



Gambaran Antara Depresi Dengan *Psychological Well Being* Pada Lansia Di Krajan, Lateng Banyuwangi

Rizky Candra Ramandini*¹, Ayik Mirayanti Mandagi S.KM.,M.Kes²

¹. Departemen Administrasi Kebijakan dan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

². Departemen Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

rizky-can-ramandini-2016@fkm.unair.ac.id
(+6281335187806)

ABSTRAK

Masa lanjut usia merupakan masa dimana masuk pada tahapan akhir pada rentang kehidupan manusia dan masa lanjut usia juga sering dikatakan sebagai *golden age* seseorang. Depresi merupakan masalah mengenai kesehatan jiwa yang dapat dialami oleh seseorang termasuk pada seseorang yang berusia lanjut. Populasi orang dewasa yang mengalami gangguan kesehatan jiwa seperti kecemasan dan depresi sebesar 11,6% atau sebanyak 17,4 juta jiwa dari 150 juta jiwa penduduk dewasa di Indonesia. **Tempat tinggal dan lingkungan lansia dapat mempengaruhi depresi dan *psychological well being* pada lansia.** Tujuan dari penelitian ini yakni mengidentifikasi gambaran depresi dengan *psychological well being* pada lansia di rt iv rw iv lingkungan krajan, banyuwangi. Pada penelitian ini yang menjadi populasi penelitian yakni seluruh lansia yang bertempat tinggal di rt iv rw iv lingkungan krajan, lateng, banyuwangi dengan lansia yang berumur 60 tahun ke atas dengan jumlah lansia sebanyak 30 orang. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yakni purposive random sampling. Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh informasi bahwa depresi lansia dengan kategori baik diperoleh sebanyak 20 orang atau 66,7%. Depresi lansia dengan kategori cukup sebesar 10 orang atau 33,3%. Dengan berdasarkan penelitian tersebut dapat dilihat bahwa depresi pada lansia di rt iv dan rw iv menunjukkan kategori baik.

Kata Kunci: Lansia, Depresi, Psychological Well Being

Published by:

Tadulako University

Address:

Jl. Soekarno Hatta KM 9. Kota Palu, Sulawesi Tengah,
Indonesia.

Phone: +628114120202

Email: Preventif.fkmuntad@gmail.com

Article history :

Received : 22 09 2021

Received in revised form : 05 07 2022

Accepted : 06 09 2022

Available online 30 04 2023

licensed by Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.



ABSTRACT

Elderly is a period of entering the final stage in the span of human life and elderly is often to be a person's golden age. Depression is a mental health problem that can be experienced by anyone, including the elderly. The adult population with mental health disorders such as anxiety and depression is 11.6% or 17.4 million of the 150 million adult population in Indonesia. The place of residence and environment of the elderly can affect depression and psychological well being in the elderly. The purpose of this research is to identify description of depression with psychological well-being of elderly in RT IV RW IV Krajan, Banyuwangi. In this study, the research population was the elderly living in RT IV RW IV Krajan, Lateng, Banyuwangi with the elderly age 60 years and over with the number of elderly as many as 30 people. The technique used in the research is purposive random sampling. Based on the research, it was obtained information that depression in the elderly with good category was obtained as many as 20 people or 66.7%. Depression in the elderly with sufficient category of 10 people or 33.3%. based on the studies, it can be seen that depression in the elderly in RT IV and RW IV shows a good category.

Keywords: *Elderly, Depression, Psychological Well Being*

PENDAHULUAN

Masa lanjut usia merupakan masa dimana masuk pada tahapan akhir pada rentang kehidupan manusia dan masa lanjut usia juga sering dikatakan sebagai *golden age* seseorang. Perkembangan usia manusia di bagi menjadi: usia 0-2 tahun disebut dengan masa bayi dan balita, usia 2-6 tahun disebut dengan anak usia dini, usia 6-11 tahun disebut dengan pertengahan masa anak-anak, usia 11-18 tahun disebut dengan masa remaja, usia 18-40 tahun disebut dengan masa awal dewasa, usia 40-65 tahun disebut dengan pertengahan dewasa dan usia 65 tahun disebut dengan masa dewasa akhir.(1)

Di dalam pemerintahan Indonesia, manusia dengan usia lanjut terdapat dalam sebuah Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Seseorang dengan lanjut usia yakni seseorang yang usianya telah mencapai 60 tahun ke atas. Jumlah penduduk lansia di Banyuwangi sebesar 1.604.897 jiwa penduduk, angka ini meningkat dari tahun sebelumnya.[2] Meningkatnya usia harapan hidup pada lansia merupakan salah satu indikator dari keberhasilan suatu Negara. Namun usia lanjut dapat menyebabkan terjadinya angka kesakitan yang dapat terjadi akibat dari adanya perubahan-perubahan fisik, psikologis dan sosial akibat dari adanya proses penuaan dan adanya penyakit degenerative.(3) Masa lanjut usia merupakan proses alami yang terjadi pada seseorang

dimana seseorang tersebut akan semakin rentan untuk mengalami gangguan psikologis atau depresi, penurunan fisiologis dan gangguan-gangguan kesehatan lainnya.(4)

Depresi merupakan masalah kesehatan jiwa atau gangguan psikiatrik yang dapat dialami oleh seseorang termasuk pada seseorang yang berusia lanjut.(5) Depresi merupakan gangguan pada psikologis seseorang yang paling sering ditemui. Depresi adalah sebuah gejala yang wajar terjadi sebagai respon normal dari pengalaman hidup negatif seseorang, seperti pada kehilangan anggota keluarga atau status sosialnya. Depresi merupakan gangguan kejiwaan pada seseorang yang dapat dilihat dengan adanya kemurungan, kesedihan, perasaan bersalah, merasa putus asa dan tidak berguna.(6)

Psychological well being merupakan keadaan psikologis pada seseorang yang sehat dimana dapat berfungsi dengan baik dan secara positif terhadap kehidupannya sehingga dengan adanya pikiran positif seseorang dapat mengembangkan diri serta menjalin hubungan yang positif dengan seseorang.(7) *Psychological well being* merupakan kesejahteraan psikologis yang mempunyai arti bahwa seseorang mampu dalam menjalani hidup dengan baik dari perasaan yang baik dan dapat berfungsi secara efektif. Dalam kesejahteraan psikologis seseorang, tidak berarti seseorang dapat merasa baik sepanjang waktu. Hal ini dikarenakan pengalaman yang terjadi pada seseorang seperti rasa kecewa, kehilangan maupun kegagalan diperlukan dalam upaya seseorang agar bisa untuk mengelola perasaan mereka sehingga mampu dalam memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya dalam masa yang sangat panjang. Salah satu penentu keberhasilan pada pembangunan kesehatan adalah dengan meningkatnya status derajat kesehatan pada usia lanjut. Prevalensi kesehatan usia lanjut di Kabupaten Banyuwangi sebesar 51.85%.

Lansia yang memiliki usia 60-70 tahun sangat rentan mengalami depresi akibat dari proses menua. Liava ph. Lansia yang memiliki depresi umumnya akan cenderung merasa tidak lagi mampu untuk menghadapi kejadian-kejadian dan tidak mampu untuk memanfaatkan lingkungan, sehingga kondisi ini dapat memperburuk kondisi lansia. Perbedaan lokasi tempat tinggal dapat mempengaruhi *psychological well being* pada lansia. Lansia yang berada di Kota memiliki skor 120,15 dan lansia yang berada di desa memiliki skor 113,02 dengan signifikansi 0,016 yang memiliki arti terdapat perbedaan *psychological well being* pada lansia berdasarkan dengan lokasi tempat tinggal. Lansia yang bertempat tinggal di kota memiliki penguasaan lingkungan dengan baik dibandingkan lansia yang tinggal di desa. Umumnya masyarakat di kota memiliki sifat individualis daripada di desa.

Masyarakat di kota jarang melakukan interaksi sosial sehingga masyarakat kota mengurus dirinya tanpa bergantung dengan orang lain.[8]

Berdasarkan dari latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk membahas gambaran antara depresi dengan *psychological well being* pada lansia yang berada di Lingkungan Krajan, Kota Banyuwangi. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh lansia sebanyak 30 orang yang berada di lingkungan Krajan RT IV RW IV dengan usia 60 tahun ke atas dan berdomisili di lingkungan Krajan RT IV RW IV. Tujuan dari penelitian ini yakni menganalisis mengenai gambaran antara depresi dengan *psychological well being* pada lansia di RT IV RW IV Lingkungan Krajan, Banyuwangi.

METODE

Pada penelitian ini yang menjadi populasi penelitian yakni seluruh lansia yang bertempat tinggal di RT IV RW IV Lingkungan Krajan, Lateng, Banyuwangi dengan lansia yang berumur 60 tahun ke atas dengan jumlah lansia sebanyak 30 orang dan bersedia menjadi responden penelitian. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yakni *purposive random sampling*. Dalam penelitian ini menggunakan *general well-being schedule* Penelitian ini bersifat depkriptif, sehingga pada hasil akhir hanya mampu memberikan gambaran kesehatan psikologi. Metode uji yang digunakan adalah wawancara dari kuesioner yang telah dipersiapkan oleh peneliti sesuai dengan panduan kuesioner yang sudah terstandarisasi sebelumnya.

