

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS *REMINISCENCE THERAPY* SEBAGAI TATALAKSANA DEPRESI PADA LANSIA DITINJAU DARI SUDUT PANDANG KEDOKTERAN DAN ISLAM

Depresi pada lansia sulit dikenali karena gambaran klinisnya tidak khas, berupa gejala somatis seperti cepat lelah, gangguan tidur, penurunan berat badan dan sebagainya. Kondisi ini sering terlambat ditangani dan berdampak pada penurunan produktivitas, kualitas hidup, peningkatan insidensi bunuh diri dan risiko gangguan mental pada lansia. Tatalaksana depresi umumnya berupa antidepresan, namun penggunaan dalam waktu lama akan timbul efek samping yang berbahaya. Oleh karena itu psikoterapi secara luas mulai diterapkan sebagai pengobatan depresi, salah satunya yaitu terapi *remimescence*. Tujuan penulisan skripsi ini adalah membahas mengenai efektivitas *remimescence therapy* sebagai tatalaksana depresi pada lansia ditinjau dari sudut pandang kedokteran dan Islam.

Terapi *remimescence* atau *life review therapy* merupakan psikoterapi khusus yang dirancang untuk lansia dengan cara mengenang dan mengingat-ingat berbagai kejadian dan memori masa lalu selama hidup mereka. Menurut berbagai studi, terapi *remimescence* efektif secara nyata dalam menurunkan gejala depresi pada lansia, meningkatkan kepercayaan diri, kepuasan hidup, fungsi kognitif dan fungsi afektif, meningkatkan sosialisasi dan mempromosikan kesehatan mental lansia. Terapi *remimescence* mudah dilakukan dan dapat diterima oleh lansia sehingga angka *drop out* dapat diminimalisasi, selain itu terapi ini aman untuk pasien, efektif biaya dan relatif bebas dari efek samping berbahaya.

Menurut pandangan Islam, depresi pada lansia adalah gangguan mental yang menghambat tujuan syariat Islam (*maqashid ayy-Syariah*), yang meliputi pemeliharaan nyawa, akal, harta dan agama, sehingga dianjurkan untuk berobat, salah satunya dengan terapi *remimescence*. Terapi *remimescence* tidak mengandung unsur-unsur yang diharamkan, tidak memabukkan atau menutupi akal, tidak menimbulkan kerusakan atau efek samping berbahaya. Prosedur terapi *remimescence* diberikan oleh orang yang ahli dan berkompetensi (terapis) agar pengobatan menjadi optimal dan memperkecil efek samping terapi. Hukum terapi *remimescence* adalah boleh (mubah) dan menjadi dianjurkan apabila obat medis diketahui berisiko tinggi menimbulkan efek samping berbahaya. Kedokteran dan Islam sependapat mengenai efektivitas *remimescence therapy* sebagai tatalaksana depresi pada lansia yaitu sesuai dengan prinsip-prinsip pengobatan dalam Islam yaitu mengandung banyak masalah dan sedikit mafsadah, sehingga diharapkan dapat memelihara tujuan syariat Islam yang meliputi hambatan terhadap pemeliharaan nyawa, akal, harta dan agama.

Kata kunci : *remimescence therapy*, *life review therapy*, depresi pada lansia, lanjut usia, efektivitas