

## HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA

Ellen Padaunan, Frendy Fernando Pitoy, Lovely Jellita Najoan

Fakultas Keperawatan, Universitas Klabat, Airmadidi, Minahasa Utara 95371, Indonesia

E-mail: [frendypitoy@unklab.ac.id](mailto:frendypitoy@unklab.ac.id)

### Abstract

*Depression is one of the problems that are often experienced by the elderly. Depression can lead to decreased body functions and even suicide. One of the treatments that can be done to reduce depression in religious activities such as worship. The purpose of this study was to determine the relationship between religiosity and level of depression among the elderly at Kolongan Atas Village, District Sonder. The study design used was a quantitative study using a descriptive correlation method with a cross-sectional approach and spearman correlation statistical test. The sampling technique was done by a total sampling method, with as many as 56 respondents. The Centrality of Religiosity Scale and the Geriatric Depression Scale (GDS-15) was used as the instrument. The results showed that from 56 participants, most of them were 32 people (57.1%) had mild depression level and there were 30 people (53.6%) with a high level of religiosity. Furthermore, the results showed that there was no significant relationship between religiosity and depression levels among the elderly in Kolongan Atas village, district Sonder with a value of  $p > 0.05$ . It is recommended for the elderly who are at Kolongan Village, District Sonder, to be able to involve themselves in various activities to reduce the feelings of depression.*

**Keywords:** Depression, Elderly, Reigiusity.

### Abstrak

Depresi merupakan salah satu masalah yang sering dialami lansia. Depresi dapat menimbulkan dampak seperti penurunan fungsi tubuh dan bahkan sampai pada bunuh diri. Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk mengurangi depresi adalah kegiatan agama atau kegiatan religius seperti beribadah. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasi melalui pendekatan *cross-sectional* dengan uji statistik *spearman correlation*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *total sampling*, yaitu sebanyak 56 responden. Instrumen yang digunakan adalah *Centrality of Religiosity Scale* dan *Geriatric Depression Scale (GDS-15)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 56 partisipan didapati sebagian besar yaitu 32 orang (57,1%) memiliki tingkat depresi ringan dan terdapat 30 orang (53,6%) dengan tingkat religiusitas tinggi. Lebih lanjut, hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder dengan nilai signifikan  $p > 0.05$ . Direkomendasikan bagi para lansia yang berada di Desa Kolongan Kecamatan Sonder, untuk dapat melibatkan diri dalam berbagai aktifitas untuk menurunkan perasaan depresi yang dirasakan

**Kata Kunci:** Depresi, Lansia, Reigiusitas.

### Pendahuluan

Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas dan merupakan kelompok umur yang telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupan (*World Health Organisation (WHO)*, 2015). Pada kelompok yang dikategorikan lansia akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process*

atau proses menua (Rachmawaty dkk, 2014). Proses menua merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari dan alamiah. Dalam proses penuaan, individu akan mengalami perubahan secara anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Kholifa, 2016).

Pada kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses menua (Rachmawaty dkk, 2022). Proses menua merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari dan alamiah. Dalam proses penuaan, individu akan mengalami perubahan secara anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Kholifa, 2016).

WHO mengemukakan bahwa jumlah populasi lansia semakin lama akan semakin meningkat. Pada tahun 2019 jumlah lansia diatas 60 tahun mencapai 1 miliar jiwa. Angka ini akan bertambah menjadi 1.4 miliar pada tahun 2030, dan menjadi 2.1 miliar pada tahun 2050 (WHO, 2022). Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia. Berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2019, jumlah lansia di Indonesia sebanyak 25,9 juta jiwa (9,7%) dari total penduduknya (KEMENKES RI, 2013). Hasil sensus penduduk pada tahun 2016 menunjukan jumlah lansia di Provinsi Sulawesi Utara tercatat sebanyak 71.62% dari total penduduk (Kusnandar, 2021).

