

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Lanjut Usia**

##### **2.1.1 Definisi Lanjut Usia**

Menurut Undang-undang No 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia bab 1 pasal 1 ayat 2, lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Azizah, 2011).

Lanjut usia (lansia) adalah tahapan akhir dari siklus pada kehidupan manusia dan hal tersebut adalah bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh semua individu (Prasetya, 2010).

Lanjut usia (lansia) adalah proses alamiah yang mengalami perubahan pada anatomi, fisiologi dan biokimiapada jaringan organ yang akhirnya mempengaruhi keadaan fungsi serta kemampuan badan keseluruhan (Fatmah, 2010).

##### **2.1.2 Klasifikasi Lanjut Usia**

Klasifikasi usia menurut Townsend (2014) pada lansia dibagi menjadi 3 yaitu :

1. Young old : 60-74 tahun
2. Middle old : 75-79 tahun
3. Old old : 85 tahun lebih

Penduduk lansia menurut Badan Pusat Statistik (2015) digolongkan menjadi 3 yaitu :

1. Lansia muda : 60-69 tahun
2. Lansia madya : 70-79 tahun

3. Lansia tua : 80 tahun ke atas

### 2.1.3 Teori Proses Penuaan Pada Lansia

Menurut Azizah (2011) mengatakan bahwa teori penuaan secara umum dibagi menjadi 2 yaitu :

#### 1. Teori Biologis

##### a. Teori Seluler

Kemampuan sel hanya dapat membelah dalam jumlah tertentu dan sel-sel tubuh deprogram untuk membelah 50 kali. Apabila sel pada lansia dilepas dari dalam tubuh lalu dibiakkan di laboratorium lalu diobservasi jumlah sel-sel yang membelah, jumlah sel yang membelah akan sedikit. Hal ini menunjukkan bahwa pembelahan sel lebih lanjut mungkin terjadi untuk perbaikan dan pertumbuhan jaringan, sesuai bertambahnya umur.

##### b. Teori Genetik Clock

Teori menua ini telah deprogram secara genetic untuk species species tertentu. Tiap species memiliki inti sel suatu jam genetic yang diputar menurut replikasi tertentu. Jadi menurut konsep ini apabila jam kita berhenti maka kita akan meninggal dunia, walaupun tanpa ada kecelakaan lingkungan ataupun penyakit tertentu.

##### c. System Protein (kolagen dan elastin)

Apabila sudah menginjak lansia maka jaringan seperti kulit akan kehilangan elastisitasnya. Proses ini dihubungkan karena adanya perubahan kimia pada komponen protein dalam jaringan. Beberapa protein itu seperti (kolagen, kartilago, dan elastin pada kulit).

d. Keracunan Oksigen

Teori adanya sejumlah penurunan kemampuan sel dalam tubuh untuk mempertahankan diri dari oksigen yang mengandung zat racun dengan kadar tinggi, tanpa mekanisme pertahanan diri. Konsekuensi adalah terdapat penurunan reproduksi sel oleh mitosis yang dapat menyebabkan jumlah sel anak di semua jaringan dan organ berkurang. Hal tersebut dapat menyebabkan peningkatan kerusakan system tubuh.

e. Sistem Imun

Sistem imun pada lansia akan mengalami kemunduran pada masa penuaan. Kemunduran kemampuan sistem khususnya sel darah putih merupakan faktor yang berkontribusi dalam proses penuaan. Perubahan protein pasca translasi menyebabkan berkurangnya kemampuan system imun pada tubuh untuk mengenali dirinya sendiri (self recognition).

f. Mutasi Somatik

Radiasi dan zat kimia mampu untuk memperpendek umur, sebaliknya apabila kita menghindari atau menjauhi paparan radiasi dan zat kimia maka dapat memperpanjang umur. Menurut teori ini terjadinya mutasi yang progresif pada DNA sel somatic akan membuat penurunan kemampuan fungsional sel.

