

SELF EFFICACY BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DEPRESI LANSIA

Dirce Rosa Pereira¹, Ronasari Mahaji Putri^{2*}, Yanti Rosdiana³

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi, Jl. Telaga Warna,
 Tlogomas, Malang 65144, Indonesia

*Corresponding author: putrirona@gmail.com

ABSTRACT

There is a phenomenon that there is a decrease in Activities Daily Living (ADL) and an increase in the incidence of depression in the elderly. This phenomenon is associated with the quality of life of the elderly which will worsen if there is no effort to minimize it. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and depression in the elderly. It is an observational study with a cross-sectional design. The population was all elderly in Panti Werdha Pangesti Malang with the criteria for elderly aged 60-74 years, had a history of depression, the patient's family had no history of depression, totaling 62 people. A sample of 54 people was taken using the Slovin formula, with simple random sampling technique. The self-efficacy instrument of daily living activity in the form of a questionnaire was adopted from the General Self-Efficacy Scale (GSE) questionnaire, while the depression instrument used the Geriatric Depression Scale (GDS) questionnaire. Statistical test using the Fisher Exact Test. The results showed that almost all elderly people had low self-efficacy, almost all elderly experienced mild depression. Statistical tests show that there is a relationship between self-efficacy and depression (P value <0.05). It is recommended for further researchers to add biological, genetic and psychological factors as part of the determinants of depression.

Keywords: Ability to do activities, Dependency, Elderly, Psychology, Elderly, Spirit of Life

ABSTRAK

Adanya fenomena bahwa terjadi penurunan *Activities Daily Living*(ADL) dan meningkatnya kejadian depresi pada lansia. Fenomena ini dikaitkan dengan kualitas hidup lansia yang akan semakin memburuk jika tidak ada upaya untuk meminimalkannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self efficacy dengan kejadian depresi lansia. Desain penelitian observasional dengan desain crossectional. Populasi adalah seluruh lansia di Panti Werdha Pangesti Malang dengan kriteria lansia berusia 60-74 tahun, memiliki riwayat depresi, keluarga pasien tidak memiliki riwayat depresi, berjumlah 62 orang. Sampel sejumlah 54 orang diambil menggunakan rumus Slovin, dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen *self efficacy of activity daily living* berupa kuesioner diadopsi dari Kuesioner *General Self-Efficacy Scale* (GSE), sedangkan instrument depresi menggunakan kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS). Uji statistic menggunakan *Fisher Exact Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh lansia memiliki *self efficacy* rendah., hampir seluruh lansia mengalami kejadian depresi ringan . Uji statistic menunjukkan bahwa adanya hubungan self efficacy dengan kejadian depresi (P value < 0,05). Direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya menambahkan faktor biologi, genetic dan psikologi sebagai bagian dari faktor determinan depresi.

Kata kunci : Kemampuan melakukan aktivitas, Ketergantungan, Lanjut usia, Semangat hidup, Psikologi

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan salah satu tahapan kelompok umur dengan ciri berada pada usia 60 tahun ke atas. Kelompok usia lanjut ini biasanya telah mengalami penurunan dalam melaksanakan kegiatan harian (*Activities Daily Living /ADL*) seperti contoh berpakaian, makan, dan ke kamar mandi. Dengan bertambahnya umur, keterbatasan gerak dan menyebabkan ketergantungan pada keluarga akan semakin nyata dirasakan oleh lansia. (Rohaedi, Slamet., Putri, Suci Tuty., dan Karimah (2016) menyampaikan bahwa lansia akan semakin mirip dengan anak-anak yang mempunyai ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan dasarnya, dan hal ini pula yang melatarbelakangi banyaknya keluarga yang mengirimkan lansia ke panti. Dampak lanjutan yang muncul saat menempatkan lansia jauh dari kelyarga dan tinggal di panti adalah munculnya perasaan tidak berdaya dan sedih serta lebih parahnya lansia dapat mengalami stress yang mengarah pada dperesi. (Kaplan, H. I, Saddock, BJ & Grabb (2010) mengungkapkan bahwa depresi merupakan satu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan, ditunjukkan dengan

perasaan sedih serta munculnya gejala penyertanya, termasuk dalam hal ini terjadinya perubahan pada konsentrasi, pola tidur, psikomotor, anhendonia, dan nafsu makan, rasa putus asa, kelelahan dan tidak berdaya, dan adanya keinginan untuk bunuh diri .

