

HUBUNGAN KESEPIAN DAN MEKANISME KOPING TERHADAP DEPRESI PADA LANSIA DI SEKOLAH LANSIA RPTRA PINANG POLA, FATMAWATI, JAKARTA SELATAN TAHUN 2024

Talitha Nabila Syahda¹, Yanti Harjono Hadiwiardjo², Marlina Dewiastuti³, Hikmah Muktamiroh⁴

¹Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Jakarta

²Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Jakarta

³Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Jakarta

⁴Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Jakarta

Email: 2110211067@mahasiswa.upnvj.ac.id

Abstrak

Depresi adalah gangguan kesehatan mental yang sering dialami oleh lansia, dan prevalensinya cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Untuk memahami penyebab depresi, pendekatan biopsikososial dapat diterapkan, yang mencakup faktor biologis (seperti genetik dan penyakit kronis), psikologis (termasuk suasana hati, kesepian, dan mekanisme koping), serta sosial (seperti dukungan sosial dan hubungan interpersonal). Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara kesepian dan mekanisme koping dengan depresi pada lansia di Sekolah Lansia Fatmawati, Jakarta Selatan tahun 2024. Dengan menggunakan metode analitik observasional dan pendekatan cross-sectional, penelitian ini melibatkan responden sebanyak 30 lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas lansia tidak mengalami kesepian sebanyak 16 lansia (53,3%), menggunakan mekanisme koping maladaptif sebanyak 19 lansia (63,3%), dan depresi tidak memprihatinkan sebanyak 26 lansia (86,7%). Uji alternatif Fisher Exact dilakukan dan didapatkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara mekanisme koping dan depresi dengan nilai $p = 0,268$ ($p < 0,05$), tetapi terdapat hubungan signifikan antara kesepian dan depresi dengan nilai $p = 0,037$ ($p < 0,037$). Berdasarkan hasil penelitian, semakin tinggi tingkat kesepian pada lansia, semakin besar risiko mereka mengalami depresi.

Kata kunci: depresi, kesepian, koping, lansia

**THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND COPING MECHANISMS ON DEPRESSION IN
THE ELDERLY AT RPTRA PINANG POLA ELDERLY SCHOOL, FATMAWATI, SOUTH JAKARTA IN
2024**

Abstract

Depression is a mental health disorder that is commonly experienced by the elderly, and its prevalence tends to increase with age. To understand the causes of depression, a biopsychosocial approach can be applied, which includes biological factors (such as genetics and chronic illnesses), psychological factors (including mood, loneliness, and coping mechanisms), and social factors (such as social support and interpersonal relationships). This study aims to investigate the relationship between loneliness and coping mechanisms with depression in the elderly at Fatmawati Elderly School in South Jakarta in 2024. Using an observational analytic method and a cross-sectional approach, this study involved 30 elderly respondents who met the inclusion criteria. The results showed that the majority of the elderly did not experience loneliness, with 16 elderly individuals (53.3%) reporting no loneliness; 19 elderly individuals (63.3%) using maladaptive coping mechanisms; and 26 elderly individuals (86.7%) showing no concerning levels of depression. A Fisher Exact test was conducted, revealing no significant relationship between coping mechanisms and depression with a p-value of 0.268 ($p < 0.05$), but a significant relationship between loneliness and depression with a p value of 0.037 ($p < 0.037$). Based on the study results, higher levels of loneliness in the elderly are associated with an increased risk of experiencing depression.

Keywords: *coping, depression, elderly, loneliness*

PENDAHULUAN

Lansia di Indonesia mengalami peningkatan persentase kurang lebih sebesar 4 persen dalam satu dekade (2010 – 2022) dari 7,59 persen menjadi 11,75 persen. Peningkatan juga terjadi pada usia harapan hidup lansia dalam kurun waktu yang sama, dari 69,81 tahun menjadi 71,85 tahun.¹ Usia harapan hidup yang meningkat serta menurunnya angka fertilitas dan mortalitas menyebabkan adanya perubahan struktur penduduk secara keseluruhan, seperti penduduk lanjut usia atau lansia yang meningkat dan angka kelahiran yang relatif menurun di DKI Jakarta. Jumlah lansia di DKI Jakarta mengalami peningkatan persentase sebesar 1,23 persen, dari 8,90 persen di tahun 2020 menjadi 10,13 persen di tahun 2022.² Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.³

