Edusola : Journal Education, Sociology and Law
https://publisherqu.com/index.php/edusola
Vol. 2 No. 1 Maret 2026
https://issn.brin.go.id/terbit/detail/20250326110343005

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TINGKAT DEPRESI TERHADAP KUALITAS HIDUP PEREMPUAN PADA MASA LANSIA DI KELURAHAN BUKIT TUNGGALKECAMATAN JEKAN RAYA KOTA PALANGKA RAYA

Helma[1], Anggrita Sari[2], Sefentina Agustin[3]
[1,2,3]Akademi Kebidanan Betang Asi Raya, Program Studi Kebidanan, Palangka Raya
Email: rahelma40@gmail.com

Abstrak

Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia berdampak pada tingginya masalah kesehatan, terutama gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan. Dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam menjaga stabilitas emosional dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Perempuan lansia lebih rentan mengalami depresi akibat perubahan peran sosial, kehilangan pasangan, serta berkurangnya dukungan emosional. Di Kelurahan Bukit Tunggal, Kecamatan Jekan Raya, Kota Palangka Raya, tercatat 78 lansia, terdiri dari 45 perempuan (57,7%) dan 33 laki- laki (42,3%). Kondisi ini menunjukkan bahwa perempuan lansia membutuhkan perhatian khusus terhadap kesejahteraan psikologisnya. Penelitian melibatkan 43 perempuan lansia dengan instrumen kuesioner dukungan keluarga, tingkat depresi, dan kualitas hidup. Hasil menunjukkan 41,5% lansia memiliki dukungan keluarga kategori cukup, sedangkan 51,1% mengalami depresi ringan. Terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup (p=0,000) serta antara tingkat depresi dengan kualitas hidup (p=0,009). Dukungan keluarga menjadi faktor paling berpengaruh dengan nilai Exp(B)=11,232.
Kata kunci: Dukungan Keluarga, Depresi, Kuallitas Hidup, Lansia

Abstrack

The increasing number of older adults in Indonesia has led to a rise in health problems, particularly psychological issues such as depression and anxiety. Family support plays an essential role in maintaining emotional stability and improving the quality of life of the elderly. Older women are more vulnerable to depression due to changes in social roles, the loss of a spouse, and reduced emotional support. In Bukit Tunggal Village, Jekan Raya District, Palangka Raya City, a total of 78 older adults were recorded, consisting of 45 older women (57.7%) and 33 older men (42.3%). This indicates that older women require greater attention regarding their psychological well-being. The study involved 43 older women using questionnaires on family support, depression levels, and quality of life. Results showed that 41.5% had moderate family support, while 51.1% experienced mild depression. There was a significant relationship between family support and quality of life (p=0.000), as well as between depression levels and quality of life (p=0.009). Family support was the most influential factor, with an Exp(B)=11.232.
Keywords: Falmily Support, Depression, Quallity Of Life, Elderly

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap kehidupan ketika seseorang telah memasuki usia dewasa lanjut yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh dalam beradaptasi terhadap stres lingkungan, serta mengalami penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial, dan ekonomi (Wiralini et al., 2021). Menurut World Health Organization (WHO), kelompok usia lanjut dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu usia paruh baya (45–59 tahun), lanjut usia (60–74 tahun), usia tua (75–90 tahun), dan usia sangat tua (di atas 90 tahun) (Adriani et al., 2021).

Peningkatan jumlah penduduk lansia di Indonesia perlu mendapatkan perhatian yang lebih serius, baik dari aspek pelayanan sosial, kesehatan, maupun kesejahteraan. Hal ini bertujuan agar para lansia dapat menikmati masa tua dengan kualitas hidup yang baik. Salah satu permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah gangguan psikologis, khususnya depresi (Anissa et al., 2021). Secara global, prevalensi depresi pada lansia mencapai sekitar 13,5%, dengan proporsi 8,4% pada perempuan dan 5,1% pada laki-laki. Sementara itu, di Indonesia, prevalensi depresi pada lansia dari tingkat ringan hingga berat mencapai 32% (Rini Andriyani, 2019).