Berdasarkan hasil yang dilaporkan oleh BPS tentang statistik penduduk lanjut usia tahun 2018 menunjukkan bahwa di tahun 2018 sejumlah 9,27% lansia di Indonesia yakni (24,9 juta orang). BPS juga mengungkapkan sejumlah 63,39% lansia di Indonesia didominasi oleh lansia muda (kelompok umur 60-69 tahun) , sebesar 27,92% lansia madya (kelompok umur 70-79 tahun) serta sebagian kecil (8,69%) lansia tua (kelompok umur 80+) . Sedangkan dari data lansia yang mengalami depresi didapatkan 6,1% pada kelompok umur lansia 45-54 tahun, sebanyak 8% pada kelompok umur 65-74 tahun dan sebanyak 8,9% pada kelompok umur 75+. (Riskesdas, 2018)

Seperti yang diungkapkan sebelumnya lansia mengalami keterbatasan gerak dalam menajalankan ADL. Dilaporkan oleh *National Institute on Aging* tentang ketidakmampuan lansia dalam ADL *yakni*

diusia 75 tahun sebanyak 40% tidak mampu berjalan sepanjang 2 blok, sejumlah 32% tidak mampu menaiki tangga sepuluh langkah , sejumlah 7% tidak dapat berjalan dalam sebuah ruangan yang kecil, dan sebagian besar 50% lansia mengalami patah pinggul sudah tidak dapat berjalan tanpa bantuan seseorang. Rendahnya kemampuan ADL ini sangat berdampak pada kualitas hidup serta status kesehatan lansia. Jika dikaji lebih jauh, penurunan kemampuan ADL lansia ini sangat dipengaruhi oleh keadaan fisik lansia yang memang mengalami penurunan bahkan gangguan. Berkurangnya fungsi organ , kurangseimbangnnya tubuh lansia juga menjadi salah satu penyebab rendahnya kemampuan ADL. Okamura, dkk., (2009) dalam (Niko, J. W., Arina Nurfiati, 2016) menyampaikan bahwa penurunan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia disebabkan oleh beberapa faktor seperti persendian yang kaku, pergerakan yang terbatas, keadaan tidak stabil bila berjalan, keseimbangan tubuh yang buruk, gangguan peredaran darah, gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, gangguan pada perabaan. Apriani (2009) juga menguatkan bahwa secara umum kondisi fisik seseorang yang mengalami penurunan pada akhirnya akan

berpengaruh pada aktivitas kehidupan sehari-hari.

Self efficacy ADL masih pada lansia masih kurang baik. Tidak dapat dipungkiri bahwa dengan keterbatasan lansia akan meningkatkan ketergantungan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Opini peneliti ini sesuai dengan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya yang menemukan masih belum memuaskannya dalam *self efficacy* dan kemandirian lansia. (Arum, (2017) melaporkan bahwa sebagian lansia mempunyai ketergantungan ringan sebesar 29,4% (37 lansia), ketergantungan sedang sebesar 17,5% (22 lansia), dan ketergantungan berat sebesar 7,1% (9 lansia) dan ketergantungan penuh sebesar 0,8% (1 lansia). Puspita (2018), mengungkapkan yang terkait dengan *self efficacy* bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self efficacy* sedang 21,7% (10 orang), rendah 10,9% (5 orang) dan sangat rendah 2,2% (1 orang). *Self efficacy* merupakan suatu keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu dalam situasi tertentu dengan sukses. Seseorang dengan *Self efficacy of Activities Daily Living* (ADL) yang rendah cenderung tidak memiliki kepercayaan diri dan cenderung menyangsikan kemampuannya sendiri

untuk melakukan aktivitas (Frost Y., Weingarden H., 2015). Kurangnya *self efficacy of Activities Daily Living* (ADL) merupakan masalah yang sering dijumpai pada pasien lanjut usia dapat menimbulkan berbagai masalah baru seperti fisik, psikologis, dan lingkungan. Masalah psikologi akibat dari ketidakmampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari yaitu membuat lansia tidak berdaya dan mengalami depresi (Rohaedi, Slamet., Putri, Suci Tuty., dan Karimah, 2016).

