


## Tingkat Depresi Lansia dengan *Geriatric Depression Scale: Literature Review*

Rizki Damayanti<sup>1\*</sup>, Riko Sandra Putra<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STIKES Mitra Adiguna Palembang, Jl. Kenten Permai Blok J10-12 Bukit Sangkal Palembang

E-mail: [rizkydamai555@gmail.com](mailto:rizkydamai555@gmail.com)

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.835>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 11 May 2025

Revised: 18 May 2025

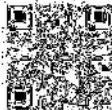
Accepted: 26 May 2025

#### Kata Kunci:

Depresi, Geriatric Depression Scale, Tingkat Depresi

#### Keywords:

Depression, Geriatric Depression Scale, Depression Levels



### ABSTRACT

Lansia yang mengalami depresi sering kali merasa terisolasi, kehilangan minat terhadap kegiatan sehari-hari, serta mengalami penurunan kesehatan fisik dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat depresi pada lansia menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS). Metode yang digunakan adalah *literature review*. Strategi pencarian literatur mengacu pada framework PICOS, yang mencakup 10 jurnal yang telah direview. Hasil analisis dari sepuluh jurnal menunjukkan adanya variasi tingkat depresi pada lansia. Dari total 586 responden, 317 orang (54,1%) berada dalam kategori normal, 175 orang (29,9%) mengalami depresi ringan, 71 orang (12,1%) mengalami depresi sedang, dan 23 orang (3,9%) mengalami depresi berat. Penurunan kesehatan fisik, isolasi sosial, dan perubahan peran sosial menjadi faktor utama yang mempengaruhi tingkat depresi lansia.

*Elderly individuals experiencing depression often feel isolated, lose interest in daily activities, and undergo a decline in both physical and emotional health. This study aims to determine the depression levels in the elderly using the Geriatric Depression Scale (GDS). The method employed is a literature review. The literature search strategy follows the PICOS framework, including 10 journals that were reviewed. The analysis of these ten journals revealed a variation in depression levels among the elderly. Out of a total of 586 respondents, 317 (54.1%) were categorized as normal, 175 (29.9%) experienced mild depression, 71 (12.1%) experienced moderate depression, and 23 (3.9%) experienced severe depression. The main factors influencing depression levels in the elderly include physical health decline, social isolation, and changes in social roles.*



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

**How to Cite:** Rizki Damayanti, et al (2025). Tingkat Depresi Lansia dengan *Geriatric Depression Scale: Literature Review*, 3(4) 2177-2187. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.835>

## PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan kelompok usia di atas 60 tahun yang sering menghadapi berbagai tantangan, termasuk risiko tinggi mengalami depresi. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan yang terjadi akibat penurunan fisik, mental, dan sosial. Masa pensiun juga menjadi faktor pemicu depresi, karena lansia sering merasa kesepian, kehilangan penghasilan, dan kehilangan aktivitas yang biasa mereka lakukan (Sulistyowati *et al.*, 2024).

Depresi merupakan kondisi emosional yang disertai elemen psikologis, dengan gejala yang sering kali berkaitan dengan kesulitan menyesuaikan diri terhadap kehilangan dan faktor pemicu stres. Lansia sering merasa kesepian atau terabaikan, terutama jika kurang mendapatkan dukungan dari keluarga, sehingga mereka berisiko mengalami depresi. Tanpa dukungan yang memadai, lansia dapat menunjukkan gejala umum depresi, seperti kecenderungan melankolis, perasaan tidak bernilai, sensasi ketidakberdayaan, dan dalam kasus yang paling serius, dorongan untuk melakukan tindakan bunuh diri (Sulistyowati *et al.*, 2024).

Menurut *World Health Organization*, jumlah penduduk lansia di Asia Tenggara pada tahun 2023 mencapai 142 juta jiwa, yang setara dengan 8% dari total populasi. Di Indonesia, persentase lansia meningkat sekitar 4% dalam lebih dari satu dekade 2010 hingga 2022, mencapai 11,75%. (Turap *et al.*,

2023). Di Provinsi Sumatera Selatan, sekitar 90,08% penduduk berusia di bawah 60 tahun, sementara 9,92% berusia 60 tahun ke atas. Sementara itu, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuasin tahun 2023, jumlah lansia mencapai 20.876 orang.

