

## Hubungan Antara *Activity Of Daily Living* Dengan Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia

Aliyah<sup>1\*</sup>, Leya Indah Permatasari<sup>2</sup>, Rizaluddin Akbar<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Cirebon

<sup>2,3</sup>Dosen Universitas Muhammadiyah Cirebon

\*Email : liaaliyah116@gmail.com

### Kata kunci :

Lanjut usia, activity of daily living, kejadian depresi

### Keywords :

Elderly, activity of daily living, occurrence of depression

### Info Artikel:

#### Tanggal dikirim:

19 November 2024

#### Tanggal direvisi:

17 Desember 2024

#### Tanggal diterima :

30 Desember 2024

#### DOI Artikel:

10.33862/citradelima.v8i2.508

#### Halaman: 156-167

### Abstrak

Lanjut usia akan mengalami proses penuaan, pada proses ini akan mengalami akumulasi perubahan yang kompleks, terutama perubahan dalam kondisi fisik yang mana hal tersebut akan mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan *activity of daily living*, lansia dengan penurunan kemampuan *activity of daily living* akan mempengaruhi timbulnya depresi pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di Kelurahan Sumber. Jenis penelitian ini kuantitatif *non eksperimen* dengan rancangan pada penelitian ini *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 63 lansia yang ada di Kelurahan Sumber. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *barthel index* dan *Geriatric Depression scale* (GDS) yang telah di uji validitas dan reliabilitas dengan hasil hitung valid dan reliabel. Analisa data yang digunakan adalah *chi-square* dengan  $\text{sig} < 0,05$ . Diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ) yang diartikan bahwa  $H_0$  ditolak, artinya terdapat hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di Kelurahan Sumber. Terdapat hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di kelurahan Sumber. Memaksimalkan dukungan dan motivasi dari keluarga, agar dapat mengoptimalkan kemampuan diri dan meminimalkan ketergantungan terhadap orang lain atau menjaga kemandirian lansia dalam melakukan *activity of daily living*.

### The Relationship Between Activities of Daily Living And The Occurrence Of Depression In Elderly

### Abstract

Elderly individuals undergo an aging process characterized by the accumulation of complex changes, particularly physical changes, which can affect their ability to perform activities of daily living (ADL). A decline in ADL abilities among the elderly can contribute to the onset of depression. This study aims to determine the relationship between ADL and the incidence of depression among elderly individuals in Sumber Village. This research employs a non-experimental quantitative design with a correlational approach using a cross-sectional method. The study involved a sample of 63 elderly individuals residing in Sumber Village, selected through simple random sampling. Data were collected using the Barthel Index questionnaire and the Geriatric Depression Scale (GDS), both of which had been validated and proven reliable. Data analysis was conducted using the chi-square test with a significance level of  $< 0.05$ . The results showed a significance value of 0.000 ( $0.000 < 0.05$ ), indicating that the null hypothesis ( $H_0$ ) was rejected. This finding suggests a significant relationship between ADL and the incidence of depression among the elderly in Sumber Village. Strengthening family support and motivation is essential to help optimize the elderly's abilities, minimize their dependency on others, and maintain their independence in performing activities of daily living.

## PENDAHULUAN

Fenomena penuaan penduduk hampir seluruh dunia mengalami, dengan peningkatan jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia yang tinggal di hampir setiap negara (Badan Pusat Statistik, 2022). Menurut WHO di seluruh dunia terdapat 727 orang dengan usia  $\geq 65$  tahun pada tahun 2022 (Kemenkes, 2019). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), di negara Indonesia sendiri memiliki proporsi penduduk lanjut usia diperkirakan dengan persentase 11,75% di tahun 2023, meningkat 1,27% dari tahun 2022 yaitu sebesar 10,48%, dan persentase penduduk lanjut usia di Provinsi Jawa Barat sebesar 11,21% (Badan Pusat Statistik, 2023).

Penduduk yang berumur enam puluh tahun ke atas dianggap lanjut usia berdasarkan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon jumlah penduduk lanjut usia di kabupaten Cirebon tahun 2023 yang berusia  $\geq 60$  tahun sekitar 214,063 yang mana jumlah ini mengalami peningkatan dari jumlah lansia di tahun 2022 dengan total jumlah lansia 198,319 di wilayah kabupaten Cirebon. Ketika penduduk lanjut usia tetap sehat, aktif dalam kehidupan, dan produktif, manfaat dari populasi tersebut dapat dirasakan. Di sisi lain, jika banyak dari mereka menderita kondisi kesehatan yang memburuk dan tingkat kecacatan yang signifikan, maka peningkatan jumlah mereka mungkin akan menjadi beban (Badan Pusat Statistik, 2023).

Pada masa lansia akan mengalami namanya proses penuaan yang mana pada proses ini akan mengalami akumulasi perubahan yang kompleks, terutama melibatkan berbagai perubahan fisik multidimensional. Penduduk lanjut usia dipandang kurang produktif karena peningkatan risiko penyakit akibat penurunan status fungsional. Kemampuan dan perilaku aman lanjut usia untuk melakukan kegiatan sehari-hari berkorelasi dengan perubahan keadaan fungsionalnya (Khopipah *et al.*, 2023). Dimana secara fungsional kemampuan fisik lansia mengalami kemunduran, yang mana hal ini dapat mengakibatkan gangguan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, yang berarti meningkatnya ketergantungan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari terhadap pertolongan orang untuk melakukan hal tersebut.

*Activity of daily living* mempunyai peran penting dalam menentukan tingkat kemandirian seseorang lanjut usia. *Activity of daily living* adalah kegiatan untuk melakukan tugas-tugas harian yang rutin dan merupakan kegiatan utama dalam merawat diri sendiri

(Emeliana *et al.*, 2022). Ketika kesehatan seorang lansia baik, mereka dapat menangani aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain; Namun, ketika seorang lansia mengalami gangguan kesehatan, hal ini dapat membatasi kemandiriannya dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Dewi Wulandari & Estiningtyas, 2020).

