

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia dikenal sebagai entitas holistik, mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang membentuk keutuhan mereka. Pada tahap lanjut usia, terdapat beberapa elemen yang sering diabaikan dan tidak terpenuhi, yang menyebabkan kecemasan terkait perubahan yang dihadapi oleh lansia. Lanjut usia (lansia) merupakan proses yang terjadi pada setiap orang. Lansia, yang umumnya didefinisikan sebagai seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun (Kemenkes RI dalam Yulinda et al., 2023), mengalami tantangan yang signifikan dalam menjalani proses penuaan mereka.

Setiap individu akan mengalami tahap penuaan, yang mencirikan akhir dari rentang hidup mereka. Penuaan membawa penurunan secara bertahap dalam aspek fisik, mental, dan sosial manusia (Hidayati et al., 2021). Perubahan yang terjadi pada lansia mencakup dimensi fisik, psikologis, dan spiritual, sebagian besar dipicu oleh peningkatan harapan hidup mereka. Namun, perubahan ini juga dapat memunculkan masalah kesehatan yang lebih serius pada kelompok ini, baik dalam bentuk masalah fisik maupun masalah psikologis (Harwijayanti et al., 2022).

Tantangan fisik yang umum dihadapi oleh lansia melibatkan risiko jatuh, kelelahan, dan penurunan kemampuan sensorik seperti penglihatan dan pendengaran. Sementara itu, masalah psikologis yang sering muncul melibatkan kondisi seperti demensia, kecemasan, gangguan tidur, dan depresi. Depresi, sebagai contoh, merupakan gangguan kompleks yang memengaruhi kondisi emosional, motivasi, fungsi motorik, serta aspek kognitif pada seseorang. Gejalanya meliputi perasaan tertekan, kehilangan kebahagiaan, kesedihan, merasa tidak berharga, kehilangan semangat, merasa tidak berarti, dan pandangan pesimis terhadap kehidupan (Obay, 2021).

Depresi adalah suatu gangguan emosional yang menghasilkan perasaan tertekan, kehilangan kebahagiaan, kesedihan, merasa tidak berharga, kehilangan semangat, merasa tidak berarti, dan memiliki pandangan pesimis terhadap hidup. Depresi dapat muncul pada siapa saja, tanpa memandang usia, baik pada yang tua maupun yang muda (WHO 2017 dalam Mubina & Agustin, 2021). Menurut WHO, terdapat 100 juta kasus depresi yang terjadi setiap tahunnya. Lebih dari 350 juta individu di berbagai belahan dunia menghadapi tantangan dari gangguan depresi. Satu dari empat wanita dan satu dari enam pria mengalami depresi dalam perjalanan hidup mereka. Sebanyak 65% dari mereka mengalami episode berulang dari gangguan ini, menjadikan depresi sebagai penyebab utama penyakit secara global (Rosyanti et al., 2021).

Pada lansia, depresi dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti ketidakjaminan kehidupan ekonomi yang mungkin tidak dijamin oleh keluarga, memaksa mereka untuk tetap bekerja. Selain itu, ketakutan akan ditinggalkan dari keluarga dan kekhawatiran tidak mendapat perhatian dari anak-anak juga dapat menjadi pemicu depresi pada lansia. Teori usia lanjut menunjukkan bahwa orang yang berusia di atas 65 tahun memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami depresi, dan penyakit ini dapat memengaruhi siapa saja tanpa memandang gender, status sosial, ras, suku, atau bangsa (Andreyanto, 2019).

Pada tahun 2020, Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan penelitian kesehatan mental melalui survei daring dengan melibatkan 4.010 responden. Selama periode 5 bulan, pemeriksaan ini fokus pada tren masalah psikologis. Hasil survei menunjukkan bahwa 65% dari responden mengalami kecemasan, 62% mengalami depresi, dan 75% mengalami trauma. Khususnya, masalah psikologis paling dominan ditemukan pada kelompok usia di atas 60 tahun, mencapai 68,9%, dan depresi dianggap sebagai masalah serius selama masa pandemi ini. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi depresi pada lansia biasanya berkisar antara 5-10%. Namun, di Indonesia, prevalensi depresi pada lansia diperkirakan mencapai sekitar 10-15% dari keseluruhan populasi lansia (Sisi & Ismahmudi, 2020). Dari data World

Health Organization (WHO) prevalensi global gangguan depresi pada lansia didapatkan sebanyak 61,6%. Sekitar 50-75 % depresi terjadi pada lansia yang tinggal di institusi panti werdha dan 10-15 % depresi terjadi pada lansia yang tinggal bersama keluarga (Agustina et al., 2021).

Depresi pada lansia dapat disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk faktor demografi, biologis, psikologis, dan spiritual. Menurut Faradila (2023), faktor spiritual memainkan peran penting dalam memengaruhi tingkat depresi pada lansia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat keimanan seseorang berkorelasi dengan kemampuannya untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan yang merupakan stresor psikososial, yang pada gilirannya dapat menjadi pemicu depresi. Dampak depresi pada lansia melibatkan timbulnya masalah fisik, memperburuk penyakit fisik yang sudah ada, kerusakan kognitif, kehilangan kesehatan mental yang baik, dan bahkan risiko kematian akibat upaya bunuh diri. Depresi secara signifikan meningkatkan risiko bunuh diri, menjadi faktor risiko utama dalam sekitar 75,0% dari kasus bunuh diri yang terjadi (Rantung et al., 2021).

Faktor-faktor yang berkontribusi pada timbulnya depresi pada lansia melibatkan aspek-aspek demografi, biologis, psikologis, dan spiritual. Salah satu elemen yang dapat memengaruhi tingkat depresi pada kelompok lansia adalah tingkat spiritual (Naediwati et al., 2019). Dampak dari kondisi depresi pada lansia mencakup risiko bunuh diri, penurunan fungsi sehari-hari yang dapat mempercepat kematian, dan peningkatan ketergantungan pada layanan kesehatan. Tingkat depresi cenderung lebih rendah pada individu yang memiliki tingkat religiusitas yang lebih tinggi. Selain itu, aspek kehidupan spiritual juga memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat depresi pada populasi lansia.

Aspek spiritualitas mencakup keyakinan seseorang terhadap kekuatan yang lebih tinggi, yaitu Tuhan, yang menciptakan kebutuhan dan cinta terhadap-Nya, bersama dengan permohonan maaf atas kesalahan yang pernah dilakukan. Ketika seseorang menua, pengalaman hidupnya bertambah, menyebabkan perkembangan spiritualitas. Lansia, yang dianggap sudah mendekati akhir hidupnya, cenderung

semakin mendekat kepada Tuhan (Yulianto, 2021). Kebutuhan spiritual merujuk pada keinginan untuk menemukan makna dan tujuan dalam hidup, kebutuhan untuk memberikan dan menerima cinta, serta rasa keterikatan dan keinginan untuk memberi serta menerima pengampunan (Simbolon & Simbolon, 2023). Pada populasi lansia, dimensi kehidupan spiritual memiliki peran yang signifikan. Individu dapat mengelola tingkat stres mereka dengan memanfaatkan berbagai sumber koping, baik yang bersifat sosial, interpersonal, maupun intrapersonal. Salah satu bentuk koping intrapersonal adalah melalui perilaku spiritual. Penggunaan pendekatan keagamaan atau spiritual sangat dianjurkan untuk lansia, mengingat pemikiran-pemikiran yang terkandung dalam ajaran agama sering mengandung panduan tentang cara menghadapi perasaan cemas, panik, dan kesedihan, yang merupakan bagian alami dari kehidupan manusia.

