

**Efektivitas Terapi Spiritual terhadap Depresi Lansia:
Studi Literature**
*Effectiveness of Spiritual Therapy against Depression in The Elderly:
Literature Study*

Arkham Sukmana Aji^{1*}, Agus Sudaryanto²

^{1,2} Program Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta,
Surakarta, Indonesia

Artikel info

Artikel history:

Submitted: 28-02-2024

Received : 19-04-2024

Revised : 03-05-2024

Accepted : 06-05-2024

Keywords:

pengetahuan;

pendapatan;

pangan;

frekuensi makan;

status gizi.

Abstract

Elderly people not only experience physical changes, but also mental changes, one of which is depression. Depression in the elderly is a mental illness that occurs in the elderly in the form of excessive sadness, anxiety, difficulty sleeping, and lack of hope in life. Worsening health conditions in the elderly can cause the elderly to not be able to carry out activities as before, one of which is spiritual activities. Spirituality is an important element that helps individuals achieve the balance needed to maintain health. The aim of this research is to find out whether spiritual therapy is effective for elderly depression. The research design was a literature review and then 10 journals were obtained in the last 10 years. Based on the research results, it was concluded that spiritual therapy was effective in reducing the level of depression in the elderly.

Abstrak

Spiritualitas merupakan elemen penting yang membantu individu mencapai keseimbangan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan. Lansia tidak hanya mengalami perubahan fisik, namun juga perubahan mental salah satunya adalah depresi, depresi pada lansia merupakan penyakit mental yang terjadi pada lansia berupa kesedihan berlebihan, kecemasan, sulit tidur, dan kurangnya harapan dalam hidup. Memburuknya kondisi kesehatan pada lansia dapat menyebabkan lansia tidak dapat beraktivitas seperti semula salah satunya adalah kegiatan spiritual. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terapi spiritual efektif terhadap depresi lansia. Desain penelitian adalah *literature review* kemudian didapatkan 10 jurnal dalam rentang tahun 10 tahun terakhir. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan kesimpulan terapi spiritual efektif dalam menurunkan tingkat depresi lansia.



Corresponden author:

Arkham Sukmana Aji, email: j210190020@student.ums.ac.id



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Spiritualitas merupakan elemen penting yang membantu individu mencapai keseimbangan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan serta beradaptasi terhadap penyakit. Hal ini dikarenakan spiritualitas memegang peranan penting dalam penyembuhan dan pemulihan kesehatan, maka penting bagi perawat untuk mengembangkan pemahaman konsep spiritual agar dapat memberikan pelayanan spiritual yang prima kepada semua pasien. Memburuknya kondisi kesehatan pada lansia dapat menyebabkan lansia tidak dapat beraktivitas seperti semula dan lansia dapat mengalami keterbatasan mobilitas (Nurmala *et al.*, 2021). Maka dari itu peneliti ingin mengangkat penelitian dengan judul efektivitas terapi spiritual dalam depresi pada lansia dikarenakan ingin mengetahui apakah terapi spiritual efektif terhadap penurunan tingkat depresi lansia.

Menurut Priasmoro dan Kurniawan (2021), emosi pada lansia disebabkan oleh adanya permasalahan internal dan eksternal pada saat lansia masih bekerja atau sudah tidak bekerja lagi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2018 mengenai angka gangguan kesehatan mental emosional berdasarkan umur, jumlah persentase tertinggi yaitu diusia 65-75 tahun keatas sebanyak 28,6%, kemudian diikuti usia 55-64 tahun sebanyak 11% (Kemenkes, 2018). Proses menua pada lansia membawa perubahan-perubahan seperti perubahan fisiologis, sosial, mental, psikologis, dan spiritual. Melambatnya proses berpikir dan membutuhkan waktu lebih lama untuk mempelajari sesuatu yang baru adalah beberapa gejala yang disebabkan oleh perubahan psikologis dan mental (Nurmayunita, 2021). Depresi pada lansia merupakan penyakit mental yang terjadi pada lansia berupa kesedihan berlebihan, kecemasan, sulit tidur, dan kurangnya harapan dalam hidup. Kejadian depresi pada lansia di Indonesia berdasarkan Pusat Informasi Penyakit Tidak Menular adalah keseluruhan lansia mengalami depresi semakin meningkat seiring dengan peningkatan usia, kejadian tertinggi yaitu pada umur 75 tahun keatas sebesar 8,9%, 65-74 tahun sebesar 8,0%, dan 55-64 tahun sebesar 6,5 % (Susanti dan Royani, 2023).