Menurunnya kemandirian lansia menyebabkan meningkatnya kebutuhan akan bantuan orang lain untuk menyelesaikan taktivitas sehari-hari, hal tersebut menurunkan kualitas hidup dan berdampak buruk pada kesehatan lansia, oleh karena itu mempertahankan kompetensi dan kemandirian individu lanjut usia merupakan aspek penting untuk keberlangsungan hidup lansia (Motamed-Jahromi & Kaveh, 2021). Lansia yang bergantung untuk melakukan kegiatan sehari-hari karena berkurangnya fungsi tubuh hal itu akan membuat lansia mengalami depresi dikarenakan lansia tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari sendiri atau berkurangnya kapasitas untuk melakukannya (Citramas & Tadjudin, 2019). Serta belum beradaptasinya lansia dengan perubahan fungsional yang terjadi, hal itu menjadi salah satu penyebab lansia mengalami perubahan secara mental yaitu salah satunya depresi (Khopipah *et al.*, 2023).

Sekitar 8-15% lanjut usia di seluruh dunia menderita depresi, yang merupakan masalah kesehatan mental paling umum yang menimpa mereka (Khopipah *et al.*, 2023). Berdasarkan Riskesdas, (2018) di Indonesia 6,1% penduduk berusia  $\geq 15$  tahun sekitar 12 juta orang menderita depresi. Dan 7,75% penduduk Jawa Barat yang berusia  $\geq 15$  tahun menderita depresi, kemudian untuk tingkat kejadian depresi di Cirebon pada penduduk yaitu 3,05% dari keseluruhan total penduduk usia  $\geq 15$  tahun. Sedangkan untuk prevalensi tingkat terjadinya depresi di Jawa Barat jika sesuai dengan karakteristik usia, kategori usia 65-74 tahun memiliki total kejadian depresi 10,96%, dan usia  $\geq 75$  tahun yaitu dengan total depresi 10,50%, total kejadian depresi tersebut apabila dibandingkan dengan usia lainnya, lanjut usia memiliki total kejadian depresi paling besar di provinsi Jawa Barat.

Kejadian depresi pada lanjut usia jarang terdiagnosa dikarenakan sering diasumsikan sebagai proses penuaan yang terjadi pada lanjut usia (Rusman & Aminuddin, 2020). Apabila depresi tidak segera ditangani akan menyebabkan peningkatan risiko bunuh diri, dan penurunan kualitas hidup (Astuti *et al.*, 2023). Perempuan lebih sering mengalami depresi dibandingkan dengan laki-laki, dan usiapun menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi

(Novayanti *et al.*, 2020). Banyaknya transformasi yang dialami oleh lanjut usia seperti transformasi fisik, psikologis, finansial, serta spiritual yang mengganggu kualitas hidup lansia, seiring bertambahnya usia, orang lansia lebih mungkin mengalami depresi, dikarenakan hal tersebut (Nafsiah & Ramdhany, 2020).

Lanjut usia dengan depresi akan merasakan kesedihan yang berkelanjutan, hilangnya minat dan rasa senang, mengalami rasa bersalah dan tidak percaya terhadap diri sendiri, terganggunya nafsu makan dan pola tidur, serta menyebabkan kelelahan dan berkurangnya konsentrasi (Nareswari, 2021). Terapi yang diperlukan pada pasien depresi ketika obat antidepresan tidak bekerja dengan baik atau pasien tidak dapat meminum obatnya, beberapa psikoterapi seperti terapi kognitif, interpersonal, perilaku, keluarga, dan elektrokonvulsif (ECT) mungkin diperlukan untuk mengobati depresi (Pingkan *et al.*, 2019).

Penurunan fungsi tubuh yang membuat lansia memiliki keterbatasan dalam melakukan aktivitas seperti penurunan dalam aspek *activity of daily living* dan penurunan semangat lansia dalam menjalankan kehidupannya, ini dapat menyebabkan terjadinya depresi pada lansia (Khopipah *et al.*, 2023). Dapat disimpulkan dari keterangan di atas apabila *activity of daily living* pada lanjut usia menurun maka semakin tinggi resiko terkena depresi, dengan demikian mempertahankan kompetensi dan kemandirian lanjut usia untuk melakukan kegiatan *sehari-hari* sangat penting karena untuk menghindari terjadinya depresi lebih lanjut.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Khopipah *et al.*, (2023) mengenai Hubungan *activity of daily living* Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tersna Werdha Budi Luhur Jambi yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian pada lansia, maka semakin rendah pula tingkat depresi pada lansia. Sedangkan hasil yang sama didapatkan pada penelitian Rita Damayanti *et al.*, (2020) semakin tinggi aktivitas sehari-hari maka semakin rendah tingkat depresi pada lansia, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat aktivitas sehari-hari maka semakin tinggi tingkat depresi pada lanjut usia.

Didasarkan dari studi pendahuluan yang telah dilakukan didapatkan hasil dari wawancara oleh pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon menyatakan data jumlah kejadian depresi tahun 2023 yaitu 282 penderita depresi pada penduduk usia >15 tahun, dan jika sesuai dengan karakteristik usia, jumlah depresi yang terjadi pada usia >60 tahun yaitu 13 penderita depresi di kabupaten Cirebon. Berdasarkan hasil wawancara

didapatkan pula pernyataan bahwa tingkat kejadian depresi pada lansia jarang terdeteksi dikarenakan dianggap sebagai bagian dari proses penuaan, atau respon tubuh terhadap penyakit penyerta yang dialami oleh lansia. Temuan dari studi pendahuluan yang telah dilakukan, diperoleh jumlah lanjut usia yang berada di kelurahan wilayah kerja puskesmas Sumber, yaitu kelurahan Sumber memiliki jumlah lansia 889 dari total keseluruhan lansia di kelurahan Sumber. Jumlah tersebut lebih banyak dibandingkan dengan jumlah penduduk lanjut usia di kelurahan yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Sumber lainnya. Salah satu kelurahan lainnya yang ada di wilayah kerja puskesmas Sumber yaitu kelurahan Babakan dengan jumlah lansia 241.

Banyaknya jumlah populasi lansia di keluarahan Sumber tersebut akan berhubungan langsung dengan kualitas hidup dan kesehatan lansia yang ada di wilayah kelurahan tersebut. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan Handika, (2023) yaitu meningkatnya proporsi penduduk lanjut usia yang signifikan di Indonesia saat ini menambah dimensi baru pada epidemiologi kesehatan negara ini seiring dengan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, angka kesakitan juga meningkat, hal ini terkait dengan berbagai perubahan fisiologis yang terjadi pada tubuh yang menua. Menurut Kemenkes RI, (2016) dalam Ayuningsih *et al.*, (2023) tingginya jumlah lanjut usia dapat mempengaruhi banyak komponen pada lanjut usia seperti lingkup masyarakat, ekonomi, dan kesehatan, hal tersebut dikarenakan organ tubuh semakin menurun seiring bertambahnya usia akibat penyakit dan masalah kesehatan lainnya. Seiring bertambahnya jumlah penduduk lanjut usia, berbagai permasalahan pun muncul, salah satunya permasalahan yang dihadapi lansia yaitu meningkatnya resiko ketergantungan lansia (Andriyani, 2020).