Astuti. Vitaria Wahyu, (2010) mengatakan sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu sebanyak 51 responden (83,60%). Penelitian Riannisa, B. R., Mamat Lukman (2014) diperoleh 42% responden mengalami depresi dan 24% diantaranya mengalami depresi ringan. Penelitian Muna. N (2013) menyatakan bahwa dari 40 responden, 24 diantaranya (60%) mengalami depresi. Sedangkan penelitian Saputri, M. (2011) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar tingkat depresi pada lanjut usia berada pada kategori tinggi. Depresi dapat digolongkan sebagai gangguan mood berupa gangguan emosional yang bersifat tertekan, sedih, tidak berharga, tidak mempunyai semangat dan pesimis terhadap hidup mereka (Nugroho, 2012).

Depresi merupakan suatu perasaan sedih dan pesimis yang berhubungan dengan suatu penderitaan, berupa serangan yang ditujukan pada diri sendiri atau perasaan marah yang dalam. Depresi juga dapat diartikan sebagai salah satu wujud kejiwaan yang mengalami gangguan, berkaitan dengan alam perasaan, yang ditunjukkan dengan gejala murung, putus asa, lesu dan mengalami penurunan gairah hidup (Azizah. Lilik Ma'rifatul, 2011). Berbagai gangguan psikososial salah satunya depresi, berdampak pada munculnya gangguan jiwa. Dari gangguan ini juga akan memberikan dampak lanjutan pada aktivitas sehari-hari, hubungan kekerabatan dan lingkungannya (Nugroho, 2012). Ketidakstabilan kejiwaan secara tidak langsung akan membuat terganggunya aktivitas fisik. Sependapat dengan Pamungkas, Dimas Aji, Tomy Nurtamin (2016) yang menemukan adanya hubungan yang depresi dengan tingkat kemampuan dalam melakukan aktifitas dasar sehari-hari pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. Sependapat pula dengan Arum (2017)) yang membuktikan pengaruh tingkat depresi terhadap kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen. Hasil

penelitian ini menunjukkan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari akan mengalami gangguan dengan adanya depresi. Munculnya gangguan depresi ini dapat diminimalkan dengan efikasi diri yang tinggi. Sependapat dengan Sari (2017) yang mengemukakan hubungan antara efikasi diri dengan kejadian depresi pada pasien stroke.

Studi pendahuluan dengan cara observasi serta wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April 2019 terhadap 10 orang lansia, 7 (70%) lansia diantaranya menyampaikan tidak yakin untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti naik/turun tangga, makan/minum, mandi, dan aktivitas sehari-hari lainnya, sedangkan 3 lansia (30%) merasa yakin melakukan semua aktivitas keseharian di Panti. Hasil wawancara terhadap 7 lansia disampaikan bahwa mereka takut jatuh saat melakukan aktivitas sehari-hari. Adanya perasaan ini membuat lansia merasa tertekan saat mau melakukan kegiatan. Hasil observasi terhadap 7 orang lansia yang merasa tidak mampu dalam melakukan aktivitas keseharian tersebut menunjukkan perilaku lansia yang tampak marah-marah, sedih dan murung. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan *self efficacy of activity daily living* dengan

depresi pada lansia di Panti Werdha Pangesti Wilayah Lawang Malang”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan observasional cross sectional. Populasi adalah seluruh lansia yang ada di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang sejumlah 62 orang, dengan sampel sebanyak 54 orang didapatkan dengan menggunakan rumus Slovin. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah *self efficacy of activity daily living* dan variabel *dependent* adalah depresi. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan *Fisher's Exact Test*