2. Teori Psikososial

a. Aktivitas atau Kegiatan

Teori aktivitas atau kegiatan ini menyatakan bahwa para lansia dikatakan berhasil apabila mereka tetep aktif dan ikut berperan dalam kegiatan sosial. Seseorang yang dimasa mudanya aktif dalam kegiatan

sosial dan selalu memeliharanya keaktifan meskipun sudah tidak muda. Sense of integrity yang dibangun pada masa mudanya tetap memelihara sampai tua.

b. Kepribadian Berlanjut

Dalam teori ini mengatakan bahwa perubahan terjadi pada lansia sangat dipengaruhi oleh tipe personality yang dimiliki. Identity pada lansia yang memelihara hubungan dengan masyarakat, melibatkan diri dari masyarakat di masyarakat, keluarga dan hubungan interpersonal.

c. Teori Pembebasan

Teori ini menyebutkan bahwa dengan bertambahnya usia, cepat lambat seseorang akan melepaskan diri atau menarik diri dari masyarakat atau kehidupan sosialnya. Keadaan tersebut membuat interaksi sosial lansia menurun, baik secara kualitas ataupun kuantitas yaitu :

- Kehilangan peran.
- Hambatan kontak sosial.
- Berkurangnya komitmen.

#### 2.1.4 Perubahan Fisiologis dan Psikologis Penuaan Pada Lansia

Menurut Smeltzer dkk (2010) mengatakan bahwa proses penuaan mengakibatkan perubahan pada aspek fisiologis pada system tubuh yaitu :

##### 1. Perubahan Fisiologis

###### a. Sistem Kardiovaskuler

Berkurangnya kemampuan dalam merespon stress, penurunan curah jantung, tekanan darah meningkat.

b. Sistem pernafasan

Penurunan kekuatan otot, ketahanan dan kapasitas vital paru serta menurunnya pertukaran gas.

c. Sistem integument

Berkurangnya sekresi alami minyak dan keringat, penurunan lemak di lapisan kulit bagian subkutan, reseptor sensori yang mengakibatkan penurunan perlindungan terhadap trauma, serta kerapuhan pada pembuluh darah kapiler.

d. Sistem reproduksi

- Perempuan : penyempitan serta berkurangnya elastisitas vagina diikuti oleh penurunan sekresi cairan vagina
- Laki-laki : penurunan pada produksi cairan sperma
- Perempuan dan laki-laki : respon terhadap seksualnya mengalami perlambatan

e. Sistem musculoskeletal

Hilangnya kekuatan serta ukuran otot, hilangnya kepadatan tulang.

f. Sistem genitourinari

Perempuan : kelemahan pada otot perineum, ketidakstabilan otot detrusor (mendorong terjadinya inkontensia) dan disfungsi saluran kemih.

g. System pencernaan

Menurunnya produksi air liur, penurunan kemampuan untuk membaui, kesulitan untuk menelan makanan.

h. Sistem saraf

Meningkatnya rasa bingung terhadap penyakit fisik yang diderita, kehilangan keseimbangan, berkurangnya kecepatan konduksi saraf.

i. Panca indera

Penglihatan : kemampuan focus pada obyek yang berkurang, tidak mampu untuk mentoleransi silau, penurunan kemampuan untuk menebak warna.

Pendengaran : penurunan kemampuan untuk mendengar suara yang memiliki frekuensi tinggi.

Pengecap : menurunnya kemampuan untuk merasakan makanan atau minuman.

2. Perubahan Psikologis

Menurut Townsend (2009) mengatakan bahwa proses penuaan mengakibatkan perubahan pada aspek psikologis pada system tubuh yaitu :

a. Fungsi memori

Memori jangka pendek lansia akan memburuk seiring dengan bertambahnya usia, namun tidak memori jangka panjang. Lansia mengalami gangguan ketika mengingat waktu, hari dan tempat. Hal ini diakibatkan oleh faktor sosial seperti stress, kelelahan dan penyakit.

b. Fungsi intelektual

Kemampuan dalam memecahkan suatu masalah juga cenderung menurun secara perlahan dimulai dari muda sampai dewasa tua.

c. Kemampuan belajar

Kemampuan pada belajar tidak berkurang seiring bertambahnya usia, selain itu pada penelitian lain mengatakan bahwa aspek belajar dapat berubah seperti penurunan kinerja seseorang.

d. Adaptasi dengan tugas penuaan

- Kehilangan dan kesedihan

Ketika seorang lansia memasuki usia 60 sampai 70 tahun mereka cenderung mengalami banyak kerugian dan kehilangan yang terjadi dalam hidupnya. Hal tersebut diperburuk oleh datangnya proses penuaan yang menyebabkan lamanya masa kehilangan dapat mengakibatkan lansia itu depresi.

