

BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang berbagai faktor pengaruh kejadian depresi pada lansia di kelurahan Margorejo Surabaya 2015 terhadap 80 responden lansia sejak 22 Juli-1 November 2015, didapatkan kesimpulan:

1. Dari total 80 responden, sebanyak 58 responden (72,5%) tidak menderita depresi (normal) dan 22 responden (27,5%) menderita depresi. Dari 22 responden tersebut, 19 responden (23,75%) menderita depresi ringan, sementara 3 orang (3,75%) menderita depresi berat.
2. Tidak ada hubungan bermakna antara faktor usia dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
3. Tidak ada hubungan bermakna antara faktor jenis kelamin dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
4. Tidak ada hubungan bermakna antara faktor adanya penyakit/disabilitas dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.

5. Tidak ada hubungan bermakna antara faktor status pekerjaan dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
6. Tidak ada hubungan bermakna antara faktor status ekonomi dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
7. Adanya hubungan yang signifikan antara faktor adanya riwayat keluarga depresi dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
8. Adanya hubungan yang signifikan antara faktor status pernikahan dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
9. Adanya hubungan yang signifikan antara faktor adanya keluarga yang tinggal bersama dengan derajat depresi lansia di Kelurahan Margorejo, Surabaya.
10. Faktor yang memiliki hubungan signifikan dengan derajat depresi bila diurutkan mulai dari yang paling rendah ke yang paling tinggi adalah: status pernikahan, adanya riwayat keluarga depresi dan adanya keluarga yang tinggal bersama.

6.2 **Saran**

1. Bagi Pendidikan Kedokteran

Bagi mahasiswa kedokteran yang masih menempuh pendidikan S1, diharapkan dapat mempelajari dengan lebih baik tentang tanda-tanda lansia yang memiliki gejala depresi dan tidak mengabaikan penyakit psikologis. Melatih *soft skills* berkomunikasi agar dapat memberikan informasi dan edukasi yang lebih optimal lagi pada lansia maupun keluarganya agar tidak mengabaikan depresi pada lansia.

2. Bagi Pemerintah

Membuat kebijakan yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia seperti memberikan pekerjaan ringan untuk lansia yang sudah pensiun, mewajibkan adanya keluarga yang merawat dan menjamin kesejahteraan hidup lansia. Contohnya di Singapura, kesejahteraan lansia sangat diperhatikan oleh pemerintah.³³

3. Bagi Perkumpulan Lansia

Mempertahankan dan melanjutkan perkumpulan lansia. Jika memungkinkan, dibuat rutin setiap minggu untuk semua RW dan ditambahkan aktifitas ringan dan

menyenangkan untuk setiap pertemuan seperti senam poco-poco. Dapat juga berkolaborasi dengan perkumpulan taichi dari RW lain.

4. Bagi Lansia

Tetaplah bersyukur dan bersemangat dalam menjalani hidup. Jangan pernah merasa tidak berharga dan tidak dibutuhkan. Jika memungkinkan, tetaplah bekerja atau melakukan pekerjaan ringan, sebisa mungkin jangan menganggur setiap hari. Jika memiliki keluhan, jangan enggan untuk memberitahu keluarga maupun tenaga kesehatan agar dapat segera diterapi, sekecil apapun keluhannya

5. Bagi Keluarga Lansia

Jangan beranggapan bahwa depresi adalah sesuatu yang normal terjadi pada lansia sehingga diabaikan dan tidak diterapi, karena lansia berhak mendapatkan kesehatan yang holistik, yaitu meliputi kesehatan fisik, psikologis dan spiritual.

6. Bagi Panti Jompo

Sebagian besar lansia menderita depresi di panti jompo. Oleh sebab itu, panti jompo harus membuat aktifitas yang dapat membuat lansia yang merasa tidak kesepian, berharga dan

dicintai. Sebagai contoh, mengadakan kerja sama dengan TK atau SD supaya anak-anak dapat berkunjung dan bermain bersama lansia setiap satu minggu sekali. Dengan adanya anak-anak yang polos dan masih mau mendengarkan dan belajar banyak hal, lansia akan merasa dihargai, dibutuhkan dan dicintai.

7. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya, dapat ditambahkan faktor suku/ras, tempat tinggal, tipe kepribadian, pengalaman masa kecil, dan tingkat rohani, dengan sampel yang lebih banyak waktu yang lebih panjang dan kunjungan ke rumah lansia untuk mewawancarai keluarga lansia. Lakukan *follow-up* pada lansia yang ternyata menderita depresi ringan maupun berat dengan cara menghubungkan lansia tersebut dengan psikiater agar depresi lansia tersebut dapat segera ditangani. Selain itu dapat ditambahkan uji multivariat untuk melihat faktor apa yang benar-benar mempengaruhi derajat depresi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: *Gambaran kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Indonesia: Kementerian Kesehatan RI; 2013 [cited 2015 Jan 29]. Diunduh dari: <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf>
2. Martono, H., Hadi. Penderita Geriatrik dan Asesmen Geriatri. Dalam: Martono, H. Hadi., Panarka, Kris., editor. *Buku Ajar Boedhi Darmojo Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)* --- Ed. 4 --- Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2009.
3. Maramis, WF. Ilmu Perilaku dalam Pelayanan Kesehatan. Surabaya: Airlangga University Press; 2006
4. Sadock B. J. & V. A. Sadock. *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry. Volume 2*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2005.
5. Greenberg, Sherry A. *The Geriatric Depression Scale (GDS)* [Internet]. [Place Unknown]; 2012 [updated 2012 ; cited 2015 Jan 29]. Diunduh dari: http://consultgerirn.org/uploads/File/trythis/try_this_4.pdf
6. Wolman, Benjamin B., Stricker, George. *Depressive Disorders*. International Psychotherapy Institute E-Books; 1990. p.237-238 [cited 2015 Jan 29]. Diunduh dari: <http://freepsychotherapybooks.org/>
7. Katona CLE. *Depression in Old Age*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd, 1995.
8. Pranoto, Soerya. Laporan penelitian: Analisis Kejadian Depresi pada Penghuni Panti Jompo "Panti Werdha Usia" Jalan Undaan Kulon 7 Surabaya Tahun 2008. Surabaya: RSUD Dr. Soetomo; Universitas Airlangga; 2008.

9. Sari, Nelda Nilam. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Depresi pada Lansia [*Internet*]. 2011 Jan 4 [cited 2015 Mar 5]. Diunduh dari: <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/21410>
10. Maramis Willy, Maramis Albert A. Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Edisi 2. Surabaya: Airlangga University Press; 2009.
11. Misiaszek, Brian C. *Geriatric Medicine Survival Handbook (Revised Edition)*. [*Internet*]. DeGroote School of Medicine at McMaster University; 2008 [cited 2015 May 14]. Diunduh dari: http://fhs.mcmaster.ca/medicine/geriatric/docs/Geriatric_Handbook08.pdf
12. Setiati, Siti. *Geriatric Medicine, Sarkopenia, Frailty* dan Kualitas Hidup Pasien Usia Lanjut: Tantangan Masa Depan Pendidikan, Penelitian dan Pelayanan Kedokteran di Indonesia [*Internet*]. 2013 Sept 7 [cited 2015 Mar 5]. Diunduh dari: <http://journal.ui.ac.id/index.php/eJKI/article/viewFile/3008/2467>
13. Elvira S.D. & Hadisukanto, G (editor). Buku Ajar Psikiatri. Jakarta: Badan Penerbit FK UI; 2010.
14. Trisnawati, Dewi. Hubungan Aktifitas Religi Dengan Derajat depresi pad Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werda Unit Budi Luhur Yogyakarta [*Internet*]. 2011 Juli 2 [cited 2015 Mei 14]. Diunduh dari: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:z s9g- 8anM3cJ:jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/download/1/55+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id>
15. Setyoadi., Ar, Chusnul Chuluq., Teguhwahyuni, Kristien. Hubungan Tipe Kepribadian dengan Kejadian Depresi pada Lansia di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Pasuruan [*Internet*]. 2012 [cited 2015 Mei 14]. Diunduh dari: http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/viewFile/1052/1135_umm_scientific_journal.pdf

