

PENYULUHAN DAN SKRINING DEMENSIA, DEPRESI, DAN KECEMASAN PADA LANSIA

N.K.S. Diniari¹, I.A.K. Wardani², S.H. Harianja³, I.G.R.P. Wiguna⁴

ABSTRAK

Kejadian demensia, depresi, dan gangguan kecemasan merupakan gangguan yang umum ditemukan pada kelompok lanjut usia (lansia). Di Bali, prevalensi gangguan mental pada lansia mencapai 30%, sehingga membutuhkan perhatian khusus. Permasalahan dalam penyediaan layanan untuk memenuhi kebutuhan kesehatan mental lansia tidak selaras kebutuhan medis lansia yang kompleks. Diperlukan suatu metode yang efektif dalam memeriksa dan menangani kebutuhan kesehatan lansia, terutama pada daerah dengan keterbatasan akses pelayanan kesehatan mental. Nusa Penida merupakan salah satu pulau luar di Bali yang memiliki permasalahan akses kesehatan mental. Pada daerah dengan keterbatasan akses ini, skrining demensia, depresi dan kecemasan memungkinkan pelayanan yang cepat dan efektif dalam menjawab kebutuhan lansia. Penyuluhan tentang gangguan mental pada lansia sangat penting bagi populasi lansia dan keluarganya untuk membantu mengenali tanda-tanda gangguan mental agar dapat tertangani secara efektif sehingga dapat meminimalisir dampak buruknya terhadap lansia. Hal ini juga memperbaiki kualitas hidup dan kapasitas fungsional pada populasi lansia.

Kata kunci : Penyuluhan, Skrining, Gangguan Mental, Lansia.

ABSTRACT

The occurrence of dementia, depression, and anxiety disorders are common conditions found in the elderly population. In Bali, the prevalence of mental health disorders among the elderly reaches 30%, necessitating special attention. The challenges in providing services to meet the mental health needs of the elderly are not aligned with their complex medical requirements. An effective method is needed to assess and address the health needs of the elderly, especially in areas with limited access to mental health services. Nusa Penida is one of Bali's outer islands facing mental healthcare access issues. In such areas with limited access, screening for dementia, depression, and anxiety enables quick and effective services to address the needs of the elderly. Education about mental health disorders in the elderly is crucial for both the elderly population and their families to help recognize signs of mental health issues, allowing for effective management and minimizing

¹ Program Studi Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. P.B. Sudirman, 80232, Denpasar-Indonesia, sridiniari@gmail.com

² Program Studi Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. P.B. Sudirman, 80232, Denpasar-Indonesia, kusuma_wardani@unud.ac.id

³ Program Studi Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. P.B. Sudirman, 80232, Denpasar-Indonesia, sahat.harianja@unud.ac.id

⁴ Program Studi Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. P.B. Sudirman, 80232, Denpasar-Indonesia, raiputrawiguna@gmail.com

adverse impacts on the elderly. This also improves the quality of life and functional capacity of the elderly population.

Keywords: Counseling, Screening, Mental Disorders, Elderly.

1. PENDAHULUAN

Populasi lanjut usia (lansia) terus mengalami peningkatan secara global saat ini. Sebagian besar masyarakat dapat hidup lebih dari 60 tahun. Menurut World Health Organization, populasi lansia di bagian Asia Tenggara ada sekitar 8% atau sebanyak 142 juta jiwa. Pada tahun 2016, diperkirakan 12,4% populasi merupakan penduduk berusia di atas 60 tahun. Proporsi ini diprediksi meningkat menjadi lebih dari 25% penduduk di tahun 2050. Di Asia Tenggara, populasi lansia diperkirakan mencapai 9,6% penduduk. Angka ini diprediksi menjadi 21,1% di tahun 2050 (United Nations, 2016).

Populasi lansia untuk di Indonesia sendiri sudah memasuki periode *ageing population*, yaitu terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan dalam jumlah lansia. Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) (Widyawati, 2019). Peningkatan yang terjadi pada lanjut usia, terjadi karena kemajuan bidang kesehatan sehingga angka harapan hidup meningkat dan menurunnya angka kematian. Lansia juga merupakan kelompok umur yang rentan akan terjadinya penyakit. Sehingga dalam proses penuaan lansia dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti, mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Masalah kesehatan mental yang sering terjadi pada lansia antara lain adalah demensia, depresi, dan gangguan kecemasan. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan mental pada lansia adalah perubahan peran sosial dan lingkungan sosial, disabilitas fisik, gangguan kognitif, dan masalah ekonomi (Abdoli et al., 2022).

Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi gangguan suasana perasaan pada lansia mencapai sekitar 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia. Selain itu, tercatat bahwa prevalensi depresi pada usia 55-64 tahun sebesar 6,5%, usia 65-74 tahun sebesar 8%, dan usia di atas 75 tahun sebesar 8,9% (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan menurut data penelitian yang dilakukan di pulau Jawa dan Bali, prevalensi penyakit demensia di Indonesia mendekati angka 30% (Farina et al., 2023).

Lansia juga lebih sering mengalami stresor dalam kehidupan seperti dukacita, penurunan pendapatan, atau kehilangan tujuan dengan pensiun. Isolasi sosial dan kesepian yang terjadi pada 25% lansia juga merupakan salah satu faktor utama terjadinya gangguan mental pada lansia. Adanya kekerasan pada lansia, baik kekerasan fisik, verbal, psikologis, seksual, ekonomi ataupun penelantaran juga akan mempengaruhi gangguan mental (World Health Organization, 2023). Akibatnya, dapat terjadi penurunan fungsi kognitif dan kapasitas fungsional, penurunan kualitas hidup, isolasi sosial, dan peningkatan risiko bunuh diri (Carpenter et al., 2022). Pemeriksaan kesehatan mental pada lansia sangat penting untuk deteksi dini dan penanganan yang tepat terhadap gangguan mental, yang dapat membantu mencegah penurunan yang parah (Zhang et al., 2023).

Dusun Batumulapan, Desa Batununggul merupakan sebuah Desa yang terletak di Pulau Nusa Penida. Desa Batununggul telah memiliki kelompok lansia yang terdiri dari sekitar 80 orang. Dengan sumber daya finansial dan manusia yang terbatas pada layanan kesehatan mental masyarakat dan primer, tidaklah praktis untuk melakukan semua alat pemeriksaan konvensional secara bersamaan. Oleh karena itu, terdapat kebutuhan yang meningkat untuk pengembangan alat pemeriksaan yang lebih singkat namun komprehensif dan berguna untuk melakukan pemeriksaan pada lansia dalam layanan kesehatan mental masyarakat (Yun et al., 2020). Dengan dilakukannya edukasi dan skrining

gangguan mental pada lansia, diharapkan gangguan mental tersebut dapat dikenali sebelum menjadi lanjut dan mendapat penanganan dini sehingga dapat tercapai *healthy ageing*. Dari permasalahan ini peneliti melakukan Hasil akhir kegiatan ini berupa peningkatan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia dan keluarga. Kegiatan ini diharapkan berkesinambungan dilakukan bukan hanya melibatkan keluarga, tetapi juga masyarakat, pemegang kebijakan, dan keseluruhan masyarakat.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan agar lebih efektif dalam mencapai tujuan adalah dengan melakukan penyuluhan mengenai gangguan mental pada lansia. Kemudian dilakukan skrining untuk gangguan mental menggunakan lembar kuesioner *Geriatric Depression Scale (GDS)*, *Geriatric Anxiety Inventory (GAI)*, *Perceived Stress Scale (PSS)*, dan *Abbreviated Mental Test (AMT)*. Penyuluhan dan skrining melakukan pendataan terhadap lansia di Desa Batununggul dibantu kolaborasi dengan UPTD Puskesmas Nusa Penida I. Jumlah lansia yang terlibat ditargetkan mencapai 65 orang. Pengisian kuesioner dilakukan oleh lansia dengan memilih pernyataan yang paling sesuai dari daftar pernyataan masing-masing kuesioner. Lansia yang kesulitan dalam memahami pengisian kuesioner dapat meminta keterangan dan bantuan kepada peneliti dan tenaga kesehatan dari UPTD Puskesmas Nusa Penida I.

3. HASIL KEGIATAN

3.1 Partisipasi Peserta

Penyuluhan dan skrining gangguan mental pada lansia dilakukan di Desa Batununggul Nusa Penida, bekerja sama dengan UPTD Puskesmas Nusa Penida I dilakukan oleh bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana di Banjar Batumulapan, Desa Batununggul, dengan kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 16-17 Agustus 2024 dengan peserta yang hadir berjumlah 66 orang.

Kegiatan diawali dengan penyuluhan kepada seluruh peserta mengenai gangguan mental. Pemaparan materi gangguan mental oleh Ni Ketut Sri Diniari, dr., Sp.K.J., Subsp.Ger.(K). Pemaparan materi berupa jenis-jenis gangguan mental yang sering dialami oleh lansia, dan juga menekankan pentingnya deteksi dini gangguan mental pada lansia. Acara dilanjutkan dengan sesi diskusi bersama selama 20 menit, secara langsung ditujukan kepada narasumber. Peserta dapat bertanya langsung kepada narasumber mengenai hal-hal yang belum jelas atau yang berkaitan dengan kondisi peserta. Kegiatan lalu dilanjutkan dengan skrining kepada seluruh peserta dengan memberikan kuesioner berisi alat ukur untuk skrining gangguan mental. Untuk peserta yang mengalami gangguan mental juga dilakukan konsultasi dan psikoterapi. Acara kemudian dilanjutkan dengan pemberian tanda terima kasih kepada Desa Batununggul dan ditutup dengan pemberian umpan balik dari para peserta kepada panitia pelaksana kegiatan.

