

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN DEPRESI PADA LANJUT
USIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA KASIH SAYANG IBU
BATUSANGKAR TANAH DATAR**

Penelitian Keperawatan Gerontik



**RIZKY ARSI VIONA
NIM. 1911313018**

Pembimbing Utama:

**Fitra Yeni, S.Kp.MA
NIP.197110172001122002**

Pembimbing Pendamping:

**Ns. Siti Yuli Harni, M.Kep.,Sp.Kep.Kom
NIP.1987077272019032023**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JULI 2023

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

SKRIPSI JULI 2023

NAMA : Rizky Arsi Viona

NIM : 1911313018

**Hubungan *Self- Compassion* dengan Depresi pada Lanjut Usia di Panti Sosial
Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tanah Datar**

ABSTRAK

Depresi dapat menyebabkan penderitaan yang buruk pada lanjut usia karena dapat mengakibatkan bunuh diri dan kematian. Salah satu faktor yang menyebabkan depresi adalah regulasi diri. *Self compassion* merupakan bentuk adaptif dari regulasi diri. *Self Compassion* adalah sikap baik dan lembut terhadap diri sendiri ketika mengalami waktu sulit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self compassion* dengan depresi pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tanah Datar. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel 52 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner *Self Compassion Scale* (SCS) untuk menilai *self compassion* dan kuisioner *Geriatric Depression Scale* (GDS) untuk menilai depresi pada lanjut usia. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar lanjut usia memiliki *self compassion* yang tinggi (57,7%) dan sebagian besar tidak mengalami depresi (51,9%). Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan *chi-square* yang menunjukkan $p= 0,000$ yang memiliki arti terdapat hubungan antara *self compassion* dan depresi pada lanjut usia. *5-minutes break self compassion* dapat direkomendasikan sebagai salah satu metode yang berkontribusi terhadap kesehatan mental emosional lanjut usia dan mencegah terjadinya depresi.

Kata kunci : depresi, lanjut usia, *self compassion*,

Daftar Pustaka : 61 (2003 -2023)

UNDERGRADUATED NURSING PROGRAM

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

July 2023

Name : Rizky Arsi Viona

Registered number : 1911313018

***The Relationship of Self Compassion and Depression in the Elderly
at Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tanah Datar***

Depression can cause terrible suffering in old age because it can lead to suicide and death. One of the factors that cause depression is self regulation. Self-compassion is an adaptive form of self regulation. Self Compassion is a kind and gentle attitude towards yourself when going through a difficult time. This study aims to determine the relationship between self compassion and depression in the elderly at the Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tanah Datar. This study used a descriptive analytic method with a cross sectional approach. Data collection was carried out by purposive sampling method with a total sample of 52 people. Data collection was carried out using the Self Compassion Scale (SCS) questionnaire to assess self-compassion and the Geriatric Depression Scale (GDS) questionnaire to assess depression in the elderly. The results showed that most of the elderly had high compassion (57.7%) and most did not experience depression (51.9%). Bivariate analysis in this study used chi-square which showed $p = 0.000$ which means there is a relationship between self-compassion and depression in the elderly. 5 minutes break self compassion can be recommended as a method that contributes to the emotional mental health of the elderly and prevents depression.

Keyword : depression, elderly, self compassion,

Reference : 61(2003-2023)