

## **Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia**

Erni Musmiler

*Program Studi S-1 Keperawatan, STIKes YPAK Padang, Jalan Pemuda Nomor 18 Padang, 25117, Indonesia*

*Email: [erni.musmiler@gmail.com](mailto:erni.musmiler@gmail.com)*

### **Abstrak**

Lansia sebagai tahap akhir siklus kehidupan sering diwarnai dengan kondisi yang tidak sesuai dengan harapan, sehingga banyak mengalami depresi. *World Health Organization* menyatakan sekitar 5-10% lansia mengalami depresi. Prevalensi depresi pada lansia di Indonesia diperkirakan 10-15% dari populasi lansia. Kompensasi untuk mengurangi depresi dengan cara dukungan spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. Jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan desain *Cross Sectional*. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang pada bulan Februari- Juli 2020. Populasi semua lansia sebanyak 4.940 orang dengan jumlah sampel sebanyak 98 orang yang diambil secara *Accidental Sampling*. Data dianalisa secara univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan Uji Chi Square. Hasil penelitian di dapatkan lansia mengalami tingkat depresi ringan (60,2%), dan aktivitas spiritual tidak baik (52,0%). Hasil uji statistik *chi square* terdapat hubungan antara aktivitas spiritual dengan tingkat depresi pada lansia  $p=0,000(p>0,05)$ , dapat disimpulkan bahwa aktivitas spiritual dapat mengurangi tingkat depresi pada lansia. Disarankan kepada pimpinan Puskesmas melalui pemegang program lansia untuk dapat meningkatkan kegiatan spiritual pada lansia.

**Kata Kunci:** Aktivitas Spiritual, Depresi

## ***Spiritual Activity With Depression Levels in Elderly***

### **Abstract**

*Elderly as the final stage of the life cycle is often colored with conditions that are not in line with expectations, so that many experience depression. The World Health Organization (WHO) states that around 5-10% experience depression. The prevalence of depression in Indonesia is estimated at 10-15% of the elderly population. Compensation to reduce depression using spiritual support. This study aims to determine the relationship of spiritual activities with the level of depression in the elderly. This analytical descriptive study with Cross-Sectional design. The study was conducted at Lubuk Buaya Padang Health Center in February – July 2020. The population of all elderly was 4,940 people with a total sample of 98 people taken in accidental Sampling. Data were analyzed univariately with frequency distribution and bivariate with Square Test. The results obtained from the elderly experienced mild depression (60.2%), and spiritual activities were not good (52.0%). The result chi-square statistical test there was a relationship between spiritual activity in the elderly  $p = 0.000 (p > 0.05)$  It can be concluded that depression occurs in connection with spiritual activities that are not good. It is recommended to the head of the Puskesmas through the elderly program holders to be able to increase spiritual activities in the elderly.*

**Keywords:** *Spiritual Activity, Depression*

## PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia. Pada tahap ini manusia mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun mental, dimana terjadi kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya (Kementerian kesehatan RI, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan Undang-Undang No 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 menyebutkan bahwa umur 60 tahun adalah usia permulaan tua. Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan yang kumulatif, merupakan proses yang menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang berakhir dengan kematian.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik, di Indonesia Jumlah penduduk lansia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Data Biro Statistik melaporkan, tahun 2014 sebanyak 8,2% tahun 2015 sebanyak 8,5% tahun 2016 sebanyak 8,9% dan tahun 2017 sebanyak 9,03%, tahun 2018 sebanyak 9,4% dari total populasi Indonesia. Di perkirakan pada tahun 2025 jumlah penduduk lanjut usia sekitar 11,34% (*Badan Pusat Statistik Kesehatan*, 2018).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat jumlah usia lanjut umur 60 tahun keatas pada tahun 2018 sebanyak 455.733 orang dengan Proporsi jumlah lansia perempuan lebih banyak dari lansia laki-laki yaitu 250.684 orang sedangkan lansia laki-laki 205.049 orang.

