

REMINISCENCE THERAPY TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS

Ni Ketut Chandra Febriyanti¹, I Gusti Ayu Harini², I Nengah Sumirta³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar
Denpasar, Bali, Indonesia

e-mail: cfebriyanti67@gmail.com¹, iga.harini@gmail.com², mirtakumara@gmail.com³

Abstract: *The Effect Of Reminiscence Therapy On Decreasing Levels Of Depression On Diabetes Mellitus Patients At Gianyar I Primary Health Center On 2019. The purpose of this study was to measure the level of depression before and after the treatment of reminiscence therapy and to analyze the impact of reminiscence therapy to depression on diabetes mellitus patients at Gianyar I Primary Health Center on 2019. The design of this study was pre experimental with one-group pre-post test design. The sample was taken by purposive sampling method with the number of 14 people. This research instrument uses Beck Depression Inventory II (BDI-II). The results showed that 14 subjects of depression before treatment were given most of them in the category of moderate depression as many as 9 people (64.30%) and after being treated mostly in the category of mild depression as many as 8 people (57,10%). Hypothesis test is done by using wilcoxon statistic with p value 0,001 ($\alpha = 0,05$) can be interpreted there is significant influence of reminiscence therapy on decreasing levels of depression on diabetes mellitus patients at Gianyar I Primary Health Center on 2019, the conclusions of research is reminiscence therapy can decrease the level of depression in patients with diabetes mellitus.*

Keywords : *Reminiscence therapy, Depression, Diabetes mellitus*

Abstrak: *Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Di Upt Kemas Gianyar I Tahun 2019. Tujuan penelitian ini adalah mengukur tingkat depresi sebelum dan setelah diberikan reminiscence therapy serta menganalisis pengaruh reminiscence therapy terhadap penurunan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di UPT Kemas Gianyar I tahun 2019. Desain penelitian ini adalah pre experimental dengan rancangan one-group pre-post test design. Sampel diambil dengan metode purposive sampling dengan jumlah sebanyak 14 orang. Instrumen penelitian ini menggunakan Beck Depression Inventory II (BDI-II). Hasil penelitian menunjukkan dari 14 subjek penelitian tingkat depresi sebelum diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi sedang sebanyak 9 orang (64,30%) dan setelah diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi ringan sebanyak 8 orang (57,10%). Uji Hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik wilcoxon dengan nilai p value 0,001 ($\alpha=0,05$) dapat diartikan ada pengaruh yang signifikan reminiscence therapy terhadap penurunan tingkat depresi depresi pada pasien diabetes melitus di UPT Kemas Gianyar I tahun 2019, bahwa reminiscence therapy dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus.*

Kata kunci : *Reminiscence Therapy, Depresi, Diabetes melitus*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan penyakit serius kronis yang terjadi baik ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah, atau glukosa) sehingga kadar glukosa darah menjadi tidak stabil dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani dengan manajemen perawatan diri yang baik (1). Menurut hasil Riskesdas prevalensi Diabetes Melitus berdasarkan pengukuran gula darah di Indonesia mengalami peningkatan dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018 (2). Menurut catatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2018) pada tahun 2016 jumlah kunjungan pasien diabetes melitus sebanyak 12.553 orang sedangkan pada tahun 2017 jumlah kunjungan pasien diabetes mengalami peningkatan menjadi 16.254 orang. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar (2018) mencatat jumlah pasien penyakit diabetes melitus pada tahun 2016 sebanyak 5.656 orang dan pada tahun 2017 sebanyak 8.990 orang serta pada tahun 2018 sebanyak 26.782 orang.

Pasien diabetes melitus selain mengalami gangguan secara fisik juga berisiko mengalami gangguan psikologis seperti depresi. Tingkat prevalensi depresi pada pasien diabetes melitus tiga kali lebih tinggi daripada depresi yang dialami oleh pasien yang tidak menderita diabetes melitus. Sering kali pasien diabetes melitus mengalami depresi akibatnya manajemen perawatan diri pasien diabetes melitus menjadi tidak efektif (3). Hasil penelitian Mustika, Candra, dan Yunianti tahun 2016 terkait identifikasi tingkat depresi pada pasien diabetes melitus menemukan bahwa sebanyak 73,2% pasien diabetes melitus mengalami depresi (4).

Mengatasi dampak dari depresi pada pasien diabetes melitus diperlukan upaya manajemen stress pada pasien diabetes melitus. Salah satunya dapat dilakukan dengan *reminiscence therapy*. Pemberian intervensi yang berhubungan dengan penanganan masalah psikologi pada pasien diabetes melitus akan memberikan kontribusi yang besar terhadap manajemen perawatan diri pasien (5). Menurut Setyoadi & Kushariyadi tahun 2011 *reminiscence therapy* adalah terapi untuk mengaktifkan ingatan jangka panjang dimana akan terjadi mekanisme recall tentang kejadian pada kehidupan masa lalu hingga sekarang (6). Menurut penelitian Setyowati tahun 2018 dengan subjek penelitian sebanyak 21 orang dengan gejala depresi dimana diketahui 12 orang diantaranya memiliki riwayat penyakit kronis yaitu diabetes melitus lalu diberikan *reminiscence therapy*. Hasil penelitian didapatkan $p = 0,000 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan *reminiscence therapy* terhadap depresi pada pasien dengan diabetes melitus (7).

Priyoto tahun 2015 mengemukakan faktor risiko diabetes melitus yaitu riwayat keluarga menderita diabetes, obesitas, usia, aktivitas fisik yang kurang, merokok, riwayat diabetes gestational atau melahirkan bayi dengan berat lahir > 4 kg, hipertensi, kadar kolesterol jahat tinggi (8). *International Diabetes Federation* (IDF) menyatakan tanda umum yang dialami yaitu sering buang air kecil, haus yang berlebihan, kelaparan meningkat, berat badan menurun, kelelahan, kurangnya minat dan konsentrasi, sebuah sensasi kesemutan atau mati rasa di tangan atau kaki, penglihatan kabur, sering infeksi, lambat penyembuhan luka. Komplikasi pada penyakit diabetes melitus yaitu penyakit kardiovaskuler, saraf, mata, ginjal dan komplikasi kehamilan (9).

Pasien diabetes melitus mengalami berbagai perubahan dalam hidupnya, mulai dari pengaturan pola makan, olahraga, dan kontrol gula darah yang harus dilakukan sepanjang hidupnya. Perubahan dalam hidup yang mendadak tersebut membuat pasien diabetes melitus menunjukkan beberapa reaksi psikologis yang negatif diantaranya adalah marah, merasa tidak berguna, kecemasan yang meningkat, dan depresi (5). Penelitian Adicondro tahun 2017 menemukan salah satu cara untuk mengatasi depresi adalah dengan *reminiscence therapy* (14).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat depresi sebelum dan sesudah diberikan *reminiscence therapy* serta menganalisis pengaruh *reminiscence therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes melitus.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre experimental* dengan jenis penelitian *One-group pre-post test design*. Dalam rancangan ini peneliti melakukan observasi/pengukuran terhadap kelompok subjek penelitian sebelum dilakukan intervensi; kemudian diobservasi /diukur kembali setelah diberikan intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien diabetes melitus di UPT Kesmas Gianyar I yang berjumlah 14 orang. Peneliti mengambil 14 sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pedoman wawancara dan observasi tentang depresi pada pasien diabetes melitus menggunakan Back Depression Inventory II (BDI-II) yang terdiri dari 21 item pertanyaan. Peneliti mengidentifikasi responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kemudian menjelaskan tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian kepada calon responden dan memberikan lembar

persetujuan (*inform consent*) sebagai responden penelitian.

Sebelum diberikan perlakuan, peneliti melakukan pengukuran depresi pada pasien diabetes melitus dengan menggunakan kuisioner sebelum diberikan *reminiscence therapy*. Setelah itu diberikan *reminiscence therapy* dengan 7 kali pertemuan yang dilakukan seminggu 2 kali dengan durasi waktu 30 menit setiap pertemuan. Peneliti kemudian melakukan pengukuran kembali tingkat depresi pada pasien diabetes melitus menggunakan Back Depression Inventory II (BDI-II) setelah diberikan *reminiscence therapy*. Setelah data terkumpul maka data dideskripsikan dan diberikan skor sesuai dengan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan *reminiscence therapy*. Selanjutnya ditabulasikan, data dimasukkan dalam tabel frekuensi distribusi dan diinterpretasikan. Untuk menganalisis perbedaan pretest dan posttest pada responden perlakuan digunakan uji statistik non parametrik menggunakan uji wilcoxon dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum hasil penelitian disajikan, akan disajikan terlebih dahulu karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan status perkawinan pada tabel 1,2,3,4, dan 5 :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Usia (Tahun)	F	%
20-30	0	0
31-59	10	71,40
≥ 60	4	28,60
Total	14	100

Tabel 1 menunjukkan responden berusia 31-59 tahun yaitu 10 orang (71,40%), ≥60

yaitu 4 orang (28,60%), serta tidak ada yang berusia 20-30 tahun.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Jenis Kelamin	F	%
Laki – laki	6	42,90
Perempuan	8	57,10
Total	14	100

Tabel 2 menunjukkan responden berjenis kelamin perempuan yaitu 8 orang (57,10%), laki-laki yaitu 6 orang (42,90%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Pendidikan di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Pendidikan	F	%
Tidak sekolah	1	7,10
Pendidikan dasar	7	50,00
Pendidikan menengah	3	21,40
Pendidikan tinggi	3	21,40
Total	14	100

Tabel 3 menunjukkan responden tidak sekolah yaitu 1 orang (7,10%), berpendidikan dasar yaitu 7 orang (50,00%), berpendidikan menengah yaitu 3 orang (21,40%), dan berpendidikan tinggi yaitu 3 orang (21,40%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Pekerjaan	F	%
Tidak Bekerja	9	64,30
Bekerja	5	35,70
Total	14	100

Tabel 4 menunjukkan responden tidak bekerja yaitu 9 orang (64,30%), dan yang bekerja yaitu 5 orang (35,70%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Status Perkawinan di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Status Perkawinan	F	%
Kawin	8	57,10
Janda/Duda	6	42,90
Total	14	100

Tabel 5 menunjukkan responden memiliki status perkawinan kawin yaitu 8 orang (57,10%), janda / duda yaitu 6 orang (42,90%), serta tidak ada yang memiliki status perkawinan tidak kawin.

Hasil penelitian meliputi distribusi frekuensi depresi pada pasien diabetes melitus sebelum perlakuan, distribusi frekuensi depresi pada pasien diabetes melitus sesudah perlakuan dan hasil uji hipotesis pengaruh *reminiscence therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus disajikan pada tabel 6,7, dan 8 :

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Depresi pada Pasien Diabetes Melitus Sebelum Diberikan *Reminiscence Therapy* di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Depresi	F	%
Tidak ada gejala depresi	0	0
Depresi ringan	5	35,70
Depresi sedang	9	64,30
Depresi berat	0	0
Total	14	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa responden yang mengalami ringan yaitu 5 orang (35,70%), depresi sedang yaitu 9 orang (64,30%) serta tidak ada yang mengalami depresi berat dan normal. Hasil penelitian yang didapat sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mujabi tahun 2017 dengan subjek penelitian sebanyak 55 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian yaitu 29 orang (53,00 %) mengalami

depresi sedang (11). Hasil penelitian ini didukung oleh teori . Larijani *et al.*, tahun 2014 mengemukakan gangguan depresi utama dikaitkan dengan usia, jenis kelamin, dan glukosa darah yang tidak terkontrol (10). Lubis tahun 2016 mengemukakan bahwa pasien yang terdiagnosis penyakit kronis seperti diabetes yang sulit disembuhkan maka pasien akan merasa terkejut kemudian cemas berlebihan, hilangnya kepercayaan diri dan penghargaan diri (*self-esteem*) hingga mengakibatkan depresi (13).