- Menjaga identitas diri

Konsep diri dan gambaran diri dapat tetap stabil dari waktu ke waktu. Penyesuaian psikologis seperti tidak minum-minuman beralkohol, menjaga hubungan baik dengan keluarga serta tidak mengalami depresi adalah cara yang tepat untuk mempertahankan identitas diri pada seseorang.

e. Gangguan kejiwaan di kemudian hari

Seiring bertambahnya usia seseorang maka tekanan emosionalnya juga ikut meningkat yang mengakibatkan orang tua mengalami gangguan mental dikarenakan hilangnya peranan sosial, kemandirian diri, kematian teman atau kerabat yang dicintai, isolasi diri, penurunan fungsi kognitif dan status kesehatan yang menurun.

## 2.2 Konsep Interaksi Sosial

### 2.2.1 Definisi Interaksi Sosial

Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik yang mempengaruhi anatar individu dengan individu, individu dengan kelompok dan kelompok dengan kelompok. Interaksi sosial dapat terjadi apabila ada komunikasi yang mempengaruhi satu sama lain. (Sinthania, 2015).

Menurut Sunaryo (2010) interaksi sosial adalah hubungan timbal balik yang saling mempengaruhi antara satu dengan yang lain sehingga adanya hubungan timbal balik.

### 2.2.2 Jenis-jenis Interaksi Sosial

Menurut Sunaryo (2010) menjelaskan interaksi sosial dibagi menjadi tiga, antara lain :

#### 1. Individu dengan individu

Hubungan yang terjadi antara satu orang dengan satu orang lainnya. interaksi akan terjadi apabila seseorang saling bertemu, walaupun tidak ada tindakan yang dilakukannya.

#### 2. Individu dengan kelompok

Hubungan yang terjadi antara satu orang dengan suatu kelompok dimana interaksi ini memiliki bentuk yang bermacam-macam sesuai dengan keadaan.

### 3. Kelompok dengan kelompok

Hubungan yang terjadi antara satu kesatuan dari berbagai kelompok dan bukan kehendak pribadi. Kriteria kelompok meliputi adanya pelaku yang jumlahnya lebih dari satu orang serta adanya komunikasi di antara pelaku.

#### 2.2.3 Syarat Terjadinya Interaksi Sosial

Menurut Sunaryo (2010) interaksi sosial dapat terjadi apabila ada syarat-syarat tertentu yaitu :

##### 1. Kontak sosial memiliki beberapa jenis yaitu :

###### a. Kontak langsung dan tidak langsung

Kontak langsung seperti berbicara, bahasa isyarat dan tersenyum.

Sedangkan kontak tidak langsung seperti media masa, surat, dan media elektronik.

###### b. Kontak antar individu, antar kelompok dan antar individu dan kelompok.

###### c. Kontak positif dan negatif

Kontak positif seperti kontak sosial yang dapat memberikan keuntungan antara satu sama lain. Sedangkan kontak negatif adalah kontak yang mengarah kepada satu pertentangan.

###### d. Kontak primer dan sekunder

Kontak primer seperti individu melakukan hubungan secara langsung seperti bertemu dan bertatap muka. Sedangkan kontak sekunder seperti memerlukan perantara dan media sosial.

##### 2. Komunikasi

Komunikasi sebenarnya hampir sama dengan kontak sosial. Dalam berkomunikasi seseorang individu dituntut untuk memahami makna

yang disampaikan oleh komunikator. Komunikasi belum tentu terjadi walaupun sudah kontak sosial. Kontak sosial juga tidak akan ada artinya bila tidak berkomunikasi. Komunikasi sendiri lebih ditekankan bagaimana proses suatu pesan. Menurut Nugroho (2009) faktor yang mempengaruhi proses dalam berkomunikasi yaitu :

a. Perkembangan

Perkembangan pada manusia dapat mempengaruhi komunikasi dalam dua aspek yaitu kemampuan dalam teknik berkomunikasi serta mempersiapkan pesan untuk disampaikan kepada orang lain.

b. Sosio-kultural

Sosio-kultural sangat mempengaruhi perilaku komunikasi karena sosio-kultural dapat membentuk tata cara dalam berkomunikasi.

