

Adaptasi Psikososial Lansia Perbandingan Depresi Di Rumah Dan Panti Sosial Manado

Psychosocial Adaptation of Older Adults: A Comparison of Depression at Home and in Social Care Institutions in Manado

Cindy Marcela Solung¹, Annastasia Sintia Lamonge², Cornelia Fransiska Sandehang³, Pamela Debora Shelomitha Rawung⁴
Rachel Pondaag⁵, Venanda Eutjaurau⁶, Reiva Runtu⁷, Devota Sainyakit⁸, Jutina Omabak⁹, Marvela Turambi¹⁰, Jeremia
Salainti¹¹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado

* Corresponding Author: alamonge@unikadelasalle.ac.id

Received: 25 November 2025

Received in revised: 01 Desember 2025

Accepted: 20 Desember 2025

Available online: 31 Desember 2025

Abstract

Older adults are a vulnerable group prone to health problems, including depression as a common psychological disorder. Living environment may influence depression levels through differences in social and emotional support. The aim of this study was to identify differences in depression levels among older adults living at home and those residing in Senja Cerah Nursing Home in Manado. A comparative design with a cross-sectional approach was applied. The sample consisted of two groups, older adults living at home and those in the nursing home, selected using purposive sampling. The instrument used was the Geriatric Depression Scale (GDS). The findings revealed variations in depression levels between the two groups, with nursing home residents tending to show higher levels of depression compared to those living at home. Family support, social interaction, and environmental conditions were significant factors influencing these differences. In conclusion, living arrangements affect depression levels among older adults, highlighting the need for social support-based interventions to improve their psychological well-being.

Keywords: Depression, Older Adults, Nursing Home, Home

Abstrak (Indonesian)

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan, termasuk depresi sebagai salah satu gangguan psikologis yang sering muncul. Lingkungan tempat tinggal dapat memengaruhi tingkat depresi lansia melalui perbedaan dukungan sosial dan emosional. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di rumah dan lansia yang tinggal di Panti Werdha Senja Cerah Manado. Penelitian menggunakan desain komparatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel terdiri dari dua kelompok, yaitu lansia yang tinggal di rumah dan lansia yang tinggal di panti werdha, dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS). Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi tingkat depresi antara kedua kelompok, di mana lansia yang tinggal di panti werdha cenderung memiliki tingkat depresi lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal di rumah. Faktor dukungan keluarga, interaksi sosial, dan kondisi lingkungan berperan penting dalam perbedaan tersebut. Kesimpulan, tempat tinggal berpengaruh terhadap tingkat depresi lansia sehingga intervensi berbasis dukungan sosial perlu ditingkatkan untuk kesejahteraan psikologis mereka.

Kata kunci: depresi, lansia, panti werdha, rumah

PENDAHULUAN

Populasi lanjut usia (lansia) di dunia meningkat dengan cepat dan menimbulkan tantangan besar dalam bidang kesehatan, khususnya kesehatan mental. WHO (2024) melaporkan bahwa jumlah penduduk berusia 65 tahun ke atas mencapai lebih dari 830 juta jiwa, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 2 miliar jiwa pada tahun 2050, dengan 80% di antaranya tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah. Kondisi ini menimbulkan kompleksitas masalah kesehatan, termasuk meningkatnya prevalensi depresi pada lansia yang sering kali berkaitan dengan penyakit kronis, keterbatasan fisik, serta perubahan psikososial yang mereka alami. Depresi yang tidak ditangani dengan baik dapat menurunkan kualitas hidup secara drastis, memperburuk penyakit fisik, meningkatkan risiko penyalahgunaan zat, hingga risiko bunuh diri (Inova et al., 2024).

