Bahasa, Ingatan dan Martabat: Stimulasi Linguistik Merawat Ingatan Lansia di Sekolah Lansia Fatmawati

Ati Sumiati[1], Nurina Azyyati[2], Rahayu Purbasari[3]
[1,2,3]Sastra Inggris, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
[1]atisumiati@unj.ac.id, [2]nurinaazyyati@unj.ac.id, [3]rpurbasari@unj.ac.id

Abstract

The interrelationship between language, memory, and dignity is an important aspect of efforts to support the quality of life of older adults. Language functions not only as a means of communication but also as a medium for stimulating memory processes, connecting experiences, and maintaining older adults' social engagement. Age-related decline in memory may affect patterns of interaction and increase the risk of social neglect among older adults. Therefore, this community service program aimed to provide linguistic stimulation to support memory while also enhancing understanding of communication practices that uphold the dignity of older adults. The program was conducted at Sekolah Lansia in Pondok Labu, South Jakarta, through educational sessions, semantic-association-based memory stimulation activities, and conversational practice emphasizing communication that avoids testing, prioritizes understanding, and fosters connection with older adults. The results, obtained from worksheets and recordings of conversational practice, showed that participants were able to use semantic associations to connect words, experiences, and memories, as well as to apply more supportive communication practices when interacting with older adults. These findings demonstrate that linguistic stimulation can be used not only to support memory but also to foster more empathetic interactions that respect the dignity of older adults.

Keywords: *dignified communication practices; older adults; linguistic stimulation; interaction; semantics*

Abstrak

Keterkaitan antara bahasa, ingatan, dan martabat merupakan aspek penting dalam upaya mendukung kualitas hidup lansia. Bahasa tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai medium untuk menstimulasi proses mengingat, menghubungkan pengalaman, dan mempertahankan keterlibatan sosial lansia. Penurunan kemampuan mengingat pada usia lanjut berpotensi memengaruhi pola interaksi dan meningkatkan risiko pengabaian lansia dalam lingkungan sosial. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan stimulasi linguistik untuk merawat ingatan sekaligus meningkatkan pemahaman mengenai pola komunikasi yang mendukung martabat lansia. Kegiatan dilaksanakan di Sekolah Lansia Kelurahan Pondok Labu, Jakarta Selatan, melalui penyuluhan, latihan mengingat berbasis asosiasi semantik, serta praktik percakapan yang menekankan komunikasi yang tidak menguji, memahami, dan membangun keterhubungan dengan lansia. Hasil kegiatan, yang diperoleh melalui worksheet dan rekaman praktik percakapan, menunjukkan bahwa peserta mampu menggunakan asosiasi semantik untuk menghubungkan kata, pengalaman, dan ingatan, serta menerapkan pola komunikasi yang lebih suportif dalam berinteraksi dengan lansia. Kegiatan ini menunjukkan bahwa stimulasi bahasa dapat dimanfaatkan tidak hanya untuk merawat ingatan, tetapi juga untuk membangun interaksi yang lebih empatik dan menghargai martabat lansia.

Kata Kunci: *praktik komunikasi bermartabat; lansia; stimulasi linguistik; interaksi; semantik*

PENDAHULUAN

Menjadi tua merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari sebagian besar siklus hidup manusia yang berumur panjang. Proses penuaan terjadi dengan disertai berbagai perubahan fungsi tubuh yang dapat memengaruhi kondisi fisik, sosial, maupun ekonomi lansia. Studi dari Romadlona et al. (2025) menunjukkan bahwa terdapat tantangan sosial dan ekonomi pada populasi lansia, termasuk kesenjangan kesejahteraan dan meningkatnya ketergantungan ekonomi pada generasi yang lebih muda. Kondisi tersebut antara lain tampak dalam fenomena

sandwich generation, ketika generasi usia produktif harus menanggung kebutuhan ekonomi generasi yang lebih tua sekaligus memenuhi kebutuhan rumah tangganya sendiri. Situasi semacam ini tidak hanya meningkatkan beban ekonomi pada tingkat keluarga, tetapi juga berpotensi memberikan dampak yang lebih luas terhadap kesejahteraan masyarakat dan perekonomian negara (Kemendukbangga/BKKBN Provinsi Maluku Utara, 2026). Persoalan tersebut menjadi semakin relevan mengingat penduduk lanjut usia saat ini telah mencakup sekitar 11% dari keseluruhan populasi Indonesia.

Meskipun demikian, peningkatan jumlah penduduk lanjut usia tidak serta-merta menempatkan lansia sebagai kelompok yang sepenuhnya bergantung pada penduduk usia produktif. Berbagai kebijakan dan program telah dikembangkan untuk mendorong lansia agar tetap mandiri, sehat, aktif, dan produktif, salah satunya melalui program pemberdayaan lansia (Sitanggang et al., 2024). Upaya pemberdayaan tersebut juga berkembang pada tingkat komunitas, seperti rukun tetangga, kelurahan, maupun kelompok-kelompok sosial masyarakat. Pelibatan lansia dalam berbagai aktivitas sosial diyakini dapat memberikan kontribusi positif, baik bagi lansia maupun komunitas tempat mereka berada (Munawaroh et al., 2025). Partisipasi sosial menjadi salah satu unsur penting dalam kesejahteraan lansia karena keterlibatan dalam kehidupan sosial dapat mendukung kondisi psikologis, memperkuat rasa kebermaknaan, serta mempertahankan pengakuan terhadap martabat mereka sebagai anggota masyarakat (TNP2K, 2020). Dengan demikian, pemberdayaan lansia tidak hanya berkaitan dengan upaya menjaga kemandirian, tetapi juga dengan penciptaan ruang sosial yang memungkinkan lansia tetap merasa dihargai, dilibatkan, dan memiliki peran.

Pemberdayaan lansia, oleh karena itu, tidak cukup dipahami sekadar sebagai pelibatan lansia dalam berbagai aktivitas masyarakat. Upaya peningkatan kualitas hidup lansia perlu dilakukan secara multidimensional dengan mempertimbangkan tidak hanya aspek fisik, tetapi juga aspek mental, kognitif, sosial, dan spiritual (Sitanggang et al., 2024). Dalam kerangka tersebut, stimulasi linguistik dapat ditempatkan sebagai salah satu bentuk pemberdayaan yang mengaktifkan fungsi kognitif sekaligus menyediakan ruang interaksi sosial. Bahasa menjadi penting karena aktivitas berbahasa melibatkan berbagai proses kognitif, seperti mengakses ingatan, menemukan kata, memahami ujaran, membangun hubungan antarmakna, dan mempertahankan percakapan. Pada saat yang sama, aktivitas berbahasa memungkinkan lansia untuk menceritakan pengalaman, menyampaikan pandangan, serta mempertahankan keterhubungan dengan orang lain. Dengan demikian, stimulasi linguistik tidak hanya berpotensi mendukung aktivitas kognitif, tetapi juga dapat menjadi sarana untuk mempertahankan keterlibatan sosial dan martabat lansia.

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, stimulasi linguistik tidak dirancang sebagai kegiatan untuk menguji kemampuan ingatan lansia. Sebaliknya, kegiatan diarahkan untuk memberikan pemantik yang dapat mengaktifkan proses kognitif dalam penggunaan bahasa, seperti menemukan kata, membangun asosiasi makna, mengingat pengalaman, memahami ujaran, dan mempertahankan kelancaran percakapan. Pendekatan yang digunakan dapat dipahami sebagai stimulasi linguistik-komunal berbasis *personhood*, yaitu kegiatan berbahasa yang menempatkan lansia sebagai individu dengan pengalaman, identitas, pengetahuan, dan cerita hidup yang bernilai. Oleh karena itu, aktivitas dirancang untuk

menciptakan ruang komunikasi yang aman, menyenangkan, partisipatif, dan tidak berorientasi pada penilaian benar atau salah. Dalam ruang semacam ini, ingatan tidak diperlakukan sebagai kemampuan yang harus diuji, melainkan sebagai pengalaman yang dapat dipantik dan dibagikan melalui bahasa serta interaksi dengan orang lain.

