



**HUBUNGAN TINGKAT KESEPIAN DENGAN KEJADIAN DEPRESI DI DESA  
LEYANGAN KECAMATAN UNGARAN TIMUR KABUPATEN SEMARANG**

**ARTIKEL**

**Oleh :  
RISDIANTO  
010115A103**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
UNGARAN  
2019**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Artikel Berjudul :**  
**HUBUNGAN TINGKAT KESEPIAN DENGAN KEJADIAN DEPRESI DI DESA**  
**LEYANGAN KECAMATAN UNGARAN TIMUR**  
**KABUPATEN SEMARANG**

Disusun oleh :  
RISDIANTO  
010115A103

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Juli 2019

**Pembimbing Utama**

Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0612067804

# HUBUNGAN TINGKAT KESEPIAN DENGAN KEJADIAN DEPRESI DI DESA LEYANGAN KECAMATAN UNGARAN TIMUR KABUPATEN SEMARANG

Risdianto

Fakultas Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo  
Jln. Diponegoro No. 186 Ungaran Timur Kab. Semarang-50512

[risdianto1010@gmail.com](mailto:risdianto1010@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Masa lansia sering diidentikkan dengan masa penurunan dan ketidakberdayaan. Lansia harus menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan, membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, karena perubahan-perubahan tersebut. Perubahan tersebut seperti pensiun, kematian pasangan, kebutuhan merawat pasangan, dan penyakit atau ketidakmampuan fisik. Mayoritas lansia akan rentan mengalami depresi. Depresi suatu kombinasi dari perasaan termasuk kesedihan, rasa marah, tidak berharga, putus asa, agitasi, rasa bersalah dan perasaan kesepian.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan tingkat kesepian dengan kejadian depresi di desa leyanan kecamatan ungaran timur kabupaten semarang

**Metode :** Desain penelitian ini *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini berjumlah 99 lansia dengan jumlah sampel sebanyak 50 menggunakan metode *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner UCLA dan GDS. Analisis bivariant menggunakan uji *chi square*

**Hasil :** Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang dengan uji *chi square* nilai p value  $0,000 < (\alpha = 0,05)$

**Saran :** Diharapkan lansia bisa meningkatkan kebutuhan spiritual yang belum terpenuhi dengan kegiatan rutin pengajian atau dengan berkumpul bersama anggota keluarga atau teman sebaya untuk saling interaksi dan bertukar pikiran.

**Kata kunci :** kesepian, depresi

**Kepustakaan :** 46 (2005 – 2019)

# THE CORRELATION BETWEEN LONELINESS LEVEL AND DEPRESSION IN LEYANGAN VILLAGE, EAST UNGARAN TIMUR DISTRICT, SEMARANG REGENCY

## ABSTRACT

**Background** : The period of the elderly is often identified with the period of declining and helplessness. Elderly people must adjust to the decline in strength and health, adjust to the death of a partner, form a satisfying arrangement of physical life, caused by these changes, such as retirement, partner's death, partner's caring needs, and physical illness or disability. The majority of the elderly will be prone to depression. Depression is a combination of feelings including sadness, anger, worthlessness, despair, agitation, guilt and feelings of loneliness.

**Objective**: To know the correlation between loneliness level and depression in leyangan village, ungaran timur district, semarang regency

**Method** : The design of this study was descriptive correlation with cross sectional approach. The population of this was 547 respondents with the total samples of 85 respondents using *purposive sampling*. Instrumen used a questionnaire of UNCLA and GDS. The data analysis of Bivariant used *Chi Square*.

**Results** : There was a correlation between the level of loneliness and the level of depression in the elderly in Leyangan Village, Ungaran Timur, Semarang Regency with the chi square test, getting the *p value*  $0,000 < 0,05$ , low loneliness 36 respondents (42.4%) and not depressed (37.6%)

**Suggestion**: It is expected that the elderly can increase spiritual needs that have not been fulfilled by going routine recitation activities or by gathering with family members or peers to interact and exchange ideas

**Keywords** : loneliness, depression

## PENDAHULUAN

Masa lanjut usia merupakan tahap terakhir dari tahapan perkembangan manusia. Dalam masyarakat, masa lansia sering diidentikkan dengan masa penurunan dan ketidakberdayaan. Proses menua ditandai dengan terjadinya berbagai perubahan atau regresi (penurunan fungsi), antara lain perubahan fisik, psikologis, dan social (Aanestad, 2013).

Tugas perkembangan yang harus dilalui lansia yaitu lansia harus menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan, membentuk pengaturan kehidupan fisik

yang memuaskan. Dengan adanya perubahan-perubahan tersebut, mayoritas lansia akan rentan mengalami depresi (Astuti, 2010).

