

Gambaran Depresi pada Lansia yang Kehilangan Pasangan

Widya Santri¹ Arneliwati² Rismadefi Woferst³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru,
Provinsi Riau, Indonesia^{1,2,3}

Email: widya.santri0767@student.unri.ac.id¹ arneliwati@lecturer.unri.ac.id²

Abstrak

Pendahuluan: Depresi adalah suatu kondisi emosional yang ditandai oleh perasaan tertekan, ketidakbahagiaan, kesedihan, rasa tidak berharga, kehilangan semangat, merasa tidak berarti, dan sikap pesimis terhadap kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana depresi memengaruhi lansia yang mengalami kehilangan pasangan di wilayah kerja Payung Sekaki. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Teknik sampel pada penelitian ini adalah purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner Geriatric Depression Scale. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat. Hasil: Hasil dari penelitian ini menunjukkan gambaran depresi pada lansia yang kehilangan pasangan dari 97 responden yaitu depresi sedang (59,8%). Kesimpulan: Secara umum, dapat disimpulkan bahwa depresi pada lansia yang kehilangan pasangan cenderung bersifat sedang. Semakin lanjut usia seseorang, peluang mengalami depresi pada lansia meningkat, baik disebabkan oleh penyakit penyerta, kehilangan pekerjaan, penurunan pendapatan, dan faktor-faktor lainnya. Ini merupakan penyebab umum terjadinya depresi pada lansia.

Kata Kunci: Depresi, Kehilangan Pasangan, Lansia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Beberapa masalah umum yang sering dialami oleh lansia, termasuk depresi, melibatkan perasaan kehilangan karena harus berpisah dengan keluarga, kesulitan mengendalikan emosi sendiri, tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, kehilangan pekerjaan dan sumber pendapatan, penurunan kondisi fisik, serta menghadapi penyakit degeneratif sebagai masalah utama. Depresi pada lansia juga dapat memunculkan dampak seperti kesulitan tidur, bangun malam-malam, kehilangan nafsu makan, rasa kesepian, dan kepedihan emosional ketika mengenang keluarga. Dalam konteks ini, depresi menjadi salah satu gangguan mental yang sering terjadi pada lansia sebagai akibat dari proses penuaan (Amir, 2020). Menghadapi kehilangan pasangan hidup menjadi salah satu tantangan emosional terberat bagi lansia. Bagi mereka yang tidak siap mengarungi hari tua tanpa kehadiran pasangan, pengalaman tersebut seringkali tidak memberikan kepuasan dan makna hidup sebagaimana yang diharapkan. Bahkan, sejumlah besar lansia dapat merasa tidak bahagia, mengalami depresi, atau merasakan kesepian, sesuai dengan penelitian oleh Kartini & Wahyudi (2017). Kehilangan pasangan juga dapat menjadi pencetus masalah psikologis, khususnya dalam bentuk kesedihan berulang, sebagaimana diungkapkan oleh Tseng et al. (2017). Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik pada tahun 2019, persentase lansia menurut status perkawinan melibatkan 35,91% yang telah ditinggal mati pasangannya, 2,31% yang sudah bercerai hidup, dan 1,05% yang belum menikah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif menggunakan desain penelitian deskriptif. Sampel pada penelitian ini adalah lansia di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Setelah

dilakukan perhitungan, maka sampel yang dibutuhkan sebanyak 97 responden lansia dan kemudian peneliti memberikan penjelasan maksud dan tujuan peneliti kepada responden. Peneliti memberikan lembar persetujuan untuk ditanda tangani oleh responden, dan responden mengisi lembar kuesioner yang sudah diberikan. Adapun kriteria inklusi pada penelitian ini adalah lansia yang berusia 60-90 tahun, lansia yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki, lansia yang bersedia menjadi responden dan kooperatif, lansia yang berstatus janda/duda (lansia yang kehilangan pasangan), lansia yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat. Dengan alat ukur pengumpulan data menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase
	N	(%)
Usia		
Lansia (60-74 tahun)	88	90,7
Lansia Usia Tua (75-90) tahun	9	9,3
Jenis kelamin		
Laki-laki	34	35,1
Perempuan	63	64,9
Pendidikan		
SD	46	47,4
SMP	8	8,2
SMA	24	24,7
Perguruan tinggi	19	18,6
Suku		
Melayu	34	35,1
Minang	22	22,7
Batak	28	28,9
Jawa	11	11,3
Banjar	2	2,1
Pekerjaan		
Wiraswasta	20	20,6
Pensiunan	21	21,4
IRT	37	38,1
Guru	2	2,1
Tidak bekerja	17	17,5
Agama		
Islam	71	73,2
Kristen	26	26,8
Jumlah	97	100

Berdasarkan 1 diatas didapatkan hasil untuk kategori umur responden semua adalah lansia 60-74 tahun yakni 88 responden (90,7%), jenis kelamin responden didapatkan mayoritas perempuan sebanyak 63 responden (64,9%). Status pendidikan terakhir yang diperoleh mayoritas responden dengan lulusan SD sebanyak 46 responden (47,4%). Hasil untuk suku responden terbanyak adalah suku melayu yakni 34 responden (35,1%). Dari status pekerjaan diperoleh responden dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga yakni 37 responden (38,1%). Mayoritas responden beragama Islam sebanyak 71 responden (73,2%).