HASIL

Tabel 1 menunjukkan hampir setengah lansia berpendidikan SMA (37,0%); sebagian besar lansia berumur 68-74 tahun (72,2%); hampir seluruh lansia berada dipanti 1-5 tahun (92,6%); dan sebagian besar lansia berlatar pekerjaan sebelumnya IRT (70,4%). Tabel 2 menjelaskan bahwa lansia yang berada di panti Werdha Pangesti hampir seluruhnya (79,6%) memiliki *self efficacy* rendah. Tabel 3 lansia yang berada di panti Werdha Pangesti hampir seluruhnya (81,5%) mengalami kejadian depresi ringan. Tabel

4 menunjukkan bahwa lansia yang mempunyai *Self Efficacy of Activity Daily Living* berdampak pada terjadinya depresi ringan sebesar 90,9%.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	(%)
Pendidikan		
SD	19	35,2
SMP	14	25,9
SMA	20	37,0
S1	1	1,9
Kelompok Umur		
60-67 Tahun	15	27,8
68-74 Tahun	39	72,2
Lama di Panti		
1-5 Tahun	50	92,6
6-10 Tahun	4	7,4
Pekerjaan Sebelumnya		
Guru	1	1,9
IRT	38	70,4
Karyawan	13	24,1
Swasta		
PNS	2	3,7
TOTAL	54	100

Tabel 2. Dekripsi *Self Efficacy of Activity Daily Living* Pada Lansia Di Panti Werdha Pangesti Wilayah Lawang

<i>Self Efficacy of Activity Daily Living</i>		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Self Efficacy</i> Rendah	43	79,6
<i>Self Efficacy</i> Tinggi	11	20,4
Total	54	100,0

Tabel 3. Dekripsi Kejadian Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Pangesti Wilayah Lawang

Depresi		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Depresi Ringan	44	81,5
Depresi Berat	10	18,5
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer (2019)

Tabel 4. Hubungan *Self Efficacy of Activity Daily Living* (X) Dengan Depresi (Y)

<i>Self Efficacy of</i>	Depresi				Total
<i>Activity Daily</i>	Ringan		Berat		
<i>Living</i>	F	%	F	%	
<i>Self Efficacy</i> Rendah	40	90,9	3	30,0	43
<i>Self Efficacy</i> Tinggi	4	9,1	7	70,0	11
Total	44	100,0%	10	100,0%	54
	Asymp. Sig. (2- sided)		Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1- sided)	
<i>Fisher's Exact Test</i>	-		0.000		0.000

PEMBAHASAN

Hampir seluruh lansia yang berada di Panti Werdha Pangesti memiliki *self efficacy* rendah. *Self efficacy* yang rendah pada lansia dapat diartikan bahwa mayoritas lansia tidak yakin akan kemampuan dirinya dapat melakukan kegiatan sehari-hari. Opini peneliti ini didasari dari jawaban kuesioner lansia yaitu bahwa hampir setengah lansia yang berada di panti belum berusaha cukup keras dalam beraktivitas; hampir setengah lansia juga belum memiliki keyakinan bahwa tujuan hidup dapat dicapai dengan beraktivitas; hampir setengah lansia tidak yakin bahwa dengan rasa tenang maka aktivitas dapat diselesaikan; dan hampir setengah lansia tidak yakin bahwa aktivitas dapat dilakukan oleh lansia. Hasil temuan ini menunjukkan rendahnya *self efficacy* pada

lansia yang ditunjukkan dari berbagai indikator.

Self efficacy yang rendah pada lansia disebabkan banyak faktor, salah satunya adalah faktor usia. Sebagian besar lansia di panti Werdha Pangesti berumur 68-74 tahun (*elderly*). Usia ini merupakan usia lansia akhir, dimana keseimbangan tubuh lansia sudah semakin berkurang. Dengan keseimbangan tubuh lansia yang kurang, maka akan menurunkan aktivitas lansia. Ketakutan untuk jatuh saat melakukan aktivitas menjadi masalah yang paling utama pada populasi lansia (Walker JE, 1991). Sependapat pula dengan Howland J, Lachman ME, Peterson EW (1998) yang mengungkapkan bahwa separuh dari lansia yang tinggal di komunitas, yang berusia 62 tahun mengungkapkan