WHO (2012) menjelaskan bahwa depresi adalah gangguan mental yang umum bagi para lansia. Kesedihan, kehilangan minat dan kesenangan, perasaan bersalah, harga diri yang rendah, susah tidur, nafsu makan berkurang, merasa kelelahan, dan kurang konsentrasi merupakan gejala seorang lansia mengalami depresi. Lansia akan mengalami sebuah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup dan depresi merupakan salah satu perubahan yang sering terjadi (Ratnawati, 2017).

*Mental Health America* (2022) mengemukakan bahwa terdapat setidaknya dua juta dari 34 juta jiwa penduduk amerika diatas 65 tahun yang menderita depresi. Sedangkan di Indonesia, terdapat 100 juta kasus depresi tiap tahunnya berdasarkan klasifikasi usia, lansia berusia 55-64 tahun mengalami depresi sebesar 15,9%, lansia 65-74 tahun sebesar 23,2% , dan lansia diatas 75 tahun sebesar 33,7% (Kemenkes RI, 2017).

Pada lansia perubahan mood akibat kesepian sering terjadi. Perasaan ingin menangis, merasa hampa, tidak bahagia, tidak berguna, dan harga diri rendah merupakan dampak yang ditimbulkan. Dilihat dari segi psikososial gejala yang tampak adalah kehilangan minat terhadap interaksi dengan orang lain dan meninggalkan kebiasaan yang lama atau hobi. Akibat dari fungsi psikososial, lansia mulai mengabaikan diri dan penampilannya (Widianingrum, 2016). Seseorang yang mengalami

depresi akan menunjukkan keluhan seperti marah, murung, cemas, gelisah, sedih, pesimis, menangis, suasana hati sering berubah-ubah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, mudah tersinggung, mudah menyerah pada orang dan mempunyai sikap bermusuhan, mimpi buruk, serta mengalami gangguan konsentrasi dan daya ingat (Hawari, 2011).

Menurut Nafa (2016) Seseorang mengalami depresi karena kurang mendapatkan dukungan positif dari lingkungan. Dukungan positif seperti kegiatan religi dan kerohanian adalah kegiatan yang dapat membantu lansia dalam mencegah terjadinya depresi. Razak (2013) menjelaskan bahwa pendekatan spiritual berperan penting dalam mengekspresikan perasaan dan memberikan kenyamanan bagi klien. Terapi spiritual atau religi sangat berpengaruh untuk membangun rasa penerimaan diri sehingga klien tidak merasa depresi. Sebaliknya, klien akan mampu mengekspresikan perasaannya kepada kehidupan dan kesehatan mental yang lebih baik.

Religiusitas melibatkan suatu kepercayaan yang lebih tinggi kepada Tuhan dan merupakan proses seseorang dalam memahami dan menghayati suatu ajaran agama. Seseorang yang beragama akan mengarahkan dirinya untuk hidup dan berperilaku sesuai dengan ajaran yang dianutnya. Religiusitas mencakup aspek-aspek yang bersifat teologi (keyakinan), pengetahuan keagamaan, serta pengamalan atau praktik keagamaan. Tingkat religiusitas seseorang adalah kedalaman seseorang dalam meyakini agamanya dan diwujudkan dalam nilai-nilai agama dengan mematuhi aturan-aturan dan menjalankan kewajiban dengan ikhlas yang berkaitan dengan beribadah (Setiawati dan Nurhamidi, 2014)

Terdapat beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia membahas tentang hubungan religiusitas dengan tingkat depresi. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Nafa (2015) untuk mengetahui apakah religiusitas memiliki hubungan erat dengan kejadian depresi pada lansia. Penelitian telah dilakukan pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Mulia 4, Margaguna, Jakarta Selatan. Hasil membuktikan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara tingkat religiusitas dengan tingkat depresi dengan nilai signifikan  $p = 0.000$ ,  $r = -0.558$ . Lebih lanjut hasil menunjukan bahwa semakin tinggi religiusitas seseorang maka akan rendah tingkat depresinya.

