

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN DENGAN DEPRESI PADA LANSIA

The Relationship Between Social Support from Friends and Depression in the Elderly

Gustya Tamansyah¹, Muryati¹, Vera Fauziah Fatah^{1*}, Rukman¹

¹Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bandung

*Corresponding author: vera.fauziah.fatah@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Depression is a common mental health issue in the elderly population, possibly due to a lack of social support where, with advancing age, the elderly become more susceptible to depression. This study aims to determine the relationship between social support from friends and depression in the elderly. The research method used is correlation description with total sampling technique. The sample used consists of 44 elderly individuals. The instruments used are a friend social support questionnaire and a PHQ-9 depression questionnaire. The research results show that moderate social support is present in 25 elderly individuals, while low social support is found in 19 elderly individuals. Regarding depression symptoms, 21 elderly individuals show mild symptoms, and 23 elderly individuals show no symptoms of depression. The research results indicate a p-value of 0.000, where if $0.000 < 0.05$, it means there is a relationship between social support from friends and depression in the elderly. Therefore, one effort to reduce the level of depression is by increasing social support or mutual care among the elderly in nursing homes through the SMB (Sharing Motivation Together) program.

Keywords: Social support from friends, Depression, Elderly

ABSTRAK

Depresi merupakan masalah kesehatan mental yang umum terjadi pada populasi lansia, hal ini dimungkinkan karena kurangnya dukungan sosial dimana semakin bertambahnya usia lansia akan berisiko mengalami depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia. Metode penelitian yang digunakan deskripsi korelasi dengan teknik sampel total sampling. Sampel yang digunakan sebanyak 44 lansia. Instrumen yang digunakan kuesioner dukungan sosial teman serta kuesioner depresi PHQ-9. Hasil penelitian dukungan sosial sedang sebanyak 25 lansia dan dukungan sosial rendah sebesar 19 lansia, sedangkan lansia yang memiliki gejala depresi ringan sebanyak 21 dan tidak ada gejala depresi 23 lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan $p=0,000$ dimana jika $0,000 < 0,05$ berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia. Oleh karena itu, salah satu upaya menurunkan tingkat depresi adalah dengan meningkatkan dukungan sosial atau kepedulian sesama lansia di panti melalui program SMB (Sharing Motivasi Bersama).

Kata kunci: Dukungan sosial teman, Depresi, Lansia

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan yang telah dilakukan di Indonesia salah satunya akan meningkatkan angka harapan hidup. Seiring dengan terus bertambahnya penduduk lanjut usia (60 tahun ke atas), Indonesia telah memasuki periode

populasi menua pada tahun 2015. Fenomena populasi menua terjadi ketika proporsi penduduk lanjut usia di suatu negara atau wilayah meningkat¹. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), pada tahun 2017 terdapat 19,6 juta orang lansia (7,8%), tahun 2018 sebanyak 20,5 juta orang (8,5%) dan diperkirakan akan

menjadi 27,08 juta orang lansia pada tahun 2020, 33,69 juta pada tahun 2025, 40,95 juta pada tahun 2030 dan 48,19 juta pada tahun 2035.²

Meningkatnya jumlah tersebut maupun angka harapan hidup lansia akan menimbulkan permasalahan dan beragam kebutuhan.³ Menurut Suharyanto, dengan permasalahan yang beragam, lansia memerlukan bantuan dari keluarga dalam merawatnya, termasuk dalam memberikan perawatan medis dan membantu lansia dalam aktivitas sehari-hari, namun tidak sedikit pula keluarga yang kurang bisa mengurus lansia secara optimal.⁴ Menurut Riyan, terjadinya permasalahan tersebut, salah satunya karena perubahan struktur keluarga seperti anak-anak yang sudah menikah lebih memilih tinggal terpisah dan anak-anak yang sibuk bekerja, situasi tersebut akan menyebabkan lansia kurang diperhatikan.⁴ Menurut Syamsudin, berlangsungnya transformasi susunan keluarga mengakibatkan lansia ditinggalkan ke dinas sosial atau panti werdha.³

