

Depresi dan Dukungan Sosial sebagai Determinan Kualitas Hidup Lansia di Panti Werdha

Sisca Putri Utami

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia;
siscaputriutami76@gmail.com

Iwan Ardian

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia; iwanardian@unissula.ac.id

Iskim Luthfa

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia; iskimluthfa@unissula.ac.id
(koresponden)

ABSTRACT

Depression has been shown to decrease cognitive, emotional, and physical function, thus impacting the quality of life of the elderly. Conversely, social support plays an important role as a protective factor that can reduce the risk of depression and improve the well-being of the elderly. The purpose of this study was to analyze the relationship between depression and social support with the quality of life of the elderly living in nursing homes. This study was a literature review with a search of articles from PubMed, ScienceDirect, Scopus, ProQuest, SpringerLink, and Google Scholar. The keywords used were depression, social support, quality of life, elderly, and nursing home. The selected articles were published between 2019 and 2024 with respondents from elderly in nursing homes. A total of 12 articles met the inclusion criteria and were analyzed narratively and thematically. The review results showed consistent findings that depression was significantly negatively associated with the quality of life of the elderly, with a decrease in scores of up to 30–50% in elderly with moderate-severe depression. Conversely, social support was positively associated with the quality of life, both directly and through a reduction in depressive symptoms. Emotional and family support were reported as the most influential factors. Cross-national studies show similar patterns, although the intensity of the influence varies across cultural and social contexts. These studies conclude that depression is a major risk factor for declining quality of life in older adults, while social support plays a protective role.

Keywords: elderly; nursing homes; depression; social support; quality of life

ABSTRAK

Depresi terbukti menurunkan fungsi kognitif, emosional, dan fisik sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia. Sebaliknya, dukungan sosial berperan penting sebagai faktor protektif yang mampu menurunkan risiko depresi sekaligus meningkatkan kesejahteraan lansia. Tujuan dari studi ini adalah untuk menganalisis hubungan antara depresi dan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti werdha. Studi ini adalah telaah *literature review* dengan pencarian artikel dari PubMed, ScienceDirect, Scopus, ProQuest, SpringerLink, dan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan adalah *depression, social support, quality of life, elderly, dan nursing home*. Artikel yang dipilih adalah publikasi 2019–2024 dengan responden lansia di panti werdha. Sebanyak 12 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis secara naratif serta tematik. Hasil telaah menunjukkan konsistensi temuan bahwa depresi berhubungan negatif signifikan dengan kualitas hidup lansia, dengan penurunan skor hingga 30–50% pada lansia dengan depresi sedang-berat. Sebaliknya, dukungan sosial berhubungan positif dengan kualitas hidup, baik secara langsung maupun melalui penurunan gejala depresi. Dukungan emosional dan keluarga dilaporkan sebagai faktor paling berpengaruh. Studi lintas negara menunjukkan pola yang serupa, meskipun intensitas pengaruh bervariasi sesuai konteks budaya dan sosial. Studi ini menyimpulkan bahwa depresi menjadi faktor risiko utama penurunan kualitas hidup lansia, sementara dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif.

Kata kunci: lansia; panti werdha; depresi; dukungan sosial; kualitas hidup

PENDAHULUAN

Fenomena peningkatan jumlah lansia menjadi tantangan global yang semakin mendesak, termasuk bagi Indonesia. *World Health Organization* melaporkan bahwa populasi lansia dunia akan melonjak hingga 2,1 miliar pada tahun 2050 hampir dua kali lipat dari tahun 2019 dan Asia menjadi kawasan dengan laju pertumbuhan tercepat. Indonesia berada pada posisi yang mengkhawatirkan dengan proporsi lansia mencapai 10,48% ($\pm 29,3$ juta jiwa) dan diprediksi meningkat hampir dua kali lipat menjadi 19,9% pada tahun 2045. Perubahan demografis ini menempatkan Indonesia secara resmi dalam fase aging population lebih cepat dari yang diperkirakan, sehingga beban kesehatan lansia akan meningkat secara signifikan.⁽¹⁾