Depresi pada lanjut usia disebabkan oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Lebih dari 20% lansia berusia 60 tahun atau lebih menderita gangguan mental atau neurologis dan 6,6% dari semua gangguan pada usia 60 tahun disebabkan oleh gangguan neurologis dan mental. Gangguan mental pada populasi lansia mencapai 17,4%. Gangguan mental dan neurologis yang paling umum pada kelompok usia ini adalah demensia dan depresi, yang masing-masing mempengaruhi sekitar 5% dan 7%

populasi dunia yang lebih tua (Aylaz, 2012).

*World Health Organization* (2012) menyebutkan bahwa terdapat 100 juta kasus depresi setiap tahunnya. Berdasarkan data Riskesdas 2015 prevalensi nasional gangguan depresi mencapai 35% dan perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi. 37%.

Gangguan depresi pada umumnya dicetuskan oleh peristiwa hidup tertentu. Kenyataannya peristiwa hidup tersebut tidak selalu diikuti oleh depresi, hal ini mungkin disebabkan karena adanya faktor-faktor lain yang ikut berperan mengubah atau mempengaruhi hubungan tersebut. Jarang terjadi bahwa depresi disebabkan oleh satu faktor saja, tetapi lebih sering disebabkan oleh berbagai faktor yang berinteraksi dalam berbagai kombinasi sehingga menciptakan suatu kondisi tertentu yang berpengaruh terhadap tinggi rendahnya dan frekuensi depresi (Namora, 2009).

Tahap perkembangan Erikson menyebutkan bahwa lansia berada pada fase integritas, namun jika perkembangan tersebut tidak tercapai maka akan muncul masalah keputusasaan. Fase integritas secara psikologis merupakan fase saat individu melakukan tinjauan hidup (*life review*) dan evaluasi terhadapnya yang merefleksikan pada pengalaman kehidupan seseorang, menafsirkan, dan selalu menafsirkan perubahan hidup (Santrock, 2013).

Gejala depresi seringkali dihubungkan dengan masalah medis dalam proses penuaan, bukan sebagai tanda dari depresi itu sendiri (Mitchell, 2013). Data prevalensi depresi di Indonesia sangat bervariasi. Umumnya angka kejadian depresi pada lansia dua kali lipat lebih tinggi daripada orang dewasa (Alexopoulos dalam Prabhaswari, 2015).

Kesepian sendiri diartikan sebagai *loneliness* dalam bahasa Inggris, yang berarti suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh

adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain (Bruno, dalam basuki 2017 ). Menurut Peplau & Perlman (dalam Tiikkainen dan Heikkinen, 2010) memandang kesepian adalah perasaan yang tidak menyenangkan dengan merangsang kecemasan subjektif, sehingga pengalaman yang dirasakan adalah hasil dari hubungan sosial yang tidak memadai.

Ada sebagian lanjut usia yang tinggal sendiri akan tetapi tidak mengalami kesepian karena memiliki aktivitas sosial yang masih tinggi, sedangkan sebagian lainnya dapat saja mengalami kesepian meskipun berada di lingkungan yang banyak orang (Setiawan, 2016). Menurut Rosmanawati (2009) kesepian yang lansia alami dikarenakan kurangnya perhatian dari keluarga karena kesibukan sehingga lansia tidak mendapatkan perhatian dan perawatan dari keluarga dan kurangnya jaringan sosial di masyarakat sekitar lansia.

Menurut hasil penelitian Sari (2016) menyatakan adanya hubungan yang rendah/lemah tapi pasti antara kesepian dengan depresi pada lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung. Hasil lain dari penelitian oleh Umah (2014) menyatakan bahwa ada hubungan antara kesepian dengan tingkat depresi pada lansia dengan tingkat korelasi sedang, dan sebagian besar lansia yang mengalami depresi berjenis kelamin perempuan karena koping yang dimiliki oleh perempuan lebih rendah dari pada laki-laki.

Dari hasil studi pendahuluan pada bulan maret di Desa Leyangan terdapat 8 lansia yang terindikasi depresi dengan gejala merasa mudah tersinggung, murung, merasa sedih, tidak bisa tidur nyenyak, dan pada hasil wawancara dengan menggunakan GDS (*Geriatric Depression Scale*), terdapat 5 lansia mengalami depresi ringan dengan

hasil tidak puas dengan kehidupan, sering merasa bosan, kadang merasa tidak berharga, merasa sering tidak berdaya, dan tidak bersemangat. Dan 3 lansia mengalami depresi sedang. Dari 8 lansia tersebut lansia di antaranya 6 lansia mengalami kesepian ringan dan 2 lansia lainnya mengalami kesepian sedang.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti “ hubungan tingkat kesepian dengan kejadian depresi di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang”.

