



## Gambaran Tingkat Depresi Lansia di Panti Jompo Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang

M. Rival Andika <sup>1</sup>, Ratih Ayu Atika <sup>2</sup>, Suriatu Laila <sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

\*Corresponding author

E-mail addresses: andika\_rival1@yahoo.com

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received August 12, 2025

Revised September 20, 2025

Accepted November 30, 2025

Available online December 31, 2025

#### Kata Kunci:

Kelurahan Kapasari; Depresi; PHQ-9; Cross-Sectional; Analisis Univariat

#### Keywords:

Depression; PHQ-9; Cross-Sectional; Univariate Analysis



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.  
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju..

### ABSTRAK

Lansia adalah kelompok masyarakat yang sangat rentan dengan berbagai gangguan mental. Kondisi ini menjadi lebih serius bagi lansia yang tinggal di panti jompo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan *cross-Sectional Survey* sebagai desainnya, penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tingkat depresi pada lansia yang tinggal di panti jompo Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang (RSGS). Untuk pengumpulan data, peneliti menggunakan instrument Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Data yang dikumpulkan akan dianalisis menggunakan teknik univariat untuk melihat distribusi tingkat depresi pada sampel. Penelitian ini menemukan bahwa mayoritas lansia yang tinggal di panti asuhan RSGS mengalami depresi ringan 22 orang (51.16%), sedang 10 orang (23.25%), sedang berat 6 orang (14%), dan 5 orang (11.62%) tidak mengalami depresi. Berdasarkan umur, perempuan (60%) mengalami depresi ringan daripada laki (39%). Penelitian ini menunjukkan bahwa panti jompo RSGS terus mempertahankan pelayanan, bahkan diharapkan terus berbenah demi menjaga kesehatan mental para lansia yang tinggal ditempat tersebut.

### ABSTRACT

The elderly are a group of people who are very vulnerable to various mental disorders. This condition becomes more serious for the elderly who live in nursing homes. By using a quantitative approach and cross-sectional survey as the design, this research aims to see an overview of the level of depression in the elderly living in the Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang (RSGS) nursing home. For data collection, researchers used the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) instrument. The data collected will be analyzed using univariate techniques to see the distribution of depression levels in the sample. This study found that the majority of elderly people living in RSGS orphanage experienced mild depression 22 people (51.16%), moderate 10 people (23.25%), moderate severe 6 people (14%), and 5 people (11.62%) did not experience depression. Based on age, women (60%) experienced mild depression than men (39%). This study shows that RSGS nursing homes continue to maintain services, and are even expected to continue to improve in order to maintain the mental health of the elderly who live there.

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental secara umum adalah kondisi dimana seorang individu terbebas dari tekanan emosi negatif dan memiliki kepercayaan untuk menjalani hidup dengan baik. Alfarina dan Widiawara mendefinisikan kesehatan mental sebagai keseimbangan energi emosi yang membantu seseorang terhindar dari penyakit mental dan emosi negatif seperti agresi, panik, dan depresi.(Alfarina & Widiawara, 2022) Menurut Masfingatn, dkk., kesehatan mental dapat dipahami

sebagai kondisi sejahtera di mana seseorang memiliki kesadaran akan potensi dirinya, mampu menghadapi tekanan hidup yang normal, bekerja secara efektif, dan memberikan manfaat bagi dirinya sendiri serta masyarakat.(Masfingatin et al., 2024)