Pendekatan tersebut relevan dengan konteks Kelurahan Pondok Labu, yang memberikan perhatian terhadap peningkatan kualitas hidup penduduk lanjut usia. Perhatian tersebut diwujudkan melalui berbagai kegiatan pemberdayaan lansia, termasuk keberadaan Sekolah Lansia Fatmawati sebagai ruang pembelajaran, interaksi, dan partisipasi sosial bagi masyarakat lanjut usia di wilayah Pondok Labu. Sejalan dengan upaya tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk mendukung kualitas hidup lansia melalui keterkaitan antara bahasa, ingatan, dan martabat. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan menciptakan ruang komunikasi yang mendukung lansia untuk tetap aktif berbahasa, memberikan stimulasi terhadap proses kognitif melalui aktivitas linguistik berbasis asosiasi dan percakapan, serta memperkuat pengalaman lansia sebagai individu yang didengar, dihargai, dan tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya.

TINJAUAN LITERATUR

Bahasa dan Penuaan pada Lansia

Kajian mengenai bahasa dan penuaan menunjukkan bahwa pertambahan usia tidak serta-merta menyebabkan penurunan kemampuan berbahasa secara menyeluruh. Perubahan cenderung terjadi secara selektif pada aspek-aspek tertentu dari produksi dan pemrosesan bahasa, sementara sejumlah kemampuan lainnya relatif dapat dipertahankan. Kemper dan Anagnopoulos (1989), misalnya, merangkum sejumlah penelitian yang menemukan perubahan pada kompleksitas sintaksis, ketepatan bentuk gramatikal, kohesi wacana, dan kelancaran ujaran, serta meningkatnya jeda, pengulangan, dan kesulitan menemukan kata pada orang dewasa lanjut usia. Kynette dan Kemper menemukan berkurangnya variasi serta akurasi struktur sintaksis pada kelompok usia lanjut, sedangkan Burke, Worthley, dan Martin serta Walker, Roberts, dan Hedrick menunjukkan meningkatnya fenomena *word-finding difficulty*, pengulangan, dan jeda dalam ujaran lansia (Kynette & Kemper, 1986; Burke et al., 1988; Walker et al., 1988).

Sebagian perubahan tersebut berkaitan dengan proses kognitif yang mendukung pemrosesan bahasa, khususnya memori kerja (*working memory*). Kemper dan Anagnopoulos (1989) menjelaskan bahwa keterbatasan kapasitas memori kerja dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam memproses struktur linguistik yang kompleks. Meskipun demikian, performa komunikasi lansia tidak hanya ditentukan oleh kapasitas individual, tetapi juga oleh cara informasi linguistik disampaikan. Penelitian Wingfield dan koleganya menunjukkan bahwa lansia masih mampu melakukan segmentasi ujaran secara tepat pada kecepatan bicara normal. Prosodi dan redundansi informasi bahkan dapat membantu proses pemahaman dan mengingat, sedangkan penyampaian yang terlalu cepat atau berkurangnya petunjuk prosodik dapat meningkatkan kesulitan pemrosesan (Wingfield & Stine, 1986; Wingfield et al., 1985; Stine & Wingfield, 1987, dalam Kemper & Anagnopoulos, 1989). Dengan demikian,

keberhasilan komunikasi dengan lansia perlu dipahami sebagai hasil interaksi antara kemampuan kognitif individu dan kondisi komunikasi yang diciptakan oleh lingkungan.

Hubungan antara bahasa dan ingatan juga menunjukkan adanya perbedaan antara kemampuan yang relatif terpelihara dan kemampuan yang lebih rentan terhadap penuaan. Burke dan MacKay (1997) menunjukkan bahwa pengetahuan yang telah lama dimiliki, termasuk pengetahuan faktual, semantik, dan autobiografis, cenderung lebih stabil dibandingkan kemampuan untuk membentuk dan mempertahankan hubungan baru dalam memori. Nyberg et al. menemukan bahwa pengetahuan umum relatif sedikit mengalami penurunan seiring bertambahnya usia dibandingkan tugas-tugas yang membutuhkan pembentukan ingatan episodik baru (Nyberg et al., 1996). Demikian pula, penelitian mengenai asosiasi kata menunjukkan bahwa organisasi informasi semantik pada lansia dapat tetap menyerupai kelompok dewasa yang lebih muda apabila kemampuan verbal dan tingkat pendidikan diperhitungkan (Howard, 1979; Lovelace & Cooley, 1982; Burke & Peters, 1986).

Stabilitas relatif pengetahuan semantik tersebut tidak berarti bahwa produksi bahasa sama sekali tidak mengalami perubahan. Kesulitan pada usia lanjut sering kali terletak pada proses mengakses bentuk kata, bukan pada hilangnya makna atau pengetahuan itu sendiri. Burke dan MacKay (1997) menjelaskan bahwa fenomena *tip-of-the-tongue* meningkat pada usia lanjut, yaitu kondisi ketika seseorang mengetahui makna yang hendak disampaikan tetapi mengalami kesulitan sementara dalam mengakses bentuk fonologis kata tersebut. Temuan ini didukung oleh Burke et al. dan Rastle dan Burke yang menunjukkan meningkatnya kejadian *tip-of-the-tongue* pada kelompok lansia (Burke et al., 1991; Rastle & Burke, 1996). Oleh karena itu, jeda atau kesulitan menemukan kata dalam percakapan lansia tidak semestinya langsung ditafsirkan sebagai hilangnya pengetahuan, pemahaman, atau kemampuan berpikir.

Sebaliknya, lansia tetap memiliki sumber daya linguistik dan kognitif yang dapat dimanfaatkan dalam komunikasi. Kemper dan Anagnopoulos (1989) menunjukkan bahwa penguasaan kosakata dapat tetap terpelihara bahkan meningkat pada usia lanjut, sementara kemampuan menghasilkan narasi juga masih dapat dipertahankan. Boden dan Bielby menunjukkan bahwa cerita mengenai masa lalu memungkinkan lansia menghubungkan pengalaman sebelumnya dengan kehidupan masa kini serta membangun *shared sense of meaning* dan *personal worth* (Boden & Bielby, 1983, 1986, dalam Kemper & Anagnopoulos, 1989). Dengan demikian, percakapan mengenai pengalaman personal atau *reminiscence* bukan sekadar aktivitas mengingat masa lalu, tetapi juga merupakan bentuk penggunaan bahasa yang memanfaatkan pengetahuan semantik, pengalaman autobiografis, serta kapasitas naratif yang relatif tetap tersedia pada usia lanjut.

Temuan-temuan tersebut menjadi dasar bagi tujuan kegiatan pengabdian ini untuk memberikan stimulasi kognitif melalui aktivitas linguistik. Stimulasi dalam konteks ini tidak diarahkan untuk menguji seberapa banyak informasi yang dapat diingat oleh lansia, melainkan untuk memberikan pemantik yang memungkinkan pengetahuan dan pengalaman yang telah dimiliki dapat diakses kembali melalui bahasa. Burke dan MacKay (1997) menunjukkan bahwa aktivasi berulang terhadap pengetahuan yang telah tersimpan dapat membantu memperkuat akses terhadap representasi memori. Rastle dan Burke, misalnya, menemukan bahwa paparan atau pengulangan sebelumnya terhadap sebuah kata dapat menurunkan kemungkinan

munculnya *tip-of-the-tongue* pada orang dewasa muda maupun lansia (Rastle & Burke, 1996, dalam Burke & MacKay, 1997). Atas dasar tersebut, aktivitas berupa penyebutan kata-kata yang familiar, pembentukan asosiasi semantik, percakapan, serta penggalian pengalaman autobiografis dapat digunakan sebagai pemantik untuk mengaktifkan sumber daya linguistik dan kognitif yang masih dimiliki lansia.