Lansia merupakan kelompok yang rentan masalah, baik masalah fisik, ekonomi, sosial, budaya, kesehatan maupun psikologis. Banyak kelainan atau penyakit yang prevalensinya meningkat dengan bertambahnya usia. Seseorang yang dikatakan lansia adalah karena usianya yang lanjut mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan termasuk kesehatannya (Yusuf, et.al. 2016).

Kesehatan lansia perlu mendapat perhatian khusus tetap dipelihara dan ditingkatkan agar selama mungkin dapat hidup secara produktif sesuai dengan kemampuannya agar dapat ikut serta berperan aktif dalam pembangunan (Priyoto, 2014). Masalah fisik seperti mudah jatuh, mudah lelah dan penurunan kemampuan melihat dan mendengar pada lansia. Karakteristik spiritual dibentuk oleh agama, keyakinan, intuisi, pengetahuan, cinta yang tulus, rasa memiliki, rasa berhubungan dengan alam semesta, penghormatan pada kehidupan dan pemberian kekuatan pribadi sehingga akan tercermin pada hubungan dengan diri sendiri, orang lain dan hubungan dengan Tuhan (Yusuf et.al, 2016).

Masalah psikologis yang sering seperti demensia, kecemasan, gangguan tidur, dan depresi. Salah satu masalah psikologis yang di hadapi lansia saat ini adalah depresi. Depresi adalah gangguan alam perasaan (*mood*) yang ditandai dengan kemurungan dan kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan sehingga kegairahan hidup berkurang, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability / RTA*, masih baik), kepribadian tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian / *splitting of personality*) perilaku dapat terganggu tetapi dalam batas-batas normal (Hawari, 2017).

Semakin panjangnya umur harapan hidup merupakan tantangan yang sangat berat akibat dampak penuaan. Semua ini dapat menimbulkan gangguan yang selanjutnya cenderung menimbulkan masalah kesehatan jiwa secara khususnya. Masalah kesehatan jiwa adalah masalah paling banyak dihadapi oleh kelompok lansia, gangguan terbesar adalah gangguan depresi. Depresi merupakan masalah mental yang paling banyak ditemui pada lansia, depresi juga merupakan masalah kesehatan utama penduduk lansia dan memiliki kontribusi yang besar (Nugroho, 2017).

Menurut data WHO tahun 2018, saat ini sekitar 10-15% lanjut usia di dunia mengalami depresi. Di Indonesia depresi menjadi salah satu masalah gangguan mental yang sering ditemukan pada lansia. Prevalensinya diperkirakan 10-15% dari populasi lansia (Soejono, 2010). Prevalensi depresi pada lanjut usia di pelayanan kesehatan primer yaitu 5-17%, 20% lansia berada di

komunitas, 25% lansia berada di rumah sakit dan 40% lansia berada di panti jompo.

Menurut penelitian Hidayatus ,et.al, (2019) tentang Hubungan Antara Tingkat Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Dinas Sosial Surabaya terdapat hubungan antara tingkat spiritual yang baik tidak akan mengalami kejadian depresi. Menurut Hawari, (2017), bahwa berbagai penelitian tentang hubungan antara komitmen beragama dan kesehatan menunjukkan adanya hubungan yang bermakna diantara kelompok yang menjalankan ibadah keagamaan dan kesehatan.

Spiritual adalah keyakinan dalam hubungannya dengan Yang Maha Pencipta (Yusuf, et.al. 2016). Spiritual juga diartikan sebagai inti dari manusia yang memasuki dan mempengaruhi kehidupannya dan dimanifestasikan dalam pemikiran dan perilaku serta dalam hubungannya dengan diri sendiri, alam, orang lain dan Tuhan. Lansia lebih percaya bahwa agama dapat memberikan jalan bagi pemecahan masalah kehidupan, agama juga berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupan, menentramkan batinnya (Hawari, 2017). Menurut Lazarus & Folkman dalam Kholifah (2016), menyatakan seringkali ketika seseorang dihadapkan pada suatu keadaan yang cenderung menimbulkan perasaan tertekan, stress, dan depresi, maka mereka akan berusaha untuk mencari sebuah kompensasi agar perasaan yang dirasakan tersebut bisa teratasi.