3.2 Hasil Pelaksanaan

Sosialisasi yang dilakukan meningkatkan dan memberikan arahan mengenai akses pelayanan kesehatan mental secara terpadu dan berkesinambungan. Dengan demikian, diharapkan keberhasilan penanganan pada penderita gangguan mental pada lansia akan semakin baik dan tidak terjadi pengabaian/kekerasan terhadap lansia dan kejenuhan/stress pada pendamping/keluarga. Pada kegiatan ini, diharapkan pula semua anggota masyarakat dapat berperan serta aktif di dalam membantu lansia untuk menikmati hidup berkualitas di masa akhir kehidupan seorang manusia.

Penyuluhan dan Skrining Demensia, Depresi dan Kecemasan pada Lansia

Sebagian besar subjek berusia 70-79 tahun (45,5%). Sebagian besar lansia mempunyai pendidikan SD (53%), dan sudah tidak bekerja (65,2%). Sebagian besar lansia juga mempunyai penghasilan di bawah Upah Minimum Provinsi (UMP) (54,5%) dan tinggal bersama keluarga (43,9%). Data karakteristik subjek skrining dapat dilihat pada Tabel 3.1

Tabel 3.1 Tabel Karakteristik Subjek

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Usia		
50 – 59 tahun	9	13,6
60 – 69 tahun	25	37,9
70 – 79 tahun	30	45,5
≥ 80 tahun	2	3
Pendidikan		
SD	35	53
SMP	17	21,2
SMA	14	25,8
Pekerjaan		
Bekerja	23	34,8
Tidak bekerja	43	65,2
Penghasilan per Bulan		
Di bawah UMP	36	54,5
Di atas UMP	30	45,5
Status Tinggal		
Tinggal sendiri	12	18,2
Pasangan	25	37,9
Keluarga	29	43,9

Tabel 3.2 Hasil Skrining Gangguan Mental pada Lansia

Hasil Skrining	Jumlah	
	n	%
Tingkat Stres		
Ringan	21	31,8
Sedang	42	63,6
Berat	3	4,5
Tingkat Kecemasan		
Ringan	41	62,1
Sedang	16	24,2
Berat	9	13,6
Tingkat Depresi		
Ringan	36	54,5
Sedang	26	39,4
Berat	4	6,1
Gangguan Kognitif		
Normal	32	48,5
Sedang	23	34,8
Berat	11	16,7

Dari hasil skrining (Tabel 3.2), didapatkan mayoritas dari subjek lansia mempunyai tingkat stres sedang (63,6%). Tingkat kecemasan yang paling tinggi dialami subjek lansia adalah tingkat ringan (62,1%). Skirining ini juga menemukan tingkat depresi paling banyak dialami oleh lansia adalah tingkat ringan (54,5%). Lansia yang tidak memiliki gangguan kognitif (normal) didapatkan 32 orang (48,5%).

Tabel 3.3 Gambaran Tingkat Kecemasan berdasarkan Tingkat Stres

		Tingkat Kecemasan					
		Ringan		Sedang		Berat	
		n	%	n	%	n	%
Tingkat Stres	Ringan	16	24,2	4	6,1	1	1,5
	Sedang	24	36,4	11	16,7	7	10,6
	Berat	1	1,5	1	1,5	1	1,5

Hasil skrining juga menggambarkan tingkat kecemasan lansia berdasarkan tingkat stres. kelompok lansia dengan tingkat stres ringan, sebagian besar mengalami kecemasan ringan (24,2%). Pada kelompok dengan tingkat stres sedang, cenderung memiliki kecemasan yang ringan (36,4%). Tingkat kecemasan yang lebih berat ditemukan pada lansia dengan stres sedang. Gambaran tingkat kecemasan berdasarkan tingkat stres dapat dilihat pada Tabel 3.3.

Tabel 3.4 Gambaran Tingkat Depresi berdasarkan Tingkat Stres

		Tingkat Depresi					
		Ringan		Sedang		Berat	
		n	%	n	%	n	%
Tingkat Stres	Ringan	16	24,3	5	7,6	0	0
	Sedang	20	30,3	20	30,3	2	3
	Berat	0	0	1	1,5	2	3

Gambaran tingkat depresi lansia berdasarkan tingkat stres (Tabel 3.4) menunjukkan bahwa kelompok lansia dengan tingkat stres ringan, sebagian besar menunjukkan tingkat depresi ringan (24,2%). Pada kelompok lansia dengan tingkat stres sedang, terdapat persamaan jumlah yang mengalami depresi ringan dan sedang (30,3%). Pada kelompok tingkat stres berat hanya ditemukan 3% dengan tingkat depresi berat.