Salah satu bentuk gangguan pada kesehatan jiwa adalah depresi. Pada edisi ketiga dari buku Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia (PPDGJ-III), istilah ini dikategorikan sebagai gangguan psikiatri yang mempengaruhi kesejahteraan mental individu.(Maslim, 2013) Gangguan depresi termasuk dalam kelompok gangguan suasana perasaan (afektif) yang ditandai oleh perubahan mood yang mendalam dan menetap. Dalam hal ini, perubahan suasana perasaan biasanya mengarah pada depresi, dengan atau tanpa disertai kecemasan (anxietas). Perubahan afektif tersebut biasanya diiringi dengan penurunan tingkat aktivitas secara menyeluruh, serta munculnya berbagai gejala lain yang secara langsung berkaitan atau dapat dipahami sebagai akibat dari perubahan suasana perasaan itu sendiri. Gangguan afektif, termasuk depresi, diklasifikasikan berdasarkan sifat episode (tunggal atau berulang), tingkat keparahan gejala (ringan, sedang, berat dengan atau tanpa gejala psikotik), ada tidaknya gejala somatik, dan pada beberapa kasus, keberadaan gejala psikotik seperti waham atau halusinasi.

Dewasa ini, fenomena depresi tidak lagi terbatas pada kelompok usia tertentu, melainkan telah menjangkau berbagai rentang umur. Berdasarkan hasil studi yang dilakukan oleh Bronsard dan kolega pada tahun 2016, tercatat bahwa antara 24% sampai 30% individu usia anak-anak yang menetap di lingkungan panti asuhan teridentifikasi mengalami gejala depresi.(Bronsard et al., 2016) Penelitian Kartinah dan Sumarni juga menemukan bahwa 68% dari sampel lansia di sebuah panti jompo terindikasi mengalami depresi.(Kartinah & Sumarni, 2021) Ini artinya bahwa panti asuhan yang diharapkan menjadi tempat dimana lansia mendapatkan kenyamanan, ketenangan, dan keamanan secara fisik dan mental tidak mampu menjalankan fungsinya dengan baik.

Provinsi Aceh paling barat di Indonesia, juga memiliki panti jompo. Salah satunya adalah panti jompo Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang (RSGS). Panti Jompo ini merupakan binaan Dinas Sosial Pemerintah Aceh. Pada 2021, jumlah lansia pada panti jompo RSGS adalah 54 orang.(Hasanah et al., 2021) Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang (RSGS) berorientasi pada sejumlah sasaran penting, antara lain: pertama, menciptakan iklim yang mendukung para lansia agar dapat mengoptimalkan kemampuan, minat, serta talenta pribadi; kedua, menjamin kualitas hidup yang layak melalui pendampingan secara fisik, mental, pengembangan keterampilan, pemberian layanan kesehatan, dan dukungan sosial yang berlandaskan prinsip-prinsip syariat Islam sehingga para penghuni mampu menjalankan peran sosial mereka di masyarakat; ketiga, memupuk dan memperkuat pemahaman mengenai perawatan diri serta interaksi sosial supaya para lansia mampu merealisasikan potensi dirinya secara optimal; keempat, memastikan para penghuni dapat memperoleh manfaat dari kemajuan pembangunan tanpa rasa tertekan, stigma negatif, ataupun perlakuan diskriminatif, serta mendorong terwujudnya perhatian yang memadai dari lingkungan sekitar maupun pemerintah. Berdasarkan rangkaian tujuan ini, dapat disimpulkan bahwa RSGS berusaha memfasilitasi kesejahteraan baik fisik, mental, maupun sosial bagi lanjut usia,

sekaligus mendukung pengembangan kapasitas pribadi sesuai karakter masing-masing individu.(Hasanah et al., 2021).

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *cross-sectional survey desing*. Metode deskriptif dimanfaatkan dalam studi ini untuk menelaah serta memaparkan karakteristik objek kajian secara terstruktur dan tidak memihak.(Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018) Penelitian deskriptif berfokus pada upaya untuk menyajikan fakta dan karakteristik objek penelitian, serta mengidentifikasi frekuensi kejadian yang berkaitan dengan topik yang diteliti. *Cross-sectional survey* adalah desain penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dari banyak individu dengan memberikan kuisioner. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran suatu fenomena pada satu populasi besar dalam waktu singkat. Penelitian ini bertujuan mengkaji secara mendalam kondisi depresi yang dialami oleh para penghuni lansia di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang (RSGS).