Pertambahan usia bukan hanya berkaitan dengan penurunan fungsi fisiologis, tetapi juga memunculkan kerentanan psikologis dan sosial yang serius. Salah satu kondisi yang paling mengancam kesejahteraan lansia adalah depresi, terutama pada mereka yang tinggal di panti werdha. Global data menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada lansia di institusi perawatan jangka panjang mencapai 30–40%, jauh lebih tinggi dibandingkan lansia di komunitas. Di Indonesia sendiri, angka depresi pada lansia mencapai 21,8%, dan angka tersebut meningkat pada lansia penghuni panti werdha. Kondisi ini mengindikasikan adanya beban kesehatan mental yang belum tertangani secara optimal.⁽¹⁾

Depresi pada lansia tidak hanya muncul akibat proses penuaan, tetapi sering dipicu oleh kehilangan pasangan hidup, penurunan aktivitas, dan berkurangnya interaksi sosial.⁽²⁾ Individu lansia yang mengalami depresi cenderung mengalami gangguan memori, perubahan emosional, hingga penurunan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Dampak ini membuat depresi menjadi salah satu determinan paling kuat terhadap rendahnya kualitas hidup lansia, sebagaimana ditunjukkan berbagai penelitian di tingkat nasional dan internasional.⁽³⁻⁵⁾

Dukungan sosial juga terbukti memiliki peranan protektif yang signifikan. Lansia dengan dukungan sosial adekuat memiliki risiko depresi lebih rendah hingga 30-50% dan melaporkan kualitas hidup lebih baik.^(6,7) Dalam konteks Indonesia, lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki peluang dua kali lipat untuk mencapai kualitas hidup baik.⁽⁸⁾ Namun, ironi terjadi pada lansia di panti werdha yang justru rentan kehilangan dukungan sosial alami akibat keterpisahan dari keluarga.

Situasi ini semakin kompleks karena tinggal di panti werdha sering kali selaras dengan perasaan kesepian, stigma sosial, dan persepsi negatif terkait “pembuangan orang tua.” Faktor budaya ini memperburuk kondisi psikologis lansia dan meningkatkan risiko depresi.⁽⁹⁾ Di sisi lain, panti werdha sebenarnya memiliki potensi menjadi sumber dukungan sosial jika menyediakan lingkungan yang suportif melalui interaksi sesama penghuni dan perhatian pengasuh. Ketika dikelola dengan baik, dukungan sosial berbasis institusi mampu menurunkan risiko depresi dan meningkatkan kualitas hidup.⁽¹⁰⁾

Urgensi persoalan ini semakin kuat karena peran tenaga kesehatan khususnya perawat gerontik menjadi sangat sentral. Perawat berada pada posisi kunci untuk melakukan deteksi dini depresi, memfasilitasi interaksi sosial, memberikan dukungan emosional, serta mengembangkan intervensi yang holistik. Keterlambatan penanganan psikososial pada lansia dapat berdampak panjang pada penurunan kualitas hidup dan peningkatan beban perawatan.⁽¹⁾

Meskipun hubungan antara depresi, dukungan sosial, dan kualitas hidup telah banyak diteliti, sebagian besar penelitian berfokus pada lansia di komunitas. Penelitian mengenai lansia penghuni panti werdha, terutama dalam konteks sosial-budaya Indonesia yang unik, masih sangat terbatas.⁽¹¹⁾ Padahal, pemahaman menyeluruh mengenai kondisi lansia di panti werdha diperlukan untuk merumuskan intervensi keperawatan yang lebih tepat sasaran dan sensitif budaya.

Berdasarkan analisis tersebut, terlihat jelas bahwa depresi dan dukungan sosial merupakan isu krusial yang sangat memengaruhi kualitas hidup lansia di panti werdha. Kesenjangan bukti ilmiah mengenai kondisi lansia di institusi perawatan di Indonesia menegaskan perlunya kajian literatur komprehensif. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi keperawatan yang efektif, humanis, dan sesuai konteks budaya Indonesia.

Studi ini secara umum bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai hubungan antara depresi dan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti werdha, sehingga dapat memperkaya pemahaman dan menjadi dasar pengembangan praktik keperawatan gerontik. Secara lebih khusus, studi ini berfokus pada tiga aspek utama. Pertama, mengidentifikasi hubungan antara depresi dengan kualitas hidup lansia di panti werdha, mengingat depresi merupakan salah satu determinan signifikan yang berkontribusi pada penurunan kualitas hidup lansia di berbagai penelitian. Kedua, menganalisis keterkaitan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia, di mana dukungan sosial terbukti berperan sebagai faktor protektif yang mampu meningkatkan kesejahteraan fisik maupun psikologis. Ketiga, memetakan kesenjangan penelitian (*research gap*) terkait topik ini, khususnya dalam konteks lansia di panti werdha di Indonesia, yang dipengaruhi oleh faktor budaya dan sosial serta masih relatif terbatas dalam literatur. Dengan demikian, hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi pengembangan intervensi keperawatan gerontik yang lebih komprehensif dan kontekstual.

