

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN DEPRESI PADA LANSIA YANG TIDAK MEMILIKI PASANGAN HIDUP

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUALITY AND DEPRESSION IN ELDERLY WHO DOES NOT HAVE A LIFE PARTNER

Sri Nur Hartiningsih^{1*}, Andri Setyorini², Eka Oktavianto³

*STIKES Surya Global, Jl Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul, email: srinurhartiningsih@gamil.com, Indonesia

²STIKES Surya Global, Jl Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul, email: andrisetyo04@gamil.com, Indonesia

³STIKES Surya Global, Jl Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul, email: ekaoktavianto12@gamil.com, Indonesia

ABSTRACT

Background: Depression disorders are often found in patients with their prevalence throughout life, in women 10% -25% and in men 5% - 12% and around 15% of depressed sufferers make suicide attempts. The prevalence of depression, regarding more than 20% of elderly people living in community areas, 25% of elderly people are in the hospital and 40% of elderly residents living in nursing homes. Symptoms of depression in the elderly are changes in sleep patterns, decreased appetite and weight, changes in mood. Overcoming the problem of depression in the elderly can be done with a spiritual approach, which seeks to maintain harmony or harmony with the outside world, struggle to answer or gain strength when facing depression, emotional stress, physical illness or death.

Objective: Know the relationship between spirituality and depression in elderly people who do not have a partner.

Methods: non-experimental quantitative research type with descriptive correlational research design. This research was conducted at the Budi Luhur PSTW Hall, with a sample of 60 respondents

Results: The results of this study use Pearson-product moment correlation with the results of the correlation coefficient of - 0.027 and at a significant level of 0.083 this indicates that the p value <0.05.

Conclusion: These results can be concluded that there is a relationship between spirituality and depression in the elderly who do not have a partner in the Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta

Keywords: Depression, elderly, spirituality

PENDAHULUAN

Menjadi tua merupakan proses alamiah yang dimana seseorang telah melalui tahap-tahap kehidupannya, yaitu *neonatus*, *toddler*, *pra school*, remaja, dewasa dan lansia beberapa tahap ini di mulai baik secara biologis maupun psikologis.¹ Lansia menurut WHO adalah orang yang berumur 60-70 tahun. WHO membagi lansia menurut tingkatan usia lansia yakni usia pertengahan (45-59 tahun), usia lanjut (60-74 tahun), usia lanjut tua (75-84 tahun), usia sangat tua (>84

tahun).² Pembangunan nasional di segala bidang yang pemerintah lakukan secara umum telah meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, hal ini dapat dilihat dengan peningkatan harapan hidup di Indonesia dari tahun 2010 mencapai 67,4 tahun dan tahun 2020 akan meningkat menjadi 71,1 tahun Peningkatan usia harapan hidup dapat berakibat terhadap permasalahan lansia. Pemasalahan yang muncul akibat adanya berbagai perubahan baik fisik, psikologis maupun social.³

Gangguan psikologis erat kaitannya dengan depresi. Depresi merupakan masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia. Rasa kesepian, terkucilkan, dan rasa tidak diperhatikan memungkinkan kejadian depresi. Prevalensi depresi pada lansia yang berada di Panti Perawatan sebesar 43% (Geriatric Depression Scale (GDS) adalah alat untuk mendeteksi dan mengukur tingkat depresi pada populasi lansia.³ Faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada lansia adalah faktor demografi, faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor spiritual. Salah satu yang mempengaruhi depresi lansia adalah faktor spiritual. Dampak depresi pada lansia yaitu bunuh diri, penurunan fungsi keseharian yang dapat mempercepat kematian, peningkatan penggunaan pelayanan kesehatan.¹

Spiritualitas/religiusitas merupakan aspek positif dan negatif antara individu dengan sang pencipta. Sebuah komitmen yang dimiliki individu akan memperkuat kemampuan dan kecerdasan spiritualnya dengan memaknai apa arti dirinya dilahirkan, ditempatkan, dan tujuan dirinya berada di dunia ini. Komitmen tersebut memungkinkan individu berupaya mempelajari secara intrapersonal dan interpersonal dan meningkatkan iman dan keyakinan terhadap agama atau kepercayaan yang dianutnya. Pemahaman yang mendalam secara spiritual membuat individu lebih mampu beradaptasi terhadap stresor dan memiliki mekanisme koping yang lebih baik.⁴

