

PROBLEM DEPRESI LANSIA DAN SOLUSI DENGAN TERAPI SPIRITUAL

(*Literature review: Problem Depression of elderly and the solution with spiritual therapy*)

Nur Ilmi¹⁾ Mayasari Masri²⁾ Wardiman³⁾ Siti Nur Aisyah Hamid⁴⁾ Wahidah Adama⁵⁾ Eny Sutria⁶⁾
Muaningsih⁷⁾ Patima⁸⁾

¹²³⁴⁵Mahasiswa Program Studi Ners Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.

⁶⁷⁸Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.

Jl. H. M Yasin Limpo No 36 Romang Polong, Telp. 0411841879 (Fax 82214001400)

Email : nurilmim.s230195@gmail.com

Abstract

Pendahuluan : Pada lanjut usia permasalahan yang menarik adalah kurangnya kemampuan dalam beradaptasi secara psikologis terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya. Dikarenakan perubahan fisik maupun psikologis dari lansia banyak dari mereka mengalami depresi , dimana seharusnya lansia mendapat kualitas hidup yang baik dimasa tuanya, hal tersebut dapat diwujudkan dengan melihat masalah depresi lansia secara mendalam dan memberikan solusi penanganannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seluruh masalah yang terjadi sehubungan dengan geriatri dan problem depresi. **Metode :** Penelitian ini dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa pada tanggal 03 sampai 09 Desember 2017 dengan Metode yang digunakan dalam tulisan ini adalah literature review. Pencarian dilakukan antara lain pada database Sience Direct, dan Google Scholar yang dipublikasikan dari tahun 2011 sampai dengan tahun 2017. Kata kunci yang digunakan dalam literature review ini yaitu Depresi, Lansia, Terapi spiritual, Spiritual, Keperawatan. **Hasil :** Intervensi keperawatan dengan terapi spiritual dapat dijadikan sebagai intervensi yang mendukung untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia. **Pembahasan :** Seluruh intervensi yang diterapkan untuk mengurangi tingkat depresi lansia dari kelima literature yang ditelaah semuanya menunjukkan hasil yang sama dan mendukung terhadap penurunan tingkat depresi lansia, yaitu dengan terapi spiritual dengan aspek pendekatan agama sebagai landasan intervensinya dalam penerapannya. Perawat dapat melakukan asuhan keperawatan spiritualitas atau religiusitas pada lansia yang dapat membantu mempertahankan serta memperbesar semangat hidup klien lansia termasuk kesehatan mental depresi. **Kesimpulan:** Kondisi spiritual lansia harus dikaji secara mendalam untuk mengetahui permasalahan yang sebenarnya, termasuk faktor penyebab permasalahan lansia mengingat tingkat permasalahan lansia beraneka ragam sehingga mudah untuk memberikan penanganan, termasuk pemberian Terapi Spiritual dapat menurunkan tingkat depresi lansia.

Kata Kunci: *Depresi, Lansia, Terapi Spiritual.*

1. PENDAHULUAN

Saat ini di seluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Di negara maju seperti Amerika Serikat pertambahan orang lanjut usia diperkirakan 1.000 orang per hari pada tahun 1985 dan diperkirakan 50% dari penduduk berusia di atas

50 tahun sehingga istilah baby boom pada masa lalu berganti menjadi “Ledakan Penduduk Usia Lanjut” (Padila, 2013).

Pada lanjut usia permasalahan yang menarik adalah kurangnya kemampuan dalam beradaptasi secara psikologis terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya. Penurunan kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan dan stress

lingkungan sering menyebabkan gangguan psikososial pada lansia. Masalah kesehatan jiwa yang sering muncul pada lansia adalah gangguan proses piker, demensia, gangguan perasaan seperti depresi, harga diri rendah, gangguan fisik dan gangguan perilaku.

Prevalensi depresi pada lansia tinggi sekali, sekitar 12-36% lansia yang menjalani rawat jalan mengalami depresi. Angka ini meningkat menjadi 30-50% pada lansia dengan penyakit kronis dan perawatan lama yang mengalami depresi (Menurut Kaplan et al dalam Azizah, 2011), kira-kira 25% komunitas lanjut usia dan pasien rumah perawatan ditemukan adanya gejala depresi pada lansia.