Di tingkat nasional, Indonesia telah memasuki fase ageing population dengan persentase lansia mencapai 11,75% dari total populasi pada tahun 2023, atau sekitar 32 juta jiwa (BPS, 2024). Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga inti atau tiga generasi, sementara hanya sebagian kecil yang tinggal di panti werdha. Meskipun dukungan keluarga menjadi faktor protektif, prevalensi depresi pada lansia tetap tinggi. Depresi pada lansia sering kali tidak terdeteksi karena gejala emosional tersamar oleh keluhan fisik, sehingga penanganan menjadi kurang optimal. Studi lain juga menegaskan bahwa masalah psikososial, seperti keterbatasan peran sosial, kesulitan dalam pengambilan keputusan, serta kurangnya dukungan keluarga, berkontribusi besar terhadap munculnya depresi

Pada tingkat lokal, fenomena serupa juga ditemukan di Sulawesi Utara yang termasuk dalam kategori ageing population dengan persentase lansia mencapai 12,98% dari total populasi pada tahun 2023. Data BPS Kota Manado tahun 2021 mencatat sekitar 54.653 jiwa lansia berusia 60 tahun ke atas. Hasil wawancara awal di UPTD Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar "Senja Cerah" Paniki Kota Manado menunjukkan bahwa dari 50 lansia yang tinggal di sana, sekitar 10 orang mengalami depresi. Penelitian terdahulu mendukung temuan ini. Studi menunjukkan bahwa 72% lansia mengalami depresi dengan faktor usia, pendidikan, dan riwayat penyakit sebagai penyebab utama. Sementara itu, penelitian menemukan bahwa 56% lansia di panti werdha mengalami depresi tingkat sedang, dibandingkan dengan 19% lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga. Perbedaan hasil ini menegaskan pentingnya faktor lingkungan dan dukungan sosial dalam memengaruhi kondisi psikologis lansia. Dukungan keluarga, komunitas, serta lingkungan tempat tinggal terbukti berperan besar dalam menurunkan risiko depresi (Hasanah et al., 2021). Dengan demikian, masalah penelitian yang muncul adalah tingginya prevalensi depresi pada lansia, khususnya mereka yang tinggal di institusi perawatan jangka panjang dibandingkan dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai sejauh mana lingkungan tempat tinggal memengaruhi kesejahteraan mental lansia, serta bagaimana dukungan sosial dapat menjadi faktor protektif terhadap depresi.

Tujuan Penelitian Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan membandingkan tingkat depresi lansia yang tinggal di lingkungan keluarga (rumah) dengan lansia yang tinggal di panti werdha, sehingga dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan lansia

METODOLOGI

Desain, Tempat, Dan Waktu

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif komparatif serta metode *cross-sectional*. Fokus utama penelitian adalah mengidentifikasi perbedaan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di rumah dibandingkan dengan mereka yang menetap di UPTD Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar "Senja Cerah" Paniki Kota Manado. Metode kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengumpulan dan analisis data numerik secara sistematis, sehingga hipotesis dapat diuji dan perbandingan antar variabel dilakukan secara objektif. Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah tempat tinggal lansia (rumah dan panti), sedangkan variabel terikatnya adalah tingkat depresi. Desain penelitian ini memberikan gambaran faktual dan sistematis dengan memanfaatkan data kuantitatif untuk menilai perbedaan maupun persamaan antar kelompok secara obyektif (Putri, 2025).

Penelitian dilaksanakan di UPTD Balai Penyantunan Sosial "Senja Cerah" Paniki serta di Lingkungan 1–3 Desa Mapanget, Kecamatan Talawaan, Kabupaten Minahasa Utara, dengan melibatkan 50 responden lansia. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil wawancara awal yang menunjukkan adanya sekitar 10 orang lansia di UPTD Balai Penyantunan Sosial "Senja Cerah" Paniki yang mengalami depresi. Selain itu, hingga saat ini belum pernah dilakukan penelitian yang secara khusus membandingkan tingkat depresi antara lansia yang tinggal di panti werdha dengan lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga, sehingga lokasi ini dianggap tepat untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Waktu pelaksanaan penelitian ditetapkan berlangsung dari bulan September 2025 hingga Juni 2026. Rentang waktu tersebut dipilih agar seluruh proses pengumpulan data, analisis, hingga penyusunan laporan dapat dilakukan secara menyeluruh dan sistematis