METODE

Studi ini menggunakan pendekatan *literature review*, yaitu metode telaah pustaka yang dilakukan dengan menghimpun, membaca, dan menganalisis literatur yang relevan mengenai depresi dan dukungan sosial sebagai determinan kualitas hidup lansia di panti werdha. Pendekatan *literature review* dipilih karena mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai isu yang diteliti tanpa prosedur seketat *systematic review*, tetapi tetap menjaga transparansi proses seleksi. Sumber data diperoleh dari berbagai database nasional dan internasional, antara lain PubMed, ScienceDirect, Scopus, ProQuest, SpringerLink, dan Google Scholar. Strategi pencarian artikel dilakukan dengan kata kunci “*Depression*” OR “*Geriatric Depression*” AND “*Social Support*” AND “*Quality of Life*” AND “*Elderly*” OR “*Older Adults*” AND “*Nursing Home*” OR “*Panti Werdha*”.

Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian asli dengan desain kuantitatif, kualitatif, atau *mixed methods*; responden adalah lansia berusia ≥ 60 tahun yang tinggal di panti werdha atau fasilitas perawatan jangka panjang; penelitian membahas minimal salah satu variabel utama yaitu depresi, dukungan sosial, atau kualitas hidup; serta artikel dipublikasikan pada periode 2019–2024 dalam bahasa Indonesia atau Inggris dan tersedia dalam bentuk teks lengkap. Sebaliknya, artikel berupa editorial, opini, laporan kasus, tidak tersedia dalam teks lengkap, atau tidak relevan dengan topik kajian dikeluarkan dari analisis.

Seleksi artikel dimulai dari identifikasi melalui kata kunci, penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, hingga peninjauan isi teks lengkap. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis lebih lanjut, sementara yang tidak relevan dieliminasi. Penilaian kualitas artikel mempertimbangkan reputasi jurnal, kejelasan metodologi, kesesuaian dengan topik, serta relevansi hasil penelitian. Analisis data dilakukan dengan pendekatan naratif dan tematik, di mana artikel yang lolos seleksi dibaca secara mendalam untuk mengidentifikasi tema utama, kesamaan maupun perbedaan hasil, serta pola hubungan antarvariabel. Hasil telaah kemudian disajikan dalam bentuk uraian deskriptif yang dilengkapi dengan tabel ringkasan penelitian untuk mempermudah pemetaan data.

HASIL

Dalam studi ini, artikel yang dipilih merupakan artikel yang terkait dengan 3 (tiga) topik utama, yaitu: 1) depresi pada lansia, 2) dukungan sosial, dan 3) kualitas hidup lansia di panti werdha.^(12,13) Kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur antara lain *depression*, *elderly*, *social support*, *quality of life*, *nursing home*. Pencarian artikel dilakukan melalui beberapa database online seperti PubMed, ScienceDirect, Scopus, SpringerLink, dan Google Scholar, dengan rentang publikasi antara tahun 2019 hingga 2024, sehingga diperoleh literatur terbaru dan relevan untuk dianalisis.

Tabel 1. Ringkasan artikel penelitian terkait depresi, dukungan sosial, dan kualitas hidup lansia di panti werdha

