



HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN DEPRESI: STUDI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

¹Tomi Jepisa, ²Husni, ³Linda Wati

^{1,3}Universitas Alifah Padang

²Bagian Patologi Klinik dan Kedokteran Laboratorium, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

*Email Korespondensi: tomikhalis@gmail.com

ABSTRAK

Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang umum terjadi pada lansia, terutama mereka yang tinggal di panti sosial. Salah satu faktor psikologis yang berperan dalam memengaruhi tingkat depresi pada lansia adalah self-efficacy, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri dalam mengatasi tantangan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara self-efficacy dan depresi pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha. Penelitian ini menggunakan desain studi analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian total populasi sebanyak 70 lansia. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas lansia memiliki self-efficacy tinggi (68,57%) dan sebagian besar tidak mengalami depresi (64,29%). Analisis bivariat menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara self-efficacy dan depresi pada lansia (p -value = 0,000). Lansia dengan self-efficacy tinggi memiliki risiko depresi yang lebih rendah dibandingkan lansia dengan self-efficacy rendah, dengan nilai odds ratio (OR) sebesar 8,14 (95% CI: 2,60–25,42). Hasil penelitian ini mendukung teori Bandura tentang self-efficacy dan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa self-efficacy tinggi dapat melindungi individu dari risiko depresi dengan meningkatkan kemampuan mengatasi stres. Penelitian ini juga sejalan dengan temuan bahwa lansia dengan self-efficacy rendah lebih rentan mengalami pola pikir negatif dan ketidakberdayaan, yang merupakan faktor risiko utama depresi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa self-efficacy merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap depresi pada lansia. Oleh karena itu, intervensi yang bertujuan meningkatkan self-efficacy, seperti pelatihan keterampilan hidup, terapi kognitif, dan peningkatan dukungan sosial, sangat penting untuk diterapkan di panti sosial. Langkah ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup lansia secara keseluruhan.

Kata Kunci: Self-Efficacy, Depresi, Lansia, Panti Sosial

ABSTRACT

Depression is a mental health problem that commonly occurs in the elderly, especially those who live in social institutions. One of the psychological factors that plays a

role in influencing the level of depression in the elderly is self-efficacy, namely a person's belief in their ability to overcome life's challenges. This study aims to analyze the relationship between self-efficacy and depression in elderly people living at the Tresna Werdha Social Home. This research uses an analytical study design with a cross-sectional approach. The total research sample population was 70 elderly people. The results of univariate analysis show that the majority of elderly people have high self-efficacy (68.57%) and most do not experience depression (64.29%). Bivariate analysis using the chi-square test showed a significant relationship between self-efficacy and depression in the elderly (p -value = 0.000). Elderly people with high self-efficacy have a lower risk of depression than elderly people with low self-efficacy, with an odds ratio (OR) of 8.14 (95% CI: 2.60–25.42). The results of this study support Bandura's theory of self-efficacy and previous research which shows that high self-efficacy can protect individuals from the risk of depression by increasing the ability to cope with stress. This research is also in line with the finding that elderly people with low self-efficacy are more susceptible to experiencing negative thought patterns and helplessness, which are the main risk factors for depression. The conclusion of this study is that self-efficacy is a significant protective factor against depression in the elderly. Therefore, interventions aimed at increasing self-efficacy, such as life skills training, cognitive therapy, and increasing social support, are very important to be implemented in social institutions. This step is expected to improve the psychological well-being and overall quality of life of the elderly.

Keywords: *Self-Efficacy, Depression, Elderly, Social Institution*

PENDAHULUAN

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%). Indonesia saat ini telah memasuki periode aging population dan ini terjadi diberbagai dunia, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, baik fisik maupun mental. Salah satu masalah mental yang umum terjadi pada lansia adalah depresi. Depresi pada lansia tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup mereka, tetapi juga memperburuk kondisi kesehatan fisik yang sudah rapuh, seperti penyakit kronis. World Health Organization (WHO) (2021) melaporkan bahwa depresi adalah salah satu gangguan mental yang paling umum pada lansia, namun sering tidak terdiagnosis dan tidak tertangani secara tepat. Data dari Kementerian Kesehatan RI (2020) juga menunjukkan bahwa lansia di Indonesia memiliki risiko yang cukup tinggi mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk depresi, terutama di kalangan mereka yang hidup dalam isolasi sosial.

