

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG

Aldiron Rudolf Nenotek¹⁾, Susi Milwati²⁾, Sulasmini³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

E-mail : aldyrudolf7@gmail.com

ABSTRAK

Meningkatnya usia harapan hidup penduduk, menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan termasuk depresi yang disebabkan oleh stress dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan. Kesejahteraan lanjut usia tertuang dalam UU No 13/Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lanjut usia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Besar *sampel* dalam penelitian ini adalah 25 orang lansia yang tinggal di panti werdha pangesti lawang dengan usia 60-90 tahun. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui dua buah alat ukur yaitu kuesioner dukungan sosial yang peneliti susun sendiri dan kuesioner tingkat depresi. Hasil perhitungan norma menunjukkan sebagian besar subjek mendapatkan dukungan sosial baik sebanyak 19 orang (76%) dan sebagian besar subjek mengalami tidak depresi sebanyak 18 orang (72%). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di panti Werdha Pangesti Lawang dengan nilai korelasi *spearman rank* 0,857 dan $p= 0,000 < \alpha (0,05)$, sedangkan arah hubungannya adalah positif yang maknanya semakin baik dukungan sosial maka tingkat depresi menurun (tidak ada). Panti perlu mempertahankan dan meningkatkan kerjasama dengan anggota keluarga sehingga terus mengunjung lansia.

Kata Kunci : Dukungan sosial, lansia, tingkat depresi.

**THE RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT WITH THE LEVEL OF
DEPRESSION IN ELDERLY AT NURSING/ELDERLY HOME PANGESTI LAWANG**

ABSTRACT

The increasing life expectancy of the population, causing the number of elderly people is increasing from year to year. The elderly people will be highly vulnerable to health problems including depression caused by stress in the face of the changes of life. Elderly welfare contained in Law No. 13/Year 1998 about the welfare of the elderly. This study is a correlational study aimed to determine the relationship of social support with the level of depression in elderly at Nursing/Elderly Home Pangesti Lawang. The Sample size in this study were 25 elderly people living at nursing home Pangesti Lawang with age 60-90 year. Sampling was done by using purposive sampling. Data were collected through two measuring devices that is questionnaire of social support which made by the researcher himself and questionnaire depression level. The result of norm calculation showed most of the subject get/receive good social support as many as 19 people (76%) and the majority of subject experienced non-depressed as many as 18 people (72%). The result of this study stated that there is a very strong relationship between social support and the level of depression in the elderly at nursing home Pangesti Lawang with a correlation value of Spearman rank (ρ) 0.857 and $p = 0.000 < \alpha$ (0.05). While the direction of the relationship is positive it means the better social support then depression level decreased (nothing). Home need to maintain and improve cooperation with family.

Keywords : Social support, elderly, level of depression.

PENDAHULUAN

Meningkatnya usia harapan hidup penduduk, menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Diseluruh dunia penduduk lansia tumbuh dengan sangat cepat bahkan tercepat dibanding kelompok usia lainnya. Diperkirakan mulai tahun 2010 akan terjadi ledakan jumlah penduduk lanjut usia. Hasil prediksi menunjukkan bahwa presentase

lanjut usia akan mencapai 9,77% dari 237.641.326 jiwa penduduk pada tahun 2010 dan menjadi 11,34% dari 253.900.000 jiwa penduduk pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik, 2010).

Di Indonesia batasan mengenai lanjut usia adalah 60 tahun keatas, tepat dalam Undang - Undang No 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2. Menurut Burnsie dalam Kusharyadi (2010) yang di kategorikan usia lanjut adalah di atas usia

60 tahun serta di bagi dalam *young – old* (60–69 tahun), *middle age old* (70 -79 tahun), *old-old* (80-89 tahun), dan *very old* (90 tahun keatas). Di Indonesia mengalami peningkatan populasi penduduk lansia yang amat pesat 4,48 % pada tahun 1971 (5,3 juta jiwa) menjadi 9,97% pada tahun 2010 (23,9 juta jiwa). Bahkan pada tahun 2020 di prediksi akan terjadi ledakan lansia sebesar 11,34 % atau sekitar 28,8 juta jiwa. Fenomena terjadinya peningkatan jumlah penduduk lansia di sebabkan oleh penurunan angka fertilitas penduduk, perbaikan status kesehatan serta perubahan gaya hidup. (Fatmah, 2010.)