HASIL

Hasil analisis statistik deskriptif enunjukkan gambaran umum pada subyek penelitian sebagaimana ditunjukkan pada table di bawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n : 30)	Percentase (100%)
Usia		
60-74 tahun	28	93,3
75-90 tahun	2	6,7
≥ 90 tahun	-	
Jenis kelamin		
Laki-laki	12	40,0
Perempuan	18	60,0
Pendidikan		

SD	3	10,0
SMP	8	26,7
SMA	13	43,3
Sarjana	6	20,0
Pekerjaan		
PNS	1	3,3
Guru	2	6,7
Ibu Rumah Tangga	8	26,7
Wiraswasta	17	56,7
Pensiunan Polri	2	6,7

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh informasi bahwa sebagian besar responden dengan rentang usia 60-74 tahun yakni sebanyak 28 orang atau sebesar 93,3%. Sedangkan untuk rentang usia 75-90 tahun yakni sebanyak 2 orang atau sebesar 6,7%. Sedangkan untuk responden dengan jenis kelamin laki-laki diperoleh sebanyak 12 orang atau sebesar 40%. Responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 18 orang atau sebesar 60%.

Berdasarkan dari tabel 1 tersebut diperoleh informasi bahwa sebagian besar tingkat pendidikan responden berada pada tingkat SMA yakni sebanyak 13 orang atau sebesar 53,3%. Untuk pendidikan responden dengan tingkat SMP diperoleh sebanyak 8 orang atau sebesar 26,7%. Responden dengan pendidikan SD diperoleh sebanyak 3 orang atau 10,0%. Responden dengan pendidikan sarjana diperoleh sebanyak 6 orang atau 26,7%. Sebagian besar responden dengan tingkat pekerjaan berada pada seorang wiraswasta yakni diperoleh sebanyak 17 orang atau sebesar 56,7%. Responden dengan pekerjaan ibu rumah tanga diperoleh sebanyak 8 orang atau 26,7%. Responden dengan pekerjaan sebagai guru diperoleh sebanyak 2 orang atau 6,7%. Responden dengan pekerjaan pensiunan polri diperoleh sebanyak 2 orang atau sebesar 6,7%. Responden yang memiliki pekerjaan PNS diperoleh sebanyak 1 orang 3,3%.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Depresi Pada Lansia

Psikologis	Frekuensi	Percentase
Lansia	(n : 30)	(100%)
<i>Depressed</i>		
<i>Mood (DEP)</i>		
Baik	20	66,7

Cukup	10	33,3
Kurang	-	-
Jumlah	30	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 2 diperoleh informasi bahwa depresi lansia dengan kategori baik diperoleh sebanyak 20 orang atau 66,7%. Depresi lansia dengan kategori cukup sebesar 10 orang atau 33,3%.

PEMBAHASAN

Faktor Penyebab Depresi Pada Lansia

Banyaknya jumlah penduduk lansia sangat berdampak pada masa depan, jika lansia mampu untuk produktif, aktif dan sehat maka akan berdampak positif. Namun, jika lansia yang memiliki masalah kesehatan akan berdampak pada produktifitas dan keaktifan lansia serta tidak adanya dukungan dari lingkungan sekitar. Annisa M. Menurut teori dari Vindy,*et al*,(2019) mengatakan bahwa peningkatan penduduk lansia setiap tahunnya dapat menyebabkan masalah sosial, ekonomi dan psikologis terhadap dirinya, karena lansia yang tidak dapat mengendalikan dirinya dan tidak dapat menangani dirinya sendiri dapat menimbulkan depresi pada lansia sehingga kesejahteraan psikologis lansia terganggu. Perasaan depresi pada lansia dapat menyebabkan terganggunya kondisi kesehatan dari lansia tersebut. Lansia merupakan kelompok yang rentan untuk mengalami depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Sutinah & Maulani (2017) mengungkapkan bahwa lansia dengan jenis kelamin perempuan akan lebih banyak mengalami depresi sebesar 67,9%. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Sessiani (2018) mengenai lansia yang berjenis kelamin perempuan yang mendominasi untuk mengalami depresi dari pada lansia dengan jenis kelamin laki-laki. Hal ini dikarenakan lansia perempuan mengalami sebuah perasaan sedih, dan mengalami kesusahan untuk tidur serta kesedihan yang dirasakan oleh lansia perempuan yang diakibatkan oleh kematian pasangan hidupnya. Perempuan memiliki pengaruh hormone estrogen yang membuat perempuan lebih cepat mengalami stress dari pada laki-laki. Meskipun laki-laki memiliki sumber *stressor* namun laki-laki tidak mudah dalam mengalami stress (Theresia, *et, al*, 2017).

