

Efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar terhadap penurunan depresi pada lansia

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Abstract

Background: During their old age, an elderly person will experience a slow and gradual decline. Setbacks that occur can be physical and psychological setbacks. The bad impact is that he will be isolated, not developing, and the opportunity to actualize himself will be smaller. Nearly 15 percent of the population aged over 65 years are prone to depression.

Purpose: This study aims to test the effectiveness of logotherapy with the medium of drawing to find the meaning of life and reduce depression in the elderly at the Budi Pertiwi Wredha Nursing Home, Bandung.

Method: This study uses a single subject design method with an A-B-A design. The participants in this study were 2 elderly people who lived at the Budi Pertiwi Wredha Home, female, aged over 60 years and showed a level of depression obtained with a BDI-II score. The level of depression was obtained using the Indonesian language version of the BDI-II measuring instrument which has 21 valid items. an internal validity test was performed and all questions were positively correlated with depression scores (range $r = 0.344-0.845$; $p = 0.000-0.024$). The reliability test for all questions gives a Cronbach alpha value of 0.721.

Results: This study used 2 participants, female sex, aged over 65 years and showing symptoms of depression, living daily at the Wredha Home, and still able to communicate fluently.

Conclusion: logotherapy with the art of drawing is quite effective in reducing the level of depression in the elderly at the Budi Pertiwi Wredha Nursing Home, Bandung. Indicated by a decrease in the level of depression from a high level of depression to a moderate level of depression.

Keywords: Depresi; Geriatri; Logotherapy; Art Therapy; BDI-II.

Pendahuluan: Dalam menjalani masa tuanya seorang lansia akan mengalami kemunduran secara perlahan dan bertahap. Kemunduran yang terjadi bisa berupa kemunduran fisik dan psikologis. Dampak buruknya ia akan terisolir, tidak berkembang, dan kesempatan mengaktualisasikan dirinya semakin kecil. Hampir 15 persen dari jumlah penduduk berusia di atas 65 tahun rentan mengalami depresi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar untuk menemukan makna hidup dan menurunkan depresi pada lansia di Panti Wredha Budi Pertiwi Bandung.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *single subject design* dengan desain A-B-A. *Partisipan dalam penelitian ini adalah* 2 orang lansia yang tinggal di Panti Wredha Budi Pertiwi, berjenis kelamin perempuan, berusia di atas 60 tahun dan menunjukkan tingkat depresi yang diperoleh dengan skor BDI-II. Tingkat depresi diperoleh dengan menggunakan alat ukur BDI-II versi bahasa Indonesia yang memiliki 21 *item valid*. dilakukan uji validitas internal dan didapatkan semua butir pertanyaan berkorelasi positif dengan skor depresi (rentang $r = 0,344-0,845$; $p = 0,000- 0,024$). Uji reliabilitas untuk semua butir pertanyaan memberikan nilai alpha Cronbach sebesar 0,721.

Hasil: Penelitian ini menggunakan 2 orang partisipan, berjenis kelamin perempuan, berusia di atas 65 tahun dan menunjukkan gejala depresi, menetap sehari-hari di Panti Wredha, serta masih dapat diajak berkomunikasi dengan lancar.

Simpulan: logotherapy dengan media seni menggambar cukup effective menurunkan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Budi Pertiwi Bandung. Ditunjukkan dengan menurunnya tingkat depresi dari tingkat depresi tinggi ke tingkat depresi sedang.

Kata Kunci: Depresi; Lansia; Logo therapy; Art Therapy; BDI-II.

PENDAHULUAN

Dalam menjalani masa tuanya seorang lansia akan mengalami kemunduran secara perlahan dan bertahap. Kemunduran yang terjadi bisa berupa kemunduran fisik dan psikologis. Proses ini yang kemudian memaksa seorang lansia mengurangi bahkan menghentikan aktivitas rutinnnya. Dampak buruknya ia akan terisolir, tidak berkembang, dan kesempatan mengaktualisasikan dirinya semakin kecil. Hal ini kemudian mengakibatkan gangguan pada lansia.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusbaryanto dan Richi Narulita di tahun 2009 mendapatkan hasil bahwa depresi adalah salah satu gangguan yang sering terjadi pada lansia. Hampir 15% dari jumlah penduduk berusia di atas 65 tahun rentan mengalami depresi (Narulita, 2009).

