

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KESEHATAN DAN HARGA DIRI TERHADAP DEPRESI PADA LANSIA

Ade Wahyudi¹, Susilawati^{2*}

^{1,2}Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Article Info

Key words :

Depression, Elderly, Health Level, Self-Esteem

Corresponding author:

Susilawati, Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu
Email:

susilawati@umb.ac.id

Abstract

The research aimed to determine the relationship between health-level self-esteem and depression in the elderly at the Tresna Werdha Bengkulu Social Home. The research design is a quantitative experiment with a research design using a cross-sectional approach. Data were collected using the SF 36 questionnaire, Rosenberg self-esteem, and Geriatric Depression Scale (GDS). Research data was analyzed univariately and bivariately using the Spearman rho test. The results of the research show that the level of health among the elderly at the Tresna Werdha Bengkulu Social Home is the highest in the low category, namely 33 elderly (50.8%), the highest level of self-esteem in the elderly is in the low category, namely 37 elderly (56.9%), and the level of Depression in the elderly is mostly in the moderate category, namely 37 elderly (56.9%). In conclusion, there is a relationship between health level self-esteem, and depression in the elderly at the Tresna Werdha Bengkulu Social Home. The suggestion is that nursing staff who are comprehensively able to provide nursing care to overcome the problem of depression, including creating good social support, coping behavior, exercise, and religious relationships.

PENDAHULUAN

Kesehatan mewakili keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap, tidak hanya tanpa penyakit, kelemahan, atau kecacatan tetapi juga kematian dan penderitaan. Ini melibatkan keseimbangan yang harmonis antara individu, agen, dan lingkungan, menghasilkan interaksi yang mencakup tidak hanya individu dan agen tetapi juga lingkungan. Penentu kesehatan terdiri dari tingkat individu atau intrapersonal, tingkat interpersonal atau lingkungan, dan tingkat populasi (Kemenkes, 2022). Keadaan kesehatan pada tingkat intrapersonal secara signifikan dibentuk oleh faktor-faktor seperti pengetahuan, pengalaman, latar belakang sosiokultural, pikiran, perilaku, kesejahteraan mental, dan keyakinan pribadi. Aspek kesehatan ini jelas tercermin dalam bagaimana individu mengelola kesejahteraan psikososial mereka (Rahmayani et al., 2019).

Menurut Agustina et al., (2021) penurunan kualitas hidup terkadang disebabkan oleh penyakit yang sering menyerang seseorang bukan karena penambahan usia itu sendiri, tetapi dikarenakan adanya perubahan dalam komposisi tubuh dan penurunan

fungsi organ. Aktivitas sehari-hari yang tidak bisa dilakukan akibat penurunan fungsi tubuh tersebut misalnya tidak sanggup dalam melakukan pekerjaan rumah, membereskan tempat tidur, menyapu, dan berjalan. Kurangnya aktivitas ini, mendorong perasaan kosong, kebosanan, dan kehampaan yang dapat berujung pada penurunan harga diri atau harga diri rendah

Harga diri menunjukkan harga diri individu dan persepsi nilai pribadi. Komponen penting dari harga diri termasuk perasaan dicintai, dihargai, dan dihargai oleh orang lain (Noor et al., 2023). Irawan, (2021) menambahkan harga diri yang rendah, ditandai dengan emosi yang tidak penting dan putus asa, dapat berasal dari transformasi fisik dan menimbulkan berbagai gejala psikososial, yang berpotensi menyebabkan hilangnya kepercayaan diri.

Depresi, kondisi kesehatan mental yang melemahkan, dapat mempengaruhi fungsi kognitif, kesehatan fisik, interaksi sosial, pola tidur, dan bahkan meningkatkan risiko bunuh diri. Proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, biologis, sosial ekonomi maupun mental (Azari & Sururi, 2021). Prima et al., (2019) menekankan bahwa berbagai perubahan yang terkait dengan penuaan, baik fisik maupun kognitif, bertindak sebagai stresor bagi lansia, memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Pergeseran demografi ini memiliki implikasi signifikan pada kesehatan lansia, terutama masalah kesehatan mental seperti depresi. Depresi di kalangan lansia merupakan perhatian kritis, yang menyebabkan penurunan kognitif, keterbatasan fisik, isolasi sosial, kualitas tidur yang buruk, dan peningkatan risiko bunuh diri.