Penelitian ini melibatkan seluruh individu lanjut usia yang sesuai dengan kriteria penelitian, yang menetap di Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang (RSGS), sebagai populasi penelitian. Total penghuni lansia di panti jompo tersebut tercatat sebanyak 53 orang. Peneliti menerapkan metode total sampling, yakni menggunakan seluruh populasi sebagai sampel penelitian, mengingat jumlah partisipan yang tidak besar serta tetap mengacu pada syarat inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan.

Subjek yang memenuhi syarat sebagai partisipan dalam penelitian ini meliputi individu lanjut usia yang bermukim di fasilitas perawatan RSGS, berusia sekurang-kurangnya 60 tahun, serta menunjukkan kesediaan untuk berpartisipasi dengan mengisi kuesioner yang disediakan. Adapun kelompok yang dikeluarkan dari studi mencakup para lansia yang tidak menunjukkan sikap kooperatif, menolak ataupun tidak menyelesaikan pengisian kuesioner secara tuntas, serta mereka yang mengidap penyakit tambahan seperti dimensia ataupun gangguan menular. Penelitian ini menetapkan lansia penghuni RSGS sebagai variabel bebas, sementara tingkat depresi yang dialami oleh penghuni panti Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang menjadi variabel terikat utama yang dianalisis dalam kajian ini.

Pelaksanaan penelitian ini berlangsung di Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang (RSGS), sebuah panti asuhan yang terletak di kawasan Gampong Lamglumpang, Dusun Gajah, Kecamatan Ulee Kareng, Banda Aceh, tepatnya di Jalan T. Iskandar Km. 5. Untuk memperoleh data, peneliti menggunakan instrumen berupa kuesioner sebagai sumber data primer. Kuesioner tersebut terdiri dari sembilan butir pertanyaan yang memuat baik gejala utama maupun tambahan, sebagaimana telah dijelaskan secara rinci pada subbab 2.3.1 sebelumnya. Data yang dikumpulkan melalui instrumen ini selanjutnya dianalisis untuk mengidentifikasi dan memetakan tingkat depresi yang dialami oleh lansia penghuni panti. Dalam pengisian kuesioner, setiap responden diminta untuk memilih angka dari satu hingga tiga yang sesuai dengan pengalaman dirinya sendiri. Setiap pilihan angka tersebut memiliki arti tertentu yang akan diuraikan pada bagian berikutnya:

0 : Tidak pernah mengalaminya

- 1 : Beberapa hari dalam dua minggu terakhir
- 2 : Lebih setengah dari jumlah hari dalam dua minggu terakhir
- 3 : Hampir setiap hari.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Distribusi	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	18	41,86
Perempuan	25	58,13
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Bedasarkan kunjungan ke Panti Jompo Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang didapatkan bahwa jumlah laki-laki sebanyak 18 orang dan perempuan 25 orang dengan total keseluruhan adalah 43 orang.

Klasifikasi level depresi terdiri atas lima kategori, yakni kondisi normal, depresi ringan, depresi dengan intensitas sedang, depresi sedang-berat, serta depresi berat. Pada Tabel 2 terlampir, dapat diamati sebaran frekuensi masing-masing tingkat depresi di kalangan penghuni lansia di Panti Jompo Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang (RSGS).

**Tabel 2. Frekuensi Tingkat Depresi Pada Panti Jompo RSGS**

No	Tingkat Depresi	Distribusi	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Normal	5	11.62
2.	Ringan	20	46.51
3.	Sedang	10	23.25
4.	Sedang-berat	8	18.60
5.	Berat	0	0
<b>Total</b>		<b>43</b>	<b>100</b>

Tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di RSGS berada pada tingkat depresi ringan, yakni sebanyak 20 orang atau sekitar 46,51% dari total subjek. Lansia yang berada pada kategori depresi sedang berjumlah 10 orang atau 23,25%, jumlah lansia yang mengalami depresi berat-sedang berjumlah 8 orang atau mencapai 18,60%. Hanya sebagian kecil yang tidak menunjukkan tanda-tanda depresi (11,62%), dan tidak ada satupun yang termasuk dalam kategori depresi berat.

