

PENGARUH AROMATIC FOOTBATH HYDROTHERAPY TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DI GAMPING

Febby Fadilla¹, Rizqi Wahyu Hidayati²
Email: febbyfadilla365@gmail.com

INTISARI

Latar belakang: Depresi adalah gangguan mental yang sering dialami oleh lansia sebagai akibat dari perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada lansia, depresi dapat menurunkan kualitas hidup dan menimbulkan tekanan emosional. Salah satu upaya pengelolaan depresi pada lansia dengan *aromatic footbath hydrotherapy*.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *aromatic footbath hydrotherapy* terhadap tingkat depresi lansia di Gamping.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *quasy-experimen* dengan pendekatan *pre dan post-test control group design*. Sampel diambil melalui Purposive Sampling, dengan kriteria inklusi lansia yang berusia 60 tahun atau lebih, mampu berkomunikasi dengan baik, dan menunjukkan gejala depresi. Total responden yang dilibatkan adalah 60 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS-15). Analisis statistik dilakukan dengan Uji *Wilcoxon* dan Uji *Mann-Whitney*. Penelitian ini dilakukan setiap hari selama 3 minggu, dengan durasi 15 menit setiap terapi.

Hasil: Depresi pada lansia saat *pretest* pada kelompok intervensi memiliki nilai rata-rata sebesar 4,57 dengan standar deviasi 2,128 dan pada kelompok kontrol nilai rata-rata sebesar 2,90 dengan standar deviasi 1,647. Sedangkan saat *posttest*, nilai rata-rata kelompok intervensi turun menjadi 2,87 dengan standar deviasi 1,279 dan nilai rata-rata kelompok kontrol turun menjadi 2,60 dengan standar deviasi 1,354. *Aromatic footbath hydrotherapy* efektif untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh terapi *aromatic footbath hydrotherapy* dengan tingkat depresi pada lansia di Gamping.

Kata kunci: *Aromatic Footbath Hydrotherapy*, Lansia, Tingkat Depresi

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achamd Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achamd Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF AROMATIC FOOTBATH HYDROTHERAPY ON REDUCING DEPRESSION LEVELS IN THE ELDERLY IN GAMPING

Febby Fadilla¹, Rizqi Wahyu Hidayati²
Email: febbyfadilla365@gmail.com

ABSTRACT

Background: Depression is a mental disorder that is often experienced by the elderly as a result of physical, psychological, and social changes. In the elderly, depression can reduce quality of life and cause emotional distress. One of the efforts to manage depression in the elderly with aromatic footbath hydrotherapy.

Objective: This study aims to determine the effect of aromatic footbath hydrotherapy on elderly depression in Gamping.

Methods: This study used a quasy-experiment design with pre and post-test control group design. Samples were taken through Purposive Sampling. The total number of respondents was 60 people. The instrument used was the Geriatric Depression Scale (GDS-15) questionnaire. Statistical analysis was performed with Wilcoxon Test and Mann-Whitney Test. This study was conducted every day for 3 weeks, with a duration of 15 minutes per therapy.

Results: Depression in the elderly at pretest in the intervention group had an average value of 4.57 with a standard deviation of 2.128 and in the control group the average value was 2.90 with a standard deviation of 1.647. While during the posttest, the mean value of the intervention group dropped to 2.87 with a standard deviation of 1.279 and the mean value of the control group dropped to 2.60 with a standard deviation of 1.354. Aromatic footbath hydrotherapy is effective for reducing depression levels in the elderly with a significant value of 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an effect of aromatic footbath hydrotherapy therapy with depression levels in the elderly in Gamping.

Keywords: Aromatic Footbath Hydrotherapy, Elderly, Level of Depression

¹Students of the Nursing Study Program of Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta.

²Lecturer of the Nursing Study Program of Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta.