

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PELATIHAN SPIRITUAL KOPING PADA LANSIA YANG  
BERESIKO DEPRESI**

**PENGUSUL**

**Akhmad Efrizal A., S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIDN. 0719128102 (Ketua)**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
TAHUN 2022**

## DAFTAR ISI

JUDUL .....	1
DAFTAR ISI.....	2
HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENGESAHAN .....	3
IDENTITAS KEGIATAN .....	4
IDENTITAS PENGUSUL.....	4
MITRA KERJASAMA PENGMAS.....	5
MITRA KERJASAMA DENGAN LAHAN .....	5
LUARAN DAN TARGET CAPAIAN.....	5
HASIL KEGIATAN .....	8
DAFTAR PUSTAKA .....	11

## HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN

1. Judul Kegiatan : Pelatihan Spiritual Koping Pada Lansia yang Beresiko Depresi
2. Ketua Pelaksana
  - a. Nama : Akhmad Efrizal A., S.Kep., Ns., M.Kep
  - b. NIDN : 0719128102
  - c. Jabatan Akademik : Tenaga Pengajar
3. Anggota Peneliti : -
4. Bidang ilmu : Keperawatan Holistik II
5. Lokasi : Desa Candijati, Kec. Arjasa, Jember
6. Lama : 4 hari
7. Biaya : Rp. 15.000.000,-

Mengetahui,  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Dekan,



Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN: 0607109104

Jember, 05 Desember 2022,

Ketua,



Achmad Sya'id, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN: 0701068103

Menyetujui,

Universitas dr. Soebandi  
Rektor,



Dr. Sa'id Mardjianto, S.Kep., Ns., MM  
NIK: 19530302 201 108 1 007

LPPM Universitas dr. Soebandi  
Ketua,



Feri Ekaprasetia, S.Kep., Ns., Mkep  
NIDN: 0722019201

## **I. IDENTITAS KEGIATAN**

### a. Bidang, Tema, Topik, dan Rumpun Bidang Ilmu

- 1) Bidang Fokus Kegiatan : Kesehatan-Spiritual Koping
- 2) Tema : Keperawatan Holistik II
- 3) Topik : Pelatihan Spiritual Coping Pada Lansia yang Beresiko Depresi
- 4) Rumpun Bidang Ilmu : Ilmu Keperawatan

### b. Skema Pengabdian Masyarakat

Skema Program Kemitraan Masyarakat

## **II. IDENTITAS PENGUSUL**

### a. Identitas Ketua Pengusul

1. NIDK : 0719128102
2. Nama : Akhmad Efrizal A, S.Kep. Ns., M. Si.
3. Perguruan Tinggi : Universitas dr. Soebandi Jember
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Pangkat dan Jabatan : Tenaga Pengajar
6. Email pengusul : [sadan.efrizal@gmail.com](mailto:sadan.efrizal@gmail.com)
7. Riwayat Publikasi : -
8. Bidang Tugas : Melakukan pendidikan kesehatan  
Mengurus perizinan  
Menentukan arahan kegiatan PKM  
Menyusun proposal kegiatan  
Mengevaluasi kegiatan PKM
9. ID Scopus : -
10. ID Sinta : 6767738
11. H-Index : -

### III. MITRA KERJASAMA PENGABDIAN MASYARAKAT

Kerjasama kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pihak perangkat desa dan masyarakat lansia Desa Candijati, Kec. Arjasa, Jember. Bentuk kerjasama dengan pihak tersebut untuk memberikan pemahaman terkait beberapa cara yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat Depresi pada lansia. Pihak mitra sangat antusias dengan kerjasama kegiatan pengabdian masyarakat ini. Surat pernyataan kesediaan mitra terlampir dalam lampiran laporan kegiatan pengabdian masyarakat.

### IV. LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

#### A. LUARAN WAJIB

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini memiliki luaran wajib dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Luaran dan Target Capaian

Judul	Nama Jurnal / Website	Akreditasi Jurnal	Status	Link URL
Pelatihan Spiritual Koping pada Lansia yang Beresiko Depresi	Jurnal Pengabdian Masyarakat	Sinta	Submit	

### VI. HASIL KEGIATAN

#### A. RINGKASAN

Lanjut usia (lansia) merupakan proses yang terjadi pada setiap orang. Setiap manusia akan menjadi tua yaitu merupakan masa terakhir hidup manusia dimana manusia akan mengalami penurunan fisik, mental, dan social secara bertahap (Azizah 2011). Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia merupakan perubahan fisik, psikologis, spiritual hal tersebut terjadi disebabkan juga oleh tingginya harapan hidup lansia, seiring perubahan tersebut maka juga dapat menyebabkan

meningkatnya masalah kesehatan pada lansia. Masalah kesehatan yang muncul berupa fisik maupun psikologis (Faizah 2016).