**Tabel 3. Distribusi tingkat depresi berdasarkan jenis kelamin**

Jenis Kelamin	Tingkat Gejala Depresi					Total (%)
	Normal (%)	Ringan (%)	Sedang (%)	Sedang-Berat	Berat (%)	

				(%)		
<b>Laki-laki</b>	1 (5.5%)	7 (39%)	7 (38.8%)	3 (16.66%)	0 (0%)	18 (100%)
<b>Perempuan</b>	4 (16%)	15 (60%)	3 (12%)	3 (12%)	0 (0%)	25 (100%)

Data yang tercantum dalam tabel menggambarkan persebaran tingkat depresi pada penghuni lanjut usia di Panti Jompo Rumoh Seujahtéra Geunaseh Sayang, dengan pemisahan kategori berdasarkan gender. Partisipan laki-laki dalam studi ini mencapai angka 18 orang. Di antara mereka, proporsi terbanyak teridentifikasi pada kelompok depresi sedang, yaitu 7 individu (38,8%). Sementara itu, lansia laki-laki yang mengalami depresi ringan berjumlah sama, sebanyak 7 orang (39%). Terdapat pula tiga responden pria (16,66%) yang menunjukkan gejala depresi sedang-berat, sedangkan satu orang (5,5%) berada pada kategori depresi ringan. Tidak dijumpai kasus depresi berat pada lansia laki-laki. Dengan demikian, kecenderungan depresi sedang merupakan keadaan yang paling dominan pada kelompok pria lanjut usia di lokasi penelitian. Sementara pada lansia perempuan yang terdaftar sebanyak 25 individu, situasi berbeda terjadi. Sebagian besar lansia perempuan, yakni 15 orang (60%), terevaluasi berada pada tingkat depresi ringan. Kelompok depresi normal serta sedang-berat masing-masing terisi oleh 3 perempuan lansia (12%). Selain itu, 3 individu (12%) termasuk ke dalam kategori depresi sedang, dan tidak ditemukan lansia wanita yang mengalami depresi berat. Dengan kata lain, lansia perempuan di Panti Jompo RSGS lebih banyak menunjukkan gejala depresi ringan jika dibandingkan dengan jenis depresi lainnya.

### ***Pembahasan***

Data yang diperoleh dari penelitian ini mengindikasikan bahwa di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang, populasi lansia perempuan tercatat lebih banyak daripada lansia laki-laki. Tercatat sebanyak 25 individu perempuan (58,13%), sementara jumlah lansia laki-laki mencapai 18 orang (41,86%). Selisih jumlah antara kedua kelompok gender ini berpotensi memberikan dampak terhadap variasi tingkat depresi yang dialami para penghuni lanjut usia di panti tersebut. **Fenomena lansia yang tinggal dipanti asuhan dapat dijelaskan dengan teori *Psychological Well-Being* yang dikenalkan oleh Carol Ryff** menjadi kerangka yang relevan karena mencakup enam dimensi utama seperti penerimaan diri, tujuan hidup, dan otonomi.(Ali & Al-Juboori, 2021) Lansia di panti jompo sering menghadapi hambatan seperti kesepian dan berkurangnya kontak sosial, namun dukungan sosial dan program intervensi terbukti mampu menjaga tingkat kesejahteraan psikologis mereka pada level moderat.(Ali & Al-Juboori, 2021) Intervensi psikologis, seperti **logoterapi kelompok**, dapat membantu lansia menemukan kembali makna hidup sehingga lebih adaptif dalam menghadapi perasaan sedih maupun frustrasi.(Saffarinia & Dortaj, 2018) Faktor lingkungan seperti kenyamanan fasilitas serta dukungan tenaga perawat berperan penting dalam menurunkan risiko depresi meskipun penurunan fungsi fisik tetap menjadi tantangan.(Yeung et al., 2012)(Ilievová et al., 2016) Penerapan teori Ryff memberikan pemahaman bahwa peningkatan kesejahteraan lansia di panti jompo dapat dicapai melalui penguatan dimensi psikologis dan dukungan sosial yang

