HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: January, 24, 2026
Revised: April, 24, 2026
Available online: May, 01, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

The Relationship between self-coping and depression in older adults with hypertension

Rafli Bagas Nugroho*, Tiwi Sudyasih, Suratini

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Rafli Bagas Nugroho. Email: raflinugroho3636@gmail.com

Abstract

Background: Depression is a common mental health problem among the elderly and significantly affects their quality of life and psychological well-being. This condition is often underdiagnosed because its symptoms are frequently considered part of the normal aging process. Chronic diseases such as hypertension can worsen psychological conditions due to physical limitations and prolonged psychosocial stress. Coping mechanisms play an important role in preventing and managing depression, while inadequate coping may increase vulnerability to depression among elderly individuals with hypertension.
Purpose: To analyze the relationship between self-coping and depression among older adults with hypertension.
Method: This study used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The study sample consisted of 44 elderly people with hypertension in Glagah Hamlet, Nglegi Village, Patuk District, Gunungkidul Regency, selected using a purposive sampling technique. Data collection was conducted using a self-coping questionnaire and the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Data analysis was performed using the Kendall's Tau correlation test with a significance level of $p < 0.05$.
Results: T The results showed that most respondents had high coping mechanisms (84.1%), and the majority were categorized as not depressed (61.4%). The Kendall's Tau test revealed a correlation coefficient of −0.431 with a p-value of 0.003, indicating a significant negative relationship with a moderate correlation strength between coping mechanisms and depression levels.
Conclusion: There is a significant negative relationship between coping mechanisms and depression levels among elderly patients with hypertension. Higher coping ability is associated with lower levels of depression. Strengthening adaptive coping strategies is important to maintain mental health among elderly individuals with chronic diseases.

Keywords: Depression; Hypertension; Older Adults; Self-Coping.

Pendahuluan: Depresi merupakan masalah kesehatan mental yang sering dialami oleh lansia dan berdampak pada kualitas hidup serta kesejahteraan psikologis. Kondisi ini kerap tidak terdeteksi karena gejalanya dianggap sebagai bagian dari proses penuaan. Penyakit kronis seperti hipertensi dapat memperburuk kondisi psikologis akibat keterbatasan aktivitas fisik dan tekanan psikososial yang berkepanjangan. Koping diri berperan penting dalam mencegah dan mengendalikan depresi, sementara koping yang tidak adekuat dapat meningkatkan kerentanan depresi pada lansia dengan hipertensi.
Tujuan: Untuk menganalisis hubungan antara koping diri dengan tingkat depresi pada lansia penderita hipertensi.
Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 44 lansia penderita hipertensi di Dusun Glagah, Desa Nglegi, Kecamatan Patuk, Kabupaten Gunungkidul, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner koping diri dan *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Kendall's Tau dengan tingkat signifikansi $p < 0.05$.
Hasil: Sebagian besar responden memiliki koping diri pada kategori tinggi (84.1%) dan mayoritas responden

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2386

berada pada kategori tidak depresi (61.4%). Hasil uji Kendall's Tau menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar −0.431 dengan nilai p = 0.003, yang menandakan adanya hubungan negatif yang signifikan dengan kekuatan korelasi sedang antara koping diri dan tingkat depresi.
Simpulan: Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara koping diri dan tingkat depresi pada lansia penderita hipertensi. Semakin tinggi kemampuan koping diri yang dimiliki lansia, maka semakin rendah tingkat depresi yang dialami. Penguatan koping diri adaptif penting dilakukan sebagai upaya menjaga kesehatan mental lansia dengan penyakit kronis.

Kata Kunci: Depression; Hypertension; Older Adults; Self-Coping.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis utama pada lansia dengan prevalensi yang meningkat seiring bertambahnya usia, mencapai 63.6% pada kelompok usia ≥75 tahun dan mencakup lebih dari setengah populasi lanjut usia di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Penyakit ini menjadi kondisi yang paling sering diderita oleh kelompok lanjut usia dibandingkan penyakit degeneratif lainnya (Christanto, Zainaro, & Sandi, 2022). Selain berdampak pada fisik, hipertensi berkontribusi terhadap penurunan kesejahteraan psikologis, sehingga meningkatkan kerentanan lansia terhadap depresi (Azijah, Rochmah, Rahmawati, & Apriliyani, 2021). Depresi pada lansia sering kali ditandai dengan berkurangnya energi serta hilangnya minat yang perlu segera diatasi untuk mengendalikan emosi dan gangguan fisik (Rahmawati & Solikhah, 2023). Kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup serta meningkatkan risiko kematian pada lansia dengan penyakit kronis (Jalali, Ziapour, Karimi, Rezaei, Emami, Kalhori, Khosravi, Sameni, & Kazeminia, 2024).