Anissa et al., (2019) mengungkapkan dari penelitian mereka bahwa 33,3% orang lanjut usia mengalami depresi, dengan sebagian besar kasus diklasifikasikan sebagai ringan. Penelitian ini menghubungkan depresi pada orang tua dengan riwayat kondisi medis lainnya, yang bertindak sebagai stresor dan memperburuk gejala depresi. Penyakit kronis dapat mengurangi kapasitas fisik dan fisiologis seseorang, mengurangi tingkat aktivitas mereka yang biasa dan meningkatkan kemungkinan depresi di antara orang tua.

Dalam studi terpisah yang dilakukan oleh Sigalingging et al., (2020), ditemukan bahwa mayoritas populasi lansia, 69,4%, menunjukkan harga diri yang rendah. Orang tua dengan kesehatan atau penyakit yang buruk sering menunjukkan penarikan diri, putus asa, depresi, dan berjuang untuk beradaptasi, yang menyebabkan perasaan tidak berguna dan mudah tersinggung. Tantangan emosional ini dapat mengakibatkan pikiran melukai diri sendiri atau membahayakan orang lain, yang mencerminkan gangguan kondisi mental dan penurunan keterlibatan sosial di antara orang tua.

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia, wanita 1,5 hingga 3 kali lebih mungkin mengalami depresi dibandingkan pria. Pada 2019, ada 264 juta kasus depresi yang dilaporkan secara global, dengan peningkatan prevalensi di berbagai kelompok umur. Indonesia sendiri memiliki 35 juta orang yang terkena depresi, dengan sebagian besar adalah orang tua. Laporan Penelitian Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa 9,8% populasi Indonesia, termasuk 6,1% dari mereka yang berusia 60 tahun ke atas, terkena dampak gangguan mental, terutama depresi (WHO, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan di Panti Tresna Werdha Bengkulu pada tanggal 22 Februari 2024 dilakukan wawancara pada 10 orang lanjut usia yang tinggal di Panti Tresna Werdha Bengkulu dengan menggunakan kuesioner tingkat kesehatan, harga diri dan depresi didapatkan 10 lansia dengan tingkat kesehatan rendah yang ditandai dengan mengalami kesulitan dalam aktivitas seperti mandi atau memakai baju sendiri, berjalan, menaiki anak tangga, bersujud, serta melakukan aktivitas ringan lainnya. Hal ini dikarenakan klien merasakan nyeri pada tubuh, mudah terserang penyakit,

kesehatan yang semakin memburuk, tidak memiliki banyak tenaga, putus asa, bosan, dan cepat lelah. Berdasarkan harga diri terdapat 6 orang lansia dengan kategori harga diri rendah yang disebabkan karena klien merasa tidak berguna sama sekali, bersikap negatif terhadap diri sendiri, merasa menjadi orang yang gagal, merasa diri tidak cukup berharga, dan merasa menjadi orang yang gagal. Berdasarkan pengukuran tingkat depresi 8 klien mengalami depresi sedang dan 2 klien mengalami depresi ringan, hal ini disebabkan karena klien merasa bosan, tidak berharga, kehidupan yang kosong tanpa keluarga, tidak berdaya, tidak memiliki harapan dan merasa tidak bahagia.

Memahami hal-hal yang berhubungan dengan depresi pada lansia sangat penting dalam rangka pengembangan intervensi yang efektif dan pencegahan depresi. Melalui penelitian yang mendalam tentang tingkat kesehatan dan harga diri pada lansia dapat mengidentifikasi risiko-risiko yang ada dan mengembangkan strategi untuk mengurangi prevalensi dan dampak depresi pada lansia, sehingga peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Tingkat Kesehatan dan Harga Diri terhadap Depresi pada Lansia”.