#### 2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial

Menurut Sunaryo (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya interaksi sosial yaitu :

1. Faktor Imitasi

Imitasi adalah suatu proses belajar dengan cara meniru atau mengikuti perilaku orang lain. Imitasi dapat di bedakan menjadi 2 yaitu imitasi positif dan imitasi negatif. Imitasi positif seperti meniru perilaku sopan santun terhadap orang lain sedangkan imitasi negatif yaitu melakukan penyimpangan norma contohnya seperti seorang anak menjadi pecandu narkoba.

## 2. Faktor Sugesti

Sugesti adalah suatu pandangan atau pengaruh oleh seseorang kepada orang lain dengan cara tertentu sehingga mereka mengikuti pengaruh/pandangan tersebut tanpa berfikir panjang. Sugesti akan lebih berhasil apabila yang memberi sugesti adalah orang yang memiliki wibawa atau yang memiliki tipe kepemimpinan. Contohnya, seorang pasien tersugesti oleh dokter yang sudah dipercaya dan diyakini sehingga apa yang disarankan, diperintahkan, dan dianjurkan akan dilaksanakan dengan sepenuh hati.

## 3. Faktor Identifikasi

Identifikasi adalah keinginan dalam seseorang untuk menjadi sama dengan pihak lain. Proses identifikasi ini dapat terjadi secara sengaja maupun tidak sengaja. Contohnya seorang remaja mengikuti model rambut atau pakaian yang dikenakan oleh bintang idolanya.

## 4. Faktor Simpati

Simpati adalah suatu perasaan tertarik yang timbul dalam diri seseorang dan membuatnya merasa seolah-olah berada dalam keadaan yang lain. Contohnya seseorang merasa sedih melihat penderitaan warga masyarakat yang terdampak musibah, kemudian dia akan memosisikan dirinya sendiri kedalam perasaan pihak lain berupa secara iba. Dari contoh tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa simpati adalah suatu perasaan yang ada dalam diri seseorang yang merasa tertarik pada perasaan pihak lain.

### 2.2.5 Bentuk-bentuk Interaksi Sosial

Menurut Sunaryo (2010) terdapat enam bentuk interaksi sosial yaitu :

### 1. Kerjasama

Kerjasama yaitu suatu usaha yang dilakukan secara bersama antara individu per individu atau antar kelompok agar tercapai tujuan bersama.

### 2. Persaingan

Persaingan yaitu suatu proses sosial ketika seseorang individu atau kelompok bersaing serta mencari keuntungan dalam bidang kehidupan yang saat itu menjadi sorotan umum dengan cara menarik perhatian publik.

### 3. Akomodasi atau penyesuaian

Akomodasi yaitu suatu cara untuk menyesuaikan pertentangan tanpa menghancurkan pihak lawan sehingga lawan tidak kehilangan kepribadiannya.

Akomodasi ini dilakukan untuk mengurangi pertentangan bahkan memungkinkan terjafinya suatu kerja sama dan berusaha untuk mendamaikan antara kelompok sosial.

### 4. Kontravensi

Kontravensi yaitu suatu proses sosial antara pertentangan dan persaingan seperti perlawanan, penolakan, keenganan, protes, menghalang-halangi, penghasutan, menyangkal dan membingungkan pihak lain.

#### 2.2.6 Akibat dari Interaksi Sosial

Menurut Sianipar (2013) apabila seorang lansia menjalankan interaksi sosial dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Interaksi sosial yang baik dapat memberikan dampak yang baik pada lansia seperti perasaan memiliki suatu kelompok sehingga dapat berbagi cerita, minat dan perhatian. Sedangkan menurut Kusumawardani & Puspitosari (2014) berkurangnya interaksi sosial dapat

menyebabkan para lansia menyendiri sehingga mengalami isolasi sosial. Seseorang yang menginjak usia lanjut akan rentan terhadap kesehatan mental yaitu depresi.