Menurut Hamid dalam Yusuf,et.al. (2016), Salah satu kompensasi yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengurangi beban dari masalah dan pada saat mengalami stres, individu akan mencari dukungan dari keyakinan agama atau spiritualnya. Dukungan ini sangat diperlukan untuk dapat menerima keadaan yang dialaminya, khususnya lansia yang mengalami depresi. Sembahyang atau berdoa membaca kitab suci Al-Quran dan praktek keagamaan lainnya sering membantu memenuhi kebutuhan spiritual yang juga merupakan suatu perlindungan terhadap tubuh, dalam hal ini tingkat spiritual yang tinggi sangat dibutuhkan agar mereka terhindar dari perasaan depresi.

Aspek spiritual pada lansia selayaknya telah menjadi bagian dari dimensi manusia yang matang. Kebutuhan spiritual yang terpenuhi pada masa ini akan membuat lansia mampu

merumuskan arti persoalan positif tentang tujuan keberadaannya di dunia, mengembangkan arti penderitaan dan meyakini suatu hikmah dari suatu kejadian atau penderitaan, menjalani hubungan yang positif dan dinamis melalui keyakinan, rasa percaya diri dan cinta (Wardhana, 2018).

Menurut Yusuf, et.al. (2016), Sehat spiritual adalah kemampuan seseorang dalam membangun spiritualnya menjadi penuh dengan potensi dan kemampuan untuk mengetahui tujuan dasar hidupnya, untuk antara diri dengan orang lain, alam, dan lingkungan yang tertinggi. Belajar mengalami cinta, kasih sayang, kedamaian dan kesejahteraan serta cara untuk menolong diri sendiri dan orang lain untuk menerima potensi tertingginya (Wardhana, 2018).

Menurut penelitian (Andayani, 2015) tentang Hubungan Kesehatan Spiritual Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di Polindes Cicawan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ahad Kabupaten Agam Sumatra Barat didapatkan dari 74 orang lansia terdapat sebanyak 43 orang (58,1%) dengan depresi tinggi. Sedangkan hasil penelitian (Sari, 2015) tentang Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan Kesepian Lanjut Usia Dalam Menghadapi Kematian Di Desa Pucangan Kecamatan Kartasuri dengan hasil spiritualitas cukup yaitu 23 orang (24,3%).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2020 yang terdiri dari 4 Kelurahan yaitu Kelurahan Lubuk Buaya (1402 orang) Kelurahan Ganting (857 orang) Kelurahan Pasia Nan 3 ( 944 orang) Kelurahan Tabing (1736 orang) pada saat survey awal melalui wawancara yang dilakukan peneliti dari 10 orang lansia didapatkan 7 orang menunjukkan tanda dan gejala depresi, berupa merasa tidak diacuhkan atau tidak dipedulikan oleh keluarga, perasaan takut bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya, merasa tidak berdaya dan tidak berharga, merasa bosan dengan hidupnya, merasa tidak bahagia dengan hidupnya, yang mengakibatkan lansia meninggalkan banyak minatnya, merasa hidupnya tidak puas,dan merasa tidak berdaya.

Saat ditanyakan mengenai aktivitas spiritual mereka sependapat bahwa spiritual itu hanya berhubungan dengan Tuhan, dan mereka mengatakan bahwa spiritual tidak ada hubungannya dengan alam, diri sendiri ataupun orang lain. Rendahnya keyakinan spiritual lansia

dimana lansia mengatakan kehilangan tujuan hidupnya, kurangnya dalam melaksanakan ibadah, sedangkan 3 orang lainnya mengatakan sering melakukan kegiatan ibadah banyak melakukan kegiatan yang mendekatkan diri mereka kepada Tuhan Yang Maha Pencipta.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2020.