Komunikasi, *Personhood*, dan Martabat Lansia

Meskipun bahasa memiliki hubungan yang erat dengan proses kognitif, komunikasi pada lansia tidak dapat dipahami hanya berdasarkan kemampuan individual. Cara lingkungan berinteraksi dengan lansia turut menentukan apakah kemampuan komunikasi yang dimiliki oleh lansia memperoleh kesempatan untuk muncul dan dioptimalkan. Konsep *communication predicament of aging* yang dikembangkan Ryan et al. (1986) menjelaskan bahwa stereotip mengenai rendahnya kemampuan komunikasi lansia dapat mendorong lawan bicara melakukan modifikasi bahasa secara berlebihan. Bentuk komunikasi seperti *baby talk* atau *elderspeak*, meskipun terkadang dimaksudkan untuk membantu, dapat dipersepsikan sebagai merendahkan dan tidak menghormati lansia (Ryan et al., 1986; Caporael, 1981; Caporael et al., 1983, dalam Kemper & Anagnopoulos, 1989). Ryan et al. menggambarkan kondisi tersebut sebagai suatu siklus: stereotip mengenai lansia mendorong komunikasi yang terlalu akomodatif, komunikasi tersebut dapat membatasi partisipasi serta menurunkan penghargaan diri lansia, dan respons yang muncul kemudian justru dapat memperkuat stereotip awal (Ryan et al., 1986).

Pandangan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kualitas komunikasi dengan lansia tidak selalu berarti menyederhanakan bahasa secara berlebihan. Komunikasi yang baik justru perlu memberikan waktu, petunjuk linguistik yang memadai, kesempatan merespons, dan ruang bagi lansia untuk menggunakan kemampuan berbahasanya sendiri. Prinsip ini relevan dengan tujuan kegiatan pengabdian untuk meningkatkan kualitas komunikasi lansia. Lansia tidak ditempatkan sebagai penerima komunikasi yang pasif, melainkan sebagai mitra tutur yang memiliki pengetahuan, pengalaman, dan sumber daya linguistik yang dapat digunakan dalam interaksi.

Pentingnya lingkungan komunikasi juga dikemukakan Wray (2016), yang memandang bahasa sebagai kapasitas kognitif sekaligus sarana untuk mengekspresikan apa yang seseorang lihat, dengar, rasakan, inginkan, dan ingat. Namun, kemampuan tersebut tidak selalu dapat diamati secara terpisah dari situasi sosial tempat komunikasi berlangsung. Mengacu pada Sabat (2001), Wray (2016) menunjukkan bahwa ketika ekspektasi sosial terhadap seseorang rendah, hanya sedikit kemampuan yang diminta atau diberi kesempatan untuk muncul. Sebaliknya, ketika individu diberikan tanggung jawab, kesempatan berbicara, dan ruang untuk berpartisipasi, kemampuan yang masih dimiliki memperoleh peluang lebih besar untuk digunakan dan distimulasi.

Dalam kerangka ini, kesulitan linguistik yang tampak juga tidak dapat dijadikan satu-satunya ukuran kemampuan komunikasi seseorang. Wray (2016) menunjukkan bahwa ekspresi formulaik, jeda, pengulangan, ataupun berbagai strategi kompensasi dapat berfungsi untuk mempertahankan kelancaran dan keterlibatan dalam percakapan. Studi Davis, Maclagan, dan Cook, misalnya, memperlihatkan bahwa fragmen cerita dan ekspresi formulaik dapat

membantu individu mempertahankan partisipasi dalam interaksi (Davis et al., 2013). Perspektif tersebut mengarahkan perhatian dari apa yang tidak lagi dapat dilakukan menuju sumber daya komunikasi yang masih dapat digunakan oleh lansia.

Pendekatan semacam ini berkaitan erat dengan konsep *personhood*, yaitu pengakuan terhadap individu sebagai pribadi yang tetap memiliki identitas, pengalaman, relasi, preferensi, dan nilai diri terlepas dari perubahan kemampuan kognitif maupun linguistik yang mungkin dialaminya. Dalam praktik komunikasi, orientasi terhadap *personhood* berarti bahwa lansia tidak ditempatkan sebagai objek yang kemampuannya diuji, tetapi sebagai individu yang pengalaman dan tuturannya layak didengarkan. Karena itu, kesempatan untuk bercerita, mengingat pengalaman, membangun asosiasi, dan menanggapi percakapan memiliki fungsi yang lebih luas daripada sekadar latihan bahasa: aktivitas tersebut menyediakan ruang bagi lansia untuk mempertahankan agensi dan kehadirannya dalam interaksi sosial.

Dimensi tersebut berkaitan langsung dengan persoalan martabat. Bahasa dapat memengaruhi cara seseorang dipersepsikan sekaligus diperlakukan oleh lingkungan sosialnya (Global Brain Health Institute [GBHI], 2022). Penggunaan label seperti *sufferer* atau *victim*, misalnya, dapat menggambarkan individu sebagai sosok yang tidak berdaya serta berpotensi mengurangi martabat dan penghargaan terhadap dirinya. Prinsip tersebut mengacu, antara lain, pada *Dementia Friendly Language Position* dan kajian Swaffer mengenai stigma dan bahasa (Alzheimer's Australia, 2009; Swaffer, 2014, dalam GBHI, 2022). Sebaliknya, komunikasi yang suportif dan berorientasi pada individu dapat membantu seseorang merasa didengarkan, dihargai, dan tetap dilibatkan dalam interaksi.

Berdasarkan perspektif tersebut, bahasa, ingatan, dan martabat tidak diposisikan sebagai tiga aspek yang terpisah. Aktivitas bahasa dapat menjadi sarana untuk memantik pengetahuan semantik dan pengalaman autobiografis; proses tersebut berlangsung melalui interaksi sosial; dan kualitas interaksi menentukan sejauh mana lansia memperoleh kesempatan untuk berbicara, didengarkan, dan dihargai. Dengan demikian, stimulasi linguistik dapat memiliki fungsi ganda: menyediakan aktivitas yang mengaktifkan proses kognitif sekaligus membangun pengalaman komunikasi yang mempertahankan *personhood* dan martabat lansia.

Landasan tersebut menjadi dasar bagi rancangan kegiatan pengabdian ini. Aktivitas tidak diarahkan pada pengujian ketepatan ingatan ataupun penilaian benar-salah, tetapi pada penciptaan situasi komunikasi yang memungkinkan lansia mengakses dan menggunakan kembali kata, makna, pengalaman, serta cerita yang telah dimiliki. Penggunaan kata-kata familiar, asosiasi semantik, pengalaman autobiografis, dan percakapan komunal dipilih karena memanfaatkan sumber daya yang relatif tetap tersedia pada usia lanjut. Pada saat yang sama, aktivitas dilakukan dalam suasana yang tidak mengoreksi secara berlebihan dan memberikan kesempatan kepada setiap peserta untuk berbicara dan didengarkan. Melalui pendekatan tersebut, kegiatan diarahkan untuk mencapai tiga tujuan yang saling berkaitan, yaitu memberikan stimulasi kognitif melalui aktivitas linguistik, meningkatkan kualitas komunikasi lansia melalui interaksi yang suportif dan partisipatif, serta memperkuat pengalaman martabat melalui pengakuan terhadap lansia sebagai individu yang memiliki suara, pengalaman, dan pengetahuan yang bernilai.

METODE PELAKSANAAN

Peserta Pelatihan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Pondok Labu, tepatnya di Sekolah Lansia Fatmawati. Kegiatan ini dirancang bagi lansia sebagai kegiatan stimulasi bahasa dan ingatan yang dilakukan secara bersama-sama, dengan menempatkan peserta sebagai seorang individu utuh yang memiliki pengetahuan, pengalaman hidup, dan cerita yang bernilai. Artinya, peserta tidak ditempatkan sebagai objek yang diuji kemampuan mengingatnya. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip kegiatan yang menekankan komunikasi yang aman, menyenangkan, tidak menguji, serta berorientasi pada *personhood* peserta.

Peserta yang mengikuti kegiatan ini merupakan siswa Sekolah Lansia Fatmawati yang berjumlah 34 orang. Pelaksanaan dilakukan secara berkelompok agar aktivitas mengingat dapat berkembang menjadi interaksi dan percakapan bersama. Dengan berkelompok, peserta dapat saling membantu untuk melakukan *recall*, mengembangkan asosiasi, dan menanggapi cerita peserta lain.