### 2.2.7 Instrumen Interaksi Sosial

Instrumen interaksi sosial ini memiliki 12 pertanyaan, yaitu 1-6 bersifat asosiatif dimana nomor 1-3 merupakan kerja sama, 4-6 merupakan akomodasi. Sedangkan nomor 7-9 merupakan persaingan dan 10-12 merupakan kontravensi. Instrumen ini menggunakan skala *dikotomi question* dengan pilihan jawaban “Ya” atau “Tidak”. Untuk jawaban ya diberi skor 1 dan jawaban tidak diberi skor 0. Nilai terendah yang mungkin dicapai adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 12. Berdasarkan rumus statistika :

$$P = \frac{\text{rentang}}{\text{banyak kelas}}$$

udjana (1992) dimana P merupakan panjang kelas dengan rentang nilai tertinggi dikurangi nilai terendah dimana rentang kelas sebesar 12 dan banyak kelas 3 yaitu baik, cukup dan kurang. Sehingga diperoleh  $P = 12$ . dengan  $P = 12$  dan nilai terendah adalah 0, dengan interpretasi total skor yaitu : 0-4 : kurang, 5-8 : cukup dan 9-12 : baik.

## 2.3 Konsep Depresi

### 2.3.1 Definisi Depresi

Depresi adalah gangguan mental yang ditandai dengan mood tertekan, kehilangan kesenangan atau minat, perasaan bersalah atau harga diri rendah, gangguan makan atau tidur dan konsentrasi yang rendah (Irwan, 2013).

Menurut Yosep (2011) depresi adalah gangguan yang terjadi pada alam perasaan yang berat dan dimanifestasikan dengan gangguan fungsi sosial dan fungsi fisik yang hebat, lama dan menetap pada individu yang bersangkutan.

Menurut Juwita (2013) depresi adalah suatu gangguan alam perasaan (mood) yang ditandai dengan kemurungan serta kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan sehingga hilangnya kegairahan hidup.

### 2.3.2 Tanda dan Gejala Depresi

Menurut Kaplan (2010) dan Kemenkes (2015) mengatakan bahwa gejala depresi pada lansia terbagi menjadi beberapa gejala seperti :

1. Menurunnya minat aktivitas
2. Merasa tidak berguna
3. Perasaan kekosongan (sepi/bosan)

Menurut Mumpuni (2017) dan Aries (2016) mengatakan bahwa depresi pada lansia dapat ditegakkan apabila muncul 5 gejala dalam 2 minggu sebagai berikut :

1. Mood yang berubah-ubah dan cenderung buruk hampir sepanjang hari.
2. Sulit tidur (insomnia) atau lebih banyak tidur (hypersomnia).
3. Mudah lelah dan merasa tidak memiliki tenaga.
4. Sulit Konsentrasi.
5. Merasa kehilangan harga diri.
6. berkurangnya nafsu makan.
7. Merasa bersalah berlebihan.
8. Sering memikirkan kematian dan merasa ingin mati.
9. Mencoba bunuh diri.

### 2.3.3 Faktor Penyebab Depresi

Menurut Kristian (2017) faktor-faktor depresi pada lansia terbagi menjadi lansia yang tinggal di rumah dan lansia yang tinggal dipanti :

1. Lansia yang tinggal di rumah
  - a. Dukungan sosial yang menurun
  - b. Penurunan aktivitas setelah pensiun sehingga hilangnya kedudukan sosial
2. Lansia yang tinggal dipanti
  - a. Perasaan terbuang
  - b. Faktor Perkawinan (janda/duda)
  - c. Dukungan sosial yang menurun

Menurut Kaplan & Saddock (2010) faktor-faktor depresi terbagi menjadi sembilan yaitu :

#### 1. Faktor Biologi

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa neurotransmitter berkaitan dengan patologi depresi yaitu serotonin dan epineprin. Pada penurunan serotonin dapat menjadi pencetus depresi dan pada pasien bunuh diri, beberapa pasien memiliki tingkat serotonin yang rendah. Pada terapi depresi menunjukkan bahwa teori norepineprin berperan dalam patofisiologi depresi (Kaplan HI, Saddock BJ, 2010).

#### 2. Faktor Genetik

Penelitian genetik menunjukkan bahwa resiko antara anggota keluarga tingkat pertama dari seorang individu yang menderita depresi berat (unipolar) diperkirakan 2-3 kali dibandingkan pada populasi umum. Angka keselarasan

tersebut sekitar 11% pada kembar dizigot dan 40% pada kembar monozigot (Kaplan HI, Sadock BJ, 2010).

