

ABSTRAK

Nama : Rayne Praticia, S.Psi.
NIM : 090515523 M

Program Profesi Magister
Fakultas Psikologi
Universitas Airlangga

Judul :

+ 101 halaman, 47 lampiran

Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengurangi Gejala Depresi Pada Orang Lanjut Usia

Sekarang ini jumlah manusia berusia lanjut semakin meningkat tiap tahunnya di Negara Indonesia. Sebagian besar diantara mereka mengalami depresi akibat perubahan-perubahan yang terjadi dilingkungan sekitarnya, karena kehidupan sekarang ini banyak mengalami pergeseran-pergeseran sistem dan nilai-nilai, baik itu nilai-nilai budaya, nilai-nilai agama dan masih banyak lagi aspek nilai kehidupan manusia yang mengalami pergeseran. Hal ini dikarenakan oleh faktor globalisasi modern baik dalam bidang pendidikan, teknologi, ekonomi, sosial dan budaya yang timbul dalam kehidupan bermasyarakat. Salah satunya meningkatnya kualitas hidup, sehingga membuat penurunan angka kematian pada para lanjut usia, penitipan para lanjut usia ke panti jompo, karena kesibukan anggota keluarga menyebabkan tidak adanya waktu keluarga untuk memberikan perhatian. Hal ini membuat para lanjut usia merasa tertekan dan didukung juga oleh menurunnya kemampuan kondisi fisik yang dialami para orang lanjut usia. Memang keadaan seperti ini sulit bagi orang lanjut usia untuk dijalankan dan dihadapinya, sehingga keadaan seperti ini membuat para lanjut usia merasa tertekan atau depresi.

Permasalahan didalam kehidupan yang tidak terselesaikan membuat Individu merasa kondisi yang sangat tertekan, dan lama-kelamaan dapat membuat masalah dalam perilakunya, salah satunya adalah depresi. Menurut Blazer (Davidson, dkk., 2006: 759) karakteristik simtom-simtom depresi secara umum pada orang lanjut usia seperti rasa khawatir, rasa tidak berguna, sedih, pesimis, kelelahan, tidak dapat tidur dan sulit mengerjakan sesuatu, namun rasa bersalah tidak banyak dialami oleh orang lanjut usia yang mengalami depresi. Dalam kehidupan sehari-hari subyek mengalami gangguan suasana perasaan yaitu depresi, dimana subyek mengalami perasaan sangat tertekan dengan pikiran-pikiran negatifnya, yaitu: seperti perasaan tidak berguna dan tidak berarti lagi hidupnya, serta pikirannya yang menganggap anak-anaknya selama ini membuang dirinya. Mengacu pada masalah yang dihadapi oleh subyek, maka konseling realitas digunakan oleh konselor untuk membantu subyek.

Konseling realitas ini menekankan pada kemampuan subyek untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya. Pada pandangan konseling realitas orang memiliki 2 kebutuhan dasar, yakni: (1) Kebutuhan akan kasih sayang, kebutuhan yang terus-menerus mencari pemuasannya melalui berbagai bentuk; (2) Kebutuhan untuk merasa diri berguna, memiliki harga diri dan kehormatan.

Daftar Pustaka, 22 (1980-2007)