

GAMBARAN TINGKAT DEPRESI LANSIA DI PANTI SOSIAL LANJUT USIA TULUNGAGUNG

*(The Discription Grade of Depression Elderly People in Blitar Society
Service of Elderly at Tulungagung)*

Tragara Zalzal Sciora

Jurusan Keperawatan Poltekkes Malang

e-mail: tragara01@gmail.com

Abstract: *The process of aging is a process of gradual disappearance of the network's ability to improve. Depression is one of the most common disorders in the elderly who need handling holistic and balanced in the physical, mental and social. The research aim was to indentify the grade of depression elderly people in Blitar society service of elderly people at Tulungagung. The research design used descriptive research. The population of this research was all of elderly at Blitar society service of elderly people at Tulungagung. The sampel size was 45 elderly (21 men elderly and 24 women elderly) with porposive sampling. The research held on 21 february 2014 at Blitar society service of elderly people at Tulungagung. In this research, data was preserved in descriptive analysis with fequency table and radian diagram by percentage and narration. From the research result got the elderly had no depression amount 17,8%, the next elderly with light depression amount 22,2%, the next elderly with medium depression amount 22,2% and elderly with heavy depression amount 37,8%. From the results of researches are expected to managers elderly people in Blitar society service of elderly people at Tulungagung. improve services for the prevention of cases of depression in the elderly.*

Keywords: *depression, elderly*

Abstrak: Usia lanjut dapat dikatakan usia emas. Depresi merupakan salah satu gangguan yang paling sering dijumpai pada lansia yang membutuhkan penanganan secara holistic, mental dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat depresi lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Desain penelitian yang digunakan adalah Deskriptif, Populasinya adalah seluruh penghuni lansia yang berada di Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 45 lansia, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 21 lansia dan perempuan sebanyak 24 lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21 Februari sd 16 maret 2014. Berdasarkan penelitian di Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung didapatkan 17,8% dengan tingkat depresi normal/tidak ada depresi, 22,2% dengan tingkat depresi ringan, 22,2% dengan tingkat depresi sedang dan 37,8% dengan tingkat depresi berat. Diharapkan pengelola Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung untuk meningkatkan pelayanan untuk pencegahan depresi pada lansia.

Kata Kunci: depresi, lanjut usia

Lanjut usia adalah seseorang yang mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial dan lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang tela mencapai usia 60 tahun keatas baik pria maupun wanita, yang masih aktif dan berkerja ataupun mereka yang tidak berdaya untuk mencari nafkah sendiri sehinga

bergantung kepada orang lain untuk menghidupi dirinya (Ineko, 2012). Pada lanjut usia terdapat beberapa perubahan pada aspek biologis yaitu adanya perubahan genetik yang mengakibatkan terganggunya metabolisme protein, gangguan metabolisme nucleic acid, dan deoxyribonucleic (DNA)

menurut Setiabudhi (1999). Perubahan lansia pada aspek fisiologis yang terjadi pada aktivitas seksual pada usia lanjut biasanya berlangsung secara bertahap dan menunjukkan status dasar dari aspek vaskuler, hormonal dan neurogiknya (Alexander dan Allison (1989) dalam buku Darmojo, 2004). Menurut Santrock (2002) perubahan psikologis pada lansia sejalan dengan perubahan secara fisiologis. Masalah psikologis ini pertama kali mengenai sikap lansia terhadap kemunduran fisiknya (*disengagement theory*) yang berarti adanya penarikan diri dari masyarakat dan dari diri pribadinya satu sama lain. Lansia dianggap terlalu lamban dengan daya reaksi yang lambat, kesigapan, dan kecepatan bertindak dan berpikir menurun. Perubahan sosial pada lansia umumnya lansia banyak yang melepas partisipasi sosial mereka, walaupun pelepasan itu dilakukan secara terpaksa.

Menurut Hardywinoto dan Setiabudhi (2005) tidak semua lanjut usia mengeluh macam-macam dan bila ada keluhan yang dikemukakan individu lanjut usia, perlu diinterpretasikan secara berbeda, karena setiap keluhan tersebut, kendatipun memiliki masalah penyakit yang sama, namun akan muncul secara berbeda tergantung pada kematangan pribadi dan situasi ekonomi lanjut usia masing-masing. Dan perubahan pada lansia pada aspek psikologis secara sederhana dapat dikatakan bahwa depresi adalah suatu pengalaman yang menyakitkan, suatu perasaan tidak ada harapan lagi. Dr. Jonatan Trisna menyimpulkan bahwa depresi adalah suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan diperlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Mulai dari perasaan murung sedikit sampai pada keadaan tak berdaya. Depresi adalah gangguan perasaan (afek) yang ditandai dengan afek. Disforik (kehilangan kegembiraan/gairah) disertai dengan gejala-gejala lain, seperti gangguan tidur dan menurunnya selera makan.