### 3. Faktor Psikososial

Ada beberapa faktor psikososial yang diprediksi menjadi penyebab gangguan mental pada lansia yang umumnya berhubungan pada kehilangan. Faktor psikososial seperti hilangnya peranan sosial, hilangnya otonomi, kematian orang terdekat, penurunan kesehatan, peningkatan isolasi diri, penurunan fungsi kognitif dan keterbatasan finansial (Kaplan HI, Sadock BJ, 2010).

### 4. Faktor Jenis Kelamin

Pada faktor jenis kelamin ini wanita lebih sering terkena depresi. Ada beberapa dugaan bahwa wanita lebih sering mencari pengobatan sehingga depresi lebih sering terdiagnosis. Selain itu faktor yang lain mengatakan bahwa wanita lebih sering terpajan dengan stressor lingkungan dan ambangnya pada stressor lebih rendah dibandingkan dengan pria. Selain itu ketidakseimbangan hormone pada wanita juga menjadi pencetus tingginya prevalensi depresi pada wanita (Marta, 2012)

### 5. Faktor Usia

Lansia yang berumur 75 tahun keatas cenderung mengalami depresi dari pada lansia yang memiliki umur kurang dari 75 tahun keatas. Pada penelitian yang dilakukan oleh Suryo (2011) mengatakan bahwa semakin tua umur lansia maka tingkat depresi lansia cenderung meningkat.

## 6. Faktor Status Perkawinan

Pada gangguan depresi mayor sering dialami oleh individu yang bercerai atau berpisah dibandingkan dengan yang menikah. Status perceraian menempatkan seseorang pada tingkatan yang lebih tinggi untuk resiko menderita depresi. Depresi lebih sering dialami oleh orang yang tinggal sendirian dibandingkan dengan seseorang yang tinggal bersama dengan kerabat (Marta, 2012).

## 7. Faktor Riwayat Penyakit

Riwayat kronik yang diderita oleh lansia selama bertahun-tahun dapat menyebabkan lansia mengalami resiko depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Chang-quan dkk (2009) mengatakan bahwa penyakit kronik yang dapat menyebabkan lansia mengalami resiko depresi yaitu stroke, hilangnya fungsi penglihatan, pendengaran, penyakit jantung dan penyakit kronik paru.

## 8. Faktor Kepribadian

Seseorang yang memiliki kepribadian yang mudah cemas, tertutup, hipersensitif dan bergantung pada orang lain rentan terhadap depresi (Marta, 2012).

## 9. Faktor Dukungan Sosial

Apabila seseorang tidak terintegrasi ke dalam masyarakat maka akan cenderung mengalami depresi. Dukungan sosial tersebut meliputi : jaringan sosial interaksi sosial, dukungan sosial, dan dukungan instrumental. Jaringan sosial dapat dinilai dengan cara mengidentifikasi individu-individu yang dekat

dengan lansia. Sedangkan interaksi sosial dapat ditentukan melalui frekuensi interaksi antara subyek dengan anggota-anggota harian kerja lainnya. dan isolasi sosial dapat menjadikan seseorang pada resiko depresi. (Marta, 2012).

#### 2.3.4 Tingkatan Depresi

Menurut Departemen Kesehatan RI dan WHO 1993 tingkatan depresi dibagi menjadi 3, yaitu

##### 1. Depresi Ringan

- a. Perasaan tertekan
- b. Kehilangan minat aktivitas
- c. Insomnia
- d. Harga diri rendah

##### 2. Depresi Sedang

- a. Mudah lelah
- b. Perasaan tertekan
- c. Konsentrasi berkurang
- d. Perasaan tidak berguna
- e. Insomnia
- f. Nafsu makan menurun

##### 3. Depresi Berat

- a. Mulai timbulnya halusinasi seperti terdengar suara-suara yang menyalahkan diri sendiri
- b. Resiko bunuh diri

