



Optimalisasi spiritualitas lansia dimasa covid-19

Spirituality optimization of the elderly during covid-19

Podo Yuwono*, Ernawati, Puji Handoko, Diah Astutiningrum
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong

*Corresponding author: maz.phdh@gmail.com

ABSTRAK

Kata Kunci:
Covid-19;
Lansia;
Spiritualitas

Usia lanjut beresiko terinfeksi covid -19. Peningkatan usia dapat menyebabkan munculnya permasalahan kesehatan fisik, mental dan spiritual. Pandemi covid-19 berdampak pada aktivitas lansia baik aktivitas kegiatan posyandu lansia maupun aktivitas keagamaan. Posyandu lansia di Desa Bejiruyung masih belum maksimal dalam penguatan spiritualitas pada lansia. Aktivitas keagamaan yang dilakukan penting untuk meningkatkan kondisi fisik dan psikologis lansia. Tujuan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk mengetahui tingkat spiritualitas serta penguatan pemahaman dan aktivitas keagamaan lansia. Diikuti oleh 68 orang lansia dengan metode ceramah yang dilakukan selama 3 kali pertemuan menggunakan media power point dan lembar balik. Kegiatan diawali dengan pengukuran spiritualitas lansia menggunakan instrument Spiritualitas Daily Spiritual Experience Scale (DSES), dilanjutkan dengan pemberian topik pandangan islam terhadap lansia, menjaga kesehatan jasmani dan rohani selama masa lansia. Hasil menunjukkan bahwa tingkat spiritualitas pada lanjut usia pada posyandu Desa Bejiruyung, mayoritas lansia 51 orang dalam kategori spiritualitas baik. Lansia termotivasi kembali untuk melakukan aktivitas ibadah dan mengikuti kajian keagamaan di masyarakat. Solusi permasalahan mitra yaitu dengan melakukan penyuluhan tentang pandangan islam terhadap lansia, menjaga kesehatan jasmani dan rohani selama masa lansia, dengan melibatkan tokoh agama.

ABSTRACT

Kata Kunci:
Covid-19;
Elderly;
Spirituality

The Posyandu for the elderly in Bejiruyung Village is still not maximal in strengthening spirituality in the elderly. Religious activities carried out are important to improve the physical and psychological condition of the elderly. The purpose of this community service is to determine the level of spirituality and strengthen the understanding and religious activities of the elderly. Followed by 68 elderly people with the lecture method which was carried out for 3 meetings using power point media and flipcharts. The activity begins with measuring the spirituality of the elderly using the Spirituality Daily Spiritual Experience Scale (DSES) instrument, followed by giving the topic of Islamic views on the elderly, maintaining physical and spiritual health during old age. The results show that the spirituality level of the elderly at the Posyandu in Bejiruyung Village, the majority of the elderly are 51 people in the good spirituality category. motivated again to carry out worship activities and participate in religious studies in the community. The solution to the partner's problems is to do counseling about Islamic views on the elderly, maintain physical and spiritual health during the elderly, by involving religious leaders

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 menyebabkan peningkatan angka kematian di seluruh dunia. Data jumlah kematian akibat Covid-19 yaitu sebanyak 120.013 orang. Jumlah populasi lansia di Indonesia 20,3 juta (10%) dari total jumlah penduduk (BPS 2020). Kelompok usia lanjut beresiko terinfeksi covid-19 dikarenakan proses degeneratif.

Peningkatan jumlah penduduk lansia memberikan berbagai macam tantangan. Menurut WHO jumlah lansia pada tahun 2020 akan menyamai jumlah tahun 2050 yaitu mencapai angka 11,34% atau 28,8 juta orang. Di Indonesia pada tahun 2019 diproyeksikan jumlah lansia mencapai 27,5 juta orang atau 10,3%, dan 57,0 juta orang atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS, Bappenas, UNFPA, 2018). Kabupaten Kebumen merupakan salah satu kabupaten di Jawa Tengah dengan jumlah lansia (60 tahun keatas) sebanyak 167.743 orang.

Dampak dari peningkatan jumlah lansia, menyebabkan permasalahan khusus yang mencakup berlangsungnya proses menua seperti timbulnya masalah mental seperti stress, depresi, dan kecemasan. Pada masa covid, aktivitas lansia menjadi terbatas dengan adanya batasan dan pemahaman tentang kondisi aktivitas selama covid juga menjadikan lansia takut melakukan aktivitas, hal ini sesuai dengan Yuda, (2021) adanya peningkatan penderita penyakit kronis tentang pengetahuan, perilaku covid dan kualitas hidup. Serta munculnya kondisi kesehatan yang lain seperti hipertensi akibat kecemasan dengan dampak rendahnya kualitas tidur lansia sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan membatasi aktivitas lansia Kristinawati, B., Rahmawati, S., Fadhila, A. N., & Fadhila, R. A. N. (2021). Pendekatan spiritualitas menjadi penting untuk dilakukan intervensi. Masalah psikologi seperti merasa ketakutan, ansietas, kesedihan yang mendalam, isolasi sosial dan depresi yang

diakibatkan oleh penyakit, baik penyakit akut maupun kronis, terjadi ketika lansia memandang sakit yang dialami adalah sebagai hukuman dan menyalahkan diri sendiri, membuat lansia kesulitan memandang masa depan yang mengakibatkan lansia menjadi terpuruk dan tidak berdaya, salah satu aspek yang penting untuk mengatasi masalah lansia dengan cara spiritualitas.