Oleh karena itu keberadaan lansia tidak bisa dikesampingkan dalam kehidupan keluarga, masyarakat, bangsa dan Negara. Kepedulian akan kesejahteraan lansia tertuang dalam UU No 13/Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia. Berbagai kebijakan dan program yang dijalankan pemerintah diantaranya tertuang dalam peraturan pemerintah nomor 43 tahun 2004 tentang pelaksana upaya kesejahteraan lanjut usia (Depkes, 2012).

Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan, termasuk depresi yang disebabkan oleh stress dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan. Perubahan psikologis pada lansia meliputi dimensia, frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahann keinginan, depresi, dan kecemasan. Pada lansia yang telah lama mengalami sakit

akan sering mengalami depresi (Maryam dkk, 2011).

Dukungan Sosial didefinisikan sebagai persepsi atau pengalaman bahwa seseorang dicintai dan disayangi, dihargai dan dinilai dan merupakan bagian dari suatu jaringan sosial yang memberikan bantuan dan kewajiban secara timbal balik (Wilis dalam Taylor, 2003). Dukungan sosial dapat berfungsi antara lain untuk memenuhi kebutuhan adanya bimbingan, memberikan adanya perasaan ada teman yang bisa diandalkan, meyakinkan keberhargaan diri, kesempatan untuk memberikan perhatian kepada orang lain, kasih sayang dan interogasi social (Weiss dalam Cutrona & Russel, 1994). Dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian, dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Menurutnya dukungan social selalu mencakup dua hal penting, yaitu persepsi bahwa ada sejumlah orang yang dapat diandalkan oleh individu pada saat ia membutuhkan bantuan dan derajat kepuasan akan dukungan yang diterima berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya dipenuhi (Sarason dalam Kuntjoro, 2002).

Dukungan sosial merupakan suatu fenomena yang menarik dalam ilmu psikologi karena secara potensial dapat membantu memahami hubungan antara individu dengan lingkungan sosialnya. Hubungan ini melibatkan berbagai aspek dukungan yang diterima individu atau komunitas sosial yang lebih luas. Dengan demikian, secara umum

dukungan sosial telah dianggap sebagai sesuatu yang menguntungkan baik langsung atau tidak langsung terhadap kualitas hubungan. Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan, termasuk depresi yang disebabkan oleh stress dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang disebut sebagai tahun emas. Perubahan kehidupan yang dimaksud antara lain adalah pensiun, penyakit atau ketidakmampuan fisik, penempatan dalam panti, kematian pasangan, dan kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun. Kematian keluarga dan teman-teman menimbulkan duka cita dan mengingatkan pada orang yang berusia lanjut akan usia mereka yang semakin bertambah serta semakin berkurangnya ketersediaan dukungan sosial. Dukungan sosial dianggap penting bagi kebahagiaan hidup para lanjut usia, sehingga dirasakan bahwa keberadaannya masih berarti bagi keluarga dan orang lain disekitarnya (Purnama 2009). Sejalan dengan hal ini, dikalangan generasi muda juga masih banyak yang memegang kuat pandangan bahwa orang tua wajib dihormati, dihargai dan disayangi, karena telah melahirkan dan membesarkan mereka (Wisana 1999). Disamping dukungan yang diberikan oleh keluarga, Menurut Zainuddin (2002) menyatakan bahwa dukungan sosial dari orang lain seperti teman merupakan hal yang sangat berharga dan akan menambah ketentraman hidupnya.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Nungki Rahmawati (2009), Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di Desa Ngadirojo, dalam penelitiannya menyatakan bahwa semakin baik dukungan sosial keluarga akan menurunkan tingkat depresi pada lansia. Farida (2012), menyatakan dalam penelitiannya bahwa semakin baik dukungan sosial akan menurunkan tingkat kecemasan lansia. Purnomo (2008) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara perubahan psikososial dengan depresi pada lanjut usia. Kusumadana (2012) dengan hasil yang mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan dengan tingkat depresi pada lansia. Penelitian lain oleh Rahayu (2004) menyatakan bahwa lansia yang tidak dikunjungi anggota keluarga kebanyakan mengalami stress berat. Lansia yang tidak dikunjungi oleh anggota keluarga mereka merasa kesepian karena kurang diperhatikan oleh anggota keluarganya, mereka berpikir bahwa mereka sudah tidak dianggap keluarga.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Panti Werha Pangesti Lawang tanggal 18 Mei 2015 didapatkan jumlah lansia sebanyak 58 orang. Sebagian besar lansia dimasukan oleh keluarganya karena lansia sering ditinggal sendirian dirumah. Dari hasil wawancara dengan petugas pantimereka mengatakan bahwa beberapa lansia dipanti mengalami