METODE

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian kuantitatif, menggunakan metodologi *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada Juni 2024 di Rumah Soal Tresna Werdha Bengkulu. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, diambil dari kumpulan data yang mencakup tiga bulan sebelumnya, khususnya dari Oktober hingga Desember 2023, yang mencakup total 65 individu. Adapun kriteria inklusi sampel yaitu bersedia menjadi responden, lansia yang berusia >60 tahun (WHO, 2023), bisa berkomunikasi dengan baik, dan tidak mengalami gangguan pendengaran. Pengumpulan data mencakup penggunaan survei SF 36, *rosenberg self esteem* dan *Geriatric Depression Scale* (GDS). Data penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman rho*.

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Pada analisis univariat akan menyajikan tabel berupa hasil kuesioner mengenai tingkat kesehatan, harga diri dan depresi lansia yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase (Tabel 1).

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Tingkat Kesehatan, Harga Diri dan Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu

No	Variabel	N	%
1	Tingkat Kesehatan		
	Rendah	33	50.8
	Sedang	32	49.2
	Jumlah	65	100
2	Harga Diri		
	Tinggi	28	43.1
	Rendah	37	56.9
	Jumlah	65	100
3	Depresi		
	Ringan	28	43.1
	Sedang	37	56.9

Jumlah	65	100
---------------	-----------	------------

Berdasarkan Tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa tingkat kesehatan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu paling banyak pada kategori rendah yaitu 33 lansia (50.8%), harga diri paling banyak pada kategori rendah yaitu 37 lansia (56.9%) dan depresi paling banyak pada kategori sedang yaitu 37 lansia (56.9%).

Hasil Analisis Bivariat

Pada analisis bivariat data yang didapatkan dianalisis menggunakan uji *Spearman rho*, dimana jika *p-value* < 0.05 menunjukkan ada hubungan antara tingkat kesehatan dengan harga diri terhadap depresi pada lansia Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.

Tabel 2
Hubungan Tingkat Kesehatan dan Harga Diri dengan Depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu

Variabel	df	Correlation Coefficient	Sig.
Tingkat kesehatan	65	-0.643	0.000
Harga diri	65	0.707	0.00

Berdasarkan hasil analisis uji statistik *Spearman rho* di atas, diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0.643 pada tingkat kesehatan dan 0.707 pada harga diri yang artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara tingkat kesehatan dengan depresi adalah sebesar 0.643 dan tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara harga diri dengan depresi adalah 0.707.

Angka koefisien korelasi pada tingkat kesehatan bernilai negative sehingga hubungan antara tingkat kesehatan dengan depresi bersifat tidak searah dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin menurun tingkat kesehatan maka depresi belum tentu juga ikut meningkat, sedangkan angka koefisien korelasi pada harga diri bernilai positif sehingga hubungan antara harga diri dengan depresi bersifat searah dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin rendah harga diri maka depresi akan semakin meningkat.

Nilai *p-value* antara tingkat kesehatan dan harga diri dengan depresi diperoleh yaitu $0.000 \leq 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat kesehatan dan harga diri dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Kesehatan dengan Depresi pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesehatan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu paling banyak pada kategori rendah yaitu 33 lansia (50.8%). Hasil analisis uji statistik *Spearman rho*, didapatkan bahwa nilai *p-value* $0.000 \leq 0.05$, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat kesehatan dengan depresi pada lansia Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.

Temuan penelitian mengarah pada deduksi bahwa status kesehatan secara signifikan mempengaruhi timbulnya depresi di antara populasi lansia. Orang lanjut usia yang dikategorikan dengan harga diri rendah lebih cenderung mengembangkan depresi. Terbukti, manula yang memiliki persepsi diri negatif berada pada risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan mereka yang memiliki harga diri yang positif.

