PEMBERIAN TERAPI AUTOGENIK DALAM MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DENGAN HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL DI PSTW BONDOWOSO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh:

Vannia Raisha Putri Adita

NIM. 24101061

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

2025

HALAMAN PENGESAHAN

PEMBERIAN TERAPI AUTOGENIK DALAM MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DENGAN HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL DI PSTW BONDOWOSO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh

Vannia Raisha Putri Adita
NIM.24101061

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada tanggal 10 Bulan Juli Tahun 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 NIDN	: Prestasianita Putri, S.Kep., Ns., M.Kep 0701088903	(.....)
Penguji 2 NIPTT	: Khoirun Nasikhin, A.Md.Kep. 107 0111992 022017 8588	(.....)
Penguji 3 NIDN	: Junianto Fitriyadi, S.Kep., Ns., M.Kep 0710068603	(.....)

Ketua Program Studi Profesi Ners

Emi Eliya Asturik, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN: 0720028703

ABSTRAK

Vannia, Raisha Putri Adita*, Junianto, Fitriyadi**. 2025.. Pemberian Terapi Autogenik dalam Menurunkan Tingkat Depresi pada Lansia dengan Harga Diri Rendah Situasional di PSTW Bondowoso. Karya Ilmiah Akhir. Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.

Latar Belakang : Menurut UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia disebutkan bahwa sesorang disebut lanjut usia *(elderly)* jika berumur 60-74 tahun. Salah satu faktor psikologis yang sering dikaitkan dengan depresi adalah harga diri (*self-esteem*). Dalam kondisi tertentu, penurunan harga diri yang terjadi dalam situasi spesifik dapat berkembang menjadi perasaan putus asa dan berujung pada gejala depresi. Intervensi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah depresi salah satunya terapi relaksasi autogenik.
Metode: Metode penelitian ini menggunakan desain studi kasus yang dilakukan di Wisma Mawar UPT PSTW Bondowoso, pengumpulan data meliputi lembar kuesioner. Subjek penelitian 1 responden dengan tingkat depresi berat setelah dikaji menggunakan kuesioner tingkat depresi khusus (psikogeriatrik) *Beck* dan *Deck* (1972). Analisis data dengan menggunakan analisis naratif dan dibandingkan dengan teori yang ada.
Hasil: Penelitian didapatkan intervensi terapi autogenik dilakukan selama 10-15 menit pagi dan malam selama 3 hari berturut-turut, tingkat depresi yang semula di skor 19 (depresi berat) menurun menjadi skor 7 berarti menunjukkan tingkat depresi ringan.
Kesimpulan : Pemberian terapi relaksasi autogenik memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat depresi lansia dengan harga diri rendah situasional.

Kata Kunci: Lansia, Terapi Autogenik, Tingkat Depresi.

*peneliti
**pembimbing