Depresi ialah suatu penyakit episodik dimana gejala depresi dapat terjadi sendirian atau disertai oleh mania (penyakit manik-depresi atau bipolar). Prevalensi depresi bervariasi pada berbagai peneliti, mungkin sekitar 5% sampai 10% pada populasi orang dewasa atau lansia di Amerika Utara dan sekitar 1–1,5% pada anak usia sekolah (Lumbantobing, 2004). Gejala depresi adalah kumpulan dan perilaku dan perasaan yang secara spesifik dapat dikelompokkan sebagai depresi. Namun yang perlu diingat, setiap orang mempunyai perbedaan yang mendasar, yang memungkinkan suatu peristiwa atau perilaku

dihadapi secara berbeda dan memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lain. Gejala-gejala depresi ini bisa kita lihat dan tiga segi, yaitu gejala dilihat dan segi fisik, psikis, dan sosial. Resiko dari depresi yaitu bunuh diri, gangguan dalam hubungan, anoreksia nervosa, obesitas dan perilaku merusak.

Data Prevalensi depresi pada lansia di Indonesia di peroleh kejadian sebanyak 76,3% proporsi pasien dengan depresi ringan adalah 44,1%, depresi sedang sebanyak 18% sedangkan depresi berat 3,2%. (Lestari, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan tanggal 26 Desember 2013 di panti sosial lanjut usia di Tulungagung dengan wawancara dan observasi dari 5 lansia didapatkan 3 lansia mengatakan merasa tidak berdaya, tidak berharga, merasa tidak bahagia, mengatakan sering gelisah, dan terlihat sering menyendiri, malas melakukan kegiatan. Dan 2 lansia mengatakan melakukan senam tiap hari senin, rabu dan jumat selanjutnya Selasa mengikuti kerajinan dan hari Kamis mengikuti siraman rohani. Kebanyakan lansia yang tinggal di panti sosial lanjut usia Tulungagung ini sudah tidak memiliki keluarga, yang masih memiliki keluarga sejumlah 15 orang tetapi hanya sekitar 8 keluarga lansia yang masih peduli dengan keluarganya yang berada di panti. Jumlah kunjungan keluarga setiap bulan hanya 5–7 orang dengan pengunjung yang sama. Dari urian saya tarik meneliti tingkat depresi pada lansia di panti sosial lanjut usia Tulungagung.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimanakah tingkat depresi lansia di panti sosial lanjut usia Tulungagung. Tujuan pada penelitian ini adalah Untuk menggambarkan tingkat depresi lansia di panti sosial lanjut usia Tulungagung. Sedangkan manfaat penelitiannya adalah (1) Menambah pengetahuan dan pengalaman tentang tingkat depresi pada lansia, (2) Sebagai sumber data penelitian berikutnya, sebagai wawasan dan bacaan untuk mahasiswa politeknik kesehatan kemenkes Malang, (3) Agar pengurus panti dapat memahami tentang gejala-gejala depresi.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah deskriptif bertujuan untuk mendiskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa urgen yang terjadi pada masa kini. Subyek pada penelitian ini sebanyak 45 lansia, yang dipilih menggunakan purposive sampling dengan kriteria (1) dapat beraktifitas, (2)

bersedia menjadi responden, (3) bias membaca dan menulis.

Variabel yang dinilai adalah depresi lansia yang memiliki kategori (1) merasa putus asa, (2) Meninggalkan kegiatan dan minat (3) Merasakan bosan (4) Tidak semangat setiap hari (5) Perasaan takut (6) Merasa tidak berharga (7) Merasa gelisah (8) Merasa tidak ada harapan.

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah Kuesioner Status Psikologis (Skala Depresi Geriatrik Yesavage, 1983).

Proses pengumpulan data pada tanggal 21 Februari sd 16 maret 2014 oleh peneliti yang bertempat di UPT panti sosial lanjut usia blitar di Tulungagung. Sebelum penelitian ini di mulai peneliti memilih lansia yang mau di ambil data dengan melihat lansia seperti yang sama dengan criteria inklusi. Pengambilan data ini dilakukan dengan cara peneliti mendekati lansia satu persatu lansia di masing-masing wisma, membina hubungan baik dengan lansia, dan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian. Selanjutnya, peneliti meminta lansia menandatangani lembar persetujuan, kemudian mengisi instrumen yang di isi oleh peneliti dengan menyakan kepada masing-masing lansia.