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dan observasi yang dilaksanakan pada tanggal 22 Maret, 15 juni 2024 terhadap 28 orang lanjut usia di Kelurahan Sumber, serta di kelurahan Babakan. Didapatkan hasil wawancara dan observasi terhadap lansia di kelurahan Sumber yaitu 10 di antaranya masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan, mandi, mengurus diri, berpakaian, BAK, BAB, menggunakan kamar kecil, berpindah tempat, bergerak, serta naik dan turun tangga sendiri, sedangkan 5 lansia menunjukkan melakukan aktivitas naik turun tangga dan transfer memerlukan bantuan baik menggunakan alat bantu atau bantuan orang lain, serta 11 lansia membutuhkan bantuan alat bantu dalam melakukan

aktivitas naik turun tangga, dan 2 lansia tidak mampu dalam melakukan aktivitas naik turun tangga. Setelah di wawancara 11 lansia mengatakan takut akan hal buruk yang akan terjadi padanya, sering merasakan butuh bantuan, dan merasa dirinya tidak lebih baik dari orang lain, 7 lainnya merasa sering bosan, hampa atau kosong, dan tidak memiliki motivasi yang baik, dan 4 orang lanjut usia lebih memilih tinggal di rumah daripada pergi keluar dan melakukan apa pun, sedangkan 6 orang lanjut usia menyatakan ketidakpuasan terhadap kehidupan yang mereka jalani.

Berdasarkan hasil dari wawancara dan observasi dengan 28 lansia di Kelurahan Babakan yaitu 14 lansia masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari semuanya secara mandiri baik makan, mandi, perawatan diri, berpakaian, penggunaan toilet, mobilitas, dan kegiatan naik turun tangga, serta 7 lansia tidak mampu untuk kegiatan naik turun tangga, 4 lansia lainnya untuk kegiatan naik turun tangga membutuhkan alat bantu, 1 lansia untuk kegiatan transfer memerlukan bantuan kecil atau dibantu dengan satu orang, kegiatan naik turun tangga tidak mampu, sedangkan 1 lansia untuk aktivitas penggunaan toilet memerlukan bantuan tapi tidak penuh, aktivitas naik turun tangga tidak mampu, dan 1 lansia menalami ketergantungan berat dalam melakukan aktivitasnya seperti makan, mandi, penggunaan toilet, transfer, mobilitas, naik turun tangga. Dan setelah dilakukan wawancara 8 lansia tidak memiliki tanda gejala depresi, 9 lansia sering merasa bosan, merasakan sering membutuhkan bantuan, serta 6 lansia mengatakan lebih senang tinggal di rumah daripada keluar melakukan suatu hal, merasakan taku ada sesuatu yang buruk terjadi pada dirinya, dan 5 lansia merasa tidak memiliki harapan,

merasa tidak semangat, dan berfikir bahwa orang lain lebih baik dari dirinya.

Berdasarkan fenomena tersebut dan sejauh ini belum pernah dilakukan penelitian mengenai hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di Kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon. Maka penelitian ini penting dilakukan guna untuk mengetahui hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi lanjut usia di Kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif non-eksperimen dengan rancangan pada penelitian ini adalah korelasional yang mengkaji hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia, dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon dimulai dari tanggal 2 sampai 11 juli 2024. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 63 responden lanjut usia di kelurahan sumber. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple random sampling*. Untuk mengukur *activity of daily living* lansia menggunakan instrumen Barthel Indeks, sedangkan untuk mengukur kejadian depresi pada lansia menggunakan instrumen *Geriatric Depression Scale Short Form*. Analisa data dalam penelitian ini terdapat analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *chi-square* guna menganalisis hubungan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di Kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (N)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
Lanjut usia (60-74)	63	100
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	13	20,6
Perempuan	50	79,4
<b>Agama</b>		
Islam	63	100
<b>Status Perkawinan</b>		
Menikah	28	44,4
Janda	30	47,6
Duda	5	7,9
<b>Pendidikan</b>		

Tidak lulus SD	30	47,6
Lulus SD	25	39,7
Lulus SMP	1	1,6
Lulus SMA	4	6,3
Lulus perguruan tinggi	3	4,8
<b>Perkerjaan</b>		
Tidak berkerja	39	61,9
Pensiunan	6	9,5
Petani	1	1,6
Pedagang	14	22,2
Buruh	3	4,8
<b>Kondisi Kesehatan</b>		
Baik	25	39,7
Tidak baik	38	60,3

Tabel 1 menunjukkan responden pada penelitian ini ialah lansia berusia 60-74 tahun sebanyak 63 orang lanjut usia (100%). Sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 50 lansia (79,4%). Agama responden semuanya beragama islam yaitu sebanyak 63 orang lanjut usia (100%). Status perkawinan responden mayoritas janda sebanyak 30 orang (47,6%). Untuk Pendidikan responden mayoritas tidak lulus SD sebanyak 30 orang (47,6%). Serta pada status pekerjaan mayoritas responden tidak berkerja yaitu sebanyak 39 orang (61,9%). Dan status kondisi kesehatan para responden mayoritas dalam kondisi kesehatan tidak baik yaitu dengan jumlah orang 38 (39,7%).

**Tabel 2. Distribusi Activity Of Daily Living Pada Lanjut Usia**

<i>Activity of daily living</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Mandiri	30	47,6
Ketergantungan Ringan	28	44,4
Ketergantungan Sedang	4	6,3
Ketergantungan Berat	1	1,6
Ketergantungan Total	0	0
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan mayoritas lanjut usia dalam kategori *activity of daily living* mandiri dengan jumlah 30 orang lanjut usia (47,6%), serta ketergantungan ringan sebanyak 28 orang lanjut usia (44,4%), lalu ketergantungan sedang sebanyak 4 orang lanjut usia (6,3%), dan yang mengalami ketergantungan berat sebanyak 1 orang lanjut usia (1,6%).