Lansia mengacu pada suatu keadaan yaitu fungsi fisik beberapa organ tubuh menurun seiring bertambahnya usia. Salah satunya ditandai dengan penurunan detak jantung maksimal, peningkatan lemak pada tubuh, penurunan fungsi otak, serta penurunan massa dan kekuatan otot (Carolina *et al.*, 2019). Lansia tidak hanya mengalami perubahan fisik, namun juga perubahan mental. Indonesia merupakan salah satu negara dengan populasi menua yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18% penduduknya. Badan Pusat Statistik pada tahun 2020 memperkirakan pertumbuhan lanjut usia akan mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34% dari jumlah penduduk Indonesia. Pertumbuhan jumlah lansia di Indonesia dinilai tercepat di dunia antara tahun 1990 hingga 2025 (Pragholapati *et al.*, 2021).

METODE

Metode penulisan artikel ini menggunakan metode *literature review*. Database pencarian artikel melalui Google Scholar dan Mendeley. Kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu artikel dengan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, artikel dibatasi 10 tahun terakhir yaitu artikel yang dipublikasikan pada tahun 2013-2023. Kriteria eksklusi adalah artikel yang menggunakan *spiritual therapy* or terapi spiritual, *elderly*, dan *depression* or depresi. *Literature review* dilakukan dengan cara penyaringan pada artikel terpilih yaitu dengan pengecekan standar PICOS yang menjadi dasar yang digunakan untuk menentukan apakah jurnal dapat dijadikan literatur review. Poin penting pada PICOS P (*Population*): merupakan keseluruhan subjek yang akan mengikuti jalannya penelitian; I (*Intervention*):

treatment/intervensi yang diberikan kepada pasien untuk memberikan sebuah pengaruh dari perlakuan sesuai dengan tindakan perlakuan di dalam jurnal; C (*Comparison*): pembandingan yang memengaruhi kelompok intervensi di dalam jurnal; O (*Outcome*): pencapaian atau hasil dalam studi yang berhubungan dengan *treatment* yang diberikan kepada subjek penelitian; S (*Study Design*): model penelitian yang digunakan untuk ditinjau. Pencarian awal artikel melalui Google Scholar dan Mendeley dengan kata kunci *spiritual therapy* or terapi spiritual, *elderly*, dan *depression* or depresi, kemudian dilakukan pemilahan oleh peneliti berupa artikel yang dipublikasikan pada tahun 2013-2023, jumlah sampel yang didapat yaitu 10 artikel yang dapat diunduh dalam bentuk *full text*.

HASIL

Pada penelitian ini, artikel yang dicari berfokus pada pengaruh pemberian terapi spiritual kepada lansia. Setelah itu dilakukan seleksi dilakukan dengan cara penyaringan pada artikel terpilih yaitu dengan pengecekan standar PICOS apakah sesuai dengan kriteria eksklusi dan dapat dilakukan *literature review*.

