

Pengaruh Pendekatan Spiritual Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Warga Tama Kelurahan Timbangsan Kecamatan Indralaya Utara

Herliawati, Sri Maryatun, Desti Herawati

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Unsri

Abstrak

Kesepian merupakan masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia, terutama yang tinggal di Panti Werdha. Salah satu penyebab kesepian adalah akibat kekosongan spiritual. Untuk mengatasi kesepian diperlukan suatu upaya pendekatan spiritual. Pendekatan spiritual merupakan pendekatan yang cenderung menyentuh satu sisi spiritualitas manusia, mengembalikan manusia pada sebuah kesadaran darimana dia berasal, alasan mengapa manusia diciptakan, dan tugas-tugas yang harus dilakukan manusia di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian lanjut usia sebelum dan setelah diberikan pendekatan spiritual. Jenis penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimental* dengan menggunakan desain *one group pre test-post test*, yang dilakukan selama 3 minggu mulai tanggal 4-25 juni 2012. Populasi penelitian adalah lanjut usia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Warga Tama Indralaya. Teknik pengambilan sampel yaitu *non-probability sampling* dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian adalah lanjut usia yang telah memenuhi kriteria inklusi berjumlah 19 responden. Teknik pengumpulan data dengan wawancara dan kuesioner baku *UCLA loneliness scale*. Berdasarkan analisis menggunakan uji *Marginal Homogeneity* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai p sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa *p value* probabilitas $\leq 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan tingkat kesepian sebelum dan setelah pendekatan spiritual dan ini menunjukkan adanya pengaruh pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian. Dengan demikian, perawat dapat menggunakan pendekatan spiritual dalam bentuk asuhan keperawatan spiritual yang bermanfaat dalam mendukung dan membantu lansia menjalani hidup yang lebih berkualitas.

Kata Kunci: Kesepian; Spiritual; lansia.

Abstract

Loneliness is a psychological problem that often occurs in the elderly, especially elderly people living in the Werdha homes. One of the cause of the loneliness is spiritual emptiness. To solve this problem spiritual approaching is needed. Spiritual approach is an approach that tends to touch one side of human spirituality, the people back to an awareness of where he come from, the reason why man is created, and duties that should be done by human in this world. This study was aimed to investigate the influence a spiritual approach to the lonely elderly before and after the treatment. The kind of research in this study was pre-experimental research with one group pre test-post test design, it was carried out during the three week in June, began on 4-25 June 2012. The population was the elderly people who lived at Tresna Werdha Warga Tama Social Institution Indralaya. In choosing the sample, the researcher had been used one kind of non-probability sampling that was Purposive sampling method. The sample of this study was elderly that have fulfilled inclusion criteria with total number 19 respondents. To collect the data the researcher have been done the interview and gave the standardize quisioner from UCLA loneliness scale. Based on Marginal Homogeneity test with significance level $\alpha = 0.05$, the p value was 0.000. These results showed that the p value probability ≤ 0.05 , it was meant that there are significant differences in levels of loneliness before and after a spiritual approach given. In other words, it can be concluded that spiritual approach give the influence to the level of elderly loneliness. Therefore, nurses can use spiritual approach to support and help the elderly get the better live.

keywords: loneliness; Spiritual; Elderly.