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Agustus 2019 oleh peneliti di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta dengan metode observasi dan wawancara. Berdasarkan data penduduk lansia di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta terdapat jumlah lansia sebanyak 95 orang bahwa 18 orang lansia yang mengikuti kegiatan keagamaan kajian muslim yang sudah diadakan oleh Panti. Akan tetapi masalah spiritualitas dari aspek hubungan dengan Tuhan terdapat 8 orang lansia jarang melakukan ibadah sholat, berdoa sehari-hari, berzikir, dikarenakan sakit atau malas. Berdasarkan wawancara terdapat 10 lansia mengatakan kesepian saat berada di panti, kesepian karena kehilangan pasangan hidup, saura dan teman. Petugas PSTW mengatakan bahwa lansia ada yang tidak mengikuti kegiatan keagamaan yang telah diadakan dipanti dikarenakan sakit atau ada juga yang memiliki rasa malas lansia lebih memilih untuk diam dikamarnya, Aktifitas keagamaan dilakukan pada hari kamis dan jum'at pagi untuk umat Muslim pada kegiatan bimbingan kajian muslim, kamis sore untuk umat non muslim. Berdasarkan latar belakang inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan spiritualitas dengan depresi pada lansia di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif *non eksperimen*

dengan rancangan penelitian *descriptive correlational*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di PSTW Budi Luhur. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.⁵ Sampel pada penelitian ini berjumlah 60 responden. Penelitian ini dilakukan di Balai PSTW Budi Luhur.

Intrumen pada penelitian ini menggunakan Kuesioner spiritualitas DSES (*The daily Spiritual Experience Scale*) yang berjumlah 16 item pertanyaan pertanyaan positif, nomer 1-15 dengan kriteria jawaban yaitu sering kali dalam sehari (6), setiap hari (5), hampir setiap hari (4), kadang kadang (3), jarang (2), hampir tidak pernah (1), dan nomer 16 dengan kriteria jawaban, yaitu tidak sama sekali (1), Agak dekat (2), sangat dekat (3), sedekat mungkin (4). Terdiri dari berbagai aspek hubungan dengan diri sendiri, hubungan dengan Tuhan, hubungan dengan orang lain, dan hubungan dengan lingkungan, dengan menggunakan skala *likert* dan keusioner *Geriatric Depression Scale* Kuesioner

dengan 15 item pertanyaan yang dijawab dengan jawaban "IYA" dan "TIDAK". Untuk nomer soal 1, 5, 7, 11, 13 jika dijawab "IYA" maka bernilai 0 dan diberi kode "0" untuk jawaban "IYA" kemudian jika dijawab "TIDAK" maka bernilai 1 dan diberi kode "1" untuk jawaban "TIDAK". Sedangkan untuk nomer soal 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 15 jika dijawab "TIDAK" maka bernilai 0 dan diberi kode "0" untuk jawaban "TIDAK" kemudian jika dijawab "IYA" maka bernilai 1 dan diberi kode "1" untuk jawaban "IYA". Analisis data pada penelitian ini menggunakan Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan Korelasi *pearson-product moment*.

HASIL DAN PEMBAHSAN

Berikut merupakan data responden dalam penelitian yang dijelaskan dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan diantaranya sebagai berikut:

Berdasarkan tabel 1 pada faktor usia paling banyak lansia berusia > 70 tahun sebesar 65,9%, jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 38 orang sebesar 63,3%, tingkat pendidikan sebagian besar berpendidikan SD sebanyak 49 orang sebesar 81,7%.