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Depresi pada Pasien Diabetes Melitus Setelah di Diberikan *Reminiscence Therapy* di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Depresi	F	%
Tidak ada gejala depresi	0	0
Depresi ringan	5	35,70
Depresi sedang	9	64,30
Depresi berat	0	0
Total	14	100

Tabel 7 menunjukkan pasien diabetes mellitus setelah diberikan *reminiscence therapy* mengalami tingkat depresi normal yaitu 4 orang (28,60%), depresi ringan yaitu 8 orang (57,10%), depresi sedang 2 orang (14,30%), serta tidak ada yang mengalami depresi berat. Hasil penelitian yang didapat sesuai dengan penelitian

yang dilakukan Setyowati tahun 2018 bahwa *reminiscence therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus (7). Penelitian lainnya yang sesuai adalah hasil penelitian Adicondro tahun 2017 menyatakan bahwa *reminiscence therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien dengan penyakit kronis seperti diabetes mellitus (14). Hasil penelitian ini didukung oleh teori Oieru, Popa and Vlad tahun 2014 mengemukakan bahwa pemberian intervensi yang berhubungan dengan penanganan masalah psikologi pada pasien diabetes melitus akan memberikan kontribusi yang besar terhadap manajemen perawatan diri pasien (5).

Manurung tahun 2016 mengemukakan bahwa *reminiscence therapy* efektif dalam mengatasi depresi, kemarahan, perasaan tersinggung, dan terutama ketika timbul gejala karena lingkungan yang tidak adil, dengan membantu pasien memulihkan perasaan ketidakberdayaan dan keputusan serta meningkatkan kemampuan sosial pasien dengan orang lain, pasien mulai sadar terhadap hak pasien untuk relaks, dan bisa meluangkan waktu untuk diri pasien sehingga dapat manajemen perawatan diri pasien (15).

Tabel 8 Hasil Uji Hipotesis Pengaruh *Reminiscence Therapy* Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus di UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019

Tingkat Depresi Sebelum	Tingkat Depresi Setelah								Jumlah	<i>p</i>	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat				
	F	%	f	%	F	%	f	%	f		%
Normal											0,001
Ringan	4	28,60	1	7,10					5	35,70	
Sedang			7	50,00	2	14,30			9	64,30	
Berat											
Jumlah	4	28,60	8	57,10	2	14,30			14	100	

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan ($p = 0,001$) *reminiscence therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di UPT Kesmas Gianyar I tahun 2019. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Setyowati tahun 2018 dengan subjek penelitian sebanyak 21 orang dengan gejala depresi dimana diketahui 12 orang diantaranya memiliki riwayat penyakit kronis yaitu diabetes melitus lalu diberikan *reminiscence therapy* (7). Hasil penelitian didapatkan $p = 0,000 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan *reminiscence therapy* terhadap depresi pada pasien dengan diabetes melitus. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Adicondro tahun 2017 dengan subjek penelitian sebanyak 20 orang disertai gejala depresi. Hasil penelitian didapatkan $p = 0,007 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan *reminiscence therapy* terhadap depresi pada pasien yang mengalami riwayat diabetes melitus. Tingkat depresi pada subjek mengalami penurunan setelah diberikan intervensi terapi kelompok *Reminiscence* dibandingkan sebelum diberikan intervensi (14). Hasil penelitian ini didukung oleh teori Lubis tahun 2016 mengemukakan selain kondisi psikologis pasien yang berbeda dapat disebabkan karena faktor-faktor yang memengaruhi depresi seperti faktor usia, dan gaya hidup (13). *Reminiscence therapy* merupakan proses mengingat kembali kejadian dan pengalaman masa lalu yang dapat meningkatkan harga diri, membantu individu memahami diri, meningkatkan kualitas hidup serta meningkatkan sosialisasi dan hubungan dengan orang lain (3).