Dalam pelaksanaannya, tim pengabdian menerapkan komunikasi yang bersifat *person-centred*. Peserta diberi waktu untuk memberikan respons, tidak dipaksa menghasilkan jawaban tertentu, dan didorong untuk menceritakan pengalaman dengan kata-kata mereka sendiri. Prinsip tersebut digunakan untuk menjaga kegiatan tetap menjadi ruang partisipasi dan penghargaan terhadap pengalaman lansia, bukan situasi penilaian terhadap kemampuan kognitif mereka.

Instrumen

Instrumen utama yang digunakan dalam kegiatan berupa stimulus linguistik berbasis asosiasi semantik, yang dikembangkan dari aktivitas kegiatan pengabdian berjudul "*Rantai Ingatan – Saya Ingat…*". Instrumen tersebut terdiri atas kata pemantik, petunjuk semantik (*semantic cues*), peta asosiasi kata (*semantic nodes/word-mapping*), pertanyaan pemantik untuk mengingat pengalaman autobiografis, serta lembar kerja yang digunakan untuk merekam respons dan asosiasi kata dari jawaban peserta.

Kata-kata pemantik dipilih dari kosakata yang dekat dengan kehidupan sehari-hari dan pengalaman peserta, seperti *pasar, kopi, hujan, sekolah, sepeda,* dan *Lebaran*. Pemilihan kata yang familiar didasarkan pada prinsip bahwa pengetahuan semantik, kosakata, pemahaman makna, dan pengalaman autobiografis yang telah lama dikenal merupakan sumber daya komunikasi yang relatif dapat dimanfaatkan pada usia lanjut. Oleh karena itu, kegiatan lebih menekankan aktivasi pengetahuan dan pengalaman yang telah dimiliki daripada pembelajaran informasi baru.

Setiap kata pemantik kemudian dikembangkan menjadi *semantic nodes*, yaitu jaringan hubungan makna yang mencakup beberapa kategori seperti benda, aktivitas, tempat, orang, waktu, perasaan, dan pengalaman atau kenangan. Satu kata diperlakukan sebagai simpul utama yang menjadi pusat dari ingatan. Kemudian, jika peserta tidak dapat memantik ingatan yang diinginkan, fasilitator atau tim pengabdian dapat memancingnya melalui cabang asosiasi

lainnya sesuai dengan respons peserta. Tujuan pemetaan tersebut ditujukan untuk menyediakan beberapa jalur untuk membantu peserta mengakses ingatan.

Sebagai contoh, ingatan tentang pasar dapat dikembangkan melalui asosiasinya seperti *sayur, buah,* dan *ikan* pada kategori benda; *membeli, menawar,* dan *memilih* pada kategori aktivitas; *pedagang, ibu,* dan *tetangga* pada kategori orang; serta *senang, lelah,* dan *rindu* pada kategori emosi. Dari jaringan tersebut, fasilitator kemudian mengajukan pertanyaan yang lebih personal untuk memancing memori autobiografis, seperti "Dulu biasanya pergi ke pasar dengan siapa?" atau "Pasar apa yang paling sering didatangi?".

Instrumen lain yang digunakan dalam kegiatan ini berupa *semantic cues*, yaitu petunjuk berdasarkan ciri makna yang diberikan ketika peserta mengalami kesulitan menemukan suatu kata. Misalnya, fasilitator menggunakan petunjuk "yang warnanya kuning, buah…" untuk memancing kata *pisang*, atau "yang biasanya diminum pagi hari…" untuk memancing kata *kopi*. Petunjuk diberikan secara bertahap dan tidak langsung menggantikan jawaban peserta.

Selain instrumen stimulus tersebut, evaluasi kegiatan didukung oleh lembar kerja peserta/fasilitator dan dokumentasi percakapan untuk melihat bentuk asosiasi yang muncul, respons peserta terhadap kata pemantik, dan berkembangnya respons dari kata menuju cerita pengalaman.

Prosedur Pelatihan

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tahap perkenalan, pengantar kegiatan, latihan *working memory*, stimulasi asosiasi semantik, pengaktifan memori autobiografis, dan produksi cerita secara lisan. Secara konseptual, prosedur tersebut dirancang untuk menggerakkan aktivitas dari working memory → semantic memory → autobiographical memory → language production.

Setelah perkenalan, di tahap selanjutnya, tim memberikan pengantar singkat mengenai hubungan antara bahasa, ingatan, komunikasi. Tim juga membangun suasana kegiatan sebagai ruang percakapan yang santai sehingga peserta tidak memandang aktivitas berikutnya sebagai tes daya ingat.

Tahap ketiga berupa pemanasan melalui hubungan kata, makna, dan gerakan. Fasilitator menyebutkan kata-kata sederhana seperti *kopi, bunga,* atau *payung*, kemudian peserta diminta melakukan gerakan yang berkaitan dengan makna kata tersebut, misalnya berpura-pura minum, mencium bunga, atau membuka payung. Tahap ini digunakan untuk mengarahkan perhatian peserta sekaligus membangun hubungan antara bentuk linguistik, makna, dan representasi tindakan.

Tahap keempat adalah permainan "Rantai Ingatan". Fasilitator memulai sebuah kalimat, misalnya "Saya pergi ke pasar dan membeli pisang". Peserta selanjutnya mengulang unsur sebelumnya dan menambahkan satu benda, misalnya *gula*, kemudian peserta berikutnya menambahkan *kopi*. Untuk menghindari beban ingatan yang terlalu tinggi, rangkaian dibatasi sekitar empat sampai lima unsur sebelum dimulai kembali dengan kelompok atau rangkaian baru. Tema yang digunakan diarahkan pada situasi yang familiar, seperti pasar, dapur, Lebaran, halaman rumah, atau permainan pada masa kecil, sehingga daftar kata tidak berhenti sebagai bahan hafalan tetapi dapat menjadi pintu masuk menuju pengalaman yang lebih lama.

Tahap keempat berupa recall bersama. Setelah rangkaian kata selesai, perhatian peserta dialihkan sejenak sebelum fasilitator meminta kelompok mengingat kembali kata-kata yang muncul. *Recall* dilakukan secara bersama-sama, bukan dengan menunjuk peserta satu per satu. Apabila peserta mengalami kesulitan, fasilitator menggunakan *semantic cues*. Prinsipnya adalah tidak langsung memberikan jawaban, melainkan menyediakan ciri makna yang memungkinkan peserta melakukan pencarian kembali secara semantik.

Tahap kelima merupakan inti stimulasi berupa *semantic association* melalui word-mapping. Kata yang telah muncul dipilih sebagai kata pemantik dan dikembangkan melalui sejumlah *node*, mulai dari ciri konkret menuju konteks yang semakin personal. Fasilitator dapat bergerak melalui pertanyaan seperti "benda apa yang berkaitan dengan kata ini?", "biasanya terjadi di mana?", "dengan siapa?", "apa rasanya?", hingga "kenangan apa yang muncul?". Dengan cara tersebut, alur stimulasi bergerak dari kata → makna → konteks → kenangan → cerita.

Tahap terakhir adalah "Ingat Kata, Ceritakan Kenangan". Setelah peserta berhasil mengakses kata atau pengalaman tertentu, fasilitator mengundang peserta menceritakan kenangan singkat yang berkaitan dengan kata tersebut. Misalnya, kata *sepeda* dapat dikembangkan menjadi pertanyaan "Siapa dulu pernah naik sepeda ke sekolah?", sedangkan kata *kopi* dapat diarahkan kepada pertanyaan "Dulu siapa yang biasa membuatkan kopi?". Dalam tahap ini, stimulus linguistik tidak lagi digunakan semata-mata untuk mengukur kemampuan mengingat, tetapi untuk menghasilkan narasi personal. Rangkaian kegiatan dengan demikian bergerak dari pemrosesan kata menuju pengaktifan pengalaman hidup dan produksi bahasa.

