



THE EFFECT OF LOSING A PARTNER ON INCIDENCE OF DEPRESSION

Hamdiana^{1*}, Zulkarnaini² dan Liana Rosnaini³

¹Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh

² Dosen Program Studi Profesi Ners, STIKes Darussalam Lhokseumawe

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh

hamdiana_abubakar@yahoo.co.id¹; zul.mkep@sdl.ac.id²; lianarosnaini16@gmail.com³

*) Correspondence Author

Abstract

Loss is separation of someone from something that originally existed into nothing. Losing a partner triggers psychological disorders in the form of sadness such as depression. In Southeast Asia, Indonesia is ranked fifth in the country with a depression rate of 3.7% or 9,162,886 cases. Based on preliminary data in Meunasah Meucat Village, it was found that as many as 88 people had lost their spouses aged 19-60 years. This study aims to determine the effect of losing a spouse on the incidence of depression in Meunasah Meucat Village, Nisam District, Aceh Utara Regency. This research is analytic study with a cross sectional approach, analysis of sample uses total sampling method obtained of 88 respondents. The depression assessment instrument uses the DASS questionnaire which has been tested for validity and reliability. This research was conducted from April to August 2022 in Meunasah Meucat Village. The results showed that 69 respondents (78.4%) experienced lost of partner due to divorce, 65 respondents (73.9%) had experienced loss for >2 years, the highest level of depression was mild depression (79.5%). The results of the analysis of the effect of the type of loss a partner on the level of depression obtained with p-value on the Pearson chi-square test of $0.633 > \alpha = 0.05$, meaning that there was no effect of the type of loss a partner with the level of depression. While the results of the analysis the effect of length of time losing a partner with the level of depression obtained a p value on the Pearson chi-square test of $0.000 < \alpha = 0.05$, meaning that there is an effect of how many time to loss of a partner with the level of depression in Meunasah Meucat Village.. Family and environmental support becomes an important support system when someone get to loss their partner, and people who be left will need social support to make adjustments.

Keywords : *Losing a partner, Level Of Depression , length of time losing a partner*

Abstrak

Kehilangan adalah keadaan terpisahnya seseorang dengan suatu yang mulanya ada menjadi tidak ada. Kehilangan pasangan memicu gangguan psikologis dalam bentuk kesedihan seperti depresi. Di Asia Tenggara, Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan angka depresi sebesar 3,7% atau 9.162.886 kasus. Berdasarkan data awal di Desa Meunasah Meucat didapatkan sebanyak 88 orang dengan kehilangan pasangan hidup yang berusia 19-60 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kehilangan pasangan hidup terhadap kejadian depresi di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara. Jenis penelitian bersifat analitik dengan pendekatan cross sectional, pengambilan sampel menggunakan metode total sampling didapatkan sampel sebanyak 88 responden. Instrumen penilaian depresi menggunakan kuisioner DASS yang telah diuji validitas dan reabilitas. Penelitian dilaksanakan pada bulan April sampai Agustus 2022 di Desa Meunasah Meucat. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 69 responden (78,4%) mengalami kehilangan pasangan karena cerai mati, sebanyak 65 responden

(73.9%) sudah merasakan kehilangan pasangan >2 tahun, tingkat depresi terbanyak adalah depresi ringan (79,5%). Hasil uji analisa pengaruh jenis kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi diperoleh nilai p pada uji pearson chi-square 0,633 > a = 0,05, artinya tidak terdapat pengaruh jenis kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi. Sedangkan hasil analisa pengaruh lamanya kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi didapatkan nilai p pada uji pearson chi-square 0,000 < a = 0,05, artinya terdapat pengaruh lamanya kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi di Desa Meunasah Meucat. Dukungan keluarga dan lingkungan menjadi sistem pendukung yang penting ketika seseorang mengalami kematian pasangan hidup, dan orang-orang yang ditinggalkan akan mendapatkan dukungan sosial yang dibutuhkan dalam penyesuaian diri.

Kata Kunci: *Kehilangan Pasangan Hidup, Tingkat Depresi, Lama Kehilangan*

PENDAHULUAN

Semua orang berharap akan menjalani hidup dengan damai, tenang, serta menikmati masa-masa tua bersama anak, cucu dan orang-orang yang mereka cintai dengan penuh kasih sayang. Pada kenyataannya tidak semua orang mendapatkan kasih sayang. Banyak persoalan hidup yang mempengaruhi kehidupan seseorang seperti kegagalan yang beruntun, kemiskinan, konflik dengan keluarga atau anak, kesedihan yang berkepanjangan, atau kondisi lain seperti tidak memiliki keturunan, dan kehilangan pasangan untuk selamanya (Handayani, 2014).