Tabel 1 Karakteristik Responden (n=60)

Kategori	Karakteristik	Frekuensi (f)	Prevalensi (%)
Usia	60-69 tahun	21	35,0 %
	>70 tahun	39	65,0 %
Jenis kelamin	Perempuan	38	63,3 %
	Laki-laki	22	36,7 %
Pendidikan	Tdk Sekolah	11	18,3 %
	SD	49	81,7 %
	SMP	0	0 %
	SMA	0	0 %
	Perguruan Tinggi	0	0 %
Total		60	100%

Sumber : Data Primer 2019

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Spiritualitas lansia yang tidak memiliki pasangan hidup (n=60)

N	Mean	SD	Min	Maks
60	84,67	3,079	77	94

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat spiritualitas lansia didapatkan hasil dari 60 responden nilai rata-rata total skor adalah 84,67. Nilai total skor terendah dari responden dengan total skor 77 dan nilai total skor tertinggi dari responden dengan total skor 94. Semakin tinggi skor maka semakin baik spiritualitas lansia.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Depresi Lansia Yang Tidak Memiliki Pasangan Hidup (n=60)

N	Mean	SD	Min	Maks
60	6,18	3,775	0	14

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa depresi pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup dari 60 responden nilai rata-rata total skor adalah

6,18. Nilai total skor terendah dari responden dengan total skor 0 dan nilai total skor tertinggi dari responden dengan total skor 14. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi depresi yang dialami lansia, dan semakin rendah skor tingkat depresi semakin rendah.

Tabel 4 Hubungan Spiritualitas dengan Depresi pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup (n=60)

Komponen Variabel	N	Depresi	
		Koef. Korelasi Pearson-Product Moment	Sig
Spiritualitas	60	-0.027	0.083

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil dari koefisien korelasi sebesar $-0,027$ dan pada signifikan yaitu $0,083$ hal ini menunjukkan bahwa p value $< 0,05$ maka H_a diterima (hipotesis diterima) dan H_0 ditolak (hipotesis ditolak). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat spiritualitas dengan depresi pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup, dilihat dari koefisien korelasi hal ini menunjukkan adanya hubungan positif atau hubungan baik atau sangat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas yang dialami responden maka semakin menurun depresi pada lansia.

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari koefisien korelasi sebesar $-0,027$ dan pada signifikan yaitu $0,083$ hal ini menunjukkan bahwa $p\text{ value} < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat spiritualitas dengan depresi pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup, bahwa semakin tinggi spiritualitas maka semakin rendah depresi pada lansia. Berdasarkan data distribusi karakteristik responden menurut usia, pada penelitian ini didapatkan data bahwa, responden lansia mayoritas berusia > 70 tahun, berjumlah 38 responden ($65,0\%$) dengan spiritualitas yang baik. Lansia mayoritas berusia > 70 tahun didapatkan bahwa lansia masih mampu mengikuti kegiatan keagamaan yang ada di panti. Berdasarkan asumsi peneliti bahwa bertambahnya usia, lansia akan lebih memikirkan kematian yang suatu saat akan mereka alami, lansia merasa sudah tidak punya siapa selain teman-temannya yang berada di panti. Hal tersebut yang membuat lansia membina hubungan sosial, meningkatkan tujuan dan makna kehidupan yang lebih baik dengan mendekatkan diri pada tuhan, dan lingkungan.⁶ Sehingga spiritualitas lansia yang berada dengan usia >70 tahun memiliki spiritualitas yang baik, aktifitas

spiritualitas yang dilakukan lansia seperti mengikuti pengajian, berdoa, membaca Al Qur'an, melakukan sholat berjamaah dimushola panti.

Spiritualitas seseorang yang berada pada lanjut usia setelah mencapai usia 70 tahun mengalami spiritualitas yang mendalam atau dapat dikatakan seorang lansia umumnya memiliki spiritualitas yang tinggi. Karena apabila memasuki usia yang lanjut, lansia cenderung lebih ingin mendekatkan diri pada Yang Maha Kuasa.⁷ Lansia akan menerima adanya perubahan dalam kehidupan dan aktivitas sehari-hari serta adanya takdir berupa kematian yang melanda diri sendiri, saudara, atau sahabat dari lansia.⁸ Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan sebanyak 38 orang sebesar $63,3\%$, berdasar hasil observasi bahwa lansia perempuan lebih rajin dalam kegiatan ibadah yang dilakukan di panti, lansia perempuan lebih mampu mengatasi permasalahan didalam kehidupannya dan bisa segera bangkit untuk menyesuaikan diri terhadap rasa kehilangan.