Masalah fisik yang umum terjadi pada lansia adalah mudah jatuh, mudah lelah dan penurunan kemampuan melihat mendengar pada lansia. Masalah psikologis yang sering dijumpai pada lansia seperti demensia, kecemasan, gangguan tidur, dan depresi. Salah satu masalah psikologis yang dihadapi lansia saat ini adalah depresi (Soejono 2016). Depresi merupakan gangguan kondisi emosional, motivasi, fungsi dan perilaku motorik, serta kognitif pada seseorang yang bentuknya seperti perasaan tertekan, tidak merasa bahagia, sedih, merasa tidak berharga, tidak mempunyai semangat, tidak berarti dan pesimis terhadap hidupnya (Mustiadi 2014).

Tahun 2015 didapatkan data lebih dari 300 juta orang lebih mengalami depresi atau sama dengan 4,4% dari populasi di seluruh dunia. Depresi bisa terjadi kapan saja pada siapa saja tanpa mengenal usia tua atau muda (World Health Organization (WHO) 2017). WHO menyebutkan bahwa terdapat 100 juta kasus depresi yang telah terjadi setiap tahunnya. Prevalensi depresi di Indonesia pada tahun 2016 terdapat sekitar 35 juta orang mengalami depresi (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan Pusat Informasi Tidak Menular lansia yang mengalami depresi sebesar 11,6%. Lansia berusia 55-64 tahun yang mengalami masalah depresi sebesar 7,0%, lansia berusia 65-74 tahun sebesar 9,9%, dan lansia usia diatas 75 tahun sebesar 12,0% (Kemenkes RI 2015). Prevalensi depresi dengan usia > 15 tahun di provinsi banten berdasarkan riskesda 2018 terdapat 9,0% penderita depresi dan hanya 9,0% dari penderita depresi di Indonesia yang minum obat atau menjalani pengobatan medis (Kemenkes RI 2018). selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kalimantan tentang tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru disimpulkan bahwa lansia dengan tingkat spiritualitas tinggi

yang tidak mengalami depresi sebanyak 4 responden (8,0%) dan yang depresi ringan sebanyak 33 responden (66,0%), sementara lansia dengan tingkat spiritualitas rendah mengalami depresi sedang sebanyak 11 responden (22,0%) dan depresi berat sebanyak 2 responden (4,0%) (Aprilissa 2016). Depresi pada lansia terjadi karena beberapa faktor yaitu faktor demografi, faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor spiritual.

Salah satu yang mempengaruhi depresi lansia adalah faktor spiritual (Parulian Gultom 2016). Berbagai hasil penelitian mengungkapkan bahwa tingkat keimanan seseorang sangat berkaitan dengan daya tahan seseorang dalam menghadapi berbagai problema kehidupan yang merupakan stressor psikososial yang merupakan salah satu faktor pencetus depresi. Spiritual merupakan sesuatu yang dipercayai oleh seseorang dalam hubungannya dengan kekuatan yang lebih tinggi yaitu Tuhan yang menimbulkan suatu kebutuhan serta kecintaan terhadap Tuhannya, dan permohonan maaf atas segala kesalahan yang pernah diperbuat (Haryani 2018). Hal tersebut diakibatkan karena ketika seseorang bertambah usia maka akan bertambah pula pengalaman yang dia miliki. Sehingga menyebabkan terjadinya kematangan pada spiritualitasnya.

Lansia yang bertambah usia dan dianggap sudah berada pada akhir hidupnya akan semakin dekat kepada sang pencipta yaitu Tuhan (Aliah, Purwakania and Hasan 2017). Pada lanjut usia kasus yang kerap kali terjadi ialah spiritual mereka dinilai baik, tetapi lansia mengalami sakit fisik yang diakibatkan oleh spiritual mereka, seperti yang disebabkan oleh kehilangan pendamping, kesepian disebabkan kurang perhatian dari anak cucu mereka, kehilangan pekerjaan, menyusutnya status ekonomi serta kurangnya kemampuan dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada dirinya. Penurunan kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan dan stress lingkungan juga sering menyebabkan

gangguan pada psikososial pada lansia. permasalahan kesehatan jiwa yang sering muncul pada lansia adalah gangguan proses pikir, dimensia, gangguan perasaan seperti depresi.