Pada tahun 2015 WHO mendapatkan sejumlah data rata-rata prevalensi gangguan depresi yang terjadi pada lansia sejumlah 13,5%. Data tersebut membandingkan depresi berdasarkan jenis kelamin. Perbandingannya wanita sebanyak 14,1% sedangkan pria sebanyak 8,6% (World Health Organization, 2015).

Menurut Aryani, stress dengan pencetus yang dirasakan oleh lansia seperti pensiun, pasangan yang meninggal, sering sakit-sakitan, kedudukan sosial, penghasilan, dan rumah tinggal cukup berpengaruh terhadap perasaan aman dari lansia serta menjadi faktor penyebab depresi (Aryani, 2008).

Kaplan mengungkapkan sekitar 25% dari jumlah komunitas lansia serta penghuni rumah perawatan mengalami depresi (Kaplan, 1997). Mangoenpresodjo pada tahun 2004, mendapatkan data sebanyak 12 hingga 36% pasien rawat jalan usia lanjut mengalami depresi (Mangoenprasodjo, 2004).

Berdasarkan data riset kesehatan dasar pada tahun 2007 didapatkan bahwa depresi adalah diagnosis gangguan rawat jalan ketujuh tertinggi di Indonesia. Data tersebut mengungkapkan bahwa dari populasi yang didapatkan di Indonesia terdapat 11,6% lansia mengalami depresi (Departemen Kesehatan Republik Indonesia; 2007).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Stanley dan Beare pada tahun 2007 didapatkan 50 hingga 75%

penghuni rumah perawatan yang membutuhkan penanganan jangka panjang mengalami gejala depresi yang bergerak dari ringan hingga sedang. Disimpulkan bahwa depresi hampir menyerang 10 hingga 15% penghuni institusi yang berusia di atas 65 tahun. (Stanley & Beare, 2007).

Penelitian Harvina pada tahun 2014 dan Kalay pada tahun 2015, menunjukkan bahwa manusia yang tidak mempunyai maupun yang rendah taraf kebermaknaan hidupnya memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang mempunyai kebermaknaan dalam hidupnya. Dalam penelitian yang dilakukannya disimpulkan bahwa “Terdapat korelasi yang bermakna antara tingkat kebermaknaan hidup dengan depresi pada lansia” (Aritonang, Soewadi, & Wirasto. 2018).

Menurut Ivone R, dan rekan, gejala gangguan depresi itu terlihat dari tampilan yang murung, tak bergairah, Insomnia, sering gelisah, sulit konsentrasi pada setiap kegiatan sehari-hari, mudah tersinggung. Aktivitas yang tadinya disenangi semakin lama kemudian akan dihentikan (Ballo, Kaunang, Munayang, & Elim, 2012).

Lansia yang mengalami depresi terlihat kehilangan makna hidup, mereka merasa tidak berharga dan sudah tidak berdaya. Untuk itu perlu dilakukan penanganan dengan memberikan terapi yang dapat membuat mereka mampu mengaktualisasikan diri mereka dan menemukan makna dari kehidupan mereka. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk dapat menemukan makna hidup seorang lansia adalah dengan menggunakan logotherapy.

TINJAUAN PUSTAKA

Beck mendefinisikan depresi adalah suatu kondisi individu yang merasa begitu tertekan, hidupnya tidak berarti serta tidak memiliki harapan. Artinya, depresi juga merupakan kompleks gangguan yang meliputi gangguan afeksi (emosional), kognisi dan fisik (Somatis). Menurut Beck, salah satu faktor penyebab depresi adalah proses berfikir. Skema yang mengevaluasi diri sendiri secara negatif terus-menerus menguatkan seseorang tentang ketidakberartian dirinya (Davidson, Neale, & Kring,

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

2018).

