

## Edukasi Penguatan Spiritual Lansia Di Masa Pandemi Covid-19

Ns. Putu Adi Cahya Dewi, S.Kep.,M.Kes.<sup>1\*</sup>, Ns. I Nyoman Dharma Wisnawa, S.Kep.,M.Kes.<sup>2</sup>, Ns. Luh Seri Astuti, S.Kep.,M.Kep.,Ns.<sup>3</sup>, Putu Eka Viqtrayana, S.Kep.,M.Kes.<sup>4</sup>.

<sup>1,2,3,4</sup>STIKES Advaita Medika Tabanan

e-mail:cahya.dewi1213@gmail.com1;

dharmawisnawa.denut@gmail.com<sup>2</sup>;luhseriastuti12@gmail.com<sup>3</sup>;dwikayana140693@gmail.com<sup>4</sup>

\* Penulis Korespondensi: E-mail: cahya.dewi1213@gmail.com

### Abstract

*Elderly are the group of people who are most at high risk of infection corona virus. Age over 60 years and comorbid diseases such as diabetes, hypertension, chronic obstructive disease and cardiovascular disease are the main factors vulnerability of the elderly to COVID-19. Several studies have stated that spirituality be able to help the elderly to deal with the psychological impact of the pandemic, however, in practice, most of the elderly and their companions only focus on health problems in the biological/physical domain and ignore psychological, social, cultural and spiritual health. This activity aims to increasing spirituality of elderly during the COVID-19 pandemic at Tangguntiti Village, Selemadeg Timur District, Tabanan Regency, held on April 28, 2022. After education on spiritual strengthening of the elderly during the Covid-19 pandemic was carried out in Tangguntiti Village, Selemadeg Timur District, Tabanan Regency, the elderly were committed to improving their spiritual quality in daily life, in order to improve the psychological comfort of the elderly so that a good elderly body resistance is formed during the Covid-19 pandemic.*

*Keywords: spiritual strengthening; elderly; Covid-19 pandemic.*

### Abstrak

Lansia merupakan kelompok masyarakat yang paling berisiko tinggi terinfeksi virus corona. Usia lebih dari 60 tahun dengan disertai penyakit komorbid seperti diabetes, hipertensi, penyakit obstruksi kronis serta kardiovaskuler dijadikan faktor utama kerentanan lansia terhadap COVID-19. Beberapa penelitian menyebutkan, spiritualitas dipercaya dapat membantu lansia untuk mengani dampak psikologis akibat pandemi, hanya saja dalam pelaksanaannya, sebagian besar lansia dan pendamping lansia hanya berfokus pada masalah kesehatan dalam domain biologis/fisik dan mengabaikan sehat secara psikologis, sosial, kultural dan spiritual. Pengabdian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan spiritualitas lansia di masa pandemi COVID-19 di Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan, dilaksanakan tanggal 28 April 2022. Setelah dilakukan edukasi penguatan spiritual lansia pada masa pandemi Covid-19 di Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan, lansia berkomitmen akan meningkatkan kualitas spiritual dalam kehidupan sehari-hari, guna meningkatkan kenyamanan lansia secara psikologis sehingga terbentuk daya tahan tubuh lansia yang baik di masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: Penguatan Spiritual; Lansia; Pandemi Covid-19

### PENDAHULUAN

Masa lanjut usia (lansia) merupakan masa paling akhir dari siklus kehidupan manusia. Lansia bukanlah suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Menurut UU RI No.12 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia di atas 60 tahun. Sementara menurut WHO (2015), kelompok lansia meliputi mereka yang berusia 60-74 tahun, lansia tua berusia 75-90 tahun, serta lansia sangat tua di atas usia 90 tahun. Kelompok usia lanjut di dunia masih tergolong cukup besar berdasarkan penggolongan usia tersebut. Peningkatan jumlah lansia dan usia harapan hidup dari tahun ke tahun menjadi salah satu perhatian pemerintah untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia melalui pelayanan kesehatan. Pemerintah mengotonomikan pelayanan sosial ke daerah dimana lansia juga merupakan bagian di dalamnya. Dinas sosial di setiap daerah mengkoordinasikan adanya unit rehabilitasi sosial, khusus lansia yang terlantar berbagai permasalahan baik fisik maupun psikis.