Korelasi ini dikuatkan dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Agustina et al. (2021), mengungkapkan bahwa manula yang tinggal di Panti Werdha menunjukkan tingkat kesehatan yang berkurang seperti inkontinensia urin, terutama berasal dari penurunan fungsi tubuh terkait usia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 46 responden dari Rumah Soal Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru pada tahun 2021, 17 responden (37,0%) melaporkan depresi ringan.

Pemeriksaan yang dilakukan oleh Anissa et al. (2019) mengungkapkan hubungan penting antara depresi pada individu lanjut usia dan riwayat kondisi medis yang hidup berdampingan. Penjelasan yang disebutkan di atas menggarisbawahi hubungan substansif antara penyakit fisik atau penurunan status kesehatan dan depresi pada individu lanjut usia dengan harga diri rendah. Secara fisiologis, status kesehatan yang memudar pada orang tua dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk seperti gangguan penglihatan dan pendengaran, kelesuan, masalah muskuloskeletal, dan gangguan kardiovaskular, semuanya berkontribusi pada eksaserbasi stresor yang memicu timbulnya depresi. Orang lanjut usia cenderung merenungkan kondisi kesehatan mereka, meskipun mereka intrinsik dengan proses penuaan, yang juga menyebabkan penurunan fungsi tubuh.

Pada usia lanjut akan terjadi penurunan kondisi fisik, psikologis, serta sosial yang akan dapat menimbulkan masalah atau gangguan akan memperoleh aktivitas sehari-hari. Bentuk kemunduran fisik yang dialami lansia ditandai dengan kulit yang mulai keriput, penglihatan, dan pendengaran berkurang, gigi ompong, mudah lelah, serta gerakan melambat. Selain itu kemunduran kognitif seperti mudah lupa, kemunduran orientasi terhadap ruangan, tempat, dan waktu (Nasrullah, 2016).

Hubungan Harga Diri dengan Depresi pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri paling banyak pada kategori rendah yaitu 37 lansia dengan persentase 56.9%. Hasil analisis uji statistik *Spearman rho*, didapatkan bahwa nilai $p\text{-value } 0,000 \leq 0.05$, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara harga diri dengan depresi pada lansia Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.

Para peneliti dalam penelitian ini mengemukakan bahwa individu lanjut usia yang tinggal di fasilitas perawatan sosial menunjukkan penurunan harga diri disertai dengan gejala depresi yang meningkat. Para peneliti menemukan bahwa usia lanjut dikaitkan dengan peningkatan depresi, sementara penurunan status kesehatan muncul sebagai prediktor signifikan penurunan harga diri. Pentingnya kesehatan dalam penuaan yang sukses tidak dapat dilebih-lebihkan, karena pengalaman individu tentang penuaan sangat bervariasi. Kesehatan fisik dan mental memainkan peran penting dalam membentuk persepsi penuaan dan menentukan tingkat otonomi yang dinikmati oleh orang dewasa yang lebih tua. Sangat penting bagi manula untuk mempertahankan pandangan positif tentang penuaan, melepaskannya dari hubungan dengan penyakit dan faktor negatif lainnya, karena ini sangat berdampak pada kesehatan mereka secara keseluruhan, proses dinamis yang berkembang seiring bertambahnya usia.

Temuan dari penelitian oleh Azari & Zururi (2021) menyoroti beberapa faktor yang berkontribusi terhadap depresi pada orang dewasa yang lebih tua, mencakup aspek fisik seperti perubahan biologis seperti fluktuasi hormon, perubahan fungsi otak, dan adanya kondisi kronis seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, atau gangguan neurologis. Faktor psikologis, termasuk pergeseran persepsi, respons emosional terhadap peristiwa kehidupan, mati rasa emosional, perasaan tidak berdaya, dan kecemasan tentang masa depan, juga berperan. Selain itu, faktor sosial seperti

perubahan lingkungan sosial, isolasi sosial, kehilangan pasangan, berkurangnya dukungan sosial, dan perubahan peran keluarga dapat memengaruhi kesejahteraan emosional lansia.