**Tabel 3. Distribusi Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia**

Kejadian Depresi	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Depresi	35	55,6
Depresi Ringan	23	36,5
Depresi Sedang	3	4,8
Depresi Berat	2	3,2
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa lanjut usia dalam kategori tidak depresi yaitu sebanyak 35 lanjut usia (55,6%), serta 23 orang lanjut usia (36,5%) berada pada kategori depresi ringan, lalu untuk yang kategori depresi sedang sebanyak 3 orang lanjut usia (4,8%), dan terdapat 2 orang lanjut usia (3,2%) dalam kategori depresi berat.

**Tabel 4. Hubungan Antara *Activity Of Daily Living* Dengan Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia**

		Kejadian Depresi					r	p-value
		Tidak Depresi	Depresi Ringan	Depresi Sedang	Depresi Berat	Total		
<i>Activity Of Daily Living</i>	Mandiri	30	0	0	0	30	0,822	0,000
		100%	0%	0%	0%	100%		
	Ketergantungan Ringan	5	23	0	0	28		
		17,9%	82,1%	0%	0%	100%		
	Ketergantungan Sedang	0	0	3	1	4		
		0%	0%	75,0%	25,0%	100%		
	Ketergantungan Berat	0	0	0	1	1		
		0%	0%	0%	100%	100%		
Ketergantungan Total	0	0	0	0	0			
	0%				0%			
<b>Total</b>		35	23	3	2	63		
		55,6%	36,5%	4,8%	3,2%	100%		

Berdasarkan tabel 4 terdapat output *Chi-Square test* didapatkan hasil *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) maka hipotesis  $H_0$  ditolak, dan didapatkan tingkat koefisien kolerasi sangat kuat yaitu (0,822). Hal tersebut dapat diartikan adanya hubungan yang signifikan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon.

## Pembahasan

### *Activity of daily living* Lansia Kelurahan Sumber

Berdasarkan hasil analisis distribusi *activity of daily living* pada lanjut usia di kelurahan sumber Kabupaten Cirebon didapatkan bahwa mayoritas lansia dalam kategori mandiri dengan jumlah 30 orang lanjut usia (47,6%), maka dapat diketahui bahwa sebagian besar lansia di kelurahan Sumber masih mampu melakukan aktivitas sehari-harinya seperti makan, mandi, perawatan diri, berpakaian, penggunaan toilet, berpindah, mobilitas, serta naik turun tangga semua kegiatan tersebut dilakukannya secara mandiri. Hal ini searah penemuan yang dilakukan Safitri, (2023) yang mendapatkan hasil pengukuran *activity of daily living*, dari 99 responden memiliki *activity of daily living* secara mandiri dengan jumlah 53,5%, dikarenakan responden mayoritas adalah lanjut usia yang memiliki kondisi Kesehatan sehat, serta selalu menjaga kesehatannya.

Menurut teori Maryam (2011) dalam Prsilia Singal *et al.*, (2022) kemandirian ialah kemampuan individu untuk menyelesaikan aktivitas sehari-hari tanpa memerlukan pengawasan, pengarahan, atau bantuan pribadi yang masih aktif. Tingginya lansia yang masih mandiri dalam penelitian ini disebabkan oleh berbagai

faktor seperti kondisi kesehatan lansia yang masih baik, lingkungan tempat tinggal, serta usia lansia dalam penelitian ini masih dibawah 80 tahun. Hal tersebut sesuai yang dikatakan oleh Firdaus, (2020) yang menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi tingkat kemandirian lansia.

Serta berdasarkan hasil analisis diketahui tingkat *activity of daily living* lansia dengan kategori ketergantungan ringan sebanyak 28 orang lanjut usia (44,4%). Hasil tersebut searah penemuan yang didapatkan Wildhan *et al.*, (2022) bahwasannya lansia dengan kategori ketergantungan ringan berada pada urutan ke dua terbanyak frekuensinya setelah kategori lansia yang mandiri yaitu 20 lanjut usia (25%) yang berada pada kategori ketergantungan sedang. Dalam penelitian ini lansia yang mengalami ketergantungan ringan bergantung pada aktivitas seperti, naik turun tangga baik yang membutuhkan bantuan dengan menggunakan alat, atau tidak mampu sama sekali untuk melakukan naik turun tangga, berjalan dengan bantuan satu orang, namun untuk aktivitas lainnya lansia masih mampu untuk melakukannya secara mandiri.

Permasalahn di atas sesuai dengan teori Padila (2013) dalam Indrawan, (2019) yang menyatakan bahwa lansia termasuk dalam kategori ketergantungan ringan jika mampu melakukan sebagian besar aktivitas

sehari-hari tanpa dibantu orang lain, meskipun beberapa kegiatan memerlukan bantuan orang lain. Lansia yang mengalami ketergantungan ringan dalam penelitian ini mayoritas berada dalam kondisi kesehatan yang buruk. Lansia mandiri adalah seseorang yang berada dalam keadaan sehat atau cukup sehat untuk melakukan aktivitas secara mandiri atau tanpa bantuan (Emeliana *et al.*, 2022).

Didapatkan dari hasil penelitian ini 4 orang lanjut usia (6,3%) masuk ke kategori ketergantungan sedang dan 1 orang lanjut usia (1,6%) dalam kategori ketergantungan berat untuk kemampuan *activity of daily living*. Hasil penelitian tersebut selaras dengan temuan Wildhan *et al.*, (2022) menunjukkan bahwa 4 orang (5%) dalam tingkat ketergantungan sedang untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Temuan tersebut pula sesuai dengan hasil yang diperoleh Prisilia Singal *et al.*, (2022) yaitu lansia dalam kategori ketergantungan berat sebanyak 4 orang (3,4%) yang mana frekuensi kategori ketergantungan berat dalam penelitian tersebut merupakan total kategori paling sedikit yang dialami oleh para lansia.

Pada lansia dengan ketergantungan sedang, para lansia tersebut memiliki kondisi kesehatan yang tidak baik seperti mengalami *osteoarthritis*, *diabetes melitus*, asam urat, hipertensi dan memiliki riwayat jatuh. Serta pada 1 lansia yang mengalami ketergantungan berat lansia tersebut dalam kondisi kesehatan yang tidak baik yaitu mengalami stroke. Katika lansia dengan ketergantungan berat ia hanya dapat beraktivitas kecil dari sekian besar aktivitas sehari-harinya. Lansia dalam dengan ketergantungan sedang biasanya memerlukan bantuan seperti perawatan diri, berpakaian, berpindah, mobilitas, penggunaan toilet, dan sudah tidak mampu untuk melakukan aktivitas naik turun-tangga.