Prevalensi lansia di seluruh dunia terus meningkat, dan diperkirakan pada tahun 2050, prevalensi lansia di Indonesia akan melebihi angka global. Depresi pada lansia meningkatkan risiko kematian hingga 40% dibandingkan mereka yang tidak mengalami depresi. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa kasus depresi lebih umum terjadi pada kelompok usia 60-74 tahun dibandingkan dengan kelompok usia lainnya (Syuib *et al.*, 2020).

Prevalensi depresi di Indonesia pada lansia berkisar antara 24,9-42,5%. Survei global menunjukkan bahwa rata-rata prevalensi depresi pada lansia adalah 13,5%, dengan perbandingan wanita 14:6, yang berarti wanita mengalami depresi dua kali lebih banyak dibandingkan pria (Sulistiyowati *et al.*, 2024). Jumlah lansia yang mengalami depresi di provinsi Sumatera Selatan sebanyak 9,2 % (Dinkes Sumsel, 2023). Angka ini menunjukkan tingginya prevalensi depresi di provinsi tersebut maka diperlukan adanya upaya untuk mendeteksi dini.

Upaya untuk mendeteksi dini depresi pada lansia sangat penting untuk mencegah dampak yang lebih serius, seperti penurunan kualitas hidup, gangguan kesehatan fisik, dan risiko kematian. Salah satu cara yang efektif adalah dengan melakukan skrining depresi menggunakan metode *Geriatric Depression Scale* (GDS), yang merupakan alat penilaian diagnostik untuk depresi. Dengan penerapan GDS, petugas kesehatan dapat mengidentifikasi gejala depresi secara cepat dan memberikan intervensi yang tepat sebelum kondisi menjadi lebih parah (Hadrianti *et al.*, 2024).

GDS melibatkan penilaian terhadap kepuasan hidup dan ekspresi perasaan, dengan versi singkat (GDS-15) yang umum digunakan. Alat ini dikembangkan pada tahun 1987 dan dirancang untuk skrining awal depresi dalam populasi lanjut usia, dengan versi lebih luas yang terdiri dari 30 item, tanpa memasukkan gejala somatik dan psikiatrik GDS dirancang untuk mengidentifikasi gejala depresi pada lansia. Keunggulan GDS terletak pada jumlah pertanyaannya yang lebih sedikit, sehingga mempermudah lansia dalam mengisi kuesioner (Sulistiyowati *et al.*, 2024).

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Yeni Devita dan Pratiwi Gasril (2022) dengan judul "Prevalensi Depresi pada Lansia Berdasarkan Usia di Panti Wreda Yogyakarta", lansia berusia 60-74 tahun mengalami depresi ringan sebesar 68,1% dan depresi sedang sebesar 13,6%. Sementara itu, lansia berusia 75-90 tahun mencatatkan prevalensi depresi ringan sebesar 76,1%, dengan 16,7% mengalami depresi berat dan 33,3% mengalami depresi sedang.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hadrianti *et al.* (2024) dengan judul "Pengukuran Tingkat Depresi Lansia di Kelayan B Gang JAIS Menggunakan Skala Depresi Geriatri" (2024), pengukuran tingkat depresi menggunakan Skala Depresi Geriatri (GDS) menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada lansia cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Pada pengkajian yang dilakukan pada 16 Oktober 2023 di Kelayan B Gang JAIS, dari 15 lansia yang hadir, 11 di antaranya tidak mengalami depresi, sementara 4 lainnya menunjukkan tanda-tanda depresi ringan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyowati *et al.* (2024) dengan judul "Skrining Tingkat Depresi Lansia dengan *Geriatric Depression Scale* di Jawa Tengah", penelitian ini bertujuan untuk melakukan skrining tingkat depresi pada lansia menggunakan *Geriatric Depression Scale*. Metode yang digunakan melibatkan penilaian skrining melalui serangkaian pertanyaan terkait gejala depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat depresi bervariasi di antara lansia di Jawa Tengah, menegaskan pentingnya skrining rutin untuk deteksi dini dan penanganan depresi pada lansia.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 07 Oktober 2024, tercatat 472 lansia berkunjung ke Poli Jiwa RS. Pusri Palembang sejak Januari hingga Oktober. Khusus pada bulan Oktober, sebanyak 42 lansia menjalani perawatan dan anamnesis. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami gangguan mental, terutama kesulitan tidur, kecemasan, depresi dan *skizofrenia*. Penelitian sebelumnya menurut Cardinali *et al.* (2022). mengungkapkan bahwa gangguan tidur pada lansia sering kali dikaitkan dengan penurunan kualitas tidur akibat perubahan biologis, seperti berkurangnya produksi melatonin dan perubahan siklus tidur, sehingga lansia lebih mudah terbangun di malam hari. Kondisi ini diperburuk oleh tekanan psikologis dan penurunan kondisi fisik seiring bertambahnya usia, yang dapat meningkatkan risiko kecemasan dan depresi (Cardinali *et al.*, 2022). Depresi pada lansia dapat memicu gangguan tidur dan memperburuk kecemasan. Lansia yang mengalami depresi berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan dan insomnia. (Biahimo & Gobel, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik mengambil kasus ini sebagai bahan studi kasus dengan judul “Tingkat Depresi Lansia dengan *Geriatric Depression Scale* : *Literature Review*”.

**METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian *literature review*. *Literature review* bertujuan untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis berbagai penelitian yang relevan terkait topik yang dikaji (Berlianti *et al.*, 2024).

***Waktu dan Tempat Penelitian***

Pengkajian dilakukan pada bulan Januari tahun 2025.

***Target/Subjek Penelitian***

Subjek penelitian lansia yang mengalami depresi.

***Prosedur***

Penelitian ini menggunakan framework PICOS, dengan fokus pada tingkat depresi lansia menggunakan Geriatric Depression Scale (GDS). Data dicari di Science Direct, Sinta, Google Scholar, dan e-jurnal menggunakan kata kunci spesifik. Studi yang dipilih berbahasa Indonesia atau Inggris, terbit 2020-2024, dan berbasis penelitian primer. Dari 756 jurnal awal, diseleksi hingga 10 jurnal yang sesuai setelah eliminasi duplikasi dan studi yang tidak memenuhi kriteria..

***Data, Intrumen, dan Teknik Pengumpulan Data***

Data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah data sekunder yaitu data *literature* jurnal.

***Teknik Analisis Data***

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data analisis deskriptif.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data mengenai hasil *literature Review* dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1. *Literature Review*

No	Penulis	Tahun	Judul	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis )	Hasil Penelitian
1	Erlina Hermawati (Hermawati, 2023)	2023	Gambaran Tingkat Depresi Lansia di Dusun Gedangan, Hargomulyo, Gedangsari	D: Kuantitatif deskriptif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> S: Lansia di Dusun Gedangan sebanyak 56 orang V: Tingkat depresi I: <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A: Analisis univariat dengan SPSS	Hasil dari penelitian ini adalah mayoritas jenis kelamin responden adalah laki-laki sejumlah 33 (59%) dengan rata-rata usia 67,25 tahun, status pernikahan janda/duda sejumlah 29 responden (52%) dan tinggal sendiri sejumlah 29 responden (52%).  Hasil pengukuran depresi dengan menggunakan instrumen GDS menunjukkan hasil normal sejumlah 38 (67,9%), depresi ringan sejumlah 13 responden (23,2) dan depresi sedang sejumlah 5 responden (8,9%)
2	Ismy Salsabila Yuliani, Sugiharto	2022	Tingkat depresi pada lansia yang tinggal di	D : Penelitian deskriptif S : lansia yang berada di Desa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di komunitas rata-rata usia 69 tahun (SD =5.53), 57.6% berjenis kelamin perempuan, 65.6%