Depresi yang tidak ditangani dengan baik memperburuk keluhan fisik seperti gangguan tidur dan rasa cemas berlebihan (Zenebe, Akele, W/Selassie, & Necho, 2021). Hal ini diperparah oleh stigma masyarakat yang menimbulkan penolakan terhadap lansia dengan gangguan jiwa (Widiyanto & Anisah, 2021). Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Gunungkidul 2024, data menunjukkan bahwa faktor ekonomi dan penyakit menahun menjadi pemicu utama perilaku bunuh diri pada kelompok usia di atas 50 tahun. Stigma tersebut memicu isolasi sosial yang menghambat pemulihan kesehatan jiwa lansia (Ekayamti, Rohmawati, & Komalawati, 2023). Oleh karena itu, perbaikan mekanisme koping yang tidak efektif sangat diperlukan untuk membantu lansia menurunkan tingkat depresi yang mereka alami (Ngura & Nababan, 2023). Keterbatasan penelitian spesifik di tingkat komunitas menjadi dasar perlunya kajian untuk menganalisis hubungan koping diri dan tingkat depresi.

METODE

Penelitian kuantitatif deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilaksanakan pada tahun 2025 di Dusun Glagah, Desa Nglegi, Kecamatan Patuk, Kabupaten Gunungkidul. Variabel independen dalam penelitian ini adalah koping diri, sedangkan variabel dependen adalah tingkat depresi.

Koping diri merupakan kemampuan lansia dalam menghadapi stres akibat hipertensi yang diukur menggunakan kuesioner COPE *Inventory*. Penilaian dilakukan berdasarkan skor dari setiap pernyataan dengan skala Likert, kemudian dijumlahkan menjadi skor total. Semakin tinggi skor menunjukkan semakin baik kemampuan koping individu. Selanjutnya skor dikategorikan menjadi koping tinggi dan koping sedang berdasarkan nilai *cut off* yang ditentukan.

Tingkat depresi adalah kondisi gangguan suasana perasaan pada lansia yang diukur menggunakan kuesioner PHQ-9 yang terdiri dari 9 item pertanyaan dengan rentang skor 0–3 pada setiap item, sehingga diperoleh total skor 0–27. Interpretasi skor yaitu 0–4 tidak depresi, 5–9 depresi ringan, 10–14 depresi sedang, dan 15–27 depresi cukup parah. Subjek penelitian adalah lansia penderita hipertensi yang berdomisili di wilayah penelitian. Jumlah sampel sebanyak 44 responden, dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi lansia usia 60–80 tahun, terdiagnosis hipertensi, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah lansia dengan kondisi sakit berat atau tidak memungkinkan dilakukan pengambilan data.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung melalui wawancara terstruktur menggunakan

Rafli Bagas Nugroho*, Tiwi Sudyasih, Suratini

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Rafli Bagas Nugroho. Email: raflinugroho3636@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2386

kuesioner mekanisme koping yang diadaptasi dari *COPE Inventory* untuk mengukur koping diri, serta *Patient Health Questionnaire*-9 (PHQ-9) untuk mengukur tingkat depresi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Kendall's Tau* untuk mengetahui hubungan antara koping diri dan tingkat depresi dengan tingkat kemaknaan $p < 0.05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dengan nomor: 4937/KEP-UNISA/XI/2025. Seluruh responden telah memberikan persetujuan setelah penjelasan *(informed consent).*

HASIL

Tabel Distribusi Karakteristik Responden (N=44)

Variabel	Hasil	r	*P-value*
Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(70.57±5.8)(60–80)		
Jenis Kelamin (n/%)			
Laki-laki	19/43.2		
Perempuan	25/56.8		
Pendidikan Terakhir (n/%)			
Tidak sekolah	4/9.1		
Sekolah Dasar	40/90.9		
Pekerjaan (n/%)			
Petani	43/97.7		
Ibu Rumah Tangga	1/2.3		
Status Perkawinan (n/%)			
Menikah	42/95.5		
Cerai	2/4.5		
Koping Diri (n/%)			
Tinggi	37/84.1		
Sedang	7/15.9		
		−0.431	**0.003**
Tingkat Depresi (n/%)			
Tidak Ada	27/61.4		
Ringan	11/25.0		
Sedang	4/9.1		
Cukup Parah	2/4.5		

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 70.57 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (56.8%), berpendidikan terakhir Sekolah Dasar (90.9%), dan bekerja sebagai petani (97.7%). Berdasarkan status perkawinan, mayoritas responden berada pada kategori menikah (95.5%). Distribusi koping diri dan tingkat depresi responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki koping diri kategori tinggi (84.1%). Pada variabel tingkat depresi, mayoritas responden berada pada kategori tidak depresi (61.4%).