Tabel 1. Hasil temuan *literature review*

No	Penulis, tahun	Desain penelitian	Kesimpulan
1	Rumakey <i>et al.</i> (2020)	Kuantitatif dengan kuasi eksperimen dengan subjek 62 orang	Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti berpendapat bahwa terapi kognitif spiritual menurunkan depresi pada lansia
2	Elias <i>et al.</i> (2020)	<i>Randomized controlled trial design</i> dengan 3 bulan <i>follow-up</i> dengan subjek 36 orang	Tidak ada dampak buruk atau merugikan selama intervensi, terapi SRT mungkin bermanfaat
3	Etika <i>et al.</i> (2017)	Kuasi eksperimental dengan <i>pre-posttest design</i> dengan subjek 20 orang	Tidak ada perbedaan efektifitas terapi SEFT dan terapi musik keroncong dalam menurunkan skor depresi lansia. Hal ini terjadi karena terapi SEFT dan terapi musik keroncong sama-sama mampu menurunkan skor depresi lansia
4	Elliya <i>et al.</i> (2018)	Quasi eksperimen dengan <i>one group pre-posttest design</i> dengan subjek 29 orang	Ada pengaruh terapi religiusitas terhadap gejala depresi pada lansia beragama Islam di UPTD Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan
5	Umamah dan Fabiyanti (2018)	Pre-eksperimental dengan pendekatan <i>one group pre-posttest design</i> dengan subjek 28 lansia	Terapi musik dzikir berpengaruh terhadap tingkat depresi pada lanjut usia di RT 3 RW 2 Rumah Dinas TNI-AL Pulungan
6	Nazmi <i>et al.</i> (2021)	Pra-eksperimental dengan desain <i>one group pre-posttest</i> dengan subjek 30 orang	Ada pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an terhadap tingkat depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Banyuwangi
7	Fadhilah dan Muasomah (2021)	Eksperimental dengan <i>Single-Subject Research</i>	Terapi SEFT menunjukkan hasil signifikan dalam penurunan depresi

No	Penulis, tahun	Desain penelitian	Kesimpulan
8	Meidia <i>et al.</i> (2023)	dengan subjek 5 orang Kuantitatif dengan <i>cross sectional</i> dengan subjek 31 orang	pada wanita lansia Terdapat pengaruh yang bermakna (signifikan) antara kegiatan spiritual pada lansia dengan depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1
9	Asti <i>et al.</i> (2023)	<i>Quasi-experimental</i> dengan desain <i>pretest-posttest</i> dengan subjek 46 orang	SEFT berpengaruh dalam kualitas tidur dan penurunan depresi pada lansia
10	Wijayanti <i>et al.</i> (2022)	<i>Pre-Experimental</i> dengan desain <i>One-group pre-posttest</i> dengan subjek 40 orang	Terapi pendekatan spiritual dan relaksasi napas dalam yang cukup kuat memberikan efek menurunkan tingkat depresi

Sumber: Data sekunder, 2013-2023

Berdasarkan hasil temuan jurnal di atas, kami merumuskan PICOS (*Population*): merupakan keseluruhan subjek yang akan mengikuti jalannya penelitian; *I (Intervention)*: *treatment/intervensi* yang diberikan kepada pasien untuk memberikan sebuah pengaruh dari perlakuan sesuai dengan tindakan perlakuan di dalam jurnal; *C (Comparison)*: pembandingan yang memengaruhi kelompok intervensi di dalam jurnal; *O (Outcome)*: pencapaian atau hasil dalam studi yang berhubungan dengan *treatment* yang diberikan kepada subjek penelitian; *S (Study design)*: model penelitian yang digunakan untuk ditinjau.

Tabel 2. Hasil penelitian

No	P (<i>Population</i>)	I (<i>Intervention</i>)	C (<i>Comparison</i>)	O (<i>Outcome</i>)
1	62 lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya	Terapi kognitif spiritual dengan memaknai dan mendengarkan QS. Ar-Rahman	Lansia yang diberikan terapi kognitif spiritual dan yang tidak diberikan apapun	Peneliti berpendapat bahwa terapi kognitif spiritual menurunkan depresi pada lansia.
2	36 penduduk tetap di salah satu RACF Malaysia	Terapi yang diberikan yaitu <i>Spiritual Reminiscence Therapy (SRT)</i>	Lansia yang diberikan SRT dan yang tidak diberikan apapun	Tidak ada dampak buruk atau merugikan selama intervensi, Terapi SRT mungkin bermanfaat
3	20 orang di PSLU Jombang	Terapi SEFT dan musik keroncong	Lansia yang diberikan SEFT dan yang diberikan terapi musik keroncong	Tidak ada perbedaan efektifitas terapi SEFT dan terapi musik keroncong dalam menurunkan skor depresi lansia. Hal ini terjadi karena terapi SEFT dan terapi musik keroncong sama-sama mampu menurunkan skor depresi lansia.