	(Yuliani & Sugiharto, 2022)		komunitas ditinjau dari karakteristik lansia	Bugangan Kecamatan Kedungwuni sebanyak 151 lansia V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	responden tidak sekolah, 83 responden masih aktif bekerja dengan pendapatan dibawah UMR. Kebanyakan responden bekerja sebagai buruh tani, buruh konveksi, dan pedagang. Mayoritas responden (90.7%) tinggal dengan keluarga. Sebanyak 126 responden masih aktif dengan kegiatan sosial. Serta sejumlah 78 responden berstatus Duda/Janda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari sebagian lansia di Desa Bugangan tidak mengalami depresi. Namun terdapat lansia yang mengalami depresi dapat ditunjang oleh usia yang mayoritas lansia berusia 60-74 tahun mengalami depresi ringan sebanyak 24 (15.9%), depresi sedang sebanyak 8 (5.3%), dan depresi berat sebanyak 3 (2%). Sedangkan depresi pada lansia berusia 75-90 tahun mengalami depresi ringan sebanyak 1 (0.7%), depresi sedang sebanyak 4 (2.6%), dan depresi berat sebanyak 1 (0.7%).
3	Yeni Devita, Pratiwi Gasril  (Yeni Devita & Pratiwi Gasril, 2022)	2022	Deteksi Dini Kejadian Depresi Pada Lansia	D : Pengabdian pada masyarakat S : lansia yang berada di RW 08 Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo sebanyak 47 orang V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	Hasil deteksi dini menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang (42,55%) lansia mengalami depresi dan sebanyak 27 orang (57,45%) lansia tidak mengalami depresi.
4	Nada Octavia Rusman, Muhammad Aminuddin  (Rusman & Aminuddin, 2020)	2020	<i>Overview of Depression Levels in Elderly People at Tresna Werdha Nirwarna Puri Samarinda Social Home</i>	D : Penelitian deskriptif menggunakan metode <i>survey</i> S : 30 lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Samarinda. V : Tingkat Depresi	Mayoritas responden adalah perempuan (63,33%) dan berusia 60-74 tahun (50%). Dari segi pendidikan, sebagian besar tidak bersekolah (56,67%), sementara lainnya memiliki pendidikan SD hingga Diploma. Berdasarkan pekerjaan, mayoritas bekerja sebagai buruh/serabutan (16,67%) atau di sektor swasta (23,33%), sementara 6,67% tidak bekerja. Dari status

				I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	pernikahan, sebagian besar adalah janda (56,67%). Alasan masuk PSTW bervariasi, dengan mayoritas dijemput pegawai (36,67%) atau dibawa oleh kenalan (23,33%).  Hasil skor <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) menunjukkan bahwa 7 lansia mengalami depresi ringan, sementara 23 lansia dalam kondisi normal atau tidak mengalami depresi.
5	Dessy Hadrianti, Jenny Saherna, Alif Arji, Zacky Pratama, Annisa Putri, Noor Khaliza  (Hadrianti et al., 2024)	2024	<i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) sebagai pengkajian status psikologis pada lansia	D : Penelitian deskriptif menggunakan metode survei S : 15 lansia di Kelayan B Gang JAIS RT. 009 RW. 001 V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	Hasil bahwa dari 15 orang lansia menunjukkan (73%) orang lansia tidak mengalami depresi dan 4 (27%) orang lansia mengalami depresi ringan dan tidak ada yang mengalami depresi berat.
6	Paramita Septianawati, Irma Finurina Mustikawati, Inggari, Ratna Kusuma, Andi Muh. Maulana  (Septianawati et al., 2022)	2022	Karakteristik Lansia dan Kejadian Depresi di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Sodagaran Banyumas	D : Metode penelitian <i>cross-sectional</i> S : 42 lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Sodagaran Banyumas V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis bivariat yaitu analisis <i>Chi-square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 33 lansia tidak mengalami depresi, sementara 9 lansia mengalami depresi ringan. Rerata usia lansia yang tidak mengalami depresi adalah 74,06 tahun, sedangkan rerata usia lansia dengan depresi ringan adalah 70,66 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, 10 pria dan 23 wanita tidak mengalami depresi, sedangkan dari lansia yang mengalami depresi ringan, terdapat 6 pria dan 3 wanita. Dari segi pendidikan, 20 responden yang pernah bersekolah dan 13 responden yang tidak pernah bersekolah tidak mengalami depresi. Sementara itu, 9 responden yang mengalami depresi ringan seluruhnya pernah bersekolah.
7	Indah Sulistyowati, Alfiana Sahrina Cahyaningrum, Muhammad Rasyid Bintang	2024	<i>Skrining</i> tingkat depresi lansia dengan <i>geriatric depression scale</i> di Jawa Tengah	D : Pengabdian masyarakat S : 35 lansia di Desa Makamhaji, Kartasura, Sukoharjo Sodagaran Banyumas	Karakteristik responden terdapat 35 responden jenis kelamin yang paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 21 orang (60%) dan laki-laki berjumlah 14 orang (40%). Dari 35 responden usia yang paling banyak yaitu responden pra-lansia yang berusia 49 – 59 tahun berjumlah 22 orang (62,9%), Lansia usia 60-69