munculnya rasa takut jatuh. Sebanyak 30% lansia di atas 65 tahun mengalami jatuh dan meningkat jumlahnya menjadi 40% untuk lansia di atas usia 80 tahun (Prudham D, 1981). Munculnya rasa takut ini dimungkinkan karena keseimbangan yang kurang pada lansia. Menurut Hatch, J., Gill-Body, K., & Portney, (2003) bahwa sebanyak 50% varians munculnya kepercayaan bahwa dirinya seimbang dijelaskan oleh kinerja keseimbangan. Dalam penelitian ini juga ditemukan kepercayaan lansia bahwa dirinya dalam kondisi yang seimbang tidak berkontribusi dengan factor kepercayaan bahwa dirinya seimbang. Selain itu faktor kekuatan fisik yang semakin menurun juga dialami oleh lansia. Rentang umur yang dimiliki oleh lansia ini memungkinkan lansia untuk beraktivitas terutama dalam melakukan *self efficacy* sehingga kejadian depresi masuk kedalam kategori depresi ringan. Menurut Anton, B. Nursalim (2014) semakin bertambahnya usia maka secara fisiologis fungsi tubuh mulai menurun sehingga menjadi salah satu faktor munculnya depresi pada lansia. Artinya bahwa usia lansia menunjukkan kekuatan fisik lansia yang mana akan memberikan pengaruh secara langsung dalam beraktivitas. Menurut Mauk (2010) aktivitas fisik yang teratur dapat

memberikan dampak positif dan menguntungkan bagi kesehatan tubuh sehingga membantu mencegah depresi.

Rendahnya *self efficacy* pada lansia di Panti Werdha Pangesti juga disebabkan oleh lamanya berada di panti. Hampir seluruh lansia lamanya berada di Panti 1-5 tahun. Ukuran waktu tinggal 1-5 tahun di tempat yang baru merupakan waktu tinggal yang dapat dikategorikan masih singkat. Dengan tempat tinggal yang baru berarti juga perlu menyesuaikan dengan lingkungan yang baru pula. Keberadaan ini yang kemudian menyebabkan lansia juga harus melakukan berbagai penyesuaian di usia yang Sudah tidak muda lagi. Penyesuaian ini bisa saja mengalami kegagalan, sehingga akan memberikan tekanan pada kejiwaan lansia, dan pada akhirnya secara tidak langsung berkaitan dengan *self efficacy* lansia. Sependapat dengan Nuryanti, Titik, Retno Indarwati (2012) lansia yang tinggal di panti akan mengalami paparan terhadap lingkungan dan teman baru yang mengharuskan lansia beradaptasi secara positif ataupun negative. Lansia mengalami perubahan peran dalam keluarga, sosial ekonomi maupun sosial masyarakat yang mengakibatkan kemunduran dalam beradaptasi dengan

lingkungan baru dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Dari hasil paparan kuesioner , peneliti menyimpulkan bahwa lansia memiliki kesulitan dalam kebersihan diri, aktivitas makan minum serta melakukan perjalanan ke kamar sendiri. Selain itu, juga tergambar bahwa lansia-lansia tersebut belum adanya inisiatif dari dalam diri lansia untuk mengatasi setiap aktivitas. Dari paparan tersebut sebagai salah satu indikator rendahnya *self efficacy* pada lansia. Dimungkinkan pada diri lansia dahulunya mempunyai *self efficacy*, namun dengan bertambahnya umur mengalami penurunan dan bahkan dimungkinkan terjadi karena adanya kegagalan di masa mudanya. Menurut Rustika (2012) individu yang memiliki *self efficacy* rendah memiliki rasa percaya diri namun terus menurun seiring tumbuhnya keraguan. Selain itu Rustika juga menegaskan bahwa perkembangan efikasi diri disamping ditentukan oleh keberhasilan dan kegagalan yang telah dilakukan juga ditentukan oleh kesalahan dalam menilai diri.