Dampak depresi antara lain; timbulnya penyakit fisik, bertambah parahnya penyakit fisik, kerusakan kognitif, kehilangan fikir sehat, bahkan kematian yang disebabkan oleh upaya bunuh diri. Resiko bunuh diri pada pasien yang sedang mengalami depresi sangat nyata, depresi adalah suatu faktor resiko terkuat upaya bunuh diri dan bunuh diri yang telah dilakukan kemungkinan penyebab pada sekitar 75,0% bunuh diri yang telah terjadi (Ilmi 2009) dalam (Haryani 2018). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah depresi saat usia lanjut adalah dengan cara meningkatkan spiritualitas dapat di jadikan sebagai sumber koping strategi dalam mengatasi masalah pada proses penuaannya (Celis and Benito 2013).

Seseorang yang diberikan aspek spiritualitas yang tinggi mempunyai ketahanan mental yang lebih baik, sehingga setiap orang sangat dianjurkan selalu beribadah dan berdoa secara teratur dan mengikuti kegiatan-kegiatan sosial dan keagamaan (Taruna 2016).

Berdasarkan fenomena yang terjadi, maka peneliti tertarik untuk melakukan literature review secara mendalam mengenai hubungan tingkat spiritualitas dengan depresi ada lansia.

## **B. KATA KUNCI**

Spiritual Koping; Lansia; Depresi

## **C. HASIL PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

Pendidikan kesehatan dengan pendekatan Pelatihan Spiritual Koping telah dilaksanakan pada Lansia di Desa candijati, Kec. Arjasa, Jember. Pelaksanaan dilakukan pada Lansia dalam 4 hari, dilaksanakan pada tanggal 15-18 Maret 2022.



Gambar 1 Penjelasan tentang pelatihan coping spiritual pada Lansia Desa Candi Jati, Kec. Arjasa, Jember Dan Pelatihan Spiritual Coping pada Lansia yang beresiko depresi yang dilakukan dalam 4 hari

Hasil dari pengukuran keadaan depresi pada lansia sebelum dilakukan Pelatihan Coping Spiritual didapatkan skor rata-rata 2,54 dari total skor 5, setelah dilakukan Pelatihan Coping Spiritual didapatkan skor rata-rata 3,45 dari total skor 5.

Pengabdian Masyarakat ini memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat khususnya yang mempunyai lansia tersebut dapat mengatasi kejadian depresi pada lansia. Dari hasil tersebut menandakan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan *Pelatihan Coping Spiritual*. Pelatihan Spiritual coping merupakan cara untuk membantu individu dalam menggunakan keyakinannya untuk mengelola stres dan masalah-masalah dalam kehidupan (Utami, 2016). Koenig, (2010), spiritual coping didefinisikan sebagai penggunaan keyakinan keagamaan dalam memecahkan masalah, mencegah dan mengurangi akibat negatif dari keadaan

emosional kehidupan yang penuh stres. Sedangkan menurut Pargament (2005), spiritual coping merupakan upaya memahami dan mengatasi sumber-sumber stres dalam hidup dengan melakukan berbagai cara untuk mempererat hubungan individu dengan Tuhan.

#### **D. STATUS LUARAN**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini direncanakan memiliki luaran wajib dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3. Status Luaran dan Target Capaian

Tahun luaran	Jenis Luaran	Status Capaian	Keterangan
2022	Artikel dalam jurnal	<i>Submit</i>	Bukti submit terlampir

#### **E. PERAN MITRA**

Mitra kerjasama dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pihak program perangkat desa dan masyarakat Desa Candijati, Kec. Arjasa, Jember sebagai pendukung suksesnya kegiatan Pengabdian Masyarakat sebagai penyedia, fasilitator dan sasaran pada kegiatan PKM ini.

#### **F. KENDALA PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

Faktor penghambat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah keterbatasan waktu dalam pelaksanaan ini dikarenakan adanya beberapa pekerjaan dan aktivitas masyarakat yang berbeda-beda.

#### **G. RENCANA TAHAP SELANJUTNYA**

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan gambaran pengetahuan tentang pengelolaan Depresi. Rencana selanjutnya adalah memberikan pengetahuan dan pelatihan pengelolaan Depresi pada klien berikutnya.

#### **H. PETA LOKASI**

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat berada di Desa Candi Jati, Kec. Arjasa, Jember