	Abdulmajid , Dhea Hanun Kartika, Izzatul Arifah, Erin Tri Cahyanti, Niluh Tantri		V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	tahun berjumlah 10 orang (28,6%) dan lansia risti berusia >70 tahun berjumlah 3 orang (8,6%). Berdasarkan tingkat Pendidikan yang paling banyak yaitu SD sederajat berjumlah 13 orang (37,1%), SMP berjumlah 7 orang (20%), SMA sederajat berjumlah 10 orang (28,6%) dan Perguruan tinggi berjumlah 5 orang (14,3%). Berdasarkan kategori pekerjaan paling banyak yaitu sebagai Ibu rumah tangga berjumlah 19 orang (58,4%) dan kategori pekerjaan paling sedikit yaitu pekerja lepas berjumlah 3 orang (8,6%).	
	(Sulistyowati et al., 2024)			Hasil penelitian responden yang mengalami gangguan depresi berjumlah 26 orang (74%), sedangkan responden yang tidak memiliki gangguan depresi sebanyak 9 orang (26%).	
8	Fikri Erwanto , Herlina, Aminatul Fitri	2023	Gambaran tingkat depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo rawat jalan	D : Metode kuantitatif design deskriptif analitik S : 100 lansia di wilayah kerja puskesmas sidomulyo rawat jalan V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	Karakteristik mayoritas berusia 60-69 tahun lebih banyak yaitu 56 responden (56%). Distribusi pendidikan responden mayoritas sekolah menengah atas/sederajat 30 responden (30%). Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 60 responden (60%). Distribusi status perkawinan mayoritas responden sudah tidak ada pasangan/tidak menikah dengan jumlah 55 responden (55%), serta mayoritas responden tidak bekerja lagi dengan jumlah 61 responden (61%) dan hampir seluruh responden memiliki masalah kesehatan yaitu 74 responden (74%).
	(Fikri Erwanto et al., 2023)			Hasil penelitian mayoritas mengalami depresi ringan sebanyak 40 orang (40%). Tingkat tertinggi kedua adalah tingkat depresi sedang sebanyak 38 (38%) dan untuk tingkatan depresi berat sebanyak 4 orang (4%), serta untuk yang tidak depresi sebanyak 18 orang (18%).	
9	Tantan Hadiansyah , Andria Pragholapat	2020	Tingkat Depresi Lansia	D : Penelitian deskriptif kuantitatif dengan	Hasil Penelitian dari 60 lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wredha, sebanyak 11 orang (18,3%) berada dalam kondisi normal, 19

	i, Fitri Munawaroh  (Hadiansyah & Praghola Putri, 2020)		pendekatan survey S : 60 lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Ciparay Jawa Barat V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	orang (31,7%) mengalami depresi ringan, 16 orang (26,7%) mengalami depresi sedang, dan 14 orang (23,3%) mengalami depresi berat.
10	Alfrida Samuel Ra'bung, Hasni, Sri Rahayu Saleng  (Ra'bung & Hasni, 2023)	2023	Depresi pada Lansia Di Posbindu Puskesmas Kota Managaisaki KabupatenTolitoli  D : Penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey S : 34 lansia n di Posbindu Masjid Nur wilayah kerja Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli V : Tingkat Depresi I : <i>Geriatric Depression Scale</i> (GDS) A : Analisis univariat dengan bantuan SPSS	Hasil penelitian sebagian besar lansia tidak mengalami depresi, yaitu sebanyak 21 orang (62%), sementara 12 orang (35%) mengalami depresi ringan, dan 1 orang (3%) mengalami depresi berat.  Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 28 orang (82,35%). Berdasarkan kategori usia, mayoritas lansia berusia 45-59 tahun, yaitu sebanyak 15 orang (44,12%). Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan rendah, dengan lulusan SD sebanyak 18 orang (52,94%). Berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden adalah ibu rumah tangga (IRT), yaitu sebanyak 28 orang (82,35%). Sementara itu, berdasarkan status pernikahan, mayoritas responden memiliki pasangan, yakni sebanyak 21 orang (61,76%).  Hasil penelitian lebih lanjut menunjukkan bahwa dari lansia yang mengalami depresi, sebanyak 11 perempuan (57%) mengalami depresi ringan, sementara 1 orang (4%) mengalami depresi berat. Di sisi lain, lansia laki-laki yang mengalami depresi ringan berjumlah 1 orang (17%). Lansia dengan depresi ringan berada dalam rentang usia 45 hingga $\geq 70$ tahun, sedangkan lansia yang

mengalami depresi berat berusia  $\geq 70$  tahun. Sebagian besar lansia dengan depresi ringan memiliki tingkat pendidikan SD (33%), begitu pula dengan lansia yang mengalami depresi berat (6%). Dari segi pekerjaan, mayoritas lansia yang mengalami depresi adalah ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 12 orang (43%). Selain itu, lansia dengan depresi ringan lebih banyak berstatus menikah (33%), sedangkan lansia yang mengalami depresi berat sebagian besar berstatus janda (8%).