Pada lanjut usia, seringkali terjadi bahwa aspek spiritual mereka dinilai baik, tetapi mereka mengalami penderitaan fisik sebagai hasil dari aspek spiritual, seperti kehilangan pasangan hidup, kesepian karena kurang perhatian dari keturunan, kehilangan pekerjaan, penurunan status ekonomi, dan kurangnya kemampuan untuk menghadapi perubahan dalam diri mereka. Penurunan kemampuan beradaptasi terhadap perubahan dan stres lingkungan juga dapat menyebabkan gangguan psikososial pada lansia, seperti gangguan proses pikir, demensia, dan gangguan perasaan seperti depresi. Salah satu langkah pencegahan depresi pada usia lanjut adalah melalui peningkatan spiritualitas, yang dapat dianggap sebagai strategi koping dalam menghadapi tantangan penuaan (Susanto & Dewi, 2020). Individu yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki ketahanan mental yang lebih baik. Oleh karena itu, disarankan agar setiap orang terlibat dalam aktivitas keagamaan dan sosial, seperti beribadah dan berdoa secara teratur, untuk menjaga kesehatan mental mereka (Apri, 2023).

Menurut studi yang dilakukan oleh Musmiler (2020), terdapat enam faktor yang mempengaruhi spiritualitas pada lansia, melibatkan konsep kesehatan-penyakit, aspek agama, harapan dalam hidup, keterikatan dengan diri sendiri, orang lain,

dan lingkungan, kepercayaan kepada Tuhan, serta makna hidup dalam dunia. Menurut temuan studi, penurunan fungsi kognitif pada lansia umumnya terjadi ketika mencapai usia 60 tahun, namun saat ini sering terdapat penurunan tersebut pada individu yang berusia 50 tahun ke atas. Untuk mencegah penurunan fungsi kognitif, disarankan untuk aktif berinteraksi sosial secara teratur. Keterlibatan dalam kegiatan sosial dan interaksi banyak dapat mendukung lansia dalam mengenali dan mengingat informasi. Penting juga untuk memenuhi kebutuhan spiritual dengan baik, menjadi solusi kedua dalam mengatasi permasalahan ini. Keyakinan spiritual yang kuat dapat memelihara keharmonisan dan kepuasan batin. Berjuang untuk menemukan atau menguatkan kekuatan saat menghadapi stres emosional, keterasingan sosial, dan bahkan ketakutan terhadap ancaman kematian, membuat kebutuhan spiritual menjadi faktor pendukung yang signifikan pada lansia.

Spiritualitas memegang peranan penting dalam upaya individu untuk mencapai keseimbangan yang diperlukan dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan, serta dalam menghadapi tantangan penyakit. Dalam perspektif *World Health Organization*, spiritualitas diakui sebagai salah satu dari empat elemen utama kesehatan, yang menunjukkan bahwa aspek spiritual tidak dapat dipisahkan dari penilaian kesehatan seseorang (Yoga et al., 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Muslimer (2020) terkait tingkat depresi pada lansia, ditemukan bahwa sebagian besar lansia mengalami tingkat depresi yang dapat dikategorikan sebagai ringan, yaitu sebesar 60,2%. Selain itu, sebanyak 52,0% dari mereka juga memiliki tingkat aktivitas spiritual yang kurang baik. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara aktivitas spiritual dan tingkat depresi pada lansia. Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa adanya aktivitas spiritual berkaitan dengan penurunan tingkat depresi pada lansia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1, didapatkan informasi bahwa terdapat lansia sejumlah 250 orang. Berdasarkan informasi yang disampaikan oleh salah satu tenaga perawat Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1 dapat diketahui bahwa terdapat beberapa lansia