Depresi merupakan gangguan emosional yang sifatnya berupa perasaan tertekan, tidak merasa bahagia, sedih, merasa tidak berharga, tidak mempunyai semangat, tidak berarti dan pesimis terhadap hidup. Depresi pada lansia dapat disebabkan oleh banyak hal. Misalnya kehidupan ekonomi mereka yang tidak dijamin oleh keluarga sehingga mereka tetap harus bekerja, ketakutan mereka untuk diasingkan dari keluarga, ketakutan tidak dipedulikan oleh anak-anaknya, (Mustiadi, 2014). Gangguan depresi sering ditemui pada lansia prevalensi selama kehidupan, pada wanita 10%-25% dan pada laki-laki 5%-12% dan sekitar 15% penderita depresi melakukan usaha bunuh diri.

Salah satu dampak yang ditimbulkan dalam realitas kehidupan manusia masa kini adalah munculnya berbagai gangguan psikologis seperti depresi. Gangguan depresi ini terjadi akibat adanya suatu kesedihan yang sangat mendalam. Perasaan tersebut muncul karena kecewa mengalami situasi yang sama sekali tak terduga dan tak diharapkan terjadi dalam hidupnya. Hal ini tidak hanya terjadi pada kalangan masyarakat miskin tetapi juga banyak terjadi pada masyarakat pekerja profesional karena mereka menjadi tidak berdaya di atas kemampuannya sendiri. Akibatnya banyak terjadi kriminal seperti pembunuhan ataupun bunuh diri. Berdasarkan survey kesehatan mental rumah tangga (SKMRT) yang dilakukan oleh Terapi Spiritual Islami Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi (Ahmad Razak dkk)

Oleh karena itu peran perawat dan tenaga kesehatan sangatlah di perlukan terhadap pasien lansia yang mengalami depresi. Penanganan depresi diartikan sebagai usaha untuk memulihkan kondisi tubuh seseorang yang sakit yang bertujuan untuk mengembalikan fungsi tubuh yang terganggu ke fungsi normalnya dan untuk mengurangi atau menghilangkan kelainan. Adanya penanganan depresi yang dapat memberikan dampak positif terhadap penurunan depresi pada lansia. Penanganan yang diberikan diwujudkan dalam terapi spiritual islami, kedekatan kepada Tuhan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk membahas kasus dengan judul "Asuhan Keperawatan Geriatrik literature Review: Problem Depresi Lansia Dan Solusi dengan terapi spiritual sebagai kasus pada seminar kali ini.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam tulisan ini adalah *literature review*. Pencarian dilakukan antara lain pada database Science Direct, dan *google scholar* yang dipublikasikan dari tahun 2011 sampai dengan tahun 2017. Kata kunci yang digunakan dalam *literature review* ini yaitu Depresi, Lansia, Terapi spiritual, Spiritual, Keperawatan. Terdapat sejumlah 12 artikel yang ditemukan sesuai dengan kata kunci tersebut. Setelah artikel tersebut dievaluasi sesuai kriteria, yaitu problem depresi lansia dan solusinya dengan terapi spiritual di PSTW Mabaji Gau Gowa, didapatkan sejumlah 5 artikel yang ditelaah untuk di-review. Teori lain juga digunakan dalam *literature review* ini untuk memperkuat alasan dari literatur yang dikaji.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer, data wawancara dan data sekunder. Data primer dan data wawancara yang diperoleh berupa jumlah lansia yang mengalami depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa yang diukur melalui geriatric depression scale (GDS) dan menerima terapi spiritual setiap minggu. Dari data yang didapatkan di panti didapatkan sebanyak 20 (52,6%) dari 38 (100%) lansia yang dijadikan sebagai sampel penelitian mengalami depresi, Data sekunder merupakan data

yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung. Akan tetapi data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang dimaksud berupa buku dan laporan ilmiah primer atau asli yang terdapat di dalam artikel atau jurnal (tercetak dan/atau non cetak) berkenaan dengan problem depresi lansia dan solusinya dengan terapi spiritual. Pemilihan sumber didasarkan pada empat aspek yakni:

(1) Provenance (bukti), yakni aspek kredensial penulis dan dukungan bukti, misalnya sumber utama sejarah;

(2) Objectivity (Objektifitas), yakni apakah ide perspektif dari penulis memiliki banyak kegunaan atau justru merugikan;

(3) Persuasiveness (derajat keyakinan), yakni apakah penulis termasuk dalam golongan orang yang dapat diyakini; dan

