

PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP TINGKAT DEPRESI LANSIA DI KOMUNITAS

Erlina Hermawati¹, Iman Permana²

¹Mahasiswa Magister Keperawatan, Universitas Muhammadiyah
Yogyakarta

²Dosen Magister Keperawatan dan Fakultas Kedokteran dan
Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
email: arsyfakirana5@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Jumlah lansia di dunia semakin meningkat seiring bertambahnya waktu. Lansia telah mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun mental. Berbagai masalah kesehatan psikososial yang sering terjadi pada lansia adalah depresi. Salah satu psikoterapi yang bisa digunakan untuk mengatasi depresi adalah dengan terapi *reminiscence*. Terapi *reminiscence* merupakan terapi mengenang masa lalu yang menyenangkan pada masa anak-anak, remaja, dewasa, berkeluarga dan evaluasi integritas diri.

Tujuan: Untuk menganalisis pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi lansia.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experiment with two group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel dengan *cluster sampling* dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah responden kelompok intervensi 17 dan kelompok kontrol 15 yang diambil secara *total sampling*. Terapi *reminiscence* dilaksanakan sebanyak 5 sesi setiap hari Kamis dan Sabtu masing-masing sesi 60 menit. Tingkat depresi diukur dengan menggunakan GDS (*Geriatric Depression Scale*). Analisa bivariat dengan menggunakan analisa Wilcoxon dan Mann Whitney.

Hasil: Terdapat perbedaan skor depresi *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dengan nilai *p value* $0,000 < 0,05$. Tidak terdapat perbedaan skor depresi *pretest* dan *posttest* pada

kelompok kontrol dengan nilai *p value* $0,085 > 0,05$. Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik tingkat depresi *posttest* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai *p value* $0,00 < 0,05$.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi lansia, sehingga terapi *reminiscence* bisa direkomendasikan sebagai salah satu psikoterapi dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di komunitas.

Kata kunci: tingkat depresi lansia, terapi *reminiscence*

THE EFFECT OF REMINISCENCE THERAPY ON DEPRESSION LEVEL AMONG ELDERLY IN COMMUNITY

Erlina Hermawati¹, Iman Permana²

¹Master of Nursing Student, Universitas Muhammdiyah
Yogyakarta

²Lecturer of Master of Nursing and Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
email: arsyfakirana5@gmail.com

ABSTRACT

Background: *The number of elderly in the world are increasing with time. The elderly have experienced many changes both physically and mentally. Various psychosocial health problems that often occur in the elderly are depression. One of the psychotherapies that can be used to treat depression is reminiscence therapy. Reminiscence therapy is a therapy to remember a pleasant experience of of children, adolescents, adults, families and an evaluation of self integrity.*

Objective: *To analyze the effect of reminiscence therapy on depression level among elderly.*

Method: *This research was quantitative researched with a quasi experimental two group pretest-posttest design. Sampling techniques with sampling clusters used inclusion and exclusion criteria. The number of intervention group 17 respondents and control group 15 has taken total sampling. The reminiscence therapy was carried out as many as 5 sessions every Thursday and Saturday respectively 60 minutes. The depression level was measured with a GDS (Geriatric Depression Scale). Bivariate analysis was used Wilcoxon and Mann Whitney analyses.*

Result: *There was a difference of depression pretest scores and posttest on the intervention group with the p value $0,00 < 0,05$. There was no difference in the score of depression pre test and post*

*test in the control group with the p value $0,085 > 0,05$. There was a statistically significant difference in depression level in post-test in the intervention and control groups with a p value of $0.00 < 0.05$. **Conclusion:** There was a statistically significant influence of treatment reminiscence on depression level on elderly, so therapy reminiscence can be recommended as one of psychotherapy in lowering the depression level on elderly who lives in community.*

Keywords: depression level on elderly, reminiscence therapy