gangguan penurunan fungsi fisik dan jarang sekali dikunjungi keluarga, hal inilah yang menyebabkan depresi pada lansia. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan seorang lansia, dia mengatakan terpaksa tinggal dipanti, "senang tidak senang, disenang-senangin aja mas". Dan dia juga mengatakan meskipun keluarga jarang mengunjunginya tetapi dipanti banyak teman yang menemani. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang, mendiskripsikan dukungan sosial pada lansia, mendiskripsikan tingkat depresi pada lansia, menganalisis hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah korelasi yaitu mencari, menjelaskan suatu hubungan antar variabel, menguji berdasarkan teori yang ada dengan pendekatan *Cross Sectional Design* yaitu dimana dalam pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada saat itu. Berdasarkan jenis ini variabel independen dan dependen dinilai secara

simultan pada satu saat, jadi tidak ada *follow up* (Nursalam, 2008).

Pada penelitian ini yang menjadi variabel *independent* adalah dukungan sosial. Variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah tingkat depresi. Kriteria inklusi sampel dalam penelitian ini antara lain : lansia yang bersedia menjadi responden, lansia yang berusia 60-80 tahun, lansia yang kooperatif, lansia yang tinggal dipanti, tinggal mengalami gangguan jiwa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel1. Distribusi frekuensi dukungan social di Panti Werdha Pangesti Lawang Tahun 2015

| Dukungan sosial | f | (%) |
|-----------------|----|-----|
| Baik | 19 | 76 |
| Cukup | 4 | 16 |
| Kurang | 2 | 8 |
| Total | 25 | 100 |

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa hampir seluruh lansia mendapatkan dukungan sosial baik yaitu 19 orang (76%)

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat depresi di panti werdha pangesti Lawang Tahun 2015

| Tingkat Lansia | Depresi | f | (%) |
|----------------|---------|----|-----|
| Tidak | | 18 | 72 |
| Sedang | | 5 | 20 |
| Berat | | 2 | 8 |
| Total | | 25 | 100 |

Berdasarkan Tabel 2. dapat diketahui bahwa hampir seluruh lansia tidak depresi yaitu 18 orang (72%)

Tabel 3. Analisis statistik hubungan si pada lansia dukungan sosial dengan tingkat depresi di Panti Werdha Pangesti Lawang

| Variabel (x) | Variabel (Y) | P Value | Koef. korelasi |
|-----------------|-----------------|---------|----------------|
| Dukungan Sosial | Tingkat Depresi | 0,000 | 0,857 |

Berdasarkan Tabel 3. dapat diketahui bahwa nilai *p-value* sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$, artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang.

Nilai korelasi *spearman rank* (ρ) sebesar 0,857 membuktikan bahwa adanya hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang.

Dukungan Sosial dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang

Berdasarkan hasil penelitian membuktikan *p-value* sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Nilai korelasi *spearman rank* (ρ) sebesar

0,857 membuktikan bahwa hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang sebesar 85,7% yaitu adanya hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa semakin baik dukungan sosial maka tingkat depresinya semakin kecil (tidak ada).

Berdasarkan penelitian, hal ini disebabkan karena lansia mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarga, petugas panti dan teman sebaya, hal inilah yang mempengaruhi tingkat emosi dari lansia, hal-hal inilah yang mengakibatkan lansia ada yang tidak bisa mengontrol emosinya sehingga pengontrolan dalam meminimalkan depresi itu sangat sedikit.

Menurut (Kustyaningsih, 2011), stres yang menimbulkan depresi sangat rentan terjadi pada lanjut usia karena faktor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan dari keluarga maupun orang-orang terdekat kepada lanjut usia, akan mempengaruhi coping pada lanjut usia tidak adekuat. Coping yang tidak adekuat dalam menghadapi masalah, akan menyebabkan krisis yang bertumpuk dan berkepanjangan yang akhirnya dapat menimbulkan gejala depresi.