Di Indonesia, populasi lansia terus meningkat seiring bertambahnya harapan hidup. Namun, peningkatan jumlah lansia ini juga diiringi oleh peningkatan jumlah lansia yang mengalami masalah kesehatan mental. Data BPS (2020) menyebutkan bahwa populasi lansia di Indonesia meningkat sebesar 9,92% pada tahun 2020, dan hal ini memicu tantangan baru dalam menangani kesehatan mental lansia. Salah satu kelompok yang sangat rentan terhadap depresi adalah lansia yang tinggal di panti sosial atau Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW). Lansia di panti sosial sering kali menghadapi berbagai tantangan psikologis, seperti perasaan terisolasi, kehilangan peran dalam keluarga, dan berkurangnya interaksi sosial (Saragih, 2022). Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya depresi, yang jika tidak diatasi dengan tepat, dapat berdampak serius pada kualitas hidup mereka.

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi pada lansia adalah self-efficacy, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi yang sulit atau menantang. Bandura (2020) menyatakan bahwa self-efficacy memainkan peran penting dalam mengatasi stres, karena individu dengan self-efficacy tinggi lebih optimis dan lebih tahan dalam menghadapi tekanan kehidupan. Lansia dengan tingkat self-efficacy yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres dan menghadapi perubahan dalam hidup mereka (Schwarzer & Warner, 2021). Sebaliknya, lansia dengan self-efficacy yang rendah lebih rentan terhadap depresi karena kurangnya keyakinan diri dalam mengatasi masalah. Dalam konteks panti sosial, di mana lansia dihadapkan pada lingkungan yang berbeda dari kehidupan sebelumnya, tingkat self-efficacy dapat menjadi faktor kunci dalam mencegah atau mengurangi depresi (Rahman et al., 2023).

Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar merupakan salah satu lembaga yang menyediakan perawatan bagi lansia di Sumatera Barat. Lansia yang tinggal di panti ini sebagian besar telah mengalami perubahan besar dalam kehidupan mereka, seperti perpisahan dari keluarga atau kehilangan pasangan hidup (Putri, 2022). Hasil penelitian Jepisa T (2020) di PSTW Sumatra Barat ditemukan lansia mengalami depresi ringan sampai sedang sebanyak 96 lansia. Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan mental mereka, termasuk meningkatkan risiko depresi. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi hubungan antara self-efficacy dan kejadian depresi pada lansia yang tinggal di panti ini.

Dengan semakin bertambahnya angka harapan hidup di Indonesia, jumlah lansia terus meningkat. Hal ini memunculkan tantangan dalam hal kesehatan mental pada lansia, yang membutuhkan perhatian khusus agar kualitas hidup mereka dapat terjaga. Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang umum terjadi pada lansia, namun sering kali tidak terdiagnosis atau diabaikan. Lansia yang hidup di panti sosial, seperti di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar, lebih rentan terhadap depresi karena keterbatasan interaksi sosial dan isolasi dari keluarga. Tingkat self-efficacy atau keyakinan diri seseorang dalam menghadapi masalah berperan penting dalam membantu individu mengatasi stres dan depresi. Lansia dengan tingkat self-efficacy yang rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi. Mengidentifikasi hubungan ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi kesehatan mental berbasis peningkatan self-efficacy. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan strategi intervensi yang difokuskan pada peningkatan self-efficacy untuk mencegah atau mengurangi depresi pada lansia, terutama mereka yang berada di panti sosial. Hasilnya dapat digunakan sebagai dasar kebijakan atau program intervensi yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan mental lansia di lingkungan panti.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana self-efficacy mempengaruhi kejadian depresi pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan ini, diharapkan intervensi yang lebih efektif dapat dikembangkan untuk mencegah dan menangani depresi pada lansia, khususnya di lingkungan panti sosial (Sutanto et al., 2021). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana self-efficacy mempengaruhi kejadian depresi pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan ini, diharapkan intervensi yang lebih efektif dapat dikembangkan untuk mencegah dan menangani depresi pada lansia, khususnya di lingkungan panti sosial. Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan Self Efficacy dengan kejadian depresi pada lansia di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional.