Frankl menyatakan bahwa ketidakberartian diri merupakan bentuk kevakuman eksistensial. Hal ini terjadi ketika hasrat akan makna hidup tidak terpenuhi. Frankl menekankan bahwa kevakuman eksistensial bukanlah sebuah penyakit dalam pengertian klinis. Frankl menyimpulkan bahwa frustrasi eksistensi adalah sebuah penderitaan batin ketika pemenuhan akan hasrat untuk mempunyai hidup yang bermakna terhambat. Frankl menyatakan bahwa kevakuman eksistensial tersebut bermanifestasi dalam bentuk neurosis. Gejala-gejala yang ditimbulkan dari kevakuman eksistensial ini antara lain perasaan hampa, bosan, kehilangan inisiatif dan kekosongan dalam hidup (Frankl, 2004; Marshall, 2011).

Logoterapi adalah suatu jenis psikoterapi yang pertama kali dikembangkan oleh Viktor Frankl. Terapi ini dapat melihat individu secara holistik yang meliputi gambaran diri, kepercayaan diri, kemampuan individu dalam mengatasi stres dan menemukan makna hidup (Marshall, 2011).

Bastaman mengungkapkan, seorang lansia yang memiliki hidup yang bermakna adalah lansia yang dapat menerima dan bersikap positif terhadap keadaannya menjadi tua. Ia dapat menjalani masa tuanya dengan tenang, mandiri, hubungan dengan keluarga dan teman harmonis. Kesehatan terjaga, menjadi panutan keluarga dan lingkungannya, bersedia berbagi pengalaman-pengalamannya yang bermanfaat, memiliki harapan menjadi lebih baik dan berusaha memperbaiki diri. Hasratnya menjadi orang yang berguna dan memberikan manfaat pada lingkungan sekitarnya. Selalu berusaha meningkatkan iman dan ketakwaan kepada Tuhan (Bastaman, 2007).

Untuk menciptakan kebermanaknaan hidup dan kesejahteraan pada lansia, maka dirumuskan suatu kegiatan yang diberi nama "Pengembangan Pribadi Lansia Bermakna". Untuk mendapatkan tujuan tersebut, maka diajukan lima cara menemukan makna hidup pada lansia. Lima cara tersebut antara lain; pemahaman diri, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalaman catur nilai, dan ibadah.

Manusia memiliki kebebasan dalam upaya

menemukan makna hidup, yakni melalui karya-karya yang diciptakannya, hal-hal yang dialami dan dihayati, termasuk cinta kasih, atau dalam setiap sikap yang diambil terhadap keadaan dan penderitaan yang tidak mungkin terelakkan (Muhid, 2010).

Ketiga sumber makna hidup ini dikenal sebagai nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai bersikap. Bastaman menambahkan nilai pengharapan sebagai upaya untuk menemukan makna hidup (Bastaman, 2007).

Dalam menjangkau makna hidup sesuai dengan nilai-nilai kreatif yang dimiliki oleh partisipan maka digunakan media seni menggambar. Tema-tema gambar merupakan simbolisasi kondisi psikologis yang dialaminya. Perubahan-perubahan psikologis yang terjadi akan lebih mudah terlihat melalui media gambar tersebut (Purwandari, 2010).

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen *Single Subject Design* atau penelitian subjek tunggal, yaitu suatu metode yang bertujuan untuk memperoleh data yang diperlukan dengan melihat hasil ada tidaknya pengaruh atau perubahan yang terjadi dari suatu perlakuan yang diberikan kepada subjek yang diteliti secara berulang-ulang dalam waktu tertentu (Sunanto, Takeuchi & Nakata, 2005).

Adapun jenis eksperimen *Single Subject Design* yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *ABA Design*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah BDI-II, BDI-II merupakan alat tes yang digunakan untuk membantu mengungkapkan tingkat depresi seseorang.

Beck Depression Inventory (BDI) merupakan instrumen self administered yang dirancang untuk menilai intensitas depresi pada pasien psikiatri, di dalam komunitas maupun untuk penelitian klinik dengan nilai sensitivitas 83% dan spesifisitas 82%. Beck Depression Inventory terdiri dari 21 item pertanyaan yang diberi skala 0-3 dengan nilai maksimal 63 dan minimal 0.

