

IMPLEMENTASI SEHAT SPIRITUAL (SS) LANSIA DI GRIYA WREDA SURABAYA

Chilyatiz Zahroh^{1*}, Nur Ainiyah¹, Wardah Alkatiri², Niken Adibaba², Ayu Syafitri Rosalinda³

¹Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

²Magister Terapan Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

³Rumah Sakit Islam Surabaya Ahmad Yani, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

*Email: chilyatiz@unusa.ac.id

Abstrak

Implementasi Sehat Spiritual diarahkan untuk memberikan solusi terhadap permasalahan identitas, aktivitas dan kesehatan Lansia di Griya Wreda Jambangan. Berdasarkan analisis situasi yang komprehensif, Lansia membutuhkan penguatan terkait identitas, aktivitas religius dan spiritual dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan yang optimal, mewujudkan lansia yang bahagia dan mempersiapkan akhir kehidupan yang khusnul khotimah sesuai dengan agama masing-masing. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan spiritualitas lansia di Griya Wreda Surabaya.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Lansia yang beragama Islam di UPTD Griya Wreda Surabaya menjadi sasaran sejumlah 32 orang. Pendekatan spiritual digunakan adalah niat; mengawali dengan basmalah dan mengakhiri dengan alhamdulillah; serta syukur dan tawakkal. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah leaflet niat dan ibadah.

Hasil pengabdian masyarakat seluruh lansia melakukan niat yang dilafalkan sesuai dengan kegiatan yang dilakukan. Lansia juga mengucapkan basmalah sebelum kegiatan apapun dan mengucapkan hamdalah setelah selesai berkegiatan. Tahap terakhir adalah bersyukur dan tawakkal dengan cara menyerahkan segala urusan kepada Allah. Lansia mengganti kalimat keluhan dengan kalimat positif seperti istighfar dan kalimat tauhit.

Lansia yang telah dianugerahi umur panjang diharapkan dapat semakin taat dan khusyuk beribadah kepada Allah. Hal dimaksudkan pula sebagai persiapan lansia dalam menggapai khusnul khotimah di akhir kehidupan.

Kata kunci: Lansia, Niat, Ibadah, Syukur

Abstract

The implementation of Spiritual Health is directed at providing solutions to the problems of identity, activities and health of the elderly at Griya Wreda Jambangan. Based on a comprehensive situation analysis, the elderly need strengthening related to identity, religious and spiritual activities in an effort to increase optimal health status, create happy elderly people and prepare for a khusnul khotimah end of life in accordance with their respective religions. The aim of this community service is to improve the spirituality of the elderly at Griya Wreda Surabaya.

This community service is carried out in three stages, namely preparation, implementation and evaluation. 32 elderly people who were Muslim at UPTD Griya Wreda Surabaya were targeted. The spiritual approach used is intention; starting with basmalah and ending with alkhamdulillah; as well as gratitude and resignation. The media used in this community service are intention and worship leaflets.

As a result of community service, all elderly people carry out stated intentions according to the activities carried out. The elderly also say basmalah before any activity and say hamdalah after completing the activity. The final stage is gratitude and resignation by submitting all matters to Allah. The elderly replace complaint sentences with positive sentences such as istighfar and tauhit sentences.

It is hoped that seniors who have been blessed with a long life will be more obedient and devoted to worshiping Allah. This is also intended as preparation for the elderly in reaching khusnul khotimah at the end of life.

Keywords: Elderly, intention, worship, gratitude.

PENDAHULUAN

Syukur adalah ungkapan rasa terima kasih dan pengakuan atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah atau Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kondisi yang positif maupun kondisi negatif. Rasa syukur merupakan suatu konsep yang sangat luas yang dipengaruhi kondisi fisik, psikologis, spiritual, tingkat kemandirian atau sosial dan hubungan individu dengan lingkungan (Puspawati, 2017). Dimensi dalam kualitas hidup meliputi: dimensi kesehatan fisik, psikologis, sosial dan lingkungan. Lansia secara fisiologi telah mengalami penurunan secara fisik maupun psikologis. Hal tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia.