Proses penuaan yang dialami oleh setiap manusia menyebabkan adanya perubahan, salah satunya yaitu kesehatan.³ Lansia sering dihadapkan dengan masalah kesehatan seperti gangguan pada sistem tubuhnya dan juga gangguan lain yang mengarah pada kondisi disabilitas, seperti gangguan

kesehatan mental. Depresi menduduki posisi pertama dalam gangguan kesehatan mental yang sering terjadi pada lansia. Depresi dapat terjadi pada semua umur dengan pola prevalensi yang meningkat seiring bertambahnya umur.⁴ Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk melihat faktor-faktor terjadinya depresi yaitu faktor biopsikososial. Pendekatan dengan faktor biopsikososial merupakan pendekatan holistik karena setiap faktor yang ada berpengaruh satu sama lain dalam terjadinya depresi.⁵ Faktor biologis meliputi genetik, penyakit kronis, dan penurunan fisik. Faktor psikologis meliputi suasana hati, kesepian dan mekanisme koping, serta faktor sosial meliputi dukungan sosial, hubungan interpersonal, dan sikap religius dan spiritual.^{4,6} Kesepian dan mekanisme koping juga masuk ke dalam faktor psikososial di mana berhubungan dengan respon terhadap stresor yang ada dan lingkungan.

Penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan kesepian serta mekanisme koping dengan terjadinya depresi pada lansia.⁷ Hasil penelitian lain menunjukkan lansia dengan mekanisme koping yang baik dalam

menghadapi masalah yang ada memiliki kesehatan mental yang baik.⁸ Berdasarkan hal tersebut, diperlukan penelitian terkait kesepian dan mekanisme koping terhadap terjadinya depresi pada lansia di Sekolah Lansia RPTRA Pinang Pola, Fatmawati, Jakarta Selatan untuk mengetahui kejadian depresi dan kesepian pada lansia beserta koping yang digunakan lansia dalam sekolah lansia ini yang sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian terkait variabel-variabel tersebut di Sekolah Lansia RPTRA Pinang Pola, Fatmawati, Jakarta Selatan. Hipotesis pada penelitian ini yaitu kesepian dan mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap depresi pada lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kesepian dengan depresi pada lansia dan hubungan antara mekanisme koping dengan depresi pada lansia.

METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian analitik observational dengan menggunakan kuesioner dan data populasi lansia melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan variabel independen, yaitu kesepian dan mekanisme koping dengan variabel dependen, yaitu potensi terjadinya depresi pada lansia di Sekolah Lansia RPTRA, Pinang Pola, Kota Jakarta Selatan. Penelitian ini akan menggunakan data primer dari kuesioner yang akan diisi oleh responden pada saat penelitian di Sekolah Lansia Fatmawati. Kuesioner penelitian terdiri dari data demografi, mekanisme koping, *UCLA Loneliness Scale Ver. 3*, dan *Geriatric Depression Scale-15 (GDS-15)*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mengikuti kegiatan di Sekolah Lansia Fatmawati. Sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah lansia di Sekolah Lansia Fatmawati yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah *simple random sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah lansia berusia 60 tahun ke atas yang terdapat di Sekolah Lansia Fatmawati, menyetujui dan bersedia untuk mengikuti penelitian dan mengisi kuesioner, memiliki keadaan dan kesadaran yang baik serta dapat berkomunikasi verbal dengan baik, dan beragama dengan hasil kuesioner tingkat spiritualitas tinggi. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah lansia yang mengisi kuesioner tidak lengkap, memiliki riwayat penyakit kronis dalam tahap yang dapat mengganggu kegiatan sehari-hari, telah terdiagnosis memiliki gangguan mental, dan memiliki riwayat keluarga dengan penyakit yang berhubungan dengan kesehatan mental. Analisis univariat pada penelitian ini ditujukan untuk melihat gambaran karakteristik variabel yang diteliti, baik variabel independen maupun dependen. Analisis

bivariat ditujukan untuk mengetahui hubungan yang ada pada variabel independen dan variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1) Karakteristik Pasien

Jumlah responden yang mengikuti penelitian ini sebanyak 30 responden sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
60 - 74	20	66.7
75 - 90	10	33.3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	20
Perempuan	24	80
Agama		
Islam	28	93.3
Kristen	1	3.3
Katolik	1	3.3
Kesepian		
Tidak Kesepian	16	53.3
Kesepian Ringan	14	46.7
Mekanisme Koping		
Maladaptif	19	63.3
Adaptif	11	36.7
Potensi Depresi		
Normal	26	86.7
Depresi Ringan	4	13.3
Total	30	100

