



Penerapan Terapi Lingkungan AAT (*Animal Assisted Therapy*) Ikan Cupang Untuk Menurunkan Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Mengalami Masalah Keperawatan Isolasi Sosial Dengan Diagnosa Medis Depresi Di Puskesmas Sukorame Kota Kediri

Shely Zulistiani^{1*}, Norma Risnasari¹, Dhian Ika Prihananto¹

¹Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

*Email korespondensi: elly.dwi.astuti.2018@gmail.com

Diterima:

7 Agustus 2024

Dipresentasikan:

10 Agustus 2024

Disetujui Terbit:

08 Oktober 2024

ABSTRAK

Depresi adalah salah satu gangguan pada kesehatan mental yang dapat diidentifikasi dengan suasana hati yang merasa sedih secara berkepanjangan, tertekan serta kehilangan minat untuk melakukan aktivitas. Akibat dari kondisi depresi pada remaja dapat menyebabkan masalah keperawatan isolasi sosial salah satu pengembangan yang dilakukan adalah terapi lingkungan AAT (*Animal Assisted Therapy*) ikan cupang. Tujuan penelitian ini menganalisis tingkat depresi pada remaja yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan diagnosa medis depresi sebelum dan sesudah dilakukan terapi AAT ikan cupang. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini yaitu dua responden remaja depresi yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan diagnosa medis depresi. Analisis tingkat depresi diukur menggunakan kuesioner PHQ-9. Pelaksanaan terapi AAT ikan cupang dilakukan selama 15 menit. Hasil penelitian setelah 4 hari terapi menunjukkan adanya perubahan tingkat depresi responden sesudah dilakukan terapi AAT ikan cupang, Subjek I mengalami penurunan dengan nilai awal tingkat depresi 10 menjadi 7, sedangkan Subjek II mengalami penurunan tingkat depresi dengan nilai awal 20 menjadi 19. Penelitian ini menunjukkan adanya perubahan tingkat depresi sebelum dan sesudah dilakukan terapi lingkungan AAT ikan cupang. Terapi AAT ikan cupang bila dilakukan secara teratur dan konsisten dapat menurunkan tingkat depresi pada remaja dan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi dalam menurunkan tingkat depresi.

Kata Kunci : Depresi, Isolasi Sosial, Remaja, Terapi AAT (*Animal Assisted Therapy*), Ikan Cupang.

LATAR BELAKANG

Depresi merupakan gangguan mental yang umum terjadi. Hal ini menjadikan depresi sebagai penyebab utama disabilitas di seluruh dunia, serta kontributor yang besar terhadap beban penyakit dunia (*Global Burden of Diseases*) (WHO, 2019). Remaja yang mengalami depresi cenderung mendukung sifat afektif diantaranya sedih, patah semangat, mudah marah, menangis tanpa alasan yang jelas, mudah tersinggung terhadap hal yang kecil sekalipun, kehilangan minat atau kesenangan aktifitas yang digemari, merasa putus asa dan juga merasa tidak

berguna. Terapi AAT (*Animal Assisted Therapy*) adalah intervensi yang diarahkan pada tujuan dimana hewan yang memenuhi kriteria spesifik menjadi bagian integral dari proses pengobatan (Sirait & Desiana, 2019). *World Health Organization* (WHO) 2019 mencatat sekitar 300 juta orang di seluruh dunia telah mengalami depresi, *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 menyatakan bahwa depresi adalah salah satu permasalahan mental yang umum dengan perkiraan kenaikan jumlah depresi sebanyak 280.000.000 orang di seluruh dunia mengalami gangguan tersebut. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018, terdapat lebih dari 19 juta penduduk Indonesia usia lebih dari 15 tahun memiliki gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi (Rokom, 2021). Data WHO tahun 2019 di Indonesia sebanyak 15,6 juta. Pada tahun 2023 Indonesia ditemukan 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7 persen (Anwar, 2023). Riskesdas tahun 2018, sebanyak hampir 5 % remaja dan anak sekolah di Jawa Timur menderita depresi. Data dari dinas Kesehatan Kota Kediri pada tahun 2022 penderita depresi sebanyak 66 dan pada tahun 2023 sebanyak 54 orang. Sedangkan di Puskesmas Sukorame tahun 2022 penderita depresi sebanyak 37 orang dan tahun 2023 sebanyak 23 orang (DINKES Kota Kediri 2022,2023)

Akibat dari kondisi depresi pada remaja dapat menyebabkan masalah keperawatan isolasi sosial. Isolasi sosial yang dialami seorang individu dan dirasakan saat didorong oleh keberadaan orang lain sebagai pernyataan yang negative atau mengancam. Batasan karakteristik antara lain seperti tidak menganggap penting dukungan dari orang lain, afek tumpul, adanya bukti cacat (fisik maupun mental), sakit, tindakan tidak berarti, tidak ada kontak mata, dipenuhi oleh pikiran sendiri, menunjukkan permusuhan, sedih, senang sendiri, tidak komunikatif, dan menarik diri (Damanik, Pardede & Manalu, 2020).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul Penerapan Terapi Lingkungan AAT (*Animal Assisted Therapy*) Ikan Cupang Untuk Menurunkan Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Mengalami Masalah Keperawatan Isolasi Sosial Dengan Diagnosa Medis Depresi.