Pendekatan ini dilakukan untuk mengamati hubungan antara variabel independen (self-efficacy) dan variabel dependen (depresi) dalam satu waktu tertentu tanpa adanya manipulasi variabel. Penelitian dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih syang Ibu Batusangkar, Populasi: Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha, yang berjumlah 70 orang. Pengambilan sampel menggunakan metode total sampling, di mana seluruh populasi sebanyak 70 orang diikutsertakan dalam penelitian. Metode ini dipilih karena ukuran populasi relatif kecil, sehingga seluruh populasi dapat terlibat untuk menghasilkan data yang representatif. Instrumen Penelitian Pengukuran Self-Efficacy: Menggunakan General Self-Efficacy Scale (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). Pengukuran Depresi: Menggunakan Geriatric Depression Scale (GDS), yang terdiri dari 15 pertanyaan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Self Efficacy lansia di PSTW

No	Self-Efficacy	<i>f</i>	%
1	Tinggi	48	68.57%
2	Rendah	22	31.43%
Total		70	100%

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar lansia di panti sosial Tresna Werdha memiliki self-efficacy yang tinggi (68.57%). Sebaliknya, hanya 31.43% lansia yang memiliki tingkat self-efficacy rendah.

Tabel 2. Depresi Pada Lansia di PSTW

No	Depresi	<i>f</i>	%
1	Tidak Depresi	45	64.29%
2	Depresi	25	35.71%
Total		70	100%

Sebanyak 64.29% lansia tidak mengalami depresi, yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kondisi kesehatan mental yang baik. Namun, 35.71% lansia mengalami depresi, yang masih merupakan angka yang signifikan.

Tabel 3. Hubungan Self efficacy dengan Depresi Pada Lansia di PSTW

Self Efficacy	Tidak Depresi		Depresi		Total	<i>P=</i> value
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Tinggi	38	81%	10	19%	48	100%
Rendah	7	21,4%	15	78,6%	22	100%
Jumlah	45	57%	25	43%	70	100%

Dari total 48 orang dengan self-efficacy tinggi, sebanyak 38 orang (84,44%) tidak mengalami depresi. Sebanyak 10 orang (15,56%) dengan self-efficacy tinggi mengalami depresi. Dibanding dari total 22 orang dengan self-efficacy rendah, hanya 7 orang (31,82%) yang tidak mengalami depresi. Sebanyak 15 orang (68,18%) dengan self-efficacy rendah mengalami depresi.

PEMBAHASAN

Self-Efficacy Lansia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar lansia di panti sosial Tresna Werdha memiliki self-efficacy yang tinggi (68,57%). Sebaliknya, hanya 31,43% lansia yang memiliki tingkat self-efficacy rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia memiliki keyakinan diri terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dan mencapai tujuan hidup mereka, meskipun berada di lingkungan panti sosial. Self-efficacy, sebagaimana didefinisikan oleh Bandura (1997), adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisir dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu. Lansia dengan self-efficacy tinggi cenderung lebih optimis dalam menghadapi keterbatasan fisik, sosial, atau emosional yang sering terjadi pada fase lanjut usia. Mereka lebih mungkin untuk memandang tantangan hidup sebagai peluang belajar daripada sebagai hambatan. Sebaliknya, lansia dengan self-efficacy rendah lebih rentan terhadap perasaan tidak berdaya dan kegagalan. Hal ini dapat memperburuk kondisi psikologis mereka, termasuk meningkatkan risiko depresi. Dalam konteks lansia di panti sosial, self-efficacy yang rendah sering kali dipengaruhi oleh keterbatasan aktivitas, minimnya dukungan sosial, dan perubahan besar dalam kehidupan, seperti kehilangan pasangan atau keluarga. Studi oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) menekankan bahwa individu dengan self-efficacy tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatasi stres dan menavigasi situasi sulit. Oleh karena itu, temuan ini menggarisbawahi pentingnya penguatan self-efficacy melalui program intervensi, seperti pelatihan keterampilan hidup, terapi kelompok, atau dukungan sosial yang berkelanjutan.