Hasil uji hipotesis menggunakan uji korelasi Kendall's Tau, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara koping diri dan tingkat depresi pada lansia penderita hipertensi. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar $r = -0.431$ dengan nilai $p = 0.003$, menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan korelasi sedang antara kedua variabel.

Rafli Bagas Nugroho*, Tiwi Sudyasih, Suratini

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Rafli Bagas Nugroho. Email: raflinugroho3636@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2386

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia hipertensi di Dusun Glagah memiliki mekanisme koping diri pada kategori tinggi (84.1%) dengan tingkat depresi yang sebagian besar berada pada kategori rendah atau tidak depresi (61.4%). Kemampuan koping yang adaptif ini dipengaruhi oleh karakteristik responden yang didominasi oleh mereka yang berstatus menikah (95.5%), di mana keberadaan pasangan hidup menjadi sumber dukungan emosional serta instrumental yang krusial (Setyoadi, Dewi, & Prastowo, 2023).

Sebagai masyarakat agraris, mayoritas responden bekerja sebagai petani (97.7%) yang cenderung membentuk strategi koping adaptif jangka panjang untuk menghadapi tantangan hidup (Sari, Hapsari, & Iftayani, 2025). Meskipun rata-rata usia responden berada pada tahap lanjut (70.57 tahun) yang rentan terhadap penurunan fungsi fisiologis dan peningkatan beban penyakit kronis, aktifnya lansia dalam kegiatan sosial membantu mereka mengontrol respon emosional (Gan, Yu, Lian, Yuan, Li, & Zheng, 2023). Namun, tingkat pendidikan responden yang mayoritas hanya lulusan Sekolah Dasar (90.9%), tetap perlu diwaspadai karena berhubungan dengan keterbatasan literasi kesehatan dalam mengelola *stressor* penyakit kronis (Zhao, Wang, Lou, Liu, Deng, Huang, & Fang, 2024).

Analisis hubungan melalui uji korelasi *Kendall's tau-b* mengungkapkan adanya hubungan negatif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara koping diri dan tingkat depresi. Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan lansia dalam mengelola stres berperan sebagai mediator vital untuk menjaga kesehatan mental (Farhadi, Javadian, Vahedparast, Marzban, Nemati, Larijani, & Nabipour, 2023). Mekanisme koping tersebut menentukan resiliensi lansia saat menghadapi penyakit kronis (Jalali, Ziapour, Karimi, Rezaei, Emami, Kalhori, Khosravi, Sameni, & Kazeminia, 2024).

Lansia dengan sumber daya psikososial yang baik cenderung menunjukkan gejala depresi yang lebih rendah (Yuan, Jiang, Liu, Liu, Du, Sun, & Li, 2024). Strategi koping berfokus pada masalah juga terbukti menjadi faktor protektif terhadap gangguan psikologis (Nguyen, Vu, Tran, Nguyen, Le, Nguyen, To Tran, Tran, & Nguyen, 2025). Sebaliknya, ketidakmampuan beradaptasi dapat memicu stres yang bermuara pada depresi (Wisanti, Putri, Wulandari, & Pradessetia, 2024). Oleh karena itu, penguatan koping diri sangat penting karena berhubungan signifikan dengan penurunan gejala depresi pada kelompok usia lanjut (Sowan, Rutin, & Cohen, 2023). Kemampuan koping yang efektif ini mampu memoderasi dampak *stressor* kesehatan terhadap kondisi mental lansia (Prio, Sahar, & Rekawati, 2023).

SIMPULAN

Terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan kekuatan korelasi sedang antara koping diri dan tingkat depresi pada lansia penderita hipertensi. Penguatan aspek psikososial melalui koping diri yang adaptif merupakan strategi preventif yang sangat krusial dalam upaya menurunkan risiko gangguan kesehatan mental dan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan penyakit degeneratif di tingkat komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

Azijah, A. N., Rochmah, N., Rahmawati, A. N., & Apriliyani, I. (2021). Gambaran kesejahteraan psikologis dengan derajat hipertensi lansia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo (JKN)*, *9*(2), 36–40.

Christanto, E. Y., Zainaro, M. A., & Sandi, A. G. (2022). Efektivitas guided imagery and music (Gim) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *5*(9), 2978–2992.