METODE

Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif dengan rancangan studi kasus selama empat hari dengan menerapkan terapi AAT (*Animal Assisted Therapy*) di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Subjek yang digunakan yaitu 2 responden remaja umur 10-20 tahun yang didiagnosa depresi dan mengalami masalah keperawatan isolasi sosial. Prosedur pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara, pengukuran tingkat depresi menggunakan kuesioner *Patient Health Questionnaire* (PHQ-9) dan implementasi terapi AAT menggunakan ikan cupang. Analisis dalam penelitian ini mendeskripsikan depresi remaja yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan diagnosa medis depresi sebelum dan setelah dilakukan terapi AAT (*Animal Assisted Therapy*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Tingkat Depresi Sebelum Dilakukan Terapi AAT Ikan Cupang

| Subjek | Hari | Skor | Kriteria |
|--------|------|------|----------------|
| Sdr.A | 1 | 10 | Depresi Ringan |
| | 2 | 9 | Depresi Ringan |
| | 3 | 9 | Depresi Ringan |
| | 4 | 8 | Depresi Ringan |
| Sdr.F | 1 | 20 | Depresi Sedang |
| | 2 | 20 | Depresi Sedang |
| | 3 | 20 | Depresi Sedang |
| | 4 | 19 | Depresi Sedang |

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan hasil tingkat depresi sebelum dilakukan terapi AAT Ikan Cupang pada hari pertama tingkat depresi Sdr.A adalah 10, hari kedua dan ketiga 9, hari keempat 8 dengan kriteria depresi ringan. Sedangkan pada Sdr.F tingkat depresi hari pertama, kedua dan ketiga adalah 20, hari keempat 19 dengan kriteria depresi sedang. Penelitian oleh Dianovinina et al. (2018) menyatakan bahwa kejadian depresi pada usia remaja mengalami peningkatan yang signifikan selama satu dekade terakhir terutama pada kelompok usia 12-20 tahun. Depresi pada remaja seringkali bersifat kronis dan empat kali lipat lebih berisiko untuk menetap hingga dewasa. Depresi akan memengaruhi tumbuh kembang, performa akademik, hingga hubungan dengan keluarga atau teman sebaya. Depresi dapat berakibat fatal, salah satunya sebagai penyebab utama timbulnya perilaku atau pemikiran bunuh diri pada remaja. Pendapat peneliti menunjukkan kedua responden sebelum dilakukan terapi AAT Ikan Cupang tingkat depresi belum menurun, karena pasien sebelumnya belum pernah melakukan terapi AAT sebagai bentuk terapi nonfarmakologis.

Tabel 2 tingkat depresi setelah dilakukan terapi AAT Ikan Cupang

| Subjek | Hari | Skor | Kriteria |
|--------|------|------|----------------|
| Sdr.A | 1 | 9 | Depresi Ringan |
| | 2 | 8 | Depresi Ringan |
| | 3 | 8 | Depresi Ringan |
| | 4 | 7 | Depresi Ringan |
| Sdr.F | 1 | 20 | Depresi Sedang |
| | 2 | 20 | Depresi Sedang |
| | 3 | 19 | Depresi Sedang |
| | 4 | 19 | Depresi Sedang |

Berdasarkan pada tabel 2 menunjukkan hasil tingkat depresi setelah dilakukan terapi AAT Ikan Cupang selama 4 hari terdapat penurunan pada hari pertama tingkat depresi Sdr.A 9, hari kedua dan ketiga 8, hari keempat 7. Sedangkan pada Sdr.F hari pertama dan kedua tingkat depresi 20, hari ketiga dan keempat 19. Dalam penelitian Widyaningsih, 2020 dalam judul Pengaruh AAT ikan cupang terhadap tingkat kecemasan pada atlet sepak bola anak diketahui mean rank tingkat kecemasan pada atlet sepak bola anak sesudah-sebelum diberikan AAT ikan cupang adalah 14.00 dan 0.00. *Animal Assisted Therapy* (AAT) Ikan