Kehilangan yaitu keadaan berpisahnya individu dengan sesuatu yang sebelumnya ada menjadi tidak ada, baik sebagian atau seluruhnya. Kehilangan yang sering menjadi bomerang dalam kehidupan seseorang adalah kematian. Ditinggal oleh anggota keluarga secara tiba-tiba tentu akan menimbulkan keterguncangan mental yang akan mengubah kehidupan seseorang kedepannya (Rahmawati, dkk, 2018).

Data menurut (Badan Pusat Statistik, 2019), presentasi penduduk lansia menurut status perkawinan dengan cerai mati 35,91%, cerai hidup 2,31% dan belum kawin 1,05%. Kondisi kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu tantangan emosional terbesar yang harus dihadapi. Orang-orang yang

tidak siap menghadapi hari tua tanpa pasangan hidup tidak akan merasakan kepuasan dan kemaknaan hidup seperti yang diharapkan, banyak yang merasa kesepian, tidak bahagia dan depresi (Kartini, 2017).

Depresi merupakan akibat dari harga diri rendah yang membuat seseorang menarik diri dari lingkungan, merasa tidak berdaya, dan putus asa. Masalah-masalah harga diri meningkat karena adanya tantangan seperti kehilangan pasangan. Seseorang yang merasa kesepian memiliki kemungkinan cukup besar untuk cenderung memiliki efek negatif karena merasa tidak dipedulikan oleh orang lain, tidak bermakna bagi orang lain, dan merasa dirinya diabaikan oleh orang lain (Nauli, 2014).

Pengenalan faktor penyebab depresi secara dini juga bisa menjadi solusi selanjutnya karena beberapa masalah mental dapat dihilangkan dan dicegah (Handayani, 2014). Begitupun mengidentifikasi janda atau duda yang berisiko mengalami kesedihan yang maladaptif, penting dilakukan karena dapat menambah pemahaman kita tentang risiko kesehatan fisiologis dan mental yang dialami oleh orang-orang yang ditinggalkan oleh pasangan hidupnya terutama keadaan depresi (Wu, dkk, 2021).



ini telah dilaksanakan sejak tanggal 24 Agustus sampai 27 September 2022.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional, yaitu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan cara pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat atau point time approach. penelitian ini hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek penelitian diamati pada waktu yang sama.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara. Penelitian

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang dengan kehilangan pasangan baik karena cerai hidup atau cerai mati yang ada di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara yang berjumlah 96 orang.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari populasi sebagai wakil populasi, jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 88 orang. Dengan kriteria sebagai berikut: duda dan janda di Desa Meunasah Meucat, berusia 19-60 tahun, dan bersedia menjadi responden.

HASIL

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan melalui penyebaran kuesioner didapatkan hasil sebagai berikut.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

	Kategori	N	Persentase (%)
Usia Responden	19-25 tahun (remaja akhir)	4	4,5
	26-35 tahun (dewasa awal)	12	13,6
	36-45 tahun (dewasa akhir)	26	29,5
	46-55 tahun (lansia awal)	30	34,1
	56-60 tahun (lansia akhir)	16	18,2
Jenis Kelamin	Laki-laki	31	35,2
	Perempuan	57	64,8
Pendidikan	SD	11	12,5
	SMP	24	27,3
	SMA	33	37,5
	Sarjana	20	22,7

(Sumber: Data Primer 2022)

Analisis Univariat

a. Kehilangan pasangan hidup

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kehilangan Pasangan Hidup Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Kategori	N	Persentase (%)
Cerai Hidup	19	21,6
Cerai Mati	69	78,4
Total	88	100

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan penelitian ini, 78,4 % responden (69 orang) mengalami kehilangan pasangan karena cerai mati sedangkan 21,6% (19 orang) lainnya karena cerai hidup.

b. Lamanya kehilangan pasangan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Lamanya Kehilangan Pasangan Hidup Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak terjadi	17	34,0
2	Terjadi	33	66,0
	Jumlah	50	100

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa 65 responden (73,9%) sudah merasakan kehilangan pasangan hidup >2 tahun sedangkan 23 responden (26,1%) baru merasakan kehilangan pasangan hidup 1-2 tahun.

c. Tingkat depresi

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Kategori	N	Persentase (%)
Depresi Ringan	70	79,5
Depresi Sedang	15	17,0
Depresi Berat	3	3,4
Total	88	100

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan penelitian ini didapatkan bahwa sebanyak 70 responden (79,5%) mengalami depresi ringan, 15 responden (17%) mengalami depresi sedang dan 3 responden (3,4%) mengalami depresi Berat.