Depresi Pada Lansia

Berdasarkan data sebanyak 64,29% lansia tidak mengalami depresi, yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kondisi kesehatan mental yang baik. Namun, 35,71% lansia mengalami depresi, yang masih merupakan angka yang signifikan. Tingginya angka lansia tanpa depresi dapat dikaitkan dengan faktor lain, termasuk lingkungan sosial, dukungan psikologis, atau tingkat self-efficacy yang tinggi. Depresi pada lansia sering kali disebabkan oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, dan sosial. Menurut Beck (1997), depresi dipicu oleh pola pikir negatif yang berulang, termasuk perasaan tidak berharga dan pesimisme terhadap masa depan. Lansia yang mengalami depresi cenderung memiliki self-efficacy rendah, yang membuat mereka merasa tidak mampu menghadapi tantangan hidup. Selain itu, teori stres dan koping oleh Lazarus dan Folkman (1984) menyoroti bahwa lansia yang tidak memiliki strategi koping adaptif lebih rentan terhadap stres kronis yang dapat memicu depresi. Hal ini dapat diperburuk oleh isolasi sosial, kehilangan orang tercinta, atau perubahan drastis dalam peran sosial. Hasil ini sejalan dengan penelitian Suryani et al. (2018) yang menemukan bahwa sekitar 30-40% lansia di panti sosial mengalami gejala depresi, terutama pada individu dengan self-efficacy rendah. Dukungan sosial, aktivitas yang bermakna, dan intervensi berbasis terapi kognitif telah terbukti efektif dalam mengurangi tingkat depresi pada populasi lansia.

Hubungan Self-Efficacy Dengan Depresi Pada Lansia Di Pstw

Masih ditemukan lansia di PSTW memiliki tingkat self-efficacy yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas lansia kurang percaya diri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Opini ini didasarkan pada analisis jawaban kuesioner, di mana hampir separuh lansia mengaku belum berusaha maksimal dalam beraktivitas, kurang yakin bahwa tujuan hidup dapat dicapai melalui aktivitas, tidak percaya bahwa ketenangan dapat membantu menyelesaikan tugas, serta merasa tidak mampu melaksanakan aktivitas. Temuan ini memperkuat indikasi rendahnya self-efficacy lansia yang terlihat melalui berbagai indikator.

Ditemukan juga lansia di Panti mengalami depresi ringan. Hal ini tercermin dari hasil kuesioner yang menunjukkan bahwa hampir seluruh lansia merasa belum puas dengan kehidupan di panti, dan mayoritas belum merasakan semangat penuh dalam menjalani hari-hari mereka. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa lansia yang tinggal di panti cenderung mengalami penurunan semangat hidup.

Faktor usia menjadi salah satu penyebab rendahnya self-efficacy pada lansia. Sebagian besar penghuni panti berusia antara 68-74 tahun, yang merupakan fase lansia akhir. Pada usia ini, keseimbangan tubuh cenderung menurun, sehingga membatasi kemampuan mereka untuk beraktivitas. Ketakutan akan risiko jatuh menjadi salah satu kekhawatiran utama di kalangan lansia, sebagaimana disebutkan oleh Walker (1991).

Berdasarkan data Lansia dengan self-efficacy tinggi memiliki kemungkinan lebih kecil untuk mengalami depresi dibandingkan lansia dengan self-efficacy rendah. Hasil ini mendukung hipotesis awal dan konsisten dengan teori bahwa keyakinan diri terhadap kemampuan menghadapi tantangan kehidupan dapat melindungi individu dari gejala depresi. Menurut Albert Bandura (2007), self-efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengendalikan situasi dan mencapai hasil yang diinginkan. Self-efficacy yang tinggi membantu seseorang untuk: Menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri, mengatur emosi negatif seperti kecemasan, stres, dan depresi serta mengembangkan strategi koping yang efektif saat menghadapi masalah. Sebaliknya, self-efficacy rendah dikaitkan dengan perasaan tidak mampu, yang meningkatkan risiko depresi. Lansia yang merasa tidak memiliki kendali atas kehidupannya cenderung lebih rentan terhadap tekanan emosional. Self-efficacy atau efikasi diri ini berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Self-efficacy juga merupakan penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Maka dapat dilihat bahwa self-efficacy menggambarkan penilaian kemampuan diri (Alwilsol, 2024). Self-efficacy memengaruhi cara individu memandang tantangan, memotivasi dirinya, dan menentukan seberapa baik ia mampu mengelola stres atau kesulitan. Dalam konteks lansia, self-efficacy mencakup keyakinan mereka dalam menghadapi keterbatasan fisik, perubahan sosial, dan tantangan emosional.

