

HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG

Aulia Puspitasari¹

Email: auliapuspitasari68@gmail.com

¹STIKES Maharani Malang

Lilla Maria²

²STIKES Maharani Malang

ABSTRAK

Lansia merupakan seseorang yang sudah berumur diatas 60 tahun. Secara biologis, lansia mempunyai ciri-ciri yang dapat dilihat secara nyata pada perubahan-perubahan fisik dan mentalnya. Salah satu faktor yang sangat penting untuk mencegah depresi pada usia tua adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga berupa gabungan sikap dan penerimaan yang dapat membantu usia tua menghadapi masalah dukungan keluarga mempunyai peran penting dalam proses pengobatan, karena keluarga bisa memberikan dorongan baik dari segi fisik maupun dari segi psikologis penderita depresi. Tujuan untuk mengetahui hubungan interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Desain penelitian menggunakan *analitik korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian 40 lansia. Penelitian ini menggunakan tehnik sampling *total sampling*. Tehnik pengumpulan data menggunakan pedoman wawancara. Analisa data menggunakan uji korelasi *spearman*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat depresi pada lansia dari 40 responden didapatkan sebagian besar tingkat depresi dalam keadaan normal dengan interaksi sosial baik 29 responden (72.5%) dan sebagian kecil tingkat depresi ringan dengan interaksi sosial sedang 11 responden (27.5%). Hasil uji korelasi *spearman* didapatkan (r hitung) sebesar -713 dengan *p-value* 0.000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Dengan demikian jika interaksi sosial lansia semakin baik maka tingkat depresi pada lansia semakin berkurang. Saran lansia diharapkan dapat meningkatkan interaksi sosial untuk mencegah terjadinya depresi dengan mempunyai motivasi tinggi dalam mengisi waktu luang dengan kegiatan sosial ataupun kegiatan sehari-hari sehingga dapat meningkatkan interaksi sosial.

Kata kunci: Interaksi Sosial, Tingkat Depresi, Lansia

PENDAHULUAN

Lansia merupakan seseorang yang sudah berumur diatas 60 tahun. Secara biologis, lansia mempunyai ciri-ciri yang dapat dilihat secara nyata pada perubahan fisik dan mentalnya. Semakin bertambahnya usia seseorang, beberapa fungsi vital dalam tubuh ikut mengalami kemunduran fungsional. (Nugroho, 2008).

Banyaknya penduduk lansia berdampak pada berbagai aspek kehidupan, karena semakin bertambahnya usia fungsi organ tubuh akan semakin menurun baik itu karena faktor ilmiah maupun karena faktor penyakit (Kemenkes, 2013). Salah satu gangguan kesehatan yang dapat muncul pada lansia adalah gangguan mental. Gangguan mental yang sering muncul pada masa ini adalah depresi, gangguan kognitif. Sejumlah faktor resiko psikososial juga mengakibatkan lansia kepada gangguan mental. Faktor resiko tersebut adalah hilangnya peranan sosial, hilangnya ekonomi, kematian teman atau sanak saudaranya, penurunan kesehatan, peningkatan isolasi karena hilangnya interaksi sosial, keterbatasan finansial, dan penurunan fungsi kognitif.

Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik atau hubungan yang saling mempengaruhi antar manusia didalam masyarakat. Indikatornya terdiri dari imitasi, sugesti, identifikasi, simpati dan empati. Berkurangnya interaksi sosial pada lanjut usia menyebabkan perasaan tidak berguna sehingga lanjut usia mengalami isolasi sosial.

Depresi adalah suatu perasaan sedih yang sangat mendalam, yang bisa terjadi setelah kehilangan seseorang atau mengalami peristiwa menyedihkan lainnya yang dirasakan melebihi waktu yang

normal. Depresi biasanya berlangsung selama enam sampai sembilan bulan, tetapi pada 15-20% penderita bisa berlangsung sampai dua tahun atau lebih (Kusbaryanto dan Narulita 2009). Indikatornya disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor demografi, faktor dukungan sosial, pengaruh genetik, kejadian dalam hidup dan faktor penggunaan obat-obatan tertentu, depresi juga dapat terjadi karena faktor peristiwa kehidupan seperti kehilangan keluarga yang dicintai (Dharmono, 2008).

