



HUBUNGAN *ACTIVITY OF DAILY LIVING* (ADL) DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DI PANTI TERSNA WERDHA BUDI LUHUR JAMBI

Nahdiah Khopipah¹, Luri Mekeama², Kamariyah³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan, Universitas Jambi
nahdiahk@gmail.com

Abstrak

Seiring bertambahnya usia lansia akan mengalami perubahan fungsi fisiologis, fungsional, kognitif dan psikososial. Dampak dari perubahan status fungsional lansia dapat mempengaruhi kemandirian lansia dalam menjalankan *activity of daily living* (ADL), dari hal tersebut jika lansia belum bisa beradaptasi dengan perubahan tersebut maka dapat menyebabkan lansia mengalami perubahan mental, salah satunya adalah depresi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di panti tresna werdha budi luhur jambi. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 63 responden dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Bathel Indeks & Geriatric Depression Scale* (GDS). Data dianalisa uji *Kendall tau*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar lansia memiliki *activity of daily living* (ADL) mandiri (31,7%) dan tingkat depresi tidak dalam kondisi berat (28,6%). Hasil analisis dengan uji *Kendall tau* di dapatkan hasil $p = 0,000$ dengan tingkat signifikansi 0,05 ($p \text{ value} = 0,000 \leq 0,05$), yang berarti ada hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia.

Kata Kunci: *Activity of daily living* (ADL), depresi, lansia..

Abstract

As the elderly get older, they will experience changes in physiological, functional, cognitive and psychosocial functions. The impact of changes in the functional status of the elderly can affect the independence of the elderly in carrying out activities of daily living (ADL). Therefore, if the elderly cannot adapt to these changes, it can cause the elderly to experience mental changes, one of which is depression. The purpose of this study was to determine the relationship between activity of daily living (ADL) and the level of depression in the elderly at Tresna Werdha Budi Mulia Jambi. The research design used in this study was a quantitative study with a cross-sectional design. The population in this study were all the elderly who were at the Tresna Werdha Budi Luhur Institution, Jambi. The number of samples in this study were 63 respondents using the total sampling technique. Data collection used the Bathel Index & Geriatric Depression Scale (GDS) questionnaire. The data were analyzed by the Kendall tau test. The results showed that most of the elderly had independent activities of daily living (ADL) (31.7%) and the level of depression was not in a severe condition (28.6%). The results of the analysis using the Kendall tau test yielded $p = 0.000$ with a significance level of 0.05 ($p \text{ value} = 0.000 \leq 0.05$), which means that there is a relationship between activity of daily living (ADL) and the level of depression in the elderly.

Keywords : *Activity of daily living* (ADL), depression, elderly.

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2023

✉ Corresponding author : Nahdiah Khopipah

Address : Desa/kel. Muarakulam Kec. Ulu rawas Kab. Musi rawas Utara, Sumatera Selatan

Email : nahdiahk@gmail.com

Phone : 0852-1387-7914

PENDAHULUAN

Salah satu indikator keberhasilan pembangunan adalah diantaranya semakin meningkatnya angka harapan hidup. Angka harapan hidup (*AHH*) dari 61,3 tahun pada tahun 1992 (BPS) menjadi 71,74 tahun pada tahun 2020. Kondisi ini menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun. Menurut PBB Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak ke-8 di dunia. *World Health Organisation (WHO)* mengatakan lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas.

Pada tahun 2020 prevalensi lansia di dunia meningkat, dari 1 miliar menjadi 1,4 miliar. Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) menunjukkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 30,16 juta jiwa. Di Provinsi Jambi pada tahun 2020 jumlah seluruh populasi lansia yaitu 3.677.894 jiwa atau kurang lebih 290.550 lansia. Diprediksi jumlah lansia akan terus meningkat hingga tahun 2035 menjadi 48,19 juta.

Seiring bertambahnya usia, lansia akan mengalami perubahan fisiologis, fungsional, kognitif dan psikososial. Perubahan-perubahan ini bisa menimbulkan permasalahan pada lansia terutama masalah kesehatan, seperti menurunkan fungsi fisik yaitu penurunan fungsi pendengaran, penglihatan, kepadatan tulang, penurunan jumlah, ukuran serabut otot, perubahan jaringan ikat sekitar sendi dan berkurangnya elastisitas pada otot jantung. Pada otot pernafasan menurunnya aktivitas silia sehingga menarik nafas dalam terasa berat, Pergerakan usus atau lambung melambat, sehingga proses pencernaan menurun. Penurunan pada laju filtrasi, ekresi pada organ perkemihan dan lansia juga mudah lupa karena mengalami penurunan konsentrasi.