Evaluasi Pelatihan

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui evaluasi proses dan evaluasi respons peserta. Evaluasi tidak dimaksudkan sebagai pemeriksaan klinis fungsi kognitif maupun tes keberhasilan mengingat sejumlah kata secara individual. Hal ini sesuai dengan prinsip kegiatan yang menempatkan stimulasi bahasa sebagai cara untuk mendorong peserta mengakses pengalaman dan pengetahuan, bukan sebagai aktivitas yang "menguji ingatan".

Evaluasi proses dilakukan melalui pengamatan fasilitator terhadap keterlibatan peserta selama rangkaian aktivitas, meliputi partisipasi dalam mengulang dan menambahkan kata, kemampuan merespons petunjuk semantik, munculnya asosiasi yang relevan, keterlibatan dalam *recall* bersama, serta kesediaan peserta mengembangkan kata pemantik menjadi cerita. Lembar kerja digunakan untuk mencatat kata-kata dan hubungan semantik yang muncul, sementara dokumentasi percakapan seperti rekaman digunakan untuk melihat bagaimana respons peserta berkembang dari kata tunggal atau asosiasi sederhana menjadi tuturan yang lebih elaboratif.

Secara khusus, evaluasi memperhatikan pergeseran tingkat respons linguistik. Respons dapat bermula dari kemampuan mempertahankan suatu kata dalam *working memory*, dilanjutkan dengan munculnya hubungan makna dalam *semantic memory*, pengaitan kata dengan pengalaman personal dalam *autobiographical memory*, dan akhirnya produksi cerita

secara lisan. Alur tersebut menjadi dasar evaluasi keberhasilan stimulasi linguistik dalam kegiatan ini.

Dengan demikian, keberhasilan pelatihan dinilai bukan semata-mata berdasarkan banyaknya kata yang dapat diingat, tetapi berdasarkan kemampuan kegiatan untuk membuka jalur semantik menuju ingatan, memunculkan narasi autobiografis, meningkatkan partisipasi komunikasi, dan menciptakan pengalaman interaksi yang menghargai lansia sebagai pemilik pengalaman dan cerita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Asosiasi Semantik sebagai Pemantik Ingatan Lansia

Salah satu temuan utama kegiatan ini adalah munculnya suatu hubungan berantai antara kata pemantik dengan sejumlah konsep lain yang memiliki kedekatan semantik maupun pengalaman personal bagi peserta. Ketika peserta memperoleh sebuah kata sebagai pemantik, respons yang muncul tidak selalu berhenti pada satu kata, tetapi dapat berkembang menjadi rangkaian hubungan seperti orang, tempat, aktivitas, peristiwa, dan pengalaman emosional. Dengan demikian, proses mengingat yang muncul selama kegiatan memperlihatkan bahwa sebuah kata dapat berfungsi sebagai pintu masuk menuju jejaring makna yang lebih luas.

Hasil worksheet menunjukkan bahwa kata pemantik seperti “pasar” menghasilkan sejumlah asosiasi, antara lain “belanja”, “sayuran”, “becak”, “ibu”, dan kata-kata lainnya. Pemantik lain seperti “pepaya” berkaitan dengan “manis”, “rujak”, “warna oranye”, “lancar ke belakang”, dan kata-kata lainnya, sedangkan kata “sekolah” memunculkan hubungan dengan “belajar”, “guru”, “seragam”, “sepeda”, “teman”, dan kata-kata lainnya. Apabila dikelompokkan berdasarkan jenis konsep yang muncul, asosiasi peserta dapat dikategorikan ke dalam referensi terhadap orang, tempat, aktivitas, peristiwa, objek, dan emosi. Kategori rasa merupakan kategori yang paling banyak muncul jika berhubungan dengan makanan, yaitu sebanyak 90% peserta yang menjawab dengan asosiasi tersebut, diikuti oleh kategori aktivitas dan kategori orang jika berhubungan dengan momen spesial sebanyak 70% peserta yang menjawab dengan asosiasi tersebut.

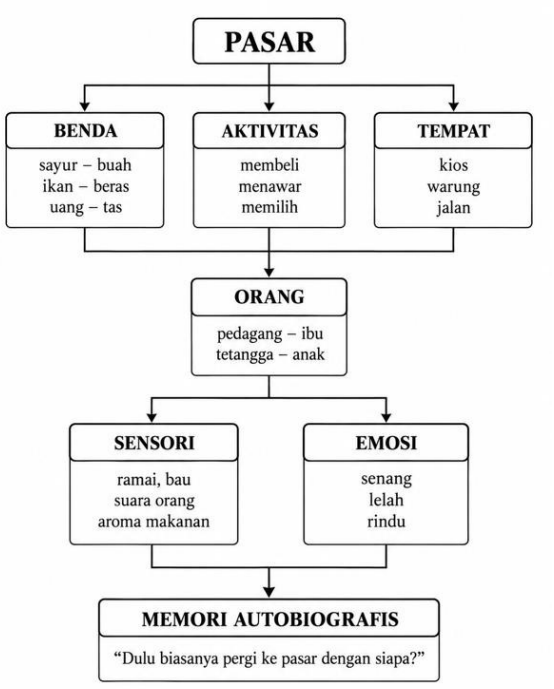
Tabel 2. Pola asosiasi semantik berdasarkan hasil worksheet

Kata pemantik	Asosiasi awal	Asosiasi lanjutan	Kategori dominan	Pengalaman yang muncul
pepaya	manis	rujak	rasa	Makanan favorit dari buah pepaya
kopi	pahit	pagi hari	rasa	Minuman yang biasa diminum di pagi hari
pasar/mall	belanja	sayuran	aktivitas	Aktivitas berbelanja di pasar atau mall

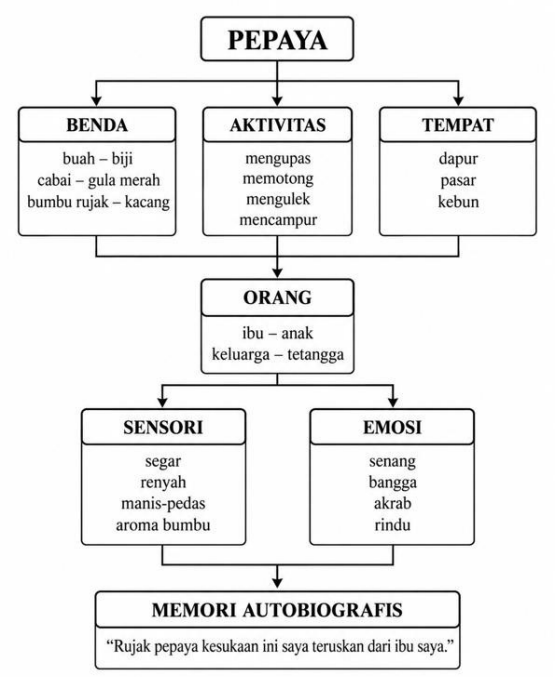
sekolah	belajar	guru	aktivitas	Memori bersekolah ketika diajar oleh guru tertentu
hujan	tidur	jemuran	aktivitas	Kegiatan tertentu yang dilakukan ketika hujan
lebaran	liburan, mudik	keluarga	aktivitas	Kegiatan tertentu yang dilakukan ketika liburan

Pola tersebut menunjukkan bahwa proses stimulasi tidak berlangsung melalui pengambilan informasi secara langsung, melainkan melalui aktivasi hubungan konseptual. Dalam organisasi memori semantik, suatu konsep dapat berhubungan dengan konsep lain melalui kedekatan makna, pengalaman, maupun penggunaan yang berulang. Aktivasi terhadap satu konsep dengan demikian dapat meningkatkan kemungkinan munculnya konsep lain yang terhubung dengannya. Dalam konteks kegiatan ini, kata pemantik berfungsi sebagai *cue* yang membantu peserta menelusuri jejaring makna hingga menemukan informasi atau pengalaman yang relevan.