Berdasarkan Penelitian *Kessler et al* (2013) mempublikasikan Perbandingan lintas-negara berikutnya termasuk 10 studi berbasis populasi yang mengelola Wawancara Komposit Internasional Gabungan WHO (CIDI) *Diagnostic and statistical manual of mental disorder (DSM-III-R dan DSM-IV)*. Perkiraan prevalensi gangguan depresi mayor berkisar antara 1,0% (Republik Ceko) hingga 16,9% (AS), dengan titik tengah pada 8,3% (Kanada) dan 9,0% (Chili). Estimasi prevalensi 12 bulan berkisar dari 0,3% (Republik Ceko) hingga 10% (AS), dengan titik tengah di 4,5% (Meksiko) dan 5,2% (Jerman Barat).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Panti Werdha Pangesti Lawang peneliti mewawancarai 10 orang lansia dengan usia 60-74 tahun. Ditemukan bahwa 7 orang lansia (70%) terdapat interaksinya menurun sedangkan 3 orang lansia (30%) dapat berinteraksi dengan baik. Beberapa lansia memiliki karakter yang berbeda – beda. Diantaranya, beberapa dari mereka cenderung diam, menyendiri, melamun, menangis dimalam hari, mengeluhkan ingin pulang kerumah karena tidak nyaman dan rindu keluarga dirumah. Kegiatan yang dilakukan tiap pagi dipanti yaitu senam pagi setelah itu

kegiatan yang dilakukan menonton televisi, ibadah tiap hari minggu ada kegiatan menggambar tiap hari Rabu.

METODE PENELITIAN

Peneliti ini menggunakan jenis penelitian *analitik korelasional*, karena menghubungkan 2 variabel yang bertujuan untuk mengetahui hubungan interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 40 responden yang memenuhi syarat kriteria inklusi. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *total sampling*. Variabel independen (bebas) dalam penelitian ini adalah interaksi sosial dan variabel dependen (terikat) dalam penelitian ini adalah tingkat depresi pada lansia.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase%
60-65	11	27.5%
66-69	5	12.5%
70-74	24	60.0%
Total	40	100%

Berdasarkan data tabel 1 dari 40 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden berusia 70-74 tahun sebanyak 24 responden (60.0%) dan sebagian kecil responden berusia 66-69 tahun yaitu 5 responden (12.5%).

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jenis kelamin

Jenis	Frekuensi	Persentase%
-------	-----------	-------------

Kelamin	si	%
Laki-laki	15	37.5%
Perempuan	25	62.5%
Total	40	100%

Berdasarkan data table 2 dari 40 responden didapatkan hasil sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 25 responden (62.5%), sebagian kecil responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 15 responden (37.5%).

3. Karakteristik responden berdasar Tingkat Pendidikan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jenis kelamin.

Pendidikan	Frekuensi	Persentase%
Tidak Sekolah	1	2.5%
SD	9	22.5%
SMP	8	20.0%
SMA	16	40.0%
Perguruan tinggi	6	15.0%
Total	40	100%

Berdasarkan data tabel 3 dari 40 responden didapatkan sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu 16 (40.0%) dan sebagian kecil tidak sekolah yaitu 1 responden (2.5%).

4. Karakteristik responden berdasarkan berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan.

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase%
Tidak Bekerja	40	100%

Berdasarkan data tabel 4 dari 40 responden didapatkan bahwa seluruh responden tidak bekerja yaitu 40 responden (100%).

5. Karakteristik responden berdasarkan interaksi sosial

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Interaksi Sosial

Interaksi sosial	Frekuensi	Persentase %
Sedang	11	27.5%
Baik	29	72.5%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 5 dari 40 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar 29 responden (72.5%) berinteraksi dengan baik dan sebagian kecil 11 responden (27.5%) berinteraksi sedang.

