
GAMBARAN KESEHATAN MENTAL LANSIA DI POSBINDU UPTD PKM BUNGURSARI**Oleh****Suci Hardianti¹, Wirdan Fauzi Rahman², Sindy³****^{1,2,3}Program Studi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan RS Efarina Purwakarta, Jawa Barat****Email: akperrsefarina@gmail.com**

Article History:*Received: 22-03-2025**Revised: 19-04-2025**Accepted: 25-04-2025***Keywords:***Elderly, Mental Health, Posbindu, GHQ-12*

Abstract: *Adolescent mental health is a crucial aspect of individual development, yet it is often overlooked. The purpose of this study is to provide an overview of the mental health issues of the elderly at the Integrated Health Service Post (Posbindu) of the Bungursari Community Empowerment and Family Welfare Development Center (UPTD PKM) in Purwakarta City, and the factors that influence them. The method used was descriptive with a quantitative approach, through data collection using questionnaires completed by the elderly. Based on the study results, the majority of elderly people experience anxiety and depression, with the main influencing factors being changes in mental well-being, such as stress, anxiety, loneliness, and depression. Poor mental health can negatively impact the quality of life and physical health of the elderly. Therefore, understanding the mental health of the elderly is crucial as a basis for planning promotive and preventive interventions in the community.*

PENDAHULUAN

Masa lanjut usia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan menurunnya kemampuan fisik, kognitif, dan sosial. Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai perubahan biologis dan psikologis yang dapat berdampak pada kesehatan mentalnya. Kesehatan mental yang terganggu dapat memunculkan perasaan sedih, cemas, kesepian, bahkan depresi yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup lansia.

Menurut World Health Organization (WHO, 2023), sekitar 15% populasi lansia di dunia mengalami gangguan mental, dengan depresi dan kecemasan sebagai bentuk yang paling sering terjadi. Di Indonesia, menurut data Kementerian Kesehatan RI (2023), prevalensi gangguan mental emosional pada usia lanjut mencapai 9,8%. Kondisi ini sering kali tidak terdeteksi karena lansia lebih fokus pada keluhan fisik dibanding psikologis.

Posbindu lansia sebagai wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat berperan penting dalam memantau kondisi fisik dan mental lansia. Namun, kegiatan di Posbindu sering kali lebih difokuskan pada pemeriksaan penyakit fisik seperti hipertensi, diabetes, atau kolesterol, sedangkan aspek psikologis kurang mendapat perhatian.

Berdasarkan survei awal di Posbindu UPTD Puskesmas Bungursari Kabupaten Purwakarta, diketahui bahwa sebagian lansia mengeluhkan kesepian, kehilangan semangat,

dan sulit tidur, namun belum pernah dilakukan penilaian kesehatan mental secara sistematis. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental lansia sebagai dasar dalam penyusunan program keperawatan jiwa komunitas.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental lansia pada satu waktu tertentu. Semua lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posbindu di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bungursari, sebanyak 50 orang. Sampel Menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan responden.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden (n=50)

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Usia	60–69 tahun	28	56%
	≥70 tahun	22	44%
Jenis Kelamin	Perempuan	34	68%
	Laki-laki	16	32%
Pendidikan	SD–SMP	36	72%
	SMA ke atas	14	28%
Status Perkawinan	Menikah	30	60%
	Duda/Janda	20	40%

2. Kesehatan Mental Lansia Berdasarkan GHQ-12

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sehat mental	31	62%
Tidak sehat mental	19	38%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kesehatan mental yang baik (62%), namun masih terdapat 38% lansia dengan indikasi gangguan mental ringan hingga sedang. Faktor yang mempengaruhi di antaranya adalah usia,

dukungan keluarga, dan partisipasi sosial.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental lansia. Lansia yang aktif dalam kegiatan Posbindu cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil karena adanya interaksi sosial dan rasa kebersamaan.

KESIMPULAN

Sebagian besar lansia di Posbindu UPTD Puskesmas Bungursari Kabupaten Purwakarta memiliki kesehatan mental yang baik. Namun, masih terdapat sebagian yang berisiko mengalami gangguan mental ringan. Faktor pendukung utama kesehatan mental adalah dukungan keluarga dan keterlibatan sosial lansia dalam kegiatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustina, R., & Wulandari, D. (2021). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada lansia di Posyandu Lansia*. Jurnal Keperawatan Jiwa, 9(2), 110–118.
- [2] Azizah, L. M., & Rahayu, S. (2020). *Keperawatan Gerontik: Konsep dan Aplikasi dalam Asuhan Keperawatan Lansia*. Yogyakarta: Deepublish.
- [3] Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) untuk Lansia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- [4] Fitriani, D., & Nurhidayah, S. (2022). *Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada lansia*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(1), 44–52.
- [5] Hawari, D. (2018). *Dimensi Religi dalam Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [7] Rahmawati, E., & Lestari, D. (2021). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis lansia*. Jurnal Ilmu Keperawatan, 15(3), 155–164.
- [8] Rahmi, S., & Hasanah, N. (2020). *Gambaran kesehatan mental lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Sukamaju*. Jurnal Keperawatan Komunitas, 8(2), 90–98.
- [9] World Health Organization. (2022). *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. Geneva: WHO Press.
- [10] World Health Organization. (2023). *Mental Health of Older Adults*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN