

## INTISARI

**Latar belakang:** Depresi merupakan salah satu masalah psikologis terkait keadaan emosional yang sering ditemui pada lansia. Sebanyak 35 juta lansia Indonesia mengalami depresi. Salah satu faktor yang meningkatkan depresi yaitu penurunan aktivitas fisik, dimana lansia sering mengalami penurunan aktivitas fisik karena perubahan pada fisiknya. Aktivitas fisik yang kurang dapat berdampak pada depresi. Spiritualitas merupakan salah satu faktor untuk menghambat terjadinya depresi.

**Tujuan penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara tingkat spiritualitas dengan depresi pada lansia yang mengalami penurunan aktivitas fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskripsi kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di PSTW Unit Abiyoso, Yogyakarta dengan subjek penelitian adalah lansia yang ada di PSTW Abiyoso pada November-Desember 2023. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dan pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan uji *fisher exact test* dengan instrumen *Geriatric Depression Scale-15* (GDS-15) untuk tingkat depresi dan *The Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) untuk tingkat spiritualitas.

**Hasil:** Responden berjumlah 40 orang dengan hasil mayoritas lansia normal/tidak depresi (24 orang) dan mayoritas lansia mempunyai tingkat spiritualitas tinggi (25 orang). Hasil uji statistik didapatkan mayoritas lansia dengan skala depresi normal dan ringan mempunyai spiritualitas tinggi ( $p = 0,001$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat spiritualitas dengan depresi pada lansia yang mengalami penurunan aktivitas fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fisik, Depresi, Lansia, Spiritualitas

## ABSTRACT

**Background:** Depression is a psychological problem related to emotional states that is often encountered in the elderly. As many as 35 million elderly Indonesians experience depression. One of the factors that increases depression is a decrease in physical activity, where elderly people often experience a decrease in physical activity due to changes in their physique. Lack of physical activity can have an impact on depression. Spirituality is one of the factors to prevent depression.

**Objective:** This study aims to determine whether there is a relationship between the level of spirituality and depression in elderly people who experience decreased physical activity at the Tresna Werdha Social Institution, Abiyoso Unit.

**Method:** This research is a quantitative descriptive study with a cross-sectional design. This research was conducted at PSTW Abiyoso Unit, Yogyakarta with the research subjects being elderly people at PSTW Abiyoso in November-December 2023. This research used non-probability sampling techniques and sampling using total sampling techniques. Data analysis used the fisher exact test with the Geriatric Depression Scale-15 (GDS-15) instrument for depression level and The Daily Spiritual Experience Scale (DSES) for spirituality level.

**Result:** The number of respondents was 40 people, with the results being that the majority of elderly people were normal/not depressed (24 people) and the majority of elderly people had a high level of spirituality (25 people). The results of statistical tests showed that the majority of elderly people with normal and mild depression scales had high spirituality ( $p = 0.001$ ).

**Conclusion:** There is a relationship between the level of spirituality and depression in elderly people who experience decreased physical activity at the Tresna Werdha Social Institution, Abiyoso Unit.

Keywords: Depression, Elderly, Physical Activity, Spirituality