Penelitian ini dilakukan uji validitas internal dan didapatkan semua butir pertanyaan berkorelasi positif

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar terhadap penurunan depresi pada lansia

dengan skor depresi (rentang $r = 0,344 - 0,845$; $p = 0,000 - 0,024$). Uji reliabilitas untuk semua butir pertanyaan

memberikan nilai alpha Cronbach sebesar 0,721.

HASIL

Penelitian ini menggunakan 2 orang partisipan, berjenis kelamin perempuan, berusia di atas 65 tahun dan menunjukkan gejala depresi, menetap sehari-hari di

Panti Wredha, serta masih dapat diajak berkomunikasi dengan lancar. Berdasarkan data yang diperoleh, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Score BDI-II

		Baseline Phase (A)			Treatment Phase (B)			After Treatment (A)		
Ket	Sesi	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Subjek 1	BDI-II	47	45	45	40	37	37	31	28	27
	Klasifikasi	DB	DB	DB	DB	DB	DB	DB	DM	DM
	Mean	45,66			38			28,66		
Subjek 2	BDI-II	35	32	32	31	29	28	25	24	22
	Klasifikasi	DB	DB	DB	DB	DB	DM	DM	DM	DM
	Mean	33			29,33			23,66		

Tabel 2. Kriteria Skala Depresi Menurut BDI- II (American Psychiatric Assosiasion, 2000)

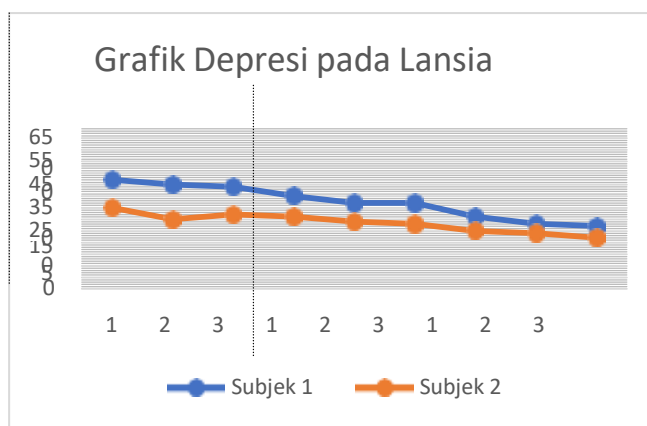
Skala Depresi BDI-II	
Rentang	Keterangan
0-9	Normal (N)
10-16	Depresi Ringan (DR)
17-29	Depresi Moderate (DM)
30-63	Depresi Berat (DB)

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Grafik 3.1. Grafik Depresi Pada Lansia

PEMBAHASAN

Berdasarkan data logo terapi yang dilakukan oleh partisipan, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan symptom depresi. Hal ini ditunjukkan dari hasil skor BDI-II dimana hampir pada setiap phase terjadi penurunan pada kedua partisipan dari tingkat depresi berat menjadi tingkat depresi moderat. Disamping itu kedua partisipan mulai menunjukkan perubahan sikap terhadap lingkungan.

Kedua subjek yang pada awalnya memandang diri mereka negatif, merasa tidak berguna karena sudah tidak mampu lagi melakukan aktifitas yang biasa dilakukan karena keterbatasan fisik maupun penyakit yang dialami mulai mengalami perubahan. Hal ini menunjukkan proses logo terapi selama enam sesi perlahan dapat memberikan dampak bagi symptom depresi yaitu kognitif, afektif, dan somatis.

Melalui proses pemahaman diri, partisipan mengenali kekuatan dan kelemahan dalam dirinya. Individu yang mengalami depresi lebih memfokuskan diri pada penilaian diri negatif (Beck & Alford, 2009).

Perubahan penilaian ini terjadi sebagai manifestasi dari pemaknaan diri yang berubah, mereka mulai menerima dirinya dan berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya, serta memiliki harapan dan tujuan hidup.

Awalnya lansia merasa diri tidak bermakna karena proses penuaan yang dialami. Penuaan yang dialami menyebabkan penurunan kondisi fisik, psikologis yang mempengaruhi lansia dalam beraktivitas sehari-hari. Setelah terbentuknya harapan dan tujuan hidup seorang lansia akan menemukan makna dari hidupnya dan akan berguna bagi diri dan lingkungannya.