Hal tersebut sesuai hasil penelitian oleh Hurek *et al.*, (2019) bahwasannya lanjut usia dengan kondisi kesehatan buruk memungkinkan 2,938 kali lebih besar untuk mengalami ketergantungan ketika melakukan aktivitas dasar sehari-hari dibandingkan lansia dengan kondisi kesehatan yang baik. Menurut pendapat peneliti yang didasari oleh hasil penelitian dan teori ditemukan bahwa kondisi kesehatan dapat mempengaruhi tingkat kemandirian lansia untuk beraktivitas sehari-harinya. Adapun menurut Emeliana *et al.*, (2022) faktor usia, mobilitas, dan mudah jatuh merupakan hal yang dapat berpengaruh kepada kemandirian lanjut usia dalam berkegiatan sehari-harinya.

Berdasarkan teori tersebut didapatkan bahwa lansia yang mengalami ketergantungan sedang, dan ketergantungan berat dalam penelitian ini dikarenakan

mereka dalam kondisi kesehatan yang tidak baik atau sedang sakit, serta usia mereka yang sudah tidak lagi muda, mengalami hambatan mobilitas terkait penyakit stroke dan penyakit lain yang dialami oleh lansia tersebut, serta adanya riwayat jatuh terhadap salah satu lansia yang mana akan berdampak pada kemandirian lansia.

Menurut pendapat peneliti bahwa berdasarkan data dan teori yang telah ditemukan bahwa lansia yang mandiri ialah lansia yang dapat melakukan aktivitas sehari-hari seluruhnya dengan sendiri, sedangkan pada lansia dengan ketergantungan berat dalam memenuhi *activity of daily living* sebagian besar memerlukan bantuan dari orang lain. Selain itu, peneliti meyakini bahwa berbagai faktor, termasuk kesehatan lansia, dapat memengaruhi kemandirian mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari selain faktor usia.

Mengukur kemandirian lansia dalam kegiatan sehari-hari harus dilakukan karena dapat digunakan menilai tingkat ketergantungan lanjut usia, menentukan tingkat dukungan terhadap lansia, dan merencanakan intervensi perawatan jangka panjang. Ketergantungan yang terjadi pada lansia apabila dibiarkan akan menimbulkan gangguan pada sistem tubuh seperti mengalami penurunan kemampuan *activity of daily living* (Emeliana *et al.*, 2022). Seiring bertambahnya usia penduduk, lansia perlu memahami cara menjaga kesehatan yang baik dengan mempelajari penyakit yang berkaitan dengan lansia dan melakukan pencegahan melalui deteksi dini. Para lansia perlu menjaga kesehatan jasmaninya agar seiring bertambahnya usia ia dapat tetap terjaga kesehatannya sehingga dapat mempunyai kualitas hidup yang baik dan tetap menjaga kemandirian dalam berkegiatan sehari-hari (Ayuningtyas *et al.*, 2020).

### **Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Sumber**

Identifikasi kejadian depresi terhadap 63 lanjut usia di kelurahan Sumber digunakannya kuesioner *geriatric depression scale*. Hasil dari analisis distribusi frekuensi tentang kejadian depresi diketahui sebagian besar lansia tidak depresi dengan jumlah lansia 35 orang (55,6%). Hasil penelitian ini selaras dengan hasil temuan Antara *et al.*, (2022) mengenai gambaran tingkat depresi pada lansia yang tinggal dengan keluarganya di Desa Gamburi yang didapatkan hasil mayoritas orang lanjut usia tidak mengalami depresi yaitu 73%, dan sejalan juga dengan hasil penelitian Hermawati, (2023) yaitu didapatkan Sebagian besar lansia dalam kategori normal atau tidak depresi

sebanyak 38 orang (57,9%). Hal tersebut dikarenakan mayoritas lansia yang tidak depresi di Kelurahan Sumber masih mampu melakukan aktivitas sehari-harinya sehingga tidak membuat lansia merasakan jenuh, atau kosong serta mayoritas lansia pada penelitian bertempat tinggal di lingkungan sendiri dan tinggal bersama keluarga sehingga lansia tidak merasakan kesepian. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hindriyastuti & Safitri, (2022) bahwasannya tingkat kesepian dan depresi yang rendah terjadi karena seorang lansia masih aktif berkegiatan sehari-hari, dan jika lansia tidak mendapatkan dukungan dari orang yang dicintai dan lingkungannya lebih mungkin mengalami kesepian.

Berdasarkan hasil analisis pula didapatkan lanjut usia dengan kategori depresi ringan ialah 23 lanjut usia (36,5%). Temuan tersebut selaras dengan temuan Antara *et al.*, (2022) yang didapatkan bahwasannya lansia dengan kategori depresi ringan berada pada urutan ke dua terbanyak frekuensinya setelah kategori lansia tidak depresi yaitu sebanyak 44 orang lanjut usia (25,7%). Menurut Azizah (2011) dalam Djoar & Anggarani (2021) depresi ringan ditandai dengan hilangnya minat dan kesenangan, rendahnya energi yang menyebabkan kelelahan dan penurunan aktivitas, penurunan konsentrasi dan perhatian, serta mengalami penurunan harga diri atau kepercayaan diri. Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi dan analisa data dalam penelitian ini bahwasannya lansia dengan depresi ringan sudah meninggalkan banyak kegiatan yang disenangi, merasa kehidupannya kosong, merasa putus asa, percaya bahwa orang lain lebih baik keadaannya daripada dirinya, dan takut sesuatu yang buruk akan menimpa dirinya.

Hal tersebut dikarenakan lansia yang menderita depresi ringan memiliki kondisi kesehatan yang buruk sehingga membuat lanjut usia kesulitan untuk beraktivitas sehari-hari, karena hal tersebut mendapati lansia merasakan kosong atau bosan, merasa sering tidak berdaya, dan sudah banyak meninggalkan kegiatan yang disenangi. Kesehatan fisik yang menurun, seperti mengalami penyakit kronis dan mengalami penurunan fungsi fisik dapat meningkatkan resiko depresi pada lanjut usia (Arna *et al.*, 2024).