berkesinambungan.(Ali & Al-Juboori, 2021) Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Kahn yang menunjukkan bahwa perempuan lansia lebih sering terlibat dalam peran pengasuhan, sehingga lebih mungkin untuk dirawat di fasilitas jangka panjang.(Kahn et al., 2011) Beberapa studi juga menjelaskan bahwa kondisi kesehatan perempuan lansia cenderung lebih buruk dibandingkan laki-laki, yang meningkatkan kerentanan mereka terhadap kebutuhan perawatan.(Corrao et al., 2014) Ketidakseimbangan gender pada populasi lansia, di mana perempuan lebih sering hidup sendiri akibat status janda dan angka harapan hidup yang lebih tinggi, turut menjadi faktor yang menjelaskan dominasi jumlah perempuan di panti jompo.(Girgus et al., 2017) Proporsi lansia perempuan yang lebih besar di Panti Jompo RSGS sejalan dengan teori dan temuan penelitian sebelumnya mengenai perbedaan gender dalam pola perawatan lansia.(Kahn et al., 2011)(Corrao et al., 2014).(Girgus et al., 2017)

Hasil penelitian yang dilakukan di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang membuktikan bahwa sebagian besar lansia penghuni panti menunjukkan gejala depresi dengan derajat keparahan yang bervariasi. Dari keseluruhan partisipan, terdapat 22 individu (51,16%) yang termasuk dalam kelompok depresi ringan, sementara 10 orang (23,25%) tergolong mengalami depresi tingkat sedang. Lebih lanjut, ditemukan sebanyak 6 lansia (13,95%) yang menampilkan tanda-tanda depresi sedang hingga berat. Hanya 5 responden (11,62%) yang berada pada kondisi normal tanpa gejala depresi. Data ini menandakan dominasi problem psikologis berupa gangguan mood di kalangan penghuni, sehingga menuntut upaya lebih serius dalam aspek pendampingan psikososial serta peningkatan kualitas dukungan dari lingkungan. Fenomena rendahnya angka depresi di kalangan lansia Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang memiliki keterhubungan yang erat dengan kerangka konseptual *Psychological Well-Being* (PWB) yang digagas oleh Ryff.(Ryff, 2014) Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, teori ini menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi penting, seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan penguasaan lingkungan, yang sangat dipengaruhi oleh kondisi mental serta dukungan sosial.(Ali & Al-Juboori, 2021) Hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial dan lingkungan yang positif yang diberikan oleh panti jompo RSGS merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan psikologis lansia sesuai teori *Psychological Well-Being* (PWB).(Ryff, 2014) Temuan penelitian ini memperlihatkan kesesuaian dengan hasil riset Yusnita dan kolega, yang menyoroti bahwa para lansia penghuni institusi sosial cenderung mengalami depresi dengan derajat rendah hingga sedang. Di Panti Bina Lanjut Usia Sentani, penelitian mereka mengidentifikasi bahwa 57,1 persen lansia menghadapi gejala depresi ringan, 24,5 persen menunjukkan depresi pada tingkatan sedang, dan 10,2 persen lainnya tercatat mengalami depresi berat.(Yusnita et al., 2021) Persentase tersebut konsisten dengan hasil kajian ini yang memperlihatkan bahwa mayoritas lansia mengalami depresi ringan. Namun, hasil ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee (2024), di mana lansia yang tinggal di panti wreda area Jabodetabek justru didominasi oleh tingkat depresi berat.(Lee, 2024)

Jika ditinjau dari persebaran tingkat depresi menurut gender, lansia perempuan di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang lebih banyak termasuk dalam kategori depresi ringan dibandingkan dengan lansia laki-laki. Dari