Spiritualitas dapat diartikan sebagai sesuatu yang dapat mempengaruhi beberapa dimensi dalam kehidupan lansia. Spiritualitas pada lansia rentan mengalami perubahan dikarenakan penurunan fungsi tubuh dalam diri lansia. Hal tersebut mengakibatkan lansia mengalami perubahan perilaku spiritual yaitu menurunnya kesehatan lansia dan kurangnya dukungan pada lansia (Kholifah, 2016).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Bidan desa dan 4 lansia di Posyandu lansia di Desa Bejiryung, mengatakan bahwa kegiatan posyandu lansia masih sebatas pengeloaan kesehatan fisik seperti pengobatan dan seman lansia, pengelolaan kesehatan secara psikologis spiritual masih belum dilaksanakan. Dalam masa pandemi minimnya aktivitas lansia berdampak pada aktivitas lansia baik aktivitas kegiatan posyandu lansia maupun aktivitas keagamaan yang ada. Lansia jarang melakukan interaksi social disebabkan adanya social distancing dan ketakutan akan penularan. Lansia merasa perlu dalam penguatan spiritualitas melalui posyandu. Aktivitas keagamaan juga penting dilakukan untuk meningkatkan kondisi fisik dan psikologis lansia. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui tingkat spiritualiyas lansia dan memberi manfaat dalam penguatan pemahaman dan aktivitas keagamaan lansia dimasa pandemic.

METODE

Metode pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat ini dengan

ceramah, diskusi. Populasi dalam kegiatan ini merupakan lansia di Posyandu Desa Bejiruyung, Kecamatan Sempor. Dilakukan selama 3 kali pertemuan dengan durasi 120 menit tiap pertemuannya. Tahap perencanaan diawali 1) penyusunan rencana pelaksanaan kegiatan, 2) melaksanakan koordinasi anggota pengandian, 3) Koordinasi dengan pihak Puskesmas Sempor 1 dan bidan pemegang wilayah, 4) Penentuan waktu kegiatan disepakati bersama kader dan bidan desa. Tahap persiapan meliputi 1) rapat persiapan koordinasi dengan pihak akademik dan Puskesmas, 2) Pengecekan sarana dan prasarana. Kegiatan diawali dengan pengukuran spiritualitas lansia, menggunakan instrument spiritualitas Daily Spiritual Experience Scale (DSES).

Hasil pengukuran tingkat spiritualitas dikategorikan dalam rentang baik dengan prosentase 76-100%, rentang cukup dengan prosentase 56-75 %, dan rentang kurang dengan prosentase $\leq 56\%$. Media ceramah menggunakan power point dan lembar balik dengan topik pandang islam terhadap lansia, menjaga kesehatan jasmani dan rohani selama masa lansia. Jumlah lansia yang mengikuti pengabdian masyarakat ini sebanyak 68 lansia dari 2 posyandu lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini bertujuan untuk menguatkan spiritualitas lansia di posyandu Desa Bejiruyung melalui kegiatan penyuluhan dan kajian keagamaan. Hasil pre test dan post test kegiatan ditabulasikan dalam tabel 1.

Tabel. 1 Tingkat spiritualitas lansia di Posyandu Lansia Desa Bejiruyung

Tingkat Spiritualitas	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
Baik	17	51
Cukup	29	13
Kurang	22	4
Total	68	68

Berdasarkan tabel 1 tingkat spiritualitas pada lanjut usia pada posyandu Desa Bejiruyung dengan jumlah responden 68 orang, menunjukkan bahwa mayoritas lansia 29 orang masuk dalam kategori tingkat spiritualitas yang cukup. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan dan kajian rohani, hasil penilaian tingkat spiritualitas lansia meningkat dengan kategori baik sejumlah 51 lansia, kategori cukup 13, kategori kurang 4.

Spiritualitas adalah sikap yang dimiliki oleh seseorang untuk menghadapi dan memecahkan masalah dalam kehidupannya, sehingga mampu menunjukkan kehidupan yang lebih baik dan bermakna (Nida, 2013). Spiritualitas yang dimiliki seseorang menunjukkan

kualitas dasar yang dimiliki oleh lanjut usia. Dengan kualitas spiritualitas yang baik diharapkan mereka dapat mengatasi kehilangan yang terjadi dalam hidupnya dengan pengharapan yang lebih baik. Setiap orang pasti memiliki aspek spiritualitas yang berbeda-beda, sehingga masing-masing lansia mempunyai pengalaman yang berbeda dalam penilaian dan meyakinkannya (Jalaluddin, 2015). Lansia yang memiliki pemahaman dan keyakinan spiritual akan merasakan hubungan yang baik dengan orang lain dan memiliki kualitas hidup yang baik (Hidayati 2018).