Hal ini sejalan dengan pandangan logotherapy yang menyatakan "Melalui logotherapy ini lansia akan mampu menciptakan dan membangkitkan pengalaman yang membawa lansia keluar dari kondisi tidak baik yang dirasakan nya terutama karena proses menua" (Frankl, 2004).

Penilaian negatif yang ditunjukkan oleh kedua partisipan dalam hal ini ditandai oleh symptom emosional yang dialami. Symptom emosional itu seperti perubahan mood, mudah marah kepada penghuni lain meskipun hanya masalah sepele. Lebih memilih untuk berada di dalam kamar dan mengurung diri.

Dalam penelitiannya Beck menyebutkan symptom emosional ditandai sebagai manifestasi emosi yang meliputi penurunan mood, pandangan negative tentang diri sendiri, tidak lagi merasakan kepuasan, menangis, hilangnya respon yang menggembirakan. Pandangan negatif ini pun dimanifestasikan ke dalam symptom fisik yang ditampilkan oleh kedua partisipan. Symptom fisik

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar terhadap penurunan depresi pada lansia

yang dimaksudkan oleh Beck meliputi: hilangnya nafsu makan, gangguan tidur, mudah lelah dan hilang libido.

Salah satu cara untuk mendapatkan sumber makna hidup adalah dengan pendalaman terhadap catur nilai. Pendalaman catur nilai yang pertama adalah perwujudan nilai kreatif.

Untuk menjaring pendalaman catur nilai yang pertama ini menggunakan art teknik dengan media seni menggambar. Dengan melakukan teknik ini maka diharapkan ada nilai kreatifitas yang terjaring secara visual.

Kemudian nilai kreatifitas tersebut diukur berdasarkan tingkatan nilai kreatifitas. Menurut Calvin Taylor terdapat beberapa tingkatan kreatifitas seseorang. Kedua partisipan menunjukkan perubahan derajat kreatifitas dari tingkat kreatifitas produktif menjadi tingkat Inovatif, dimana mereka mampu memberikan hubungan serta menceritakan mengenai karya yang mereka buat. Penghayatan nilai yang dialami merupakan proses pemaknaan diri serta menghayati masih ada potensi diri yang dapat dimanfaatkan untuk lingkungan.

Pada pendalaman catur nilai kedua yaitu pendalaman nilai-nilai penghayatan, partisipan memilih untuk melakukan aktifitas yang bermanfaat untuk penghuni lain.

Pada pendalaman catur nilai ketiga yaitu nilai bersikap. Kedua partisipan menunjukkan perubahan dimana awalnya mereka lebih banyak mengurung diri di dalam ruangan kamar, namun kemudian berusaha untuk berubah dengan bimbingan terapi.

Pada pendalaman catur nilai yang terakhir yaitu nilai pengharapan, individu dapat mengungkapkan harapan-harapan di masa yang akan datang mengenai kehidupannya. Harapan ini merupakan bagian dari pencapaian tujuan hidup. Tujuan hidup tidak dapat dipisahkan dari makna hidup. Secara disadari, partisipan berproses untuk mencari makna hidupnya, sesuai dengan prinsip *will to meaning* (hasrat untuk hidup bermakna) yaitu individu termotivasi untuk mencari makna dan memberikan makna pada hidupnya (Bastaman, 2007).

Pendalaman nilai ibadah tidak dapat dipisahkan dari dimensi spiritual yaitu hubungan individu dengan Tuhan.

Spiritualitas menjadi salah satu faktor penting dalam meraih hidup yang bermakna. Manusia merupakan kesatuan utuh dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual (bio-psikososiokultural- spiritual) mengingat manusia senantiasa hidup dalam suatu lingkungan sosial budaya tertentu (keluarga, lingkungan, pendidikan, masyarakat) yang juga berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian (Baihaqi, 2008; Bastaman, 2007).

