

## Terapi Kelompok Ulasan Hidup Dapat Meningkatkan Harga Diri Lansia

Adelia Rochma<sup>1\*</sup>, Retno Lestari<sup>2</sup>, Lilik Supriati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>2,3</sup>Jurusan Keperawatan, FK Universitas Brawijaya

### ABSTRAK

Perubahan harga diri lansia seringkali terjadi dengan munculnya perasaan tidak berguna, tidak berharga, kurang percaya diri dan menarik diri dari lingkungannya. Dampak perubahan harga diri ini akan memicu terjadinya depresi sekaligus menurunkan kualitas hidup lansia. Terapi ulasan hidup yang dilakukan secara berkelompok pada lansia dapat meningkatkan persepsi positif melalui cerita dan pengalaman hidup seluruh anggota kelompok lansia. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efek terapi kelompok ulasan hidup dalam meningkatkan harga diri lansia. Desain pre-experimental one group pretest-posttest without control group digunakan dalam penelitian ini. Melalui teknik purposive sampling, diperoleh jumlah sampel yaitu sebesar 25 lansia. Harga diri lansia dinilai dengan menggunakan instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Hasil penelitian yang diuji dengan Wilcoxon Matched-Pairs menunjukkan adanya pengaruh harga diri sebelum dan juga setelah diberikan terapi kelompok ulasan hidup senilai  $p = 0,000 < \alpha 0,05$ . Terapi kelompok ulasan hidup membantu lansia untuk mengingat pengalaman di masa lalunya, tentang orang tua dan saudara di masa anak-anak, masa remaja, dan pengalaman positif yang pernah dijalani. Selain mengingat pengalaman masa lalunya, lansia diajak untuk menganalisis dan mengevaluasi pengalaman tersebut dan membantu lansia mengubah persepsi negatif dalam dirinya menjadi persepsi positif. Dapat disimpulkan bahwa adalah terapi kelompok ulasan hidup berpengaruh positif terhadap harga diri lansia. Oleh karena itu, terapi kelompok ulasan hidup dapat dijadikan sebagai alternatif untuk meningkatkan harga diri lansia.

**Kata kunci:** terapi kelompok ulasan hidup; harga diri; lansia

### ABSTRACT

*Introduction: Changes in the self-esteem of the elderly often occur with the emergence of feelings of worthlessness, worthlessness, lack of confidence, and withdrawal from their environment. The impact of changes in self-esteem will trigger depression as well as reduce the quality of life of the elderly. Life review therapy that is carried out in groups for the elderly can increase positive perceptions through stories and life experiences of all members of the elderly group. Objective: This study was conducted to determine the effect of life review group therapy in increasing the self-esteem of the elderly. Method: The pre-experimental one-group pretest-posttest design without a control group was used in this study. Through the purposive sampling technique, the number of samples obtained is 25 elderlies. Elderly self-esteem was assessed using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) instrument. Results and discussion: The results of the study which were tested with Wilcoxon Matched-Pairs showed that there was an effect of self-esteem before and after being given life review group therapy worth  $p = 0.000 < 0.05$ . Life review group therapy helps the elderly to remember experiences in the past, about parents and siblings in childhood, adolescence, and positive experiences they have had. In addition to remembering their past experiences, the elderly is invited to analyze and evaluate these experiences and help them change their negative perceptions into positive ones. Conclusion: It can be concluded that life review group therapy has a positive effect on the self-esteem of the elderly. Therefore, life review group therapy can be used as an alternative to increasing the self-esteem of the elderly.*

**Keywords:** life review therapy; self-esteem; elderly

### \*Korespondensi penulis:

Nama : Adelia Rochma

Instansi : STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

Alamat : Jl. Kemuning No.57, Candi Mulyo, Kec. Jombang, Kabupaten Jombang, Jawa Timur 61419

Email : [adeliarochma@gmail.com](mailto:adeliarochma@gmail.com)

## Pendahuluan

Lansia merupakan kelompok populasi yang membutuhkan perhatian khusus dalam sistem kesehatan karena merupakan kelompok yang mengalami perubahan atau kemunduran secara biopsikososiospiritual, menderita berbagai penyakit, kurang produktif bahkan mengalami kehilangan pendapatan. Bahkan adanya peningkatan jumlah lansia saat ini di Indonesia, perlu menjadi pertimbangan khusus terhadap dampak meningkatnya beban penderitaan pada tatalaksana kesehatan secara umum.