Permasalahan kesehatan yang muncul pada lansia erat hubungannya dengan pemenuhan kebutuhan berupa pelayanan keperawatan pada lansia itu sendiri terutama pada masa pandemi Covid-19. Sebagai seorang perawat, bentuk pelayanan keperawatan terhadap lansia yang dapat digunakan di masa pandemi adalah dengan metode pendekatan secara Bio-Psiko-Sosio-Spiritual (Safitri, 2020).

Salah satu pendekatan yang penting dalam pemenuhan kebutuhan lansia adalah aspek spiritual. Pendekatan spiritual bagi lansia memiliki tujuan memberikan ketenangan dan kepuasan batin dalam berhubungan dengan Tuhan, pada pendekatan spritual ini, setiap lansia akan menunjukkan reaksi yang berbeda-beda dalam menghadapi peristiwa manusia yang matang, sehingga berbagai permasalahan yang dihadapi oleh lansia secara tidak langsung dapat diminimalisir, bahkan dihilangkan dengan kehidupan spiritualitas yang kuat (Safitri, 2020).

Kebutuhan spiritual adalah kebutuhan untuk mempertahankan atau kehilangan ataupun kematian. Spiritualitas merupakan dimensi yang paling penting bagi kesejahteraan perasaan pada lansia (Asmadi, 2008). Spiritualitas pada lansia dianggap sebagai jembatan antara putus asa dan kebermaknaan dalam hidup. Spiritualitas merupakan bagian dari kualitas hidup yang berada dalam doamin kapasitas diri yang terdiri dari nilai nilai personal, standar personal dan kepercayaan. Spiritualitas mampu membantu individu dalam menemukan makna dan tujuan dalam hidup mereka dan lebih menunjukkan nilai personalnya. Nilai personal ini merefleksikan hasrat untuk membuat perbedaan dan membantu untuk membuat dunia lebih bermakna (Asmadi 2008).

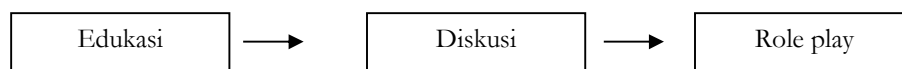
Oleh karena itu, memiliki spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari sangatlah penting untuk membuat kita menjadi individu yang utuh dan bermakna. Tujuan dari dilakukannya pengabdian ini adalah untuk memperkuat pemahaman lansia tentang kebutuhan spiritual sehingga nantinya dengan peningkatan kualitas spiritual, maka terjadi peningkatan kenyamanan lansia secara psikologis sehingga terbentuk daya tahan tubuh lansia yang baik di masa pandemi Covid-19.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada 28 April 2022 pukul 09.00 WITA bertempat di Aula Kantor Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Tabanan. Metode pelaksanaan kegiatan dengan cara pemberian edukasi menggunakan media leaflet dilakukan pula pemberian masker, hand sanitizer, serta vitamin. Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh lansia yang hadir dalam acara posyandu lansia (total sampel) di Aula Kantor Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan. Pelaksanaan kegiatan ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Penjajagan lokasi kegiatan.
2. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan
3. Persiapan dokumen dan perlengkapan kegiatan
4. Pelaksanaan edukasi
5. Penyusunan laporan kegiatan
6. Publikasi hasil kegiatan

Adapun alur pelaksanaan kegiatan dapat dijelaskan pada bagan di bawah ini:



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan

## HASIL dan PEMBAHASAN

### Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pelaksanaan kegiatan yang meliputi kegiatan registrasi peserta/lansia. Setelah selesai registrasi, kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh mahasiswa STIKES Advaita Medika Tabanan dan dilanjutkan dengan senam lansia. Setelah usai senam, lansia dipersilahkan istirahat sejenak dan dilanjutkan dengan pemberian sambutan serta pengarahan dari perwakilan Yayasan Cipta Karya Darma.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan

### Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan meliputi pemberian sambutan dari perwakilan Kepala Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan. Selanjutnya penyampaian materi dilakukan oleh narasumber I Nyoman Ardika, M.Pd.H tentang penguatan spiritual lansia di masa pandemi Covid-19, dimana pada saat penyampaian materi dari narasumber, peserta mengikuti kegiatan penyampaian materi dengan baik dan sangat kooperatif saat mengikuti kegiatan. Setelah usai penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi oleh narasumber, saat evaluasi diperoleh beberapa peserta mengajukan pertanyaan kepada narasumber, kemudian terjadi diskusi. Peserta sangat antusias mengikuti jalannya diskusi.