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden, dengan kelompok usia tertinggi adalah lanjut usia (60 – 74 tahun), terdiri dari 20 responden (66,7%), diikuti oleh kelompok usia lanjut usia tua (75 – 90 tahun) dengan 10 responden (33,3%). Responden didominasi oleh perempuan, dengan total 24 responden (80,0%), sementara 6 responden lainnya (20,0%) adalah laki – laki. Mayoritas responden beragama islam yaitu sebanyak 28 responden (93,3%), sisanya beragama kristen sebanyak 1 responden (3,3%) dan katolik sebanyak 1 responden (3,3%). Sebanyak 16 responden (53,3%) tidak mengalami kesepian, dan 14 responden (46,7%) mengalami kesepian ringan. Mayoritas responden menggunakan mekanisme koping maladaptif yaitu 19 responden (63,3%), sisanya menggunakan mekanisme koping adaptif yaitu 11 responden (36,7%). Responden yang ada di Sekolah Lansia Fatmawati mayoritas tidak memiliki potensi terjadinya depresi yang signifikan yaitu 26 responden (86,7%), sedangkan responden yang memiliki potensi terjadinya depresi ringan sebanyak 4 responden (13,3%).

2) Hubungan Kesepian Terhadap Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Tabel 2. Hubungan Kesepian Terhadap Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Kesepian	Depresi		Total	P-value
	Depresi Ringan	Normal		
Kesepian Ringan	4 (28.6)	10 (71.4)	14 (100)	0.037
Tidak Kesepian	0 (0.0)	16 (100)	16 (100)	
Total	4 (13.3)	26 (86.7)	30 (100)	

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis hubungan kesepian terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia menggunakan alternatif uji *chi-square* yaitu *Fisher Exact*, terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia dengan *p-value* 0,037 ($p < 0,05$). Responden yang mengalami kesepian ringan dengan potensi terjadinya depresi ringan sebanyak 4 responden (28,6%). [CI 0,0479 – 0,5235]

Mayoritas responden tidak mengalami kesepian dengan tidak memiliki potensi terjadinya depresi yang signifikan sebanyak 16 responden (100%).

3) Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Tabel 3. Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Kesepian	Depresi		Total	P-value
	Depresi Ringan	Normal		
Maladaptif	4 (21.1)	15 (78.9)	19 (100)	0.268
Adaptif	0 (0.0)	11 (100)	11 (100)	
Total	4 (13.3)	26 (86.7)	30 (100)	

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis hubungan mekanisme koping terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia menggunakan uji alternatif *chi-square* yaitu *Fisher Exact*, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia dengan *p-value* 0,268 ($p > 0,05$). Responden yang menggunakan mekanisme koping maladaptif dengan potensi terjadinya depresi ringan sebanyak 4 responden (21,1%). [CI 0,0272 – 0,3938]

Mayoritas responden menggunakan mekanisme koping maladaptif dengan tidak memiliki potensi terjadinya depresi yang signifikan sebanyak 15 responden (78,9%).

Pembahasan

1) Pembahasan Gambaran Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Dalam penelitian ini, dari 30 responden yang terlibat, sebagian besar lansia berada dalam kategori normal, yaitu sebanyak 26 orang (86,7%). Lansia yang berpartisipasi di Sekolah Lansia Fatmawati umumnya adalah individu yang aktif secara sosial. Mereka senang mengikuti berbagai kegiatan, seperti berkumpul

dengan lansia lainnya, acara rekreasi, dan kegiatan keagamaan. Sekolah Lansia Fatmawati secara rutin menyelenggarakan kegiatan dua kali sebulan, di mana para lansia dapat bertemu dengan teman sebaya dan terlibat dalam berbagai aktivitas. Keterlibatan sosial ini dapat membantu lansia mengurangi risiko depresi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia yang sering berpartisipasi dalam pertemuan atau aktivitas kelompok cenderung memiliki interaksi yang lebih dekat dan semangat hidup yang lebih tinggi, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya depresi.⁹ Selain itu, penelitian lain juga menemukan bahwa dari 151 responden, mayoritas lansia (110 orang atau 72,8%) tidak menunjukkan potensi depresi. Hal ini disebabkan oleh aktifnya responden lansia dalam mengikuti berbagai kegiatan di lingkungan mereka.¹⁰