Gambaran depresi pada lansia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Depresi Lansia (n=97)

Depresi lansia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	29	29,9
Sedang	58	59,8
Berat	10	10,3
Jumlah	97	100

Pada tabel 2 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia oleh 97 responden adalah memiliki depresi sedang yaitu sebanyak 58 responden (59,8%). Namun masih ditemukan responden yang memiliki depresi berat yaitu sebanyak 10 responden (10,3%).

Karakteristik responden

Usia

Tabel 3. Distribusi frekuensi Depresi Berdasarkan Usia

Kategori umur	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Lanjut usia	28	50	10	88
Lanjut usia tua	1	8	0	9
Total	29	58	10	97

Pada tabel 3 diperoleh hasil untuk gambaran depresi lansia berdasarkan usia oleh 97 responden adalah pada rentang lanjut usia yang memiliki depresi ringan yaitu sebanyak 28 responden, depresi sedang sebanyak 50 responden, depresi berat 10 responden. Sedangkan pada rentang lanjut usia tua yang memiliki depresi ringan sebanyak 1 responden dan depresi sedang 8 responden.

Jenis Kelamin

Tabel 4. Distribusi frekuensi Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Laki-laki	11	20	3	34
Perempuan	18	38	7	63
Total	29	58	10	97

Pada tabel 4 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia berdasarkan jenis kelamin oleh 97 responden adalah laki-laki dengan depresi ringan sebanyak 11 responden, depresi sedang 20 responden, depresi berat 3 responden. Sedangkan pada perempuan dengan depresi ringan 18 responden, depresi sedang 38 responden, dan depresi berat 7 responden

Tingkat Pendidikan

Tabel 5. Distribusi frekuensi Depresi Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
SD	9	35	2	46
SMP	5	3	0	8
SMA	12	11	1	24
Perguruan Tinggi	3	9	7	19

Pada tabel 5 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia berdasarkan tingkat pendidikan oleh 97 responden dengan tingkat pendidikan SD dengan depresi ringan sebanyak 9 responden, depresi sedang 35 responden, depresi berat 2 responden. Tingkat pendidikan SMP dengan depresi ringan 5 responden, depresi sedang 3 responden. Tingkat pendidikan SMA dengan depresi ringan 12 responden, depresi sedang 11 responden, depresi berat 1 responden. Sedangkan tingkat pendidikan perguruan tinggi dengan depresi ringan 3 responden, depresi sedang 9 responden, dan depresi berat 7 responden.

Suku

Tabel 6. Distribusi frekuensi Lansia Berdasarkan Suku

Suku	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Melayu	11	17	6	34
Minang	4	18	0	22
Batak	11	16	2	28
Jawa	3	6	2	11
Banjar	1	1	0	2

Pada tabel 6 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia berdasarkan suku, pada suku melayu dengan depresi ringan 11 responden, depresi sedang 17 responden, depresi berat 6 responden. Suku minang dengan depresi ringan 4 responden, depresi sedang 18 responden. Suku batak dengan depresi ringan 11 responden, depresi sedang 16 responden, depresi berat 2 responden. Suku jawa dengan depresi ringan 3 responden, depresi sedang 6 responden, depresi berat 2 responden. Selanjutnya suku banjar dengan depresi ringan 1 responden dan depresi sedang 1 responden.

Pekerjaan

Tabel 7. Distribusi frekuensi Lansia Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Wiraswasta	7	13	0	20
Pensiunan	2	11	8	21
IRT	15	21	1	37
Guru	1	1	0	2
Tidak bekerja	4	12	1	17

Pada tabel 7 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia berdasarkan pekerjaan, diperoleh hasil pada 97 responden yang berprofesi sebagai wiraswasta dengan depresi ringan 7 responden, depresi sedang 13 responden. Untuk yang berprofesi sebagai pensiunan dengan depresi ringan 2 responden, depresi sedang 11 responden, depresi berat 8 responden. Untuk yang berprofesi sebagai IRT dengan depresi ringan 15 responden, depresi sedang 21 responden. Selanjutnya yang tidak bekerja dengan depresi ringan 4 responden, depresi sedang 12 responden, dan depresi berat 1 responden.