Temuan ini juga menunjukkan bahwa asosiasi yang muncul tidak semata-mata bersifat leksikal. Sebagian asosiasi berkembang menjadi hubungan yang sangat personal. "papaya" misalnya, pada salah satu peserta berkembang menjadi rangkaian cerita terkait resep rujak papaya kesukaannya, yang ia pelajari dari ibunya sewaktu kecil. Rangkaian tersebut menunjukkan perpindahan dari konsep umum menuju pengalaman individual. Dengan kata lain, *semantic node* yang aktif tidak berhenti pada hubungan makna antarkata, tetapi dapat menjadi jalur menuju pengalaman autobiografis.



Gambar 1. Contoh jejaring asosiasi semantik untuk kata "Pasar"



Gambar 2. Contoh jejaring asosiasi semantik untuk kata "Pepaya"

Penggunaan asosiasi semantik dalam kegiatan ini dipahami sebagai strategi untuk memfasilitasi akses terhadap ingatan, dan bukan sebagai latihan yang secara langsung membuktikan peningkatan kapasitas memori. Perbedaan ini menandai bahwa hasil kegiatan ini tidak ditafsirkan sebagai pengukuran klinis fungsi kognitif. Simpulan yang didapat dari hasil jejaring asosiasi semantik pada kegiatan ini adalah bagaimana pemberian kata, hubungan makna, dan stimulus interaksional membantu peserta menemukan jalur menuju informasi atau pengalaman yang sebelumnya belum langsung muncul.

Dari Asosiasi Kata menuju Ingatan Autobiografis

Hasil kegiatan memperlihatkan bahwa sejumlah respons peserta berkembang dari bentuk leksikal yang sederhana menjadi narasi pengalaman yang lebih luas. Pada tahap awal, peserta mungkin hanya menyebutkan satu kata atau frasa, tetapi setelah memperoleh waktu, stimulus tambahan, atau respons dari lawan tutur, asosiasi tersebut berkembang menjadi cerita mengenai keluarga, masa kecil, pekerjaan, kehidupan rumah tangga, peristiwa sosial, maupun pengalaman tertentu yang dianggap bermakna.

Salah satu contoh terlihat pada respons peserta terhadap kata "pepaya". Pada awalnya peserta menyebutkan warna atau rasa sebagai ciri-ciri dari buah tersebut, tetapi ketika diberi pertanyaan pemantik terkait dengan olahan pepaya, cerita berkembang dari hanya sekadar ciri-ciri papaya seperti warna dan rasa menjadi cerita pribadi terkait keluarga, bagaimana dahulu ibunya selalu membuat rujak papaya dengan sambal rujak yang enak, bagaimana keluarganya selalu menghabiskan waktu dengan memakan rujak tersebut, dan cerita-cerita personal lainnya. Respons serupa muncul pada kata "pasar" yang pada awalnya hanya terkait dengan kegiatan membeli dan berbelanja, menjadi ingatan-ingatan khusus dengan orang-orang terdekat yang

berlokasi di pasar. Contoh-contoh tersebut memperlihatkan pola umum berupa pergerakan dari kata pemantik menuju asosiasi, kemudian dari asosiasi menuju pengalaman autobiografis.

Tabel 3. Perkembangan respons dari asosiasi leksikal menuju narasi autobiografis

Pemantik	**Respons awal**	**Elaborasi peserta**	**Jenis pengalaman**
pasar	belanja	belanja buku tulis bersama ibu	personal – keluarga, emosi
pepaya	rasa, warna	resep rujak pepaya dari ibu	personal – keluarga, emosi
sekolah	belajar	belajar bersama teman dan guru favorit	personal – hubungan sosial, emosi

Secara konseptual, proses tersebut dapat dirumuskan dengan alur sebagai berikut:

kata pemantik → asosiasi semantik → aktivasi pengalaman → narasi autobiografis.

Pola ini menunjukkan bahwa bahasa berfungsi sebagai mediator antara konsep yang tersedia dalam memori dengan pengalaman yang dapat diceritakan kembali. Peserta tidak sekadar menyebutkan makna sebuah kata, tetapi menghubungkan kata tersebut dengan riwayat hidup yang memiliki relevansi personal.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman autobiografis memiliki dimensi yang berbeda dari kemampuan mengingat fakta secara terisolasi. Pengalaman personal melekat pada orang, tempat, emosi, rutinitas, serta hubungan sosial. Oleh karena itu, stimulus yang memiliki kedekatan dengan kehidupan peserta dapat membuka lebih banyak kemungkinan untuk bercerita dibandingkan pertanyaan yang hanya menuntut satu jawaban benar. Dalam kegiatan ini, keberhasilan stimulasi tidak diukur dari seberapa tepat peserta mengingat tanggal atau nama tertentu, tetapi dari sejauh mana sebuah stimulus membantu peserta menemukan dan membagikan pengalaman yang bermakna.

Dengan demikian, kegiatan ini memperlihatkan hubungan yang lebih erat antara bahasa dan ingatan daripada sekadar fungsi bahasa sebagai alat untuk melaporkan apa yang diingat. Bahasa sendiri menjadi bagian dari proses mengingat. Kata-kata menyediakan jalur konseptual yang membantu peserta mengakses pengalaman, sedangkan percakapan memberi ruang agar pengalaman tersebut dapat dikonstruksi kembali dalam bentuk naratif.

Karakteristik Respons Bahasa Lansia selama Stimulasi Ingatan

Rekaman percakapan selama kegiatan menunjukkan bahwa proses mengingat tidak selalu berlangsung secara segera dan linear. Pada beberapa bagian percakapan ditemukan pengulangan pertanyaan dan perbaikan jawaban (self-repair). Untuk jeda, peserta lansia jarang menggunakan jeda karena jawaban yang dikemukakan spontan meskipun pada akhirnya akan melalui perbaikan jawaban (self-repair). Fenomena tersebut muncul ketika peserta berusaha menemukan nama, istilah, tempat, atau bentuk bahasa yang sesuai dengan pengalaman yang sedang diceritakan. Salah satu contoh respons peserta dapat dilihat pada kutipan berikut.

Excerpt 1

Peserta : (sedang membicarakan papaya) "rasanya asem"
Fasilitator: "asem atau manis?"
Peserta : "kalau asem enak untuk dibikin rujak, tapi kalau manis ya dimakan aja mentah enak"

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa ingatan atau panggilan kata terkait rasa memerlukan pengulangan pertanyaan dan perbaikan jawaban. Stimulus fasilitator membantu peserta melanjutkan cerita. Hanya dengan memberikan pilihan kata terkait rasa, peserta dapat mengasosiasikan pengalaman personal dari masing-masing pilihan kata tersebut. Pengulangan pertanyaan dan perbaikan jawaban ini dipahami sebagai bagian dari proses interaksional yang akan dapat mengembangkan percakapan, bukan sebagai kekurangan kemampuan linguistik peserta. Hal tersebut sejalan dengan penelitian mengenai bahasa dan penuaan menunjukkan bahwa bertambahnya usia dapat disertai perubahan selektif pada beberapa aspek pemrosesan bahasa, termasuk meningkatnya jeda, pengulangan, kesulitan menemukan kata, dan perubahan tertentu pada kompleksitas struktur ujaran (Kynette & Kemper, 1986; Kemper & Anagnopoulos, 1989). Perubahan tersebut tidak berarti bahwa kemampuan berkomunikasi menghilang secara menyeluruh.

Temuan dalam kegiatan ini justru menunjukkan bahwa respons lawan tutur berperan penting dalam keberlanjutan ujaran peserta. Pada beberapa percakapan, peserta dapat melanjutkan cerita setelah memperoleh petunjuk semantik, pengulangan sebagian ujaran, pertanyaan terbuka, atau konfirmasi dari fasilitator. Contohnya terlihat pada kutipan berikut.

Excerpt 2

Peserta : "Saya pergi ke sana sendiri"
Fasilitator: "Oh iya? Waah hebat.. Ibu bisa pesan gojek sendiri?"
Peserta : "Nyetir mobil sendiri saya"

Pada interaksi tersebut, fasilitator tidak mengambil alih cerita, tetapi memberikan dukungan atau pemantik lanjutan yang cukup agar peserta dapat kembali melanjutkan ujarannya. Dukungan semacam ini memperlihatkan bahwa proses mengingat dan menceritakan pengalaman dapat bersifat kolaboratif. Ketika peserta membutuhkan waktu atau kesulitan menemukan kata tertentu, lawan tutur dapat mempertahankan alur percakapan tanpa mengubah interaksi menjadi situasi pengujian.