Hasil survei menunjukkan lebih dari 25,7 juta orang, atau 9,6 persen dari seluruh penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun di Indonesia. Bahkan menurut Badan Pusat Statistik, jumlah lansia di Indonesia diperkirakan meningkat sebesar sekitar 10 persen pada tahun 2020 dan diperkirakan meningkat sekitar 20 persen pada tahun 2024. Selain itu, diperkirakan pada tahun 2050 jumlah penduduk lansia akan mencapai 74 juta atau sekitar 25 persen dari seluruh penduduk.<sup>1</sup>

Lansia adalah salah satu kelompok populasi yang rentan terhadap berbagai risiko dan masalah kesehatan jiwa akibat dari perubahan berbagai aspek, termasuk salah satunya adalah aspek sosial ekonomi. Adanya perubahan yang terjadi seperti mengalami kemunduran fisik selanjutnya dapat berpengaruh terhadap masalah psikososial secara bertahap, dimana penurunan kondisi tersebut dapat menimbulkan perubahan harga diri pada sebagian lansia yang diiringi dengan rasa frustrasi dan kecewa terhadap kehidupannya.<sup>2,3</sup>

Masalah psikososial lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor perubahan fisik, psikologis dan juga sosial. Gejala psikososial yang muncul dapat berupa emosi yang labil, mudah tersinggung, mudah merasa diledakan, kecewa, merasa tidak bahagia, merasa kehilangan, dan merasa tidak berguna. Seringkali terjadinya masalah psikososial ini juga berpengaruh terhadap kesehatan fisik<sup>2,3</sup>

Harga diri dipandang sebagai faktor yang paling menentukan dalam perkembangan psikologis lansia. Perubahan harga diri lansia seringkali terjadi dengan munculnya perasaan tidak berguna, tidak berharga, kurang percaya diri dan menarik diri dari lingkungannya. Dampak perubahan harga diri ini akan memicu terjadinya depresi sekaligus menurunkan kualitas hidup lansia. Harga diri lansia adalah penilaian lansia terhadap hasil yang dicapai selama hidupnya dengan meninjau kesesuaian antara tingkah laku dengan ideal diri. Harga diri ini juga dipengaruhi oleh pengalaman lansia sepanjang hidupnya.<sup>4</sup>

Studi sebelumnya menjelaskan bahwa lansia yang mampu menghadapi kegagalan dalam hidupnya dengan baik akan mampu menjalani masa tuanya dengan baik pula, beradaptasi dan memiliki harga diri yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan lansia yang tenang, optimis dan dapat mengatasi stres yang dialami sehari-hari. Sedangkan pada lansia dengan harga diri rendah cenderung akan tergantung pada orang lain, tidak percaya diri dan pesimis.<sup>5</sup>

Lansia yang memiliki harga diri rendah memiliki persepsi negatif terhadap dirinya dan orang lain, merasa kurang sempurna dan sering merasa bersalah. Sehingga, untuk menutup rasa tidak mampu, lansia akan cenderung banyak diam, menyendiri, tidak berkomunikasi dan menarik diri dari kehidupan sosial serta sukar untuk mengambil keputusan bagi dirinya sendiri. Akibat terburuk dari ketidakmampuan lansia dalam menghadapi masalahnya adalah depresi berat yang berujung dengan bunuh diri.<sup>5</sup> Sehingga dibutuhkan suatu terapi untuk membantu lansia meningkatkan harga dirinya.

Terapi kelompok ulasan hidup adalah teknik meninjau peristiwa dalam kehidupan seseorang sebagai persiapan untuk akhir hidup. Terapi ini dapat dikatakan sebagai cara yang efektif untuk membantu lansia mengatasi tahapan akhir kehidupan dan menjadi sarana untuk meningkatkan generativitas dalam hidup. Terapi kelompok ulasan hidup tidak hanya mengajak mengingat masa lalu yang menyenangkan, melainkan mengingat, menganalisis dan

mengevaluasi baik pengalaman di masa lalu yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Melalui analisa dan evaluasi terhadap pengalaman di masa lalu, persepsi negatif lansia terhadap dirinya akan berubah menjadi persepsi yang positif. Sehingga dengan persepsi positif yang dimiliki, lansia dapat menerima diri sendiri dan merasa dirinya berharga. Dengan demikian terapi kelompok ulasan hidup membuat lansia dapat membangun kepercayaan diri dan harga diri. Selain itu, terapi kelompok ulasan hidup yang dilaksanakan secara berkelompok akan memberikan motivasi pada lansia melalui pengalaman anggota lainnya. Oleh karena itu, terapi kelompok ulasan hidup merupakan terapi harga diri yang tepat untuk diberikan pada lansia. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek terapi kelompok ulasan hidup dalam meningkatkan harga diri lansia.