### 2.3.4 Instrumen Depresi

Salah satu alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur tingkatan depresi pada lansia adalah *Geriatric Depression Scale (GDS)*. Alat ukur ini diperkenalkan oleh Yesavage pada tahun 1983. Alat ukur GDS ini memiliki nilai sensitivitas 84% dan specificity 95%. Test reliabilitas alat ukur ini yaitu 0,85 (Burs, 1999, dalam Azizah, 2011). Alat ukur ini memiliki 15 pertanyaan dengan menjawab “Ya” atau “Tidak” pada setiap pertanyaan mencakup indikator tentang perasaan bersalah, minat aktivitas, perasaan bosan, semangat harapan hidup, perasaan tidak berdaya, dan perhatian konsentrasi.. Pengisian alat ukur ini membutuhkan waktu sekitar 5-10 menit. Skor tingkatan depresinya yaitu 0-4 menunjukkan tidak depresi, nilai 5-9 menunjukkan depresi ringan, 10-13 menunjukkan depresi sedang, dan skor 14-15 menunjukkan depresi berat (Azizah, 2011).

### 2.3.5 Penanganan Depresi

Menurut Mumpuni (2017) mengatakan bahwa penanganan depresi pada lansia dapat dilakukan dalam dua cara :

#### 1. Dari dalam diri lansia itu sendiri

Para lansia harus memiliki keinginan untuk sembuh. Tanpa ada kemauan sulit untuk menghilangkan depresi yang mereka rasakan.

Cara apa saja yang dapat dilakukan :

- a. Bertemu dan berkumpul dengan komunitas seusia. Dari kegiatan ini para lansia dapat bertukar informasi dan saling membangkitkan semangat hidup.
- b. Mengisi waktu dengan aktivitas ringan yang dapat menimbulkan perasaan senang seperti membaca, menulis dan berolahraga ringan.

- c. Mengubah mindset, bahwa masa tua adalah masa yang tidak menakutkan. Melainkan masa untuk melakukan hal-hal yang belum dilakukan saat masih muda karena sibuk bekerja. Misalnya seperti jalan-jalan dengan pasangan, menghabiskan waktu bermain bersama cucu.
- d. berusaha selalu berfikir positif. Seringkali perilaku lansia tidak jauh beda dengan anak-anak. Mereka perlu diingatkan agar tetap bersemangat dan tidak terbawa oleh pikiran-pikiran yang negatif.

