

Gambaran Tingkat Depresi dan Dukungan Teman Sebaya pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda Kalimantan Timur

Bahtiar Bahtiar¹, Aisyah Pretty Noer Rahma¹, Dwi Nopriyanto¹, Syukma Ramadhani Faisal Nur¹

Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, Samarinda¹

Abstract

Latar Belakang: Lansia merupakan kelompok usia yang sangat mengalami berbagai perubahan. Salah satu aspek perubahan yang rentan terjadi yakni perubahan psikologis khususnya masalah depresi pada lansia. Selain itu, lansia juga rentan mengalami masalah sosial seperti dukungan sosial sesama lansia terutama lansia yang berada di panti lansia.

Tujuan: Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi gambaran tingkat depresi dan dukungan teman sebaya pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda.

Metode: Metode yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan kuantitatif. Alat ukur yang digunakan yaitu, kuisioner Geriatric Depression Scale dan Kuisioner Dukungan Sosial Teman Sebaya.

Hasil: Dari hasil penelitian didapatkan bahwa jumlah lansia tingkat depresi status normal sebanyak 28 orang (43%), depresi ringan sebanyak 23 orang (35%), dan depresi berat 14 orang (22%). Untuk dukungan teman sebaya didapatkan bahwa jumlah lansia dengan dukungan sebaya rendah sebanyak 49 orang (75%), dukungan sebaya sedang sebanyak 11 orang (17%), dan dukungan sebaya tinggi sebanyak 5 orang (8%).

Kesimpulan: Sebagian besar lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda mengalami depresi ringan dan berat dengan dukungan teman sebaya yang rendah.

Keywords: Depresi, Dukungan Teman Sebaya, Lansia

PENDAHULUAN

Manusia memiliki peran pada setiap usia nya terutama saat manusia sudah lanjut usia, di usia lanjut manusia sangat berperan penting karena banyaknya pengalaman hidup yang telah dilewati. Manusia dikatakan lanjut usia apabila sudah memasuki usia lanjut mulai dari 60 tahun (Lina, 2015). Saat ini jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia masuk 5 besar terbanyak di dunia. Dimana jumlah lansia selalu mengalami peningkatan tiap periode nya. Pada data tahun 2014 menunjukkan jumlah lansia sampai 18,78 juta jiwa (Depkes RI, 2015). Berdasarkan hasil survei antar sensus Badan Pusat Statistik merilis data jumlah lansia di Indonesia tahun 2016 diperkirakan mencapai 22.630.882 jiwa, yang diperkirakan akan meningkat pada tahun 2022 mencapai 31.320.066 jiwa (Kemenkes RI, 2022). Lansia di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 30-40 juta jiwa dan pada tahun 2020 sensus penduduk mencatat ada 3,77 juta jiwa lansia di Kalimantan Timur, dan presentase jumlah lansia di Samarinda mencapai 3,57 % (Kemenkes RI, 2020). Lansia akan rentan mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual.

Lansia sangat rentan terjadinya beberapa perubahan dalam hidup, seperti perubahan fisiologis, peran, dan fungsi sosial. Pada perubahan fisiologis sering terjadi kemunduran bahkan kehilangan fungsi kognitif, sensorik, motorik, imunologik. Lansia juga rentan terjadinya penyakit kronik seperti, demensia, hipertensi, stroke, penyakit jantung dan lainnya. Banyaknya perubahan yang terjadi pada lansia ini menyebabkan lansia mengalami perubahan pada psikologis (WHO, 2015).

Perubahan psikologis yang rentan di alami lansia, seperti gangguan kesehatan mental yang termasuk kecemasan bahkan sampai depresi. WHO (2016), lansia yang mengalami gangguan kesehatan mental hingga depresi mencapai 20 % dari penduduk Indonesia. 37,5 % mengalami depresi di dunia, populasi depresi lebih banyak diderita oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Depresi banyak dialami oleh lansia dibandingkan dengan usia muda, namun ternyata setelah dilakukan penelitian lansia diatas 60 tahun dominan mengalami depresi di dunia. Di Indonesia tingkat depresi meningkat 3 kali lipat dibandingkan dengan 2 tahun sebelum pandemi 2020 yaitu mencapai angka 28 % pada 2020 dan bertambah 32 % pada 2021. Begitu pula dengan tingkat depresi di Kalimantan Timur terkhususnya Samarinda yang selalu meningkat, presentase lansia dengan depresi di Samarinda sebanyak 79 % dan diperkirakan meningkat tiap tahunnya (Arianto et al, 2019). Berdasarkan data terdapat banyak lansia yang mengalami depresi dengan berbagai perubahan psikologis yang terjadi.