Dampak dari perubahan status fungsional inilah yang membuat lansia rentan terhadap resiko penyakit, sehingga pada usia ini dianggap usia yang kurang produktif. Perubahan status fungsional lansia berhubungan dengan kemampuan dan perilaku aman dalam *aktivitas harian (ADL)*. *ADL* sangat penting untuk menentukan kemandirian lansia. *Activity daily living (ADL)* adalah kemandirian seseorang dalam menjalankan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari secara universal. Seperti berpakaian, makan, minum, toileting, mandi, bergerak, rekreasi, dan pengembangan diri. Terdapat beberapa

faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, antara lain: usia, imobilitas, riwayat kesehatan, stres, dan penurunan kognitif. Berbagai penurunan fungsi tersebut membuat lansia memiliki ketergantungan atau tidak mandiri dalam melakukan *activity daily living (ADL)*.

Dari banyaknya jumlah lansia, mereka mengalami berbagai macam penyakit baik fisik maupun psikologis, pada psikologis di antaranya mengalami depresi. Menurut WHO pada tahun 2019, terdapat 264 juta orang mengalami depresi. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Sedangkan di Provinsi Jambi, 169.902 dari 9.439 orang berusia di atas 15 tahun menderita depresi.

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (gangguan emosional atau suasana hati) yang ditandai dengan lesu, murung, kurang gairah hidup, perasaan tidak berguna dan putus asa. Depresi berbeda dari perubahan suasana hati yang normal dan reaksi emosional jangka pendek terhadap tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Depresi bisa menjadi kondisi kesehatan yang serius, terutama jika terjadi berulang, sedang atau parah.

Penurunan fungsi tubuh yang menyebabkan lansia kurang dapat beraktifitas bisa memicu depresi pada lansia, hal ini disebabkan perubahan pada kehidupan sosial lansia seperti penurunan aktivitas hidup sehari-hari (*ADL*) dan penurunan semangat lansia untuk menjalani kehidupannya. Perasaan kesepian, masalah keuangan, ketidakbahagiaan dan sakit pada lansia dapat menyebabkan depresi dan berdampak pada produktivitas dan kemampuan lansia untuk menjalani aktivitas hidup sehari-hari. Semakin lansia mengalami ketergantungan dalam melakukan *activity of daily living* maka akan semakin tinggi tingkat depresi yang diderita oleh lansia. Tentunya hal ini terjadi karena adanya faktor pendorong seperti faktor sosial budaya, faktor ekonomi, faktor keluarga *care giver*, faktor tempat tinggal dan lingkungan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rita Damayanti dkk bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian *activity of daily living* maka semakin rendah tingkat depresi pada lansia begitupun sebaliknya jika semakin rendah tingkat *activity of daily living*, semakin tinggi tingkat depresi pada lansia. Berdasarkan hasil penelitian

Citramas & Tadjudin 2019 tentang Hubungan *Activity Daily of Living* (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wreda Budhi Dharma Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *activity of daily living* dengan tingkat depresi pada lansia.

Berdasarkan hasil survey data awal pada oktober 2022 di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi bahwa populasi lansia berjumlah 65 orang, kemudian hasil dari wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada 10 orang lansia didapatkan hasil bahwa 7 lansia mengatakan bahwa saat melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, ke toilet, mengambil baju di lemari serta berpindah tempat harus meminta bantuan dengan pengurus panti dan terdapat dua orang lansia yang harus menggunakan pempers karna tidak bisa menahan buang air kecil ke kamar mandi dan 3 lansia lainnya mempunyai tingkat kemandirian yang baik.

Setelah di wawancara 3 lansia mengatakan bahwa sering merasa murung dan sedih, 2 lainnya merasa putus asa, sedangkan 2 orang lansia menyatakan bahwa lebih suka menyendiri dari pada berkumpul dengan para lansia lain, serta 1 orang lansia mengatakan mengalami susah tidur di malam hari, dan 2 orang lansia merasa kesepian dan merasa tidak berdaya karena untuk melakukan aktivitas sehari-hari harus di bantu orang lain dan merasa bahwa dirinya menjadi beban bagi orang lain yang ada di sekitarnya.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif yang bersifat *cross sectional*. Penelitian ini melihat hubungan antara *Activity Of Daily Living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di panti tresna werdha budi luhur jambi. Penelitian ini dilakukan Panti Tresna Werdha Budi Luhur sejak Oktober 2022 sampai Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi sebanyak 68 orang lansia. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* Instrumen yang digunakan untuk menilai *activity of daily living* (ADL) adalah *Bathel Indeks*, sedangkan tingkat depresi responden diukur menggunakan