2) Pembahasan Hubungan Kesepian Terhadap Potensi Terjadinya Depresi pada Lansia

Hasil uji hubungan dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesepian terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin meningkat kesepian yang ada pada lansia, kemungkinan memiliki potensi terjadinya depresi akan semakin tinggi. Sebanyak 14 lansia yang mengalami kesepian ringan, 4 lansia di antaranya memiliki potensi terjadinya depresi ringan (28,6%). Lansia yang ada di Sekolah Lansia Fatmawati beberapa memiliki kepribadian yang tidak terbuka, tidak mudah percaya dengan teman maupun orang lain, kurang mendengarkan ide dan usulannya oleh keluarga, dan kurang percaya diri. Hal tersebut menyebabkan lansia terhambat dalam interaksi dengan lansia lainnya di sekolah tersebut, baik dalam bercerita maupun berkegiatan. Apabila hambatan tersebut dibiarkan terus menerus akan timbul perasaan terasing atau terisolasi dan kurang menyatu dengan perkumpulan yang ada di sekolah lansia, sehingga dapat mengarah pada perasaan kesepian. Kesepian pada lansia yang dibiarkan dan lansia tidak berusaha untuk menyampaikannya akan menyebabkan adanya potensi terjadinya depresi pada lansia. Hal ini serupa juga dengan penelitian oleh Hindriyastuti yang didapatkan P-value 0,000 ($p < 0,005$) yang berarti adanya hubungan yang signifikan juga. Lansia yang tidak cukup mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya, seperti teman, keluarga, atau orang lain dapat berpeluang mengalami kesepian yang mengarah pada potensi terjadinya depresi.¹¹ Penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan nilai P-value 0,000 ($p < 0,005$).⁹ Kesepian yang dapat timbul pada lansia yaitu kesepian sosial dan emosional.

Kesepian sosial ditandai dengan adanya perasaan subjektif akibat dari hubungan sosial yang kurang, sedangkan kesepian emosional ditandai dengan adanya ketidaktertarikan lansia terhadap hubungan sosial yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian.¹² Lansia yang kesepian dapat timbul karena keluarga yang acuh tak acuh dan tidak memperhatikan lansia di rumah sehingga menimbulkan kesepian emosional. Selain itu, lansia yang tidak mau bersosialisasi dengan teman seusianya atau lingkungan sekitarnya dan hanya berdiam diri akan menimbulkan kesepian sosial. Lansia yang dapat bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, mengikuti kegiatan yang ada, dan bertukar pikiran dengan lansia lain hal itu akan menurunkan kejadian kesepian.

Sekolah Lansia Fatmawati memiliki kegiatan pertemuan rutin yang diselenggarakan dua kali dalam sebulan dengan agenda yang berbeda – beda setiap pertemuannya. Kegiatan tersebut menjadi sarana bagi lansia untuk berinteraksi dengan lansia lainnya dan lingkungan sekitar serta meningkatkan aktivitas lansia, sehingga didapatkan pada penelitian ini mayoritas lansia di Sekolah Lansia Fatmawati tidak mengalami kesepian dengan tidak terdapat potensi terjadinya depresi yang signifikan yaitu sebanyak 16 orang (100%). Sejalan dengan kesimpulan penelitian sebelumnya oleh (Rahmawati et al., 2023) yaitu semakin tinggi lansia merasa kesepian, semakin tinggi potensi lansia mengalami depresi, tetapi semakin rendah lansia merasakan kesepian, semakin mungkin juga tidak memiliki potensi mengalami depresi pada lansia tersebut.⁹ Kegiatan yang ada di Sekolah Lansia Fatmawati membuat lansia dapat bertukar cerita, baik tentang masalah yang dihadapi maupun pengalaman hidupnya, dengan begitu lansia akan saling mendapat dukungan emosional dan terhindar dari perasaan kesepian.¹³ Mayoritas lansia yang ada di sekolah tersebut juga mendapatkan dukungan dan didengar saat menyampaikan usulan, ide, atau permasalahan dirinya oleh lansia lainnya dan juga keluarga yang ada di rumah. Selain itu, lansia tersebut juga gemar untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, lansia di Sekolah Lansia Fatmawati terhindar dari perasaan kesepian dan tidak memiliki potensi terjadinya depresi pada lansia.