Tingkat Kesepian	Frekuensi	Persentas e
Tidak kesepian	10	20.0
Kesepian rendah	28	56.0
Kesepian sedang	12	24.0
Kesepian berat	0	0,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Juni 2019 – 21 Juni 2019 di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang. Penelitian ini menggunakan rancangan *deskriptif korelatif*, dengan desain *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang di RW 6 yaitu 99 lansia. Sampel dalam penelitian berjumlah 50 responden. Teknik pengampilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*.

Dalam penelitian ini ada 2 variabel yaitu tingkat kesepian (Independen) dan kejadian depresi (dependen). Kuesioner kesepian menggunakan *University California of Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale Version 3*, sedangkan tingkat depresi menggunakan *Geriatric depression scale (GDS)*. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi Square*.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Tabel 4.1 Tingkat kesepian pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Berdasarkan tabel 4.1. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kesepian rendah yakni sebanyak 28 orang (56,0%).

#### Tabel 4.2. Tingkat depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Tingkat depresi	Frekuensi	Persentase
Normal	19	38.0
depresi ringan	23	46.0
depresi sedang	8	16.0
Kesepian berat	0	0,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak mengalami depresi yakni sebanyak 23 orang (46,0%).

#### Tabel 4.3. Hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa lansia yang tidak mengalami kesepian secara keseluruhan tidak mengalami depresi yaitu sebanyak 10 responden (100%), lansia yang mengalami kesepian ringan lebih banyak mengalami depresi ringan dibanding tidak depresi yakni tidak depresi 9 orang (32,1%) dan depresi ringan yakni 19 orang (67,9). Sedangkan lansia dengan kesepian sedang sebagian besar mengalami depresi sedang yakni sebanyak 8 orang (66,7%) dibandingkan depresi ringan yakni 4 orang (33,3%) dan tidak ada yang mengalami kesepian berat serta depresi berat.

Hasil uji *Kolmogorov Smirnov* didapatkan nilai  $p$   $0,006 < \alpha = 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang .

## PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Tingkat kesepian pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Kesepian rendah yang terjadi pada lansia karena lansia masih mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari keluarga, dinyatakan bahwa lansia masih tinggal bersama keluarganya. Menurut penelitian Djumaira (2019) faktor yang mempengaruhi kesepian antara lain status pernikahan, pendidikan, jumlah anak, dukungan keluarga, spiritual dan depresi.

Banyak lansia yang tidak memiliki pasangan hidup, namun lansia tersebut masih tinggal bersama keluarganya, dan masih mendapatkan kasih sayang serta perhatian dari keluarganya. Faktor yang memicu dari kesepian adalah berakhirnya suatu hubungan (kematian, perceraian, putus cinta serta perpisahan secara fisik), faktor kualitas dari hubungan sosial yang rendah dan lingkungan kehidupan yang berubah (Ratna, 2017).

Lansia yang tinggal dikomunitas menyatakan tidak mempunyai masalah atau hambatan dengan kehidupan sosialnya. Kontak sosial mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia, yaitu semakin tinggi kontak sosial lansia maka tingkat kesepian akan semakin rendah (Wibowo & Rachma, 2014).

### 2. Gambaran kejadian depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Gejala utama dari depresi yaitu afek depresi, menurunnya minat dan rasa bahagia, menurunnya energi, mudah lelah, menurunnya aktivitas (Maslim, 2013). Banyak faktor yang melatar belakangi responden mengalami depresi. Menurut Sambuari (2012) faktor dari depresi yaitu faktor psikologis, psikososial, budaya, jenis kelamin, usia dan status perkawinan.

Menurut Amir (2010) menyebutkan perempuan lebih sering mengalami depresi karena perempuan lebih sering terpajan dengan stres lingkungan dan memiliki tingkat ambang stresor lebih rendah dari laki-laki. Perempuan memiliki risiko dua kali lebih besar mengalami depresi, hal ini diduga karena perempuan mempunyai permasalahan yang kompleks seperti faktor biologis, psikologis, dan juga kemungkinan faktor genetik (Setyaningsing, 2011).

Selain itu adanya depresi karena berkaitan dengan keseimbangan hormon. Ketidakseimbangan hormon dapat terjadi pada wanita yang mengalami menopause atau pasca melahirkan. Menopause yang terjadi dapat memengaruhi keadaan psikologis pada wanita seperti mudah tersinggung, cepat marah, merasa tertekan, merasa tidak berguna, mudah lupa, dan dapat mengalami depresi ringan pada masa perubahan hormonal ini (Kurniawan, 2016).