Geriatric Depression Scale (GDS). Analisa data univariat pada penelitian ini berupa distribusi frekuensi yang disajikan dalam bentuk tabel. Sedangkan analisa bivariat dilakukan dengan uji statistik *Kendall Tau*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Kelamin		
Kategori	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	55,6
Perempuan	28	44,4
Total	63	100
Usia		
45-59 Tahun	2	3,2
60-74 Tahun	33	52,4
75-90 Tahun	25	39,7
>90 Tahun	3	4,8
Total	63	100
Lama Tinggal		
<1 Tahun	5	7,9
1-5 Tahun	25	39,7
>5 Tahun	33	52,4
Total	63	100

Berdasarkan table 1, dapat diketahui karakteristik berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki 35 orang (55.6%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sisi dan Ismahmudi didapatkan dari penilitian tersebut bahwa proporsi kejadian depresi lebih banyak terjadi pada jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Proporsi penyebaran distribusi frekuensi depresi sedang dan berat lebih banyak dialami pada laki-laki dibandingkan dengan perempuan.

Berdasarkan tabel, dapat diketahui bahwa karakteristik responden bersadarkan usia lansia terbanyak pada rentang 60-74 tahun yang mana 33 (52,4%), dibanding dengan rentang usia 75-90 tahun yaitu 25 (39,7%), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lyness menyebutkan bahwa lansia diatas 65 tahun memiliki risiko tinggi menderita depresi dibanding dengan lansia dibawah 65 tahun. Berdasarkan tabel, dapat diketahui bahwa karakteristik lama tinggal di panti yang terbanyak yaitu oleh >5 tahun sebanyak 33 responden (52.4%), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herawati & Deharnita bahwa tidak ada hubungan lama tinggal dengan kejadian depresi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Activity Of Daily Living* (ADL) Di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

Kategori	F	%
Mandiri	20	31,7%
Ketergantungan Ringan	16	25,4%
Ketergantungan Sedang	14	22,2%
Ketergantungan Berat	7	11,1%
Ketergantungan Penuh	6	9,5%
Total	63	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kemandirian mandiri hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ediwati, menyatakan bahwa di PSTW Budi Mulia 01 Cipayung dan 03 Ciracas didapatkan bahwa sebagian responden di PSTW Budi Mulia 01 Cipayung dan 03 Ciracas memiliki tingkat kemandirian yang tinggi.

1. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Di PantiTresna Werdha Budi Luhur Jambi

Kategori	F	%
Normal	12	19%
Depresi ringan	15	23,8%
Depresi Sedang	18	28,6%
Depresi Berat	18	28,6%
Total	63	100

2. Hubungan *Activity Of Daily Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

Berdasarkan hasil uji *kendall's tau* didapatkan *p-value* (0,000) dengan arah hubungan yang positif, artinya semakin tinggi tingkat *Activity Of Daily Living* (ADL) semakin normal tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi dengan hubungan antar variable sedang ($r = 0,453$). Hasil penelitian didapatkan dimana perbedaanantara episode depresif terletak pada penilaian klinis yang kompleks meliputi jumlah, bentuk dan keparahan gejala. Pada kuesioner yang mengukur *Activity Of Daily Living* yaitu mengenai kegiatan sehari-hari didapatkan responden memiliki tingkat kemandirian tertinggi pada pernyataan tentang

mandi sebanyak 53 lansia (84,1%) melakukan mandi secara mandiri, hal tersebut menunjukkan bahwa mandi atau personal *hygiene*, perawatan rambut, serta perawatan kaki dan kuku harus menjadi prioritas utama bagi lansia karena dengan personal *hygiene* yang baik membuat lansia memiliki resiko rendah untuk mengalami penyakit infeksi pada mata dan telinga.

Semakin bertambah umur seseorang atau semakin banyak aspek ADL yang bergantung kemungkinan untuk mengalami ketergantungan secara total sangatlah besar. Lanjut usia sebagai individu sama halnya dengan klien yang digambarkan oleh Orem yaitu suatu unit yang juga menghendaki kemandirian dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejateraan.