Prevalensi depresi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Kelompok usia 75 tahun ke atas memiliki angka tertinggi, yaitu sekitar 8,9%, diikuti usia 65–74 tahun sebesar 8,0%, dan usia 54–64 tahun sebesar 6,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Data menunjukkan bahwa terdapat 55 orang lansia yang mengalami depresi. Kondisi ini umumnya dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti perubahan kondisi fisik, kehilangan pekerjaan, kehilangan orang terdekat, isolasi sosial, serta perasaan kesepian (Hariyanto et al., 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Bukit Tunggal, Kecamatan Jekan Raya, Kota Palangka Raya, jumlah lansia tercatat sebanyak 78 orang. Dari jumlah tersebut, lansia perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Secara persentase, terdapat 45 lansia perempuan (57,7%) dan 33 lansia laki-laki (42,3%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia di wilayah tersebut adalah perempuan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Bukit Tunggal, Kecamatan Jekan Raya, Kota Palangka Raya, pada tanggal 20 Agustus hingga 18 September 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perempuan lansia di wilayah tersebut yang berjumlah 78 orang, dengan sampel sebanyak 43 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner tertutup yang meliputi kuesioner dukungan keluarga, tingkat depresi lansia, dan kualitas hidup. Instrumen tersebut telah digunakan dalam penelitian sebelumnya dan dinyatakan layak untuk mengukur variabel yang diteliti. Pengumpulan data dilakukan melalui kunjungan langsung ke rumah responden. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi serta persentase. Penentuan kategori pada masing-masing variabel didasarkan pada persentase skor, yaitu kategori baik (≥75%), cukup (56–75%), dan kurang (≤55%).

PEMBAHASAN DAN ANALISIS

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karkateristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	60–65 Tahun	15	40,4
	66–70 Tahun	10	26,6
	71–75 Tahun	7	26,6
	76–80 Tahun	6	6,4
	81–85 Tahun	4	4,3
	86–90 Tahun	1	1,1
Jenis Kelamin	Laki-laki	16	27,7
	Perempuan	27	72,3
Agama	Islam	38	98,9
	Kristen	5	1,1
Suku	Banjar	32	87,2
	Jawa	8	7,4
	Dayak	3	5,3
Status Pernikahan	Menikah	38	94,5
	Cerai Mati	5	5,3
Status Pekerjaan	Tidak Bekerja	25	94,5
	Buruh	10	12,8
	Wiraswasta	4	4,3
	Lain-lain	4	8,5
Status Pendidikan	Tidak Tamat SD	24	31,9
	SD	10	42,6
	SMP	4	11,7
	SMA	2	5,3
	Perguruan Tinggi	3	8,5
Tempat Tinggal	Tinggal bersama keluarga	37	93,6
	Tinggal sendiri	6	6,4

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Kelurahan Bukit Tunggal berada pada kelompok usia 60–65 tahun, yaitu sebanyak 15 orang (40,4%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 27 orang (72,3%). Dari aspek agama, hampir seluruh responden menganut agama Islam, yaitu sebanyak 38 orang (98,9%). Dilihat dari latar belakang suku, sebagian besar lansia berasal dari suku Banjar dengan jumlah 32 orang (87,2%). Berdasarkan status pernikahan, mayoritas

responden masih menikah, yaitu sebanyak 38 orang (94,5%). Dari segi pekerjaan, sebagian besar lansia tidak bekerja, yaitu sebanyak 25 orang (94,5%). Tingkat pendidikan responden umumnya berada pada jenjang sekolah dasar (SD), yaitu sebanyak 10 orang (42,6%). Selain itu, sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga, yaitu sebanyak 37 orang (93,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Jenis Dukungan	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dukungan Emosional	Kurang	10	22,3
	Cukup	6	8,5
	Baik	27	69,1
Dukungan Instrumental	Kurang	9	28,7
	Cukup	22	41,5
	Baik	12	29,8
Dukungan Informasi	Kurang	15	22,3
	Cukup	7	8,5
	Baik	21	69,1
Dukungan Penghargaan	Kurang	12	21,3
	Cukup	11	16,0
	Baik	20	62,8
Jumlah	-	43	100,0

Berdasarkan distribusi frekuensi pada Tabel 2, menunjukkan bahwa secara umum dukungan keluarga pada lansia berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 39 orang (41,5%). Ditinjau dari masing-masing jenis dukungan, dukungan emosional didominasi oleh kategori baik, dengan jumlah 27 orang (69,1%). Pada dukungan instrumental, sebagian besar responden berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 22 orang (41,5%). Selanjutnya, dukungan informasi mayoritas berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 21 orang (69,1%). Demikian pula dengan dukungan penghargaan, yang didominasi oleh kategori baik dengan jumlah 20 orang (62,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	10	26,6
Ringan	28	51,1
Berat	5	22,3
Jumlah	43	100,0

Berdasarkan distribusi frekuensi pada Tabel 3, menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada tingkat depresi ringan, yaitu sebanyak 28 orang (51,1%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup

Aspek	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kemampuan Sensorik	Baik	9	9,6
	Buruk	34	90,4
Kematian	Baik	14	25,5
	Buruk	29	74,5
Aktivitas Masa Lalu, Sekarang, dan Masa Depan	Baik	38	94,7
	Buruk	5	5,3

Aspek	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Partisipasi Sosial	Baik	36	92,6
	Buruk	7	7,4
Otonomi	Baik	38	94,7
	Buruk	5	5,3
Kedekatan	Baik	26	67,0
	Buruk	17	33,0
Jumlah	-	43	100,0

Berdasarkan distribusi frekuensi pada Tabel 4.4, menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup dalam kategori buruk, yaitu sebanyak 20 orang (63,8%). Ditinjau dari masing-masing domain, kemampuan sensorik lansia di wilayah tersebut umumnya berada pada kategori buruk, yaitu sebanyak 34 orang (90,4%). Pada domain kematian, mayoritas responden juga berada pada kategori buruk, yaitu 29 orang (74,5%). Sementara itu, pada domain aktivitas masa lalu, masa sekarang, dan masa depan, sebagian besar lansia berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 38 orang (94,7%). Hal serupa juga terlihat pada domain partisipasi sosial, di mana mayoritas responden berada pada kategori baik sebanyak 36 orang (92,6%). Selanjutnya, pada domain kemandirian (otonomi), sebagian besar lansia berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 38 orang (94,7%). Adapun pada domain kedekatan, mayoritas responden berada pada kategori baik, yaitu 26 orang (67,0%).

Tabel 5. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia

Dukungan Keluarga	Kualitas Hidup Baik n (%)	Kualitas Hidup Buruk n (%)	p-value
Kurang	10 (20,2)	7 (79,2)	
Cukup	5 (2,1)	12 (94,9)	0,000
Baik	20 (28,7)	4 (4,3)	
Jumlah	20 (63,8)	23 (36,2)	43 (100,0)

Berdasarkan Tabel 5, hasil tabulasi silang antara dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia yang dianalisis menggunakan uji statistik *chi-square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 dengan tingkat signifikansi < 0,05. Nilai *p* (0,000) lebih kecil dibandingkan dengan batas signifikansi (0,05), sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia dalam penelitian ini.

Tabel 6. Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualital Hidup Lansia

Tingkat Depresi	Kualitas Hidup Baik n (%)	Kualitas Hidup Buruk n (%)	p-value
Normal	10 (16,0)	4 (10,6)	
Ringan	10 (16,0)	9 (35,1)	0,009
Berat	4 (28,7)	6 (4,3)	
Jumlah	24 (36,2)	19 (63,8)	43 (100,0)

Berdasarkan Tabel 6, hasil tabulasi silang antara tingkat depresi dan kualitas hidup lansia yang dianalisis menggunakan uji statistik *chi-square* menunjukkan nilai *p-value*

sebesar 0,009 dengan tingkat signifikansi < 0,05. Nilai *p* (0,009) lebih kecil dibandingkan dengan batas signifikansi (0,05), sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup lansia dalam penelitian ini.

Tabel 7. Hubungan Dukungan Keluarga Dan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Lansia

Variabel	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp (B)	95% C.I. for Exp (B) Lower	Upper
Tingkat Depresi	1,226	0,443	7,659	1	0,006	0,293	0,123	0,669
Dukungan Keluarga	2,419	0,541	19,970	1	0,000	11,232	3,888	32,448
Constant	3,717	1,250	8,835	1	0,003	1,24	-	-

Hasil analisis pada Tabel 4.7 menunjukkan adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat depresi terhadap kualitas hidup lansia. Nilai *Exp(B)* pada variabel dukungan keluarga sebesar 11,232 dan pada variabel tingkat depresi sebesar 0,293 menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap kualitas hidup lansia dibandingkan dengan tingkat depresi.

Variabel dukungan keluarga menunjukkan nilai *Exp(B)* sebesar 11,232 dengan nilai signifikansi 0,000 (p < 0,05). Hal ini berarti bahwa lansia yang memperoleh dukungan keluarga yang kurang memiliki risiko 11,232 kali lebih besar untuk mengalami kualitas hidup yang buruk dibandingkan dengan lansia yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Sebaliknya, lansia dengan dukungan keluarga yang baik memiliki peluang 11,232 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang dukungan keluarganya kurang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar perempuan lansia di Kelurahan Bukit Tunggal tinggal bersama keluarga, tingkat dukungan yang diberikan belum sepenuhnya optimal. Mayoritas lansia berada pada kategori dukungan keluarga cukup, yang mencerminkan bahwa perhatian, pendampingan, dan keterlibatan keluarga dalam kehidupan lansia masih belum merata. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan emosional, informasional, instrumental, serta penghargaan dari keluarga belum diberikan secara maksimal. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kesibukan anggota keluarga, tingkat pendidikan, kondisi ekonomi, serta kurangnya pemahaman keluarga mengenai kebutuhan psikologis lansia.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Salri dan Wulandari (2021) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga berpengaruh terhadap tingkat depresi lansia, di mana lansia dengan