Jumlah Dan Cara Pengambilan Subjek

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari seluruh lansia yang tinggal di UPTD Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar "Senja Cerah" Paniki Kota Manado serta lansia yang tinggal di Lingkungan 1–3 Desa Mapanget, Kecamatan Talawaan,

Kabupaten Minahasa Utara, dengan total sebanyak 50 orang. Penentuan jumlah subjek menggunakan rumus Slovin dengan margin kesalahan 5%, sehingga dipilih sebanyak 45 orang sebagai subjek penelitian.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian untuk memperoleh hasil yang lebih fokus dan relevan. Kriteria inklusi mencakup lansia berusia minimal 55 tahun, baik pria maupun wanita, yang tinggal di rumah atau panti, mampu berkomunikasi dengan baik, kooperatif saat wawancara atau pengisian kuesioner, serta bersedia menjadi responden dengan memberikan persetujuan. Sedangkan kriteria eksklusi meliputi lansia dengan gangguan psikotik atau demensia, yang tidak bersedia ikut serta, mengalami gangguan komunikasi, serta yang dalam kondisi kesehatan kritis atau sangat lemah sehingga tidak mampu mengikuti prosedur penelitian. Dengan menentukan kriteria tersebut, penelitian diharapkan dapat membandingkan tingkat depresi antara kedua kelompok lansia secara akurat tanpa terganggu oleh faktor eksternal yang signifikan

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari lansia melalui pengisian kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS), sebuah instrumen standar yang sudah terbukti valid dan reliabel untuk mengukur tingkat depresi pada lansia. Pengumpulan data dilakukan lewat wawancara tatap muka agar para responden yang kesulitan membaca tetap bisa berpartisipasi. Setiap jawaban dicatat secara sistematis sesuai pedoman penilaian GDS.

Proses pengumpulan data diawali dengan penjelasan tujuan penelitian dan meminta persetujuan responden melalui informed consent. Selanjutnya, kuesioner GDS dibagikan dan diisi dengan pendampingan dari peneliti untuk memastikan pertanyaan dipahami dengan jelas. Setelah itu, data yang terkumpul diperiksa untuk memastikan kelengkapan dan konsistensi jawaban. Proses ini dilaksanakan baik pada lansia yang tinggal bersama keluarga maupun yang tinggal di UPTD Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar "Senja Cerah" Paniki Kota Manado untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai perbedaan tingkat depresi berdasarkan lingkungan tempat tinggal

Pengolahan dan analisis data

Data yang diperoleh dari kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS) akan dicek terlebih dahulu untuk memastikan semua jawaban responden lengkap dan konsisten. Proses pengolahan data meliputi beberapa tahap, yakni editing untuk mengoreksi kesalahan atau kekurangan, coding dengan memberikan kode pada setiap jawaban, memasukkan data ke dalam program komputer, serta tabulasi untuk menyusun data berdasarkan variabel penelitian. Dengan langkah-langkah ini, data yang terkumpul siap dianalisis secara sistematis dan objektif.