No	P (Population)	I (Intervention)	C (Comparison)	O (Outcome)
4	29 lansia di UPTD Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan	Terapi religiusitas	Lansia yang diberikan terapi religiusitas dan yang tidak diberikan apapun	Ada pengaruh terapi religiusitas terhadap gejala depresi pada lansia beragama Islam di UPTD Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan
5	28 lansia di RT 3 RW 2 Rumah Dinas TNI-AL Pulungan	Terapi musik dzikir	Tingkat depresi lansia sebelum diberikan terapi musik dzikir dengan sesudah diberikan terapi musik dzikir	Terapi musik dzikir berpengaruh terhadap tingkat depresi pada lanjut usia di RT 3 RW 2 Rumah Dinas TNI-
6	30 lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Banyuwangi	Terapi murottal Al- Qur'an	Tingkat depresi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi murrotal Al-Qur'an	Ada pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an terhadap tingkat depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Banyuwangi
7	5 orang di RPSBM	Terapi SEFT	Tingkat depresi pada wanita lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT	Terapi SEFT menunjukkan hasil signifikan dalam penurunan depresi pada wanita lansia
8	31 orang di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung	Lansia melakukan kegiatan spiritual	Lansia yang melakukan kegiatan spiritual tinggi dan kegiatan spiritual rendah	Terdapat pengaruh yang bermakna (signifikan) antara kegiatan spiritual pada lansia dengan depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1
9	46 orang di Nursing home di Bondowoso, Jawa Timur	Terapi SEFT	Lansia yang diberikan terapi SEFT dan lansia yang hanya melakukan kegiatan seperti biasa (<i>gymnastic</i>)	SEFT berpengaruh dalam kualitas tidur dan penurunan depresi pada lansia
10	40 orang di UPT PSTW Blitar	Pendekatan spiritual terapi relaksasi napas dalam	Lansia yang diberikan terapi dan yang tidak diberikan terapi	Terapi pendekatan spiritual dan relaksasi napas dalam yang cukup kuat memberikan efek menurunkan tingkat depresi

Sumber: Data sekunder, 2013-2023

PEMBAHASAN

Perubahan psikologis pada lansia terjadi karena adanya perubahan peran dan kemampuan fisik lansia dalam beraktivitas, baik aktivitas perawatan diri maupun aktivitas sosial di masyarakat. Orang lanjut usia juga percaya bahwa peran mereka di dunia ini terpenuhi dan lebih cenderung beribadah sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Lansia yang aktivitas sehari-harinya berkurang berdampak buruk terhadap kesehatannya dan lebih mudah terserang penyakit (Cahyadi *et al.*, 2022). Masalah depresi pada lansia memerlukan penanganan yang serius karena dapat berdampak luas pada kesehatan dan kehidupannya. Depresi pada lansia akan memengaruhi aktivitas fisik dan kualitas hidup lansia (de Oliveira *et al.*, 2019). Salah satu permasalahan yang mungkin dihadapi lansia adalah masalah psikologis dan sosial, terutama yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, yang menimbulkan stres dan memengaruhi kehidupan sehari-hari lansia (Noviyanti, 2019). Tingginya prevalensi depresi pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain lebih banyak umur lansia yang lebih dari 60 tahun dan lansia tidak memiliki persiapan khusus dalam menghadapi masa tua. Semakin bertambah usia lansia, semakin banyak keluhan atau beban gejala yang dirasakan lansia tersebut sehingga lansia hanya menyerahkan hidupnya pada anak-anaknya (Klompstra *et al.*, 2019).

Kebutuhan spiritual merupakan kebutuhan dasar semua manusia. Spiritualitas adalah tentang psikologi dan keyakinan seseorang yang berupaya menemukan makna dan tujuan hidup dalam hubungannya dengan dirinya dan Tuhan, untuk mencapai keselarasan dan keselarasan dalam hidup. Spiritualitas dapat dimanfaatkan seseorang sebagai salah satu cara untuk mengatasi kesedihan, kesepian, dan kehilangan. Spiritualitas juga dapat meningkatkan kemampuan berpikir logis seseorang, menjaga keselarasan dan keselarasan dengan dunia luar, serta beradaptasi dengan berkurangnya fungsi organ tubuh (Nanda *et al.*, 2023). Hal yang memengaruhi perilaku spiritual lansia misalnya lansia yang sebelumnya dapat melakukan kegiatan ibadah kemudian menjadi terhalangi, lansia membutuhkan pendampingan dan penguatan dalam beribadah (Setyowati *et al.*, 2021). Berdasarkan penelitian dari Handayani dan Oktaviani (2018) bahwa semakin tinggi spiritualitas seseorang akan semakin rendah tingkat depresi yang dialami. Strategi kompensasi yang dapat digunakan untuk mencegah atau mengurangi beban permasalahan yang mereka hadapi adalah dengan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta melalui ritual keagamaan dan ibadah. Tingkat spiritual lansia erat kaitannya dengan frekuensi depresi pada lansia, sehingga dalam hal ini diperlukan tingkat religiusitas yang tinggi agar terhindar dari depresi (Musmiller, 2020).

