <i>WHOQOL-BREF</i>	135
Lampiran 10 : Kuesioner Kualitas Hidup	136
Lampiran 11 : Lembar Observasi Perilaku Harian Responden.....	138
Lampiran 12 : Surat Permohonan Ijin Penelitian untuk UPTD Griya Werdha..	139
Lampiran 13 : Surat Permohonan Ijin Penelitian untuk Dinas Sosial.....	140
Lampiran 14 : Surat Balasan Penelitian dari UPTD Griya Werdha.....	141
Lampiran 15 : Hasil Uji Validitas Kusioner <i>WHOQOL-BREF</i>	142
Lampiran 16 : Hasil Uji Realibilitas Kuesioner <i>WHOQOL-BREF</i>	143
Lampiran 17 : Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i>	144
Lampiran 18 : Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	145
Lampiran 19 : Tabulasi Data Penelitian.....	146
Lampiran 20 : Dokumentasi Kegiatan Penelitian	147

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
ARTIKEL PENELITIAN	148
HALAMAN PERSETUJUAN.....	149
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN.....	143
ABSTRAK	151
ABSTRACT.....	152
PENDAHULUAN	146
METODE PENELITIAN.....	153
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	154
SIMPULAN DAN SARAN	158
KEPUSTAKAAN	151
BIODATA PENELITI.....	152

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* DAN MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI

Oleh : Clarita Immanuel Christabella

Penuaan ialah tahapan alami yang menimbulkan perubahan pada dimensi fisik, psikologis, sosial, serta lingkungan. Ketidakmampuan lansia beradaptasi terhadap perubahan berimbas pada aspek kehidupannya, termasuk menurunnya kualitas hidup. Kualitas hidup yang rendah menyebabkan lansia sulit menjalani masa tua secara bahagia, sejahtera, dan bermakna. Alternatif nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia ialah terapi *reminiscence* dan musik klasik Mozart. Penelitian ini dirancang untuk menganalisis pengaruh pemberian terapi *reminiscence* yang dipadukan dengan musik klasik Mozart terhadap kualitas hidup lansia di UPTD Griya Werdha Surabaya. Penelitian dilaksanakan dengan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *pre-experimental one-group pretest-posttest design*. Keseluruhan populasi berjumlah 45 lansia, sedangkan sampel sebanyak 30 responden diseleksi melalui *teknik purposive sampling*. Intervensi dilakukan selama dua minggu, terdiri dari lima sesi terapi *reminiscence* berdurasi 45 menit, dilanjutkan dengan musik klasik Mozart selama 10 menit pada setiap sesi. Instrumen penelitian menggunakan *WHOQOL-BREF*. Uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan hasil rata-rata kualitas hidup meningkat dari $40,27 \pm 11,839$ menjadi $53,90 \pm 20,977$ dengan selisih 13,9 dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti adanya pengaruh terapi *reminiscence* dan musik klasik Mozart terhadap kualitas hidup lansia di panti. Terapi *reminiscence* menstimulasi memori jangka panjang melalui proses *recall*, mengaktifkan fungsi kognitif, daya ingat, dan perhatian sehingga lansia dapat mengingat dan merefleksikan pengalaman hidup bermakna. Musik Mozart memicu respons relaksasi tubuh melalui berkurangnya aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatnya aktivitas sistem saraf parasimpatis, sehingga ketegangan emosional dan respons stres yang muncul selama proses *recall* dapat berkurang. Kombinasi stimulasi memori melalui *reminiscence* dan regulasi emosi melalui musik Mozart berkontribusi terhadap membaiknya kualitas hidup lansia.

Kata Kunci : Kualitas Hidup, Lansia, Terapi *Reminiscence*, Musik Klasik Mozart, Panti

ABSTRACT

THE EFFECT OF REMINISCENCE THERAPY AND MOZART CLASSICAL MUSIC ON THE QUALITY OF LIFE OF OLDER ADULTS IN A NURSING HOME

By: Clarita Immanuel Christabella

Population aging brings physical, psychological, social, and environmental changes. Older adults who are unable to adapt to these changes may experience deterioration in various aspects of life, leading to a lower quality of life. Poor quality of life prevents older adults from achieving healthy, meaningful, and satisfying aging. Non-pharmacological interventions that may improve quality of life include reminiscence therapy and Mozart classical music. This study aimed to examine the effect of reminiscence therapy combined with Mozart classical music on the quality of life of older adults at UPTD Griya Werdha Surabaya. A quantitative study with a pre-experimental one-group pretest–posttest design was conducted. The population consisted of 45 older adults, and 30 respondents were selected using purposive sampling. The intervention was carried out over two weeks and included five 45-minute reminiscence therapy sessions followed by 10 minutes of Mozart classical music. Quality of life was assessed using the WHOQOL-BREF questionnaire, and the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The findings revealed that the mean quality of life score increased from $40,27 \pm 11,839$ to $53,90 \pm 20,977$, with a mean difference of 13.63 and a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Reminiscence therapy stimulates long-term memory through recall, improving cognitive function, memory, and attention. Mozart classical music promotes relaxation by decreasing sympathetic nervous system activity and enhancing parasympathetic activity, thereby reducing emotional tension and stress responses during recall. The combination of memory stimulation and emotional regulation contributes to improving the quality of life of older adults.

Keywords: *Quality of Life, Older Adults, Reminiscence Therapy, Mozart Classical Music, Nursing Home*