3) Pembahasan Hubungan Mekanisme Koping Terhadap

Hasil uji hubungan antara mekanisme koping dengan depresi pada lansia menunjukkan tidak terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan potensi terjadinya depresi pada

lansia. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya oleh yang menunjukkan adanya hubungan antara mekanisme koping dengan potensi terjadinya depresi pada lansia di mana lansia yang menggunakan mekanisme koping maladaptif menunjukkan adanya peningkatan skor pada Geriatric Depression Scale yang berarti mengarah ke depresi.⁷ Penelitian ini juga bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan hasil *P-value* 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan potensi terjadinya depresi. Perbedaan ini dapat terjadi karena adanya pengaruh faktor internal seperti kebudayaan, kepercayaan, dan persepsi dari responden, serta dari faktor eksternal seperti lingkungan sekitar lansia.¹⁴ Sebanyak 4 lansia (21,1%) dengan mekanisme koping maladaptif dan memiliki potensi terjadinya depresi ringan. Interval kepercayaan (CI) 95% untuk prevalensi potensi terjadinya depresi ringan di antara individu dengan mekanisme koping maladaptif adalah 0,0272 – 0,3938 yang menunjukkan bahwa jika mengambil sampel dari populasi yang sama, sebanyak 2,72% hingga 39,38% dari lansia yang menggunakan mekanisme koping maladaptif juga akan memiliki potensi mengalami depresi ringan. Hal ini menunjukkan bahwa lansia yang menggunakan mekanisme koping maladaptif lebih memiliki potensi terjadinya depresi.

Stres yang ada pada lansia dapat menyebabkan gangguan keseimbangan kehidupan, mulai dari kesehatan dan persepsi diri. Semakin tinggi tingkat stress pada lansia, semakin berisiko lansia tersebut memiliki gangguan dalam dirinya, baik secara kesehatan maupun sosial. Oleh karena hal tersebut, perlunya lansia memilih mekanisme koping yang sesuai untuk menghadapi stres yang ada, menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku.¹⁵ Stres dan depresi cenderung tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Terdapat empat kategori dalam faktor psikososial yang berisiko menyebabkan depresi, diantaranya yaitu stres. Stres pada lansia akan memengaruhi koping pada lansia yang mengarah ke koping tidak adekuat apabila stres dibiarkan terus menerus. Koping yang tidak adekuat untuk menghadapi masalah akan menyebabkan stres berkepanjangan sehingga muncul gejala depresi.

Faktor – faktor yang dapat menyebabkan adanya perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu dapat berasal dari faktor dalam diri dan luar lansia di Sekolah

Lansia Fatmawati. Lansia yang mengikuti kegiatan yang ada di sekolah ini berasal dari latar belakang, persepsi, serta budaya yang berbeda – beda juga. Hal – hal tersebut akan memengaruhi lansia dalam menyelesaikan hambatan atau stres dan perubahan yang ada pada hidupnya. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh bahwa belum tentu lansia yang menggunakan mekanisme koping maladaptif akan memiliki potensi terjadinya depresi.¹⁶ Lansia dapat menemukan cara lain untuk beradaptasi dengan stres seperti mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitarnya atau terlibat dalam aktivitas yang positif seperti senam dan pengajian. Lansia yang ada di Sekolah Lansia Fatmawati mayoritas masih dapat beraktivitas dengan normal dan gemar untuk mengikuti perkumpulan yang dihadiri oleh lansia lainnya. Lansia yang ada di Sekolah Lansia Fatmawati mayoritas gemar mengikuti kegiatan keagamaan, memiliki keluarga yang terbuka yang dapat menerima ide atau usulannya, dan cenderung menikmati kehidupan sehari – hari. Kualitas hidup dan persepsi subjektif terhadap keadaan diri yang dimiliki oleh setiap lansia dapat memengaruhi hubungan antara mekanisme koping dan potensi terjadinya depresi.¹⁷ Lansia yang merasa puas dengan keadaan diri atau hidupnya cenderung terdapat penurunan potensi mengalami depresi walaupun menghadapi hambatan atau stres dan perubahan pada hidupnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa mayoritas lansia tidak mengalami kesepian. Mekanisme koping yang paling banyak digunakan lansia di Sekolah Lansia Fatmawati adalah mekanisme koping maladaptif. Lansia mayoritas juga tidak memiliki potensi terjadinya depresi yang signifikan. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping terhadap potensi terjadinya depresi pada lansia.

Saran

Responden diharapkan tetap rutin mengikuti kegiatan di Sekolah Lansia Fatmawati maupun di tempat lain, di mana responden dapat berinteraksi dengan lansia lainnya dan aktif dalam kehidupan sosialnya serta dapat menerapkan cara yang tepat dan baik dalam menghadapi hambatan atau stres maupun perubahan yang terjadi, seperti beraktivitas fisik, ikut dalam kegiatan di Sekolah Lansia, kegiatan keagamaan, dan berpikiran positif agar terhindar dari potensi terjadinya depresi.

