

PENGARUH TERAPI KOGNITIF TERHADAP DEPRESI PADA LANSIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA

Suhardi¹, Suharsono², Miftahu Darussalam³

INTISARI

Latar Belakang: Depresi adalah masalah yang umum mempengaruhi lansia seluruh dunia dan ditandai oleh penurunan mood, yang menyebabkan penurunan dalam nafsu makan, pola tidur dan fungsi secara keseluruhan. Salah satu metode yang digunakan untuk menurunkan tingkat depresi adalah terapi kognitif. Terapi kognitif akan membantu seseorang untuk berpikir positif yang dapat mempengaruhi mood menjadi lebih baik.

Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi kognitif terhadap depresi lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

Metode: Merupakan jenis penelitian *quasi eksperimental* dengan rancangan “*one-group-before-after*” (*Pre test-Post test Design*) dalam satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 16 lansia dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah terapi kognitif menggunakan instrumen GDS dan dianalisa dengan uji *wilcoxon signed rank test* dengan $\alpha = 0.05$.

Hasil: Analisa *wilcoxon signed rank test* menunjukkan signifikansi $p \text{ value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. Ini berarti ada pengaruh terapi kognitif terhadap depresi pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

Kesimpulan: Terjadi penurunan tingkat depresi pada lansia setelah diberi tarapi kognitif.

Kata kunci: Terapi kognitif, depresi, lansia

¹Mahasiswa IlmuKeperawatan STIKES JenderalAchmadYani

²Dosen keperawatan Poltekes Kemenkes Magelang

³Dosen Keperawatan STIKES Jenderal Achmad Yani

**THE INFLUENCE OF COGNITIVE THERAPY TOWARD DEPRESSION
ON ELDERLY PEOPLE AT NURSING HOME BUDHI DHARMA
YOGYAKARTA**

Suhardi¹, Suharsono², Miftahu Darussalam³

ABSTRACT

Background: Depression is a common problem influencing elderly people worldwide and is indicated by the decrease of mood which causes the decrease of appetite, sleeping pattern, and thorough functions. One of the methods used to decrease the depression level is cognitive therapy. Cognitive therapy will help someone to think positively influencing the mood to be better.

Objective: This research aims at finding out the Influence of cognitive therapy toward depression on elderly people at Nursing home Budhi Dharma Yogyakarta.

Method: The research type is quasi experimental research with the one-group-before-after design (Pretest-Posttest Design) in group without any control group. The samples in this research are 16 elderly people by using the purposive sampling technique. The data collecting is done before and after the cognitive therapy using GDS instrument and is analyzed by Wilcoxon Signed Rank Test with $\alpha = 0.05$.

Result: Wilcoxon Signed Rank Test Analysis shows the significance of $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. It means that there is an influence of cognitive therapy toward depression on elderly people at Nursing home Budhi Dharma Yogyakarta.

Conclusion: There is a decrease of depression level on the elderly people after being given the cognitive therapy.

Keywords: Cognitive therapy, depression, elderly people.

¹ A student of Nursing Science, STIKES Ahmad Yani Yogyakarta

² A lecturer of Nursing Study Program Poltekkes Kemenkes Magelang

³ A lecturer of Nursing Study Program STIKES Ahmad Yani Yogyakarta