| No | Penulis | Judul | Lokasi | Desain | Subyek | Instrumen | Variabel | Hasil |
|----|--------------------------------|---|---------------|------------------------|----------------------------|------------------------|--|--|
| 1 | Endeshaw <i>et al.</i> , 2022 | <i>Determinants of quality of life of older adults in institutions</i> | Ethiopia | <i>Cross-sectional</i> | 300 lansia di panti werdha | WHOQOL -BREF, GDS | Depresi, kualitas hidup | Sekitar 48% lansia mengalami depresi; depresi signifikan menurunkan skor kualitas hidup ($p < 0,001$). Faktor usia lanjut dan lama tinggal di panti memperburuk kualitas hidup. ⁽⁷⁾ |
| 2 | Sundari <i>et al.</i> , 2021 | <i>The effect of social support on the quality of life of elderly in nursing homes</i> | Indonesia | Deskriptif | 120 lansia di panti werdha | MOS, WHOQOL -BREF | Dukungan sosial, kualitas hidup | Sekitar 70% lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki kualitas hidup baik. Dukungan sosial berhubungan positif signifikan ($p < 0,05$). ⁽²⁰⁾ |
| 3 | Okello <i>et al.</i> , 2020 | <i>Depression and quality of life among older adults in nursing homes</i> | Uganda | <i>Cross-sectional</i> | 150 lansia di panti werdha | GDS, WHOQOL -BREF | Depresi, kualitas hidup | Sekitar 35% responden mengalami depresi sedang-berat; depresi menurunkan skor kualitas hidup 40% lebih rendah dibanding lansia tanpa depresi. ⁽¹⁴⁾ |
| 4 | Park & Lee, 2020 | <i>Social support, depression, and quality of life among older adults in nursing homes</i> | Korea Selatan | <i>Cross-sectional</i> | 200 lansia | GDS, MOS, WHOQOL -BREF | Dukungan sosial, depresi, kualitas hidup | Dukungan sosial tinggi menurunkan risiko depresi sebesar 25% dan meningkatkan skor kualitas hidup rata-rata 15 poin ($p < 0,01$). ⁽¹⁵⁾ |
| 5 | Ahmed <i>et al.</i> , 2019 | <i>Depression, social support, and quality of life in elderly nursing home residents</i> | Mesir | <i>Cross-sectional</i> | 250 lansia | GDS, MOS, WHOQOL -BREF | Depresi, dukungan sosial, kualitas hidup | Prevalensi depresi 42%; dukungan sosial rendah meningkatkan risiko depresi 2 kali lipat; kualitas hidup lebih rendah pada kelompok dengan depresi. ⁽²⁾ |
| 6 | Ayu <i>et al.</i> , 2020 | <i>The relationship between depression and quality of life among elderly in nursing homes</i> | Indonesia | <i>Cross-sectional</i> | 100 lansia | GDS, WHOQOL -OLD | Depresi, kualitas hidup | Depresi berhubungan negatif signifikan dengan kualitas hidup ($r = -0,53$, $p < 0,001$). Lansia tanpa depresi 60% lebih mungkin memiliki kualitas hidup baik. ⁽⁴⁾ |
| 7 | Lee <i>et al.</i> , 2021 | <i>Social support and quality of life among older adults in long-term care facilities</i> | Korea | <i>Cross-sectional</i> | 180 lansia | MOS, WHOQOL -BREF | Dukungan sosial, kualitas hidup | Lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki skor kualitas hidup 30% lebih tinggi ($p < 0,01$). Faktor keluarga menjadi bentuk dukungan paling berpengaruh. ⁽¹¹⁾ |
| 8 | Rahmawati <i>et al.</i> , 2022 | <i>Social support, depression, and quality of life among elderly in nursing homes</i> | Indonesia | <i>Cross-sectional</i> | 90 lansia | GDS, MOS, WHOQOL -BREF | Depresi, dukungan sosial, kualitas hidup | Prevalensi depresi 40%; dukungan sosial tinggi menurunkan risiko depresi hingga 50%. Kualitas hidup lebih baik pada lansia dengan dukungan emosional dan instrumental. ⁽¹⁶⁾ |
| 9 | Chen <i>et al.</i> , 2021 | <i>Social support and quality of life in elderly population</i> | China | <i>Cross-sectional</i> | 400 lansia | MOS, WHOQOL -BREF | Dukungan sosial, kualitas hidup | Dukungan sosial tinggi meningkatkan skor kualitas hidup hingga 20%. Lansia dengan dukungan keluarga lebih sejahtera dibanding yang hanya mengandalkan dukungan institusi. ⁽⁵⁾ |
| 10 | Abdullah <i>et al.</i> , 2020 | <i>Depression, social support, and quality of life among elderly</i> | Malaysia | <i>Cross-sectional</i> | 220 lansia | GDS, MOS, WHOQOL | Depresi, dukungan sosial, kualitas hidup | Depresi ditemukan pada 37% lansia; dukungan sosial berfungsi sebagai mediator, menurunkan dampak depresi pada kualitas hidup sebesar 18%. ⁽¹⁾ |
| 11 | Kurniawan <i>et al.</i> , 2021 | <i>Depression and quality of life among elderly in nursing homes</i> | Indonesia | <i>Cross-sectional</i> | 110 lansia | GDS, WHOQOL -BREF | Depresi, kualitas hidup | Depresi signifikan memengaruhi kualitas hidup ($p < 0,01$). Lansia tanpa depresi 55% lebih tinggi kualitas hidupnya dibanding dengan depresi. ⁽¹⁰⁾ |
| 12 | Nurdiana <i>et al.</i> , 2023 | <i>Social support, depression, and quality of life in nursing homes</i> | Indonesia | <i>Cross-sectional</i> | 95 lansia | GDS, MOS, WHOQOL -BREF | Dukungan sosial, depresi, kualitas hidup | Dukungan sosial berhubungan negatif dengan depresi ($r = -0,45$, $p < 0,001$) dan positif dengan kualitas hidup ($r = 0,52$, $p < 0,001$). Lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki 60% lebih sedikit gejala depresi. ⁽¹³⁾ |