Depresi merupakan perubahan psikologis yang terjadi pada manusia, gejalanya seperti penurunan suasana hati, tidak tertarik melakukan hal apapun, penurunan konsentrasi, penurunan kualitas tidur, serta menurunnya nafsu makan yang menjadi faktor penurunan berat badan pada lansia. Bagian terpenting dari manusia adalah sehat mental. Depresi adalah salah satu penyakit psikologis pada mental dengan kondisi parah yang rentan diserang lansia, karena itu lansia memerlukan kebutuhan spiritual dalam upaya mengatasi depresi. Spiritual merupakan aspek penting dalam hidup manusia terutama lansia karena mencakup semua aspek kehidupan (Bahtiar et al., 2020). Dengan mental yang sehat manusia akan menyadari kemampuan yang dimilikinya, sehingga dapat mengatasi masalah dalam hidup, dapat berkontribusi pada komunitas dan produktif dalam bekerja (WHO, 2020).

Berbagai hasil penelitian membahas tentang perubahan psikologis pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan meningkatnya jumlah lansia berdampak pada meningkatnya jumlah penyakit pada lansia. Salah satunya perubahan psikologi yang mengakibatkan lansia terserang berbagai penyakit. Lansia yang selalu meningkatkan kesejahteraan fisiknya sangat bermanfaat mencegah masalah kejiwaan seperti depresi. Lansia yang aktif mempunyai tingkat depresi yang rendah, lansia yang cenderung diam dan tidak menarik untuk melakukan aktivitas fisik mempunyai tingkat depresi yang tinggi (Putri et al, 2016). Depresi merupakan gangguan mental dengan perubahan suasana hati, konsep diri yang negatif, dan terjadinya pemikiran untuk menghukum diri sendiri, depresi terjadi karena seseorang tidak memiliki makna dalam hidup (Mulya et al, 2019). Depresi yang diakibatkan oleh perubahan psikososial sangat merugikan bagi kesehatan lansia, sehingga memerlukan penanganan yang serius untuk masalah depresi pada lansia karena akan mempengaruhi aktivitas fisik dan kualitas hidup pada lansia. Depresi bukan termasuk bagian normal dari proses menjadi tua, depresi dapat disembuhkan dengan psikoterapi namun melalui berbagai tahap yang dilihat dari konteks medis, fungsional, dan sosial agar penatalaksanaannya efektif. Depresi dikaitkan juga dengan gangguan stres pasca trauma begitupun juga kecemasan, depresi dan kecemasan merupakan penyakit dengan tingkat keparahan berbahaya hingga perlu diuji tingkat keparahannya agar bisa dilakukan pemeriksaan lanjutan (Anna, 2020).

Dampak psikologis sangat berpengaruh terhadap kesehatan terutama lansia apalagi saat masa pandemi covid 19 saat itu. Dampak covid 19 sangat mempengaruhi psikologis, sosial, dan ekonomi manusia terutama lansia, stres merupakan dampak awal pemicu gangguan psikologis pada lansia yang sangat berpengaruh pada banyak hal di kehidupan (Kiroh et al, 2021). Lansia lebih berisiko mengalami gangguan psikologis karena penyesuaian pribadi dan sosial pada lansia lebih sulit. Lansia membutuhkan kondisi hidup yang menunjang kesehatan fisik dan psikologisnya supaya lansia mendapatkan kesejahteraan dalam hidup. Kondisi hidup yang perlu didapatkan lansia seperti,

kesehatan, kemandirian, sosial ekonomi, serta kesehatan mental (Pranitika et al, 2014). Saat pandemi covid 19 kesehatan mental mempunyai efek negatif karena adanya peningkatan stres pada psikologis sebagai tingkat kecemasan yang tinggi, depresi, kesepian dan kualitas tidur yang buruk karena terbatasnya aktivitas dimasa pandemi. Persepsi individu mendefinisikan kualitas hidup dilihat dari budaya dan sistem nilai dimana individu tinggal yang berhubungan dengan standar hidup, harapan, kesenangan, serta perhatian yang mencakup kesehatan fisik, status psikologis, kebebasan, sosial dan karakteristik lingkungan, kualitas hidup lansia berdasarkan derajat kepuasan mengenai kemampuan fisik, psikologis, sosial dan lingkungan tersebut (Kiroh, 2021).