Panti werdha merupakan sarana perawatan dan upaya perbaikan kesehatan bagi lansia yang dipersiapkan oleh pemerintah.³ Masih banyak terdapat panti asuhan yang belum memiliki kegiatan yang di programkan dengan jadwal rutinitas dan tidak bervariasi sehingga menyebabkan kejenuhan hal ini dapat memicu gangguan psikologis diantaranya adalah depresi.⁵ Depresi adalah kondisi emosional yang serius ditandai oleh perasaan sedih, putus asa dan kurang bergairah pada kegiatan sehari-hari.⁶ Depresi bisa mempengaruhi kesehatan secara langsung misalnya mempengaruhi tidur, nafsu makan dan aktivitas fisik salah satunya dengan perubahan nafsu makan maka akan menyebabkan kehilangan berat badan yang bisa mempengaruhi kesehatan.⁷ Berdasarkan hasil riset kesehatan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi depresi akan semakin meningkat dengan bertambahnya usia, 55-64 tahun sekitar 6,5%, 65-74 tahun sekitar 8,0% dan >75 tahun sekitar 8,9%.²

Ada beberapa faktor yang

menyebabkan depresi pada lansia dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial yang kurang, kehilangan teman, kehilangan keluarga, gangguan kesehatan, peningkatan masalah kesehatan, kematian pasangan atau teman terdekat, rasa tidak berharga, kehilangan tujuan hidup, rasa terasing dan kurangnya pengakuan.⁸ Dari beberapa variabel ini, dukungan sosial sangat penting karena dapat membantu manula menemukan kembali vitalitas mereka dan memberi tahu kepada mereka bahwa orang lain benar-benar peduli.⁹ Kerabat, anak, sahabat dan kenalan yang tinggal berdekatan dengan penduduk lanjut usia dapat memberikan bantuan sosial.¹⁰ Salah satu jenis dukungan sosial yang paling signifikan adalah dukungan dari teman, bagi orang lanjut usia teman memainkan fungsi yang sangat penting, bertindak sebagai penyangga terhadap efek negatif dari kehidupan sehari-hari, menjadi contoh ketahanan dan memupuk perkembangan kepercayaan diri.¹⁰

Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia di panti.

METODE

Lansia warga Panti Sosial Tresna Werdha Wisma Kartini Yatira yang berjumlah 44 orang akan menjadi subyek penelitian kuantitatif, yang secara khusus akan difokuskan pada penggunaan metode cross sectional, dengan desain deskripsi korelasi dan teknik pengumpulan data dengan total sampling instrumen pengukurannya berupa kuisioner dukungan sosial teman (Cobb, Sydney, dan Perlman, Roberta 1974: Heristi, A., 2017), serta kuisioner depresi PHQ-9 (Splitzer, Robert L., dkk., 1999: Nurul, F., 2014), pengumpulan informasi dilaksanakan dengan tanya jawab pada 44 subjek di panti Sosial Tresna Werdha Wisma Kartini Yatira, penelaahan data yang dipakai berupa univariat dengan penyebaran angka kejadian dan analisis bivariat menggunakan rank spearman, nomor

ethical clearance pada penelitian ini No.27/KEPK/EC/IV/2023.

partisipan di PSTW Wisma Kartika Yatira memiliki persepsi tentang keterkaitan antaradukungan sosial dari teman dan depresi dibawah ini:

HASIL

Temuan studi yang dilakukan pada April - Mei 2023 mengungkapkan bahwa 44

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia responden

Usia (Tahun)	F	%
60-70	26	59%
70-80	18	41%

Sumber: Data Primer diolah oleh SPSS 24 (2023)

Berdasarkan tabel 1 tampak data paling banyak responden yang berusia 60-70 tahun 26 responden (59%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Jenis Kelamin	F	%
Laki-laki	16	36%
Perempuan	28	64%

Sumber: Data Primer diolah oleh SPSS 24 (2023)

Berdasarkan tabel 2, data terbanyak responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 28 responden (64%).

Tabel 3. Tanggapan Responden Mengenai Variabel Dukungan Sosial Teman

No	Dukungan Sosial Teman	F	%
1	Tinggi	0	0%
2	Sedang	25	57%
3	Rendah	19	43%
Total		44	100

Sumber: Data Primer diolah oleh SPSS 24 (2023)

Mengacu pada tabel 3, data terbanyak berada pada kategori sedang sebanyak 25 (57%) responden, akan tetapi di PSTW

Wisma Kartika Yatira masih terdapat responden yang memiliki dukungan sosial yang rendah 19 (43%).