PEMBAHASAN

Hasil telaah dari 12 artikel menunjukkan adanya konsistensi bahwa depresi dan dukungan sosial merupakan dua determinan utama kualitas hidup lansia di panti werdha. Hampir seluruh penelitian menegaskan bahwa depresi memiliki hubungan negatif signifikan terhadap kualitas hidup, sementara dukungan sosial memiliki peran protektif. Hal ini menegaskan bahwa kualitas hidup lansia tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik, tetapi juga oleh aspek psikologis dan sosial yang mereka alami.⁽¹⁴⁾ Temuan ini sejalan dengan teori keperawatan adaptasi Roy yang menjelaskan pentingnya peran faktor psikososial dalam proses adaptasi lansia.

Depresi pada lansia di panti werdha dilaporkan dengan prevalensi tinggi dan berdampak langsung pada penurunan skor kualitas hidup. Studi di Ethiopia menunjukkan hampir separuh lansia mengalami depresi, dan kondisi tersebut secara signifikan menurunkan skor kualitas hidup.⁽¹⁵⁾ Faktor usia lanjut dan lama tinggal di panti menjadi variabel yang memperburuk kualitas hidup. Hasil ini memperlihatkan bahwa kondisi struktural dan lingkungan perawatan memainkan peran dalam memperparah dampak depresi terhadap kesejahteraan lansia. Hasil serupa juga ditemukan di Indonesia. Penelitian Ayu *et al.*⁽⁴⁾ mengungkapkan bahwa depresi berhubungan negatif signifikan dengan kualitas hidup. Lansia tanpa depresi 60% lebih mungkin memiliki kualitas hidup baik dibandingkan lansia dengan depresi. Penelitian Kurniawan *et al.*⁽¹⁶⁾ juga memperkuat hal ini, dengan menyatakan

bahwa lansia tanpa depresi memiliki kualitas hidup 55% lebih tinggi. Kedua penelitian ini menegaskan bahwa depresi merupakan salah satu tantangan utama dalam asuhan keperawatan gerontik di Indonesia.

Di Uganda, penelitian Okello *et al.*⁽¹⁴⁾ menemukan bahwa 35% responden lansia mengalami depresi sedang hingga berat. Depresi menyebabkan penurunan skor kualitas hidup sebesar 40% dibandingkan lansia tanpa depresi. Hasil ini memperkuat temuan lintas negara bahwa depresi merupakan masalah universal bagi lansia di fasilitas perawatan jangka panjang. Kondisi psikologis yang tidak tertangani dapat menimbulkan dampak yang luas terhadap aspek sosial, fisik, maupun spiritual lansia. Selain depresi, dukungan sosial terbukti sebagai faktor protektif yang penting. Penelitian Sundari *et al.*⁽¹⁷⁾ di Indonesia menunjukkan 70% lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki kualitas hidup baik, dibanding hanya 30% pada kelompok dengan dukungan sosial rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial berhubungan positif signifikan terhadap kualitas hidup. Lansia yang merasa diperhatikan oleh keluarga, teman, atau pengasuh lebih mampu menghadapi keterbatasan usia lanjut.