Teori Depresi oleh Beck (2009) menyatakan bahwa depresi sering disebabkan oleh pola pikir negatif yang berulang, seperti perasaan tidak mampu atau tidak berharga. Lansia dengan self-efficacy tinggi cenderung memiliki pola pikir lebih positif, yang mengurangi risiko depresi. Sebaliknya, self-efficacy rendah memperkuat keyakinan negatif, sehingga meningkatkan kemungkinan depresi. Teori Stres dan Koping oleh Lazarus dan Folkman (2018). Self-efficacy memengaruhi bagaimana individu mengevaluasi stresor. Dengan self-efficacy tinggi, lansia lebih mungkin melihat tantangan sebagai hal yang dapat diatasi, sedangkan dengan self-efficacy rendah, stresor cenderung dianggap sebagai ancaman, yang dapat memperburuk gejala depresi. Hasil Penelitian yang mendukung diantaranya penelitian Suryani et al. (2018): Penelitian di Indonesia menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara self-efficacy dan depresi pada lansia di panti sosial. Lansia yang mengikuti program

peningkatan self-efficacy, seperti terapi kelompok atau aktivitas sosial, menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat depresi.

Penelitian Zhang et al. (2014), Lansia yang memiliki self-efficacy tinggi dan dukungan sosial yang kuat lebih mampu mengatasi tantangan emosional, sehingga memiliki tingkat depresi yang lebih rendah. Depresi adalah gangguan suasana hati yang ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat atau kesenangan dalam aktivitas, serta gejala fisik dan emosional lainnya yang memengaruhi fungsi kehidupan sehari-hari (American Psychiatric Association, 2013). Depresi bukan hanya sekadar kesedihan biasa; gangguan ini dapat menghambat seseorang untuk menjalani aktivitas normal, termasuk pada lansia. Pada lansia, depresi sering kali sulit dikenali karena gejalanya dapat tumpang tindih dengan perubahan normal terkait penuaan, seperti kelelahan, penurunan energi, atau gangguan tidur. Oleh karena itu, depresi pada lansia sering tidak terdiagnosis dan tidak tertangani dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini mengindikasikan hubungan signifikan antara self-efficacy dan depresi pada lansia. Lansia dengan self-efficacy tinggi memiliki kemungkinan lebih kecil untuk mengalami depresi dibandingkan dengan mereka yang memiliki self-efficacy rendah. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan self-efficacy melalui program intervensi yang terfokus pada peningkatan kepercayaan diri, pemberdayaan lansia, dan peningkatan dukungan sosial di panti sosial. Dengan demikian, kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan secara signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (2020). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company.
- Beekman, A. T., Copeland, J. R., & Prince, M. J. (2020). Review of Community Prevalence of Depression in Later Life. *The British Journal of Psychiatry*, 174(4), 307-311.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. Badan Pusat Statistik
- Beck, A.T. (2009). *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York: Harper & Row.
- Jepisa, T., Mailita, W., & Hamdanesti, R. (2023). Depresi Sebagai Faktor Determinan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di PSTW di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(2), 17- 23
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kementerian Kesehatan RI.
- Putri, D. P. (2022). Perubahan Sosial pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha: Studi Kasus di PSTW Kasih Sayang Ibu Batusangkar. *Jurnal Kesehatan Lansia*, 14(2), 45-55.
- Rahman, M. A., Sari, Y., & Hartono, W. (2023). Self-Efficacy and Its Impact on Elderly Mental Health: A Systematic Review. *Journal of Gerontology and Geriatrics*, 35(1), 120-130.
- Saragih, T. (2022). Interaksi Sosial Lansia di Panti Werdha dan Dampaknya pada Kesehatan Mental. *Jurnal Psikologi Klinis*, 17(3), 98-108.
- Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2021). Perceived Self-Efficacy and Its Relationship to Resilience and Coping in Older Adults. *The Gerontologist*, 61(1), 36-45.
- Sutanto, A. H., Wijaya, L., & Dharma, Y. (2021). Depresi dan Dukungan Sosial Lansia di Panti Sosial. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(4), 210-220.
- Suryani, E., et al. (2018). Hubungan Self-Efficacy dengan Depresi pada Lansia di Panti Sosial. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 123-130.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Mental Health of Older Adults*.