

## INTISARI

**Latar Belakang:** Berbagai permasalahan muncul seiring dengan bertambahnya usia lansia. Penurunan aktivitas fisik pada lansia dapat mempengaruhi kondisi fisik, sosial, dan psikologis seperti memicu timbulnya kesepian. Kesepian merupakan permasalahan yang seringkali terjadi pada lansia. Kesepian yang dialami oleh lansia diketahui menjadi faktor risiko tinggi terhadap terjadinya depresi. Depresi merupakan permasalahan mental yang serius pada diri lansia karena dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup hingga mengancam nyawa.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan antara tingkat kesepian dengan depresi pada lansia yang mengalami penurunan aktivitas fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan rancangan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di PSTW Unit Abiyoso, Yogyakarta pada bulan Januari-Februari 2024. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dan pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen *UCLA Loneliness Scale ver 3* dan *GDS-15* untuk mengetahui tingkat kesepian dan depresi serta menggunakan uji *Spearman-Rank* untuk melihat hubungan kedua variabel.

**Hasil:** Responden penelitian berjumlah 39 orang. Hasil pengukuran kesepian menunjukkan 64,1% lansia tidak mengalami kesepian, 30,8% kesepian rendah, dan 5,1% kesepian sedang. Hasil pengukuran depresi menunjukkan 61,5% lansia berada pada kondisi normal, 23,1% depresi ringan, 12,8% depresi sedang, dan 2,6% depresi berat. Hasil uji hubungan menggunakan uji *Spearman- Rank* menunjukkan nilai  $p\text{-value}=0,004$  dan koefisien korelasi  $r=0,4453$  dan bernilai positif.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan sedang dan searah antara tingkat kesepian dengan depresi pada lansia di PSTW Unit Abiyoso.

**Kata kunci:** Aktivitas fisik, Depresi, Kesepian, Lansia.

## ABSTRACT

**Background:** Various problems arise as the elderly age. Decreased physical activity affects physical, social, and psychological conditions such as triggering loneliness. Loneliness is a problem that often occurs in the elderly and is a high-risk factor for depression. Depression is a serious mental problem in the elderly because it can reduce the quality of life and even threaten life.

**Objective:** Determined the relationship between the level of loneliness and depression in the elderly with decreased physical activity at the Abiyoso Nursing Home.

**Method:** This was a correlational quantitative research. It used a cross-sectional design and was conducted in Abiyoso Nursing Homes (January-February 2024). To select the respondents, non-probability sampling was used with total sampling method. The UCLA Loneliness Scale ver 3 and the GDS-15 were used to assess the level of loneliness and depression. Spearman rank was used to analyze the data.

**Result:** The research respondents were 39 people. The measurement results of loneliness showed 64.1% of the elderly did not experience loneliness, 30.8% were low loneliness, and 5.1% were moderate loneliness. The measurement of depression showed 61.5% of the elderly were in normal condition, 23.1% mild depression, 12.8% moderate depression, and 2.6% severe depression. An analysis of the relationship using the Spearman-Rank test showed that the  $p\text{-value}=0.004$  and the correlation coefficient  $r=0.4453$  were positive.

**Conclusion:** There is a significant relationship with moderate strength and direction between the level of loneliness and depression in the elderly at the Abiyoso Nursing Home.

**Keywords:** Depression, Elderly, Loneliness, Physical Activity