Berdasarkan analisis dari sepuluh jurnal, kejadian depresi pada lansia menunjukkan variasi tingkat depresi yang berbeda. Sebagian besar lansia berada dalam kategori normal, sementara sisanya mengalami depresi ringan, sedang, atau berat. Dari total 586 responden, 317 orang (57,8%) termasuk dalam kategori normal, 175 orang (31,7%) mengalami depresi ringan, 71 orang (8,5%) mengalami depresi sedang, dan 23 orang (1,9%) mengalami depresi berat.

Sejalan dengan penelitian oleh Kusuma et al. (2021) lansia sering mengalami depresi ringan karena beberapa faktor, seperti penurunan kesehatan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia. Perubahan fisik ini, seperti penyakit kronis atau penurunan kemampuan tubuh, dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional mereka. Isolasi sosial juga menjadi faktor penting, di mana kurangnya interaksi sosial atau dukungan dari keluarga dan teman dapat memperburuk perasaan kesepian. Selain itu, perubahan peran sosial, seperti pensiun atau berkurangnya aktivitas, dapat menurunkan rasa tujuan hidup lansia.

Penelitian oleh Situngkir et al. (2023) lansia mengalami banyak depresi ringan dan sedang akibat perubahan peran sosial yang signifikan, seperti pensiun dan berkurangnya interaksi sosial. Perubahan tersebut dapat menyebabkan perasaan kehilangan identitas dan tujuan hidup. Lansia yang sebelumnya aktif dalam pekerjaan atau kegiatan sosial dapat merasa terisolasi dan tidak dibutuhkan, yang meningkatkan risiko depresi. Selain itu, faktor lain seperti gangguan fisik, penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, dan kehilangan orang terdekat, turut memperburuk kondisi emosional lansia.

Penelitian oleh Lansia et al. (2024) lansia banyak mengalami depresi karena salah satu faktor utama depresi pada lansia adalah kesepian, yang sering terjadi akibat minimnya interaksi sosial. Hal ini menimbulkan perasaan terisolasi, tidak dihargai, dan kurang bermakna. Selain itu, berkurangnya aktivitas sosial dan peran, seperti pensiun atau kehilangan pasangan, membuat lansia merasa kehilangan tujuan hidup, yang memperburuk kondisi mental mereka.

Depresi pada lansia adalah masalah kesehatan mental serius yang sangat memengaruhi kualitas hidup mereka. Penyebabnya termasuk penurunan kesehatan fisik, seperti penyakit kronis atau kehilangan kemampuan fisik, yang merusak kesejahteraan emosional. Isolasi sosial, akibat kurangnya dukungan dari keluarga atau teman, memperburuk kondisi mental lansia. Kehilangan orang terdekat, seperti pasangan, menambah rasa kesepian yang mendalam. Perubahan peran sosial, seperti pensiun, dapat mengganggu identitas dan tujuan hidup mereka. Depresi tidak hanya menurunkan kondisi mental, tetapi juga meningkatkan risiko penyakit fisik. Sayangnya, depresi sering tidak terdiagnosis dengan baik, yang memperburuk kualitas hidup lansia (Syarifuddin et al., 2019).

Gejala depresi pada lansia yaitu, secara fisik, lansia yang mengalami depresi sering mengeluhkan kelelahan, gangguan tidur, serta perubahan nafsu makan. Secara psikologis, mereka cenderung merasa sedih berkepanjangan, kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disukai, dan mengalami kesulitan berkonsentrasi. Selain itu, beberapa lansia menunjukkan tanda-tanda menarik diri dari lingkungan sosial, merasa tidak berharga, hingga memiliki pikiran negatif tentang kehidupan (Smara et al., 2024).

Depresi pada lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti penurunan kesehatan fisik, perasaan kesepian, kehilangan fungsi sosial, atau ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas yang

biasa dilakukan sebelumnya. Lansia juga sering menghadapi tantangan seperti kehilangan pasangan atau teman, yang dapat memperburuk kondisi emosional (Safira et al., 2024).