Manusia yang lanjut usia dan mengalami depresi sangat membutuhkan dukungan dari berbagai pihak salah satunya dukungan teman sebaya. Hal yang menyenangkan untuk mengatasi stres dan situasi menekan saat berinteraksi dengan orang lain. Dukungan sosial adalah timbal balik seseorang kepada orang lain dalam menunjukkan perhatian, mencintai, menghargai, dihormati dan dilibatkan saat komunikasi yang diperoleh dari keluarga, pasangan maupun teman sebaya (Sari et al, 2022). Dukungan sosial merupakan hubungan yang mengacu pada orang-orang terkait kebutuhan atau bantuan agar dapat mendukung satu sama lain, kebutuhannya seperti materi dan tenaga atau emosional (Behrendt et al, 2022). Dukungan sebaya atau disebut juga dukungan teman ke teman berhubungan erat dengan kualitas hidup seseorang lanjut usia karena memperlambat penurunan kesehatan pada lansia serta tingkat kesejahteraan yang tinggi (Schwei et al., 2021). Lansia membutuhkan dukungan dari orang lain atau teman sebaya untuk mendukung dan mengatasi masalah yang dihadapinya, dukungan sosial dapat meningkatkan persepsi dan kontrol personal pada lansia (Rufaida et al, 2017). Menurut Simanjuntak (2021) , dukungan sosial teman sebaya merupakan bantuan yang diterima oleh orang lain dengan usia yang relatif sama sehingga individu merasa dihargai, diperhatikan, serta dicintai. Teman sebaya merupakan teman yang berguna untuk cerita, memberikan masukan, saling mendukung, serta pada penyesuaian teman sebaya dapat memberikan dukungan sosial. Mendefinisikan dukungan teman sebaya sebagai dukungan sosial bagi manusia terutama lansia berupa dukungan emosional, instrumental, informasi, maupun penghargaan (Surasa et al, 2021).

Dukungan sosial sangat berpengaruh dengan teman sebaya, terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dan dukungan sosial teman sebaya terutama bagi lansia yang tinggal di panti, untuk lansia dukungan teman sebaya ini sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup (Muizzulhafiidh, 2019). Secara luas dukungan sosial teman sebaya diartikan sebagai dukungan kasih sayang serta bantuan terhadap sesama, terutama teman sebaya, keluarga, tetangga maupun rekan kerja. Dapat disimpulkan sebagian besar lansia sangat membutuhkan dukungan teman sebaya, terutama lansia yang tidak tinggal bersama keluarga khususnya yang berada di panti sosial.

Penulis telah melakukan observasi mengenai kondisi lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda. Berdasarkan observasi penulis lansia di panti tersebut memiliki masalah utama yang sama, seperti ditinggal anak, pasangan, dan keluarga, sehingga terpaksa tinggal di panti sosial. Setiap hari di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda terdapat banyak kegiatan, lansia di panti juga mempunyai tempat tinggal dan makanan yang layak, banyaknya kegiatan yang sama dan hampir tiap hari dilakukan hal ini membuat lansia merasa bosan, stres, bahkan menimbulkan depresi. Kondisi ini terjadi karena adanya perubahan-perubahan psikologis pada lansia, sebagian besar lansia lebih memikirkan kepentingan masing-masing, terkadang petugas Panti sering mengadakan kegiatan atau aktivitas kelompok supaya lansia kompak dan saling mendukung untuk mengurangi stres pada lansia. Berdasarkan observasi, penulis menemukan beberapa keluhan lansia di panti yaitu, merasa bosan, kesepian, merasa sedih, sulit tidur, merasa takut, menarik diri, dan cemas berlebihan. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan survei mengenai tingkat depresi lansia dan tingkat dukungan teman sebaya pada lansia, karena mendapatkan dukungan dari teman sebaya menjadi faktor penurunan tingkat depresi, serta karena belum pernah dilakukannya penelitian gambaran tingkat depresi dan dukungan teman sebaya pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda.