Berdasarkan Analisa kuesioner *geriatric depression scale* menunjukkan terdapat satu item positif yang paling banyak dipilih responden yaitu dengan pernyataan “Apakah sebenarnya anda puas dengan kehidupan anda?” sebanyak 66,7% yang menjawab ya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mulyadi et al, pada pernyataan positif sebanyak 55,5% yang menjawab setuju dengan pernyataan tersebut. Kemudian pada pernyataan “apakah anda merasa penuh semangat?” terdapat sebanyak 55,6% menjawab tidak. Perasaan semangat lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kondisi kesehatan, lingkungan tempat tinggal lansia sekarang dan kondisi psikologis lansia.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat Hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi, dengan nilai *p-value* = 0,000. Didukung oleh penelitian dari hasil uji statistik *spearmanrho* menunjukkan bahwa *p-value* (0,000) < 0,05 H_a diterima yang searah dengan tingkat korelasi cukup sedang (0,442).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Citramas dan Tadjudin tentang hubungan *activity daily of living* dengan tingkat depresi pada lansia dipnatai sosial tresna wreda budhi dharma Bekasi dengan menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* <0.001 sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan *activity of daily living* (ADL). Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian lansia maka semakin rendah pula tingkat depresi pada lansia.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berjenis kelamin laki-laki, berusia 60- 74 tahun, memiliki *activity of daily living* (ADL) mandiri, dan tingkat depresi sedang dan berat, selain itu *activity of daily living* (ADL) mandiri, dan tingkat depresi memiliki hubungan dengan nilai *p-value*=0,000. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan Panti Tresna Werdha Budi Luhur untuk memberikan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat dalam menjalani hari-hari tua di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Sosial. Hari Lanjut Usia Nasional Tahun 2021. (*Menjadi Lanju Usia Bahagia Sejahtera Dimanapun Kapanpun*). Dinas Sosial Provonsi Riau.
- Tri Wahyudi W. View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk brought to you by CORE provided by Portal Jurnal Malahayati (Universitas Malahayati) April 2019 Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat.2020;2:274–82.
- Akbar MA, Budianto Y. *Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Di Masa Pandemi Covid-19*. *Cendekia Med Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*. 2022;7(1):84–91.
- Kristina Triadilawati A. *Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Pemenuhan Aktivitas Dengan Masalah Keperawatan Hambatan Berjalan Di Upt Panti Sosial Tresna Werdha Magetan (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo)*,2022;7(1):84–91
- Putri DA. *Status Psikososial Lansia Di Pstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta Tahun 2019 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)*.
- Widi W, Sipollo BV, Debora O. *Kemandirian Hidup Lansia Ditinjau Dari Faktor Kondisi Kesehatan & Kapasitas Fungsional Lansia*. *Jurnal Media Nusa Creative (MNC Publishing)*; 2021.
- Ekasari MF, Riasmini NM, Hartini T. *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Malang:WINEKA MEDIA; 2018.
- Marlita L, Saputra R, Yamin M. *Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living (Adl) Di Upt Pstw Khusnul Khotimah. Jurnal Keperawatan Abdurrab*. 2018;1(2):64–8.
- WHO. (2021, September 13). *Depression*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Kemenkes RI. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kemenkes RI; 2018.
- Teting B, Yani Y, Jho YL. *Dukungan Keluarga Dan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Kelompok Lansia St. Angela Samarinda*. *Jurnal Sebatik*. 2022;26(1):81–6.
- Azari AA, Zururi MI. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Depresi Pada Lansia*. *Jurnal Kedokteran Al-Qodiri*. 2021 Sep 1;6(2):66-72.
- Damayanti R, Irawan E, Tania M, Rahmawati R, Khasanah U. *Hubungan Activity Of Daily Living (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia*. *Jurnal Keperawatan BSI [Internet]*. 2020;8(2):247–55. Available from: <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/422>
- Citramas NLP, Tadjudin NS. *Hubungan Activity Daily of Living (ADL) dengan Tingkat depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wreda Budhi Dharma Bekasi*. *Tarumanagara Medical Journal*. 2019;1(2):373–6.
- Pradnyandari NKD, Diniari NKS. *Perbandingan Kejadian Dan Status Depresi Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Dengan Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar Bali*. *E-Jurnal Med Udayana [Internet]*. 2018;3(7).
- Anggraini R, Yuniartika W. *Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Sebagai Terapi Tingkat Depresi Pada Lansia*. *Journal Of Telenursing (Joting)*. 2023 Apr 6;5(1):416-29.
- Klug, G., Gallunder, M., Hermann, G., Singer, M., & Schulter, G. (2019). *Effectiveness of multidisciplinary psychiatric home treatment for elderly patients with mental illness: a systematic review of empirical studies*. *BMC psychiatry*, 19, 1-12..
- Rantung, J. (2019). *Gambaran tingkat depresi pada lanjut usia di wilayah kerja puskesmas Parongpong*. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 5(2), 177-184.
- Piadehkouhsar, M., Ahmadi, F., Khoshknab, M. F., & Rasekhi, A. A. (2019). *The effect of orientation program based on activities of*

daily living on depression, anxiety, and stress in the elderly. International journal of community based nursing and midwifery, 7(3), 170.

Jacoby, R., Oppenheimer, C., Tom, D. (2018). Oxford textbook of old age psychiatry. New York. Oxford University Press.

Herawati, N., & Deharnita, D. (2019).

Hubungan karakteristik dengan kejadian depresi pada lansia. Jurnal Keperawatan Jiwa, 7(2), 183-190.

Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup pada Lanjut Usia. Jurnal Psikologi Wijaya Putra, 2(1), 1-9.