Interaksi sosial secara positif mempengaruhi kesejahteraan emosional dan fisik orang dewasa yang lebih tua. Keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial meningkatkan vitalitas, kepuasan batin, dan kegembiraan dalam kehidupan manula. Kegiatan sosial mencakup upaya komunal dalam komunitas lokal (Anissa et al., 2019).

Lingkungan sosial dan jenis perawatan yang diterima dapat membentuk bagaimana individu orang dewasa yang lebih tua beradaptasi dengan perubahan yang terkait dengan penuaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang dewasa yang lebih tua yang hidup mandiri menunjukkan kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang berada di lingkungan kelembagaan. Prospek pelembagaan dapat menyebabkan hilangnya otonomi, menumbuhkan perasaan tidak berdaya, berkurangnya motivasi, kecemasan, dan penarikan sosial di antara orang tua. Selain itu, dicabut dari rumah seseorang dapat memicu ketidakpuasan, kecemasan, dan depresi, berdampak buruk pada persepsi lansia tentang kualitas hidup mereka (Sare et al., 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka dapat disimpulkan yaitu diketahui bahwa tingkat kesehatan pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu adalah paling banyak pada kategori rendah, diketahui bahwa harga diri pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu adalah paling banyak pada kategori rendah. Hasil analisis statistik diketahui bahwa ada hubungan antara tingkat kesehatan dengan harga diri terhadap depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Bengkulu.

REFERENSI

- Agustina, A., Yuniarti., & Okhtiarini, D. (2021). Hubungan Tingkat Depresi dengan Kejadian Inkontinensia Urine pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru. *Jurnal Terapung : Ilmu-Ilmu Sosial*, 3(2), 1-12.
- Anissa, M., Amelia R., & Dewi, N. P. (2019). Gambaran Tingkat Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Kabupaten 50 Kota Payakumbuh. *Health & Medical Journal*, 1(2), 13-16.
- Aulia, F. (2021). *Kontrasepsi Pil dan Kejadian Depresi*. Penerbit NEM, Jawa Tengah.
- Azari, A. A., & Sururi, M. I. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Depresi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 6(2), 67-78.
- Irawan, W. (2021). Hubungan Tingkat Depresi Dengan Demensia Pada Lansia Didesa Bindang Kecamatan Pasean Pamekasan. *STIKES BINA SEHAT PPNI*, 1(1).
- Kemkes, RI. (2022). *Data dan Informasi Kesehatan Penyakit Tidak Menular*. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan. Kemkes RI, Jakarta.
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA-NIC NOC*. Surabaya : UMSurabaya Publishing.
- Noor, R. A., Harliansyah., & Widayanti, E. (2023). Hubungan Kualitas Hidup terhadap Harga Diri Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Cerdika : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(1), 12-19.
- Prima, D. R., Safirha, A. A., Nuraini, S., & Maghfiroh, N. (2019). Pemenuhan Kebutuhan Lansia terhadap Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Grogol Jakarta Barat. 8(1), 1-7.

- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., Syah, N A. (2019). Gambaran Tingkat Stres berdasarkan Stresor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103-111.
- Sare, S., Ljubicic, M., Gusar, I., Canovic, S., & Konjevoda, S. (2021), Harga Diri, Kecemasan dan Depresi pada Lansia di Panti Jompo. *Healthcare*, 9(8), 1035.
- Sigalingging, G., Nasution, Z., & Pasaribu, R. (2020). Harga Diri (*Self Esteem*) Lansia yang Mengalami Demensia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 59-66.
- World Health Organization. (2023). Kesehatan Mental Orang Dewasa Lanjut Usia. [Online]. Diakses pada Tanggal 28 April 2024, Dari : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults> .
- Yoseph, I. (2014). *Keperawatan Jiwa*. Bandung : Refia Aditama.