cupang dapat menurunkan kecemasan pada atlet sepak bola anak sebelum pertandingan. Menurut Hapsari, S., 2022 dalam penelitian ini terdapat Hasil uji statistik menggunakan uji t-berpasangan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada *Burnout Syndrome* sebelum dan setelah menggunakan *Animal Assisted Therapy* (AAT) Ikan Cupang dengan nilai p-value 0,000 dimana nilai tersebut $< 0,05$. Artinya, *Animal Assisted Therapy* (AAT) ikan cupang berpengaruh signifikan terhadap kejadian burnout syndrome perawat. Hasil penelitian Aryani, A., Widiyono, W., & Putri, D. R. 2023 menunjukkan bahwa pemberian *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak. *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang dapat digunakan sebagai terapi komplementer bagi anak dalam meningkatkan kualitas tidur yang menjalani hospitalisasi. *Animal Assisted Therapy* ikan cupang dapat menjadi intervensi keperawatan dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang mengalami masalah gangguan pola tidur selama menjalani perawatan di rumah sakit. Peneliti juga mendukung penerapan terapi AAT ikan cupang bila dilakukan secara rutin dapat menurunkan tingkat depresi pada remaja. Penggunaan terapi AAT ikan cupang disesuaikan dengan kebutuhan responden. Peneliti mengamati bahwa berinteraksi dengan ikan cupang (memberi makan, melihat warna ikan) selama 15 menit dapat menurunkan tingkat depresi.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan studi kasus yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri mengenai penerapan terapi AAT Ikan Cupang untuk menurunkan tingkat depresi pada remaja yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan diagnosa medis depresi terdapat penurunan setelah dilakukan terapi AAT Ikan Cupang selama 4 hari. Berdasarkan penelitian studi kasus yang dilakukan di Wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri mengenai penerapan terapi AAT Ikan Cupang untuk menurunkan tingkat depresi pada remaja yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan diagnosa medis depresi sebagai berikut:

1. Hasil tingkat depresi sebelum dilakukan terapi AAT Ikan Cupang
Hari pertama tingkat depresi Sdr.A adalah 10, hari kedua dan ketiga tingkat depresi 9, hari keempat tingkat skor depresi adalah 8. Sedangkan Sdr.F hari pertama, kedua dan ketiga tingkat skor depresi 20, hari keempat tingkat skor depresi adalah 19
2. Hasil tingkat depresi sesudah dilakukan terapi AAT Ikan Cupang
Hari pertama tingkat depresi Sdr.A adalah 9, hari kedua dan ketiga tingkat depresi adalah 8, hari keempat tingkat depresi adalah 7. Sedangkan Sdr.F hari pertama dan kedua tingkat depresi 20, hari ketiga dan keempat tingkat skor depresi adalah 19.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aryani, A., Widiyono, W., & Putri, D. R. 2023. Efektivitas *Animal Assisted Therapy* (AAT) Ikan Cupang Sebagai Intervensi Keperawatan Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Anak Yang Menjalani Hospitalisasi. *Holistik Jurnal Kesehatan*.
<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/12747>
17:564-574
- Dianovinina, Ktut. 2018. Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya. *Jurnal Psikogenesis*. <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/Jurnal-Online-Psikogenesis/article/view/634> 6 (1). pp. 69-78.
- Dinkes Kota Kediri, 2022. Data Penderita Depresi : (Rekam Medis)
- Dinkes Kota Kediri, 2022. Data Penderita Depresi : (Rekam Medis)
- Hapsari, S. 2022. Pengaruh Terapi *Animal Assisted Therapy* (AAT) Ikan Cupang Terhadap Penurunan Kejadian Burnout Syndrome Perawat Di Rumah Sakit Bhakti Wira Tamtama Semarang. *Prosiding Pekan Publikasi Ilmiah Mahasiswa Universitas Husada Semarang "The Future of Health Care in Era of Society 5.0 : From Pandemic to Endemic"*, September 2022. Semarang: Universitas Husada Semarang.
- Pardede J. A., Hamid, A. Y. S., & Putri, Y. S. E. 2020. Application of Social Skill Training using Hildegard Peplau Theory Approach to Reducing Symptoms and the Capability of Social Isolation Patients. *Jurnal Keperawatan*. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i3.782> 12(3), 327-340
- Rokom. 2021. Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia. Sehat Negeriku. (online).
(<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>), Accessed on Juny 10th 2024.
- Sirait JS, Desiana SM. 2019. Animal-Assisted Therapy sebagai Pengobatan Pasien Autism Spectrum Disorder pada Anak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jiki/article/view/430> 2(3):169–74.
- Widiyaningsih, W., Yunani, Y., & Jamaluddin, M. 2020. Terapi Kecemasan Dengan Animal Assisted Therapy. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. <https://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/420> 11: 81-85
- World Health Organization. 2021. Depression. Retrieved from World Health Organization (online) <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/depression>, Accessed on July 9th 2024
- WHO. 2019. *Depression*. (online). https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1, Accessed on Juny 9th 2024