## Metode

Desain penelitian ini adalah *Pre-Experimental One Group Pretest-Posttest Without Control Group*. Jumlah keterbatasan sampel menyebabkan penelitian tidak melibatkan kelompok kontrol. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Setelah dilakukan penghitungan rumus besar sampel, maka diperoleh jumlah sampel sebanyak 25 responden.

Kriteria inklusi penelitian ini meliputi: 1) Lansia minimal berusia 60 tahun, 2) Lansia bersedia menjadi subjek penelitian, 3) Lansia yang mau mengikuti terapi dengan baik. Sedangkan kriteria eksklusi yang ditetapkan adalah: 1) Lansia yang memiliki kemampuan verbal atau berbicara dan pendengaran kurang baik, 2) Lansia yang memiliki hambatan mobilitas fisik sehingga tidak dapat mengikuti kegiatan, 3) Lansia yang mengalami demensia atau gangguan jiwa berat seperti skizofrenia dan 4) Lansia yang tidak bersedia menjadi subjek penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuesioner sebagai instrumen.

Terapi kelompok ulasan hidup yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk mengulas kembali pengalaman hidup lansia. Terapi ini dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan selama 2 minggu selama 60-90 menit tiap sesi pertemuan. Terdapat tiga tema dalam terapi ini, yaitu: 1) Sesi 1: Orang tua dan saudara di masa anak-anak, 2) Sesi 2: Masa remaja dan 3) Sesi 3: Peran positif yang pernah dijalani.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES). Kuesioner ini dinyatakan valid dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,819 sehingga kuesioner dapat dikatakan reliabel karena koefisien reliabilitas  $>0,72$ . Analisa data menggunakan uji Wilcoxon karena data tidak terdistribusi normal.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil analisa data menggambarkan karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, status perkawinan, lama menghuni panti, pendidikan, jadwal kunjungan keluarga, dan pekerjaan sebelum menghuni panti. Sebelum dan sesudah diberikan terapi kelompok ulasan hidup, dilakukan pengukuran harga diri pada semua responden dengan menggunakan kuesioner RSES. Uji Wilcoxon dilakukan untuk mengetahui efek terapi kelompok ulasan hidup dalam meningkatkan harga diri lansia, karena data tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	n	%
<b>Usia</b>		
60-70 tahun	7	28
71-80 tahun	8	32
81-90 tahun	10	40
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	6	24
Perempuan	19	76
<b>Status Perkawinan</b>		
Tidak kawin	4	16
Janda/Duda	9	36
Kawin	12	48
<b>Lama Menghuni Panti</b>		
0-5 tahun		72
6-10 tahun		12

Variabel	n	%
>10 tahun		16
<b>Pendidikan Terakhir</b>		
Tidak sekolah	5	20
SD	5	20
SMP	9	36
<b>Jadwal Kunjungan Keluarga</b>		
Tidak pernah	2	8
Satu minggu sekali	2	8
Satu bulan sekali	12	12
Tidak menentu	18	72
<b>Pekerjaan Sebelum Menghuni Panti</b>		
Tidak bekerja	6	24
Wiraswasta	2	8
Lain-lain	17	68

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden lebih banyak yang berusia antara 81-90 tahun (40%). Berdasarkan jenis kelamin jumlah responden perempuan lebih banyak dari responden laki-laki yaitu 19 responden (76%), nilai rerata harga dirinya 4.1 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 6 responden (24%), nilai rerata harga dirinya 4.7 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang. Perempuan memiliki kecenderungan mengalami harga diri lebih rendah daripada laki-laki.<sup>4</sup> Seiring dengan bertambahnya usia, semakin banyak perubahan yang terjadi pada lansia baik perubahan fisik maupun mental yang dapat mempengaruhi harga diri lansia. Harga diri pada kelompok lanjut usia cenderung lebih rendah, baik pada laki-laki maupun perempuan.<sup>2</sup>