6. Karakteristik responden berdasarkan tingkat depresi

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi Pada Lansia

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase%
Normal	29	72.5%
Ringan	11	27.5%
Total	40	100%

Berdasarkan data tabel 6 dari 40 responden didapatkan hasil bahwa 29 responden (72.5%) dikategorikan normal dan 11 responden (27.5%) dikategorikan tingkat depresi ringan.

7. Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia

Tabel 7 tabulasi silang interaksi sosial dengan tingkat depresi

Berdasarkan data tabel 7 dari 40 responden sebagian besar responden terdapat tingkat depresinya dalam keadaan normal 29 responden (72.5%) dengan interaksi sosial baik sedangkan sebagian kecil 11 responden (27.5%) memiliki tingkat depresi ringan dengan interaksi sosial sedang.

8. Hubungan umur tingkat depresi pada lansia

Tabel 8 silang umur dengan interaksi sosial dan tingkat depresi pada lansia.

	Tingkat Depresi					
	Normal	%	Ringan	%	Total	%
Umur 60-65	9	22.5	2	5	11	27.5
66-69	3	7.5	2	5	5	12.5
70-74	17	42.5	7	17.5	24	60
Total	29	72.5	11	27.5	40	100

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa 40 responden sebagian besar berusia 70-74 tahun yaitu 24 responden (60%). 17 responden (42.5%) diantaranya memiliki tingkat depresi normal sedangkan 7 responden (17.5%) dengan tingkat depresi ringan. dan sebagian kecil berusia 60-69 yaitu 11 responden (27.5%).

9. Hasil uji Spearman interaksi sosial dengan tingkat depresi

Tabel 9 Hasil Uji Spearman

Interaksi sosial	Tingkat Depresi	
	r	-713
p	0.000	
n	40	

Berdasarkan tabel 9 hasil uji korelasi spearman didapatkan nilai koefisiensi korelasi spearman (r hitung) sebesar -713 dengan p-value 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara interaksi sosial dengan

		Tingkat Depresi		Total
		Normal	Ringan	
Interaksi Sosial	Sedang	0	11	11
	Baik	29	0	29
Total		29	11	40

tingkat depresi pada lansia. Koefisien spearman -713 yang berarti hubungan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi bersifat negatif dan memiliki kekuatan hubungan yang kuat dan

berlawanan arah. Apabila interaksi sosial lansia semakin baik maka tingkat depresi pada lansia semakin berkurang.

PEMBAHASAN

Interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang

Interaksi Sosial

Berdasarkan hasil penelitian di Panti Werdha Pangesti Lawang didapatkan bahwa sebagian besar mempunyai interaksi sosial baik yaitu 29 responden (72.5%) dan sebagian kecil responden mempunyai interaksi sosial sedang yaitu 11 responden (27.5%). Data interaksi sosial diperoleh dengan menggunakan instrumen pedoman wawancara interaksi sosial yang berisikan 17 pertanyaan dengan kategori interaksi sosial buruk (1-11), interaksi sosial sedang (12-23) dan interaksi sosial baik (24-34).

Banyaknya lansia yang memiliki interaksi sosial yang kurang. Salah satunya disebabkan oleh usia umumnya lansia mengalami penurunan dalam melakukan interaksi sosial. Semakin bertambah usia menyebabkan penurunan interaksi sosial sehingga akan merasakan kesulitan dalam bersosialisasi. Menurunnya derajat kesehatan dan kemampuan fisik akan mengakibatkan lanjut usia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat dan lingkungan sekitar, yang hal itu dapat menyebabkan menurunnya interaksi sosial (Fitria, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi sosial lansia yang terjadi di Panti Werdha Pangesti Lawang adalah sebagian besar berinteraksi dengan baik karena Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik atau hubungan yang saling mempengaruhi antar manusia yang terjadi sepanjang hidupnya didalam masyarakat.

Interaksi sosial dapat berdampak positif terhadap kualitas hidupnya karena dengan adanya interaksi sosial lansia tidak merasa kesepian, oleh sebab itu interaksi sosial harus tetap dipertahankan dan dikembangkan pada kelompok lansia.