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa hasil identifikasi Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan *reminiscence therapy* sebagian besar dalam kategori depresi sedang yaitu

sebanyak 9 orang (64,30 %). Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus setelah diberikan *reminiscence therapy* sebagian besar dalam kategori depresi ringan yaitu sebanyak 8 orang (57,10 %). Berdasarkan hasil statistik dengan menggunakan uji wilcoxon dapat diketahui bahwa Ada pengaruh yang signifikan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) *reminiscence therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di UPT Kesmas Gianyar I tahun 2019, bahwa *reminiscence therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada kepala UPT Kesmas Gianyar I yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I dan semua pihak UPT Kesmas Gianyar I yang telah membantu dalam pemberian informasi yang berguna terkait subyek penelitian.

ETIKA PENELITIAN

Etika penelitian diperoleh di komisi etik penelitian kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Denpasar, dengan nomor surat LB.02.03/EA/KEPK/0272/2019.

SUMBER DANA

Sumber dana dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari peneliti (swadana)

DAFTAR RUJUKAN

1. World Health Organization. Global report on diabetes. World Heal Organ. 2016;58(12):1–88.
2. Kementrian kesehatan RI. Hasil utama riskesdas 2018. 2018;61.
3. Roy T, Lloyd CE. Epidemiology of depression and diabetes: A systematic review. J Affect Disord. Elsevier B.V.; 2012;142(SUPPL.):S8–21.

4. Mustika IW, Candra IW, Yuniarti N. The Relationship between the Level of Spiritual and Self-Esteem on Depression towards Patients with Diabetes Mellitus. *Int Res J Eng IT Sci Res*. 2017;2(7):125–33.
5. Oieru DS, Popa AR, Vlad I. The impact of psychological interventions on the quality of life of diabetes mellitus patient. *Rom J Diabetes, Nutr Metab Dis*. 2014;21(4):301–11.
6. Kushariyadi dan Setyoadi. *Terapi Modalitas keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika; 2011. 49-51 p.
7. Setyowati SF. PENGARUH TERAPI KELOMPOK POSITIVE REMINISCENCE Lansia merupakan suatu proses alami yang terjadi dan tidak dapat dihindari manusia sebagai makhluk hidup terbatas oleh suatu peraturan . Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik , mental dan sosial sec. 2018;1–10.
8. Priyoto. *Perubahan dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2015.
9. International Diabetes Federation. *IDF Diabetes Atlas Eighth edition 2017*. 2017. 16-17 p.
10. Lin YR, Wu MH, Yang CI, Chen TH, Hsu CC, Chang YC, et al. Evaluation of assertiveness training for psychiatric patients. *J Clin Nurs*. 2014;17(21):2875–83.
11. Mujabi MF. Hubungan kadar gula darah dengan tingkat depresi dan aktifitas fisik pada penderita diabetes mellitus di puskesmas gatak sukoharjo. 2017;
12. Larijani B, Bayat MKS, Gorgani MK, Bandarian F, Akhondzadeh S, Sadjadi SA. Association between depression and diabetes. *Ger J Psychiatry*. 2014;7(4):62–5.
13. Lubis NL. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana; 2016. 210 p.
14. Adicondro N. *Pengaruh Terapi Kelompok Reminiscence untuk Menurunkan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha*. 2017;007.
15. Manurung N. *Terapi Reminiscence Solusi Pendekatan sebagai Upaya Tindakan Keperawatan dalam Menurunkan Kecemasan, Stress dan Depresi*. Jakarta: Trans Info Media; 2016.
16. Woods RT, Bruce E, Edwards RT, Hounscome B, Keady J, Moniz-cook ED, et al. Reminiscence groups for people with dementia and their family carers: pragmatic eight-centre randomised trial of joint reminiscence and maintenance versus usual treatment: a protocol. 2009;10:1–10.