1. Pendahuluan

Salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan di Indonesia adalah meningkatnya usia harapan hidup. Semakin meningkatnya usia harapan hidup, menyebabkan jumlah lanjut usia lansia terus meningkat dari tahun ke tahun. Peningkatan usia harapan hidup tersebut selain menjadi indikator keberhasilan juga menimbulkan permasalahan baru yang semakin kompleks berkaitan dengan penurunan kondisi kesehatan fisik, permasalahan psikologis, sosial dan spiritual¹. Umumnya masalah psikologis yang dapat terjadi pada lansia adalah kesepian². Kesepian merupakan hasil interaksi dengan individu lain yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sebelumnya. Sedangkan tingkat kesepian adalah suatu rentang tinggi atau rendahnya perasaan subyektif individu yang berupa perasaan perasaan negatif seperti terasing, tidak adanya kedekatan dengan orang lain³. Masalah kesepian lebih dominan terjadi pada lansia yang tinggal di Panti Werdha. Keterpisahan dengan anggota keluarga atau lebih spesifik dengan anak-anak, terlebih lagi ketika keluarga tidak mampu untuk merawat lansia, mengharuskan mereka pada akhirnya tinggal di panti werdha. Keadaan ini dapat menimbulkan perasaan hampa pada diri lansia dan semakin menambah perasaan kesepian yang mereka alami⁴. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian pada lansia adalah faktor spiritual yaitu akibat kekosongan spiritual⁵. Berdasarkan studi pendahuluan di Panti Sosial Tresna Werda Warga Tama hanya sekitar 20 lansia yang berpartisipasi aktif mengikuti kegiatan keagamaan, seperti sholat berjamaah dan ceramah agama. Meskipun kesepian dianggap sebagai hal yang normal pada lansia. Namun kesepian dapat mengakibatkan munculnya berbagai masalah patologis dan psikologis mulai dari depresi, stress, penyakit influenza, dan penyakit *alzheimer*³. Penelitian Larson mengungkapkan bahwa penghayatan keagamaan ternyata besar pengaruhnya terhadap taraf kesehatan fisik dan mental lansia⁶. Karena kesehatan secara holistik meliputi sehat biopsikososial dan spiritual. Perawat sebagai tenaga kesehatan yang profesional mempunyai kesempatan yang paling besar untuk memberikan pelayanan kesehatan khususnya asuhan keperawatan yang komprehensif dengan membantu manusia memenuhi kebutuhan dasar yang holistik⁷. Untuk itu diperlukan berbagai cara pendekatan yang berkaitan dengan pembinaan kehidupan lansia, salah satunya pendekatan spiritual⁸.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *pre-eksperimental* dengan menggunakan desain *one group pre test-post test*, yang dilakukan selama 3 minggu mulai tanggal 4-25 juni 2012. Populasi penelitian adalah lanjut usia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Warga Tama Indralaya. Teknik pengambilan sampel yaitu *non-probability sampling* dengan menggunakan teknik

*purposive sampling*⁹. Sampel penelitian adalah lanjut usia yang telah memenuhi kriteria inklusi berjumlah 19 responden. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan menggunakan kuesioner baku *UCLA University of California Los Angeles Loneliness Scale* yang telah dimodifikasi untuk menilai tingkat kesepian¹⁰, serta prosedur pendekatan spiritual dengan panduan askek spiritual dari buku *Asuhan Keperawatan Jiwa*⁷.

Penelitian ini telah dilaksanakan oleh peneliti dibantu dua orang asisten. Asisten ini sudah terlebih dahulu diberikan penjelasan dan dilakukan penyamaan persepsi oleh peneliti. Penelitian dilaksanakan selama 30 menit. Peneliti memulai dengan menilai tingkat kesepian klien sebelum dilakukan intervensi dengan pendekatan spiritual. Selanjutnya, peneliti langsung mulai melakukan pendekatan spiritual. Pendekatan spiritual dilakukan dengan cara pembinaan hubungan saling percaya dengan lansia, menjaga kontak mata dan sentuhan terapeutik agar lansia merasa nyaman saat berinteraksi dengan perawat, membuka ekspresi lansia terhadap kesepian yang dirasakan merasa tidak berdaya, keputusasaan, merasa ditinggalkan, menggali penyebab dan apa yang biasa dilakukan lansia ketika muncul perasaan kesepian. Lalu berikan reinforcement, mendiskusikan bersama lansia mengenai eksistensi lansia, pemaknaan hidup, harapan, rasa saling mencintai dan memaafkan, serta tetap menjaga hubungan baik dengan lansia yang lain, memberi semangat lansia untuk menggunakan sumber-sumber spiritual dalam mengatasi kesepian yang dirasakan, mengarahkan lansia untuk melaksanakan aktivitas spiritual, membuat poster yang akan di tempel di kamar berisi tulisan "Sudahkah saya Sholat?" Disertai gambar orang yang sedang melaksanakan ibadah sholat, membuat jadwal rutin aktivitas spiritual, dan mengajurkan lansia untuk berperan aktif dalam aktivitas keagamaan seperti ceramah agama di panti.