Beberapa faktor yang mempengaruhi spiritualitas pada lansia yaitu krisis dan perubahan saat pandemi covid-19, sehingga lansia harus

beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Aktivitas lansia berubah dimasa pandemi, yaitu tidak dapat mengikuti kegiatan keagamaan dan ibadah jamaah, tidak dapat berkumpul dengan keluarga dan teman dekat. Keterbatasan aktivitas selamapandemi mengakibatkan kegiatan dimasyarakat dibatasi termasuk kegiatan-kegiatan keagamaan yang sifatnya menimbulkan kerumunan, seperti pengajian atau kajian-kajian keagamaan. Sehingga hal ini berakibat pada kurangnya dukungan pada lansia dalam menjalankan ibadah.

Lanjut usia dengan tingkat spiritualitas yang tinggi pada lansia akan memiliki kemampuan dan bekal yang baik dalam menjalani kehidupan. Hal ini berdampak pada ketenangan hidup hingga kematian menjemput. Sebaliknya, dengan spiritualitas yang rendah maka dapat menyebabkan keputusasaan dan kesedihan dalam menjalani hidup. Spiritualitas yang tinggi menjadikan rasa tenang dalam menjalani kehidupan dan pikiran positif serta dapat meningkatkan status

kesehatan lansia (Naftali, Ranimpi, & Anwar, 2017). Tingkat spiritualitas yang baik didasarkan pada umur lansia, diharapkan dengan bertambahnya usia terjadi perubahan dalam cara pandang hidup seperti sadar akan kematian, merasa kesepian, terjadi perubahan ekonomi, mengalami penyakit kronis, kekuatan fisik, semakin lemah, terjadi perubahan mental, ketrampilan, psikomotor berkurang, terjadi perubahan psikososial (pensiun), kehilangan sumber pendapatan, kehilangan pekerjaan dan tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri, ditinggal pasangan dan teman. Dengan kondisi tersebut lansia akan meningkatkan spiritualitas untuk mentaati ajaran agamanya dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup seperti melakukan hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang rendah lemak dan garam, olahraga ringan, menjaga kebersihan rumah dan lingkungan serta menjaga hubungan yang harmonis dalam keluarga.



Gambar 1. Kegiatan Kajian Keagamaan di Posyandu Lansia

SIMPULAN

Kesimpulan dalam kegiatan ini adalah tingkat spiritualitas lansia Sebagian besar dalam kategori cukup.

Lansia bersemangat dan termotivasi kembali untuk melakukan aktivitas ibadah dan mengikuti kajian keagamaan di masyarakat. Lansia antusias dalam

mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Rencana tindak lanjut perlu adanya keberlanjutan program penguatan kondisi spiritualitas disetiap kegiatan posyandu. Diharapkan adanya peningkatan kondisi spiritualitas lansia sehingga kualitas hidup lansia menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). Statistik Penduduk Lanjut Usia. Badan Pusat Statistik.
- Bappenas, BPS, UNFPA. 2018. Proyeksi Penduduk Indonesia 2005-2025. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Saputri, D. A. E., & Yuda, H. T. (2019). Penerapan Terapi Murotal terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Hipertensi. *Proceeding of The URECOL*, 122-126.
- Hidayati, N. (2018). Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia Persatuan Wredhatama Republik Indonesia. E-Journal UMS. Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from https://www.jstage.jst.go.jp/article/amr/1/5/1_010501/_article/-char/ja/0Ahttp://www.ghbook.ir/index.php?n
- Yuda, H. T., & Yuwono, P. (2021). Pengetahuan, Perilaku Tentang Covid 19 Dan Kualitas Hidup Penderita Dm Pada Masa Pandemi Di Wilayah Puskesmas Gombang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 269-276.
- Jalaluddin. (2015). Tingkat Usia dan Perkembangan Spiritualitas serta Faktor yang Melatarbelakanginya di Majelis Tamasya Rohani Riyadhul Jannah Palembang. *Intizar*, 21(2),165–183. <https://doi.org/10.19109/intizar.v21i2.305>
- Kristinawati, B., Rahmawati, S., Fadhila, A. N., & Fadhila, R. A. N. (2021). Pelatihan Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk meningkatkan Kualitas Tidur dan Stabilitas Tekanan darah pasien Hipertensi *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)*, 2(2), 134-143.
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>
- Kholifah, S. N. (2016). Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Keperawatan Gerontik. (A. Sosiawan, Ed.), Pusdik SDM Kesehatan (Pertama, Vol. 53). Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan. Retrieved from <http://publications.lib.chalmers.se> <https://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001> <http://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.1>
- Underwood LG. The daily spiritual experience scale: overview and results, *Religions*. 2011; ISSN 2077-1444