Survey awal telah dilakukan di Desa Kolongan Atas, Kecamatan Sonder dan ditemukan bahwa terdapat 3 orang yang menunjukkan gejala depresi seperti terlihat sedih, murung dan memiliki

pandangan kosong. Lebih lanjut para lansia mengatakan bahwa khawatir karena anaknya jarang pulang. Selain itu, ditemukan juga lansia yang menunjukkan perilaku tampak gelisah dengan bergerak tanpa tujuan disekitaran rumah dan jarang berbicara. Berdasarkan latar belakang tersebut penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder.

## Metode

*Design* penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *design* penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *descriptive correlation* melalui pendekatan *cross sectional*. Total sampling telah digunakan dalam pengumpulan data dengan partisipan sebanyak 56 lansia yang berusia 60 tahun keatas, bisa mendengar, berdomisili di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder, dan bersedia menjadi responden. Untuk pengukuran variabel religiusitas instrumen yang digunakan adalah *Centrality of Religiosity Scale* (CRS-15) yang disusun oleh Huber dan Huber pada tahun 2012 dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Malawau (2019) dengan nilai *alpha cronbach reliability* mencapai 0.836. Kuesioner ini terdiri dari 15 pertanyaan dan mewakili 5 dimensi, diantaranya dimensi *intellectual, ideology, public practice, private practice, dan religious experience*. Sedangkan pengukuran tingkat depresi pada partisipan menggunakan kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS-15) yang ditemukan oleh Yesavage dan Sheikh pada tahun 1986 dan diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia oleh Karel Karsten Himawan. Instrumen ini telah dilakukan uji reabilitas oleh Utami (2019) dengan nilai *cronbach's alpha* -0,755. Kuesioner ini terdiri dari 15 pertanyaan dengan enam aspek, diantaranya aspek kepuasan hidup, keputusan, kebosanan, ketakutan, semangat, dan isolasi sosial.

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner secara langsung pada lansia yang memenuhi syarat menjadi partisipan. Setelah semua data terkumpul, peneliti melanjutkan dengan melakukan pengolahan data menggunakan SPSS. Telah dilakukan analisa data univariat menggunakan rumus frekuensi dan persentase. Sedangkan analisa data bivariat telah menggunakan rumus *spearman's correlation* karena ditemukan data tidak berdistribusi normal.

## Hasil

Gambaran religiusitas pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder, dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 56 responden terdapat 30 orang (53,6%) dengan tingkat religiusitasnya tinggi dan 26 orang (46,4%) dengan tingkat religiusitasnya rendah. Sesuai dengan hasil uji statistik didapati bahwa kategori religiusitas pada lansia di desa Kolongan Atas sebagian besar berada pada kategori religiusitas tinggi.

Tabel 1  
*Distribusi Religiusitas Pada Lansia Di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder*

Religiusitas pada lansia	Frekuensi	Persen (%)
Tinggi	30	53,6
Rendah	26	46,4
Total	56	100,00

Gambaran tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder, dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2  
*Distribusi Tingkat Depresi Lansia Di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder*

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persen (%)
Ringan	32	57,1
Normal	22	39,3
Berat	2	3,6
Total	56	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari total 56 responden terdapat 32 orang (57,1%) memiliki tingkat depresi ringan, 22 orang (39,3%) yang memiliki tingkat depresi normal dan 2 orang (3,6%) memiliki tingkat depresi berat. Sesuai dengan hasil uji statistik tersebut didapati bahwa kategori tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder sebagian besar berada pada kategori tingkat depresi ringan.

Hasil analisis apakah ada hubungan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3  
*Korelasi Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder*

Variabel	Spearman's rho
Religiusitas dan Depresi	Correlation Coefficient 1,000 ,151
	Sig. (P-Value) ,266
	N 56 56

Pada tabel 3 diperoleh nilai *p value* = 0,266 > lebih besar dari nilai  $\alpha = 0,5$  yang memiliki arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder.



## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kategori religiusitas pada lansia di desa Kolongan Atas sebagian besar berada pada kategori religiusitas tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Freitas (2019) yang menyatakan bahwa tingkat religiusitas pada lansia di panti werdha Santo Yosef Surabaya mayoritas berada pada tingkat religius tinggi yaitu sebanyak 65%. Adapun penelitian yang lain dilakukan oleh Safriana dan Khairani (2017) yang memiliki hasil penelitian yang sejalan dimana ditemukan bahwa terdapat 65,4% lansia di panti werdha Aceh dalam kategori religiusitas tinggi. Lansia dengan religisitas tinggi adalah lansia yang rutin beribadah, membaca tentang keagamaan, dan merasa tenang saat berdoa. Lansia yang berumur 60 tahun keatas mempunyai kekhawatiran akan kematian yang tinggi, sehingga mendorong lansia untuk rajin beribadah dan mendekatkan diri dengan Tuhan (Hardianti dkk, 2018) Lansia yang berada di desa Kolongan Kecamatan Sonder pada saat pandemic tidak melakukan kegiatan religiusitas seperti beribadah di gereja dikarenakan keadaan fisik yang tidak memungkinkan yang sangat rentan terpapar dengan covid-19. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa para lansia melakukan kegiatan rohani dipimpin oleh pihak keagamaan seperti datang kerumah-rumah untuk melakukan pelayanan ibadah dan membaca Alkitab.

Data yang ditampilkan pada tabel 2 yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder berada pada kategori tingkat depresi ringan. Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Novayanti dkk (2020) dimana tingkat depresi pada lansia yang tinggal di panti sosial Tresna Werdha Yogyakarta sebagian besar berada pada tingkat depresi ringan dengan persentase sebesar 40,7%. Sebaliknya hasil penelitian yang dilakukan oleh Nafa (2015) memiliki hasil yang tidak sejalan, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada tingkat normal dan ringan, yaitu 60,7% pada kategori normal dan 27,9% berada pada kategori ringan.

Depresi ringan adalah perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori menurun dan individu kesulitan untuk memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berpikir, bertindak, merasakan dan melindungi dirinya sendiri Zaini (2014). Salah satu faktor penyebab lansia yang berada di desa Kolongan Atas merasakan depresi ringan adalah menderita penyakit kronis. Berdasarkan data hasil survey, para lansia mengatakan secara

langsung bahwa mereka memiliki penyakit kronis sehingga mereka merasa takut. Menderita penyakit kronis merupakan salah satu pemicu depresi padalansia dan sejak pandemi lansia tidak diijinkan untuk melakukan aktivitas diluar yang menyebabkan lansia tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan yang ada disekitarnya sehingga lansia mengalami depresi sekalipun dalam tingkatan yang ringan.

Hasil dari penelitian ini yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pokorski dan Wazercha (2011) dimana hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia dengan nilai  $p = 0,10$ . Disisi lain hasil penelitian yang dilakukan Safriana dan Khairani (2017) menunjukkan hasil yang berbeda, hasil penelitiannya bertolak belakang dengan hasil penelitian ini dimana didapati terdapat hubungan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di panti werdha Santo Yosef Surabaya dengan nilai  $p = 0,000$ .

Hasil survey tambahan dilakukan dan menunjukkan bahwa religiusitas tinggi tidak menjamin para lansia untuk terhindar dari perasaan depresi. Terdapat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perasaan depresi pada lansia seperti adanya lansia yang kesepian di rumah yang jauh dari anaknya, menderita penyakit kronis sehingga lansia tidak dapat beraktivitas seperti biasanya yang mengakibatkan lansia depresi meskipun dalam tingkatan yang ringan, adapun lansia yang tidak diijinkan keluar rumah dengan aktivitas yang dibatasi di karenakan pandemi dan membuat lansia tetap mengalami depresi sekalipun dalam tingkatan yang ringan.