Jumlah responden perempuan lebih banyak yaitu 19 responden (76%). Selanjutnya jumlah responden yang diteliti mayoritas berstatus kawin (48%) dan yang berstatus tidak kawin (16%). Dari sejumlah 25 responden yang diteliti, sebagian besar responden (72%) telah menghuni panti 0-5 tahun, dan responden yang telah menghuni panti selama 6-10 tahun (12%). Selain itu dari karakteristik responden berdasarkan pendidikan, responden yang tidak bersekolah sebanyak 5 responden (20%) dimana nilai rerata harga dirinya 3.2 yaitu berada pada tingkat harga diri rendah, pendidikan terakhir pada tingkat SD 5 responden (20%), nilai rerata harga dirinya 4.2 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang. Responden yang berpendidikan terakhir SMP 9 responden (36%), nilai rerata harga dirinya 4.6 yaitu berada pada tingkat harga

diri sedang. Jika dibandingkan dengan responden yang berpendidikan SMA sebanyak 6 responden (24%), nilai rerata harga dirinya 4.8 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang. Pendidikan yang rendah menjadi salah satu faktor yang menyebabkan perubahan harga diri lansia, dimana tingkat pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi kemampuan berpikirnya.<sup>6</sup>

Sedangkan berdasarkan status perkawinan didapatkan hasil janda atau duda yaitu sebanyak 9 responden (36%), nilai rerata harga dirinya 4.7 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang, dan yang berstatus tidak kawin yaitu sebanyak 4 responden (16%), nilai rerata harga dirinya 3.75 yaitu berada pada tingkat harga diri rendah. Pasangan hidup menjadi sumber hubungan sosial yang tidak tergantikan. Hubungan tersebut berupa afeksi, rasa pertemanan, serta rasa aman dan nyaman. Kehilangan pasangan hidup membawa perubahan besar dalam peran dan kehidupan sehari-hari lansia.<sup>7</sup>

Berdasarkan lama menghuni panti, 18 responden (72%) telah menghuni panti 0-5 tahun, nilai rerata harga dirinya 4.7 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang. Lansia yang tinggal di panti werdha akan berusaha beradaptasi secara positif dan menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungannya.<sup>8</sup> Namun, kegagalan respon adaptif yang ditandai dengan kegagalan dalam berinteraksi dapat menyebabkan kekhawatiran serta perubahan tingkat harga diri.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Harga Diri Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi**

Waktu	Harga Diri					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	n	%	n	%	n	%
Pre-test	5	20	20	80	0	0
Post-test	0	0	21	84	4	16

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 25 responden didapatkan penurunan jumlah responden yang memiliki harga diri rendah sebesar 20%. Peningkatan persentase harga diri sedang sebesar 4% dan peningkatan persentase harga diri tinggi sebesar 16%. Seluruh responden yang diberikan terapi kelompok ulasan hidup, mendapatkan nilai *positive ranks* atau seluruhnya mengalami peningkatan nilai rerata harga diri.

**Tabel 3. Perbedaan Nilai Rerata Harga Diri Sebelum dan Sesudah Pemberian**

Waktu	N	Mean	Min-Max	Z	P
Pre-test	25	4,28	1-6	-4,437	0,000
Post-test	25	6,16	4-8		

Pada tabel 3 terlihat bahwa nilai rerata harga diri lansia sebelum terapi kelompok ulasan hidup adalah sebesar 4,28. Sedangkan saat sesudah diberikan terapi kelompok ulasan hidup, nilai rerata sebesar 6,16 dengan p 0,000 dan Z sebesar -4,437. Karena  $p < \alpha$  (0.05) maka  $H_0$  ditolak, ini menyatakan ada pengaruh positif pemberian terapi kelompok ulasan hidup terhadap nilai rerata harga diri lansia.