16. Bhayu, Agus., Ratep, Nyoman., Westa, Wayan. Gambaran Faktor-faktor yang mempengaruhi Derajat depresi pada Lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubu II Januari-Februari 2014 [*Internet*]. Bali: Universitas Udayana. 2015 [cited 2015 Mei 14]. Diunduh dari: http://r.search.yahoo.com/_ylt=A0SO8wVG1IRVqMQAVFhXNYoA;_ylu=X3oDMTEydnV1aXVmBGNvbG8DZ3ExBHBvcwMyBHZ0aWQDQjAwNTJfMQRzZWMDc3I_-RV=2/RE=1431652038/RO=10/RU=http%3a%2f%2fojs.unud.ac.id%2findex.php%2feum%2farticle%2fdownload%2f12599%2f8652/RK=0/RS=mNV19fTDzKx9k.MFigsHJ51W5CA-
17. Haggerty, Jim. *Risk Factors for Depression* [*Internet*]. 2013 Jan 30 [cited 2015 Mei 14]. Diunduh dari: <http://psychcentral.com/lib/risk-factors-for-depression/00058>
18. Mitchell AJ, Subramaniam H. *The Prognosis of Depression in Late Life Versus Mid-life: Implications for the treatment of older adults. Internasional Psychogeriatrics* [*Internet*]. 2005 Sept [cited 2015 Mar 4]; 17(4):533-7. Diunduh dari: <http://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.ajp.162.9.1588>
19. Nevid, Jeffrey S. *Psychology: Concepts and Applications*. Cengage Learning; 2003
20. Jalpa, Doshi., Cen, Liyi., Polsky, Daniel. *Depression and Retirement in Late Middle-Aged U.S. Workers* [*Internet*]. 2008 Apr [cited 2015 Apr 27]. Diunduh dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2442377/>
21. Mercola. *Retirement Could be Bad for Health* [*Internet*]. 2013 Mei 30 [cited 2015 Apr 27]. Diunduh dari: <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2013/05/30/retirement.aspx>

22. Karsten, Karel. Indonesia 15-item Version. [Internet]. [Place Unknown]; [cited 2015 Jan 29]. Diunduh dari: <http://web.stanford.edu/~yesavage/Indonesian.html>
23. K., Jongenelis, et. al. *Diagnostic Accuracy of The Original 30-item and shortened Versions of the Geriatric Depression Scale in Nursing Home Patients* [Internet]. 2005 Nov [cited 2015 Mei 14]. Diunduh dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16250079>
24. Informasi Data Pokok Kota Surabaya Tahun 2012 [Internet]. 2012 [cited 2 Mei 2015]. Diunduh dari: <http://www.surabaya.go.id/files.php?id=2072>
25. Notoatmojo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta;2012
26. Dahlan, Sopiudin. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Edisi 3. Cetakan ke-2. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2013
27. Dan Blazer, Bruce Burchett, Connie Service, Linda KG. *Association of Age and Depression Among the Elderly: An Epidemiologic Exploration* [Internet]. 1991 June [cited 2015 Nov 18]. Diunduh dari: <http://geronj.oxfordjournals.org/content/46/6/M210.short>
28. Singh, Archana., Misra, Nishi. *Lonliness, Depression and Sociability in Old Age* [Internet]. 2009 Jan-Jun [cited 2015 Apr 27]. Diunduh dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3016701/>
29. Neel Burton. *The 7 Reason Why Depression is More Common in Women* [Internet]. 2012 May [cited 2015 Nov 18]. Diunduh dari: <https://www.psychologytoday.com/blog/hide-and-seek/201205/the-7-reasons-why-depression-is-more-common-in-women>
30. Martin GC, Nandini Dendukuri. *Risk Factors for Depression Among Elderly Community Subjects: A Systematic Review and Meta-Analysis* [Internet]. 2003 Jun [cited 2015 Nov

- 15]. Diunduh dari:
<http://ajp.psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.ajp.160.6.1147>
31. Xan XY, Huang SM, Huang CQ, Wu WH, Qin Y. *Martial Status and Risk for Late Life Derpression: A Meta-Analysis of the Published Literarure [Internet]*. 2011 [cited 2015 Nov 18]. Diunduh dari:
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21986116>
32. Martin Pinquart, Silvia Sorensen. *Influences of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-being in Later Life: A Meta-Analysis [Internet]*. 2000 Jun [cited 2015 Nov 18]. Diunduh dari:
<http://psycnet.apa.org/journals/pag/15/2/187/>
33. *Singapore Programme for Intergrated Care for the Elderly (SPICE)*. [Internet]. [cited 2015 Des 19]. Diunduh dari:
<http://aic.sg/page.aspx?id=782>