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan *Deskriptif Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional Study*, yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Aktivitas Spiritual dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya. Populasi dalam penelitian ini semua lansia yang berjumlah 4.940 orang, dan yang dijadikan sampel sebanyak 98 orang diambil dengan teknik *Accidental sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi. Pengumpulan data melalui kuisioner dengan wawancara terpimpin. Hasil penelitian berupa analisa univariat untuk mendapatkan distribusi frekuensi masing-masing variabel dan analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $p \leq 0,05$ ).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**a. Tingkat Depresi Pada Lansia**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

No	Tingkat Depresi	f	(%)
1	Depresi Berat	22	22,4
2	Depresi Ringan	59	60,2
3	Normal	17	17,3
<b>Jumlah</b>		<b>98</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 98 orang lansia terdapat lebih dari separuh (60,2%) lansia mengalami depresi ringan. Depresi adalah gangguan alam perasaan (Mood) yang ditandai dengan kemurungan dan kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan sehingga kegairahan

hidup menurun, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testign Ability/RTA*, masih baik), kepribadian tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian) perilaku dapat terganggu tetapi dalam batas-batas normal (Hawari, 2017).

Depresi pada lansia adalah perasaan sedih, ketidakberdayaan dan berhubungan dengan suatu pendekatan. Dapat berupa serangan yang ditunjukkan kepada diri sendiri atau perasaan marah yang dalam pada orang lain (Nugroho, 2017). Istilah depresi digunakan untuk menggambarkan alam perasaan, gejala, atau penyakit. Meskipun insidennya tinggi pada lansia, depresi tidak dianggap sebagai respons normal terhadap penuaan (Azizah, Zainuri, Akbar, 2016).

Lansia yang mengalami depresi banyak mengatakan sering merasa kesal dikarenakan suatu hal-hal yang sepele (77%), sering merasa gelisah atau mudah terkejut sebanyak (76%), mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi sebanyak (74%), sering pelupa sebanyak (71%), meninggalkan kesenangan sebanyak (64%), merasa tidak berharga sebanyak (62%), sering merasa bosan sebanyak (60%), sering merasa khawatir dengan masa depan sebanyak (58%), untuk membuat keputusan sebanyak (58%), masih tetap mudah dalam memikirkan sesuatu seperti dulu sebanyak (58%), takut bahwa suatu hal yang buruk menimpa sebanyak (56%), suka tinggal di rumah dari pada keluar dan mengerjakan sesuatu yang baru sebanyak (55%), sulit melakukan kegiatan yang baru sebanyak (55%), memiliki semangat setiap hari sebanyak (52%), merasa dalam sebagian waktu sebanyak (51%), merasa tidak mampu berbuat apa-apa sebanyak (50%), merasa bahwa hidup ini menyenangkan sebanyak (50%), tidak suka berkumpul di pertemuan sosial sebanyak (50%).

Analisa peneliti banyak lansia yang mengalami depresi ringan dikarenakan kurang mempunyai harapan yang baik dimasa depan, cara berfikir lansia yang negatif terhadap diri sendiri, perasaan tidak mampu melakukan tanggung jawab, adanya kesulitan interaksi komunikasi antar anggota keluarga dan adanya gangguan fisik atau kehilangan kepercayaan diri dan merasa tidak berharga.