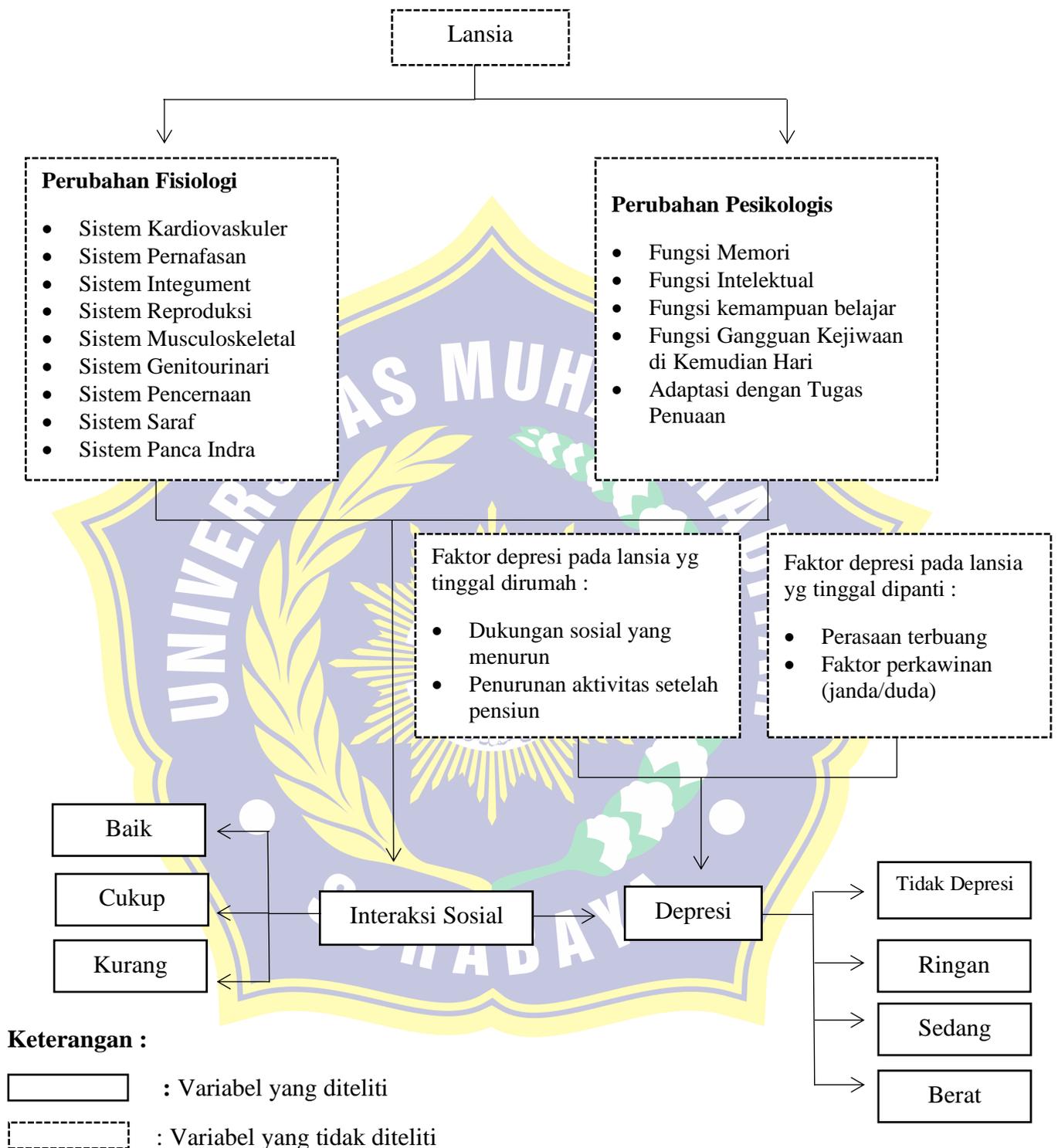
## 2. Dari lingkungan

Dukungan lingkungan sangatlah penting, terutama dari keluarga. Apa saja dukungan lingkungan yang dapat kita lakukan :

- a. Selalu meluangkan waktu bersama para lansia agar mereka merasa tidak dilupakan. Misalnya mengobrol atau piknik bersama.
- b. menemani para lansia untuk melakukan kegiatan, misalnya menemani jalan pagi atau menemani menonton film.
- c. Menumbuhkan semangat, misalnya seperti selalu melibatkan para lansia dalam kegiatan yang dilakukan oleh keluarga tentu dengan memperhatikan kemampuan fisik mereka. Sesekali meminta bantuan atau pendapat kepada lansia dengan demikian para lansia akan merasa bahwa dirinya masih berguna.

Apabila hal-hal tersebut masih belum bias mengurangi depresi maka sebaiknya pihak keluarga berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater.

## 2.4 Kerangka Konseptual



**Gambar 2.1** kerangka konsep Perbedaan interaksi sosial dengan tingkat depresi antara lansia yang tinggal bersama keluarga dan yang tinggal di panti

Pada gambar 2.1 menjelaskan bahwa pada lansia menyebabkan beberapa perubahan-perubahan seperti perubahan fisiologis dan perubahan psikologi yang saling berkaitan antara satu dengan yang lain. Perubahan fisiologis seperti perubahan sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan, sistem integument, sistem reproduksi, sistem musculoskeletal, sistem genitorinari, sistem pencernaan, sistem saraf, dan sistem panca indra. Sedangkan pada perubahan psikologi seperti fungsi memori, fungsi intelektual, fungsi kemampuan belajar, gangguan jiwa dikemudian hari, dan adaptasi dengan tugas penuaan. Perubahan tersebut dapat mempengaruhi interaksi sosial seseorang, apa bila interaksi sosialnya menurun dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi. Depresi sendiri terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor lansia yang tinggal dirumah dan faktor lansia yang tinggal dipanti.

## **2.5 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis penelitian adalah pernyataan hubungan yang diharapkan antara dua variable atau lebih yang dapat diuji secara empiris (Hidayat, 2010).

H1 : Ada perbedaan interaksi sosial pada tingkat depresi antara lansia yang tinggal di kelurahan sukolilo baru dan lansia yang tinggal di panti hargo dedali Surabaya

Ho : Tidak ada perbedaan interaksi sosial pada tingkat depresi antara lansia yang tinggal di kelurahan sukolilo baru dan lansia yang tinggal di panti hargo dedali Surabaya