(4) Value (nilai kontributif), yakni apakah argumen penulis meyakinkan, serta memiliki kontribusi terhadap penelitian lain yang signifikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sumber utama penelitian ini adalah jurnal yang ditulis oleh Arif Nurma et al., dkk. Yaitu perbedaan efektifitas terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dan terapi musik keroncong terhadap depresi pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia (UPT PSLU) Jombang di Pare Kediri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara kedua terapi tersebut dalam mengukur tingkat depresi lansia dan hasil penelitiannya menunjukkan Hasil penelitian skor awal depresi sebelum terapi SEFT mempunyai rerata 9,70 (tingkat depresi berat). Skor awal sebelum terapi musik keroncong mempunyai rerata 10 (tingkat depresi berat). Setelah dilakukan terapi SEFT terjadi penurunan skor menjadi rerata 3,80 (normal) dan skor setelah terapi musik keroncong terjadi penurunan skor depresi menjadi 4,30 (normal). Hasil uji statistik dengan wilcoxon signed rank test menunjukkan ada penurunan yang signifikan skor depresi sebelum dan sesudah terapi SEFT (p value = 0,008). Ada penurunan yang signifikan skor depresi sebelum dan sesudah terapi

musik keroncong (p value = 0,01). Hasil analisis dengan Mann Whitney U Test menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan efektifitas terapi SEFT dan terapi musik keroncong dalam menurunkan skor depresi lansia (p value = 0,760).

Selain itu juga terdapat penelitian dari Syaifuddin Kurnianti, dkk. Dengan judul Penurunan tingkat depresi lansia dengan bimbingan spiritual yang bertujuan untuk ingin mengetahui pengaruh bimbingan spiritual terhadap tingkat depresi lansia. Hasil penelitian menunjukkan Ada pengaruh pemberian bimbingan spiritual menurut ajaran Islam terhadap perubahan score (tingkat) depresi pada lanjut usia yang menetap di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya sebelum dan sesudah diberikan bimbingan spiritual menurut ajaran Islam. Nilai rerata score (tingkat) depresi menunjukkan penurunan setelah diberikan bimbingan spiritual menurut ajaran Islam. Uji statistik dengan metode wilcoxon sign rank test menunjukkan bahwa tingkat signifikansi $p = 0,005$.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Ani Auli Ilmi (2013) dengan judul penelitian tentang Intervensi ILMI-spaRe dalam menurunkan status depresi pada lansia merupakan penelitian dengan modifikasi intervensi yang terdiri dari perpaduan intervensi dimana didalamnya juga terdapat salah satu intervensi spiritual yang diberikan ke lansia, penelitian ini bertujuan untuk menurunkan dan mencegah status depresi lansia yang menunjukkan adanya perubahan yang terlihat pada kelompok lansia RW A yaitu penurunan nilai GDS dari 6,6 menjadi 4,28 ($SD = 1,282$) dan diperoleh p value sebesar 0,000 serta Perubahan yang terlihat pada kelompok lansia RW B yaitu penurunan nilai GDS dari 6,44 menjadi 3,84 ($SD = 1,555$). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon test diperoleh p value sebesar 0,000. Uji statistik ini memberi makna bahwa dengan adanya intervensi ILMI-SpaRe memberi dampak pada perbedaan rerata nilai GDS sebelum dan setelah perlakuan.

Hubungan Religiusitas Dengan Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk religiusitas 65,4% termasuk ke dalam kategori baik. Dan untuk depresi, 78,8% termasuk

ke dalam tidak depresi atau Normal. Ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat depresi lanjut usia di UPTD Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang Banda Aceh (p value = 0,000, r 0,842). Berdasarkan penelitian ini, diharapkan kepada seluruh keluarga dan petugas UPTD agar dapat memberikan dan meningkatkan dukungan religius sehingga lansia dapat terhindar dari depresi.