Tabel 4. Tanggapan Responden Mengenai Variabel Depresi

No	Depresi	F	%
1	Depresi Berat	0	0%
2	Depresi Sedang	0	0%
3	Depresi Ringan	0	0%
4	Gejala Depresi Ringan	21	48%
5	Tidak Ada Gejala Depresi	23	52%
Total		44	100

Sumber: Data Primer diolah oleh SPSS 24 (2023)

Berdasarkan hasil dari tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa data terbesar berada pada kategori tidak ada gejala depresi sebanyak 23 (52%) responden,

akan tetapi di PSTW Wisma Kartika Yatira masih terdapat responden yang berada dalam kategori gejala ringan terdapat 21 (48%).

Tabel 5. Uji Rank Spearman

Dukungan Sosial Teman	Depresi		Total	P Value	Correlation Coefficient
	Gejala Depresi Ringan	Tidak Ada Gejala Depresi			
Rendah	13	6	19	0.000	0.722
Sedang	8	17	25		
Total	21	23	44		

Sumber: Data Primer diolah oleh SPSS 24 (2023)

Tabel 5 menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia di PSTW Wisma Kartika Yatira. Penelitian ini menghasilkan hasil sebesar 0,000. Persahabatan dan depresi sama-sama mendapat manfaat dari tingkat dukungan sosial yang tinggi, seperti yang ditunjukkan oleh nilai positif Koefisien Korelasi (0,722).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan PSTW Wisma Kartika Yatira di dapatkan 25 responden mendapatkan dukungan sosial sedang, hal ini karena sebagian besar responden di PSTW Wisma Kartika sebanyak 26 orang berusia 60- 70 tahun dimana mereka masih memiliki kondisi fisik yang prima, dapat berinteraksi dengan baik dan masih bisa melakukan aktifitas sehari-hari, dengan banyaknya interaksi tersebut menjadikan seseorang mendapatkan dukungan sosial yang cukup. Didukung oleh Fitriya, Yeni & Maulidia, Rahmawati (2018), menyatakan bahwa dengan seringnya berinteraksi secara aktif dan teratur, maka akan memiliki kesempatan untuk memperluas jaringan sosial, membangun hubungan yang lebih kuat dan merasa lebih di perhatikan, hal inilah yang menyebabkan dukungan sosial pada seseorang tersebut baik.¹¹

Dalam penelitian yang dilakukan peneliti terdapat juga 19 responden memiliki dukungan sosial rendah, hal ini karena sebagian responden sebanyak 18 orang berusia 70- 80 tahun, memiliki keterbatasan fisik maupun psikologisnya karena semakin bertambahnya usia maka akan menyebabkan berbagai perubahan dalam tubuhnya yang akan mempersulit dalam bersosialisasi. Di dukung juga oleh pernyataan Manoux (2008), beberapa

evolusi yang akan terwujud pada lansia adalah perubahan psikologisnya seperti kemampuan mengingat memburuk, kemampuan berbahasa menurun dan waktu reaksi menjadi lambat, sehingga akan mempengaruhi aspek sosialnya.¹² Selain itu menurut Cornwell, E. Y., & Waite, L. J., aspek sosial yang dipengaruhi diantaranya jaringan sosial menjadi kecil, perasaan terasing dari teman-temannya dan kesulitan mempertahankan hubungan sosialnya.¹³

Berdasarkan hasil temuan di PSTW Wisma Kartika Yatira sebanyak 23 responden di dapatkan tidak ada gejala depresi hal ini karena Sebagian besar responden sebanyak 26 orang berusia 60-70 tahun, dimana pada usia tersebut bisa melakukan kegiatan secara mandiri dan masih memiliki kemampuan fisik yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar sehari-harinya, hal ini akan membuat seseorang tidak selalu bergantung kepada orang lain dan membuatnya lebih merasa percaya diri dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya hal tersebut yang menjadikan tingkat kejadian depresinya rendah. Didukung pula oleh Prabawati, Rulita Ririn (2013), menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang maka semakin rendah tingkat kejadian depresi yang dialami orang tersebut.¹⁴

Didalam penelitian yang dilakukan peneliti sebanyak 21 responden dengan gejala depresi ringan, gejala depresi ringan ini merupakan awal dari kondisi mental yang serius, pernyataan ini di dukung oleh Pratiwi, Diptya Ratri dan Oriza, Imelda Ika Dian, bahwa gejala depresi ringan memiliki efek yang nyata sehubungan dengan standarisasi kehidupan seseorang dan produktivitas individu, gejala depresi ringan dapat mempengaruhi berbagai aspek

kehidupan, termasuk hubungan sosial, pekerjaan dan kesejahteraan umum.¹⁵ Menurut Van Droogenbroeck et al., skor wanita lebih tinggi daripada pria untuk kejadian tekanan psikologis, kecemasan, dan depresi. Di PSTW Wisma Kartika Yatira, 28 wanita merupakan mayoritas penduduk, yang menjadi penyebab tingginya gejala depresi ringan.¹¹