Gambar 3. Pemberian Materi

### *Role Play*

Pada kegiatan pengabdian ini, dilaksanakan pula beberapa kegiatan role play seperti senam bersama lansia serta demonstrasi meditasi dasar oleh narasumber untuk dapat dipraktikkan oleh lansia di rumah.



Gambar 4. Senam Lansia

COVID-19 merupakan virus yang menimbulkan berbagai gejala seperti demam, batuk, pilek, kesulitan bernapas dan masalah kesehatan parah lainnya. Coronavirus merupakan penyebab kasus-kasus pneumonia yang terjadi di kota Wuhan, Tiongkok pada tanggal 7 Januari 2020 (WHO, 2020). Penyebaran virus ini meluas hingga ke berbagai negara di dunia termasuk Indonesia, sehingga pada bulan Maret 2020 WHO menilai COVID-19 dikategorikan sebagai pandemi. Covid-19 dapat menyerang berbagai kelompok usia mulai dari usia muda hingga lanjut usia, namun ada beberapa kelompok usia yang memiliki risiko tinggi terpapar virus ini dan dapat menyebabkan kematian. Siagian (2020) menemukan bahwa kelompok-kelompok yang berisiko tinggi terinfeksi covid-19 salah satunya adalah lansia. Lanjutnya usia serta komorbid yang diderita oleh lansia semakin memperkuat keparahan risiko kematian lansia yang tertular Covid-19.

Pandemi COVID-19 memberikan dampak perubahan yang cukup luas dan sangat nyata pada lansia, oleh karena itu lansia membutuhkan spiritualitas untuk dapat menghadapi krisis pandemi ini. Salah satu penelitian di Amerika membuktikan bahwa spiritual dapat membangun keamanan dan ketahanan wanita dalam menghadapi krisis pandemi COVID-19. Spiritual juga dipercaya dapat mengurangi kesedihan, ketakutan, kekhawatiran dan meningkatkan harapan individu (Roberto, 2020). COVID-19 mengakibatkan kecemasan kematian pada lansia dan penelitian ini menemukan bahwa orang dengan kesejahteraan spiritualitas yang tinggi lebih mampu mengendalikan perasaan kecemasan terhadap kematian diri mereka sendiri maupun orang yang mereka cintai (Rababa, et al, 2020). Kesejahteraan spiritualitas merupakan pengembangan sempurna dari kemampuan spiritual yang nantinya akan sangat penting digunakan oleh lansia untuk mengontrol kecemasan menghadapi kesakitan dan kematian.

Kesejahteraan spiritual lansia bisa mengalami kenaikan atau penurunan yang disebabkan oleh berbagai faktor yang berasal dari luar atau dalam diri lansia seperti proses perkembangan, rasa atau suku, keluarga dan kegiatan keagamaan. Penelitian ini juga menemukan bahwa penurunan kesejahteraan spiritualitas lansia dipengaruhi oleh perhatian dari keluarga, perhatian dari teman dan kolega juga peran dari tokoh agama (Safitri et al, 2019).

Beberapa kegiatan inti yang terlaksana dalam pengabdian ini di antaranya adalah, melakukan pemeriksaan kesehatan, untuk mengetahui keadaan umum lansia. Mulai dari pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan fisik lansia secara umum, setelah didapatkan data, kegiatan dilanjutkan dengan senam lansia. Tujuan pelaksanaan senam lansia adalah untuk mendukung sehat lansia dalam domain biologis/fisik. Senam yang dilaksanakan oleh lansia akan meningkatkan aliran darah dalam tubuh lansia, sehingga penyebaran oksigen dalam tubuh lansia menjadi optimal, hal tersebut juga akan berdampak pada stamina lansia.

