



Universitas Malahayati

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Ma

27 Kemiling Bandar Lampung 35153

[HOME](#)
[ABOUT](#)
[USER HOME](#)
[SEARCH](#)
[CURRENT](#)
[ARCHIVES](#)
[ANNOUNCEMENTS](#)
[ISSN](#)
[\(PRINT\)](#)
[ISSN \(ONLINE\)](#)
[STATISTICS](#)
Home > User > Author > **Active Submissions**

Active Submissions

[ACTIVE](#) [ARCHIVE](#)

ID	MM-YY SUBMIT	SEC	AUTHORS	TITLE	STATUS
3932	03-01		HERAWATI	PENGARAH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK TERHADAP PENURUNAN	Awaiting assignment

1 - 1 of 1 Items

Start a New Submission

[CLICK HERE](#) to go to step one of the five-step submission process.

Refbacs

[ALL](#) [NEW](#) [PUBLISHED](#) [IGNORED](#)

DATE ADDED	HITS	URL	ARTICLE	TITLE	STATUS	ACTION
---------------	------	-----	---------	-------	--------	--------

There are currently no refbacs.

[Publish](#)
[Ignore](#)
[Delete](#)
[Select All](#)
Please fill up form <https://bit.ly/32za7nj>

If this paper is accepted for publication, you will be asked to pay an Article Publication Fee to cover publications costs (700.000 IDR).



Decision Letter of The rector-University of Malahayati No. 1356.10.411.07.19



PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK TERHADAP PENURUNAN DEPRESI LANSIA DI PANTI USIA LANJUT AIS'YAH SURAKARTA

Widiyono, Vitri Dyah Herawati*, Indriyati
Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

*Email : mubaroktri@gmail.com

Abstract

Introduction: Depression in elderly is caused by many factors. The impact of depression greatly decreases the quality of life of the elderly. Nursing interventions are needed to deal with depression problems in the elderly. Group activity therapy, perceptions stimulation of low self-esteem and cognitive-behavioral therapy is recommended for depression elderly with low self-esteem.

Purpose: This study aims to identify depression reduction to the elderly with low self-esteem by perceptual stimulation, group activity therapy and cognitive behavioral therapy.

Method: The research design is a quasi experiment with pre-post test without control group, with 56 sample (28 people in the intervention group and 28 people in the control group). The data is collected by Geriatric Depression Scale (GDS) and analyzed using the T-Test. .

Results: The results showed that there was a significant decrease in depression in the elderly with low self-esteem in the two groups with a decrease of 67.4% in the intervention group and 31.9% in the control group (p value <0.05), and there was a significant relationship between the characteristics of the elderly (gender, education, marital status, occupation and comorbid physical illness) with depression in the elderly with low self-esteem (p value <0.05).

Conclusion: Group activity therapy, perceptual stimulation and cognitive behavioral therapy is recommended to decrease depression in elderly with low self-esteem.

Keywords: Group Activity Therapy, Depression, the elderly

PENDAHULUAN

Depresi menjadi salah satu masalah gangguan mental yang sering ditemukan pada lansia. Prevalensi depresi pada lansia di dunia sekitar 8-15% (Rebecca, 2010). Berdasarkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar 2007 didapatkan data usia tertinggi pada kelompok umur lebih dari 75 tahun dengan insiden depresi 33,7%. (Depkes, 2008).

Prevalensi depresi berkisar 10-15% dari populasi lansia dan diduga 60% dari pasien lansia di Rumah Sakit dan Panti Usia Lanjut seringkali gejala depresi dianggap sebagai bagian dari proses menua (Budi, 2011). Angka kejadian depresi pada lansia diatas 65 tahun diperkirakan meningkat berkisar 10-30% dengan keadaan jarang mendapat terapi (Rebecca, 2010; Suardiman, 2011).

