

ABSTRAK**PENGARUH TERAPI KOGNITIF SPIRITUAL TERHADAP
PENURUNAN DEPRESI DAN KORTISOL PADA LANSIA
DI PANTI WERDHA**

Oleh:

Ratna Sari Rumakey

Pendahuluan: Depresi pada lanjut usia dengan usia ≥ 65 dapat menyebabkan gangguan fungsi dalam kehidupan sehari-hari, lansia dengan depresi memiliki fungsi yang lebih buruk dibandingkan dengan lansia dengan kondisi sakit kronis. Depresi dapat mempengaruhi kualitas hidup, interaksi sosial dan dapat menyebabkan bunuh diri pada lanjut usia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Terapi Kognitif Spiritual dalam menurunkan depresi dan kortisol pada lansia. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan desain *True Eksperimental (pre-posttest control group design)*, Populasi dalam penelitian sebanyak 257 lansia yang tinggal UPTD. Griya Werdha dan UPT. PSTW Pandan. Sampel penelitian 61 lansia yang memenuhi kriteria inklusi dibagi kelompok intervensi 30 lansia dan kelompok kontrol 31 lansia. Pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling* melalui *random sampling*. Variabel independen adalah terapi kognitif spiritual dan dependen adalah depresi dan kortisol. Instrumen yang digunakan adalah Kuesioner *Mini Mental State Examination* (MMSE), Kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS versi 15). Data diperoleh menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Ranks Test* dan *Mann-Whitney U Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha < 0,05$ **Hasil** : Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan terdapat pengaruh Terapi Kognitif Spiritual dalam menurunkan depresi pada lansia ($p \text{ value} = 0,000$) dan penurunan kadar kortisol pada lansia ($p \text{ value} = 0,000$) sedangkan pada kelompok kontrol terdapat pengaruh intervensi kegiatan rutin di panti dalam menurunkan depresi pada lansia ($p \text{ value} = 0,000$), dan tidak ada pengaruh dalam penurunan kadar kortisol ($p \text{ value} = 0,288$). **Kesimpulan** : Terapi kognitif spiritual paling efektif menurunkan depresi dan kadar kortisol pada lansia dengan depresi. terapi ini muda dilakukan dan nyaman.

Kata Kunci : Terapi Kognitif, Spiritual, Depresi, Kortisol

ABSTRACT**THE EFFECT OF SPIRITUAL COGNITIVE THERAPY ON
DECREASE IN DEPRESSION AND CORTISOL IN ELDERLY
IN THE ORPHANAGE OF WERDHA**

By
Ratna Sari Rumakey

Introduction: depression in elderly with age ≥ 65 can cause functional disorders in daily life, elderly people with depression have worse functions compared to elderly people with chronic pain conditions. depression can affect quality of life, social interaction and can cause suicide in the elderly. The purpose of this study was to determine the effect of spiritual cognitive therapy in reducing depression and cortisol in the elderly. **Methods:** the design of this study used the true experimental design (pre-posttest control group design), the population in the study were 257 elderly who lived in the UPTD. Griya Werdha and UPT. PSTW Pandaan. the study sample of 61 elderly who met the inclusion criteria was divided into 30 intervention groups and 31 elderly control groups. sampling uses the probability sampling method through random sampling. the independent variable is spiritual and dependent cognitive therapy are depression and cortisol. the instruments used were the mini mental state examination (mmse) questionnaire, the geriatric depression scale questionnaire (gds version 15). data were obtained using a questionnaire and analyzed using the wilcoxon sign ranks test and mann-whitney u test with a significance level of $\alpha < 0.05$. **Result:** the analysis showed that in the treatment group there was the influence of spiritual cognitive therapy in reducing depression in the elderly (p value = 0,000) and decreasing cortisol levels in the elderly (p value = 0,000) while in the control group there was an intervention in routine activities in the orphanage in reducing depression in the elderly (p value = 0,000), and there was no effect in decreasing cortisol levels (p value = 0.288). **Conclusion:** Spiritual cognitive therapy is most effective in reducing depression and cortisol levels in the elderly with depression. This therapy is young and comfortable.

Keywords: *Cognitive therapy, Spiritual, Depression, Cortisol*