Setelah senam dilakukan, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai penguatan spiritual lansia dalam kehidupan sehari-hari. Narasumber memberikan pengetahuan

secara teoritis dan praktis terkait posisi ketika melakukan persembahyangan yang secara tidak langsung menunjang stamina lansia secara tidak langsung jika dilakukan secara rutin setiap hari.

Setelah diberikan penjelasan mengenai gerakan persembahyangan yang menunjang kesehatan, lansia juga diajak oleh narasumber melakukan kegiatan meditasi dasar yang mudah dilakukan oleh lansia di rumah dan tanpa pembimbing/instruktur. Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan penguatan spiritualini telah memberikan pengalaman yang sangat berharga. Para lansia berharap kegiatan seperti ini terus dilakukan secara terus menerus karena mereka sangat ingin sekali bisa melakukan kegiatan yang meningkatkan kualitas spiritual mereka di usia lanjut. Kegiatan pengabdian ini juga telah memfasilitasi lansia untuk belajar banyak hal tentang agama. Hal ini menunjukkan bahwasannyabelajar tidak pernah dibatasi oleh usia.

#### **KESIMPULAN**

Kegiatan ini memiliki potensi yang sangat besar sebagai suatu aset dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kegiatan ini mampu membantu meningkatkan derajat kesehatan lansia di masa pandemi Covid-19, bukan hanya dari segi fisik, tapi secara menyeluruh meliputi sosial, spiritual dan budaya melalui pendidikan kesehatan yang dilakukan bersama dengan mahasiswa yang ikut serta dalam kegiatan pengabdian ini sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19.

Hasil evaluasi yang dilakukan setelah lansia diberikan edukasi tentang penguatan spiritual di masa Covid-19, dapat terlihat bahwa lansia memahami pentingnya sehat secara menyeluruh meliputi bio-psiko-sosio-kultural, sebagai upaya dalam penguatan imunitas tubuh lansia di masa pandemi sebagai bentuk percepatan pemutusan rantai penularan Covid-19.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Desa Tangguntiti Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini, serta STIKES Advaita Medika Tabanan yang telah memberikan kesempatan kepada dosen Program Studi Ilmu Keperawatan untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai salah satu bentuk realisasi Tri Darma perguruan tinggi di bidang pengabdian. Terimakasih pula untuk mahasiswa STIKES Advaita Medika Tabanan yang telah ikut serta dalam kegiatan pengabdian ini, sehingga kegiatan berjalan lancar.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asmadi, (2008). Konsep Dasar Keperawatan. Jakarta :EGC
- WHO. (2015). Badan Pusat Statistik Republik Indonesia
- WHO. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Situation Report -35. Diakses 27 Mei 2022 dari <https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/external-situation-report-35-25-novembe2020.pdf?Status=Master&sfvrsn=3f4835b4>
- WHO. (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. diakses 27 Mei 2022 dari <https://www.who.int/covid-9/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1eng.pdf>
- WHO. (2020). Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Situation Report -1 diakses 27 Mei 2022 dari [https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/who-indonesia-situation-report-1.pdf?sfvrsn=6be5b359\\_0](https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/who-indonesia-situation-report-1.pdf?sfvrsn=6be5b359_0)
- Safitri, Widya, et al. (2020). Spiritual Well Being in The Elderly. Jurnal Bimbingan Konseling. 9 (1). 86-91.
- Siagian, Tiodora Hadumaon. (2020). Mencari Kelompok Berisiko Tinggi Terinfeksi Virus Corona Dengan Discourse Network Analysis. Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia. 9(2). 98-106

Rababa, Mohammad, et al. (2021). Association of Death Anxiety with Spiritual Well-Being and Religious Coping in Older Adults During The COVID-19 Pandemic. *Journal of Religion and Health*. 50-63

Republik Indonesia. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia 1998

Roberto, Anka, et al. (2020). Impact of Spirituality on Resilience and Coping during The COVID-19 Crisis: A Mixed-method Approach Investigating the Impact on Women. *Health Care for Women International*. 41 (11-12). 1313-1334.