

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan pengolahan data untuk mengetahui adanya hubungan antara aktivitas sosial dengan tingkat depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari RW V Mojo Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Kota Surabaya tahun 2016, maka dapat diambil beberapa kesimpulan, antara lain :

1. Angka kejadian depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya didapati secara keseluruhan normal. Hanya sebanyak 3 orang Lansia (5,2%) saja yang mengalami depresi ringan. Terdapat berbagai faktor yang merupakan faktor resiko timbulnya depresi pada Lansia, antara lain status kesehatan yang buruk, tinggal sendiri, disabilitas fungsional, adanya penyakit somatic, status marital, isolasi sosial, gangguan emosi dan kepribadian, tingkat pendidikan yang rendah, dan kematian.

2. Tingkat aktivitas sosial Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya secara keseluruhan baik. Dari hasil tersebut, didapati sebanyak 17 orang Lansia (29,3%) termasuk ke dalam *warning zone*. Tentunya terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku sosial Lansia ini, diantaranya adalah faktor predisposisi (pengetahuan, kepercayaan, nilai-nilai), faktor pendukung (sarana dan prasarana), faktor pendorong (sikap dan perilaku), dan faktor yang diperoleh (dukungan secara sosial) dari orang lain.
3. Terdapat hubungan antara aktivitas sosial dengan tingkat depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya. Dengan aktif beraktivitas secara sosial, seperti tergabung dalam paguyuban Lansia akan menjadi sarana bagi Lansia tersebut untuk saling bertukar pikiran, berbagi pengalaman, dan saling memberikan perhatian. Kegiatan tersebut akan sangat membantu para Lansia untuk mencapai kualitas hidup yang maksimal dan terhindar dari depresi.
4. Terdapat hubungan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya. Interaksi sosial terhadap masyarakat sekitar

seperti pergi ke tempat berbelanja, mengunjungi tempat kerabat dan komunitas tertentu, dapat bermanfaat untuk mengatasi beberapa gangguan psikis yang terjadi pada Lansia. Dengan membangun interaksi dengan sosialnya, Lansia juga akan merasa dihargai di masyarakat, meringankan stressor yang dialami, serta mampu untuk mencapai kualitas hidupnya secara maksimal.

5. Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya. Adanya dukungan sosial yang baik bagi Lansia dapat meningkatkan kesehatan fisik dan kesehatan mental serta dapat memberikan arti dalam mengatasi depresi bagi para lanjut usia. Dukungan sosial yang diperlukan oleh Lansia adalah dukungan sosial yang berasal dari keluarga, dimana keluarga dianggap memiliki peranan penting yang mampu memberikan dukungan dari segi emosional, penghargaan, instrumental (materiil dan non-materiil), dan informasi secara lebih pasti.
6. Terdapat hubungan antara aktivitas sosial dengan tingkat depresi, interaksi sosial dengan tingkat depresi, dan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada Lansia di

Posyandu Lansia Mekar Sari Mojo Surabaya. Dari hasil analisis ketiga hubungan tersebut, didapati nilai korelasi terbesar adalah hubungan antara aktivitas sosial dengan tingkat depresi. Meskipun demikian, peneliti menyadari masih terdapat beberapa faktor lain diantaranya faktor biologis (faktor organik) dan psikososial lain (tipe kepribadian) yang juga ikut mempengaruhi dan menjadi faktor penting untuk diperhatikan dalam menyebabkan timbulnya depresi pada Lansia.

6.2 Saran

6.2.1 Untuk Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam memahami pentingnya beraktivitas sosial untuk mencegah depresi pada Lansia dapat meningkat sehingga para Lansia akan lebih aktif melakukan aktivitas bersama dengan teman-temannya. Selain itu, bagi Posyandu Lansia Mekar Sari RW V Mojo Surabaya diharapkan dapat terus membina dan menyelenggarakan kegiatan senam/ kegiatan lain bagi Lansia secara rutin, sebagai wadah bagi anggotanya yakni para Lansia untuk dapat aktif secara sosial, terhindar dari depresi, dan mampu mencapai kualitas hidupnya semaksimal mungkin.