TUJUAN

Mengidentifikasi gambaran tingkat depresi dan dukungan teman sebaya pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda.

METODE

Desain penelitian pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif menggunakan pendekatan survei dengan observasi langsung responden secara umum yang hasilnya berupa data kuantitatif gambaran tingkat depresi dan dukungan teman sebaya. Pada penelitian ini menggunakan teknik sampling dengan pendekatan total sampling untuk mengidentifikasi dan menganalisis bagaimana gambaran tingkat depresi dan dukungan teman sebaya pada lansia Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda Kalimantan Timur.

Adapun kriteria inklusi yakni: (1) Klien dengan usia > 45 tahun keatas; (2) Klien yang terdaftar sebagai warga di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda Kalimantan Timur; (3) Klien yang bersedia menjadi responden serta mampu mengikuti prosedur penelitian sampai selesai. Kriteria ekslusi pada penelitian ini adalah (1) Klien yang tiba-tiba tidak bersedia mengikuti prosedur penelitian sampai selesai; (2) Klien yang mengalami kendala karena proses penyakit.

Instrumen yang digunakan adalah alat ukur *Geriatric Depression Scale Short Form* untuk mengukur tingkat depresi dengan 15 pertanyaan yang ditanyakan ke responden dengan jawaban ‘ya atau tidak’, dan kriteria penilaian: 0-5 normal, 6-10 depresi ringan, 11-15 depresi berat. Kuisioner Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan 27 pernyataan yang diberikan kepada responden dengan 4 pilihan yaitu: untuk pernyataan positif sangat setuju dengan poin 4, setuju dengan poin 3, tidak setuju dengan poin 2, sangat tidak setuju dengan poin 1, untuk pernyataan negatif sangat setuju dengan poin 1, setuju dengan poin 2, tidak setuju dengan poin 3, sangat tidak setuju dengan poin 4, dan kriteria penilaian: ≥ 107 tinggi, 90-106 sedang, ≤ 89 rendah. Teknik pengumpulan data penelitian ini dengan cara observasi ke lokasi tujuan untuk melakukan pendekatan pada lansia supaya bisa dilakukan pengkajian serta memberikan lembar penjelasan dan persetujuan kepada responden. Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa deskriptif univariat menggunakan SPSS versi 21.

Adapun penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik penelitian (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Nomor: 39/KEPK-FK/II/2023.

HASIL

Adapun gambaran karakteristik responden pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia (n=65)

	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	37	56,9
Perempuan	28	43,1
Usia		
45-59 tahun	2	2
≥ 60 tahun	63	98

Pada tabel diatas didapatkan bahwa jumlah lansia laki-laki sebanyak 37 orang (56,9%), sedangkan jumlah lansia perempuan sebanyak 28 orang (43,1%). Adapun jumlah usia 45-59 tahun sebanyak 2 orang (2%), sedangkan jumlah usia ≥ 60 tahun sebanyak 63 orang (98%).

Tabel 2 Hasil Kuisioner Geriatric Depression Scale Short Form (n=65)

Hasil Kuisioner Geriatric Depression Scale short form	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	28	43,1
Depresi ringan	23	35,4
Depresi berat	14	21,5

Pada tabel diatas didapatkan bahwa jumlah lansia normal sebanyak 28 orang (43,1%), jumlah lansia depresi ringan sebanyak 23 orang (35,4%), dan jumlah lansia depresi berat 14 orang (21,5%).

Tabel 5 Hasil Kuisioner Dukungan Sosial Teman Sebaya

Hasil Kuisioner Dukungan Sosial Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Dukungan sosial teman sebaya rendah	49	75,4
Dukungan sosial teman sebaya sedang	11	16,9
Dukungan sosial teman sebaya tinggi	5	7,7

Pada tabel diatas didapatkan bahwa jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya rendah sebanyak 49 orang (75,4%), jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya sedang sebanyak 11 orang (16,9%), dan jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya tinggi sebanyak 5 orang (7,7%).