Upaya mengatasi depresi lansia secara umum terdiri dari upaya secara medis dan keperawatan. Praktik perawat jiwa menurut Videbeck (2008) yaitu melaksanakan fungsi pada tingkat dasar dan fungsi pada tingkat lanjutan, dimana pada tingkat lanjutan hanya dapat dilakukan perawat spesialis bersertifikat dalam keperawatan jiwa. Psikoterapi untuk mengatasi masalah depresi sudah banyak dikembangkan di beberapa penelitian luar negeri dalam bentuk terapi kognitif dengan modifikasi terapi perilaku. Bentuk terapi yang dikenal dengan *Cognitif Behaviour Therapy* (CBT).

Penelitian yang lain oleh Peng, Huang, Chen, dan Lu, (2009) menguraikan penerapan CBT pada usia lanjut dapat meningkatkan sosialisasi, restrukturisasi kognitif dan penguatan dalam penerimaan konsep penuaan. Penerapan terapi kognitif pada masalah depresi dan kecemasan diperoleh hasil perubahan respon emosional yang signifikan setelah pemberian terapi (Hayers, et al., 2007).

Hasil penelitian menunjukkan CBT sangat membantu orang lanjut usia dalam mengatasi masalah depresi dan kecemasan yang dirasakan oleh banyak lansia (Jenny, 2009). Laidlaw (2003) menguraikan bahwa

CBT untuk lansia memiliki sedikit berbeda dengan CBT untuk anak, remaja serta dewasa awal. Adapun perbedaannya adalah pada proses pendekatan antara terapi dengan lansia terutama dalam hal kecepatan memberikan terapi, karena lansia membutuhkan penyesuaian terlebih dahulu, namun tetap memberikan efek penurunan depresi lansia. Buku saku yang dibuat oleh Ceri (2009) menjelaskan bahwa CBT depresi tepat untuk lansia dengan dilakukan pelatihan bagi terapis dan lansia.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi Exsperimental pre post test without control group* dengan pemberian intervensi berupa TAK stimulasi persepsi harga diri rendah dan terapi kognitif perilaku pada lansia yang mengalami depresi.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di panti Lansia Aisyah Surakarta

Dalam pengumpulan data diperlukan adanya alat dan cara pengumpulan data yang baik sehingga data yang dikumpulkan merupakan data yang valid, reliabel dan aktual (Nursalam, 2003). Instrument dikatakan valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Sedangkan instrument yang reliabel adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2010). Dari uji perbandingan yang dilakukan terhadap beberapa alat ukur depresi maka GDS dan Zung Scale memiliki tingkat prediksi positif terbaik. GDS sangat tepat digunakan untuk melakukan skrining depresi pada lansia di komunitas (Montorio dan Izal, 1996 dalam (Surdana, 2011). GDS ada dua bentuk, yakni bentuk panjang yang terdiri dari 30 pernyataan dan bentuk pendek yang terdiri dari 15 pernyataan. Dari hasil uji yang dilakukan terhadap

GDS bentuk panjang dan pendek pada populasi lansia di nursing home ditemukan bahwa GDS bentuk pendek terdiri dari 15 pernyataan hasilnya lebih konsisten (Aikman dan Oehlert, 2000).

Geriatric Depression Scale memiliki format yang sederhana, dengan pertanyaan-pertanyaan dan respon yang mudah dibaca. Geriatric Depression Scale telah divalidasi pada berbagai populasi lanjut usia di Indonesia (Relawati, 2010).

Analisa univariat untuk mengetahui presentase dari kategori setiap responden yang diinterpretasikan ke dalam beberapa kategori mengenai data demografinya. Analisa bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2003). Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh TAK terhadap tingkat depresi dengan melihat pre test dan post test. Analisis ini menggunakan uji statistik Paired T-Tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Lansia yang mengalami depresi rata-rata berusia 69,1 tahun, berjenis kelamin wanita 58,9%; berpendidikan rendah 78,6%, status perkawinan menikah 71,4%, tidak bekerja 85,7, dan sakit 80,36%. Pengaruh TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah dan CBT terhadap depresi pada lansia harga diri rendah. Hasil uji statistik menunjukkan ada penurunan yang signifikan kondisi depresi ($p < 0,05$).