Harga diri dapat dipengaruhi oleh orang yang terdekat dalam hidup seseorang, seperti orangtua dan keluarga. Dapat dilihat pada faktor penghargaan dan penerimaan tampak bahwa 17 responden (68%) tidak tentu dikunjungi keluarga baik itu anaknya maupun saudaranya. Nilai rerata harga diri responden adalah 4.3 dimana dalam hal ini berada pada tingkat harga diri sedang. Dukungan keluarga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi lansia mengalami perubahan tingkat harga diri, dimana kehadiran orang lain dapat mempengaruhi area berpikir seseorang sehingga mempengaruhi persepsi seseorang terhadap dirinya.<sup>5</sup>

Faktor kelas sosial dan kesuksesan dapat dilihat dari pekerjaan seseorang. Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa responden dengan pekerjaan seperti penjaga toko, sopir, pelayan restoran, dan lain-lain yaitu sebanyak 17 responden (68%), nilai rerata harga dirinya 4.6 yaitu berada pada tingkat harga diri sedang. Responden yang sebelumnya tidak bekerja sebanyak 6 responden (24%), nilai rerata harga dirinya 3 yaitu berada pada tingkat harga diri rendah. Tingkat harga diri lansia dipengaruhi oleh pekerjaan dan finansial. Pekerjaan, jabatan, dan tingkat finansial seseorang akan menimbulkan rasa bangga pada dirinya, sehingga memiliki harga diri yang lebih tinggi. Lansia dengan kelas sosial yang lebih rendah juga memiliki harga diri yang lebih rendah.<sup>5</sup>

Harga diri lansia adalah penilaian lansia terhadap pencapaiannya semasa hidup. Sehingga pengalaman sepanjang hidup lansia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perubahan psikologisnya. Saat lansia meninjau kembali hidupnya, maka dia akan bercermin

diterhadap keberhasilan dan kekecewaan yang dialaminya.<sup>5,9</sup>

Terapi kelompok ulasan hidup memberikan motivasi untuk hidup dengan meninjau, menganalisis dan mengevaluasi masa lalu dari perspektif yang berbeda, merekonstruksi dan menggabungkan peristiwa masa lalu, dan akhirnya mengintegrasikan mereka sampai mereka bisa menerima diri sendiri. Kemampuan lansia untuk menerima dirinya sendiri ini secara tidak langsung akan meningkatkan rasa percaya diri dan membuat lansia mampu untuk tetap produktif di masa tuanya. Sehingga terapi kelompok ulasan hidup dapat diterapkan untuk meningkatkan harga diri individu.<sup>10,11,12</sup>

Pelaksanaan terapi kelompok ulasan hidup dilakukan sesuai tahapan seseorang, yaitu dari masa kanak-kanak hingga lansia. Penggunaan tema-tema tersebut diharapkan dapat lebih membantu lansia untuk mengingat secara terstruktur, sehingga proses analisis terhadap pengalaman masa lalu dapat lebih efektif. Proses pelaksanaan terapi sebanyak tiga kali pertemuan dilaksanakan dalam waktu dua minggu.

Terapi kelompok ulasan hidup membantu lansia untuk mengingat pengalaman di masa lalunya, tentang orang tua dan saudara di masa anak-anak, masa remaja, dan pengalaman positif yang pernah dijalani. Selain mengingat pengalaman masa lalunya, lansia diajak untuk menganalisis dan mengevaluasi pengalaman tersebut dan membantu lansia mengubah persepsi negatif dalam dirinya menjadi persepsi positif. Fasilitator berusaha mengajak lansia mengevaluasi pengalaman masa lalu yang telah diceritakan. Menangis dan menyalahkan atau mengkritik diri sendiri ketika bercerita menjadi salah satu tanda bahwa lansia memiliki persepsi negatif terhadap pengalamannya. Hal tersebut dapat menjadi titik masuk fasilitator membantu lansia menganalisa dan mengevaluasi pengalamannya, tidak menyesali dan menyalahkan diri sendiri. Sehingga lansia memiliki persepsi yang positif terhadap dirinya. Selain itu, kehadiran dan dorongan dari anggota kelompok membuat lansia tidak merasa sendirian sehingga lansia menjadi lebih percaya diri dan berharga.