Jumlah persentase lansia Indonesia meningkat dua kali lipat (1971-2022), yakni menjadi 9,6persen(25juta-an) di mana lansia perempuan sekitar satu persen lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,10persen banding 9,10 persen). Dari seluruh lansia yang ada di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 63,82 persen, selanjutnya diikuti oleh lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (80+ tahun) dengan besaran masing-masing 27,68 persen dan 8,50 persen. Pada tahun ini sudah ada lima provinsi yang memiliki struktur penduduk tua dimana penduduk lansianya sudah mencapai 10 persen, yaitu: DI Yogyakarta (14,50persen), Jawa Tengah (13,36 persen), Jawa Timur (12,96persen), Bali (11,30persen) dan Sulawesi Barat (11,15persen) (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan membawa dampak terhadap berbagai sector kehidupan. Dampak utama peningkatan lansia ini adalah peningkatan ketergantungan lansia dan angka kesakitan lansia juga meningkat. Kondisi ini dapat menyebabkan morbiditas bagi para lanjut usia jika tidak tertangani dengan baik, dapat menyebabkan dampak buruk bagi kualitas hidup lanjut usia yang berujung pada meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Adaptasi terhadap proses penuaan sangatlah diperlukan sehingga lansia tetap dapat mempertahankan kualitas hidup, banyak faktor yang harus dijadikan fokus perhatian karena dalam menentukan kualitas hidup lansia tidaklah dapat berdiri sendiri (Wikananda, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan terhadap quality of life pada lansia dengan memberikan perhatian dan perawatan yang baik sehingga lansia hidup dalam keadaan tetap sehat, aktif serta menikmati masa tua dengan bahagia, dan meningkatkan kualitas hidup lansia (Azwan, 2015).

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

a. Tahap persiapan

- 1) Melakukan perijinan dan kesediaan mitra kepada Kepala UPTD Griya Wreda Surabaya.
- 2) Rapat koordinasi untuk persiapan tim pengabdian. Hal-hal yang dibahas antara lain: menyusun jadwal pelaksanaan kegiatan, menentukan sasaran serta mempersiapkan sarana yang dibutuhkan (poster, leaflet).

- 3) Koordinasi dengan Takmir Mushola Griya Wreda Jambangan Surabaya, dikarenakan kegiatan dilakukan setelah sholat berjamaah.
- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Mengidentifikasi lansia muslim yang mengikuti sholat berjamaah di Musholla
 - 2) Mengidentifikasi kualitas hidup lansia di Griya Wreda
 - 3) Memberikan edukasi terkait kewajiban sholat dan berdzikir kepada Allah
 - 4) Melakukan sholat berjamaah di Musholla
 - 5) Melakukan dzikir bersama setelah sholat fardhu
 - 6) Intervensi dilakukan setiap hari
 - 7) Mengidentifikasi kualitas hidup lansia kembali
- c. Tahap evaluasi

Evaluasi pelaksanaan program dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat dengan melibatkan takmir Musholla Griya Wreda dan petugas yang ada di Griya Wreda.

Keberlangsungan program juga melibatkan tim pengabdian kepada masyarakat, takmir musholla dan petugas yang ada di Griya Wreda. Takmir musholla selalu adzan tepat waktu setiap waktu sholat wajib untuk mengingatkan lansia mengenai waktu sholat. Takmir juga yang memimpin dzikir janaah setelah sholat.

HASIL DAN DISKUSI

Tabel 1. Karakteristik Lansia berdasarkan data demografi

Karakteristik	N (n=32)	%
Usia		
60 – 74	19	59,4
75 – 90	13	40,6
Jenis Kelamin		
Male	12	37,5
Female	20	62,5
Education		
Tidak sekolah	14	43,75
Pendidikan Dasar	18	56,25

Karakteristik lansia yang berpartisipasi dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah 59,4% berusia antara 60 – 74 tahun, 62,5% berjenis kelamin perempuan dan 56,25% pada level Pendidikan Dasar.

Tabel 2. Hasil Kebersyukuran

No	Kualitas Hidup	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi (N)	Presentase (%)	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1	Sangat buruk	0	0 %	0	0 %
2	Buruk	1	3,1 %	0	0 %
3	Biasa-biasa saja	9	28,1%	5	15,6%
4	Baik	17	53,2 %	20	62,5 %
5	Sangat baik	5	15,6%	6	18,9%

Total	32	100 %	32	100 %
-------	----	-------	----	-------

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Griya Wreda Surabaya menunjukkan peningkatan kebersyukuran dalam hidup, yaitu sebagian besar kebersyukuran lansia pada kategori baik.



Gambar 1
Proses Sholat dan dzikir bersama



Gambar 2
Pengambilan data kebersyukuran

Lansia yang tinggal di Griya Wreda Jambangan mendapatkan fasilitas tinggal berupa tempat tidur, nutrisi yang dibutuhkan lansia dan program-program atau kegiatan fisik, psikologis, dan spiritual. Kebutuhan lansia secara fisik di Griya Wreda Jambangan Surabaya sebagian besar terpenuhi, mulai dari kebutuhan fisik untuk lansia yang total care, partial care maupun yang minimal care. Kegiatan untuk memenuhi kebutuhan fisik tampak dari jadwal makan lansia yang sudah diatur tiga kali dalam sehari dengan menu yang bervariasi dan aktivitas senam setiap pagi.

Kebutuhan psikologis untuk lansia di Griya Wreda Surabaya diwujudkan dengan kegiatan rekreasi di lingkungan sekitar, terapi aktivitas kelompok, dan Pendidikan Kesehatan untuk lansia. Disediakan juga aula untuk lansia dapat bertemu dan berkomunikasi dengan lansia lain.