yang mengalami depresi sebanyak 113 lansia (47,08%). Depresi pada lansia atau orang lanjut usia adalah masalah kesehatan mental yang umum terjadi. Selain itu menurut tenaga perawat yang diwawancarai didapatkan juga informasi bahwa faktor yang dapat menyebabkan depresi pada lansia, termasuk perubahan fisik, kesehatan yang menurun, isolasi sosial, kehilangan teman atau pasangan hidup, serta masalah kesehatan kronis.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan, melalui wawancara dengan staf di pusat lansia, mengungkapkan bahwa pada bulan November 2023 terdapat 250 lansia di panti Tresna Werdha Mulia 1, terdiri dari 93 lansia laki-laki dan 157 lansia perempuan. Berdasarkan wawancara dengan 40 lansia, ditemukan bahwa 30 (75%) dari mereka sering mengikuti aktivitas di panti. Selain itu, 10 (25%) dari 40 lansia menyatakan rutin menjalankan ibadah setiap hari, sementara 10 (25%) dari mereka dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Perawat dapat memainkan peranan yang sangat penting dalam penelitian mengenai hubungan antara tingkat depresi dan aktivitas spiritual di Panti Tresna Werdha. Selain itu, perawat juga dapat berkontribusi pada pemahaman lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan lansia di lingkungan tersebut. Perawat dapat memberikan edukasi kepada lansia tentang pentingnya aktivitas spiritual dalam menjaga kesehatan mental. Perawat juga dapat menjadi pendamping dalam membantu lansia mengembangkan praktik-praktik spiritual yang positif. Perawat dapat memberikan konseling atau dukungan emosional kepada lansia yang mungkin mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi. Selain itu juga dapat membantu dalam pemahaman dan penanganan masalah spiritual yang mungkin muncul.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Tingkat Depresi Dengan Aktivitas Spiritual di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.

1.2 Rumusan Masalah

Masa lanjut usia atau lansia merujuk pada tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia. Seseorang dianggap lansia ketika telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Pada tahap ini, seringkali terjadi perubahan fisiologis yang umum, dan lansia dapat menghadapi tekanan hidup, perasaan tidak berdaya, kehilangan, depresi, dan bahkan dapat mengalami kecacatan akibat penurunan fungsi tubuh yang mendasar. Penurunan fungsi tubuh ini seringkali disertai dengan munculnya penyakit kronis, dan selain itu, aspek psikososial menjadi salah satu perhatian utama pada lansia.

Masalah seperti kecemasan, depresi, dan distress spiritual seringkali muncul pada tahap ini. Tingkat spiritualitas lansia rendah, hal ini dapat menjadi pemicu munculnya perasaan depresi saat menjalani kehidupan sehari-hari. Berdasarkan uraian permasalahan tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan tingkat depresi dengan aktifitas spiritual di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah diatas maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Tingkat Depresi Dengan Aktifitas Spiritual di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pada lansia di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.
- b. Mengetahui tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.
- c. Mengetahui aktifitas spiritual pada lansia di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.

- d. Menganalisis hubungan antara tingkat depresi dengan aktifitas spritual di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Harapan dari penelitian ini adalah dapat meningkatkan pemahaman pribadi dan pengetahuan dalam bidang pelayanan kesehatan mengenai keterkaitan antara tingkat depresi terhadap aktifitas spiritualitas pada populasi lansia khususnya di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1

Harapannya, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1 serta pemahaman yang berguna untuk mengatasi dampak depresi yang dialami oleh lansia.

- b. Bagi Lansia

Harapannya, penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk memahami hubungan antara tingkat depresi dan aktivitas spiritual pada lansia di lingkungan panti. Informasi ini dapat menjadi dasar untuk strategi intervensi dan perawatan yang lebih efektif.

- c. Bagi Institusi Pendidikan

Harapannya, penelitian ini dapat menjadi referensi yang berharga atau sumber masukan untuk mengelola dimensi spiritualitas dalam mengatasi depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1. Sehingga pada Panti Tresna Werdha Budhi Mulia 1 dapat mengetahui keadaan setiap lansia yang tinggal dalam panti.