Usia lanjut adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari (Pujiono, 2014), setiap lansia adalah unik, oleh karena itu perawat harus memberikan pendekatan yang berbeda

antara satu lansia dengan lansia yang lain. Bentuk hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia, keluarga, petugas panti, teman sebaya sebagai sistem pendukung bagi lansia artinya orang terdekat dari lanjut usia bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan, seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan, karena memiliki hubungan fisik maupun psikis (depresi) seseorang. Pada umumnya, yang rentan terkena depresi adalah orang cacat dan lanjut usia (lansia) dengan tingkat depresi rata-rata berat. Hal ini disebabkan karena mereka menganggap bahwa perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan, yang disertai perasaan sedih, kehilangan minat dan kegembiraan, berkurangnya energi yang menuju kepada meningkatnya keadaan mudah lelah yang sangat nyata dan berkurangnya aktivitas. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan Nungki Rahmawati (2009), Farida (2012), dan Kusumadana (2012) yang menyatakan bahwa hubungan yang signifikan antara dukungan dengan tingkat depresi pada lansia. Berdasarkan pada hasil penelitian ini maka dukungan sosial terhadap lansia perlu diperhatikan dan harus dapat ditingkatkan, yaitu dengan ;

Meningkatkan dukungan emosional (*Emotional support*), dukungan secara emosional dilakukan dengan meningkatkan rasa empati, peduli terhadap lansia di panti Werdha Pangesti

Lawang sehingga memberikan rasa nyaman, perhatian, dan penerimaan secara positif, dan memberikan semangat kepada lansia. Dengan menyediakan kenyamanan dan menjamin perasaan, lansia yang menerima dukungan ini akan merasa dicintai dan dihargai.

Dukungan Instrumental (*Instrumental Support*), dukungan dengan memberi bantuan secara langsung atau nyata baik berupa materi seperti melayani bantuan secara financial atau benda-benda yang di butuhkan.

Dukungan Informatif (*Informational Support*), lansia di panti Werdha Pangesti Lawang perlu mendapatkan dukungan ini yaitu dengan memberikan nasehat, arahan, sugesti atau *feedback* mengenai bagaimana orang melakukan sesuatu. Dukungan ini dapat dilakukan dengan memberikan informasi yang dibutuhkan oleh seseorang. Di Panti Werdha Pangesti Lawang lansia sering sekali mendapatkan dukungan informasi yang baik yaitu berupa Informasi mengenai kesehatan lansia.

Dukungan penghargaan meningkatkan dukungan pada lansia di panti Werdha Pangesti Lawang secara nyata dengan memberikan penghargaan jika pandang perlu, memberikan pujian jika mempunyai ide positif atau gagasan yang bagus. Mendukung kegiatan lanjut usia serta tidak membatasi lanjut usia untuk mengekspresikan keinginannya namun tetap dalam koridor yang tidak membahayakan jiwa dan mentalnya. Memberikan *reinforcement* terhadap kegiatan positif yang telah

dilakukan, sehingga dalam menjalani usia senjanya lanjut usia tetap merasa bermakna.

Melalui dukungan sosial yang lebih baik pada lansia khususnya di panti Werdha Pangesti Lawang, dapat memberikan manfaat yang besar terhadap berbagai masalah terutama tingkat depresi pada lansia.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang yang dibuktikan oleh nilai p value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$. Nilai korelasi *spearman rank* (ρ) sebesar 0,857 membuktikan bahwa hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang sebesar 85,7% yaitu adanya hubungan yang kuat antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang.

DAFTAR PUSTAKA

- Kuntjoro, Zainudin A. 2002. *Dukungan Sosial Pada Lansia*. <http://www.e-psikologi.com/epsi/artikel/detail.aspx?id=183>. Diakses pada tanggal 17 Januari 2015.
- Maryam, S dkk.2011.*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, 2000. *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Orford, J. 1992. *Community Psychology: Theory and Practice*. England: John Wiley & Sons.
- Smet, Bart. 2006. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Statistik, Indonesia. 2010. <http://www.datastatistik-indonesia.com>. Di akses tanggal 26 Mei 2015.
- Taylor, S.E. 2003. *Healt Psychology*. New York: McGraw-Hill Companies Inc.
- Fatmah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Pujiono. 2014. *Efektivitas Pelaksanaan Program Posyandu Lanjut Usia*(Studi Di Pekon Pardasuka, Kecamatanatan Pardasuka, Kabupatenupaten Tanggamus), Abstrack. Diakses dalam <http://www.usu.go.id>, Diakses pada tanggal 10 Oktober 2015.