Didapatkan dari hasil uji analisis penelitian lanjut usia yang mengalami depresi sedang sebanyak 3 orang lanjut usia (4,8%), dan terdapat 2 orang lanjut usia (3,2%) yang mengalami depresi berat. Hasil uji tersebut selaras dengan temuan Antara *et al.*, (2022) yang didapatkan hasil 3 (1,8%) lanjut usia dengan kategori depresi sedang. Serta selaras dengan temuan Padaunan *et al.*, (2022) didapatkan hasil penelitian 2

orang lansia (3,6%) dengan tingkat depresi berat. Menurut Arna *et al.*, (2024) adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi yaitu kesehatan fisik yang menurun, faktor kehilangan, jenis kelamin, status ekonomi, isolasi sosial, faktor kognitif, dan faktor genetik.

Diketahui bahwa lanjut usia yang termasuk ke kategori depresi sedang dan depresi berat dalam penelitian ini semuanya berjenis kelamin perempuan. Menurut asumsi peneliti hal tersebut dikarenakan perempuan lebih cenderung memikirkan masalah apapun, memiliki perasaan yang lebih peka terhadap segala macam stresor, dan efek dari penurunan hormonal. Adapun sesuai dengan yang dikatakan oleh Miftaachul Muharrom, (2020) laki-laki tidak lebih beresiko mengalami depresi dibandingkan dengan wanita yang berkaitan dengan usia hal ini disebabkan oleh perubahan hormonal, dampak persalinan, stresor perilaku, psikososial, menopause, pengaruh lingkungan, dan depresi pada lanjut usia juga disebabkan stres yang dialami. Serta diketahui lanjut usia dengan depresi sedang dan depresi berat semuanya memiliki status perkawinan janda. Menurut asumsi penelitian lansia yang sudah tidak memiliki pasangan atau tinggal sendirian di rumah akan membuat lansia merasakan kesepian yang membuat dirinya lebih rentan mengalami depresi. Sesuai yang dikatakan oleh Hermawati, (2023) orang lanjut usia yang ditinggalkan oleh pasangannya dan hidup sendiri mempunyai risiko lebih tinggi terkena depresi.

Diketahui pula lanjut usia dengan depresi sedang dan depresi berat semuanya tidak berkerja. Menurut asumsi peneliti lansia yang sudah tidak berkerja atau sudah tidak memiliki pendapatan tetap membuat lansia beresiko mengalami depresi, hal tersebut sesuai dengan yang dikatakan oleh Hindriyastuti & Safitri, (2022) lansia yang tidak berkerja, tidak memiliki pendapatan yang dapat menunjang dirinya, dan pendapatan yang tidak teratur, rata-rata di bawah pendapatan minimum dapat menyebabkan depresi. Dan pada penelitian ini lanjut usia dengan depresi sedang dan depresi berat semuanya memiliki status kondisi kesehatan yang tidak baik atau dalam kondisi sakit, menurut asumsi peneliti lansia dengan kondisi sakit lebih beresiko tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan lansia yang sehat, hal tersebut sesuai yang dijelaskan oleh Ika Prihananto & Mudzakkir, (2023) yang mengatakan dibandingkan dengan individu yang tidak mengidap penyakit lanjut usia yang mengidap penyakit ini mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi.



Berdasarkan hasil pengukuran terhadap 3 lansia yang termasuk kedalam kategori depresi sedang diketahui bahwa para lansia ini sudah banyak melepaskan hobi dan kesenangannya, merasa hidupnya tidak ada artinya, sering merasa bosan, takut akan hal negatif yang menimpa dirinya, sering merasa tidak berdaya, dan lebih memilih tinggal di rumah daripada keluar rumah mengerjakan suatu hal, merasa tidak berharga, putus asa, dan percaya bahwa orang lain lebih baik dari diri sendiri. Adapun menurut Azizah (2011) dalam Djoar & Anggarani (2021) yang mengartikan depresi sedang ialah depresi yang ditandai dengan perasaan bersalah atau tidak berharga, kurangnya motivasi, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan aktivitas sosial atau pekerjaan rumah tangga.

Hasil pengukuran terhadap 2 lansia dengan depresi berat didapatkan lansia banyak meninggalkan aktivitas atau kesenangan, merasa hampa dalam hati, sering bosan, murung, takut terjadi sesuatu yang buruk, sering tidak berdaya, lebih memilih berdiam diri di rumah daripada mencoba hal baru, merasa mempunyai penderitaan hidup, tidak ada harapan, merasa tidak berharga saat ini, dan percaya bahwa orang lain lebih baik daripada diri mereka sendiri. Menurut Azizah (2011) dalam Djoar & Anggarani (2021) depresi berat ditandai dengan keadaan tertekan, cepat lelah dan kurang tenaga, menurunnya konsentrasi dan berpikir, pergerakan lambat, bahkan melakukan tindakan membahayakan diri sendiri, kondisi ini dapat menimbulkan resiko jatuh pada lansia.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori ditemukan, lansia tidak depresi terjadi karena lansia masih dapat mampu melakukan kegiatan yang diminatinya secara rutin, dan mendapatkan dukungan keluarga yang baik sehingga membuatnya rentan mengalami depresi. Dan menurut asumsi peneliti kondisi kesehatan lansia merupakan faktor yang dapat membuat lansia mengalami depresi yang mana apabila kondisi kesehatan lansia tidak baik maka dapat menurunkan kualitas hidup, dan mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan kegiatan yang diminati olehnya, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan resiko lansia mengalami depresi, karena membuat lansia merasa bosan, kosong, merasa tidak memiliki harapan dan perasaan lainnya.

Dikarena kurangnya kesadaran, depresi pada lansia seringkali diabaikan, akibatnya depresi pada lansia sering kali tidak terdiagnosis atau diobati, sehingga meningkatkan risiko bunuh diri dan menurunkan kualitas hidup (Astuti et al., 2023). Adapun perawatan yang diperlukan jika pengobatan tidak bekerja dengan

baik atau pasien tidak dapat meminumnya, psikoterapi seperti terapi kognitif, interpersonal, perilaku, keluarga, antidepresan, dan elektrokonvulsif (ECT) mungkin diperlukan untuk mengobati depresi. (Pingkan *et al.*, 2019). Depresi ringan dan sedang dapat ditangani hanya dengan psikoterapi, namun depresi berat memerlukan pengobatan.