Cara meraih makna hidup salah satunya dengan mengalami transendensi diri, dimana individu memiliki kemampuan untuk melupakan dirinya dengan berserah diri dan mengabdikan pada sebuah tujuan. Sebuah upaya perwujudan diri yang diperoleh sebagai efek samping dari upaya diri memahami makna kehidupan (Frankl, 2004).

Dalam konteks studi ini, partisipan dapat merasakan bahwa masalah yang dialaminya membuatnya menjadi lebih dekat kepada Tuhan. Sumber penolong utama yang bisa diandalkan hanyalah Tuhan, sehingga dari sanalah muncul arti bahwa mereka berharga dan bermakna.

Kedua partisipan mulai dapat berbaur dan masuk ke aktifitas yang diadakan di panti seperti mengikuti kegiatan pengajian dan shalat berjamaah di mushala panti.

Hasil penelitian dari Astuti menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara penghayatan makna sholat dan kebermaknaan hidup yang meliputi penyerahan diri, kepatuhan, dan ketundukan kepada Allah. Saat beribadah, sistem saraf individu menjadi lebih rileks dan detak jantung menjadi lebih lambat (Astuti, 2013).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti mencoba membahas secara keseluruhan hasil yang diperoleh selama proses penelitian. Kedua partisipan mengalami perubahan makna hidup yang ditunjukkan dengan perubahan symptom depresi.

Kedua partisipan yang awalnya memiliki makna hidup sebagai orang yang tidak berguna, lebih banyak mengurung diri di kamar, enggan bergaul dan berinteraksi dengan penghuni panti lain, berubah menjadi pribadi yang memiliki makna dan bersedia bergaul dengan sesama penghuni panti lainnya.

Mereka mulai menunjukkan tindakan positif dengan

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar terhadap penurunan depresi pada lansia

berbagi pengalaman serta barang yang dapat bermanfaat bagi lingkungan. Disamping itu mereka juga menunjukkan symptom fisik yang mengarah menjadi individu yang lebih sehat.

Proses perubahan yang terjadi adalah penilaian negatif yang dihayati menjadi diri yang lebih bermakna dengan menggunakan potensi dan keunggulan yang dimiliki oleh diri mereka sendiri.

Sikap partisipan dalam mengatasi rasa ketidakberdayaan yaitu dengan melakukan kegiatan bermanfaat bagi dirinya dan orang lain. Kegiatan tersebut dapat membuatnya menjadi lebih kuat dan bermakna. Mereka bersedia melakukan dan mengambil keputusan apa yang menurut mereka baik. Individu tidak lagi merasa bingung dalam mengambil keputusan dan menentukan sikap yang terbaik bagi dirinya.

Kok, Goh, dan Gan dalam penelitiannya menyebutkan bahwa memberikan kontribusi bagi masyarakat dan bagi orang lain merupakan salah satu sumber makna hidup terbesar. Hal ini akan menimbulkan kegembiraan pada diri sehingga dapat menurunkan level kesedihan yang dialami, karena ia dapat melakukan hal yang bermanfaat.

Kedua subjek bersedia mengikuti aktifitas ibadah secara bersama dengan rekan lain seperti shalat berjamaah dan mengaji bersama.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka didapatkan skor depresi mengalami penurunan dari tingkat depresi tinggi ke tingkat depresi sedang. Hal ini sesuai dengan studi sebelumnya yang menyatakan bahwa logoterapi dapat menurunkan depresi serta untuk menemukan kembali makna hidup (Cho, Bernstein, Roh, & Chen, 2013).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan, maka simpulan dari penelitian ini adalah logoterapi dengan media seni menggambar cukup efektif dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia di panti wredha Budi Pertiwi Bandung. Tingkat depresi berkurang dari Tingkat depresi tinggi menjadi tingkat depresi sedang.

SARAN

Bagi subjek penelitian, perlu mengaplikasikan apa yang sudah dipelajari pada seluruh sesi logoterapi pada kehidupannya sehari-hari.