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden, seperti usia, jenis kelamin, dan tempat tinggal, serta distribusi tingkat depresi pada masing-masing kelompok lansia. Untuk mengetahui perbedaan tingkat depresi antara lansia yang tinggal di rumah dengan lansia yang tinggal di UPTD Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar "Senja Cerah" Paniki Kota Manado, dilakukan analisis komparatif menggunakan Uji Mann-Whitney sesuai dengan jenis data. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan memberikan gambaran objektif tentang perbedaan tingkat depresi berdasarkan lingkungan tempat tinggal. Berdasarkan hasil analisa pada kelompok lansia yang tinggal di rumah, diketahui dari total 26 responden sebagian besar, yaitu sebanyak 22 orang atau setara dengan 84,6%, berada pada kategori depresi ringan. Selain itu, terdapat 2 responden (7,7%) yang masuk dalam kategori normal atau tidak mengalami depresi. Sedangkan 2 responden lainnya (7,7%) ditemukan mengalami gejala depresi sedang hingga berat. Temuan ini memperlihatkan dominasi depresi ringan di antara lansia dan menyoroti perlunya perhatian khusus terhadap mereka yang sudah memasuki tahapan depresi sedang atau berat, demi menjaga kesejahteraan psikologis lansia di lingkungan rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Sebagian besar lansia yang tinggal di panti berada pada rentang usia 75–85 tahun, yaitu mencapai 63,6% dari total 22 responden. Kelompok usia 65–75 tahun merupakan kelompok terbesar kedua dengan 22,7%, disusul oleh kelompok usia 55–65 tahun sebanyak 9,1%. Hanya 4,5% yang berusia di atas 85 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa penghuni panti umumnya berada pada usia lanjut yang lebih tua, ketika kebutuhan akan perawatan dan pendampingan biasanya meningkat. Lansia yang tinggal di panti didominasi oleh perempuan, yaitu sebesar 59,1% dari total 22 responden. Sementara itu, 40,9% lainnya merupakan laki-laki. Proporsi ini menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak menjadi penghuni panti dibandingkan laki-laki. Mayoritas lansia yang tinggal di panti memiliki latar belakang pendidikan SMA, yaitu sebanyak 40,9% dari total 22 responden. Sebagian lainnya menamatkan SMP (22,7%) dan SD (18,2%). Ada pula 13,6% lansia yang pernah menempuh pendidikan perguruan tinggi, sementara 4,5% tidak pernah bersekolah. Secara umum, tingkat pendidikan penghuni panti cukup bervariasi, namun didominasi oleh mereka yang berpendidikan menengah.

Pada kelompok lansia yang tinggal di rumah, distribusi umur menunjukkan pola yang berbeda. Mayoritas berada pada rentang usia 65–75 tahun, yaitu sekitar 69,2% dari total 26 responden dengan data lengkap. Kelompok usia 75–85 tahun berjumlah 15,4%, sedangkan usia 55–65 tahun mencakup 11,5%. Hanya 3,8% yang berusia lebih dari 85 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa lansia yang masih tinggal di rumah cenderung berada pada usia yang relatif lebih muda dibanding dengan mereka yang tinggal di panti. Pada kelompok lansia yang tinggal di rumah, dominasi perempuan terlihat lebih kuat lagi. Sebanyak 84,6% responden adalah perempuan, sedangkan laki-laki hanya 15,4% dari 26 responden yang datanya lengkap. Perbedaan yang cukup mencolok ini menunjukkan bahwa lansia perempuan jauh lebih banyak tinggal di rumah bersama keluarga atau pasangan dibandingkan lansia laki-laki. Pada lansia yang tinggal di rumah, tingkat pendidikan juga beragam tetapi menunjukkan pola yang sedikit berbeda. Pendidikan SMP merupakan kelompok terbesar dengan 30,8%, disusul oleh SMA sebesar 26,9%. Selain itu, 23,1% responden menempuh pendidikan perguruan tinggi, dan 19,2% hanya berpendidikan SD. Dibandingkan dengan penghuni panti, proporsi lansia berpendidikan perguruan tinggi lebih tinggi pada kelompok yang tinggal di rumah.

Berdasarkan hasil analisis univariat mengenai tingkat depresi pada lansia yang tinggal di panti menunjukkan bahwa dari 22 responden, sebagian besar mengalami depresi ringan, yaitu sebanyak 17 orang (77,3%). Sementara itu, 3 orang (13,6%) tergolong mengalami depresi sedang hingga berat, dan hanya 2 orang (9,1%) yang termasuk dalam kategori tidak depresi atau normal. Temuan ini mengindikasikan bahwa depresi masih menjadi permasalahan yang cukup umum di kalangan lansia penghuni panti, dengan kecenderungan terbesar berada pada tingkat depresi ringan.