Lansia yang dalam keadaan kesendirian/kesepian baik ditinggal meninggal oleh saudara, atau sahabat maupun keluarga lainnya, lansia akan membutuhkan bantuan terhadap spiritualnya, karena mereka merasakan

tidak ada kekuatan selain kekuatan Tuhan, didalam diri lansia terdapat pemikiran tidak ada yang menyertainya selain Tuhan. Sehingga lansia lebih mendekatkan diri dengan Tuhan.² Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umamah, aktivitas keagamaan seperti berdzikir dapat memberikan ketenangan jiwa dan ketentraman didalam kehidupan sehari-hari, Untuk mendapatkan ketenangan jiwa dan raga pada lansia, dengan banyak berdzikir, dan melaksanakan ibadah sehari-hari lansia akan menjadi lebih tenang dalam hidupnya dan siap untuk menghadapi masa tuanya.⁴

Aktivitas spiritual yang banyak akan mempengaruhi tingkat depresi pada lansia, aktivitas spiritual akan meningkatkan interaksi sesama lansia, mampu meningkatkan aktivitas sosial bersama dengan kehidupan di panti.⁹ Spiritualitas yang tinggi akan terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari lansia, dengan spiritualitas yang tinggi keagamaan seseorang akan semakin baik serta lansia menyadari bahwa selalu ada Tuhan yang memperhatikan, sehingga lansia tidak mudah depresi.¹⁰

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel spiritualitas dengan depresi pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta korelasi sebesar $-0,027$ dan pada signifikan yaitu $0,083$ hal ini menunjukkan bahwa $p \text{ value} < 0,05$ maka H_a diterima (hipotesis diterima) dan H_o ditolak (hipotesis ditolak). Saran kepada penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian yang bersifat intervensi spiritual untuk menurunkan depresi pada lansia atau dalam melakukan upaya pencegahan depresi pada lansia.

TERIMA KASIH

1. Dwi Suharyanta.,ST.,MM.,M.Kes, selaku Ketua STIKES Surya Global Yogyakarta 0274-446909,4469099, email: info@stikessuryaglobal.ac.id
2. Dr. Hariza Adnani.,SKM.,M.Kes selaku ketua LPPM STIKES Surya Global Yogyakarta
3. Kepala Balai PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta

KEPUSTAKAAN

1. Padila. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.

2. Handayani R. Hubungan Spiritualitas Dengan Depresi. *Endurance*. 2018;3(1):14–24.
3. Rahmah M, Husairi A, Muttaqien F. Tingkat spiritualitas dan tingkat depresi pada lansia. *Dk*. 2015;Vol. 3(1):56–64.
4. Umamah FU, Fabyanti A. Pengaruh Terapi Musik Dzikir Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Rt 3 Rw 2 Rumah Dinas Tni-Al Pulungan. *J Heal Sci*. 2018;11(2):188–95.
5. Sugiono. Metode Penelitain Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2016.
6. Antonia P castro, Joko W, Erlisa C. Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Nurs News (Meriden)*. 2019;4.
7. Utami AW, Gusyaliza R, Ashal T. Hubungan Kemungkinan Depresi dengan Kualitas Hidup pada Lanjut Usia di Kelurahan Surau Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *J Kesehat Andalas*. 2018;7(3):417.
8. Munadhifah, D. S., & Hartini S. Hubunan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Oral Higine Anak Tunagrahita Di Sekolah Luar Biasa Kudus. *Hub Dukungan Kel Dengan Kemandirian Oral Hyg Anak Tuna Grahitadi Sekol Luar Biasa Negeri Kaliwungu Kudus*. 2018;PROSIDING:89–100.
9. Gultom P, Bidjuni H, Kallo V. Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Kota Manado. *J Keperawatan UNSRAT*. 2016;4(2):109563.
10. Munawarah S, Rahmawati D, Setiawan H, Studi P, Keperawatan I, Kedokteran F, et al. Spiritualitas Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Nerspedia*. 2018;1(April):64–9.