### **Hubungan Antara Activity Of Daily Living Dengan Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia**

Dari output uji statistik *chi square* didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia, di peroleh *P-value* 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan didapatkan tingkat koefisien korelasi sangat kuat yaitu (0,822), dengan demikian menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak. Menurut Sumarsih, (2023) ketika kesehatan lansia memburuk dan kehilangan kemandirian untuk beraktivitas sehari-hari, mereka menjadi membutuhkan bantuan orang lain untuk beraktivitas sehari-hari, hal tersebut dapat membatasi keterlibatan sosial dan perasaan kesepian, yang dapat berdampak negatif secara signifikan terhadap kualitas kesehatan dan kesejahteraan mental, sehingga menyebabkan depresi, kecemasan, dan rendahnya harga diri.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Safitri, (2023) tentang Hubungan *Activity Of Daily Living* (Adl) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura. Hasil penelitian menunjukkan *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) maka hipotesis  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kartasura. Hal tersebut diperkuat oleh temuan Khopipah *et al.*, (2023) tentang Hubungan *Activity Of Daily Living* Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tersna Werdha Budi Luhur Jambi didapatkan hasil dari *kendall's tau* didapatkan *p-value* (0,000) dengan hubungan antar variable sedang ( $r = 0,453$ ).

Hasil temuan tersebut selaras dengan temuan Rita Damayanti *et al.*, (2020) tentang Hubungan *Activity Of Daily Living* (Adl) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia didapatkan hasil uji statistik *spearman rho* menunjukkan bahwa *p-value* ( $0,000 < 0,05$ )  $H_a$  diterima yang searah dengan tingkat korelasi cukup sedang (0,442). Sehingga dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara *Activity of Daily Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung. Lanjut usia yang

bergantung terhadap orang lain dalam beraktivitas sehari-hari karena berkurangnya fungsi tubuh mungkin akan mengalami depresi dikarenakan lansia tidak menyanggupi untuk melakukan tugas sehari-hari sendiri/berkurangnya kapasitas untuk melakukannya (Citramas & Tadjudin, 2019). Serta ketidakmampuannya menyesuaikan diri dengan perubahan fungsional yang terjadi, hal itu akan membuat lansia mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi (Khopipah *et al.*, 2023).

Berdasarkan temuan dan didukung oleh teori serta penelitian lain peneliti berasumsi bahwa *activity of daily living* dapat berperan dalam terjadinya depresi. Pada fase lanjut usia akan mengalami proses penuaan yang membuat berbagai macam perubahan dalam fungsi maupun bentuk tubuh para lanjut usia. Hal tersebut akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan, berdampak pada aspek kehidupan, serta melibatkan kemunduran fisik dan mental. Dampak dari berbagai macam perubahan yang terjadi berkorelasi terhadap kemampuan lanjut usia untuk berkegiatan sehari-hari dengan mandiri atau membuat kemampuannya untuk beraktivitas sehari-hari terganggu keadaan tersebut akan membuat lansia mengalami depresi, karena kemampuan lansia melakukan *activity of daily living* menurun atau tidak mampu melakukan *activity of daily living*.

Dengan demikian mempertahankan kompetensi dan kemandirian lansia dalam *activity of daily living* sangat penting karena untuk menghindari terjadinya depresi lebih lanjut. Hartanti *et al.*, (2022) mengatakan hal yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kemandirian yaitu lanjut usia dapat melakukan tugas sehari-harinya sendiri, bersosialisasi, energik, dan memiliki motivasi besar dalam kehidupan sehari-hari dapat membantu mencegah mereka terkena depresi terlalu cepat. Pernyataan tersebut diperkuat Fridolin *et al.*, (2022) yang mengatakan bahwa untuk meningkatkan kemandirian lanjut usia untuk melakukan aktivitas sehari-harinya *support* dan motivasi memiliki peranan khusus untuk mempertahankan kemandirian lanjut usia.

## SIMPULAN

Hasil analisis uji *Chi-Square test* menunjukkan bahwa *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai 0,05 (0,000 < 0,05), dan didapatkan tingkat koefisien korelasi sangat kuat yaitu (0,822), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *activity of daily living* dengan kejadian depresi pada lanjut usia di Kelurahan Sumber Kabupaten Cirebon. Disarankan orang terdekat lansia untuk memaksimalkan dukungan dan motivasi, agar dapat

mengoptimalkan kemampuan diri dan meminimalkan ketergantungan pada bantuan dan menjaga kemandirian lansia untuk melakukan *activity of daily living*, misal keluarga lansia dapat menemani lansia ketika ingin ke pelayanan kesehatan, menemani lansia untuk latihan aktivitas fisik seperti olahraga agar kemandirian lansia tetap optimal. Bagi perawat untuk dapat mengikuti kegiatan-kegiatan *workshop* atau seminar agar dapat meningkatkan pengetahuan mengenai depresi pada lansia atau *activity of daily living*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, W. (2020). Literature Review: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living. *Nursing Sciences Journal*, 4(2), 65-80. <https://doi.org/10.30737/nsj.v4i2.1019>
- Antara, I. M. Y., Putra, K. A. D., Yudhawati, N. S., & Putra, I. G. Y. (2022). Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Dengan Keluarga Di Desa Gumbrih. *Bali Health Published Journal*, 4 (1), 14-21. <https://doi.org/10.47859/bhbj.v4i1.83>
- Arna, Y. D., Kelabora, J., Ranti, I. N., Fione, R. V., Horhoruw, A., Asmanidar, Pariati, Firdaus, I., Shalessy, Y., Robert, D., Maimaznah, Sineke, J., Agusrianto, Manueke, I., Faisal, I., & Ezalina. (2024). *Bunga Rampai Lansia Dan Permasalahannya* (L. O. Alifariki (ed.); 1st ed.)
- Astuti, D. K., Megantari, S. H., Hapsari, G. C., & Putri, V. R. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terapi Reminiscence terhadap Penanganan Depresi pada Lansia. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), 501–507. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v5i1.2995>
- Ayuningsih, D., Ulfah, M., & Kurniawan, W. E. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Lansia Terhadap Pemanfaatan Posyandu Lansia Di Desa Pageraji. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(1), 52–57. <https://doi.org/10.51143/jksi.v8i1.364>
- Ayuningtyas, N. R., Mawarni, A., Agushyvana, F., & Djoko, N. R. (2020). Gambaran Kemandirian Lanjut Usia Activity Daily Living di Wilayah Kerja Puskesmas Pegandan Kota Semarang. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 10(1), 15–19. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jim/index>
- Badan Pusat, S. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022*. Badan Pusat Statistik. <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130000793585526528>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut*