**b. Aktivitas Spiritual Lansia**

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Aktivitas Spiritual Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

No	Aktivitas Spiritual	f	(%)
1	Tidak Baik	51	52
2	Baik	47	48
<b>Jumlah</b>		<b>98</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 98 orang lansia terdapat lebih dari separuh (52%) lansia dengan aktivitas spiritual tidak baik. Menurut hasil penelitian yang dilakukan (Sari, 2015) tentang Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan Kesepian Lanjut Usia Dalam Menghadapi Kematian Di Desa Pucangan Kecamatan Kartasuri dengan hasil spiritualitas cukup yaitu 23 orang (24,3%). Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyawan (2013) tentang hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan menghadapi kematian pada lansia di atas umur 60 tahun di dusun Tanggulangin, Pandean, Magelang, Jawa Tengah dengan hasil penelitian menunjukkan spiritualitas yang sedang sekitar 69,6%, dan spiritualitas baik yaitu 30,4 %. Lansia dengan aktivitas spiritual tidak baik sebanyak 51 orang (52,0%), aktivitas baik 47 orang (48%).

Spiritual merupakan sesuatu yang dipercayai oleh seseorang dalam hubungannya dengan kekuatan yang lebih tinggi (Tuhan), yang menimbulkan suatu kebutuhan serta kecintaan terhadap adanya Tuhan, dan permohonan maaf atas segala kesalahan yang pernah diperbuat (Hawari, 2017). Lansia dengan tingkat spiritual yang tinggi dan keterlibatan yang tinggi dalam keagamaan dilaporkan jauh lebih sedikit mengalami depresi, karna spiritual besar pengaruhnya terhadap kesehatan jiwa salah satunya depresi. Penelitian Grohol 2008 menunjukkan bahwa lansia yang memiliki keyakinan keagamaan akan merasa kuat dan mengalami kedamaian batin sehingga tidak ditemukan perasaan depresif pada lansia dengan spiritual yang tinggi tersebut.

Lansia yang tidak menghadiri pelayanan/melakukan kegiatan keagamaan memiliki kecenderungan sebesar 80% untuk

mengalami depresi daripada yang menghadiri kegiatan/melakukan keagamaan. Kehidupan spiritual pada lansia dapat memberi ketenangan batiniah. Kesehatan spiritual yang tinggi berpengaruh besar pada kesehatan mental dan kesehatan fisik sehingga seorang lansia mampu mengatasi perubahan atau stress yang terjadi dalam hidupnya dan dalam menghadapi kematian.

Menurut analisa peneliti “saya merasa memiliki kemauan untuk memaafkan orang lain” dan lansia paling banyak mengisi tidak pernah sebanyak 41 (41,8 %), kadang-kadang sebanyak 30 (30,6%), sering sebanyak 26 (26,5%) dan selalu sebanyak 2 (2,0%) memiliki rasa kemauan untuk memaafkan orang lain. Salah satu karakteristik spiritual yaitu harmonis dengan orang lain, yang dikatakan harmonis apabila tidak ada konflik dengan orang lain. Pada lansia banyak terjadi konflik dengan orang lain di sebabkan adanya perbedaan persepsi antar lansia dengan orang lain, terganggunya interaksi dan komunikasi dengan orang lain.

**c. Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia**

**Tabel 3. Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

No	Aktivitas Spiritual	Tingkat depresi						To Tal	%	p
		Depresi berat		Depresi ringan		Normal				
		f	%	f	%	f	%			
1	Tidak baik	19	37,3	28	54,9	4	7,8	51	100	0,000
2	Baik	3	6,4	31	66,0	13	27,7	47	100	
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>22,4</b>	<b>31</b>	<b>60,2</b>	<b>17</b>	<b>17,3</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 51 orang lansia dengan aktivitas spiritual tidak baik terdapat 28 orang (54,9%) lansia dengan tingkat depresi ringan. Sedangkan dari 47 orang lansia dengan aktivitas spiritual baik terdapat 31 orang (66,0%) lansia dengan tingkat depresi ringan. Hasil uji statistik *chi square* didapatkan nilai  $p=0,000(p<0,05)$  artinya terdapat hubungan bermakna antara aktivitas spiritual dengan tingkat

depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

Menurut penelitian Andayani, (2015) tentang Hubungan Kesehatan Spiritual Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia di Polindes Cicawan Wilayah kerja Puskesmas Pasar Ahad Kabupaten Agam Sumatera Barat, dapat dilihat bahwa lansia dengan kesehatan spiritual tinggi berjumlah sebanyak 43(58.1%) orang, dimana lansia yang tidak mengalami depresi berjumlah sebanyak 32 orang (43.2%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti hampir sama dengan pernyataan Padilla, (2013) bahwa secara fisik lansia pasti mengalami penurunan tetapi pada aktivitas yang berkaitan dengan keagamaan justru mengalami peningkatan, artinya perhatian mereka terhadap agama semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Lansia lebih percaya bahwa agama dapat memberikan jalan bagi pemecahan masalah kehidupan, agama juga berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupannya, menentramkan batinnya (Yusuf, et.al., 2016).

Depresi lebih sering pada lansia berkaitan dengan proses penuaan yang terjadi ada diri lansia dimana semakin bertambahnya usia maka akan terjadi banyak perubahan baik disegi fisik maupun psikologi. kehidupan individu lansia adalah periode-periode kritis akhir yang berpengaruh pada perkembangan mental individu itu sendiri yang mempengaruhi rentan lansia berespon terhadap masalah, semakin muda usia maka lansia cenderung memiliki rentan respon yang lebih baik terhadap masalah dan sebaliknya. Faktor umur yang lebih tua bila dikaitkan dengan faktor penuaan, penurunan fungsi kognitif dan penurunan fungsi pancaindra merupakan faktor pencetus terjadinya depresi (Hawari, 2017).

Ketika seseorang mengalami stres, individu akan mencari dukungan dari keyakinan agama atau spiritualnya. Dukungan ini sangat diperlukan untuk dapat menerima keadaan yang dialaminya, khususnya lansia yang mengalami depresi. Sembahyang atau berdoa membaca kitab suci Al-Qur'an dan praktik keagamaan lainnya sering membantu memenuhi kebutuhan spiritual yang juga merupakan suatu perlindungan terhadap tubuh (Hamid (2009) dalam Yusuf, et.al. 2016). Salah satu strategi kompensasi yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengurangi beban

dari masalah-masalah yang mereka hadapi adalah dengan lebih mendekatkan diri pada sang pencipta, melalui ritual keagamaan dan penyembahan. Karena tingkat spiritual lanjut usia sangat berkaitan dengan kejadian depresi pada lanjut usia, dalam hal ini tingkat religiusitas yang tinggi sangat dibutuhkan agar mereka terhindar dari perasaan depresif.