Depresi pada lansia dapat bervariasi dari tingkat ringan hingga berat, dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal seperti perasaan tidak berharga, kehilangan tujuan hidup, dan isolasi sosial. Lansia dengan depresi ringan merasa lelah atau cemas, namun tetap dapat menjalani aktivitas sehari-hari. Pada tingkat sedang, mengalami penurunan minat hidup dan mulai menghindari interaksi sosial, sedangkan pada depresi berat, perasaan putus asa dan kesepian mendalam, sering kali disertai ide bunuh diri. Faktor-faktor seperti perubahan peran sosial, penurunan kesehatan fisik, dan keterbatasan finansial memperburuk kondisi ini, menjadikan dukungan emosional serta akses ke layanan kesehatan mental sangat penting untuk mengurangi dampak depresi pada lansia (Setyarini et al., 2022).

Tingkat depresi ringan mencakup gejala seperti perasaan sedih yang sesekali muncul dan tidak mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Pada tingkat sedang, gejala mulai mempengaruhi kualitas hidup, seperti penurunan minat terhadap aktivitas, gangguan tidur, dan penurunan energi. Sedangkan pada tingkatan berat, depresi dapat menyebabkan gangguan serius pada kesejahteraan fisik dan emosional lansia, seperti perasaan putus asa, perasaan tidak berharga, serta gangguan fisik yang signifikan. Faktor-faktor seperti kesehatan fisik yang buruk, kurangnya dukungan sosial, dan perubahan hidup besar seperti kehilangan orang terdekat dapat memperburuk kondisi depresi pada lansia (Anissa et al., 2019)

Penelitian oleh Sulistyowati et al. (2024) depresi ringan ditandai dengan perasaan tidak bahagia dan kurangnya motivasi, tetapi tidak mengganggu aktivitas sehari-hari. Depresi sedang terlihat dengan berkurangnya minat dalam kegiatan, disertai gangguan tidur dan nafsu makan.

### SIMPULAN

Hasil analisis dari sepuluh jurnal, kejadian depresi pada lansia menunjukkan variasi tingkat depresi yang berbeda. Dari total 586 responden, 317 orang (54,1%) termasuk dalam kategori normal, 175 orang (29,9%) mengalami depresi ringan, 71 orang (12,1%) mengalami depresi sedang, dan 23 orang (3,9%) mengalami depresi berat.

Tenaga kesehatan diharapkan dapat melakukan skrining depresi secara rutin pada lansia, khususnya yang menunjukkan gejala depresi sedang dan berat. Penanganan yang cepat dan tepat perlu dilakukan untuk mencegah kondisi depresi menjadi lebih parah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang terlibat dalam pembuatan penelitian ini serta telah memberi dukungan terhadap penelitian ini.

### REFERENSI

- Anissa, M., Amelia, R., & Dewi, N. P. (2019). Gambaran Tingkat Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguak Kabupaten 50 Kota Payakumbuh. *Health & Medical Journal*, 1(2), 12–16.
- Berlianti, D. F., Abid, A. Al, & Ruby, A. C. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah untuk Analisis Data. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(3), 1861–1864.
- Beto Suku Rere, T., Rosdiana, Y., & Rahayu H, W. (2024). Hubungan Kesepian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah Wajak Malang. *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 117–126.
- Biahimo, N. U. I., & Gobel, I. A. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia Di Desa Kaidundu Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 916.
- Cardinali, D. P., Brown, G. M., & Pandi-Perumal, S. R. (2022). Melatonin's Benefits and Risks as a Therapy for Sleep Disturbances in the Elderly: Current Insights. *Nature and Science of Sleep*, 14(October), 1843–1855.
- Dinkes Sumsel. (2023). Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2019. *Dinkes Provinsi Sumatera Selatan*, xvi+96.
- Fikri Erwanto, Herlina, & Aminatul Fitri. (2023). Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 6(1), 28–35.
- Hadiansyah, T., & Pragholapati, A. (2020). Elderly Depression Rates. *Journal of Nursing Care and Biomoleculer*, 5(Vol 5, No 2 (2020)), 165–169.