Saseno dan Siti Arifah (2014) meneliti tentang Efektivitas Terapi Psikoreligius Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian yang dilakukan menggambarkan bahwa kelompok eksperimen dengan analisis data menggunakan uji wilcoxon didapatkan skor Z sebesar -4,638 dengan nilai p 0.001. Hal ini dapat diartikan bahwa terapi psikoreligius efektif terhadap penurunan depresi. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian quasi eksperimen (experiment design) dengan rancangan penelitian menggunakan non equivalent control group design, desain penelitian ini hampir sama dengan pretestposttest group control design, hanya saja pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Rancangan penelitian ini akan membandingkan hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen setelah diberi perlakuan berupa terapi psikoreligius dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan dengan menggunakan angket The Geriatric Depression Scale (GDS), skala atau alat ukur ini adalah instrumen yang disusun secara khusus digunakan lansia untuk mengukur tingkat depresi (Yesavage, Brink, dalam Kusharyadi, 2010).

4. PEMBAHASAN

A. Analisis Kondisi Lansia yang Mengalami Depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Gowa

Masalah depresi pada lansia merupakan bagian dari hambatan dimensi menuju kesejahteraan lansia, hal tersebut karena lansia mengalami banyak perubahan dan penurunan. Meski sebenarnya aspek spiritual harus meningkat karena semakin tua seseorang akan semakin sadar bahwa hidupnya dekat dengan kematian, namun kenyataannya kondisi spiritual lansia di Panti

Social Tresna Werdha jauh dari kondisi sejahtera hal ini dibuktikan dengan adanya data yang didapatkan bahwa terdapat sekitar 20 (52,6%) dari 38 (100%) lansia yang mengalami depresi.

Kemudian indikator lain tentang problem depresi lansia (Faizah, 2006:26) bisa dikatakan banyak dialami oleh lansia di panti, dibuktikan dengan sebagian lansia yang kurang dalam pengharapan, memiliki arti dan tujuan hidup yang kurang jelas, kedamaian hati yang belum mencapai pada ketenangan, memaafkan diri, dan keberanian, kemudian marah dan koping buruk. Tidak sedikit pula lansia yang menolak berinteraksi dengan pemimpin agama dengan ditunjukkan ketidakhadiran dalam bimbingan agama di balai, lansia juga merasa terasingkan.

B. Analisis Upaya Penanganan Depresi Lansia dengan Terapi Spiritual di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Gowa

Melihat problem depresi yang dihadapi oleh lansia, maka sangat diperlukan penanganan untuk mengatasi masalah tersebut dengan berbagai terapi spiritual mengingat spiritual merupakan salah satu elemen penting dalam yang mendukung kesejahteraan lansia. Ada beberapa cara untuk mengatasi depresi yaitu dengan psikofarmakologi, terapi elektrokonvulsif (ECT), intervensi psikososial, dan psikoterapi (Cahoon, 2012; Videbeck, 2008). Psikoterapi yang dapat menurunkan depresi adalah terapi Spiritual dalam bahasan ini terkhusus pada terapi spiritual yang merupakan terapi dengan bimbingan tentang ajaran-ajaran agama Islam dan terapi alternatif lain untuk mengatasi masalah emosi dan fisik secara intensif yang kemudian dipelajari, dihayati dan diamalkan oleh lansia dalam kehidupan sehari-hari.

Bimbingan dan penyuluhan Islam itu sendiri merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu dalam hal ini adalah lansia atau sekelompok lansia dengan cara memberikan informasi yang telah ditetapkan sebagai hukum Al-Quran dan sunnah yang kemudian memberikan motivasi untuk terus bersemangat menjalani kehidupan hingga kesejahteraan usia akhir tercapai. Dengan adanya bimbingan, maka akan mengembalikan kesehatan jiwa orang yang gelisah

dan bisa menjadi benteng dalam menghadapi goncangan jiwa (Darajat, 1982 78-79). Bimbingan ini merupakan salah satu bentuk pelayanan sosial yang diberikan dalam upaya memenuhi kebutuhan Penerima Manfaat (PM). Pemberian bimbingan diberikan sebagai pemenuhan kebutuhan lansia. Tidak hanya itu bimbingan tidak akan terlepas dari penyuluhan yang artinya penerangan (Fitriani, 2016).