25 perempuan yang menjadi peserta penelitian, sebanyak 15 orang (60%) mengindikasikan gejala depresi ringan. Sementara itu, yang mengalami depresi sedang sebanyak 3 orang (12%), dan yang berada pada level sedang-berat juga berjumlah 3 orang (12%). Hanya empat perempuan (16%) tercatat tidak memiliki tanda-tanda depresi dan berada pada kondisi normal. Di sisi lain, dari 18 laki-laki, terdapat 7 responden (39%) dengan depresi ringan, lalu 7 lainnya (38,8%) teridentifikasi mengalami depresi sedang, serta 3 laki-laki (16,66%) berada dalam kategori depresi sedang-berat. Hanya satu laki-laki (5,5%) yang tergolong tidak memiliki gejala depresi. Tidak ditemukan lansia yang teridentifikasi mengalami depresi berat dari kedua jenis kelamin. Data tersebut memperlihatkan bahwa dominasi perempuan dengan depresi ringan cukup signifikan, sementara laki-laki tampak lebih rentan pada depresi dalam tingkat sedang hingga sedang-berat. Perbedaan pola tingkat depresi antara lansia laki-laki dan perempuan dapat dicermati melalui kerangka Psychological Well-Being (PWB) yang dirumuskan oleh Ryff, di mana kesejahteraan psikologis dipengaruhi enam aspek utama yakni penerimaan terhadap diri sendiri, hubungan interpersonal positif, otonomi, kemampuan mengelola lingkungan, orientasi pada tujuan hidup, serta potensi berkembang secara pribadi. (Ryff, 2014) Perempuan lanjut usia dengan jumlah dominan di panti jompo cenderung memiliki kesempatan lebih luas dalam membangun interaksi sosial yang konstruktif. Situasi ini membuat mereka lebih sering menghadapi tingkat depresi yang tergolong ringan, lantaran keberadaan dukungan emosional berperan sebagai pelindung terhadap munculnya gangguan psikologis yang lebih berat. (Henn et al., 2016) Perbedaan jumlah lansia berdasarkan jenis kelamin di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang dapat memengaruhi distribusi tingkat depresi, karena proporsi yang lebih besar pada satu gender akan memengaruhi pola interaksi sosial, dukungan emosional, dan tingkat kerentanan terhadap masalah mental. Lansia perempuan yang jumlahnya lebih banyak cenderung memiliki jejaring sosial dan dukungan emosional yang lebih kuat di dalam panti, sehingga gejala depresinya lebih sering berada pada tingkat ringan. (Zhang et al., 2025). (Yusnita et al., 2021) Lansia laki-laki yang jumlahnya lebih sedikit berisiko merasa terisolasi dan kehilangan peran sosial, yang dapat memicu depresi sedang hingga sedang-berat, sesuai temuan Shi dkk. (2021) dan Handing dkk. (2022). (Shi et al., 2021). (Handing et al., 2022)

Penelitian ini juga relevan dengan berbagai temuan ilmiah lainnya. Zhang dkk. (2025) melaporkan bahwa prevalensi depresi pada perempuan lansia lebih tinggi (49,8%) dibandingkan laki-laki (33,5%). (Zhang et al., 2025) Handing dkk. (2022) mencatat bahwa meskipun laki-laki memiliki risiko depresi yang tinggi, gejalanya sering kali tidak terdeteksi karena cenderung diekspresikan melalui perilaku ekstrem, bukan keluhan verbal. (Handing et al., 2022) Shi dkk. (2021) memperkuat hal ini dengan menunjukkan bahwa perempuan lebih mudah dikenali gejalanya karena lebih ekspresif secara emosional, sementara laki-laki sering menutupi gejala dengan perilaku agresif atau menyendiri. (Shi et al., 2021) Dalam hasil penelitian ini, khususnya pada kelompok perempuan yang menunjukkan dominasi pada tingkat depresi ringan. Tidak ditemukannya kasus depresi berat pada lansia perempuan di Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang dapat dijelaskan oleh adanya faktor protektif yang kuat pada kelompok ini, seperti

dukungan sosial, keterlibatan dalam aktivitas keagamaan, dan kemampuan mengungkapkan emosi secara verbal. Perempuan lansia umumnya memiliki kecenderungan untuk menjalin hubungan sosial yang lebih erat, sehingga mereka memperoleh dukungan emosional yang efektif dalam mencegah perburukan gejala depresi. (Zhang et al., 2025).