6.2.2 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai aktivitas sosial maupun mengenai depresi. Banyak faktor lain yang tidak dapat ikut diteliti dalam penelitian ini seperti faktor biologis, psikologis, serta faktor-faktor pembentuk perilaku sosial lainnya yang sebenarnya juga ikut mempengaruhi, sehingga memungkinkan untuk dapat dilakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan faktor biologis Lansia atau faktor psikologis Lansia dengan tingkat depresi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fitriyanti. 2009. *Hubungan antara Motivasi dengan Kemampuan Aktivitas Sehari-hari pada Lanjut Usia di Desa Sriwulan Kecamatan Sayung Kabupaten Demak*. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah. Diunduh dari : <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/104/jtptunimus-gdl-fitriyanti-5166-1.pdf>
2. Kementrian Keuangan RI, 2015. Diunduh dari : <http://www.kemenkeu.go.id/Artikel/penduduk-lansia-dan-bonus-demografi-kedua>
3. Soepardan, Suryani. 2007. *Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC.
4. BKKBN, 2012. Diunduh dari : <http://www.bkkbn.co.id>
5. Suardiman, Siti Partini. 2011. *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
6. Adawiyah, A.N. 2011, *Perkembangan Fisik dan kognitif Dewasa Akhir*.
7. Papalia, Diane E, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman and Dana Gross. 2001. *Human Development (Eight edition)*. Boston: Mc Graw Hill.

8. Semium, Y. 2006. *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Kanisius.
9. Napitupulu, Y. M. N. 2010. *Hubungan Aktivitas Sehari-Hari Dan Successful Aging Pada Lansia*. Malang : Universitas Brawijaya, 1–19.
10. Hurlock B.E, 2007. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerbit Erlangga. Jakarta
11. Neugarten, Bernice L. 1968. *Middle Age And Aging A Reader in Social Psychology*. Chichago: The University Press.
12. Kaplan, H.I & Saddock, B.J. 2007. *Sinopsis Psikiatri Alih Bahasa*. Jakarta : Binarupa Aksara.
13. Marthuranath. 2004. *Instrumental Activities Of Daily Living Scale For Dementia Screening In Elderly People*. Journal International Psychogeriatrics. India: Department Of Neurology, Sctimst, Trivandrum 695011 India.
14. Kementerian Kesehatan RI. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: *Gambaran kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Indonesia: Kementerian Kesehatan RI; 2013
15. Soejono. 2000. *Pedoman Pengelolaan Kesehatan Pasien Geriatric untuk Dokter dan Perawat*. Jakarta : FK UI, 60-76

16. Dalami, E, dkk. 2009. *Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Masalah Psikososial*, Jakarta: Trans Info Media.
17. Yuli, R. 2014. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. (T. Ari, Ed.). Jakarta: Cv. Trans Info Media.
18. Purnama, Akhmad dan Hikmawati, Eny. 2009. *Kepuasan Hidup dan Dukungan Sosial Lanjut Usia*. Yogyakarta : B2P3KS Press.
19. Hurlock, Elizabeth B. 2004 . *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan edisi kelima*. Jakarta : Erlangga.
20. Santrok, John W. 2002. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup Edisi kelima* Jilid 2. Jakarta : Erlangga.
21. Shreeve, C. 1992. *Mengenal dan Mengatasi Depresi*. Terjemahan: A. Gayatri. Jakarta: Arcan.
22. Sari, Nelda Nilam. *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Depresi pada Lansia* [Internet]. 2011 Jan 4 [cited 2016 Mar 5].
Diunduh dari :
<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/21410>
23. Stanley, M., & Beare, P.G. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik (Gerontological Nursing: A Health Promotion /*