Hasil Uji Analisis menggunakan uji Mann-Whitney U, terlihat bahwa rata-rata ranking tingkat depresi untuk lansia yang tinggal di panti adalah 25,70, dengan jumlah responden sebanyak 22 orang, sedangkan lansia yang tinggal di rumah memiliki rata-rata ranking sebesar 23,48 dari 26 responden. Ketika kedua kelompok dibandingkan menggunakan uji statistik, diperoleh nilai p sebesar 0,578. Nilai p yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi lansia yang tinggal di panti dan di rumah. Artinya, tempat tinggal tidak memberikan pengaruh nyata terhadap tingkat depresi lansia berdasarkan data penelitian ini, sehingga hipotesis mengenai adanya perbedaan tingkat depresi antar kedua kelompok tidak didukung oleh hasil analisis statistik. Maka data disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini H_a ditolak dan H_0 diterima

B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan karakteristik antara lansia yang tinggal di panti dan yang tinggal bersama keluarga. Lansia di panti umumnya berusia lebih tua dan membutuhkan perawatan serta pendampingan yang lebih intensif, sedangkan lansia di rumah cenderung lebih muda dan lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan keluarga. Temuan ini mendukung teori Adaptasi Callista Roy yang menyatakan bahwa usia dan kondisi fisik menjadi rangsangan internal yang memengaruhi kemampuan individu menyesuaikan diri dengan perubahan psikososial.

Dari sisi jenis kelamin, lansia perempuan lebih banyak ditemukan di kedua tempat tinggal, dengan kecenderungan perempuan tinggal bersama keluarga, menunjukkan ikatan emosional yang lebih kuat dan dukungan sosial yang lebih baik, yang dapat mengurangi risiko depresi. Tingkat pendidikan berbeda, di mana lansia di panti umumnya berpendidikan menengah, sedangkan yang tinggal di rumah lebih banyak yang berpendidikan tinggi, yang berpengaruh terhadap akses sumber daya dan pemahaman kesehatan mental. Hampir semua lansia, baik di panti maupun di rumah, masih memiliki hubungan keluarga aktif yang berperan sebagai stimulus kontekstual dalam memperkuat kemampuan adaptasi psikososial, khususnya dalam fungsi peran dan interdependensi, sehingga membantu mereka menghadapi rasa kehilangan, kesepian, dan keterbatasan fisik.

Berdasarkan hasil analisis univariat, dapat diketahui bahwa mayoritas lansia yang tinggal di panti berada pada kategori depresi ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi depresi merupakan masalah psikologis yang cukup sering dialami oleh lansia penghuni panti. Meskipun sebagian besar berada pada tingkat ringan, kondisi tersebut tetap menggambarkan adanya tekanan emosional dan psikologis yang perlu mendapat perhatian. Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian terdahulu yang menekankan bahwa **dukungan sosial keluarga** sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis lansia, (Hasanah et al. 2021).

Pada Penelitian ini sebagian besar lansia yang tinggal di panti menunjukkan bahwa mereka masih memiliki semangat dalam menjalani hari-hari mereka. Meskipun berada dalam lingkungan institusi, mereka tetap mampu menjaga motivasi dan energi untuk beraktivitas, baik melalui rutinitas sederhana seperti mengikuti kegiatan bersama, menjalin komunikasi dengan sesama penghuni, maupun menjalankan ibadah. Hal ini mencerminkan keberhasilan adaptasi dalam aspek fisik dan psikologis, di mana mereka merasa cukup sehat dan tetap memiliki identitas yang dihargai. Selain itu, banyak dari mereka juga mengungkapkan bahwa secara umum mereka merasa bahagia dengan kehidupan yang telah dijalani. Kebahagiaan ini bukan semata-mata berasal dari kondisi saat ini, melainkan dari kemampuan mereka untuk melihat kembali perjalanan hidup dengan rasa syukur dan penerimaan. Lansia yang mampu membangun makna dari pengalaman masa lalu cenderung lebih kuat dalam menghadapi tekanan emosional, menunjukkan bahwa proses adaptasi mereka berjalan dengan baik. Hasil ini dibuktikan dengan skor terbanyak pada pertanyaan dalam kuesioner yang mengisi "Ya" untuk pertanyaan tersebut. Hasil penelitian yang diperoleh pada lansia yang tinggal di rumah, dapat dipahami bahwa kondisi depresi tetap menjadi masalah psikologis yang cukup menonjol pada lansia yang tinggal di rumah. Meskipun tinggal bersama keluarga atau berada dalam lingkungan yang akrab dianggap mampu memberikan kenyamanan emosional, kenyataannya sebagian besar lansia tetap menunjukkan adanya tanda-tanda depresi ringan. Kondisi ini menggambarkan bahwa keberadaan di lingkungan rumah tidak serta merta menjamin