- Usia 2023. Badan Pusat Statistik
- Citramas, N. L. P., & Tadjudin, N. S. (2019). Hubungan activity daily of living ( adl ) dengan tingkat depresi pada lansia di panti sosial tresna wreda budhi dharma bekasi. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 373–376. <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/3839>
- Dewi Wulandari, & Estiningtyas. (2020). Gambaran Kejadian Depresi Lansia Di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 11–17. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.842>
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. martha. (2021). *Geriatric 2* (P. Asadini (ed.); 1st ed.). Syiah Kuala University Press.
- Emeliana, Purba, P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). HealthCaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *HealthCaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 1 (1) 27–35. Doi : 10.47709/healthcaring.v1i1.1320
- Firdaus, R. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Status Anemia dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Relationship of Age, Gender and Anemia Status with Cognitive Function in the Elderly. *Faletehan Health Journal*, 7(1), 12–17. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i1.97>
- Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 381–389. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss2.1227>
- Handika, D. (2023). Hubungan tingkat activityofdailyliving (adl) dengan kualitas tidur pada lansia di pstw sabai nan aluih sicincin padang pariaman tahun 2023, *Skripsi*. <http://repository.stikesalifah.ac.id/id/eprint/533/>
- Hartanti, I., Haniyah, S., & Kumala Dewi, F. (2022). Hubungan Depresi dengan Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activities of Daily living (Literature Review). *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 36–46. <https://doi.org/10.35960/snppkm.v2i1.1077>
- Hermawati, E. (2023). Gambaran Tingkat Depresi Lansia Di Dusun Gedangan, Hargomulyo, Gedangsari. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6(1), 618–624. <http://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/a>
- rticle/view/2093
- Hindriyastuti, S., & Safitri, F. (2022). Hubungan Kesepian dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Geritan Kecamatan Panti. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 9(2), 110–126. <http://jurnal.akperkridahasuda.ac.id>
- Hurek, R. K. K., Setiaji, B., & Suginary. (2019). Determinan Kemandirian Lansia dalam Melakukan Basic Activity Daily Living ( BADL ) Di Wilayah Kerja Puskesmas Balauring Kec . Omesuri Kab . Lembata-NTT tahun 2018. *Info Kesehatan*, 9(1), 71–81. <https://jurnal.ikbis.ac.id/index.php/infokes/article/view/36>
- Ika Prihananto, D., & Mudzakkir, M. (2023). Hubungan Kondisi Sakit Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia. *Jurnal Edunursing*, 7(1), 22-28 <http://journal.unipdu.ac.id>
- Indrawan, I. W. (2019). Tingkat ketergantungan lansia di panti sosial tresna werdha (pstw) wana seraya Denpasar. *Skripsi*. [https://Repository.Itekes-Bali.Ac.Id/Medias/Journal/I\\_Wayan\\_Indrawan.Pdf](https://Repository.Itekes-Bali.Ac.Id/Medias/Journal/I_Wayan_Indrawan.Pdf)
- Kemenkes, R. (2019). *Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khopipah, N., Mekeama, L., & Kamariyah. (2023). Hubungan Activity Of Daily Living (Adl) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tersna Werdha Budi Luhur Jambi. *Jurnal Ners*, 7 (2), 1782-1787 <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16851>
- Miftaachul Muharrom, M. D. (2020). Hubungan Usia , Jenis Kelamin , Aktivitas Fisik terhadap Depresi pada Lansia di Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1359–1364. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1182>
- Motamed-Jahromi, M., & Kaveh, M. H. (2021). Effective Interventions on Improving Elderly's Independence in Activity of Daily Living: A Systematic Review and Logic Model. *Frontiers in Public Health*, 8(2), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.516151>
- Nafsiah, S., & Ramdhany, I. (2020). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan tingkat depresi pada lansia di posyandu lansia wilayah kerja puskesmas Wonorejo Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(2), 2–5. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1094/404>
- Nareswari, P. J. (2021). Depresi Pada Lansia : Faktor Resiko, Diagnosis Dan Tatalaksana. *Jurnal*

- Medika Hutama*, 2(2), 1–58.  
<https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/136/83>.
- Novayanti, P. E., Mateus Sakundarno Adi, & Widyastuti, R. H. (2020). Tingkat Depresi Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 117–122.  
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5536/pdf>
- Padaunan, E., Pitoy, F. F., & Naj Joan, L. J. (2022). Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Nutrix Journal*, 6(1), 9-13.  
<https://doi.org/10.37771/nj.vol6.iss1.784>
- Pingkan, R., Berawi, K. N., Budiarto, A., & Mutiara, U. G. (2019). Efektivitas Olahraga sebagai Terapi Depresi. *Jurnal Majority*, 8 (2), 240–246.  
[https://www.academia.edu/81591261/Efektivitas\\_Olahraga\\_sebagai\\_Terapi\\_Depresi](https://www.academia.edu/81591261/Efektivitas_Olahraga_sebagai_Terapi_Depresi)
- Prisilia Singal, C., Jaata, J., Effendy, E., & Amir, S. (2022). Hubungan Activity Of Daily Living (ADL) Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Diposyandu Lansia. *Nursing Inside Community*, 5(1), 16–22.  
<https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/1233/756>
- Riskesdas. (2019). Laporan Riskesdas Provinsi Jawa Barat 2018. In *Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). <https://litbang.kemkes.go.id>
- 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), 20-29  
<https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v3i2.5087>
- Safitri, U. H. (2023). Hubungan activity of daily living (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di wilyayah kerja puskesmas Kartasura. *Skripsi*, <https://eprints.ums.ac.id/27211/>
- Sumarsih, G. (2023). *Fungsi Spiritual Untuk Mengatasi Kesepian Lansia* (B. Hernowo (ed.); 1st ed.). CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Wildhan, R. Y., , Rivian Virlando Suryadinata, I. B., & Artadana, M. (2022). Hubungan Tingkat Activity Daily Living (Adl) Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Kota Ternate. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 11(1), 42–48.  
<https://doi.org/10.32763/juke.v15i1.547>