Pre test dan intervensi dilakukan selama minggu kedua penelitian terhadap 19 orang lansia. Setelah dilakukan intervensi, peneliti kembali ke Panti Sosial untuk melakukan evaluasi dan pengukuran tingkat kesepian setelah pendekatan spiritual pada lansia. Evaluasi dan *post test* dilakukan selama minggu ketiga penelitian. Seluruh data yang diperoleh dikumpulkan menjadi satu, lalu dilakukan pengolahan data dengan program komputer yang dianalisis dengan uji *Marginal Homogeneity*¹¹.

3. Hasil

Tabel 1. Hasil sebelum pendekatan spiritual

Sebelum	Frekuensi	Persentase
Tidak Kesepian	0	0 %
Ringan	4	21,1 %
Sedang	9	47,4 %
Berat	6	31,6 %
Total	19	100 %

Tabel 2. Hasil sesudah pendekatan spiritual

Setelah	Frekuensi	Percentase
Tidak Kesepian	3	15,8 %
Ringan	15	78,9 %
Sedang	1	5,3 %
Berat	0	0 %
Total	19	100

Tabel 3. Hasil Uji Marginal Homogeneity

		Tingkat Kesepian				Total	P
		Setelah Pendekatan Spiritual					
		Tidak Kesep- ian	Ringan	Sed- ang	Ber- at		
Tidak	Kesepian	0	0	0	0	0	0,000
Tingkat Kesepian							
Ringan		2	2	0	0	4	
Sedang		1	7	1	0	9	
Berat		0	6	0	0	6	
Total		3	15	1	0	19	

Uji *marginal homogeneity* ini dimaksudkan untuk mendapatkan p value untuk mengetahui adakah pengaruh dari pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian lansia¹¹.

4. Pembahasan

Hasil penelitian sebelum dilakukan pendekatan spiritual menunjukkan bahwa dari 19 orang responden terdapat 4 orang 21,1% dengan tingkat kesepian ringan, 9 orang 47,4% dengan tingkat kesepian sedang dan 6 orang 31,6% dengan tingkat kesepian berat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di panti Werdha mengalami kesepian. Sejalan dengan yang diungkapkan Gunarsa bahwa masalah kesepian sering terjadi pada lansia yang tinggal di Panti Werdha⁴. Hal tersebut dapat terlihat saat dilakukannya wawancara dan dari hasil kuisioner yang ditanyakan oleh peneliti, sebagian besar lansia mengaku sering merasa kesepian 79% dan merasa sendiri karena sudah tidak memiliki pasangan. Hanya sedikit teman yang bisa diajak bercerita. Lansia juga merasa sedih karena ditinggalkan oleh keluarganya. Beberapa dari lansia 57,8% ada yang memang sengaja ditempatkan anak atau keluarga mereka di panti. Akibatnya muncul perasaan tidak berarti dari mereka. Bahkan ada juga yang sudah tidak dianggap sebagai bagian dari keluarga oleh anaknya. Sehingga panti menjadi pilihan bagi lansia untuk melanjutkan kehidupan. Lansia yang mengalami kesepian ringan hanya terdapat 4 orang 21,1%, 9 orang 47,4% dengan tingkat kesepian sedang dan 6 orang 31,6% dengan tingkat kesepian berat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia

di panti Werdha mengalami kesepian. Berbeda dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Juniarti dkk, tentang gambaran jenis dan tingkat kesepian pada lansia di BPSTW Pakutandang Ciparay Bandung, didapatkan hasil bahwa sebagian besar 69,5% lansia di panti mengalami kesepian ringan⁵. Perbedaan antara hasil penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah karakteristik status hubungan responden penelitian yang berbeda. Pada penelitian ini, seluruh responden memiliki karakteristik status hubungan yang sama yaitu *single*. Sedangkan, yang menjadi responden dalam penelitian Juniarti adalah lansia yang masih memiliki pasangan hidup. Brehm menyatakan bahwa status hubungan merupakan salah satu hal yang mempengaruhi kesepian¹². Individu lajang lebih berkesempatan mengalami kesepian dibanding individu yang telah menikah, sedangkan individu yang cerai cenderung lebih merasakan kesepian dibanding individu yang belum pernah menikah. Begitupun dengan jenis kelamin, laki-laki cenderung lebih merasakan kesepian dibanding perempuan. Selain status hubungan, jenis kelamin juga mempengaruhi kesepian¹².