Hampir seluruh lansia di Panti Werdha Pangesti mengalami kejadian depresi ringan. Depresi ringan pada lansia di Panti Werdha Pangesti ditunjukkan dari

jawaban kuesioner yakni hampir seluruh lansia belum merasa puas hidup dengan hidup yang dijalani di panti; dan sebagian besar lansia belum merasa penuh semangat dalam menjalani hidup di panti. Dari paparan diatas, dapat disampaikan peneliti bahwa lansia yang hidup di panti cenderung mengalami penurunan semangat hidup. Didukung oleh penelitian Koma dan Zhou dalam Indriani (2012) menjelaskan bahwa lansia yang tinggal sendiri lebih bahagia dibandingkan dengan lansia yang tinggal di panti. Ketidak bahagian lansia selama di panti, dihubungkan dengan adanya sosialisasi yang harus dibangun kembali diusia lansia yang sudah tidak muda lagi. Selain itu juga munculnya berbagai keluhan lansia yang tidak mudah dihilangkan semakin menambah keputusan lansia untuk membangun semangat hidup. Perbedaan jenis tempat tinggal disebutkan sebagai faktor prediktor independen untuk terjadinya depresi pada lanjut usia sehingga hubungan secara tidak langsung yang mengakibatkan perubahan peran dalam menyesuaikan diri di panti akan mengalami masalah serius khususnya dalam kejiwaan maupun fisik (Bilgin SC, 2009 dalam Nuryanti, Titik, Retno Indarwati, (2012). Tidak adanya semangat merupakan penyebab dari perasaan

gelisah yang dihadapi oleh lansia. Tumbuhnya perasaan gelisah ini dikarenakan lansia tersebut jauh dari anak-anaknya serta keluarga sehingga tumbuhnya gagasan yang menganggap dirinya tidak berguna. Gagasan ketidakbergunaan ini menjadikan lansia semakin menganggap bahwa hidup yang di jalani dalam panti merupakan beban sehingga lansia lebih memilih mengurung diri. Hilangnya semangat dalam menjalani hidup disebabkan karena lansia yang berada di panti hidup jauh dari keluarga. Menurut Nuryanti, Titik, Retno Indarwati (2012) menegaskan bahwa lansia yang tinggal di panti 0-5 tahun banyak yang mengalami perubahan peran adaptif daripada maladaptif berbeda dengan 6- 10 tahun yang mempunyai perbandingan sama antara perubahan peran adaptif dan maladaptif. Tidak dapat dipungkiri bahwa keluarga sebagai bagian dari kehidupan lansia yang mampu menumbuhkan semangat hidup, mampu untuk membantu lansia dalam melaksanakan tugas serta melakukan pemeliharaan lansia. Sesuai dengan hasil penelitian Kelen et al., (2016) yang menyatakan bahwa ada kaitan yang significant antara tugas keluarga dalam memelihara kesehatannya dengan mekanisme coping lansia. Sependapat pula dengan Nursalam (2013) yang mengungkapkan bahwa

semua yang ada disekitar kita dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok lingkungan yang merupakan bagian dari diri seseorang yaitu bagian sosial adaptif yang melibatkan baik sosial internal maupun eksternal.

Hidup jauh dengan keluarga atau sanak saudara tentunya dapat menimbulkan perasaan kesepian, karena tidak ada lagi orang-orang yang selama ini hidup bersama dan berbagi segala sesuatu. Menurut Nevid, J.S., Rathus, S.A. (2005) tingkat depresi lebih tinggi diantara lanjut usia penghuni rumah perawatan atau panti dibandingkan di luar panti. Sesuai pula dengan penelitian Jefri Selo ; Erlisa Candrawati; Putri (2017) yang mengungkapkan adanya perbedaan tingkat stress antara lansia di dalam dan di luar panti (0,05). Kehilangan semangat dalam menjalani hidup termasuk dalam depresi mayor. Menurut Santrock (2002) depresi mayor adalah suatu gangguan suasana hati atau *mood* yang membuat seseorang merasakan ketidakbahagiaan yang mendalam, kehilangan semangat, kehilangan nafsu makan, tidak bergairah, selalu mengasihani dirinya sendiri, dan selalu merasa bosan.