Dengan demikian, karakteristik bahasa seperti jeda atau pencarian kata tidak perlu secara otomatis diposisikan sebagai masalah yang harus segera diperbaiki. Dalam konteks komunikasi dengan lansia, yang lebih penting adalah bagaimana lawan tutur merespons fenomena tersebut. Memberikan waktu, mempertahankan perhatian, dan menyediakan *cue* yang relevan dapat membantu percakapan tetap berjalan. Sebaliknya, tuntutan untuk segera menjawab atau koreksi yang terlalu cepat berpotensi mengalihkan fokus dari pengalaman yang sedang dibagikan kepada ketepatan respons peserta.

Komunikasi yang Tidak Menguji: Bahasa sebagai Praktik Menjaga Martabat Lansia

Temuan penting lain dari kegiatan ini berkaitan dengan perbedaan antara komunikasi yang berorientasi pada pengujian dan komunikasi yang berorientasi pada pendampingan. Dalam aktivitas stimulasi, pertanyaan tidak dirancang untuk menilai apakah peserta masih mampu mengingat satu informasi tertentu, tetapi untuk membuka ruang bagi munculnya pengalaman. Perbedaan ini terlihat dari penggunaan pertanyaan terbuka seperti "Siapa guru yang paling diingat?" atau "Makanan apa yang selalu ada saat Lebaran?", yang memungkinkan peserta menjawab berdasarkan hubungan makna dan pengalaman masing-masing.

Pendekatan tersebut berbeda dengan pertanyaan yang hanya memiliki satu jawaban benar, misalnya pertanyaan mengenai nama, tanggal, atau kejadian tertentu yang digunakan untuk menguji kemampuan mengingat. Dalam konteks kegiatan ini, orientasi komunikasi dialihkan dari pertanyaan "apakah peserta masih ingat?" menjadi "stimulus apa yang dapat membantu peserta mengakses dan membagikan apa yang masih mereka ingat?". Pergeseran orientasi tersebut menjadi penting karena kemampuan mengingat tidak diperlakukan sebagai syarat untuk memperoleh ruang dalam percakapan.

Prinsip ini sejalan dengan pendekatan komunikasi yang menempatkan individu sebagai pribadi yang memiliki pengalaman, relasi, dan identitas sosial, bukan sekadar sebagai pemilik kemampuan kognitif tertentu. Literatur mengenai bahasa yang ramah terhadap individu dengan gangguan kognitif menekankan pentingnya menghindari bahasa yang merendahkan, mempermalukan, menginfantilisasi, atau mereduksi seseorang pada kondisi yang dimilikinya. Walaupun peserta dalam kegiatan ini tidak secara khusus dikategorikan sebagai individu dengan demensia, prinsip tersebut tetap relevan dalam membangun komunikasi yang menghormati lansia sebagai mitra tutur.

Wray (2016) juga menunjukkan bahwa bahasa dalam konteks penuaan dan gangguan kognitif tidak dapat dipahami hanya sebagai cerminan fungsi mental, tetapi perlu dilihat dalam hubungannya dengan interaksi sosial. Dari perspektif ini, keberhasilan komunikasi tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu menghasilkan ujaran secara cepat atau tepat, tetapi juga oleh cara lingkungan komunikatif memberi dukungan terhadap proses tersebut. Oleh karena itu, kualitas interaksi menjadi bagian penting dari upaya menjaga keterhubungan sosial lansia.

Dalam kegiatan ini, martabat dioperasionalkan melalui praktik komunikasi yang sederhana tetapi bermakna, yaitu memberi waktu kepada peserta untuk merespons, tidak mempermalukan ketika peserta lupa, tidak menuntut satu jawaban tertentu, memberi bantuan secara proporsional, mendengarkan cerita hingga selesai, serta mengakui pengalaman peserta sebagai sesuatu yang layak dibagikan. Praktik tersebut menempatkan lansia sebagai subjek komunikasi yang memiliki pengalaman, bukan sebagai objek yang kemampuan ingatannya sedang diperiksa.

Temuan dari rekaman dan observasi menunjukkan bahwa kata pemantik dalam kegiatan ini berguna untuk menyambung cerita lansia dan mengembangkan konteks percakapan menjadi pengalaman personal. Peserta dapat lebih banyak mengelaborasi cerita setelah pertanyaan terbuka dan menjadi lebih positif ketika fasilitator tidak segera mengoreksi atau membiarkan peserta melanjutkan cerita. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa dukungan linguistik

tidak hanya memiliki fungsi kognitif sebagai *cue*, tetapi juga fungsi sosial. Kata pemantik dapat membuka ingatan, sedangkan cara lawan tutur merespons menentukan apakah ingatan tersebut dapat berkembang menjadi pengalaman komunikasi yang bermakna seperti pengalaman personal peserta.

Dengan demikian, hubungan antara bahasa dan martabat dalam kegiatan ini tidak bersifat abstrak. Martabat diwujudkan dalam struktur interaksi, misalnya siapa yang diberi waktu berbicara, siapa yang menentukan arah cerita, bagaimana kesalahan atau lupa direspons, dan apakah pengalaman peserta diperlakukan sebagai bagian penting dari percakapan. Bahasa menjadi sarana untuk mempertahankan posisi lansia sebagai pemilik pengalaman dan sebagai mitra dalam interaksi sosial.

Bahasa, Ingatan, dan Martabat: Sintesis Hasil Kegiatan

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan adanya hubungan berurutan antara bahasa, asosiasi semantik, ingatan, narasi, dan interaksi sosial. Kata pemantik menjadi titik awal yang mengaktifkan konsep-konsep lain dalam jejaring makna peserta. Aktivasi tersebut kemudian dapat mengarahkan peserta pada pengalaman autobiografis yang lebih spesifik. Ketika pengalaman tersebut memperoleh ruang untuk diceritakan, proses mengingat tidak lagi berlangsung sebagai aktivitas individual semata, tetapi menjadi bagian dari interaksi sosial.

Hubungan tersebut dapat dirumuskan dalam model berikut:

kata pemantik → asosiasi semantik → aktivasi ingatan → narasi autobiografis → interaksi sosial → pengakuan pengalaman → martabat

Model tersebut menunjukkan bahwa bahasa memiliki sedikitnya dua fungsi dalam kegiatan ini. Pertama, bahasa berfungsi secara kognitif sebagai *cue* yang menyediakan jalur menuju informasi dan pengalaman yang tersimpan. Kedua, bahasa berfungsi secara interpersonal sebagai sarana untuk membagikan pengalaman dan mempertahankan keterhubungan dengan orang lain. Kedua fungsi ini tidak dapat sepenuhnya dipisahkan karena proses mengingat berlangsung dan memperoleh makna melalui interaksi.

Dalam konteks tersebut, martabat tidak muncul semata-mata sebagai hasil akhir, tetapi dibentuk sejak proses komunikasi berlangsung. Ketika peserta diberi kesempatan untuk menentukan arah ceritanya, memperoleh waktu untuk mencari kata, menerima bantuan tanpa dipermalukan, dan didengarkan sebagai pemilik pengalaman, proses stimulasi linguistik sekaligus menjadi praktik pengakuan terhadap individu lansia secara utuh. Dengan demikian, kegiatan ini memperlihatkan bahwa merawat ingatan tidak harus selalu dilakukan melalui latihan yang menguji kemampuan recall secara langsung. Stimulasi dapat dilakukan melalui bahasa yang menghubungkan satu pengalaman dengan pengalaman lainnya dan melalui komunikasi yang memungkinkan lansia tetap hadir sebagai subjek dalam percakapan.