Kebutuhan spiritual lansia difasilitasi dengan adanya tempat ibadah (musholla untuk agama Islam), tempat ibadah dan kunjungan rohaniawan agama Kristen, Protestan, Hindu dan Budha. Permasalahan yang terjadi di Griya Wreda Jambangan Surabaya adalah:

- a. Pendampingan secara khusus kepada lansia untuk memperkuat aqidah terkait sholat masih terbatas.
- b. Kebutuhan spiritual belum menjadi penanganan prioritas

Solusi permasalahan yang ditawarkan dan disepakati dengan petugas kesehatan di Griya Wreda Jambangan Surabaya adalah:

- a. Mengidentifikasi agama dan aktivitas spiritual lansia
- b. Melaksanakan pendekatan spiritual pada lansia
- c. Melaksanakan edukasi kepada lansia tentang kesehatan spiritual
- d. Pelatihan spiritual kepada lansia

KESIMPULAN

Pelaksanaan pemberdayaan lansia dengan sholat dan dzikir untuk meningkatkan kualitas hidup lansia sangat bermanfaat sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah. Kesadaran lansia terhadap kebutuhan spiritual menjadi lebih besar dan menjadi kebutuhan prioritas.

SARAN

1. Meningkatkan motivasi lansia untuk beribadah
2. Meningkatkan kesadaran lansia untuk senantiasa mengingat Allah dengan berdzikir
3. Meningkatkan upaya – upaya spiritual yang bisa dilakukan bersama-sama di Griya Wreda Jambangan Surabaya

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pada kepada seluruh Lansia di Griya Werda Surabaya dan Pimpinan UPTD Griya Werda Surabaya. Ucapan terimakasih kepada Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dan LPPM Unusa yang telah menjadi penyedia dana untuk kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dahroni. (2021). Hubungan Antara Stres Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia. Terus Tingkatkan Layanan, Mensos Akan Wujudkan Pendirian Posyandu Lansia, 5(2), <https://kemensos.go.id/ar/terus-tingkatkan-layanan>. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.68-71>
- [2] Humas. (2021). Terus Tingkatkan Layanan, Mensos Akan Wujudkan Pendirian Posyandu Lansia. <https://kemensos.go.id/ar/terus-tingkatkan-layanan-mensos-akan-wujudkan-pendirian-posyandu-lansia>
- [3] Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. Jurnal Keperawatan, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>
- [4] Khaidir, & Maulina. (2021). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Jompo Kota Lhokseumawe Tahun 2017. Terus Tingkatkan Layanan, Mensos Akan Wujudkan Pendirian Posyandu Lansia. <https://doi.org/10.29103/averrous.v4i1.801>
- [5] Kurnianingsih, "Spiritual Emotional Freedom Technique Berpengaruh terhadap Kecemasan dan Motivasi Sembuh Pasien Covid-19," Jurnal Keperawatan , vol. 13, no. 3, pp. 665-682, 2021
- [6] Tratama Helmi Supanji. (2022). Pemerintah Perkuat Program Kegiatan Bagi Para Lanjut Usia. <https://www.kemenkopmk.go.id/pemerintah-perkuat-program-kegiatan-bagi-para-lanjut-usia>

- [7] Zahroh, C., Ainiyah, N., Saadah, N., Aini, N. N., Sudiana, I. K., & Yusuf, A. (2021). Determinant of incomppliance medication people with tuberculosis disease. *Indian Journal of Forensic Medicine and Toxicology*, 15(1), 909–914. <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v15i1.13532>
- [8] Zahroh, C., Khamida, Anggraini, R., Yusuf, A., & Sudiana, I. K. (2020). *Indian Journal of Public Health Research & Development*. *Indian Journal of Public Health*, 11(1), 1–8.
- [9] Zahroh, C., Yusuf, A., Ketut Sudiana, I., & Taat Putra, S. (2019). Effect of Nursing Terapeutic Communication (Spiritual Approach) Onperception, Cortisol and HSP70 Family Members with High Risk of TB Infection. *Journal of Engineering and Applied Sciences*, 15(1), 279–282. <https://doi.org/10.36478/jeasci.2020.279.282>
- [10] Zahroh, C, K. Khamida and N. Saleh, "Pengaruh Islamic Progressive Muscle Relaxation (IPMR) terhadap Penurunan Kadar Kortisol Pasien Pre Operasi Di Ruang Azzahra 2 RSI Jemursari Surabaya," *Journal of Health Sciences* , vol. 11, no. 1, pp. 67-71, 2018
- [11] Zahroh C and K. Faiza, "Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit Arthritis Gout," *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada penderita penyakit Arthritis Gout*, vol. 5, no. 3, pp. 182-187, 2018.