Tabel 3.5 Gambaran Gangguan Kognitif berdasarkan Tingkat Stres

		Gangguan Kognitif					
		Normal		Sedang		Berat	
		n	%	n	%	n	%
Tingkat Stres	Ringan	2	3	3	4,5	16	24,3
	Sedang	8	12,1	19	28,8	15	22,8
	Berat	1	1,5	1	1,5	1	1,5

Berdasarkan Tabel 3.5, pada lansia dengan tingkat stres ringan, sebagian besar mengalami gangguan kognitif berat lansia (24,3%). Sebanyak 19 orang lansia (28,8%) dengan tingkat stres sedang mengalami gangguan kognitif sedang.

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan skrining gangguan mental lansia di Desa Batununggul, Nusa Penida telah dilaksanakan dengan baik. Dari skrining ini didapatkan bahwa terdapat lansia yang mengalami gejala gangguan mental yang berupa gejala stres, kecemasan, depresi, dan gangguan kognitif. Ditemukan juga terdapat gambaran tingkat kecemasan, depresi, dan gangguan kognitif berdasarkan tingkat stres yang dialami lansia. Dari penyuluhan juga dilakukan edukasi agar lansia dapat mengenali gejala gangguan mental yang dialami sehingga dapat mempertahankan kesehatan mental dan kualitas hidup dengan baik. Saran dari hasil skrining ini dapat menjadi landasan bagi pelayanan kesehatan primer untuk menetapkan program dan pemeriksaan berkala kesehatan mental bagi lansia dan tindak lanjut pelayanan kesehatan mental dalam keterbatasan akses yang ada.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kepala Kecamatan Batununggul, dan UPTD Puskesmas Nusa Penida I yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penyuluhan dan skrining gangguan mental pada lansia Desa Batununggul, Nusa Penida. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Mahasiswa KKN yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoli, N., Salari, N., Darvishi, N., Jafarpour, S., Solaymani, M., Mohammadi, M., Shohaimi, S., 2022. The global prevalence of major depressive disorder (MDD) among the elderly: A systematic review and meta-analysis. *Neurosci Biobehav Rev* 132, 1067–1073.
- Carpenter, B.D., Gatz, M., Smyer, M.A., 2022. Mental health and aging in the 2020s. *American Psychologist* 77, 538–550.
- Elsawy, B., Higgins, K.E., 2011. The Geriatric Assessment. *American Family Physician* www.aafp.org/afp 83.
- Farina, N., Jacobs, R., Turana, Y., Fitri, F.I., Schneider, M., Theresia, I., Docrat, S., Sani, T.P., Augustina, L., Albanese, E., Comas-Herrera, A., Du Toit, P., Ferri, C.P., Govia, I., Idris, A., Knapp, M., Banerjee, S., 2023. Comprehensive measurement of the prevalence of dementia in low- and middle-income countries: STRiDE methodology and its application in Indonesia and South Africa. *BJPsych Open* 9, e102.
- Kemkes RI, 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI 53, 1689–1699.
- Nurti, W.D., Zulfitri, R., Jumaini, 2022. Hubungan tingkat kemandirian lansia melakukan activity of daily living dengan kondisi kesehatan mental emosional pada lansia di Desa Banjar Guntung. *Jurnal Medika Utama* 03, 2508–2518.
- United Nations, 2016. Ageing in Asia and the Pacific: Overview. Economic and Social Commission for Asia and the Pacific (ESCAP) United Nations, Thailand.
- Widyawati, 2019. Indonesia Masuki Periode Ageing Population. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. URL <https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/indonesia-masuki-periode-aging-population> (accessed 12.28.23).
- World Health Organization, 2023. Mental health of older adults. WHO. URL <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults> (accessed 12.28.23).
- Yun, K.S., Moon, B.G., Park, M., Kim, S.J., Shin, Y., Cho, S.M., Noh, J.S., Lim, K.Y., Chung, Y.K., Son, S.J., Roh, H.W., Hong, C.H., 2020. Brief Screening for Four Mental Illnesses of the Elderly in Community Mental Health Services: the BS4MI-Elderly. *Psychiatry Investig* 17, 395.
- Zhang, W., Liu, T., Leung, D., Chan, S., Wong, G., Lum, T., 2023. Sad Mood Bridges Depressive Symptoms and Cognitive Performance in Community-dwelling Older Adults: A Network Approach. *Innov Aging*.