Agama

Tabel 8. Distribusi frekuensi Lansia Berdasarkan Agama

Agama	Kategori depresi			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
Islam	19	44	8	71
Kristen	10	14	2	26

Pada tabel 8 diperoleh hasil untuk gambaran depresi pada lansia berdasarkan agama pada 97 responden, didapatkan untuk agama islam dengan depresi ringan 19 responden, depresi sedang 44 responden, depresi berat 8 responden. Selanjutnya yang menganut agama kristen dengan depresi ringan 10 responden, depresi sedang 14 responden, dan depresi berat 2 responden.

Pembahasan

Karakteristik responden

Usia

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden terbanyak ialah lansia >60 tahun dengan persentasi 97 orang (100%). Berdasarkan temuan dilapangan lansia yang berusia 60-74 tahun masih aktif berkunjung ke Puskesmas untuk melakukan pengobatan yang di temani oleh anak nya sendiri dikarenakan sudah mengalami keterbatasan fisik. Lansia juga mengatakan mereka lebih senang tinggal dirumah daripada keluar rumah untuk berkumpul dengan masyarakat lainnya. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Livana (2018), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 60-74 tahun, mencapai 86,7% dari total responden (Livana, 2018). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2018 juga mengindikasikan peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) di Indonesia, mencapai 23,4 juta, dengan persentase populasi lansia mencapai 8,97%, menunjukkan adanya penambahan jumlah individu dalam kelompok usia lanjut (lansia).

Jenis Kelamin

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, mencapai 64,9% dari total responden. Hal ini mencerminkan pola umum dimana jumlah penduduk lansia perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Observasi di lapangan menunjukkan bahwa lansia perempuan cenderung lebih aktif dalam mengunjungi Puskesmas untuk menerima perawatan, seringkali didampingi oleh anak-anak mereka karena adanya keterbatasan fisik. Meskipun demikian, jenis kelamin tidak mempengaruhi keyakinan spiritual, karena setiap individu memiliki kebutuhan dan keyakinan spiritual yang bervariasi sesuai dengan agama yang dianut (Sya'diyah et al., 2020).

Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 97 responden didapatkan mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SD sebanyak 46 responden (47,4%). Dalam penelitian ini mengatakan para lansia putus sekolah dikarenakan terkendala biaya dan juga menganggap bahwa dahulu sekolah hanya untuk orang yang kaya saja dan kesempatan untuk bersekolah tidak seperti saat ini. Lansia memilih pendidikan dasar sebagai pendidikan terakhir dikarenakan jarak sekolah jauh dari rumah dan ditempuh dengan jalan kaki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memainkan peran krusial dalam menghadapi tantangan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pengalaman hidup yang telah mereka dapatkan, sehingga mereka menjadi lebih siap dalam mengatasi masalah yang mungkin timbul di masa tua. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nafsiah (2020) didapatkan mayoritas responden memiliki riwayat pendidikan terakhir pada jenjang Sekolah Dasar yaitu 73,8% (Nafsiah Sisi, 2020). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Situngkir (2022) yang menunjukkan bahwa mayoritas lansia berpendidikan dasar. Rendahnya tingkat pendidikan lanjut usia dan tingginya lanjut usia yang tidak bersekolah dapat disebabkan karena belum ada sarana dan prasarana yang mendukung serta pendidikan yang masih terbatas pada masa itu, serta kondisi ini berbeda dengan zaman sekarang dimana pendidikan sudah jauh lebih baik (Situngkir, 2022).

Suku

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan suku terbanyak yaitu suku melayu sebanyak 34 responden (35,1%). Hal ini sesuai dengan suku asli Kota Pekanbaru, Riau itu sendiri yaitu suku Melayu. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada suku melayu mereka ketika sudah sakit mereka lebih senang pergi berobat ke balai pengobatan, mereka kadang juga melakukan pengobatan tradisional dan menyerahkan diri kepada sang pencipta agar diberikan kesehatan, pada suku batak mereka lebih memilih pergi ke balai untuk melakukan pengobatan dan terkadang disertai pendeta juga dalam pengobatannya. Penelitian ini diperkuat dengan penelitian Damayanti (2023). Karakteristik responden suku lansia Pekanbaru mayoritas memiliki suku melayu sebanyak 15 orang (30%). Penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian Rahimulyani (2021) Suku responden ditemukan sebanyak 44 orang lansia (44,9%) merupakan suku melayu. Suku yang dianut oleh seseorang karena kebiasaan yang di lakukan sehari-harinya. Menurut teori Green (1998) dalam Novita (2017) beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku adalah kepercayaan dan tradisi dalam suatu suku.

Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 97 responden, mayoritas responden merupakan seorang ibu rumah tangga (IRT) yaitu 37 responden (38,1%) responden. Hal ini dapat dikaitkan dengan jenis kelamin dari hasil penelitian yang didominasi oleh perempuan yang lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki., sehingga sebagian besar lansia memiliki pekerjaan sebagai IRT, lansia juga mengatakan mereka merasa kesepian karena pasangan hidup nya sudah meninggal, Penurunan fungsi tubuh juga menyebabkan banyak lansia yang memilih di rumah menjalankan sebagai IRT. Kehidupan sehari-hari lansia ditanggung oleh anak ataupun hasil dari aset yang mereka miliki. Penelitian ini diperkuat dengan penelitian (Ilham et al., 2020). Pertambahan usia lansia dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, mental, serta perubahan kondisi sosial yang dapat mengakibatkan penurunan pada peran-peran sosialnya. Selain itu, dapat menurunkan derajat kesehatan, kehilangan pekerjaan dan dianggap sebagai individu yang tidak mampu.

Gambaran Depresi Pada Lansia yang Kehilangan Pasangan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di wilayah kerja puskesmas payung sekaki yaitu, Mayoritas depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki yaitu mengalami depresi sedang 58 (59,8%). Hal tersebut dikarenakan responden merasakan kurang mendapatkan dukungan dan perhatian dari keluarganya, mereka juga sudah jarang untuk keluar rumah dan berkumpul dengan warga sekitar dikarenakan sudah tidak memiliki pekerjaan, kehilangan minat dalam kegiatan yang dulu merupakan sumber kesenangan, sering merasa bosan, sering berpikir bahwa orang lain lebih baik keadaannya daripada diri sendiri, sering sulit berkonsentrasi, dan akhir-akhir ini mereka mengatakan sering lupa. Setianingrum (2017) mengungkapkan ketika lansia sudah ditinggalkan oleh pasangan hidupnya bermunculan berbagai problematika yang dialami oleh lansia seperti kesepian, depresi, berkurangnya penghasilan, merasakan gelisah, serta merasakan kurangnya dukungan sosial, keadaan tersebut terjadi dikarenakan saat pasangan hidup pergi atau meninggal, maka orang yang berada paling dekat akan cenderung mengalami stres di tambah dengan problematika ekonomi dengan menjadi kepala keluarga.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian terhadap 97 responden yang merupakan lansia di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru, didapatkan hasil bahwa mayoritas usia

responden adalah 60-74 tahun yang termasuk dalam golongan usia lansia dengan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan. Mayoritas pendidikan terakhir responden adalah SD dengan pekerjaan terbanyak responden adalah sebagai ibu rumah tangga dan mayoritas suku yaitu suku melayu dengan mayoritas agama islam. Kategori depresi pada lansia yang kehilangan pasangan didapatkan hasil depresi sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, N. (2020). *Depresi: Aspek Neurobiologi, Diagnosis, dan Tatalaksana*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Damayanti L. A, Wisanti E., Lesrtari R. F. (2023). Perbandingan Kualitas Hidup Dan Depresi Lansia di PSTW dan Keluarga. *HealthCare Nursing Journal*. Vol. 5 No.1 (2023) Hal 558-566.
- Ilham, M., Wahyuni, S., Keperawatan, F., & Riau, U. (2020). Gambaran Interaksi Sosial Lansia di Masyarakat Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *JOM FKP*, 7 (1). <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/29526>.
- Kartini, A., & Wahyudi, C. T. (2017). Hubungan mekanisme koping dengan harga diri pada lansia yang di tinggalkan pasangan hidupnya di wilayah kelurahan Limo Depok. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 3(1). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v3i1.1085>.
- Livana Ph, Susanti Y, Darwati Le, A.R. (2018) Gambaran Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan Pemikiran Ilmiah*, 4(4), 80-93.
- Ma'rifah, A., & Zhro, F. 2017. *Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Status Janda Di Desa Kalijajar Wetan Paiton Probolinggo*.
- Muhith, A. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. CV Andi.
- Nafsiah Sisi, I. R. (2020). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Tingkat Depresi pada lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda. *Samarinda: Borneo Student Research*.
- Situngkir, R., Lilli, S., & Asmiranda, W. (2022). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Desa Malimbong Kecamatan Messawa. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5 (1), 20-25. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.94>
- Sya'diyah, H., Nursalam, N., Mahmudah, M., & Wicaksono, W. P. (2020). Relationship between caring nurses and elderly Loneliness. *Journal of Public Health Research*, 9(2), 152-155. Retrieved from <https://doi.org/10.22146/jkkk.49490>
- Tseng, F.-M., Petrie, D., & Gonzales, R. L. (2017). The impact of spousal bereavement on subjective wellbeing: Evidence from the taiwanese elderly population. *Economics & Human Biology*, 26, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2017.01.003>