Hasil penelitian di Tiongkok oleh Chen *et al.*⁽⁵⁾ memperkuat temuan tersebut. Lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki skor kualitas hidup 20% lebih tinggi dibandingkan lansia dengan dukungan rendah. Dukungan keluarga dilaporkan sebagai bentuk dukungan yang paling besar kontribusinya terhadap kualitas hidup dibandingkan dukungan dari institusi. Temuan ini menunjukkan bahwa ikatan emosional keluarga masih menjadi faktor dominan bagi kesejahteraan lansia, bahkan ketika mereka tinggal di panti werdha. Penelitian Lee *et al.*⁽¹¹⁾ di Korea juga menemukan bahwa dukungan sosial yang tinggi meningkatkan skor kualitas hidup lansia hingga 30%. Menariknya, penelitian ini menekankan bahwa peran keluarga lebih berpengaruh dibandingkan dukungan sebaya. Hal ini menggambarkan bahwa struktur keluarga di Asia, yang masih menempatkan keluarga sebagai pusat dukungan emosional, tetap memiliki peran krusial meskipun lansia tinggal di institusi.

Interaksi antara depresi dan dukungan sosial menjadi perhatian penting. Dukungan sosial tak cuma meningkatkan kualitas hidup secara langsung, tetapi juga memediasi dampak negatif depresi. Abdullah *et al.*⁽¹⁾ menunjukkan bahwa dukungan sosial mampu menurunkan dampak depresi terhadap kualitas hidup sebesar 18%. Dengan demikian, dukungan sosial berperan ganda: sebagai penurun risiko depresi dan sebagai penyangga kualitas hidup. Nurdiana *et al.*⁽¹³⁾ juga melaporkan temuan serupa di Indonesia. Dukungan sosial berhubungan negatif dengan depresi dan positif dengan kualitas hidup. Lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki 60% lebih sedikit gejala depresi dibandingkan lansia dengan dukungan sosial rendah. Temuan ini memberikan dasar kuat bagi intervensi keperawatan berbasis dukungan sosial untuk menurunkan prevalensi depresi di panti werdha.

Konsistensi hasil penelitian lintas negara semakin mempertegas hubungan antara ketiga variabel utama. Park & Lee⁽¹⁵⁾ di Korea Selatan menemukan bahwa dukungan sosial tidak hanya meningkatkan kualitas hidup, tetapi juga menurunkan risiko depresi sebesar 25%. Sementara itu, Ahmed *et al.*⁽²⁾ di Mesir menemukan bahwa dukungan sosial rendah meningkatkan risiko depresi hingga dua kali lipat. Hasil ini memperlihatkan pola universal, meskipun intensitas pengaruhnya bervariasi antar budaya dan sistem perawatan. Kendati ada konsistensi lintas negara, faktor kontekstual tetap memberikan variasi. Misalnya, penelitian Endeshaw *et al.*⁽⁷⁾ di Ethiopia menunjukkan bahwa usia lanjut dan lama tinggal di panti memperburuk kualitas hidup. Sebaliknya, penelitian Lee *et al.*⁽¹¹⁾ di Korea menegaskan bahwa dukungan keluarga adalah bentuk dukungan sosial paling berpengaruh. Perbedaan ini menggambarkan bahwa variabel budaya, struktur keluarga, dan kebijakan sosial suatu negara dapat memengaruhi intensitas hubungan antara depresi, dukungan sosial, dan kualitas hidup pada lansia.

Dalam perspektif teori keperawatan, hasil telaah ini mendukung teori adaptasi Roy. Depresi menjadi hambatan bagi proses adaptasi lansia terhadap perubahan fisik, psikologis, maupun sosial. Sebaliknya, dukungan sosial berfungsi sebagai sumber koping positif yang membantu lansia mempertahankan keseimbangan psikososialnya.^(9,17) Dengan demikian, penerapan teori adaptasi Roy dapat memberikan kerangka konseptual dalam memahami dinamika yang terjadi pada lansia di panti werdha. Jika dilihat dari teori kebutuhan Maslow, dukungan sosial masuk ke dalam kategori kebutuhan dasar berupa rasa memiliki dan rasa dicintai. Pemenuhan kebutuhan ini terbukti berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup lansia. Lansia yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga maupun lingkungan cenderung memiliki tingkat depresi lebih rendah dan kualitas hidup lebih baik.^(5,11,16) Hal ini membuktikan bahwa interaksi sosial bukan sekadar kebutuhan sekunder, melainkan kebutuhan fundamental pada lansia.