Analisa data dilakukan dengan menjumlah jawaban dari responden, jawaban sesuai kunci mendapat nilai 1, sedangkan jawaban tidak sesuai kunci jawaban mendapatkan nilai 0. Pengelolaan data dari variabel depresi lansia didapatkan nilai: (1) Nilai: 0–5: Normal (2) Nilai: 6–15: Depresi ringan sampai sedang (3) Nilai: 16–30: Depresi berat.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Lansia di PSLU Tulungagung digambarkan pada tabel di 1.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa jenis kelamin yang banyak adalah pada perempuan sejumlah 53% (24 lansia), umur lansia yang banyak pada umur 60–80 sebanyak 60% (27 lansia), lama lansia tinggal di panti yang banyak pada 0–5 tahun sebanyak 65% (29 lansia), alasan lansia tinggal di panti yang banyak adalah yang tidak punya rumah sebanyak 47% (21 lansia), pendidikan lansia yang banyak adalah tidak sekolah sebanyak 46% (21 lansia). banyak lansia yang pekerjaannya lain-lain atau serabutan sebanyak 49% (22 lansia).

Tingkat depresi lansia di PSLU Tulungagung digambarkan pada tabel 2.

Berdasarkan tabel 2 didapatkan 37,8% (17 lansia) yang mengalami depresi berat.

Tabel 1. Karakteristik Lansia di PSLU Tulungagung, Maret 2014

Karakteristik	Keterangan	F	%
Jenis Kelamin	Laki laki	21	47
	Perempuan	24	53
Umur	50-60 tahun	7	16
	60-80 tahun	27	60
	>80 tahun	11	24
Lama tinggal	0-5 tahun	29	65
Di panti	5-10 tahun	10	22
	>10 tahun	6	13
Alasan tinggal	Tidak punya rumah	21	47
	Di panti	7	15
	Tidak ada yg merawat	5	11
	Tidak ada keluarga	12	27
	Lain-lain		
Tingkat Pendidikan	Tidak sekolah	21	46
	SD/ sederajat	12	27
	SMP/ sederajat	3	7
	SMA/ sederajat	8	18
	PT	1	2
Riwayat Pekerjaan	IRT	2	5
	Petani	13	29
	Swasta	6	13
	PNS	2	4
	Lain-lain	22	49

Tabel 2. Tingkat Depresi Lansia di PSLU

No	Tingkat depresi	F	%
1	Normal	8	17.8
2	Ringan	10	22.2
3	Sedang	10	22.2
4	Berat	17	37.8
Total		45	100

PEMBAHASAN

Usia lanjut dapat dikatakan usia emas, karena tidak semua orang dapat mencapai usia tersebut, maka orang yang berusia lanjut memerlukan tindakan keperawatan, baik yang bersifat promotif maupun preventif, agar ia dapat menikmati masa usia emas serta menjadi lanjut usia yang berguna dan bahagia (Maryam, 2008). Dari usia yang dikatakan usia emas terdapat masalah-masalah yang terkait tentang depresi. Depresi adalah kata yang memiliki banyak nuansa arti. Sebagian besar di antara kita pernah merasa sedih atau jengkel, menjalani kehidupan yang penuh masalah, merasa kecewa, kehilangan dan frustrasi, yang dengan mudah menimbulkan ketidakbahagiaan dan keputusasaan (Lumbantobing, 2004).

Dari hasil penelitian yang saya lakukan di Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung sejumlah

45 responden di dapatkan 17,8% dengan tingkat depresi normal atau tidak mengalami depresi, 22,2% dengan tingkat depresi ringan, 22,2% dengan tingkat depresi sedang dan 37,8% dengan tingkat depresi berat. Berdasarkan pada hasil penelitian di atas bahwa tingkat depresi lansia banyak yang mengalami depresi berat dibuktikan dengan koefisien yang saya buat untuk mengukur tingkat depresi pada lansia, pertanyaan yang paling banyak di pilih lansia yaitu pada pertanyaan "sering merasa gelisah dan gugup". Hal merupakan gambaran bahwa lansia mengalami depresi.

Depresi dapat dipicu oleh kemalangan atau musibah atau kejadian stress, namun kerentanan terhadap depresi ini berbeda-beda (Lumbantobing, 2004). Dari hasil penelitian di PSLU didapatkan yang paling banyak yang di derita oleh lansia adalah depresi berat sebanyak 37,8%. Dari hasil wawancara pada lansia didapatkan karena lansia tinggal di panti sehingga segala perasaan dan kegundahannya di pendam oleh lansia sendiri dan tidak mau membagi masalahnya kepada teman yang ada di panti, para lansia juga kurang di perhatikan oleh keluarga dan pihak pengelola kurang mengetahui permasalahan yang dialami pada satu persatu lansia. Hal ini yang mengakibatkan terjadinya depresi karena banyaknya masalah yang dihapai sendiri seharusnya para lansia mengutarakan masalahnya kepada teman sebaya agar masalah dapat diatasi bersama-sama.