Lansia merupakan masa yang paling rentan dalam tahapan kehidupan manusia. Terapi kelompok ulasan hidup dianggap sebagai terapi psikososial yang efektif untuk lansia. Terapi ini

dilakukan melalui tahapan proses mengingat, mengevaluasi dan mengintegrasikan pengalaman hidup untuk memfasilitasi pencapaian integritas ego di tahap kehidupan akhir. Melalui terapi kelompok ulasan hidup, lansia dapat melakukan analisa dan evaluasi terhadap pengalaman di masa lalu. Diharapkan persepsi negatif lansia terhadap dirinya akan berubah menjadi persepsi yang positif. Sehingga dengan persepsi positif yang dimiliki, lansia dapat menerima diri sendiri dan merasa dirinya berharga. Terapi kelompok ulasan hidup dapat menciptakan lingkungan yang positif dengan adanya dukungan yang kuat satu sama lain. Situasi inilah yang dapat meningkatkan harga diri seseorang.<sup>10,11,12</sup>

### Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini yaitu: 1) nilai rerata harga diri lansia sebelum pemberian terapi kelompok ulasan hidup pada 25 responden adalah 4,28 (tingkat harga diri sedang), 2) nilai rerata harga diri lansia setelah pemberian terapi kelompok ulasan hidup pada 25 responden menunjukkan peningkatan yaitu menjadi 6,16 (tingkat harga diri sedang) dan 3) terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai rerata harga diri lansia sebelum dan setelah diberikan terapi kelompok ulasan hidup. Terapi kelompok ulasan hidup memungkinkan untuk dimasukkan sebagai penambahan dalam bahasan terapi komplementer pada bidang keilmuan keperawatan jiwa sebagai salah satu alternatif terapi aktivitas kelompok untuk meningkatkan harga diri pada lansia.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih banyak atas dukungan dari Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

### Referensi

1. Tim National Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. The Situation of the Elderly in Indonesia and Access to Social Protection Programs: Secondary Data Analysis [Internet]. [cited 2021 Aug 17]. Available from: [https://smeru.or.id/en/content/situation-](https://smeru.or.id/en/content/situation-elderly-indonesia-and-access-social-protection-programs-secondary-data-analysis)

- elderly-indonesia-and-access-social-protection-programs-secondary-data-analysis.
2. Szcześniak M, Bielecka G, Madej D, Pieńkowska E, Rodzeń W. The Role of Self-Esteem in the Relationship Between Loneliness and Life Satisfaction in Late Adulthood: Evidence from Poland. *PRBM*. 2020;13:1201–12.
3. Lan X, Xiao H, Chen Y. Life review for Chinese older adults in nursing homes: cultural acceptance and its effects. *Int Psychogeriatr*. 2019;31(04):527–35.
4. Franak J, Alireza K, Malek M. Self-Esteem Among the Elderly Visiting the Healthcare Centers in Kermanshah-Iran (2012). *Glob J Health Sci*. 2015;7(5):352–8.
5. Ali SA, Suhail N, Ali SA. Low Self-Esteem Leads to Depression Among Elderly: Case Study of Nursing Home. *Journal of Universal Surgery* [Internet]. 2016 [cited 2021 Aug 17];4(2). Available from: <https://www.jusurgery.com/abstract/low-selfesteem-leads-to-depression-among-elderly-case-study-of-nursing-home-9808.html>
6. Rawal R, shu A. A Study on Impact of Ageing on Self Esteem. *IntJCurrMicrobiolAppSci*.2019;8(02):1747–51.
7. Rice University. For the brokenhearted, grief can lead to death -- ScienceDaily [Internet]. [cited 2021 Aug 17]. Available from: <https://www.sciencedaily.com/releases/2018/10/181022153512.htm>.
8. Roberts T, Bowers B. How Nursing Home Residents Develop Relationships with Peers & Staff: A Grounded Theory Study. *Int J Nurs Stud*. 2015;52(1):57–67.
9. Rosi A, Cavallini E, Gamboz N, Vecchi T, Van Vugt FT, Russo R. The Impact of Failures and Successes on Affect and Self-Esteem in Young and Older Adults. *Frontiers in Psychology*. 2019;10:1795.
10. Westerhof GJ, Slatman S. In search of the best evidence for life review therapy to

reduce depressive symptoms in older adults:  
A meta-analysis of randomized controlled  
trials. *Clinical Psychology: Science and  
Practice*. 2019;26(4):e12301.

11. Lai CKY, Igarashi A, Yu CTK, Chin KCW.  
Does life story work improve psychosocial  
well-being for older adults in the  
community? A quasi-experimental study.  
*BMC Geriatr*. 2018;18(1):119.
12. Sadri Damirchi E, Ghomi M, Esmaeli Ghazi  
Valoii F. Effectiveness of Life Review Group  
Therapy on Psychological Well-Being and  
the Life Expectancy of Elderly Women.  
*Iranian Journal of Ageing*. 2017  
10;12(3):312–25.