Di panti werdha kamar dibedakan menjadi 2 kelas yaitu kamar kelas VIP dan kamar kelas umum. Menurut peneliti hal tersebut juga dapat mempengaruhi interaksi sosial antar lansia karena lansia yang tinggal dikamar kelas VIP kurang berinteraksi dengan lansia lainnya. Selain itu lansia kebanyakan hanya berinteraksi di waktu pagi hari saat berkumpul setelah kegiatan tersebut lansia kembali ke kamar masing-masing.

Tingkat Depresi Pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitian di Panti werdha Pangesti Lawang didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yaitu 29 responden (72.5%) dalam keadaan normal dan hanya sebagian kecil yang mempunyai tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 11 responden (27.5%). Data tingkat depresi diperoleh dengan menggunakan pedoman wawancara *DASS 42 (Depression Anxiety Stress Scale)* yang berisikan 14 item pertanyaan dengan kategori normal (0-9), depresi ringan (10-13), depresi sedang (14-20), depresi berat (21-27) dan depresi sangat berat (28+).

Depresi adalah kondisi emosional yang umumnya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat mendalam, perasaan tidak berarti dan merasa bersalah, menarik diri dari orang lain, (Davison, Neale & Kring, 2010). Depresi merupakan salah satu penyakit yang banyak terjadi di kalangan lansia.

Berdasarkan tabulasi silang antara usia dan tingkat depresi didapatkan hasil

bahwa sebagian besar responden yang berusia 70-74 tahun memiliki tingkat depresi ringan sebanyak 7 responden. Usia merupakan salah satu faktor risiko terjadinya depresi. Semakin meningkatnya usia maka risiko terjadinya depresi juga akan menjadi dua kali lipat. Hal ini disebabkan karena pada masa tersebut banyak terjadi suatu perubahan pada diri seseorang. (Ratep nyoman, 2014). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Westa wayan (2014), Hubungan antara tingkat depresi dengan interaksi sosial lansia.

Menurut Peneliti bahwa di Panti Werdha Pangesti Lawang sebagian besar lansia mengalami tingkat depresi normal dan sebagian besar lansia yang mengalami depresi tingkat ringan berusia diantara 70-74 tahun. Hal tersebut dikarenakan dukungan keluarga yang kurang seperti keluarga yang jarang berkunjung dan jarang menanyakan kabar. Sedangkan lansia yang memiliki tingkat depresi normal hal tersebut dikarenakan dukungan keluarganya yang baik. Keluarga sering berkunjung dan menanyakan kabar.

Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa lansia yang mengalami tingkat depresinya dalam keadaan normal 29 responden (72.5%) dengan interaksi sosial baik. Sedangkan sebagian kecil 11 responden (27.5%) memiliki tingkat depresi ringan dengan interaksi sosial sedang, menurut peneliti hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal maupun eksternal. Kehilangan pekerjaan, pasangan, penghasilan, dan dukungan sosial sejalan dengan bertambahnya usia turut menjadi faktor bertambahnya usia turut menjadi faktor predisposisi yang

memudahkan seorang lansia untuk mengalami depresi.

Hasil uji *spearman* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang. Dengan nilai koefisiensi korelasi *spearman* (r hitung) sebesar -0.713 dengan p -value 0.000. Sehingga $p < \alpha 0,05$ maka H_0 di tolak H_a diterima. kekuatan hubungan pada penelitian ini kuat dan berbalik arah (negatif) yang artinya adalah apabila skor interaksi sosial meningkat maka tingkat depresi menurun dan sebaliknya. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu Andreany Kusumowardani, dkk (2014) yang menunjukkan ada hubungan signifikan dengan tingkat korelasi sedang antara tingkat depresi lansia dengan interaksi sosial.

Salah satu gangguan kesehatan yang dapat muncul pada lansia adalah gangguan mental. Gangguan mental yang sering muncul pada masa ini adalah depresi, gangguan kognitif, fobia, dan gangguan pemakaian alkohol. Sejumlah faktor resiko psikososial juga mengakibatkan lansia kepada gangguan mental (Bongsue, 2009).