Hubungan Karakteristik lansia dengan Depresi.

Usia tidak memiliki hubungan dengan depresi pada lansia harga diri rendah karena depresi dapat terjadi pada semua umur dan dipengaruhi oleh faktor predisposisi yaitu faktor genetik, kerusakan organik, faktor presipitasi yaitu tentang biologis, psikologis, dan sosial serta faktor resiko (Stuart Laraia, 2007).

Jenis kelamin memiliki hubungan dengan depresi pada lansia harga diri

rendah dikarenakan perempuan lebih rentan untuk mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan lebih sensitif terhadap hormon yang menyebabkan stres saat mengalami kecemasan serta kurang mampu untuk beradaptasi terhadap tingkat stres yang lebih tinggi. Perbedaan antara tingkat depresi pada pria dan perempuan mencerminkan perilaku berdasarkan peran gender dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan memiliki hubungan terhadap depresi. Pendidikan memengaruhi kemampuan lansia dalam menyelesaikan masalah serta beradaptasi dengan semua perubahan yang dihadapi. Semakin tinggi tingkat pendidikan lansia maka semakin baik pula cara berpikirnya serta baik pula kemampuan lansia dalam merespon masalah ataupun stres.

Hal ini dapat diamati oleh lansia pada saat pelaksanaan TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah dan Terapi Kognitif Perilaku, sebagian besar lansia yang memiliki pendidikan mampu bercerita mengenai pengalaman tentang dirinya, cara menyelesaikan masalah serta saling membagi semangat dengan lansia lainnya.

Status perkawinan memiliki hubungan yang bermakna dengan depresi. Stressor lansia yang mengalami depresi adalah kehilangan pasangan, jauh dari anak dan kerabat ataupun putusnya hubungan dengan orang terdekat. Hubungan keluarga memiliki peranan yang kuat dalam hal kasih sayang, perhatian serta dukungan dalam menghadapi setiap masalah yang terjadi dengan bersama-sama mencari penyelesaian masalah.

Pekerjaan memiliki hubungan yang bermakna terhadap depresi pada lansia harga diri rendah. Lansia tidak bisa melakukan kegiatan yang menghasilkan uang untuk memenuhi kebutuhan hidup pribadinya, yang memengaruhi sumber koplingnya dalam mengatasi masalah yang ada pada diri lansia tersebut seperti kebutuhan akan kesehatan, kebutuhan akan rekreasi dan sebagainya. Penyakit fisik

penyerta memiliki hubungan yang bermakna terhadap depresi pada lansia harga diri rendah. Secara fisiologis penurunan fungsi fisik pada lansia dapat terjadi penurunan fungsi seperti penglihatan, pendengaran, gangguan pada sistem muskuloskeletal, kardiovaskuler dan

perkemahan, yang akan berdampak munculnya stressor pendukung terjadinya depresi karena lansia selalu memikirkan kondisi yang dialami terkait penyakit yang dideritanya walaupun penyakit ini merupakan hal yang wajar dialami oleh lansia.

Tabel 1. Analisis Penurunan Depresi Lansia pada Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum dan Sesudah dilakukan TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah dan Terapi Kognitif Perilaku (N=56)

Karakteristik Responden	Distribusi Frekuensi	
	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
1. Jenis kelamin		
Laki-laki	6	20,7
Perempuan	23	79,3
2. Usia		
60 tahun (lansia)	29	100
3. Riwayat kolesterol		
Riwayat kolesterol tinggi	29	100
4. Pola makan		
Tidak diet lemak jenuh	3	10,3
Diet lemak jenuh	26	89,7
5. Pola aktivitas fisik		
Olahraga	29	100
Jumlah	29	100

Sumber : Data Primer (2020)

Pengaruh TAK SP HDR dan CBT terhadap Depresi pada lansia harga diri rendah. Penurunan kondisi depresi pada lansia harga diri rendah setelah diberikan TAK Stimulasi Persepsi HDR dan CBT. Hasil penelitian ini setara dengan penelitian yang dilakukan oleh Peng, et al. (2009) penerapan CBT pada usia lanjut dapat menurunkan depresi. Gorenstein dan Papp (2007) menjelaskan bahwa CBT dapat menurunkan kecemasan.