kestabilan emosional, terutama ketika lansia menghadapi keterbatasan fisik, perubahan peran sosial, atau kurangnya aktivitas bermakna di dalam keseharian mereka. Terlihat bahwa banyak lansia masih memiliki semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka tetap menunjukkan motivasi untuk beraktivitas, merasa bahagia terhadap sebagian besar pengalaman hidup mereka, dan pada dasarnya puas dengan apa yang telah mereka capai. Adanya jawaban positif yang dominan pada pertanyaan-pertanyaan tersebut mencerminkan bahwa sebagian besar lansia mampu mempertahankan ketahanan psikologis, memaknai hari-hari mereka dengan rasa syukur, serta menikmati hubungan emosional yang masih terjaga dengan anggota keluarga. Hal ini menunjukkan keberhasilan adaptasi mereka terhadap perubahan-perubahan yang muncul seiring proses penuaan. Hasil ini di buktikan dengan skor terendah pada pertanyaan dalam kuesioner yang mengisi "ya" untuk pertanyaan tersebut.

Namun, di sisi lain, penelitian ini juga mengungkapkan adanya lansia yang masih merasakan tekanan emosional lebih dalam. Hal ini tampak dari jawaban pada pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan rasa tidak berharga, menurunnya semangat, serta ketidakmampuan melihat kehidupan saat ini sebagai sesuatu yang menyenangkan. Kondisi ini menggambarkan adanya beban psikologis yang tidak dapat terselesaikan hanya dengan keberadaan di rumah. Hasil ini di buktikan dengan skor tertinggi pada pertanyaan dalam kuesioner yang mengisi "ya" untuk pertanyaan tersebut.

Berdasarkan hasil analisa bivariat, menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik dalam tingkat depresi antara lansia yang tinggal di panti dan lansia yang tinggal di rumah. Secara implisit, temuan ini mengharuskan Hipotesis Nol (H_0) Diterima dan Hipotesis Alternatif (H_a) ditolak. Meskipun secara deskriptif Mean Rank tingkat depresi pada lansia di panti sedikit lebih tinggi daripada lansia di rumah perbedaan numerik ini dianggap tidak cukup kuat untuk menunjukkan adanya pengaruh nyata dari variabel tempat tinggal. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan Hasil Analisa GDS menunjukkan lebih dari 75% lansia mengalami depresi ringan. Uji Mann Whitney menunjukkan bahwa tidak ada beda tingkat GDS pada lansia di rumah maupun di panti ($p > 0,005$). (Puspita et.al., 2023)

Hasil ini didukung oleh temuan di kedua lokasi penelitian. Pertama, lansia masih memiliki harapan hidup yang kuat meskipun menghadapi keterbatasan fisik dan usia, mereka tetap menunjukkan semangat menjalani aktivitas sehari-hari, baik di panti maupun di rumah melalui peran kecil dalam keluarga. Harapan hidup ini menjadi modal psikologis untuk mengurangi gejala depresi. Kedua, dukungan sosial yang baik diberikan di kedua lingkungan; lansia di rumah mendapat dukungan keluarga inti secara langsung, sedangkan lansia di panti tetap menjalin hubungan dengan keluarga melalui kunjungan dan mendapatkan dukungan emosional dari sesama penghuni dan staf panti. Dukungan sosial ini berperan sebagai proteksi stabilitas emosional sesuai teori adaptasi Callista Roy.