dukungan keluarga rendah lebih rentan mengalami depresi. Selain itu, penelitian Rahmawati dkk. (2020) juga menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan lansia, yang berarti semakin baik dukungan keluarga, maka semakin rendah tingkat permasalahan psikologis yang dialami. Namun demikian, hasil penelitian ini berbeda dengan temuan Sri Utami dan Dewi (2022) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis keluarga secara intensif mampu menurunkan tingkat depresi lansia secara signifikan. Perbedaan ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, pola interaksi dalam keluarga, karakteristik lansia, serta intensitas pendampingan keluarga.

Secara teoritis, dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga stabilitas emosional dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Lansia yang tinggal bersama keluarga serta mendapatkan perhatian yang memadai cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih rendah dan kualitas hidup yang lebih baik. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan adanya kesenjangan antara teori dan kondisi di lapangan, di mana sebagian lansia yang tinggal bersama keluarga masih mengalami dukungan yang kurang optimal dan tetap menunjukkan gejala depresi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia, kondisi kesehatan fisik, pengalaman hidup, serta tingkat keterlibatan keluarga dalam aktivitas sehari-hari lansia.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa lansia telah memahami beberapa aspek dasar dukungan keluarga, seperti pentingnya keberadaan keluarga dalam memberikan perhatian, kenyamanan emosional, serta bantuan dalam aktivitas sehari-hari. Akan tetapi, pemahaman keluarga terhadap kebutuhan yang lebih kompleks, seperti pemberian informasi kesehatan, pendampingan dalam pengambilan keputusan, serta pemberdayaan lansia agar tetap mandiri, masih perlu ditingkatkan. Lansia yang memperoleh dukungan keluarga rendah berisiko mengalami penurunan kualitas hidup dan lebih rentan terhadap gangguan depresi yang tidak tertangani.

Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan dukungan keluarga melalui pendekatan edukatif yang lebih efektif serta peningkatan interaksi dalam keluarga. Program penyuluhan mengenai kesehatan mental lansia, pemberdayaan keluarga melalui modul pendampingan, serta pemanfaatan media edukasi seperti booklet, leaflet, dan video edukatif dapat menjadi strategi untuk meningkatkan pemahaman keluarga. Upaya tersebut diharapkan mampu meningkatkan kualitas dukungan keluarga dari kategori cukup menjadi baik, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup perempuan lansia di Kelurahan Bukit Tunggal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa dukungan keluarga pada lansia di Kelurahan Bukit Tunggal secara umum berada pada kategori cukup, sementara tingkat depresi lansia rata-rata berada pada kategori ringan, dan kualitas hidup lansia cenderung berada pada kategori buruk. Hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia, serta hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup lansia. Selain itu, ditemukan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan dengan tingkat depresi dalam memengaruhi kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, R., Putri, A., & Rahmadani, S. (2021). Kategori Lanjut Usia Dan Implikasi Kesehatan Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 112–120.

Anissa, S., Wibowo, H., & Pratiwi, L. (2021). Gangguan Psikologis Pada Lansia Dan Faktor Yang Memengaruhi. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 9(1), 45–52.

Hariyanto, M., Setiawan, D., & Yuliana, E. (2020). Faktor Penyebab Depresi Pada Lansia: Tinjauan Dari Aspek Sosial Dan Kesehatan. *Jurnal Psikologi Klinis*, 8(3), 155–162.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Rahmawati, S., Lestari, E., & Handayani, N. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Prima*, 14(1), 67–75.

Rini Andriani, T. (2019). Prevalensi Depresi Pada Lansia di Indonesia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(3), 189–198.

Salri, Y., & Wulandari, D. (2021). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kejadian Depresi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 5(2), 77–85.

Sri Utami, D., & Dewi, N. (2022). Intervensi Keluarga Dalam Menurunkan Tingkat Depresi Lansia Di Wilayah Perkotaan. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 10(1), 23–31.

Wiralini, A., Pertiwi, S., & Lestari, R. (2021). Konsep Lansia Dan Perubahan Fisiologis Pada Proses Penuaan. *Jurnal Geriatri Indonesia*, 12(2), 98–105.

World Health Organization. (2021). *Ageing And Health*. Geneva: WHO Press.