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aliah, B , Purwakania, and Hasan. Tingkat Spiritualitas Seseorang . Jakarta: 310, 2017.
2. Aprilissa, A S. "Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Depresi pada Lansia." *Journal Keperawatan Suaka Insa 1* (2016): 1-7.
3. Astaria. "Faktor Yang Mempengaruhi Spiritualitas ." *Jurnal UMM*, 2010.
4. Azizah, Lilik Ma'rifatul. Hubungan Spiritualitas dengan Depresi pada Lansia . Pekanbaru: Nuansa Medika, 2011.
5. Celis, and Benito. "Strategi Mengatasi Depresi." *Jurnal Psikologis Indonesia*, 2013: 120-129.
6. Dewi, Sofia Rhosma. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish, 2015.
7. Faizah, Noor. "Spiritualitas Individu dan Hubungan dengan Tuhan." *UNIMUS*, 2016: 26.
8. Handayani, Reska, and Eci Oktaviani. "Hubungan Spiritualitas Dengan Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin." *Jurnal Edurance 3*, no. 1 (Februari 2018): 14-24.
9. Haryani. "Hubungan Spiritualitas dengan Depresi." *Indonesia Medika*, 2018.
10. Hawari. *Depresi pada Lansia*. Bandung: Merdeka Cetak , 2011.
11. Heryani, Heni, Elis Noviati, and Ninis Khoerunnisa. "Hubungan Tingkat Spiritual dengan Depresi Lansia di UPTD Puskesmas Sidahardja." *Tunas-tunas Riset Kesehatan*, Agustus 2019: 227-231.
12. Ilmi. *Spiritualitas Pada Lansia*. Semarang: Semarang medika, 2009.
13. Kemenkes RI. *Depresi pada tahun 2015*. Jakarta: kemenkes.id, 2015.
14. Kemenkes RI. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Analisis Lansia di Indonesia*. Pusat Data dan Informasi, Jakarta Selatan: KEMENKES RI, 2019.

15. Kemenkes RI. Masalah Depresi Menjadi Ancaman di Indonesia.  
Jakarta: Kemenkes.id, 2014.
16. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS).  
Jakarta: kemenkes, 2018.
17. Lubis. "Mengenal Depresi Lebih Dekat ." Mental Health, 2016.

## LAMPIRAN 5. SURAT PERINTAH TUGAS PKM



**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,  
E\_mail : [fikes@uds.ac.id](mailto:fikes@uds.ac.id) Website: <http://www.uds.di.ac.id>

---

**SURAT PERINTAH TUGAS**  
Nomor: 3030A/FIKES-UDS/ST.D/I/2022

Dasar :  
**DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr.SOEBANDI JEMBER**  
**MEMERINTAHKAN**

Kepada :

Nama : Akhmad Efrizal, S.Kep. Ns., M.Si  
NIDN : 0719128102  
Jabatan : Ketua Pengabdian pada Masyarakat

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian pada masyarakat tentang :  
**“Pemberian Bekam Basah pada Penderita Hiperkolesterolemia”**

Bentuk Kegiatan : Pengabdian pada masyarakat  
Khalayak Sasaran : Penderita Hiperkolesterolemia di Desa Karang Anyar, Ambulu  
Metode Penyampaian : Ceramah dan Pemberian Bekam  
Lokasi Kegiatan : Desa Karang Anyar, Kec. Ambulu, Kab. Jember  
Sumber Dana : Institusi Universitas dr.Soebandi  
Waktu Pelaksanaan : 15 - 16 Maret 2022

Demikian untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Dikeluarkan di : Jember  
Pada tanggal : 28 Januari 2022

Universitas dr. Soebandi  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

  
**Hella Meldy Tursina, S. Kep., Ns., M.Kep**  
NIK. 19911006201509 2 096

CS Special dengan ClientScanner



**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,  
E\_mail :fikes@uds.ac.id Website: http://www.uds.di.ac.id

**SURAT PERINTAH JALAN**  
**(S P J)**

1. Pejabat berwenang yang memberi perintah	: Hella Meldy Tursina., S.Kep., Ns., M.Kep
2. Nama	: Akhmad Efrizal, S.Kep. Ns., M.Si
3. Jabatan	: Dosen
4. Perjalanan yang diperintahkan	: Dari : Universitas dr. Soebandi Jember Ke : Desa Candijati, Kec. Arjasa, Jember Dengan menggunakan : Kendaraan Pribadi
5. Perjalanan yang direncanakan	: A. Selama : 2 hari Dari tanggal : 15 Maret 2022 s/d tanggal : 16 Maret 2022 B. Dengan biaya : Institusi Universitas dr. Soebandi
6. Maksud mengadakan perjalanan	: Melaksanakan kegiatan pengabdian pada masyarakat, dengan judul "Pemberian Bekam Basah pada Penderita Hiperkolesterolemia"
7. Perhitungan biaya perjalanan	: Atas beban : Institusi Universitas dr. Soebandi berangkat : 15 Maret 2022 kembali : 16 Maret 2022
8. Keterangan	: -

Tiba di :  
Pada Tanggal :

(.....)

Dikeluarkan di : Jember  
Pada tanggal : 28 Januari 2022  
Universitas dr. Soebandi  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

**Hella Meldy Tursina., S.Kep., Ns., M.Kep**  
NIK. 19911006 201509 2 096

