

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN GEJALA DEPRESI PADA  
LANSIA DI POSYANDU SAKURA KELURAHAN LUBUK BUAYA  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK BUAYA  
KOTA PADANG**

**Penelitian Keperawatan Gerontik**



**Dosen Pembimbing:**

**Gusti Sumarsih, S.Kp., M.Biomed**

**Ns. Bunga Pertama Wenny, S.Kep., M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**JANUARI 2025**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

Januari 2025

Nama : Peggi Dwi Martika  
NIM : 2311316010

**Hubungan *Self-compassion* dengan Gejala Depresi pada Lansia di Posyandu  
Kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya  
Kota Padang**

**ABSTRAK**

Depresi dapat menyebabkan penderitaan yang buruk pada lansia karena dapat mengakibatkan bunuh diri dan kematian. Salah satu faktor yang menyebabkan depresi adalah faktor fisik dan psikologis. *Self-compassion* merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat mempengaruhi gejala depresi pada lansia. *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 lansia di Posyandu Sakura kelurahan lubuk buaya wilayah kerja puskesmas lubuk buaya Kota Padang. Penelitian ini menggunakan Teknik *non probability sampling* dengan menggunakan Teknik sampel *purposive sampling*. Sampel penelitian ini adalah lansia yang berkunjung Posyandu Sakura kelurahan Lubuk Buaya Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang berjumlah 176 orang lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Self-compassion Scale* (SCS) dan gejala depresi *Center for Epidemiologic Studies Depression* (CES-D). Analisa data menggunakan uji Korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rerata pada kuesioner SCS adalah 78,56, Min 60 dan Maks 99 dan nilai rerata gejala depresi adalah 30,13 dengan nilai Min 20 dan Maks 42. Dari hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan sedang atau cukup kuat *self-compassion* dengan gejala depresi pada lansia dengan *p-value* 0,000 ( $P < 0,005$ ), Nilai koefisien (*r*) korelasi pearson yang diperoleh adalah -0,413 dengan arah hubungan kedua variabel negative (-). *5-minutes break self compassion* dapat direkomendasikan sebagai salah satu metode yang berkontribusi terhadap Kesehatan mental emosional lanjut usia dan mencegah terjadinya gejala depresi.

Kata Kunci : Gejala Depresi, Lansia, *Self-compassion*

**FACULTY OF NURSING  
ANDALALAS UNIVERSITY**

January 2025

Name: Peggi Dwi Martika

NIM: 2311316010

**Relationship between *Self-compassion* and Symptoms of Depression in the Elderly at Posyandu, Lubuk Buaya Village, Lubuk Buaya Health Center Work Area Padang City**



**ABSTRACT**

Depression can cause severe suffering in the elderly because it can lead to suicide and death. One of the factors that cause depression is physical and psychological factors. Self-compassion is one of the psychological factors that can affect symptoms of depression in the elderly. Self-compassion is a kind and gentle attitude towards yourself when experiencing difficult times. This study aims to determine the relationship between self-compassion and depression in the elderly at the Sakura Integrated Health Service Post, Lubuk Buaya Village, Lubuk Buaya Health Center, Padang City. This study used a non-probability sampling technique using a purposive sampling technique. The sample of this study was the elderly who visited the Sakura Integrated Health Service Post, Lubuk Buaya Village, Lubuk Buaya Health Center, Padang City, totaling 176 people. Data collection used the Self-compassion Scale (SCS) questionnaire and the Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D) depression symptoms. Data analysis used the Pearson Correlation test. The results showed that the average value of the SCS questionnaire was 78.56, Min 60 and Max 99 and the average value of depressive symptoms was 30.13 with a Min value of 20 and Max 42. The results of the statistical test showed that there was a moderate or fairly strong relationship between self-compassion and depressive symptoms in the elderly with a p-value of 0.000 ( $P < 0.005$ ), the Pearson correlation coefficient ( $r$ ) value obtained was -0.413 with the direction of the relationship between the two variables negative (-). 5-minutes break self compassion can be recommended as one method that contributes to the emotional mental health of the elderly and prevents the occurrence of depressive symptoms.

**Keywords:** Depressive Symptoms, Elderly, Self-compassion