- Protection/ Protection Approach*). Alih Bahasa: Nety Juniarti & Sari Kurnianingsih. Jakarta; Buku Kedokteran EGC.
24. UU No. 13 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia
 25. Oswari, E., 2006. *Penyakit dan Penanggulangannya*. Balai Penerbit FKUI. Jakarta
 26. Ferry Efendi. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori Dan Praktek Dalam Keperawatan. Jilid 1*. Jakarta : Salemba Medika.
 27. Maryam, Siti dkk. 2010. *Asuhan Keperawatan Pada Lansia*. Jakarta : Trans Info Medika
 28. Maryam, R. Siti, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
 29. Stanley, M. & Beare, P. G. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
 30. Mubarak, Wahit Iqbal, Chayatin, Nurul, Santoso, Bambang Adi. 2009. *Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
 31. Tamher, S. dan Noorkasiani. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

32. Smeltzer, Suzanne C. dan Brenda G. Bare. 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah, Edisi 8.*, Jakarta: EGC.
33. Potter, Patricia A. dan Anne G. Perry. 2009. *Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7.* Jakarta: Salemba Medika.
34. Soejono CH, Probosuseno, Sari NK. Depresi pada pasien usia lanjut. Dalam: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibarata MK, Setiyati S (editor). *Buku ajar ilmu penyakit dalam. Edisi V, Jilid 1.* Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2009: halaman 845-50.
35. 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 2016 Mar 20]. Diunduh dari:
<http://journal.ui.ac.id/index.php/eJKI/article/viewFile/3008/246>
[7](#)
36. Kaplan, H.I., Sadock, B.J., and Grebb, J.A., 2010. *Sinopsis Psikiatri : Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Jilid Satu.* Editor : Dr. I. Made Wiguna S. Jakarta : Bina Rupa Aksara : 113-129, 149-183

37. Ibrahim, Rusli. 2005. *Landasan Psikologi Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta: Dirjen Olahraga.
38. Shapiro Ph.D, Lawrence E. 2003. *Mengajar Emotional Intelligence pada Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
39. Azhari, Akyas. 2005. *Psikologi Umum dan Perkembangan*. Jakarta : Teraju.
40. Gerungan, W.A. 2010. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
41. Kotler, Philip. 2002. *Manajemen Pemasaran, Analisa perencanaan, Implementasi dan control, Edisi Kesembilan, Jilid 1 dan jilid 2*, alih bahasa oleh Hendra Teguh S.E.,A.K., dan Ronny A. Rusli, S.E. Jakarta: Prehalindo
42. Mowen, John, C., dan Minor, M.. 2002. *Perilaku Konsumen Jilid 1, Edisi Kelima* (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
43. Goleman, Daniel. 2007. *Emotional Intellegence. Cet. XVII*. Jakarta: Gramedia
44. Kusmana, D. 2006. *Olahraga Untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung Trias Sok & Senam 10 Menit Edisi 2*. Jakarta: FKUI.
45. Hardywinoto, & T., S. 2005. *Panduan Gerontologi: Tinjauan Dari Berbagai Aspek*. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama.

46. Subadi, T. 2009. *Sosiologi Dan Sosiologi Pendidikan*. (R. Farida, Ed.). Surakarta: Fairuz Media Duta Pertama Ilmu.
47. Johnson, D.W. & Jhonson, F.P. (1991). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Fourth Edition. London: Prentice Hall International; p. 472
48. Sarafino, E. P. 1998. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Third edition. New York: John Wiley and Sons, Inc; p. 136
49. Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT. Grasindo; hal.133
50. Nevid, J.S., Rathus S. A. & Green B. 2005. *Psikologi Abnormal. Edisi kelima, Jilid Dua*. Jakarta: Erlangga.
51. Sadock B. J. & V. A. Sadock. 2005. *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry. Volume 2*. Philadelphia: Lippincott Wiliams &Wilkins; p. 1379-1344.
52. Katona, C., Cooper, C., Robrtson, M.. 2012. *At Glance Psikiatri, 2nd*. Jakarta: Erlangga, p. 18-19
53. Uno, Hamzah B. 2009. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.