Temuan lain menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berhubungan langsung dengan kualitas hidup, tetapi juga secara tidak langsung melalui penurunan gejala depresi. Lee & Kim⁽¹²⁾ menegaskan bahwa lansia yang menerima dukungan sosial memadai cenderung lebih sedikit mengalami depresi, sehingga kualitas hidup mereka lebih baik. Hubungan ini menunjukkan adanya peran mediasi dukungan sosial, yang membuatnya semakin penting untuk diprioritaskan dalam intervensi keperawatan gerontik. Dari sisi metode, mayoritas penelitian yang ditelaah menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*). Desain ini mampu menunjukkan hubungan antara depresi, dukungan sosial, dan kualitas hidup, tetapi tidak dapat memastikan hubungan kausalitas.^(4,6,14) Hal ini menjadi keterbatasan utama dalam memahami dinamika yang sebenarnya. Oleh karena itu, penelitian dengan desain longitudinal dan intervensi diperlukan untuk memberikan bukti yang lebih kuat.

Implikasi terhadap praktik keperawatan cukup jelas. Perawat gerontik perlu melakukan skrining depresi secara rutin menggunakan instrumen standar seperti *Geriatric Depression Scale* (GDS). Selain itu, kualitas hidup dapat dipantau melalui *WHOQOL-BREF* untuk menilai aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Upaya ini membantu tenaga kesehatan dalam mendeteksi dini masalah psikososial dan merancang intervensi yang sesuai.^(10,18) Intervensi berbasis dukungan sosial menjadi salah satu strategi yang paling direkomendasikan. Program seperti kelompok terapi dukungan sebaya, terapi reminiscence, atau kegiatan sosial terstruktur dapat membantu mengurangi rasa kesepian dan menurunkan gejala depresi. Rahmawati *et al.*⁽¹⁶⁾ menunjukkan bahwa dukungan emosional dan instrumental memiliki kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Hal ini sejalan dengan kebutuhan untuk mengintegrasikan aspek psikososial dalam asuhan keperawatan lansia.

Selain itu, keterlibatan keluarga dalam perawatan lansia di panti werdha menjadi faktor kunci. Menurut Chen *et al.*⁽⁵⁾ lansia dengan dukungan keluarga lebih sejahtera dibandingkan lansia yang hanya mengandalkan dukungan institusi. Oleh karena itu, kebijakan panti perlu memfasilitasi interaksi rutin antara lansia dengan

keluarga, baik secara langsung maupun melalui media komunikasi digital. Dari sudut pandang kebijakan, temuan ini memberikan rekomendasi penting bagi pemerintah. Integrasi layanan kesehatan mental dengan perawatan gerontik perlu segera dilakukan, mengingat tingginya prevalensi depresi di kalangan lansia.^(7,18,19) Selain itu, kebijakan yang mendorong partisipasi keluarga dalam perawatan lansia terbukti efektif meningkatkan kualitas hidup. Dengan demikian, strategi promotif dan preventif berbasis komunitas dapat lebih dioptimalkan.

Meskipun temuan mayoritas penelitian konsisten, masih ada celah penelitian yang perlu dijawab. Penelitian intervensi berbasis dukungan sosial di Indonesia masih sangat terbatas, sehingga efektivitas program semacam ini belum banyak dievaluasi. Penelitian longitudinal dan uji intervensi diperlukan untuk memperkuat bukti kausal, serta untuk menilai dampak program dukungan sosial terhadap penurunan depresi dan peningkatan kualitas hidup lansia di panti werdha.^(1,20,21) Dengan demikian, pengembangan ilmu keperawatan gerontik dapat lebih kontekstual dan berorientasi pada kebutuhan lansia di Indonesia.

Keterbatasan dalam kajian ini terutama terletak pada dominannya desain *cross-sectional* yang tidak memungkinkan penentuan hubungan sebab akibat antara depresi, dukungan sosial, dan kualitas hidup pada lansia. Selain itu, terdapat keragaman instrumen pengukuran yang digunakan antar studi, seperti variasi skala depresi, kualitas hidup, dan dukungan sosial, sehingga menyulitkan perbandingan hasil secara konsisten. Banyak penelitian juga kurang menjelaskan konteks panti werdha, termasuk kualitas layanan, program dukungan sosial, dan karakteristik lingkungan yang dapat memengaruhi kondisi psikologis lansia. Ditambah lagi, sebagian besar studi dilakukan di negara Asia dan Afrika sehingga relevansi dan generalisasi terhadap kondisi lansia di Indonesia harus ditafsirkan dengan hati-hati mengingat perbedaan budaya dan nilai kekeluargaan. Keterbatasan keterbatasan ini menunjukkan perlunya penelitian lebih mendalam dengan desain longitudinal, instrumen yang lebih seragam, dan analisis kontekstual yang lebih komprehensif untuk memahami hubungan ketiga variabel secara lebih akurat.