Depresi pada lanjut usia perlu dilakukan penanganan yang tepat. Bimbingan spiritual menurut ajaran Islam sebagai sarana yang berfungsi untuk penentram batin, lepas dari emosi negatif dan memiliki dampak yang signifikan diharapkan dapat memberikan solusi. Bimbingan spiritual ini dilakukan selama delapan hari (delapan kali pertemuan) dengan durasi setiap pertemuan \pm 60 menit. Dengan pemberian intervensi yang dilakukan secara intensif diharapkan dapat merubah mental, pikiran dan emosi maupun psikis lanjut usia sehingga terjadi perubahan score (tingkat) depresi pada lanjut usia.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Syaifuddin kurnianto,dkk (2011) tentang penurunan tingkat depresi lansia dengan pendekatan bimbingan spiritual dimana peneliti, meneliti lanjut usia yang berada di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya. Jumlah lanjut usia di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya adalah 27 orang. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu penetapan sampel dengan memilih sampel sesuai dengan yang dikehendaki oleh peneliti yang disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah dirancang oleh peneliti, sehingga pemilihan lanjut usia sebagai sampel penelitian dapat mewakili karakteristik lanjut usia di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya yang telah diketahui sebelumnya (saat observasi awal). Kriteria inklusi (karakteristik umum subjek penelitian yang akan diteliti) adalah lanjut usia berusia lebih atau sama dengan 60 tahun, jenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan mampu membaca Al-Qur'an. Sedangkan kriteria eksklusi adalah lanjut usia yang mengalami sakit berat dan penurunan kesadaran, dan pernah menjadi responden pada penelitian yang sama. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra eksperimental (one group prepost-test design).

Desain penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat antara variabel dependen (perubahan score (tingkat) depresi) dengan hasil manipulasi intervensi bimbingan spiritual menurut ajaran Islam dengan cara melibatkan satu kelompok subjek (lanjut usia) di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya.

Kelompok subjek (lanjut usia) diobservasi tingkat depresinya sebelum dilakukan intervensi bimbingan spiritual menurut ajaran Islam, kemudian diobservasi lagi tingkat depresinya setelah diberikan intervensi bimbingan spiritual menurut ajaran Islam. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil pre-test dan post-test. Dan Uji statistik dengan metode wilcoxon sign rank test menunjukkan bahwa tingkat signifi kasi $p = 0,005$, terdapat pengaruh yang signifi kan bimbingan spiritual menurut ajaran Islam terhadap perubahan score (tingkat) depresi pada lanjut usia yang menetap di wilayah RT 04 Kedung Tarukan Wetan Surabaya.

Hasil rerata yang semula nilainya 11,4 menjadi 5,4. Nilai rerata score (tingkat) depresi sebelum diberi perlakuan bimbingan spiritual menurut ajaran Islam adalah 11,4 yang menunjukkan responden atau lanjut usia mengalami depresi. Nilai rerata score (tingkat) depresi menunjukkan penurunan setelah diberikan bimbingan spiritual menurut ajaran Islam dengan nilai 5,4 yang menunjukkan responden mengalami penurunan score (tingkat) depresi.

Selain itu juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh Arif Nurma Etika (2017) yang melakukan penelitian tentang perbedaan efektifitas terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dan terapi musik keroncong terhadap depresi pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia (UPT PSLU) Jombang di Pare Kediri. Desain penelitian ini adalah quasi eksperimental, dengan pretest dan post test design. Pada penelitian ini responden yang memenuhi kriteria dikelompokkan menjadi dua kelompok, kelompok terapi SEFT ($n=10$) dan kelompok terapi musik ($n=10$). Pada kedua kelompok dilakukan pretest dengan menggunakan geriatric depression scale (GDS) untuk menentukan tingkat depresi sebelum intervensi, pada kedua kelompok intervensi diberikan terapi sebanyak

empat sesi, dalam empat minggu, setiap sesi diberikan terapi SEFT ataupun terapi musik selama 30 menit. Di akhir minggu keempat dilakukan posttest pada kedua kelompok dengan hasil penelitian. Hasil penelitian skor awal depresi sebelum terapi SEFT mempunyai rerata 9,70 (tingkat depresi berat). Skor awal sebelum terapi musik keroncong mempunyai rerata 10 (tingkat depresi berat). Setelah dilakukan terapi SEFT terjadi penurunan skor menjadi rerata 3,80 (normal) dan skor setelah terapi musik keroncong terjadi penurunan skor depresi menjadi 4,30 (normal). Hasil uji statistik dengan wilcoxon signed rank test menunjukkan ada penurunan yang signifikan skor depresi sebelum dan sesudah terapi SEFT (p value = 0,008). Ada penurunan yang signifikan skor depresi sebelum dan sesudah terapi musik keroncong (p value = 0,01). Hasil analisis dengan Mann Whitney U Test menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan efektifitas terapi SEFT dan terapi musik keroncong dalam menurunkan skor depresi lansia (p value = 0,760).