Hasil penelitian setelah dilakukan pendekatan spiritual menunjukkan bahwa dari 19 orang responden terdapat 1 orang 5,3% dengan tingkat kesepian sedang, 15 orang 78,9% dengan tingkat kesepian ringan, dan 3 orang 15,8% yang tidak kesepian. Tidak didapatkan responden dengan tingkat kesepian berat. Hal ini menunjukkan terjadi perubahan tingkat kesepian sebelum dan setelah diberikan pendekatan spiritual. Lansia yang mengalami penurunan tingkat kesepian yang cukup signifikan terjadi pada lansia yang menderita stroke dan lansia yang sengaja ditempatkan keluarganya di panti. Bagi lansia yang mengalami stroke, penurunan kemampuan fisik ini menyebabkan lansia merasa tidak berdaya, patah semangat, dan pesimis menghadapi masa yang akan datang. Beberapa gejala ini merupakan tanda dari *depression* yaitu salah satu perasaan yang dialami oleh mereka yang kesepian¹². Keterbatasan fisik ini membuat lansia semakin terpisah dari ikatan spiritual. Terpisahnya lansia dari ikatan spiritual membuat lansia kehilangan kemampuan untuk mengenal dirinya dan TuhanNya. Begitupun dengan lansia yang sengaja ditempatkan keluarganya di panti, perasaan tidak berharga dan kurang dihargai sering muncul dan membuat mereka kehilangan makna hidup. Setelah dilakukan pendekatan spiritual, lansia kembali tersadar akan hakikat dirinya sebagai manusia dan tujuan keberadaannya di dunia serta meyakini bahwa ada hikmah dari setiap kejadian atau penderitaan yang sedang dialaminya. Karena pada fitrahnya, agama memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Apalagi berdasarkan perkembangan spiritualnya kehidupan beragama pada lansia sudah mencapai tingkat kemantapan dan meningkatnya kecenderungan lansia untuk menerima pendapat keagamaan, hanya saja kondisi dan lingkungan yang membuat lansia terputus dari ikatan spiritual¹³. Lansia pun mulai memahami bahwa spiritual tidak hanya menyangkut hubungan manusia

dengan Tuhan-Nya tetapi juga hubungan manusia dengan dirinya sendiri, alam, dan orang di sekitarnya⁷.

Hasil pengukuran tingkat kesepian sebelum dan setelah pendekatan spiritual menunjukkan dari 6 orang 31,6% yang mengalami kesepian tingkat berat berubah menjadi kesepian tingkat ringan, dari 9 orang 47% kesepian tingkat sedang 7 orang 37% diantaranya menjadi kesepian tingkat ringan dan 1 orang 15% tidak kesepian, dan yang sebelumnya 2 orang 10% dengan tingkat kesepian ringan menjadi tidak kesepian. Hal ini menunjukkan terjadi perubahan tingkat kesepian sebelum dan setelah diberikan pendekatan spiritual. Pada penelitian ini untuk mengetahui adakah perbedaan tingkat kesepian sebelum dan setelah dilakukan pendekatan spiritual digunakan uji *Marginal Homogeneity* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05^{11}$. Diperoleh nilai p sebesar 0,000, hasil ini menunjukkan bahwa *p value* probabilitas $\leq 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan tingkat kesepian sebelum dan setelah pendekatan spiritual sehingga Ha diterima. Dengan demikian menunjukkan bahwa ada pengaruh pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian lansia. Sebagian besar lansia 79% mengaku mereka tidak lagi merasa sendiri meskipun sudah tidak memiliki pasangan, karena mereka menyadari bahwa ada Allah yang selalu bersama mereka. Spiritualitas sebagai energi yang menghubungkan masa lanjut usia untuk mengenal dirinya lebih dalam dan merasa terhubung dengan Tuhan dan alam semesta sehingga memunculkan perasaan damai dan bahagia pada diri lansia¹⁵. Sejalan dengan teori Lubis yang menyatakan bahwa agama mempunyai makna yang penting bagi manusia karena iman dapat berfungsi sebagai penghibur dikala duka, menjadi sumber kekuatan batin pada saat menghadapi kesulitan, pemicu semangat dan harapan berkat doa yang dipanjatkan, pemberi sarana aman karena merasa selalu berada dalam lindunganNya, penghalau rasa takut karena merasa selalu dalam pengawasanNya, tegar menghadapi masalah karena selalu ada petunjuk melalui firman-firman-Nya, menjaga kemuliaan moral dan berprilaku baik terhadap lingkungan sebagaimana dicontohkan para rasul-Nya¹⁶. Dengan tetap terjaga hubungan baik antara makhluk dan Pencipta-nya, diharapkan adanya keseimbangan sikap realistik terhadap dunia dan kebutuhan spiritual, sehingga perasaan negatif yang sering muncul pada lansia seperti kesepian dapat dihindari.

