

PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* (SESI 1) TERHADAP DEPRESI LANJUT USIA

Effect of Reminiscence Therapy (Session 1) Against Depression Elderly

Ni Ketut Ayu Mirayanti¹, I Nyoman Suastana², Dewa Putu Arnawa¹

¹STIKes Wira Medika PPNI Bali¹

²Puskesmas Abiansemaal²

ABSTRAK

Pendahuluan : Perubahan sistem tubuh pada lanjut usia akibat proses menua mengakibatkan lansia mengalami penurunan kemampuan aktivitas dan perubahan penampilan fisik yang tidak diinginkan, hal ini merupakan stressor yang dapat menimbulkan perasaan negatif, sehingga sangat beresiko terjadinya depresi. Terapi *reminiscence* efektif untuk menurunkan depresi karena pada terapi ini dapat meningkatkan harga diri melalui hubungan teraksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Terapi *Reminiscence* (sesi 1) terhadap depresi pada lanjut usia. **Metode** : penelitian praeksperimental dengan pendekatan *One - group Pre-post test Design*. Jumlah sampel 20 orang. Sampel diambil dengan cara *Purposive Sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan *Geriatric Depression Scale*. **Hasil** : penelitian rata-rata tingkat depresi pada lansia *pre test* 6.90 dan *post test* 3,70. Hasil uji *Paired t Test* didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$ menunjukkan ada pengaruh terapi *reminiscence* (sesi 1) terhadap depresi pada lanjut usia. Adanya pengaruh yang signifikan karena terapi *reminiscence* meningkatkan sosialisasi dan hubungan dengan orang lain, memberikan stimulasi kognitif, meningkatkan komunikasi dan dapat menjadi suatu terapi yang efektif untuk gejala depresi. **Diskusi** : agar terapi *reminiscence* dijadikan sebagai metode alternatif tindakan keperawatan yang dapat dilaksanakan di keperawatan gerontik guna membantu lansia dalam menurunkan depresi.

Kata Kunci : Terapi *Reminiscence*, Depresi, Lanjut Usia

ABSTRACT

Introduction : *Changes in body systems in the elderly due to the aging process results in the elderly decreased activity ability and physical appearance changes aren't desirable, it's a stressor that can cause negative feelings, so it's at risk of depression. Reminiscence therapy are effective for lowering levels in the treatment of depression because it can improve self-esteem through social interaction. This study aims to determine the effect of Reminiscence Therapy (session 1) of the depression in the elderly.* **Method** : *type of pre-experimental research approaches One-group pre-post test design. The total sample of 20 people. Samples taken by purposive sampling. Collection instruments using the Geriatric Depression Scale.* **Result** : *the average rate of depression in older pre-test and post-test 6.90 to 3.70. Paired t Test results obtained p value = 0,000 < α 0,05 showed no effect of reminiscence therapy (session 1) of the depression in the elderly. There is significant because reminiscence therapy improve socialization and relationships with others, provide cognitive stimulation, improved communication and may be an effective therapy for the symptoms of depression.* **Discussion** : *that reminiscence therapy is used as an alternative method of nursing actions that can be implemented in nursing gerontik to assist elderly people in the lower levels of depression.*

Keywords: *Reminiscence Therapy, Depression, Elderly*

Alamat Korespondensi : Jl. Kecak No.9A Gatot Subroto Timur

Email : mikenziede@yahoo.com