- Hadrianti, D., Saherna, J., Arji, A., Pratama, Z., Putri, A., & Khaliza, N. (2024). Geriatric Depression Scale (GDS) sebagai Pengkajian Status Psikologis pada Lansia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(3), 1236–1246.
- Hermawati, E. (2023). Gambaran Tingkat Depresi Lansia Di Dusun Gedangan, Hargomulyo, Gedangsari. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6(1), 618–624.
- Kusuma, S. P., Mukarromah, N., & Yumni, F. L. (2021). Terapi Musik Dalam Mengurangi Depresi Pada Lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya. *Indonesian Academia Health Sciences Journal INAHES*, 1(1), 1–5.
- Ra'bung, A. S., & Hasni, S. R. S. (2023). *Depresi pada Lansia Di Posbindu Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli. xxx(xxx)*, 1–23.
- Rusman, N. O., & Aminuddin, M. (2020). Overview of Depression Levels in Elderly People at Tresna Werdha Nirwarna Puri Samarinda Social Home. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 3(2), 20.
- Safira, D. A., Oktaviyanti, T., & Hastuti, H. (2024). Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang Melakukan Senam Lansia dan Tidak Melakukan Senam Lansia. *Plexus Medical Journal*, 3(2), 84–92.
- Septianawati, P., Mustikawati, I. F., Kusuma, I. R., & Maulana, A. M. (2022). Karakteristik Lansia dan Kejadian Depresi di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Sodagaran Banyumas. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(2), 36.
- Setyarini, E. A., Niman, S., Parulian, T. S., & Hendarsyah, S. (2022). Prevalensi Masalah Emosional: Stres, Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjut. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 21–27.
- Situngkir, R., Lidya, H. P., & Ledor, E. U. (2023). Hubungan Perubahan Peran Sosial Dengan Depresi Pada Lansia di Kelurahan Lette Kota Makassar. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 6(1), 27–32.
- Smara, E. W., Warjiman Warjiman, & Lanawati, L. (2024). Tanda Gejala Depresi yang dialami Lansia di Salah Satu Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia di Kalimantan Selatan. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(1), 218–228.
- Sulistiyowati, I., Cahyaningrum, A. S., Rasyid, M., Abdulmajid, B., Kartika, D. H., Arifah, I., Cahyanti, E. T., & Tantri, N. (2024). *Skrining Tingkat Depresi Lansia Dengan Geriatric Depression Scale Di Jawa Tengah*. 8(3), 2690–2700.
- Syaifuddin, Imawati, D., Mariskha, S. E., & Purwaningrum, E. K. (2019). Depresi Pada Lansia. *Untag Samarinda*.
- Yeni Devita, & Pratiwi Gasril. (2022). Deteksi Dini Kejadian Depresi Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 6(2), 164–166.
- Yuliani, I. S., & Sugiharto, S. (2022). Tingkat depresi pada lansia yang tinggal di komunitas ditinjau dari karakteristik lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(5), 407–415.
- Fitria. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa (Advance Mental Health Nursing)*. Bandung. Rafika Aditama.
- Hastuti, R. Y., Agustina, N. W., & Hardyana, S. (2019). Pengaruh Penerapan Tak : Permainan Kuartet Terhadap *The Effect Of Tak Implementations : The Quartet Games Concering With The Socialization Skill In Social Isolation Patients*.
- Hendawati et al., n. d. (2022). *No Title*. 2(3), 1169–1178.
- Kliat, et al., n.d. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Novitasari, S. (2020). *Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Psien Isolasi Sosial Dengan Terapi Musik Untuk Meningkatkan Kemandirian Salam Kehidupan Sehari-hari*. Hal : 1-9.
- Pangestu, A. P., Sulistiyowati, P., & Purnomo, R. (n.d.). *Gambaran Terapi aktivitas Kelompok Sosialisasi Pada Psien Isolasi Sosial : Menarik Diri di PPSLU Dewanta Cilacap RPSDM " MARTANI " CILACAP*.
- Rahayu, D. A. (2020). *Peningkatan Kemampuan Interaksi Pada Pasien Isolasi Sosial Dengan Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi Sesi 1-3*.
- Rahmadania, et al., n.d. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Perilaku Kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakan Samarinda*.
- Suteji. (2019). *Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta. Pustaka Baru press.

Susetyo et al. (2021). *Penerapan Terapi Kognitif pada Psien Skizofrenia Dengan Isolasi Sosial*.  
Yosep Iyus, Sutini Titin. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Bandung. PT Rafika Wildani,