#### **4. SIMPULAN DAN SARAN**

##### ***Simpulan***

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa depresi merupakan permasalahan kesehatan mental yang cukup dominan di kalangan lansia penghuni Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang (RSGS), di mana sebagian besar responden mengalami depresi dengan tingkat keparahan ringan, disusul oleh depresi sedang dan sedang-berat, sementara hanya sebagian kecil lansia yang berada pada kondisi normal serta tidak ditemukan kasus depresi berat. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun lingkungan panti telah menyediakan dukungan sosial dan pelayanan dasar yang relatif baik, lansia tetap berada pada kelompok rentan terhadap gangguan psikologis akibat berbagai faktor seperti penurunan fungsi fisik, keterbatasan peran sosial, serta perubahan dinamika kehidupan di usia lanjut. Ditinjau dari aspek gender, lansia perempuan lebih banyak menunjukkan gejala depresi ringan, yang kemungkinan berkaitan dengan kemampuan mereka dalam membangun relasi sosial, mengekspresikan emosi, serta memperoleh dukungan emosional dari sesama penghuni dan lingkungan panti. Sebaliknya, lansia laki-laki cenderung lebih banyak berada pada tingkat depresi sedang hingga sedang-berat, yang dapat dipengaruhi oleh keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan, perasaan kehilangan peran, serta risiko isolasi sosial. Tidak ditemukannya depresi berat pada seluruh responden mengindikasikan adanya faktor protektif yang cukup kuat di lingkungan panti, seperti keterlibatan dalam aktivitas sosial dan keagamaan, dukungan tenaga pengasuh, serta sistem pelayanan yang berorientasi pada kesejahteraan lansia. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya upaya berkelanjutan dalam mempertahankan dan meningkatkan kualitas pelayanan psikososial di panti jompo, khususnya melalui pendekatan promotif dan preventif kesehatan mental, agar kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis lansia dapat terus terjaga secara optimal.

##### ***Saran***

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar pengelola Panti Jompo Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang serta pemangku kebijakan terkait semakin memperkuat upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan mental lansia, khususnya melalui pengembangan program pendampingan psikososial yang berkelanjutan dan sensitif terhadap perbedaan gender. Kegiatan rutin seperti konseling individual dan kelompok, terapi aktivitas kelompok, logoterapi, serta aktivitas keagamaan dan sosial perlu terus ditingkatkan dan dievaluasi secara berkala untuk memastikan efektivitasnya dalam menurunkan tingkat depresi, terutama pada lansia laki-laki yang dalam penelitian ini cenderung menunjukkan depresi pada tingkat sedang hingga sedang-berat. Selain itu, peningkatan kapasitas dan kompetensi tenaga pendamping serta perawat panti dalam deteksi dini gejala depresi menggunakan instrumen yang terstandar seperti PHQ-9 sangat diperlukan