Bagi peneliti selanjutnya, untuk melakukan studi populasi dengan sampel yang lebih banyak, untuk mendapatkan gambaran yang lebih kaya seperti mengaitkan dengan karakteristik subjek ataupun data demografi nya. Dan disarankan untuk lebih menggali pemahaman mengenai makna hidup yang dirasakan oleh partisipan sehingga pemaknaan diri dari setiap partisipan dapat lebih terlihat. Dapat dilakukan penelitian lanjutan pada rentang usia lain selain pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aritonang, J. M. P., Soewadi, S., & Wirasto, R. T. (2018). Korelasi Tingkat Kebermaknaan Hidup Dengan Depresi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Padukuhan Soro Padan, Sleman, Yogyakarta. *Berkala Ilmiah Kedokteran Duta Wacana*, 3(1), 25.
- Aryani, A. (2008). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Depresi Pada Lansia Di Desa Mandong Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten, Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Astuti, D. Y. (2013). Hubungan penghayatan makna sholat dan kebermaknaan hidup pada siswa MAN Tempel Sleman Yogyakarta. (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Baihaqi, Z. (2008). Persepsi Nasabah Terhadap Peranan Asuransi Takaful Cabang Banjarmasin.
- Ballo, I. R., Kaunang, T. M., Munayang, H., & Elim, C. (2012). Profil lanjut usia dengan depresi yang tinggal di balai penyantunan lanjut usia senja cerah manado. *Jurnal Biomedik: JBM*, 4(1).
- Bastaman, H. D. (2007). Logoterapi : Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id

Efektifitas logoterapi dengan media seni menggambar terhadap penurunan depresi pada lansia

Bermakna. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment*. University of Pennsylvania Press.

Cho, S., Bernstein, K. S., Roh, S., & Chen, D. C. (2013). Logo-autobiography and its effectiveness on depressed Korean immigrant women. *Journal of Transcultural Nursing*, 24(1), 33-42.

Davidson, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2018). *"Psikologi Abnormal Edisi ke-9"*. Rajawali Pers, Raja Grafindo Persada.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2007). Riset kesehatan dasar. *Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.

Frankl, V. E. (2004). Mencari Makna Hidup: Mans Search For Meaning. *Bandung: Penerbit Nuansa*.

Kaplan, K. (1997). Synopsis of Psychiatry, jilid 2, alih bahasa Widjaja Kusuma. Jakarta: Binarupa Aksara, hlm. 435–441, 877, 887–889.

Mangoenprasodjo, A. S. (2004). Sehat di Usia Tua. *Thinkfresh*. Yogyakarta.

Marshall, M. (2011). Prism of meaning: Guide to the fundamental principles of Viktor E. Frankl's

logotherapy. *2nd Online Reprint*.

Muhid, A. (2010). Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. [http://haqie.wordpress.com/2007/08/24/Logoterapi Pencarian Makna Hidup sebagai Sebuah Terapi Neurosis Psikoterapi](http://haqie.wordpress.com/2007/08/24/Logoterapi-Pencarian-Makna-Hidup-sebagai-Sebuah-Terapi-Neurosis-Psikoterapi).

Narulita, R. (2009). Perbedaan Tingkat Depresi antara Lansia yang Memiliki Keluarga dengan Lansia yang Tidak Memiliki Keluarga. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 9(2 (s)), 101-107.

Purwandari, F. (2010). Perbedaan tekanan darah tenaga kerja sebelum dan sesudah terpapar bising di bagian tenun departemen weaving shuttle loom PT. Daya Manunggal Salatiga.

Stanley, M., & Beare, P. G. (2007). Buku Ajar Keperawatan Gerontik ed. 2, alih bahasa Juniarti dan Kurnianingsih. Jakarta: EGC, hlm. 43, 166–170, 367, 368.

Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). Pengantar penelitian dengan subjek tunggal. *CRICED University of Tsukuba*, 1-150.

World Health Organization. (2005). WHO multi-country study on women's health and domestic violence against women: Summary report of initial results on prevalence, health outcome and women's responses. Geneva: World Health Organization.

Nur Rakhmanto Heryana^{1*}, Umar Yusuf², Suhana²

¹Universitas Bhakti Kencana

²Universitas Islam Bandung

Korespondensi Penulis: Nur Rakhmanto Heryana. *Email: nur.rakhmanto@bku.ac.id