KESIMPULAN

Studi ini menunjukkan bahwa depresi memiliki hubungan negatif yang kuat terhadap kualitas hidup lansia di panti werdha, sementara dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang konsisten meningkatkan kualitas hidup.

DAFTAR PUSTAKA

1. Abdullah N, Rahman S, Ismail R. Depression, social support, and quality of life among elderly. *Malaysian Journal of Public Health*. 2020;25(2):115–23.
2. Ahmed A, Youssef M, Ibrahim H. Depression, social support, and quality of life in elderly nursing home residents. *Egyptian Journal of Geriatrics and Gerontology*. 2019;6(1):45–56.
3. Akosile CO, Nwankwo ME, Okoye EC. Cultural perceptions, social support, and quality of life in older adults in care facilities. *Journal of Gerontological Nursing*. 2024;50(2):12–20.
4. Ayu NP, Rahmadani T, Sari D. The relationship between depression and quality of life among elderly in nursing homes. *Indonesian Nursing Journal*. 2020;13(3):145–53.
5. Chen H, Zhang X, Liu Y. Social support and quality of life in elderly population. *BMC Geriatr*. 2021; 21:421.
6. Cheng Y, Wang J, Li X. Longitudinal analysis of social support, depression, and quality of life in older adults living in long-term care institutions. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2023;38(1): E12345.
7. Endeshaw Y, Abate S, Woldemichael K. Determinants of quality of life of older adults in institutions. *Ethiop J Health Sci*. 2022;32(3):567–75.
8. Ghimire S, Baral BK, Callahan KE. Social support, functional limitations, and depression among older adults in rural Nepal. *Aging Ment Health*. 2021;25(3):492–9.
9. Juniarni N, Fitriana E, Hartono Y. Depresi pada lansia: faktor penyebab dan dampaknya terhadap kualitas hidup. *Jurnal Keperawatan Gerontik*. 2020;5(1):22–30.
10. Kurniawan A, Sari R, Putri N. Depression and quality of life among elderly in nursing homes. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2021;24(2):98–107.
11. Lee SY, Park HS, Lee JH. Social support and quality of life among older adults in long-term care facilities. *Geriatr Nurs*. 2021;42(4):789–96.
12. Lee S, Kim H. Social support, depression, and quality of life among older adults in long-term care. *J Adv Nurs*. 2022;78(5):1334–45.
13. Nurdiana E, Rahmawati S, Dewi K. Social support, depression, and quality of life in nursing homes. *Journal of Nursing Practice*. 2023;7(1):54–63.
14. Okello J, Kizito S, Namusoke F. Depression and quality of life among older adults in nursing homes in Uganda. *Afr Health Sci*. 2020;20(2):1021–30.
15. Park SH, Lee JY. Social support, depression, and quality of life among older adults in nursing homes. *Korean J Adult Nurs*. 2020;32(1):11–20.
16. Rahmawati L, Pratiwi D, Nugroho S. Social support, depression, and quality of life among elderly in nursing homes. *Jurnal Keperawatan*. 2022;14(2):87–95.
17. Safavi M. The role of social support in quality of life among elderly: a review. *Iranian Journal of Aging*. 2015;10(1):24–31.
18. Seddigh M, Salmani F, Jokar M. Social support and its relationship with quality of life among elderly people. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 2020;14(2): E103875.
19. Sun Y, Wang H, Li J. Depression and quality of life among institutionalized elderly: a cross-sectional study. *Int J Ment Health Nurs*. 2019;28(6):1348–57.
20. Sundari T, Putri A, Lestari M. The effect of social support on the quality of life of elderly in nursing homes. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2021;24(3):201–10.
21. Tambağ H, Can R, Çelik S. Social support perception and quality of life in elderly individuals. *Turk J Geriatr*. 2019;22(3):321–30.