Menurut Maryam (2008), Keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Dari hasil penelitian yang saya lakukan di Panti Sosial Lanjut Usia Tulungagung didapatkan lansia yang tidak dirawat oleh sanank keluarga sebanyak 15,6%. Dari 17 lansia yang depresi berat terdapat 1 lansia yang mengalami depresi berat dikarenakan peran keluarga yang kurang. Hal ini peran keluarga dalam merawat lansia antara lain menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan social ekonomi, serta memberi motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia. Dalam hal ini lansia sangat tergantung kepada keluarga atau anaknya dalam memberikan motivasi atau memberikan semangat.

Menurut Maryam (2008) dalam perubahan social pada lansia tentang ekonomi menyatakan kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan yang cocok bagi lansia dan *income security*. Dari hasil penelitian yang saya lakukan di Panti Sosial Lanjut

Usia Tulungagung didapatkan lansia yang pekerjaan lansia yang lalu adalah petani sebanyak 28,9%. Dari 17 lansia yang mengalami depresi berat, terdapat 8 lansia yang pekerjaannya yang lalu adalah petani yang mengalami depresi berat. Hal yang mengakibatkan seseorang mengalami depresi adalah karena perubahan peran dari yang bekerja menjadi keadaan yang tidak biasa atau melakukan pekerjaan seperti biasa dan tidak bias mendapatkan uang lagi.

Menurut Maryam (2008) dalam perubahan social pada lansia tentang pendidikan menyatakan berkaitan dengan pengentasan buta aksara dan kesempatan untuk tetap belajar sesuai dengan hak asasi manusia. Dari hasil penelitian yang saya lakukan di Panti Sosial Lanjut Usia Tulungagung didapatkan lansia yang berpendidikan tidak sekolah sebanyak 46,7%. Dari 17 lansia yang mengalami depresi berat terdapat 10 lansia yang pendidikannya tidak sekolah. Hal yang memicu seseorang yang depresi berat karena seseorang yang tidak sekolah cara berpikirnya dalam menghadapi masalah kurang bias tenang dan cepat putus asa. Dari hasil wawancara dengan para lansia hal yang memicu lansia untuk tidak sekolah karena pada zaman lansia untuk mendapatkan sekolah yang layak sangat sulit dan biaya yang mahal.

Menurut Lumbantobing, (2004) depresi merupakan salah satu gangguan yang paling sering dijumpai pada lansia. Dari hasil penelitian didapatkan 24% (umur lansia > 80 tahun). Dari 17 lansia yang mengalami depresi terdapat 6 lansia yang berumur > 80 tahun yang mengalami depresi berat. Hal ini diakibatkan karena pada lansia organ saraf banyak mengalami penurunan fungsinya seperti sistem kardiovaskuler, musculoskeletal, gastrointestinal, pendengaran dan penglihatan hal ini disebabkan oleh kerusakan akibat radikal bebas, mutasi somatic, kerusakan system imun tubuh dan mengakibatkan metabolisme.

Dari hasil penelitian di atas didapatkan banyak lansia yang tingkat depresi berat di akibatkan karena kurang di perhatikan sanak keluarga dan kehilangan orang yang di cintai. Masalah di atas dapat diatasi dengan melibatkan lansia didalam kegiatan sehari-hari, memberikan motivasi, memberikan lomba untuk melatih kerjasama dan kebersamaan antar lansia dan memberikan sanjungan kepada lansia atau riwet atas kemajuan yang di dapatkan. Ini yang membuat saya menarik untuk meneliti tentang tingkat depresi pada lansia karena lansia adalah manusia yang unik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung sejumlah 45 lansia dapat disimpulkan bahwa 17,8% dengan tingkat depresi normal, 22,2% dengan tingkat depresi ringan, 22,2% dengan tingkat depresi sedang dan 37,8% dengan tingkat depresi berat.

Saran

Dari hasil penelitian diharapkan pada pengelola Panti Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung untuk

meningkatkan sarana dan prasarana seperti meningkatkan kebersihan di setiap wisma, dan pemetaan tempat tidur lansia dengan dibuat kamar dengan jumlah penghuni minimal 4 orang agar mengurangi kegaduhan serta diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih mendalam tentang tingkat depresi pada lansia.

DAFTAR RUJUKAN

- Darmojo, R.B. 1999. *Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Lestari, N.D. 2011. *KTI tentang Depresi pada Lansia*.