54. Maramis Willy, Maramis Albert A. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Edisi 2*. Surabaya: Airlangga University Press
55. Maramis, W.P. 2006. *Ilmu Perilaku dalam pelayanan Kesehatan*. Surabaya : Airlangga University Press.
56. Pranoto. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Yogyakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawisohardjo.
57. 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 2016 Mar 4]; 17(4):533-7. Diunduh dari: <http://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.ajp.162.9.1588>
58. Maslim, R. 2001. *Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III*. Jakarta: PT. Nuh Jaya
59. Greenberg, Sherry A. *The Geriatric Depression Scale (GDS) [Internet]*. [Place Unknown]; 2012 [updated 2012 ; cited 2016 Mar 29]. Diunduh dari: http://consultgerim.org/uploads/File/trythis/try_this_4.pdf
60. Santrock. 2003. *Perkembangan Masa Hidup Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.

61. World Health Organization, 1989. *Batasan Lanjut Usia*. USA
62. Jette AM, Davies AR, et al. *The Functional Status Questionnaire: Reliability and validity when used in primary care*. J Gen Intern Med. 1986; 1: 143-149.
63. Sherbourne CD, Stewart AL. *The MOS social support survey*. Soc. Sci. Med. 1991; 32 (6): 705 –714.
64. Saryono. 2009. *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press.
65. Badan Pusat Statistik. 2015. *Statistik Penduduk Lanjut Usia Tahun 2014 Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional*. [cited 2016 Mar 25]. Diunduh dari : http://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber_Daya_Manusia_dan_Kebudayaan/Statistik%20Penduduk%20Lanjut%20Usia%20Indonesia%202014.pdf
66. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. [cited 2016 September 30]. Diunduh dari:<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf>.
67. Untarini, Nindria. 2011. *Pemberdayaan Lansia Melalui Aktivitas Kognitif dan Aktivitas Sosial Sebagai Upaya*

- Mengatasi Kondisi Fisik dan Psikologis*. [cited 2016 September 30]. Diunduh dari : <http://ejournal.unesa.ac.id/article/13642/107/article.pdf>.
68. Simanjuntak, Paulina, Achmad. 2012. *Desain Alat Bantu Mobilitas Pengguna Lanjut Usia Untuk Bearktivitas di Tempat Umum*. Jurnal Tingkat Sarjana bidang Senirupa dan Desain. [cited 2016 September 30]. Diunduh dari : <http://jurnal-s1.fsrtd.itb.ac.id/index.php/product/article/viewFile/89/78>.
69. Kusumowardani, Andreany, Aniek. 2014. *Hubungan Antara Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia di Desa Sobokerto Kecamatan Ngemplak Boyolali*. [cited 2016 Oktober 1]. Diunduh dari : <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/download/93/83>.
70. Riannisa, Bayu, Mamat, Nur. 2012. *Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia di Kelurahan Babakan Sari Wilayah Kerja Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung*. [cited 2016 Oktober 1]. Diunduh dari : <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/download/847/893>.
71. Indriana, Yeniar. 2003. *Perbedaan Kepuasan Hidup Orang Lanjut Usia Pria dan Wanita*. [cited 2016 Oktober 1]. Diunduh dari : <http://eprints.undip.ac.id/21750/1/636-ki-fk-04-a.pdf>.

72. Gillespie, K. 2011. *Factor Determining Quality Of Life Perception Of The Elderly Residing In A Nursing Home And Assisted Living Facility*. Medical Sciences: Gerontology And Geriatrics.
73. Saputri, Meta, Endang. 2011. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah*. [cited 2016 Oktober 21]. Diunduh dari : <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/2910/2592>.
74. Wulandari, Ayu. 2011. *Kejadian dan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia : Studi Perbandingan di Panti Wreda dan Komunitas*. [cited 2016 Oktober 21]. Diunduh dari : http://eprints.undip.ac.id/32877/1/Ayu_Fitri.pdf.
75. Stuart, G.W. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta : EGC
76. Rachman, Abdur. 2013. *Perbedaan Kepuasan Hidup Lansia Pada Kelompok Pensiunan Dosen UNNES Anggara Kasih & Non-Anggara Kasih*. [cited 2016 Oktober 21]. Diunduh dari : <http://lib.unnes.ac.id/18412/1/1550406008.pdf>

77. Relawati, A. (2010). Hubungan antara Tingkat Depresi dengan Interaksi Sosial pada Lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta. [*cited* 2016 September 20]. Diunduh dari : <http://etd.eprints.ums.ac.id>.