## Kesimpulan

Setelah analisis data dilakukan, ditemukan hasil bahwa lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder sebagian besar berada pada kategori religiusitas tinggi dan depresi ringan. Lebih lanjut hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder. Direkomendasikan bagi para lansia yang berada di Desa Kolongan Kecamatan Sonder, untuk dapat menurunkan perasaan depresi yang dirasakan. Bagi peneliti selanjutnya, dianjurkan untuk meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat depresi pada lansia seperti faktor dukungan keluarga dan aktifitas sosial.

## Daftar Pustaka

- Freitas, A. A (2019). Hubungan Religiusitas dan Tingkat Depresi pada Lansia (Skripsi, Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya). Diakses dari: <http://repository.wima.ac.id/id/eprint/19329/>
- Hardianti, H., Wiyono, J., & Ragil, C. A. (2018). Hubungan tingkat religiusitas dengan kualitas hidup lansia di kelurahan tlogomas kota malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(3)
- Hawari, D. (2011). *Manajemen stress cemas dan depresi*. Surakarta: Jakarta Balai Penerbit FKUI.
- Kemenkes RI. (2013). Populasi lansia diperkirakan terus meningkat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari: <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/aceh/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020>
- Kemenkes RI, (2017). Analisis Lansia Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kholifa, S. N. (2016) Keperawatan Gerontik. Jakarat: Pusdik SDM Kesehatan
- Kusnandar. V. B. (2021) Penduduk Sulawesi Utara. Databoks. Diakses dari: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/12/16/sebanyak-7162-penduduk-sulawesi-utara-merupakan-kelompok-usia-produktif>
- Mental Health America (2022). Depression in older adults: More facts. *Mental Health America*. Diakses dari: <https://www.mhanational.org/depression-older-adults-more-facts>
- Nafa, R. A. (2016). Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Tingkat Depresi Lansia Beragama Islam di Panti Tresna Werdha Budi Mulia 4 Margaguna Jakarta Selatan.
- Novayanti, P. E., Adi, M. S., & Widyastuti, R. H. (2020). Tingkat Depresi Lansia yang Tinggal di Panti Sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 117-122
- Pokorski, M., & Warzecha, A. (2011). Depression and religiosity in older age. *European journal of medical research*, 16(9), 401–406. <https://doi.org/10.1186/2047-783x-16-9-401>
- Rachmawaty, M. N., Susan, S., Tarnoto, K. W., Andriani, R. B., Sulistyowati, D., dan Patriyani, R. E. H. (2022). Buku Ajar Keperawatan gerontic. Indramayu: Penerbit Adab
- Ratnawati, E. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Penerbit Pustaka Baru Press.
- Razak, A. (2013). Terapi Spiritual Islami Suatu model Penanggulangan Gangguan Depresi. *Jurnal Dakwah Tabligh*, 14(1), 141-151.
- Safriana, N., & Khairani, K. (2017). Hubungan Religiusitas Dengan Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Di Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(4).
- Widianingrum, S., & Rachma, N. (2017). *Gambaran Umum Karakteristik Lansia Dengan Depresi di Panti Wilayah Kota Semarang* (Doctoral dissertation, Diponegoro University). Diakses dari: <http://eprints.undip.ac.id/51262/>
- World Health Organization. (2015). *World health statistic*. Switzerland: World health organization. Retrieved from <https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/world-health-statistics-2015.pdf>
- World Health Organization. (2022). *Aging*. World Health Organization. Diakses dari: [https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1)
- Zaini, M. (2014). Manajemen Perawatan dengan Menggunakan Psikoedukasi Berbasis Komputer terhadap Klien Depresi Ringan. *E-Journal Widya Kesehatan dan Lingkungan*, 1(1), 36796.