Berdasarkan status pendidikan, sebanyak 68% lansia dengan pendidikan rendah akan mengalami depresi yang lebih besar dibandingkan dengan lansia yang memiliki pendidikan menengah dan pendidikan yang tinggi karena mereka dapat mampu mengontrol dan

mengendalikan diri mereka sehingga kesejahteraan psikologis mereka dapat berjalan dengan baik. Sutinah & Maulani, (2017) Kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* merupakan sebuah penerimaan diri dari seseorang terhadap kehidupannya dengan menerima sebuah sisi positif dan negatif dalam dirinya sehingga dapat merasa bahagia. Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku dari seseorang karena semakin tinggi pendidikan yang didapatkan oleh seseorang maka seseorang tersebut akan mudah untuk mendapatkan sebuah informasi dan pengetahuan mengenai pengendalian terhadap depresi sehingga seseorang tersebut mampu dalam menangani stress terhadap dirinya dan seseorang tersebut tidak sampai mengalami depresi berat yang dibantu dengan pengobatan. Seseorang yang mampu dalam menangani dan mengontrol dirinya dan menerima masalah yang terjadi maka orang tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. syifa aulia

Berdasarkan status pekerjaan lansia, menurut penelitian yang dilakukan oleh Alini (2017) mengatakan bahwa lansia yang memiliki pekerjaan wiraswasta akan cenderung mengalami depresi karena adanya frustrasi akibat aktivitas pekerjaan yang menumpuk sehingga waktu mereka banyak dihabiskan dengan bekerja. Waktu untuk berkumpul dengan keluarga juga berkurang. Hal ini akan berpengaruh terhadap keseimbangan mental emosional seseorang sehingga akan muncul perasaan-perasaan cemas, perubahan sikap dan depresi. Orang yang tidak dapat mengendalikan dirinya akan mudah untuk mengalami depresi sedangkan orang yang dapat mengendalikan dirinya mengenai masalah yang ada menandakan bahwa seseorang tersebut dapat menerima keadaan dirinya yang menandakan kesejahteraan psikologis dari seorang tersebut baik.

Berdasarkan dari penghasilan lansia, Penelitian yang dilakukan oleh Livana, *et al*, (2018) mengatakan bahwa lansia yang memiliki penghasilan yang rendah akan cenderung mengalami depresi akibat dari adanya perubahan fisik pada lansia yang mempengaruhi kemampuannya dalam bekerja sehingga kekuatan dan energi mereka berkurang. Lansia yang memiliki penghasilan lebih akan cenderung mengalami depresi yang lebih rendah. Dengan berdasarkan penelitian tersebut dapat dilihat bahwa depresi pada lansia di RT IV dan RW IV menunjukkan kategori baik. Hal ini dikarenakan banyak lansia yang masih bisa mengontrol masalah yang dihadapinya dengan baik. Hal ini juga berhubungan dengan kesejahteraan psikologi dimana lansia mampu mandiri untuk dapat melakukan pekerjaanya, lansia tersebut mempunyai kemampuan dalam menerima dirinya sendiri, lansia masih dapat mengontrol

dirinya, lansia di RT IV RW IV tersebut masih mampu dalam mengatur kehidupan dan lingkungannya secara efektif, lansia juga mampu untuk menentukan tidaknya sendiri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arlinda, *et al.*,(2018) mengatakan bahwa jika lansia yang mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan semangat dalam menjalani hidup dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik serta memiliki tingkat depresi yang rendah. Hal ini akan berdampak pada kesejahteraan psikologis lansia tersebut. Penelitian lain yang dilakukan Kovalenko, *et al.*,(2018) bahwa hubungan mengenai *psychological well being* yang tinggi pada lansia dapat memberikan aspek positif daripada lansia dengan kesepian, kurang komunikasi dan tidak aktif bersosialisasi yang dapat menyebabkan stress hingga depresi pada dirinya. Sedangkan sebaliknya jika semakin rendah *psychological well being* maka akan semakin tinggi depresi yang di terima oleh lansia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian gambaran antara depresi dengan *psychological well being* pada lansia di kelurahan Krajan disimpulkan bahwa lansia di kelurahan Krajan memiliki tingkat depresi yang baik. Lansia di lingkungan Krajan dapat mengontrol stress pada dirinya sendiri sehingga kesejahteraan psikologis lansia tersebut dapat dikatakan baik. Kondisi *psychological well being* pada lansia dikarenakan lansia dapat menerima dirinya walaupun memiliki usia yang sudah memasuki lanjut usia. Sehingga, lansia tersebut dapat bekerja secara mandiri dan mampu untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. .