### 3. Hubungan antara tingkat kesepian dengan kejadian depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Rasa kesepian lansia semakin tinggi maka tinggi pula tingkat depresi yang dialami dan sebaliknya semakin rendah rasa kesepian maka kecenderungan depresi yang dialami semakin rendah pula.

Depresi pada lansia merupakan perpaduan interaksi yang unik dari berkurangnya interaksi sosial, kesepian, masalah sosial ekonomi, perasaan rendah diri karena penurunan kemampuan diri, kemandirian, dan penurunan fungsi tubuh, serta kesedihan ditinggal orang yang dicintai, faktor kepribadian, genetik, dan faktor biologis penurunan neuron-neuron dan neurotransmitter di otak (Sari, 2016)

Tingginya stressor dan peristiwa-peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan dapat menimbulkan kemungkinan lanjut usia mengalami kecemasan, kesepian, sampai pada tahap depresi (Wirasto, 2007).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rosmanawati (2009) yang menyatakan ada hubungan antara kesepian dengan depresi pada lansia di RW V Kebrokan Kelurahan Pandeyan Kecamatan Umbulharjo V Yogyakarta tahun 2009. Hal yang sama Sari (2016) ada hubungan yang signifikan kesepian dengan depresi pada lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan dari penelitian ini, yaitu:

1. Tingkat kesepian pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang sebagian besar tingkat kesepian rendah 28 responden (56%)
2. Tingkat depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang sebagian besar tingkat depresi ringan 23 responden (46%)
3. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan tingkat

depresi pada lansia di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang dengan uji chi square nilai  $p\text{ value } 0,006 < 0,$

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang ada, maka penulis memberikan beberapa rekomendasi berupa saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan lansia bisa meningkatkan kebutuhan spiritual yang belum terpenuhi dengan kegiatan rutin pengajian atau dengan berkumpul bersama anggota keluarga atau teman sebaya untuk saling interaksi dan bertukar pikiran. Aplikasi Lawan Roma ini dapat digunakan oleh perawat dan tenaga kesehatan dalam memberikan tindakan promosi kesehatan terkait kesehatan reproduksi sebagai salah satu bentuk pemberian intervensi dengan pendekatan teknologi.
2. Diharapkan bisa lebih aktif untuk memperhatikan dan memberikan dukungan serta melakukan pendampingan agar lansia tidak mengalami kesepian dan depresi, selain itu keluarga juga harus mendorong lansia agar bisa melakukan kegiatan dan interaksi dengan lingkungan sekitar

## DAFTAR PUSTAKA

- Aanestad, M., dan Bratteteig, T. (2013). *Nordic Contributions in IS Research*. (Eds.). New York: Springer.
- Astuti, V.W. (2010). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Posyandu Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri. *Jurnal Stikes RS Baktis Kediri*. Vol. 3 no. 2
- Aylaz.,R. et al.(2012). *Relationship Between Depression And Loneliness In Elderly And Examination Of Influential*

Factor. Archives Of Gerontology And Geriatrics. Volume 55 .Pg 548-554

Basuki.,Wasis. Faktor-Faktor Penyebab Kesepian Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Norwana Puri Kota Samarinda.E-journal Psikologi,4(1),2015:713-730

Djumaira.,isra.(2019). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kesepian Pada Lansia Di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2019

Maslim, Rusdi. (2013). Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III dan DSM-V. Cetakan 2 – Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Unika Atma Jaya. Jakarta: PT Nuh Jaya

Mitchell, A.J.( 2013). Prognosis of depression in old age compared to middle age: A systematic review of comparative studies. The American Journal of Psychiatry, 162(9):1588-1601.

Namora.,Lumongga.(2009). Depresi: Tinjauan Psikologis.Jakarta: Kencana Prenada media group

Rosmanawati.,Maya.(2009). Hubungan Kesepian Dengan Depresi Pda Lanjut Usia Di RW V Kebroan Keluaraha Padeyan Skecamatan Umbulharjo V Yogyakarta

Sari.,Gustina.(2016). Hubungan Keseian Dengan Depresi Pada Lansia Di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung Tahun 2016. Skripsi.Program Studi Ners.Stikes Bhakti Kencana Bandung

Setiawan.,Budi.,Arif.(2016).Pengaruh Pelatihan Pancacara Temuan Makna Terhadap Penurunan Depresi Pada Lanjut Usia.Tesis.Program Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi.Universitas

Muhammadiyah Surakarta

Wirasto, R.T.(2007). Bobot Pengaruh Faktor-faktor Sosiodemografis Terhadap Depresi pada Lansia di Kota Yogyakarta. Laporan Penelitian. Fakultas