Hasil statistik uji *fisher's exact test* didapatkan hubungan *self efficacy* dengan depresi di Panti Werdha Pangesti. Data ini menunjukkan bahwa terjadinya depresi berhubungan dengan *self efficacy* pada lansia. Namun jika diperhatikan dari tabulasi silang, didapatkan hubungan yang negative yakni lansia yang mempunyai *efficacy* rendah berdampak pada terjadinya depresi yang ringan pula. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa lansia yang mempunyai keyakinan kurang akan kemampuan dirinya dalam melakukan aktivitas sehari-hari, biasanya akan mempunyai perasaan pasrah terhadap keadaan, sehingga tidak memberikan pelonjakan tingkat depresi. Usia bukanlah menjadi penghambat bagi lansia dalam meningkatkan *self efficacy*, namun yang menjadi kendala yaitu lansia sudah pasrah dan mau menerima kondisinya dengan usia yang rentang antara 68-74 tahun. Pada usia tersebut, lansia cenderung mengalami perubahan-perubahan negatif. Salah satu perubahan negatif dapat ditimbulkan dari perubahan sosial. Lansia di usia ini cenderung mengetahui secara pasti kondisi tubuhnya, seberapa besar kemampuan dirinya dalam melakukan suatu aktivitas sehingga tidak terlalu memaksakan diri, serta telah siap dalam menghadapi kematian yang sewaktu-waktu menjemput dirinya. Sependapat

dengan Maryam (2008) perubahan sosial yang dialami oleh lansia pada umumnya disebabkan oleh ketika lansia lainnya meninggal maka muncul perasaan kapan akan meninggal. Kepasrahan lansia akan semakin tinggi jika dirinya mempunyai penyakit kronis, yang secara biologis berbagai penyakit akan muncul seiring dengan bertambahnya umur. Sesuai dengan Nursasi, (2002) Nursasi yang menguatkan bahwa perubahan menjadi tua akan menimbulkan berbagai keluhan penyakit seperti hipertensi, rematik serta ketidakmampuan dirinya dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Secara keseluruhan hasil penelitian ini sejalan dengan Arum (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen. Semakin besar ketergantungan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari semakin berat pula tingkat depresi pada lansia tersebut. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitiannya Niko, J. W., Arina Nurfianti (2016) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan tingkat kemandirian dalam *Activity Daily Living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di Graha Werdha Marie Joseph Pontianak

dan Graha Werdha Kasih Bapa
Kabupaten Kubu Raya.

KESIMPULAN

1. Hampir seluruh lansia memiliki *self efficacy* rendah.
2. Hampir seluruh lansia mengalami kejadian depresi ringan
3. Adanya hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi

Direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya menambahkan faktor biologi, genetic dan psikologi sebagai bagian dari faktor determinan depresi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Tribhuwana Tungadewi yang telah memberi dukungan financial dan non finansial terhadap penelitian ini.

REFERENSI

- Anton, B. Nursalim, D. S. P. R. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Theodora Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 5, 550–554. <http://ejournal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/202/87>
- Apriani, T. (2009). *Hubungan Tingkat Depresi Dengan Ketergantungan Dalam ADL (Activity Of Daily Living) Pada Lansia Dari Panti Wredha Darma Bhakti Pajang Surakarta. [Tesis] Publikasi Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah. Surakarta.* <http://eprints.ums.ac.id/6415/1/J210050052.pdf>.
- Arum, R. T. S. D. M. (2017). Tingkat Depresi Mempengaruhi Kemandirian Activity Daily Living (ADL) Lansia. *GASTER*, Vol. XV(No. 2 pp), 121-131. <https://www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id/index.php/gaster/article/view/198/132>
- Astuti. Vitaria Wahyu. (2010). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Posyandu Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri. *Jurnal STIKES Baptis Kediri*, 3(2), 78–84. <http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/stikes/article/view/18398/18216>.
- Azizah. Lilik Ma'rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*.
- Frost Y., Weingarden H., Z. G. (2015). Self-Care Self-Efficacy Correlates With Independence In Basic Activities Of Daily Living In Individuals With Chronic Stroke. *Journal of Stroke and Cerebrovascular Disease*, 24(7), 1649–1655. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25997978/>
- Hatch, J., Gill-Body, K., & Portney, L. G. (2003). Determinants of balance confidence in community-dwelling elderly people. *Physical Therapy*, 83(12), 1072–1079. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id/2247/10.1093/ptj/83.12.1072>
- Indriani, N. (2012). *Perbedaan Kepuasan Hidup Lansia Dini Yang Tinggal Bersama Anak, Mandiri, Dan Dipanti Werdha. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok.* [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20314905-S_Novie Indriani.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20314905-S_Novie%20Indriani.pdf).
- Jefri Selo ; Erlisa Candrawati; Putri, R. M. (2017). PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA LANSIA DI DALAM DAN DI LUAR PANTI