agar intervensi dapat dilakukan lebih cepat dan tepat sasaran. Dukungan keluarga, masyarakat, dan pemerintah daerah juga perlu diperkuat melalui kolaborasi lintas sektor guna menciptakan lingkungan yang lebih suportif, ramah lansia, dan bebas stigma terhadap masalah kesehatan mental. Di sisi akademik, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan pendekatan metode campuran (mixed methods) dengan jumlah responden yang lebih besar serta melibatkan beberapa panti jompo di wilayah yang berbeda, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan memungkinkan generalisasi temuan, sekaligus menggali lebih dalam pengalaman subjektif lansia dalam menghadapi depresi dan faktor-faktor yang memengaruhinya.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Alfarina, R., & Widiastara, N. (2022). Tinjauan naratif konseling Islam dalam menangani kasus bullying yang berdampak terhadap kesehatan mental pada siswa di sekolah. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(3), 780–789.
- Bronsard, G., Alessandrini, M., Fond, G., et al. (2016). The prevalence of mental disorders among children and adolescents in the child welfare system: A systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 95(7), e2622. <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000002622>
- Corrao, S., Santalucia, P., Argano, C., et al. (2014). Gender-differences in disease distribution and outcome in hospitalized elderly: Data from the REPOSI study. *European Journal of Internal Medicine*, 25(7), 617–623. <https://doi.org/10.1016/j.ejim.2014.06.021>
- Girgus, J. S., Yang, K., & Ferri, C. (2017). The gender difference in depression: Are elderly women at greater risk for depression than elderly men? *Geriatrics*, 2(4), 35. <https://doi.org/10.3390/geriatrics2040035>
- Handing, E. P., Strobl, C., Jiao, Y., Feliciano, L., & Aichele, S. S. (2022). Predictors of depression among middle-aged and older men and women in Europe: A machine learning approach. *The Lancet Regional Health – Europe*, 18, 100391. <https://doi.org/10.1016/j.lanpe.2022.100391>
- Hasanah, U., Ismail, N., & Ahmad, A. (2021). Perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal dengan keluarga dan lansia yang tinggal di panti jompo UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Kota Banda Aceh. *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 6(1), 29–41.
- Henn, C. M., Hill, C., & Jorgensen, L. I. (2016). An investigation into the factor structure of the Ryff scales of psychological well-being. *SA Journal of Industrial Psychology*, 42(1), 1–12. <https://doi.org/10.4102/sajip.v42i1.1275>
- Ilievová, L., Žitný, P., & Jakobejová, J. (2016). The association between the quality of life and depression of elderly in a nursing home institutional setting. *Journal of Health Sciences*, 6(3), 162–167.
- Kartinah, K., & Sumarni, S. (2021). The effect of group empowerment for reducing depression in elderly. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T5), 90–94. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7264>
- Kahn, J. R., McGill, B. S., & Bianchi, S. M. (2011). Help to family and friends: Are there gender differences at older ages? *Journal of Marriage and Family*, 73(1), 77–92. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00790.x>

- Lee, Y. E. (2024). Depresi dan kerentanan lansia di panti wreda wilayah Jabodetabek. *Tarumanagara Medical Journal*, 6(1), 170-174.
- Masfingatin, T., Hanida, R. A., Putri, R. E. D., Muhtadi, A. H., & Febtalinda, R. (2024). Terapi okupasi melalui pendekatan TFA (Thinking, Feeling, Acting) pada lansia di panti werdha Wisma Asih Madiun. *Jurnal Abdi Insani*, 11(1), 73-80.
- Maslim, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa: Rujukan ringkas dari PPDGJ-III dan DSM-5*. Nuh Jaya.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Shi, P., Yang, A., Zhao, Q., Chen, Z., Ren, X., & Dai, Q. (2021). A hypothesis of gender differences in self-reporting symptom of depression: Implications to solve under-diagnosis and under-treatment of depression in males. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 589687. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.589687>
- Yusnita, R., Huri, M., & Arvia, A. (2021). Hubungan fungsi kognitif dengan tingkat depresi pada lansia di panti bina lanjut usia Sentani Kabupaten Jayapura. *Sentani Nursing Journal*, 2(2), 37-44.
- Zhang, J., Jia, Y., Hong, L., Zhang, Y., Li, L., & Kan, T. (2025). Association between internet use and depression among the middle-aged and elderly adults with multimorbidity in China: Do gender differences exist? *Frontiers in Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.XXXXX>