2. Analisa Bivariat

Tabel 5. Pengaruh Kehilangan Pasangan dengan Tingkat Depresi Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Kehilangan Pasangan	Tingkat Depresi						Total		-value	a
	Depresi Ringan		Depresi Sedang		Depresi Berat					
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Cerai Hidup	16	4,2	3	15,8	0	0	19	100	0.633	0,05
Cerai Mati	54	8,3	12	17,4	3	2,4	69	100		

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa dari total 88 responden, 19 responden yang kehilangan pasangan karena cerai hidup diketahui 84,2% (16 orang) mengalami depresi ringan, 15,8% (3 orang) mengalami depresi sedang dan tidak ada yang mengalami depresi berat. Begitupun 69 responden karena cerai mati, didapatkan tingkat depresi tertinggi adalah depresi ringan yaitu 54 orang (78,3%), 12 orang (17,4%) dengan depresi sedang dan 3 orang (2,4%) lainnya memiliki tingkat depresi berat.

Tabel 6. Lama Kehilangan dengan Tingkat Depresi Di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Lama Kehilangan	Tingkat Depresi						Total		P-alue	a
	Depresi Ringan		Depresi Sedang		Depresi Berat					
	F	%	F	%	F	%	F	%		
1-2 tahun	11	47,8	9	39,1	3	13	23	100	0.000	0,05
>2 tahun	59	90,8	6	9,2	0	0	65	100		

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan bahwa pada responden dengan masa kehilangan 1-2 tahun paling banyak didapatkan dengan depresi ringan 11 orang (47,8%), 9 orang (39,1%) dengan depresi sedang dan 3 orang (13%) dengan depresi berat. Sedangkan pada responden dengan masa kehilangan > 2 tahun didapatkan paling banyak dengan depresi ringan (90.8%) sebanyak 59 orang, depresi sedang (9,2%) sebanyak 6 orang dan tidak ada yang mengalami depresi berat.

Pembahasan

Pengaruh jenis kehilangan dengan tingkat depresi. Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa dari total 88 responden, 19 responden yang kehilangan pasangan karena cerai hidup diketahui 84,2% (16 orang) mengalami depresi ringan, 15,8% (3 orang)

mengalami depresi sedang dan tidak ada yang mengalami depresi berat. Begitupun 69 responden karena cerai mati, didapatkan tingkat depresi tertinggi adalah depresi ringan yaitu 54 orang (78,3%), 12 orang (17,4%) dengan depresi sedang dan 3 orang (2,4%) lainnya memiliki tingkat depresi berat.



Setelah dilakukan uji pearson chi-square didapatkan nilai p sebesar $0,633 > \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Sehingga disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh jenis kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara.

Asumsi peneliti pada kejadian cerai hidup didapatkan dengan depresi ringan karena mereka menerima respon masyarakat terhadap kejadian yang menimpanya, sedangkan tidak adanya depresi berat bisa karena kejadian cerai hidup tersebut pilihan mereka, mereka sudah leih dulu mengantisipasi kejadian tersebut karena mereka senang bahwa tidak ada lagi yang menjadi beban hidup mereka selama masa pernikahan. Pada kejadian cerai mati kemungkinan depresi berat yang mereka alami disebabkan oleh lamanya fase penyangkalan, tidak menerima kenyataan, terpukul dan merasa kehilangan berat pasangan hidup yang mereka nikahi dan kurangnya dukungan keluarga.

Tipe dari kehilangan mempengaruhi tingkat distress, misalnya kehilangan benda mungkin tidak menimbulkan distress yang sama ketika kehilangan seseorang yang dekat dengan kita (Sutinah, 2017).

Pengaruh lamanya kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi. Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa pada responden dengan masa kehilangan 1-2 tahun paling banyak didapatkan dengan depresi ringan 11 orang (47,8%), 9 orang (39,1%) dengan depresi sedang 3 orang (13%) dengan depresi berat. Sedangkan pada responden dengan masa kehilangan > 2 tahun didapatkan paling banyak dengan depresi ringan (90,8%) sebanyak 59 orang, depresi sedang (9,2%) sebanyak 6 orang dan tidak ada yang mengalami depresi berat.

Pengujian dengan pearson chi-square didapatkan nilai p sebesar $0,000 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh lamanya kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara.

Asumsi peneliti semakin lama kehilangan yang dialami seorang individu maka mereka sudah berhasil melewati fase penerimaan hal ini tidak terlepas dari dukungan orang-orang disekitar mereka sedangkan lamanya kehilangan yang baru kehilangan 1-2 tahun masih menyimpan duka dan kehilangan orang yang ditinggalkan, mereka tidak dapat mengurus keluarga sendiri dan mencari nafkah sendiri.