Atas dasar itu, manfaat utama kegiatan tidak hanya terletak pada penggunaan asosiasi semantik sebagai teknik stimulasi, tetapi pada perubahan orientasi komunikasi. Proses mengingat ditempatkan bukan sebagai ujian terhadap apa yang telah hilang, melainkan sebagai kesempatan untuk mengakses apa yang masih tersimpan, menghubungkannya dengan pengalaman hidup, dan membagikannya kepada orang lain. Dalam kerangka tersebut, bahasa

menjadi titik temu antara ingatan dan martabat: bahasa memantik ingatan, sementara cara bahasa digunakan dalam interaksi menentukan apakah proses mengingat berlangsung sebagai pengalaman yang menguji atau sebagai pengalaman yang menghargai.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Sekolah Lansia Fatmawati menunjukkan bahwa stimulasi linguistik berbasis asosiasi semantik dapat digunakan sebagai strategi untuk membantu lansia mengakses pengetahuan dan pengalaman yang telah tersimpan melalui bahasa. Kata-kata yang dekat dengan kehidupan sehari-hari peserta berfungsi sebagai pemantik yang berkembang menjadi hubungan semantik dengan objek, aktivitas, orang, tempat, emosi, dan pengalaman personal. Dalam proses tersebut, respons yang semula berupa kata atau asosiasi sederhana dapat berkembang menjadi narasi autobiografis ketika peserta memperoleh petunjuk semantik, pertanyaan terbuka, waktu untuk merespons, serta dukungan dari fasilitator dan peserta lain. Dengan demikian, proses stimulasi memperlihatkan alur kata pemantik → asosiasi semantik → aktivasi ingatan → narasi autobiografis → interaksi sosial.

Hasil kegiatan juga menunjukkan bahwa keberhasilan stimulasi tidak hanya ditentukan oleh jenis stimulus yang diberikan, tetapi juga oleh cara komunikasi dibangun. Pemberian kesempatan kepada lansia untuk mencari kata, memperbaiki ujarannya sendiri, menentukan arah cerita, serta memperoleh bantuan tanpa dipermalukan memungkinkan pengalaman yang diingat berkembang menjadi percakapan yang lebih bermakna. Dalam konteks ini, bahasa menjalankan dua fungsi yang saling berhubungan, yaitu sebagai *cue* kognitif untuk membantu mengakses informasi dan pengalaman serta sebagai sarana interpersonal untuk berbagi pengalaman dan mempertahankan keterhubungan sosial. Pendekatan komunikasi yang tidak menguji tersebut sekaligus menempatkan lansia sebagai subjek yang memiliki pengalaman, pengetahuan, dan suara yang bernilai.

Dengan demikian, kegiatan ini menegaskan keterkaitan antara bahasa, ingatan, dan martabat. Merawat ingatan lansia tidak harus selalu dilakukan melalui aktivitas yang menuntut ketepatan *recall* atau menguji apa yang masih dapat diingat. Stimulasi dapat diarahkan pada penciptaan jalur linguistik yang membantu lansia mengakses apa yang masih tersimpan dan menghubungkannya dengan pengalaman hidup yang bermakna. Namun, hasil kegiatan ini tidak dimaksudkan sebagai bukti peningkatan kapasitas memori atau fungsi kognitif secara klinis. Kontribusi utamanya terletak pada penggunaan asosiasi semantik sebagai sarana stimulasi serta pada perubahan orientasi komunikasi—dari komunikasi yang berpusat pada kemampuan mengingat menjadi komunikasi yang memberi ruang untuk mengingat, bercerita, didengarkan, dan dihargai. Dalam kerangka tersebut, bahasa menjadi titik temu antara ingatan dan martabat: bahasa membantu memantik ingatan, sedangkan cara bahasa digunakan menentukan apakah proses mengingat menjadi pengalaman yang menguji atau pengalaman yang memanusiakan dan menghargai lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Boden, D., & Bielby, D. D. (1983). The past as resource: A conversational analysis of elderly talk. *Human Development, 26*(6), 308–319. https://doi.org/10.1159/000272892

Boden, D., & Bielby, D. D. (1986). The way it was: Topical organization in elderly conversation. *Language & Communication, 6*(1–2), 73–89. https://doi.org/10.1016/0271-5309(86)90007-8

Burke, D. M., & Peters, L. (1986). Word associations in old age: Evidence for consistency in semantic encoding during adulthood. *Psychology and Aging, 1*(4), 283–292. https://doi.org/10.1037/0882-7974.1.4.283

Burke, D. M., MacKay, D. G., Worthley, J. S., & Wade, E. (1991). On the tip of the tongue: What causes word finding failures in young and older adults? *Journal of Memory and Language, 30*(5), 542–579. https://doi.org/10.1016/0749-596X(91)90026-G

Burke, D. M., & MacKay, D. G. (1997). Memory, language, and ageing. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences, 352*, 1845–1856.

Davis, B. H., Maclagan, M., & Cook, J. (2013). "Aw, so, how's your day going?": Ways that persons with dementia keep their conversational partner involved. In B. H. Davis & J. Guendouzi (Eds.), *Pragmatics in dementia discourse* (pp. 83–116). Cambridge Scholars Publishing.

Kemendukbangga/BKKBN Provinsi Maluku Utara [@kemendukbangga_bkkbnmalut]. (2026, September 1). *Indonesia kini memasuki era ageing population. Jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat sebagai hasil dari meningkatnya kualitas hidup dan harapan* [Infographic]. Instagram. https://www.instagram.com/p/Dcxe7YSlAiU/

Kemper, S., & Anagnopoulos, C. (1989). Language and aging. *Annual Review of Applied Linguistics, 10*, 37–50.

Munawaroh, T., Sukamdi, Rofi, A., & Listyaningsih, U. (2025). The macroeconomic impact of population aging in Indonesia: Do older adults matter? *Asian Economic and Financial Review, 15*(3), 383–403. https://doi.org/10.55493/5002.v15i3.5345

Rastle, K. G., & Burke, D. M. (1996). Priming the tip of the tongue: Effects of prior processing on word retrieval in young and older adults. *Journal of Memory and Language, 35*(4), 586–605. https://doi.org/10.1006/jmla.1996.0031

Romadlona, N.A., BaharuddinNur, R.J., Utomo, B. (2025). Population Ageing in Indonesia. In: Fong, B.Y.F. (eds) The Handbook of Public Health in the Asia-Pacific. Handbooks in Asian Studies. Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-97-1788-0_49-1

Ryan, E. B., Giles, H., Bartolucci, G., & Henwood, K. (1986). Psycholinguistic and social psychological components of communication by and with the elderly. *Language & Communication, 6*(1–2), 1–24. https://doi.org/10.1016/0271-5309(86)90002-9

Sabat, S. R. (2001). *The experience of Alzheimer's disease: Life through a tangled veil*. Blackwell.

Sitanggang, D. M., Nababan, V. R., Tobing, M. S., & Purba, B. (2024). Analisis dampak ageing population di Indonesia. *MESIR: Journal of Management Education Social Sciences Information and Religion, 1*(2), 251–256. https://doi.org/10.57235/mesir.v1i2.2914

Stine, E. L., & Wingfield, A. (1987). Process and strategy in memory for speech among younger and older adults. *Psychology and Aging, 2*(3), 272–279. https://doi.org/10.1037/0882-7974.2.3.272

Swaffer, K. (2014). Dementia: Stigma, language, and dementia-friendly. *Dementia, 13*(6), 709–716. https://doi.org/10.1177/1471301214548143

TNP2K. (2020). *The situation of the elderly in Indonesia and access to social protection programs: Secondary data analysis*. The National Team for the Acceleration of Poverty Reduction. https://smeru.or.id/en/publication/situation-elderly-indonesia-and-access-social-protection-programs-secondary-data

Wingfield, A., & Stine, E. L. (1986). Organizational strategies in immediate recall of rapid speech by young and elderly adults. *Experimental Aging Research, 12*(2), 79–83. https://doi.org/10.1080/03610738608259440

Wray, A. (2016). The language of dementia science and the science of dementia language: Linguistic interpretations of an interdisciplinary research field. *Journal of Language and Social Psychology*.