5. Simpulan dan Saran

Sebagian besar lansia mengalami penurunan tingkat kesepian setelah dilakukan pendekatan spiritual, dari 6 orang kesepian tingkat berat menjadi kesepian tingkat ringan, dari 9 orang kesepian tingkat sedang 7 orang diantaranya menjadi kesepian tingkat ringan dan 1 orang tidak kesepian, dan yang sebelumnya 2 orang tingkat kesepian ringan menjadi tidak kesepian. Namun ada juga yang tidak mengalami perubahan, 1 orang tetap mengalami kesepian tingkat sedang dan 2 orang tetap mengalami kesepian tingkat ringan. Berdasarkan uji

Marginal Homogeneity dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai p sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa *p value* probabilitas $\leq 0,05$ yang berarti berarti terdapat perbedaan tingkat kesepian sebelum dan setelah pendekatan spiritual sehingga Ha diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian lansia.

Sebagai saran diharapkan institusi keperawatan dapat lebih memperdalam pembahasan mengenai aspek kesehatan spiritual dalam kurikulum keperawatan sehingga perawat mampu menerapkan asuhan spiritual secara kompeten Demikian juga dengan panti sosial dapat menerapkan komunikasi yang terapeutik dalam setiap pertemuan dengan lansia sehingga lansia dapat mengutarakan keluhan dan merasa lebih diperhatikan serta mendorong dan memotivasi lansia untuk tetap berpartisipasi dalam kegiatan panti. Untuk peneliti selanjutnya perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai peran perawat dalam pendekatan spiritual dan diharapkan peneliti lain dapat menggunakan jenis penelitian kualitatif untuk menggali lebih dalam permasalahan psikologis dan spiritual pada lansia.

Daftar Acuan

1. Eka Puji Lestari. *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Werdha Dharma Bhakti Kota Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2009.
2. Probosuseno. *Mengatasi Isolation pada Lanjut Usia*. Diambil pada 23 Februari 2012 dari <http://www.medicalzone.org>.
3. J.W.Santrock. Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup Jilid II. Edisi ke-5. Erlangga. Jakarta.2002.
4. Gunarsa, S.D. Dari Anak sampai Usia Lanjut : Bunga Rampai Psikologi Anak. BPK Gunung Mulia. Diambil pada 24 Februari dari 2012 <http://books.google.co.id/books?id=GUAGhG74Nh4c&pg=PA417&dq=kesepian+lansia#PPA409.M1>. 2004.
5. Juniarti, Neti. *Gambaran Jenis dan Tingkat Kesepian pada Lansia*. Universitas Padjadjaran. Bandung. 2008.
6. Hawari. *Dimensi Religi dalam praktik Psikiatri dan Psikologi*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2002.
7. Achir Yani Syuhaimie Hamid. *Asuhan Keperawatan Jiwa*. EGC Jakarta. 2008.
8. Syamsu LN Yusuf. *Konseling Spiritual Teistik Proses Pencerahan Diri dalam Membangun Kehidupan Bersamanya Bermakna*. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. 2007
9. Hidayat. *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Salemba Medika. Jakarta. 2007.
10. Peplau and Russel. *UCLA Loneliness Scale*. <http://www.psychology.iastate.edu/~ccutrona/uclalone.html>

11. Sopiyudin Dahlan. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta. 2011.
12. Sari Hayati. *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Lansia*. Universitas Sumatera Utara Medan. 2009.
13. Jalaludin. *Psikologi Agama*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta. 2011.
14. Mohammad Fanani. *Agama sebagai Salah Satu Modalitas Dalam Terapi*. 2007
15. Yulianti. *Pendekatan Cultural Spiritual dalam Konseling bagi Lansia*. Universitas Sunan Gunung Jati. Bandung. 2011
16. Lubis. *Iman dan Ilusi*. Psikiatri Fakultas Kedokteran. Universitas Indonesia. 2002.