Kemudian peneliti yang dilakukan oleh Ani Auli Ilmi (2013) dengan judul penelitian tentang Intervensi ILMI-spaRe dalam menurunkan status depresi pada lansia merupakan penelitian dengan modifikasi intervensi yang terdiri dari perpaduan intervensi dimana didalamnya juga terdapat salah satu intervensi spiritual yang diberikan ke lansia, perpaduan beberapa intervensi yang berdasarkan hasil penelitian dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia. Intervensi ILMI-SpaRe terdiri dari :

- a. Menginput perasaan, pikiran positif dan motivasi hidup yang tinggi
- b. Lansia menerima kondisi penuaan dengan tulus dan ikhlas
- c. Lansia melakukan aktivitas di dalam dan diluar rumah
- d. Lansia mengimbangi dengan intervensi spiritual care dan relaksasi otot progresif

sebagai salah satu upaya manajemen stress. Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan dan mencegah status depresi lansia yang direkrut dengan skrining tingkat depresi lansia dengan menggunakan *Geriatric Depretion Scale* (GDS) dan hasil penelitian yang menunjukkan adanya perubahan yang terlihat pada kelompok lansia RW A yaitu penurunan nilai GDS dari 6,6 menjadi 4,28

(SD = 1,282) dan diperoleh p value sebesar 0,000 serta Perubahan yang terlihat pada kelompok lansia RW B yaitu penurunan nilai GDS dari 6,44 menjadi 3,84 (SD = 1,555). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon test diperoleh p value sebesar 0,000. Uji statistik ini memberi makna bahwa dengan adanya intervensi ILMI-SpaRe memberi dampak pada perbedaan rerata nilai GDS sebelum dan setelah perlakuan.

Selain beberapa penelitian mendukung diatas juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh Nana Safriana (2013) Hubungan Religiusitas Dengan Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Aceh. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain cross sectional study, Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 60 tahun keatas yang berada di Panti Werdha Aceh 2017 yang berjumlah 52 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dimana seluruh populasi dijadikan sampel, sebanyak 52 lansia. Karakteristik responden dalam penelitian ini, lansia berusia diatas 60 tahun, lansia yang bertempat tinggal di Panti Werdha dan berada di tempat saat penelitian, lansia yang tidak dalam terminal/sakit berat Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk religiusitas 65,4% termasuk ke dalam katagori baik. Dan untuk depresi, 78,8% termasuk ke dalam tidak depresi atau Normal. Ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat depresi lanjut usia di UPTD Rumoh Seujahtra Geunaseh Sayang Banda Aceh (p value = 0,000, r 0,842). Berdasarkan penelitian ini, diharapkan kepada seluruh keluarga dan petugas UPTD agar dapat memberikan dan meningkatkan dukungan religius sehingga lansia dapat terhindar dari depresi.

Hasil yang sama juga didapatkan pada penelitian Saseno dan Siti Arifah (2014) meneliti tentang Efektivitas Terapi Psikoreligius Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Sleman Yogyakarta yang mempunyai hasil yang mendukung terhadap penurunan tingkat depresi lansia. Hasil penelitian yang dilakukan menggambarkan bahwa kelompok eksperimen dengan analisis data menggunakan uji wilcoxon didapatkan skor Z sebesar -4,638 dengan

nilai $p < 0.001$. Hal ini dapat diartikan bahwa terapi psikoreligius efektif terhadap penurunan depresi. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian quasi eksperimen (experiment design) dengan rancangan penelitian menggunakan non equivalent control group design, desain penelitian ini hampir sama dengan pretestposttest group control design, hanya saja pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Rancangan penelitian ini akan membandingkan hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen setelah diberi perlakuan berupa terapi psikoreligius dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan dengan menggunakan angket The Geriatric Depression Scale (GDS), skala atau alat ukur ini adalah instrumen yang disusun secara khusus digunakan lansia untuk mengukur tingkat depresi (Yesavage, Brink, dalam Kusharyadi, 2010).