Analisa peneliti semakin rendah aktivitas spiritual semakin tinggi tingkat depresi yang terjadi pada lansia yang memiliki kesehatan spiritual tinggi cenderung tidak mengalami depresi sedangkan lansia dengan kesehatan spiritual rendah akan memiliki kemungkinan depresi. Upaya peneliti yaitu pihak puskesmas pada lansia yang melakukan kegiatan keagamaan di mesjid maupun di rumah, serta lansia menonton atau mendengarkan acara tentang siraman rohani atau acara keagamaan di tv maupun di radio, lansia dianjurkan berkumpul bersama keluarga, lansia berinteraksi dengan orang sekitar atau tetangga, serta lansia yang masih kuat dan sehat melakukan kegiatan yang bisa menghasilkan uang contohnya lansia berdagang kecil-kecilan dirumah, lansia merasa hidupnya menyenangkan karena bisa melihat anak dan cucunya hidup bahagia.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas maka dapat ditarik kesimpulan beberapa hal mengenai Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang sebagai berikut: Terdapat sebanyak 60,2% lansia mengalami depresi ringan, Terdapat sebanyak 52% lansia dengan aktivitas spiritual tidak baik, dan Terdapat hubungan antara aktivitas spiritual dengan tingkat depresi pada lansia.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada pihak Puskesmas Lubuk Buaya Padang telah memberikan izin, memfasilitasi dan membantu peneliti dari segala hal untuk kelancaran penelitian ini serta tidak lupa ucapan terimakasih kepada bapak/ibu lansia yang sudah bersedia dan terlibat dalam penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Abdul, Muhith, and S. (2016). Pendidikan Keperawatan Gerontik. Andi Offset.
- Andayani. (2015). Hubungan Kesehatan Spiritual Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di Polindes Cicawan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ahad Kabupaten Agam Sumatera Barat. Badan Pusat Statistik Kesehatan. (2018). <https://www.bps.go.id/publikasi.html>
- Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan RI. (2018). Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia.
- Faradimah & Musrifatul Uliyah. (2015). Keteraturan Sholat Lima Waktu Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. the sun vol. 2(1) [http://fik.umsurabaya.ac.id/sites/default/files/artikel%205\\_1.pdf](http://fik.umsurabaya.ac.id/sites/default/files/artikel%205_1.pdf).
- Gultom, P., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2016). Hubungan Aktivitas Spiritual dengan Tingkat Depresi di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Kota Manado. E-Journal Keperawatan (e-Kp), Vol.4 No. 2, Agustus 2016 : 1-7
- Hawari, D. (2017). Manajemen Stres, cemas, dan Depres : Edisi 2. FKUI.
- Hidayatus S, Wiwiek L, Dhian S.R, Sukma, Yoga K, Diyan M, Andreyanto M.F, E. al. (2019). Hubungan Antara Tingkat Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Dinas Sosial Surabaya. <http://www.journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/Vol.15 No.1 Maret 2020 : 44 – 57>
- Ilni. Masri. Wardiman. Hamid. Adama. Sutri, et.al. (2017). Problem Depresi Lansia Dan Solusi Dengan Terapi Spritual di PSTW Mabaji Gau Gowa. Jurnal Of Islamic Nursing. Volume 3 Nomor 1, Juli 2018 : 32 – 39
- Keliat Budi A, Akema, Helena N, Nurhaeni H. (2015). Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas : CMHN (Basic Course). Jakarta : EGC.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Masalah Kesehatan Lansia. Jakarta. Diakses pada tanggal 10 Maret 2020. <http://www.yankes.kemkes.go.id/read-masalah-kesehatan-pada-lansia>.
- Kementrian Kesehatan RI. (2016). Elderly Condition in Indonesia. <https://doi.org/ISSN 2442-7659>.
- Kholifah, Siti Nur. (2016). Keperawatan Gerontik : Modul Bahan Ajar Keperawatan Cetakan Pertama. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nafa, Runingga Andami. (2015). Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Lansia Beragama Islam Di Panti Tresna Werda Budi Mulia 4 Margaguna. Jakarta Selatan.” <http://repository.uinjkt.ac.id> diakses tanggal 10 Maret 2020.
- Nugroho, W. (2017). Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik : Edisi 3. Jakarta : EGC.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi Ni P. Ayu Lia N, Gorda A.A.N. Oka S. (2019). Productivity And Spiritual Healing. DOI 10.18551/rjoas.2019-10.27. RJOAS, 10(94), October 2019: 200 – 208.
- Priyoto. (2014). Konsep Manajemen Stress. Nuha Medika.
- Rahma Elliya , Indra Maulana , Meliana Hidayati. (2017). Pengaruh Terapi Religiusitas Terhadap Gejala Depresi Pada Lansia Beragama Islam Di Uptd Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. Holistik Jurnal Kesehatan, Volume 12, No.2, April 2018: 118 - 125
- Sari. (2015). Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan Kesepian Lanjut Usia Dalam Menghadapi Kematian di Desa Puncangan Kecamatan Kartasuri.
- Wardhana, M. (2018). Pendekatan Spiritual Dalam Pelayanan Kesehatan. Vaikuntha International Publication.
- Yusuf. (2016). Kebutuhan Spiritual: Konsep dan Aplikasi dalam Asuhan Keperawatan. Mitra medika.
- Yusuf, Fitriyasaki Rizky, Nihayati H.E. (2015). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta : Salemba Medika