Penelitian lain tentang penerapan terapi kognitif perilaku yang spesifik pada masalah depresi dan kecemasan diperoleh hasil perubahan respon emosional yaitu perubahan mood yang signifikan setelah pemberian terapi (Hayes, et al., 2007).

Penelitian sebelumnya menguraikan efek pemberian perawatan depresi bagi usia lanjut dengan CBT bahwa adanya perubahan yang signifikan terhadap

tingkat depresi dari depresi sedang menjadi tidak depresi yang ditandai dengan perasaan nyaman serta rileks.

Sedangkan Ayers, et al. (2011) menjelaskan hasil penelitiannya terapi CBT belum berhasil menurunkan compulsive pada geriatri dengan compulsive hoarding, sehingga perlu dipikirkan terapi yang lainnya. Laidlaw (2008) salah satu terapi untuk mengatasi masalah depresi pada lansia dengan terapi kognitif perilaku dengan pendekatan restrukturisasi kognitif dengan strategi A-B-C-D dengan membutuhkan waktu yang cukup lama, namun tetap memberikan efek penurunan tingkat depresi lansia. Terapi kognitif yang dilakukan oleh Prasetya (2010) tentang pengaruh Cognitive Therapy terhadap depresi dengan harga diri rendah mengalami penurunan yang bermakna.

Arjadi (2012) menyatakan terapi kognitif perilaku (CBT) untuk mengatasi depresi lansia melalui pemberian terapi dengan tiga orang lansia didapatkan penurunan depresi yang cukup baik dengan mampu mengenali depresi, memonitor perasaan, latihan relaksasi, memecahkan masalah, mengenali pikiran negatif dan restrukturisasi pikiran.

Berdasarkan hasil penelitian yang terkait terdapat kesamaan yaitu dalam hal pemberian terapi kognitif perilaku yang spesifik untuk usia lanjut dengan proses pendekatan restrukturisasi kognitif dan pendekatan proses dengan komunikasi terapeutik. Penelitian lansia di Indonesia terdapat kesamaan dengan hasil peneliti dalam hal karakteristik lansia di Indonesia yang tidak terlalu berbeda misalnya

budaya, sosial ekonomi serta pandangan hidup.

Penelitian yang dilakukan di China menunjukkan CBT dengan menggunakan budaya dapat memengaruhi keberhasilan dalam menurunkan depresi (Williams & Haarhoff, 2006).

Konsep dasar terapi kognitif perilaku yang diuraikan oleh (Laidlaw, 2003; Wilson, 2010) mengenai strategi dasar dalam restrukturisasi kognitif dengan A-B-C-D (antecedent, belief, consequences, dispute, evaluation). Bentuk pemikiran yang negatif akan memberikan sikap pesimis diri sehingga muncul perilaku yang cenderung menyalahkan diri sendiri (Pervin, 2010; Copel, 2007; Videbeck, 2008, Yosep, 2007).

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin, riwayat pendidikan, status perkawinan, pekerjaan dan penyakit fisik penyerta dengan depresi pada lansia harga diri rendah.

Kondisi depresi sesudah diberikan TAK stimulasi persepsi harga diri rendah dan Terapi Kognitif Perilaku mengalami perbaikan dari kondisi depresi ringan menjadi tidak depresi dan depresi sedang menjadi depresi ringan. Kombinasi TAK stimulasi persepsi harga diri rendah dan terapi kognitif lebih baik dibandingkan TAK stimulasi harga diri rendah saja.