Ketiga, kebiasaan beribadah yang tetap dijalankan oleh lansia di kedua kelompok memberikan ketenangan batin, rasa syukur, dan penerimaan atas kondisi hidup yang memperkuat konsep diri dan makna hidup mereka. Skor kuesioner GDS tidak berbeda signifikan antara kedua kelompok, menegaskan bahwa faktor internal seperti kesehatan fisik, konsep diri, dan kualitas dukungan sosial lebih berpengaruh daripada lokasi tinggal. Dengan demikian, tingkat depresi lebih dipengaruhi oleh kualitas dukungan sosial, harapan hidup, dan aktivitas spiritual daripada tempat tinggal, sehingga intervensi harus fokus pada penguatan dukungan emosional, peran bermakna, dan aktivitas ibadah untuk membantu lansia beradaptasi dan menjaga kesejahteraan psikologis, sesuai kerangka teori Callista Roy.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Werdha Senja Cerah & Lingkungan 1-3 Desa Mapanget Kec. Talawaan Kab. Minahasa Utara, dapat disimpulkan:

- a. Karakteristik responden di panti Werdha dan yang tinggal di rumah menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada tahap awal penuaan dengan dominasi perempuan dan latar belakang pendidikan beragam, sebagian besar lulusan SMA. Lansia di panti lebih banyak dibandingkan yang tinggal bersama keluarga atau pasangan, namun hampir semua masih memiliki hubungan aktif dengan keluarga yang berperan sebagai faktor protektif bagi kesejahteraan psikologis mereka
- b. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia di panti mengalami depresi ringan, sementara yang mengalami depresi sedang hingga berat termasuk dalam jumlah yang lebih kecil. Mereka mampu beradaptasi dengan rutinitas harian, menjaga interaksi sosial, dan menjalankan ibadah, sehingga tetap semangat dan merasa bahagia. Meski demikian, keberadaan depresi ringan ini tetap menuntut perhatian karena dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan
- c. Pada lansia yang tinggal bersama keluarga, kondisi depresi juga didominasi oleh kategori ringan, meskipun kemungkinan munculnya depresi sedang hingga berat tetap ada. Faktor yang memicu kondisi tersebut antara lain rasa kesepian, terbatasnya interaksi sosial di luar rumah, adanya penyakit kronis, serta tekanan ekonomi. Kehadiran keluarga secara fisik tidak selalu menjamin tersedianya dukungan emosional yang memadai.
- d. Analisis perbandingan tingkat depresi antara lansia di panti dan di rumah menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik. Faktor yang paling menentukan kondisi depresi adalah kualitas dukungan sosial, adanya harapan hidup, serta kebiasaan beribadah, bukan semata-mata lokasi tempat tinggal. Oleh karena itu, intervensi yang dilakukan sebaiknya diarahkan pada

peningkatan dukungan emosional dan pemberian aktivitas bermakna bagi lansia, baik yang tinggal di panti maupun di rumah

DAFTAR PUSTAKA

- Inova, A. R., Zahra, R., & Rahman, S. (2024). DEPRESI DAN KECEMASAN PADA LANSIA: MEMAHAMI TANTANGAN KESEHATAN MENTAL DI USIA SENJA. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(6), 11171-11176. Available from: <https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/2364>.
- Hasanah, T. S. N., Muttaqin, Z., Avianti, N., & Rukman. (2021). Gambaran tingkat stres pada lansia yang tinggal di Panti Werdha Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 1(1), 39–43. ISSN 2809-4549. Available from: <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jkifn/article/download/102/415/4187>
- Putri, Z. P. N., Ansor, P. B. A., & Humaira, M. A. (tahun). Analisis kemampuan berbahasa Indonesia siswa kelas tinggi di sekolah dasar: Studi komparatif keterampilan menyimak, membaca, menulis, dan berbicara. Nama Jurnal, volume(nomor), halaman Available from: <https://ojs.unida.info/karimahtauhid/article/view/20227>.