Seluruh intervensi yang diterapkan untuk mengurangi tingkat depresi lansia dari kelima literature yang ditelaah semuanya menunjukkan hasil yang sama dan mendukung terhadap penurunan tingkat depresi lansia, yaitu dengan terapi spiritual dengan aspek pendekatan agama sebagai landasan intervensinya dalam penerapannya. Larson dalam Hawari (2007) mengungkapkan bahwa penghayatan keagamaan ternyata besar pengaruhnya terhadap taraf kesehatan fisik dan mental lansia, lansia yang religious lebih kuat dan tabah menghadapi stres dari pada yang kurang atau non religious, sehingga gangguan mental emosional jauh lebih kecil, lanjut usia pada saat mengalami stress akan mencari dukungan dari keyakinan agamanya. Dalam perkembangan selanjutnya ternyata dampak stress ini tidak hanya mengenai gangguan fungsional hingga kelainan organ tubuh, tetapi juga berdampak pada bidang kejiwaan (psikologik/psikiatrik) yaitu depresi. Hal ini didukung oleh pernyataan Rakhmat (2003) bahwa penggunaan agama sebagai perilaku koping berkaitan dengan harga diri yang lebih tinggi dan depresi yang lebih rendah, terutama dikalangan orang yang cacat fisik, agama juga dapat meramalkan siapa yang akan mengalami depresi atau tidak mengalami depresi. Perawat dapat melakukan asuhan keperawatan spiritualitas atau religiusitas pada lansia yang dapat membantu

mempertahankan serta memperbesar semangat hidup klien lansia termasuk kesehatan mental depresi.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis diatas tentang problem depresi lansia, maka dapat ditarik kesimpulan dari judul Problem Depresi Lansia dan Solusinya dengan Terapi Spiritual di Panti Sosial Tresna Werdha Gauma Baji Kabupaten Gowa yaitu sebagai berikut:

1. Kondisi spiritual lansia di Panti Social Tresna Werdha jauh dari kondisi sejahtera hal ini dibuktikan dengan adanya data yang didapatkan bahwa terdapat sekitar 20 (52,6%) dari 38 (100%) lansia yang mengalami depresi. Kemudian indikator lain tentang problem depresi lansia bisa dikatakan banyak dialami oleh lansia di panti, dibuktikan dengan sebagian lansia yang kurang dalam pengharapan, memiliki arti dan tujuan hidup yang kurang jelas, kedamaian hati yang belum mencapai pada ketenangan, memaafkan diri, dan keberanian, kemudian marah dan koping buruk. Tidak sedikit pula lansia yang menolak berinteraksi dengan pemimpin agama dengan ditunjukkan ketidakhadiran dalam bimbingan agama di balai, lansia juga merasa terasingkan.

2. Upaya penanganan dalam mengatasi problem depresi lansia dengan terapi spiritual pelaksanaan pemberian terapi spiritual secara umum telah menjadi sesuai dengan teori tujuan dan fungsi terapi spiritual yang secara umum dapat diaplikasikan dalam bentuk bimbingan penyuluhan islam yaitu menjadi pendorong (motivator) bagi lansia sehingga timbul semangat dalam menjalani hari akhir kehidupan, menjadi penggerak untuk mencapai tujuan yaitu ketenangan di hari akhir, serta menjadi pengarah bagi pelaksanaan program bimbingan. meskipun belum dikatakan maksimal menurut peneliti karena kendala-kendala dilihat dari unsur-unsur bimbingan.

6. REFERENSI

Fitriani, Mei. 2016. Upaya Penanganan Problem Psikospiritual Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Cepiring Kendal Perspektif Bimbingan Penyuluhan Islam. Skripsi . Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Rahmat, Jalaluddin. 2003. Psikologi Agama Sebuah Pengantar, Bandung: PT Mizan Pustaka.

Saeseno & Siti Arifah. 2014. Efektivitas Terapi Psikoreligius Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Sleman Yogyakarta. Jurnal Keperawatan Jiwa. Poltekkes Kemenkes Semarang.

Etika, Arif Nurma, dkk. Perbedaan Efektifitas Terapi Seft (Spiritual Emosional Freedom Technique) Dan Terapi Musik Keroncong Terhadap Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia. Jurnal Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri.

Kurnianto, Syaifuddin. 2011. Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Dengan Pendekatan Bimbingan Spiritual. Jurnal Keperawatan. Akper Lumajang.

Ilmi, A. A. (2017). Intervensi ILMI-SpaRe Dalam Menurunkan Status Depresi pada Kelompok Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 1(2), 1-9.

Safriana, N., & Khairani, K. (2017). Hubungan Religiusitas Dengan Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Di Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(4).