SARAN

Keberhasilan dalam menurunkan depresi ini perlu didukung dengan program Pemerintah untuk menurunkan depresi pada lansia. Selain itu, diperlukan kerjasama puskesmas dan pihak pengelola panti dalam kegiatan yang memotivasi lansia untuk bersosialisasi dan menjaga kebersihan diri yang dilakukan oleh petugas sosial panti (DN, KN, TN).

DAFTAR PUSTAKA

- Ayers, C.R., Wetherell, J.L., Golshan, S., & Saxene, S. (2011). Cognitive behavioral therapy for geriatric compulsive hoarding, *Behavioral Research and Therapy*, 49 (10), 689-694.
- Arjadi, R. (2012). *Cognitive behaviour therapy depresi lansia* (Tesis, Program Pascasarjana Psikologi). Program Pascasarjana Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Boedhi, D.R. (2011). *Buku Ajar Geriatric (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia)* edisi ke – 4. Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Ceri, Evans (2009). *Handbook of behavioral and cognitive therapies with older adults*. *International Psychogeriatrics British journal of clinical Psychology*. Diperoleh dari [http://www. bpsjournals.co.uk](http://www.bpsjournals.co.uk)
- Copel, L.C. (2007). *Kesehatan Jiwa dan Psikiatri: pedoman klinis perawat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Depkes RI. (2008). *Riset kesehatan dasar 2007*. Jakarta: Balitbang Depkes RI.

- Gorenstein, E.E., & Papp, L.A. (2007). Cognitive-behavioral therapy for anxiety in the elderly. *Curr Psychiatry Rep*, 9 (1), 20-25. Doi:10.1007/S11920-007-0005-y
- Jenny, G.. (2009). CBT is helpful for older people; study. *Medical Sciences Trade Journal Australian*. Diperoleh dari <http://search.proquest.com/docview/195127755?accountid=17242>
- Laidlaw, K. Thompson, L.W., Gallegher Thompson, D.& Dick-Siskin, L. (2003) *Cognitive Behaviour Therapy with Older people*. Chrisshetr : Jhon Wilwy & Sons
- Maryam, et al. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta. Salemba Medika.
- Peng, X.D., Huang, C.Q., Chen, L.J., & Lu, Z.C. (2009). Cognitive behavioural therapy and reminiscence techniques for the treatment of depression in the elderly: A systematic review, *The Journal of International Medical Research*, 37(4), 975–982.
- Pervin, J. (2010). *Psikologi Kepribadian: Teori dan Penelitian*. Edisi sembilan. Jakarta. Kencana Media Grup.
- Polit, D.F, Beck, C.T & Hungler, B.P. (2006). *Essential of nursing research: Methods appraisal and utilization*. Six edition. Philadelphia: lippincott. William & Wilkins.
- Prasetya, A.S., Hamid A.Y., & Susanti, H. (2010). Pengaruh terapi kognitif dan senam latihan otak terhadap tingkat depresi dengan harga diri rendah pada klien lansia di Panti
- Tresna Wreda Bekti Yuswa Natar Lampung (Tesis, tidak dipublikasikan). Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Depok – Jawa Barat, Indonesia.
- Rebecca. (2010). *Solusi praktis mengenali, mengatasi, dan mengantisipasi depresi*. Jakarta: Gramedia
- Stuart, G.W, & Laraia M.T. (2007). *Principles and practice of psychiatric nursing (7th Ed.)* Philadelphia: Mosby. Inc.
- Suardiman, S.P. (2011). *Psikologi usia lanjut (Edisi pertama)*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Yosep, I. (2007). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.
- Videbeck, S.L. (2008). *Buku ajar keperawatan jiwa (diterjemahkan oleh Sheila L)*. Cetakan I. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Williams, M., & Haarhoff, B.A. (2006). Case study of an elderly chinese woman with generalised anxiety disorder. *New Zealand Journal of Psychology*, 35 (3), 153–162. Retrieved from <http://www.researchgate.net/publication/264707556>.