Durasi kesedihan bervariasi dan tergantung pada faktor yang mempengaruhi respon kesedihan itu sendiri. Reaksi terus menerus dari kesedihan reda 6–12 bulan, dan berduka yang mendalam berlanjut sampai 3–5 tahun, dengan melalui fase kehilangan Denial (Penyangkalan), Anger (Marah), Bargaining (Tawar-menawar), Depression (Depresi), Acceptance (Menerima) (Yusuf, Dkk 2015).

Waktu penerimaan dipengaruhi oleh karakteristik responden (Ekowati, 2014). Dalam penelitian ini sebagian besar responden adalah wanita sebanyak 57 responden (64,8%). Menurut penelitian (Rahmawati, 2018) 68% perempuan memiliki fase penerimaan jangka panjang sedangkan laki-laki mempunyai fase penerimaan jangka pendek sehingga fase penyangkalan pada perempuan lebih lama dibanding laki-laki. Pada perempuan fase penyangkalan bisa sampai 40 hari setelah kehilangan sedangkan pada laki-laki hanya 7 hari (Rahmawati, 2018).

Dilihat dari karakteristik, perempuan masuk dalam tipe karakter



melankolis yaitu sering berkorban untuk orang lain, ia akan sensitif dan memikirkan cara untuk menyelesaikan masalah, sehingga dalam waktu penerimaan kehilangan pasangan tipe ini cenderung akan masuk dalam waktu jangka panjang. Sedangkan laki-laki lebih cenderung masuk dalam karakter koleris dimana dia tidak menyukai basa-basi. Oleh karena itu, mereka lebih suka berkumpul dengan orang-orang yang memiliki profesi dan kegemaran yang sama sehingga banyak kegiatan yang akan dia lakukan dan membuatnya lebih cepat dalam mencapai waktu penerimaan kehilangan pasangan (Ekowati, 2014).

Banyak menggunakan waktu untuk melakukan kegiatan sosial, mendekati diri kepada Allah SWT, dukungan keluarga dan lingkungan persahabatan dapat menjadi sistem pendukung yang penting ketika seseorang mengalami kematian pasangan hidup, dan orang-orang yang ditinggalkan akan mendapatkan dukungan sosial yang dibutuhkan dalam melakukan penyesuaian diri.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan:

BIBLIOGRAPHY

- Ayuningtyas, D. Dkk. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Prodi Kesehatan Masyarakat UI*. 9(1). 1-10.
- BPS Indonesia. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur*. Jakarta.
- BPS Provinsi Aceh. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur*. Banda Aceh.
- BPS Kota Lhokseumawe. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur*. Kota Lhokseumawe.
- Fatimah, G. S. (2019). *Perbedaan Masalah Mental Dan Emosional Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan Agama, Studi Kasus SMP Negeri 21 Semarang dan SMP Islam Al Azhar 14 Semarang*. Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Tidak Dipublikasikan.
- Herianti. (2017). *Keperawatan kesehatan komunitas*. Jakarta : Salemba Medika.

1. Sebagian besar responden mengalami kehilangan pasangan karena cerai mati sebanyak 69 orang (78,4%).
2. Sebanyak 65 responden (73.9%) sudah merasakan kehilangan pasangan (cerai hidup dan cerai mati) >2 tahun. Depresi ringan merupakan tingkat depresi terbanyak yang didapatkan pada 70 responden (79,5%).
3. Tidak ada pengaruh jenis kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara dan terdapat pengaruh lamanya kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi di Desa Meunasah Meucat Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara.

SARAN

Dukungan keluarga dan lingkungan menjadi sistem pendukung yang penting ketika seseorang mengalami kematian pasangan hidup, dan orang-orang yang ditinggalkan akan mendapatkan dukungan sosial yang dibutuhkan dalam melakukan penyesuaian diri.



<http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>

-
- Konna. (2017). *Hubungan Kesehatan Mental Dan Healthy Food Choice Dengan Kejadian Hipertensi Pada Guru Sekolah Menengah Di Makassar Tahun 2017*. Skripsi: Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Karomah, A. D. (2014). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga (1st ed.)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Kemenkes RI. (2014). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: InfoDATIN.
- Lubis, Namora L. (2016). *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reprodusinya*. Jakarta: Kencana.
- Masturoh, I., dan N. Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Prasetyo. (2019). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Jakarta: Riset Kesehatan Dasar.
- Rika A. (2022). *Data Primer Remaja Di Pesantren Ihyaaussunnah Kota Lhokseumawe*. STIKes Darussalam Lhokseumawe.
- Stuart, G.W, (2012), *Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart Buku 2 : Edisi Indonesia*, Elseiver, Singapore.
- WHO. (2021). *Progres Toward Achieving the Fight Millennium Development Goals*. Diakses Pada Tanggal 27 Maret 2022: <http://www.who.int.com>.