Sekolah Lansia Fatmawati diharapkan dapat terus melanjutkan kegiatan rutin yang diadakan setiap bulannya agar lansia memiliki sarana dan forum di mana mereka dapat berkumpul dan berinteraksi.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas wawasan sehingga dapat meneliti faktor – faktor penyebab lainnya yang dapat memengaruhi potensi terjadinya depresi pada lansia, seperti penurunan fungsi tubuh seiring bertambahnya usia, kepribadian individu, dan pengaruh lingkungan sekitar lansia. Peneliti selanjutnya diharapkan juga dapat melakukan penelitian terkait depresi pada lansia di panti jompo, agar dapat melihat potensi terjadinya depresi pada lansia dengan karakteristik responden yang lebih beragam.

REFERENSI

1. BPS. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. 2023.
2. BPS. Profil Penduduk Lanjut Usia Di Provinsi DKI Jakarta 2022. In: Badan Pusat Statistik DKI Jakarta 2022. (Apsari R. ed) Badan Pusat Statistik DKI Jakarta; 2022.
3. Kemenkes RI. Permenkes No. 67 Tahun 2015 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Di Pusat Kesehatan Masyarakat. Kementerian Kesehatan Indonesia 2015;16, 89.
4. Murniati N, Kamsi S. The Role of Biopsychosocial Factors on Elderly Depression in Indonesia: Data Analysis of the Indonesian Family Life Survey Wave 5. 2022;19; doi: 10.3390/proceedings2022083019.
5. Sukurni, Saida, Alifariki LO, et al. Hubungan Tipe Kepribadian dengan Kejadian Depresi Lansia di Panti Werdha Gau Mabaji. Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan 2021;12(2):1–6.
6. Laird KT, Krause B, Funes C, et al. Psychobiological factors of resilience and depression in late life. Transl Psychiatry 2019;9(1); doi: 10.1038/s41398-019-0424-7.
7. Raut N, Shanker S, Singh S, et al. Study of loneliness, depression and coping mechanisms in elderly.

- Journal of Geriatric Mental Health 2014;1(1):20; doi: 10.4103/2348-9995.141920.
8. Iswatun I, Yusuf A, Susanto J, et al. Depression, anxiety, coping strategies, quality of life of the elderly during the COVID-19 pandemic. *Int J Publ Health Sci* 2022;11(4):1501–1508; doi: 10.11591/ijphs.v11i4.21768.
 9. Rahmawati A, Wisnusakti K, Noch Bolla I. Hubungan Tingkat Kesepian dengan Depresi Pada Lansia di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia. *Jurnal Kesehatan Kartika* 2023;18(2).
 10. Yuliani IS, Sugiharto S. Tingkat Depresi pada Lansia yang Tinggal di Komunitas Ditinjau Dari Karakteristik Lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan* 2022;16(5):407–415; doi: 10.33024/hjk.v16i5.7925.
 11. Hindriyastuti S, Safitri F. Hubungan Kesepian dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Geritan Kecamatan Pati. *Jurnal Profesi Keperawatan* 2022;9(2):110–126.
 12. Susanto D. Association of Loneliness, Social Isolation and Health Problems in The Elderly. *Jurnal Psikiatri Surabaya* 2024;13(S1):40–45; doi: 10.20473/jps.v13.isi1.62654.
 13. Ina M, Cita E, Devi H. Kondisi Lingkungan Sosial dan Tingkat Kesepian Lansia Terlantar di Griya Lansia. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* 2024;8(1):75–82.
 14. Yulianto A, Wahyudi Y, Muhammadiyah Pringsewu U, et al. Mekanisme Koping Dengan Tingkat Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Pre Hemodialisa. 2019.
 15. Keraman B, Triana N, Amelia A. Hubungan Mekanisme Koping Lansia dengan Kejadian Stress Pada Lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usia (BPPLU) Pagar Dewa Kota Bengkulu. *Jurnal Sains Kesehatan* 2019;26(3).
 16. Putri R, Devi H. Dukungan Keluarga dan Mekanisme Koping Berhubungan Dengan Kecemasan Lansia. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 2022;10(2):227–237.
 17. Pabebang Y, Mangapi Y, Kelong L. Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Mekanisme Koping Pada Lansia di Lembang Benteng Ka'do Kecamatan Kapalapitu Kabupaten Toraja Utara Tahun 2019. *LPPM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif* 2022;6(2):157–169.