Menurut Nugroho (2010), lanjut usia yang mengalami depresi dengan gejala umum yaitu kurang atau hilangnya perhatian diri, keluarga atau lingkungan. Namun bagi lansia yang hidup sendiri, tinggal di lembaga sosial, telah kehilangan pasangan, memiliki pasangan tapi tidak punya anak, berada jauh dari anak- anak (rantauan) akan membuat lansia merasa kesepian, sendiri, tidak ada perhatian dari lingkungan dan hubungan dengan orang sekitar juga terganggu.

Menurut Peneliti depresi di Panti Werdha Pangesti Lawang cenderung

mengarah pada tingkat depresi ringan, karena dukungan sosial keluarga yang kurang. Beberapa gangguan yang menimbulkan gejala depresi yaitu salah satunya kurangnya interaksi sosial, dimana pada saat penelitian ada sebagian dari mereka kurang berinteraksi dengan lansia lainnya, contohnya sebagian lansia yang lain hanya diam saja tidak ada pembicaraan, ada juga yang berkomunikasi tapi jarang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut :

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden didapatkan bahwa lebih banyak lansia tidak mengalami depresi (normal) dengan interaksi baik sebanyak 29 responden (72.5%) dan sebagian lansia memiliki tingkat depresi ringan dengan interaksi sosial sedang yaitu 11 responden (27.5%).

Hasil dari penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang dengan nilai $p < 0.000$, dimana nilai $p < \alpha (0.05)$.

SARAN

- a. Bagi Lembaga Panti Werdha Pangesti Lawang

Diharapkan dapat menambah kegiatan diwaktu luang lansia untuk meningkatkan interaksi sosial antar sesama lansia sehingga mencegah terjadinya depresi. Kegiatan dapat berupa membuat kerajinan tangan, karaoke, bermain alat musik, menggambar, dan melukis.

- b. Bagi Peneliti Berikutnya

Diharapkan dapat meneliti faktor lain yang belum diteliti dalam penelitian ini seperti faktor demografi, pengaruh genetik, kejadian dalam hidup dan medikasi.

DAFTAR RUJUKAN

- Andreas. (2012). *Interaksi Sosial dan Kualitas Hidup Lansia*. Di kelurahan Lansot Kecamatan Tomohon Selatan. http://igenursing.weebly.com/upload/1/2/3/14390416/fix_andreas.pdf di Publikasikan tanggal 17 September 2016
- Bongsoe, S., 2009. *Tiga Belas Persen Orang Usia Lanjut Alami Depresi*, (Online), (<http://www.waspada.co.id>), tanggal 22 Agustus 2009, jam 12.58 WIB).
- Dharmono, S. (2008). *Waspada Depresi Pada Lansia*. [Http://www.klikdokter.com](http://www.klikdokter.com), Dipublikasikan Tanggal 18 Februari 2016
- Fitria, A. (2010) *Interaksi Sosial Dan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Werdha Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Binjai*. Skripsi USU Medan. Dipublikasikan Pada 18 September 2016
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). *Pusata Data dan Informasi*. Jakarta selatan
- Kemenkes RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Buletan Jendela : Jakarta
- Kusbaryanto, & Narulita R. (2009). *Perbedaan Tingkat Depresi Antara Lansia Yang Memiliki Keluarga dan Yang Tidak Memiliki Keluarga*. Mutiara Medika 9 :101-107

- Kusumowardani, Andreany & Aniek Puspitasari, (2014). *Hubungan antara Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia*. Di Desa Sobokerto Kecamatan Ngeplak Boyolali. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Vol 3, No 2, November 2014;106-214.
- Kessler et al (2009). *The Global Burden of Mental Disorders: An Update From The WHO World Mental Health (WMH) Surveys*. *Epidemiol Psichiatr Soc*, 18(1):2333
- Nugroho. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta : EGC
- Nugroho, W. 2010. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta: Balai Penerbit EGC.
- Nyoman, Ratep. *Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat depresi pada lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubu II Januari-februari* VOL 4 NO 1 (2015):E-Jurnal Medika Udayana