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa jumlah lansia normal sebanyak 28 orang (43,1%), jumlah lansia depresi ringan sebanyak 23 orang (35,4%), dan jumlah lansia depresi berat 14 orang (21,5%). Hasil penelitian sebelumnya didapatkan jumlah lansia normal sebanyak 20 orang (66,7%), jumlah lansia depresi ringan sebanyak 7 orang (23,3%), dan jumlah lansia depresi berat 3 orang (10%) (Annisa et al, 2019). Penelitian Nathalia et al (2020), didapatkan jumlah lansia normal sebanyak 0 (0%), jumlah lansia depresi ringan sebanyak 16 orang (88,9%), dan jumlah lansia depresi berat 2 orang (11,1%). Penelitian Hartutik (2021), didapatkan jumlah lansia depresi ringan sebanyak 31 orang (52%), jumlah lansia depresi sedang sebanyak 29 orang (48%), dan jumlah lansia depresi berat 0 (0%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang dengan depresi berat banyak dialami saat ini, menggunakan GDS peneliti melihat hasil screening bahwa kebanyakan orang mengalami depresi berat (Benedetti et al, 2018). Depresi merupakan masalah kesehatan paling utama di dunia, akan tetapi banyak lansia yang tidak menyadari gejala depresi yang dialaminya, berbeda dengan usia dewasa muda masih banyak yang menyadari gejala depresi (Saracino et al, 2017). Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa lansia banyak mengalami depresi dengan skala ringan. Berdasarkan hasil yang telah peneliti lakukan lansia mengalami depresi karena beberapa faktor, seperti faktor lingkungan yang tidak nyaman bagi lansia dalam menjalani aktivitas, faktor sosial lansia yang jarang berinteraksi dengan sesama lansia di panti sosial karena kurangnya pendekatan terhadap lansia sehingga lansia cenderung tertutup tentang hal-hal yang dialaminya dan faktor budaya. Setiap lansia di panti sosial memiliki budaya yang berbeda-beda seperti kebiasaan makan, makanan yang dimakan, cara berpakaian, cara berbicara, dan lain lain. Hal tersebut membuat lansia mengalami depresi karena tidak terbiasa dengan budaya yang terdapat di panti sosial dengan mengharuskan lansia mengkonsumsi makanan yang sama, pakaian yang sama, dan kegiatan yang sama. Dari beberapa faktor tersebut membuat lansia mengalami depresi dari skala ringan dan berat. Depresi yang meningkat pada lansia memiliki beberapa faktor pencetus, salah satunya faktor psikologis. Psikologis

manusia terutama pada lansia sangat berpengaruh terhadap prilaku pertumbuhannya ke arah negatif atau menjadi pribadi yang positif karena psikologi pertumbuhan pribadi yang positif merupakan pribadi yang mempunyai tingkat kesejahteraan yang tinggi (Baihaqi et al, 2020).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya rendah sebanyak 49 orang (75,4%), jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya sedang sebanyak 11 orang (16,9%), dan jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya tinggi sebanyak 5 orang (7,7%). Hasil penelitian sebelumnya didapat bahwa jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya rendah sebanyak 21 orang (40,4%), dan jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya tinggi sebanyak 31 orang (59,6%) (Azwan et al, 2015). Penelitian Soewignjo et al (2020), didapatkan bahwa jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya sangat rendah sebanyak 2 orang (3,3%), rendah 10 orang (16,7%), sedang 27 orang (45,0%), tinggi 17 orang (28,3%), dan sangat tinggi 4 orang (6,7%).

Hasil penelitian menunjukkan dukungan sebaya dalam hal ketidaksetaraan dapat diatasi dengan membuat organisasi yang terbentuk dalam kelompok agar dapat memberikan dukungan sebaya, namun biasanya organisasi yang telah terbentuk memiliki latar belakang yang relatif tinggi (Hunt et al, 2021). Pada penelitian Wood et al (2020), dukungan teman sebaya melibatkan dukungan informasi, penilaian, dan emosional untuk orang dengan penyakit ginjal dalam hal untuk meningkatkan pemahaman seseorang mengenai dukungan sebaya, ketersediaan, hambatan, dan fasilitatornya. Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya lebih dominan di skala rendah dan sedang. Hasil dari penelitian yang telah peneliti lakukan terdapat banyak lansia yang tidak suka berinteraksi dengan teman sebayanya sehingga dukungan teman sebaya di panti sosial tersebut cenderung rendah. Beberapa penelitian juga telah menunjukkan hasil yang serupa, dukungan teman sebaya yang rendah disebabkan karena kurangnya kegiatan lansia yang dapat menjalin kebersamaan sesama lansia.