Dukungan sosial bisa memperkecil tingkat stress pada lansia sehingga dapat mensejahterahkan psikologis lansia. Meningkatkan komunikasi yang baik dengan lingkungan sekitar dan meningkatkan komunikasi dengan keluarga. Seperti adanya perkumpulan rutin RT/RW, olahraga bersama pada pagi hari dan liburan bersama keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. L. Kuther and K. Burnell, "A Life Span Developmental Perspective on Psychosocial Development in Midlife," *Adultspan J.*, vol. 18, no. 1, pp. 27–39, 2019, doi: 10.1002/adsp.12067.
- [2] Badan Pusat Statistik Kabupaten Banyuwangi, "Kabupaten Banyuwangi Dalam Angka Banyuwangi Regency in Figures 2018," 2018.
- [3] H. Ardiani, L. Lismayanti, and R. Rosnawaty, "Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Mugasari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2014," *Healthc. Nurs. J.*, vol. 1, no. 1, pp. 42–50, 2019.

- [4] B. T. Cahya, “carbon emission disclosure : ditinjau dari Media exposure, kinerja lingkungan dan karakteristik perusahaan,” *עלון*, vol. 66, no. 2, pp. 37–39, 2016.
- [5] N. Herawati and D. Deharnita, “Hubungan karakteristik dengan kejadian depresi pada lansia,” *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 7, no. 2, p. 183, 2019, doi: 10.26714/jkj.7.2.2019.185-192.
- [6] W. Sulistyorini and M. Sabarisman, “Depresi : Suatu Tinjauan Psikologis,” *Sosio Inf.*, vol. 3, no. 2, pp. 153–164, 2017, doi: 10.33007/inf.v3i2.939.
- [7] T. Ramadhani, Djunaedi, and S. Atiek, “KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL- BEING) SISWA YANG ORANGTUANYA BERCERAI (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta) Abstrak,” vol. 5, no. 1, pp. 108–115, 2016.
- [8] H. Ahmad, N. Hartati, and F. Aulia, “Perbedaan psychological well-being pada lansia berdasarkan lokasi tempat tinggal,” *J. Ris. Aktual Psikol. Univ. Negeri Padang*, vol. 5, no. 2, pp. 146–156, 2017.
- [9] K. Vindy, B. Andi, and K. Vandri, “Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia,” *Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia*, vol. 7, no. 2, 2019.
- [10] Sutinah and Maulani, “Hubungan Pendidikan, Jenis Kelamin Dan Status Perkawinan Dengan Depresi Pada Lansia,” *J. Endur.*, vol. 2, no. 2, p. 209, 2017, doi: 10.22216/jen.v2i2.1931.
- [11] L. A. Sessiani, “Studi Fenomenologis tentang Pengalaman Kesepian dan Kesejahteraan Subjektif pada Janda Lanjut Usia,” *Sawwa J. Stud. Gend.*, vol. 13, no. 2, p. 203, 2018, doi: 10.21580/sa.v13i2.2836.
- [12] S. Theresia, A. Husaini, and Y. D. Pratama, “Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Blok,” *SAINTEK J. Ilm. Sains dan Teknol. Ind.*, vol. 1, no. 1, pp. 44–60, 2017.
- [13] Alini, “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Jake Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kari Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2016,” *Ners Univ. Pahlawan Tuanku Tambusai*, vol. 1, no. 1, pp. 1–9, 2017, [Online]. Available: ISSN 2580-2194
- [14] Livana, Y. Susanti, L. E. Darwati, and R. Anggraeni, “Gambaran Tingkat Depresi Lansia,” *NURSCOPE J. Keperawatan dan Pemikir. Ilm.*, vol. 4, no. 4, pp. 80–93, 2018.

- [15] W. Arlinda, Sari, J. Harahap, and R. Amelia, “Hubungan Status Depresi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kota Medan TALENTA Conference Series Hubungan Status Depresi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kota Medan,” *Talent. Conf. Ser. Trop. Med.*, vol. 1, no. 2, 2018.
- [16] O. H. Kovalenko and L. M. Spivak, “Psychological Well-Being of Elderly People: the Social Factors,” *Soc. Welf. Interdiscip. Approach*, vol. 1, no. 8, p. 163, 2018, doi: 10.21277/sw.v1i8.323.