Korelasi antara dukungan sosial teman dan depresi adalah signifikan, dengan nilai alpha 0,000 yang kurang dari 0,05. Terdapat pula hubungan yang menonjol antara dukungan sosial teman dengan depresi, dengan nilai koefisien korelasi positif sebesar 0,722. Artinya semakin banyak dukungan sosial yang diberikan teman, semakin kecil kemungkinan orang mengalami depresi ataupun sebaliknya. Menurut penelitian Indahsah, lansia dengan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dari teman sebaya memiliki tingkat depresi yang lebih rendah adapun sebaliknya, lansia dengan tingkat dukungan sosial yang lebih rendah memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi.⁹

SIMPULAN

Lebih dari setengahnya dukungan sosial sedang dan kurang dari setengahnya dukungan sosial rendah, lebih dari setengahnya tidak ada gejala depresi dan kurang dari setengahnya terdapat gejala depresi ringan, ada hubungan dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia.

DAFTAR RUJUKAN

1. Sanderson, W. C., & Scherbov, S. (2013). The characteristics approach to the measurement of population aging. *Population and Development Review*, 39(4), 673-685.
2. Yanti, dkk., (2019). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Antara Lansia Yang Tinggal Di Panti Tresna Werdha Dengan Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(4). (Edisi Khusus), 283–288.
3. Pali, C. (2016). Gambaran kebahagiaan pada lansia yang memilih tinggal di panti werdha. *Jurnal E- Biomedik*, 4(1).
4. Nurul, dkk (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Adi Husada Nursing Journal*, 86-93.
5. Heristi, A. (2017). Hubungan Konsep Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Komunikasi Interpersonal Siswa SMP di Yogyakarta. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 33(2), 369-383.
6. Mayo Clinic. (2018). Depression in Older Adults: Symptoms, Causes, and Treatment." MayoFoundation for Medical Education and Research. Diakses pada 19 Februari 2023, dari www.mayoclinic.org/diseases-conditions/depression/in-depth/depression-in-older-adults/art-20046495
7. Sarah E. Pieper, et al. (2013). The Interplay of Depression and Chronic Physical Diseases: A Systematic Review of Mechanisms and Clinical Implications".*Journal of Affective Disorders*, volume 151, nomor 2 (January 2013), halaman 789-798.
8. MediLexicon International. (2020). Depression in Older People: Symptoms, Causes, and Treatment." *Medical News Today*, MediLexicon International. Diakses pada 21 Februari 2023, dari www.medicalnewstoday.com/articles/323153.
9. Indahsah, Wahyu Nur. (2017). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan*. Sarjana thesis, Universitas Brawijaya.
10. Amanda, dkk. (2021). Hubungan Dukungan Sosial teman sebaya Dengan Fungsi Kognitif pada Lanhut usia. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*. Volume 4(2). Desember 2021. Hal 63-67.
11. Fitria, Yeni & Maulidia, Rahmawati. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Depresi Pada

- Remaja Di SMPN Kota Malang, 3(1), 270-276.
12. Kim, M., Lee, J., & Kim, Y. (2015). The effect of social support from nursing home staff on depression in elderly residents. *International Journal of Gerontology*, 9(4), 223-228.
 13. Choi, N. G., & Kim, J. (2017). The Relationship Between Social Support and Depression in Elderly: A Comparison of Three Cohorts in South Korea. *Psychiatry investigation*, 14(2), 191–198.
 14. Prabawati, Rulita Ririn (2013). Hubungan Percaya Diri (Self Confidence) Dengan Depresi Pada Mahasiswa Angkatan 2010 Fakultas Kedokteran Uns. *Jurnal Psikologi*.
 15. Pratiwi, Diptya Ratri dan Oriza, Imelda Ika Dian (2022). ACT untuk Meningkatkan PGI Mahasiswa Sarjana yang Mengalami Depresi, Kecemasan, atau Stres. *Jurnal Psikologi mind set*, 13(1).