Tingkat depresi dominan dialami dengan skala depresi ringan dan dukungan teman sebaya dominan dialami pada skala rendah dan sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat banyak lansia yang mengalami depresi dan dukungan teman sebaya rendah. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pendekatan terhadap lansia yang membuat lansia merasa tenang dan memiliki dukungan dalam hal apapun. Dukungan teman sebaya yang rendah karena lansia cenderung lebih memetingkan dirinya sendiri. Oleh karena itu, sangat diperlukan pendekatan dan pemahaman terhadap lansia mengenai pentingnya dukungan dari teman sebaya agar lansia dapat merasa tenang, nyaman, dan merasa dihargai, sehingga tidak terjadi peningkatan depresi terhadap lansia.

Adapun keterbatasan penelitian yakni lansia banyak yang mengulur waktu untuk dilakukan penelitian dengan mengatakan ingin makan terlebih dahulu, istirahat, sholat, dan aktivitas lainnya sehingga penelitian untuk setiap respondennya membutuhkan waktu cukup lama. Selain itu, banyak lansia yang masuk ke dalam kriteria eksklusi disebabkan proses penyakit seperti gangguan pendengaran, demensia, kelumpuhan, gangguan berbicara, stroke, dan ODGJ. Adapun dari total sebanyak 106 orang, hanya 65 orang yang bersedia menjadi responden.

KESIMPULAN

Penelitian penerapan kompres jahe merah terhadap lansia dengan gout artritis telah dilakukan pada 3 responden yang ada di kelurahan Lok Bahu, Samarinda maka kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi kompres jahe merah pada ketiga responden menunjukkan skala nyeri 4-5 (nyeri sedang). Adapun intensitas nyeri sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah pada ketiga responden menunjukkan skala nyeri 2 (nyeri ringan) dan dua responden yang sudah tidak mengalami nyeri. Setiap responden mengalami karakteristik nyeri yang berbeda dan mendapatkan perlakuan yang sama saat intervensi. Perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres jahe merah menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kompres jahe merah. Diharapkan dapat menerapkan terapi kompres jahe merah sedikitnya 15 menit sehari pada lansia yang mengalami nyeri sendi, yang bertujuan untuk mempercepat penurunan skala nyeri. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan berbasis evidence based untuk terapi komplementer untuk mengurangi nyeri pada pasien gout

arthritis. Hasil penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda, untuk tingkat depresi didapatkan bahwa jumlah lansia normal sebanyak 28 orang (43,1%), jumlah lansia depresi ringan sebanyak 23 orang (35,4%), dan jumlah lansia depresi berat 14 orang (21,5%). Untuk dukungan teman sebaya didapatkan bahwa jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya rendah sebanyak 49 orang (75,4%), jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya sedang sebanyak 11 orang (16,9%), dan jumlah lansia dengan dukungan sosial teman sebaya tinggi sebanyak 5 orang (7,7%). Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda mengalami depresi dan dukungan teman sebaya yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Anna, A., Barbano, B., Willem, W., Grauer, E., Lowe, S. R., & Matsuoka, Y. (2020). Differentiating Ptsd From Anxiety And Depression: Lessons From The Icd-11 Ptsd Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety*, 36(6), 490-498.

Annisa, M., Amelia, R., Dewi, N.P. (2019). Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Guguak Kabupaten 50 Kota Payakumbuh. *Health & Medical Journal*. 1(2), 1-5.

Arianto, F., & Damaiyanti, M. (2019). Hubungan Social Support dengan Depresi pada Lansia di Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 482–487.

Azwan., Herlina., Karim, D. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha. *JOM*, 2(2), 962-970

Bahtiar, B., Sahar, J., & Widyatuti, W. (2020). Music, dhikr, and deep breathing technique to decrease depression level in older adults: Evidence-based practice in Depok City, Indonesia. *ASEAN Journal of Community Engagement*, 4(2), 468–484. <https://doi.org/10.7454/ajce.v4i2.1093>

Baihaqi, Mif., Bhakti, A Pramukti. (2020). Psikologi Pertumbuhan Pribadi Positif. Refika.

Behrendt, D., Schirmer, M., Wendschuh, V., & Sumngern, C. (2021). Integrating Social Support Into Interventions Among The Elderly In Nursing Homes: A Scoping Review Protocol. *Bmj Open*, 12(2), 1–6.