- WERDHA PANGESTI
LAWANG. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/688>
- Kaplan, H. I, Saddock, BJ & Grabb, J. (2010). *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Prilaku Psikiatri Klinis*.
- Kelen, A. P. L., Hallis, F., & Putri, R. M. (2016). Tugas Keluarga Dalam Pemeliharaan Kesehatan Dengan Mekanisme Koping Lansia. *Care*, 4(1), 58–65.
<https://jurnal.unitri.ac.id/index.php/care/article/view/474>
- Maryam, S. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*.
- Mauk, K. L. (2010). *Gerontological Nursing: Competencies for Care*. Sudbury Jones and Bartlett Publishers.
james.weebly.com/uploads/1/2/7/6/12761858/gerontological_nursing__competencies_for_care.pdf
- Muna. N., A. dan P. (2013). Hubungan Antara Karakteristik dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Panti Werda Pelkris Pengayoman Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(2), 1–9.
<http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/132/157>
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., et al. (2005). *Psikologi Abnormal, Fifth Edition*. (J. dkk). (2005). Penerjemah (Tim Fakultas Psikologi UI: Murad (ed.)). Penerbit Erlangga.
- Niko, J. W., Arina Nurfianti, dan M. (2016). Hubungan Tingkat Kemandirian Dalam Activity Daily Living (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Graha Werdha Marie Joseph Pontianak Dan Graha Werdha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Proners*. *Jurnal Proners*.
<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/27111/75676577695>
- Nugroho, W. (2012). *Keperawatan Gerontik*.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Edisi 3)*.
- Nursasi, Y. 2. (2002). Koping Lansia Terhadap Penurunan Fungsi Gerak. *Makara Kesehatan*, 6(2), 60.
- Nuryanti, Titik, Retno Indarwati, S. H. (2012). Hubungan Perubahan Peran Diri Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di UPT Pslu Pasuruan Babat Lamongan. *Indonesia Journal of Community Health Nursing*.
- Pamungkas, Dimas Aji, Tomy Nurtamin, J. R. (2016). Hubungan Depresi dengan Kemampuan Dalam Aktivitas Dasar Sehari-hari Pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. *Jurnal Pendidikan Dokter*, 3(2), 249–255.
<http://ojs.uho.ac.id/index.php/medula/article/view/2551>
- Riannisa, B. R., Mamat Lukman, dan N. O. H. (2014). Gambaran Tingkat Depresi pada Lansia di Kelurahan Babakan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(4).
<http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/download/847/89>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
<https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Rohaedi, Slamet., Putri, Suci Tuty., dan Karimah, A. D. (2016). Rohaedi, Slamet., Putri, Suci Tuty., dan Karimah, Aniq Dini. *Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living Di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi*, 2(1), 16–21.
<https://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/2848>
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikolog*, 20(1), 18–25.
<https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsik>

- ologi/article/view/11945/8799
- Santrock, J. (2002). Life-span Development Perkembangan Hidup Jilid 1 Edisi Kelima. *Jakarta: Erlangga*.
- Saputri, M., dan I. E. (2011). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Werdha Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 65–72.
- Sari, M. L. (2017). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kejadian Depresi Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Tingkat II dr. Soepraoen Malang. [Thesis], Universitas Bravijaya.*
<http://repository.ub.ac.id/911/>