Dinas Kesehatan Kabupaten Gunungkidul. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Gunungkidul tahun 2024*. Diakses dari: https://dinkes.gunungkidulkab.go.id/profil-dinas/

Ekayamti, E., Rohmawati, D. L., & Komalawati, R. (2023). Peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan jiwa serta kepedulian terhadap kelompok resiko dan gangguan jiwa. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, *6*(2), 108-118.

Farhadi, A., Javadian, H., Vahedparast, H., Marzban, M., Nemati, R., Larijani, B., & Nabipour, I. (2023). Association between depression and blood pressure in community-dwelling older adults: focus on Bushehr elderly health (BEH) program. *BMC public health*, *23*(1), 1565.

Rafli Bagas Nugroho*, Tiwi Sudyasih, Suratini

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Rafli Bagas Nugroho. Email: raflinugroho3636@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2386

Gan, Q., Yu, R., Lian, Z., Yuan, Y., Li, Y., & Zheng, L. (2023). Unraveling the link between hypertension and depression in older adults: a meta-analysis. *Frontiers in public health*, *11*, 1302341.

Jalali, A., Ziapour, A., Karimi, Z., Rezaei, M., Emami, B., Kalhori, R. P., Khosravi, F., Sameni, J. S., & Kazeminia, M. (2024). Global prevalence of depression, anxiety, and stress in the elderly population: a systematic review and meta-analysis. BMC geriatrics, 24(1), 809.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023*. Diakses dari https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/

Ngura, T., & Nababan, S. (2023). Pengaruh cognitive behavior therapy terhadap mekanisme koping dan tingkat depresi lansia. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, *10*(1), 37-46.

Nguyen, T. V., Vu, T. S., Tran, T. T., Nguyen, T. T., Le, H. M., Nguyen, T., To Tran, K. A., Tran, C. M., & Nguyen, T. V. (2025). Prevalence and Associated Factors of Depression Among Elderly Hypertensive Patients in Vietnam. Geriatrics (Basel, Switzerland), 10(5), 129.

Prio, A. Z., Sahar, J., & Rekawati, E. (2023). Manajemen stres pada lansia dengan hipertensi: Scoping review. *Health Information: Jurnal Penelitian*, *15*(3), e1197.

Rahmawati, D., & Solikhah, S. (2023). Hubungan tingkat depresi dan kualitas hidup yang diukur menggunakan HRQol pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantrijeron, Yogyakarta. *Jurnal Cakrawala Promkes*, *5*(1), 1–7.

Sari, D. P., Hapsari, W., & Iftayani, I. (2025). Analysis of stress patterns in coastal women. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, *10*(2), 157-171.

Sowan, W., Rutin, R., & Cohen, M. (2023). Chronic stressors, coping strategies, and depressive symptoms: A comparison across older age groups. Stress and health: journal of the International Society for the Investigation of Stress, 39(5), 1037–1046.

Setyoadi, S., Dewi, L. D., & Prastowo, W. (2023). Husband's support correlates with elderly wife's depression level. *Integrated Nursing Journal*, *5*(1).

Widiyanto, J., & Anisah, R. (2021). Stigma Masyarakat Tentang Gangguan Mental Emosional: (Studi di Kelurahan Delima Kecamatan Tampan Pekanbaru). *As-Shiha: Jurnal Kesehatan, 1*(1), 1–7.

Wisanti, E., Putri, D. K., Wulandari, M. A., & Pradessetia, R. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada lansia. *Al-Asalmiya Nursing: Journal of Nursing Sciences*, *13*(1), 15–26.

Yuan, L., Jiang, Q., Liu, Y., Liu, Y., Du, M., Sun, J., & Li, M. (2024). Decomposition Analysis of Depressive Symptom Differences Among Older Adults with Hypertension Between Urban and Rural Areas: Cross-Sectional Study. JMIR public health and surveillance, 10, e52536.

Zenebe, Y., Akele, B., W/Selassie, M., & Necho, M. (2021). Prevalence and determinants of depression among old age: a systematic review and meta-analysis. Annals of general psychiatry, 20(1), 55.

Zhao, R., Wang, J., Lou, J., Liu, M., Deng, J., Huang, D., & Fang, H. (2024). The effect of education level on depressive symptoms in Chinese older adults-parallel mediating effects of economic security level and subjective memory ability. BMC geriatrics, 24(1), 635

Rafli Bagas Nugroho*, Tiwi Sudyasih, Suratini

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Rafli Bagas Nugroho. Email: raflinugroho3636@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2386