Benedetti, A., Wu, Y., Levis, B., Wilchesky, M., Boruff, J., Loannidis, John P A., Patten, B Scott., Cuijpers, P., Shrier, L., Gilbody, S., Ismail, Z., Mcmillan, D., Mitchell, N., Ziegelstein, C Roy., Thombs, D Brett. (2018). Diagnostic Accuracy Of The Geriatric Depression Scale-30, Geriatric Depression Scale-15, Geriatric Depression Scale-5 And Geriatric Depression Scale-4 For Detecting Major Depression: Protocol For a Systematic Review And Individual Participant Data Meta-Analysis. *BMJ Open*, 8(12), 1-6

Depkes RI. (2015). Buku Pedoman Kesehatan Jiwa. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

Hartutik, S., Nurrohmah, A. (2021). Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Di Masa Pandemic Covid-19: Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas. 4(1), 6-18.

Hunt, L., Thomson, G., Whittaker, K., Dykes, F. (2021). Non-Propit Breastfeeding Organisations' Peer Support Provision In Areas Of Socio-Economic Deprivation In Tek Uk: A Metaethnography. *Maternal and Child Nutrition*, 18(18), 1-13.

Kementrian Kesehatan Ri. (2020). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementrian Kesehatan RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.

Kiroh, A. G. M., Kairupan, B. H. R., & Munayang, H. (2021). Gambaran Kesehatan Mental Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Biomedik:Jbm*, 13(3), 338–345.

Lina. (2015). World Health Statistic 2015. In *World Health Organization* (Vol. 13, Issue 3).

Muizzulhafidh, A. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember. Universitas Jember.

Mulya, H. C., & Ambarini, T. K. (2019). The Meanng in life And Depression Level Among Student. *Psikodimensia*, 18(2), 122–130. <https://doi.org/10.24167/psidim.v18i2.2151>

Nathalia, V., Elvira, M. (2020). Terapi Kognitif Menurunkan Depresi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*. 7(2), 87-91

Pranitika, M., Hendriyani, R., & Mabruri, M. I. (2014). Hubungan Emotion Focused Coping Dengan Game Online Addcition Pada Remaja Di Game Centre Bagian Semarang Barat Dan Selatan. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 6(1), 24–27.

Putri, S. I., & Fitriyani, P. (2016). Gambaran Tingkat Depresi Lansia Yang Melakukan Senam Di Panti Sosial Tresna Werdha Di Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(2), 92–99.

Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Sumatera Di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 217–222.

Saracino, M, R., Mark I. Weinberger, I, M., Roth, J, A., Hurria, A., Nelson, J, C. (2017). Assessing Depression In a Geriatric Cancer Population: HHS Public Access. 26(10), 1484-1490.

Sari, R. S., & Syafiq, M. (2022). Dukungan Sosial Pada Lanjut Usia Perempuan Yang Terlantar Di Panti Wredha. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 172–186.

Schwei, R. J., Hetzel, S., Kim, K., Mahoney, J., Deyoung, K., Frumer, J., Lanzafame, R. P., Madlof, J., Simpson, A., Zambrano-Morales, E., & Jacobs, E. A. (2021). Dukungan Peer-to-Peer dan Perubahan dalam Kesehatan dan Kesejahteraan pada Lansia Lembur. *JAMA Network Open*, 4(6), 0. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.12441>

Simanjuntak, Lia Susanti Sulistyaningsih, W. (2018). Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Lansia Ditinjau Dari Bentuk Dukungan Teman Sebaya. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 13(2), 59–73.

Soewignjo, P., Irawan, E., Al Fatih, H., Saputri, U., Saputra, A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Ciparay. 8(2). 268-277.

Surasa, N. I., & Murtiningsih, M. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Harga Diri Remaja Di Smpn 258 Jakarta Timur. *Borneo Nursing Journal (Bnj*, 3(1), 14–22.

WHO. *World Health Statistic Report*. (2015). Geneva: World Health Organization.

WHO. *World Health Statistic Report*. (2016). Geneva: World Health Organization.

WHO. *World Health Statistic Report*. (2020). Geneva: World Health Organization.

Wood, E., Trasolini, A., Thomas, N. (2022). Barriers And Facilitators To Implementing And Sustaining Peer Support In Kidney Care: Journal of Renal care. 48(2), 128-138.