Berdasarkan 10 artikel yang didapat, penulis dapat menyatakan bahwa efek dari terapi spiritual dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia, kemudian dalam beberapa penelitian terapi spiritual dikombinasikan dengan terapi lain yaitu terapi relaksasi napas dalam dan musik keroncong lebih efektif dalam menurunkan depresi pada lansia. Beberapa penelitian memilih terapi spiritual dikarenakan lebih mudah dan tidak memerlukan banyak biaya dan dapat dilakukan di segala tempat. Penggunaan terapi spiritual dapat diaplikasikan perawat atau keluarga yang mempunyai lansia untuk mengurangi depresi, untuk terapi spiritual dapat dilakukan selama kurang lebih 15-30 menit untuk merilekskan pikiran para lansia. Selama terapi tersebut lansia akan diberikan terapi spiritual sesuai dengan agamanya, dapat berupa terapi murottal, dzikir, SEFT, dan lain lain. Terapi spiritual sangat cocok digunakan oleh para lansia selain biaya murah dan dapat dilakukan dimana saja terapi spiritual juga dapat meningkatkan tingkat spiritual para lansia dikarenakan seperti diatas tadi lansia membutuhkan penguatan dalam beribadah.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari 10 artikel yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terapi spiritual dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia. Saran untuk penelitian ini adalah untuk menggunakan jurnal yang lebih terbaru, sehingga penyimpulan tentang terapi spiritual lebih *terupdate*.

DAFTAR PUSTAKA

- Asti N.A.L., Susanto, T., Susumaningrum, L.A., Rasni, H., Kurdi, F., Alfin M.M., Efendi, A.Y., 2023. Effectiveness of spiritual emotional freedom techniques (seft) in the management of sleep quality and depression among older adults. *UNEJ E-Proceeding*, 202(1), 202–208. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/prosiding/article/view/40222>.
- Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., Anggraini, W.D., 2022. Menjaga kesehatan fisik dan mental lanjut usia melalui program posyandu lansia. *Jurnal pengabdian masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 52–60. <https://doi.org/10.32492/DIMAS.V1I1.568>.
- Carolina, P., Ulina, T.Y., Novita, B., Indrini, D., Pandi Y.E., Afiana, M., 2019. Pengabdian masyarakat pendidikan kesehatan menjaga kesehatan dan kebugaran melalui olahraga bagi lansia di Posyandu Eka Harapan Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 4(2), 88–94. <https://doi.org/10.33084/JSM.V4I2.609>.
- de Oliveira, L.D.S.S.C.B., Souza, E.C., Rodrigues, R.A.S., Fett, C.A., Piva, A.B., 2019. The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(1), 36–42. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0129>.
- Elias, S.M.S., Neville, C., Scott, T., Petriwskyj, A., 2020. The effectiveness of spiritual reminiscence therapy for older people with loneliness, anxiety and depression in Malaysia. *Journal of Religion, Spirituality and Aging*, 32(4), 341–356. <https://doi.org/10.1080/15528030.2020.1765448>.
- Ellyia, R., Maulana, I., Hidayati, M., 2018. Pengaruh terapi religiusitas terhadap gejala depresi pada lansia beragama Islam di UPTD Pelayanan Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan tahun 2017. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 12(2), 118–125. <https://doi.org/10.33024/HJK.V12I2.193>.
- Etika, A.N., Haryuni, S., Sulistya, W., 2017. Perbedaan efektifitas terapi seft (*spiritual emosional freedom technique*) dan terapi musik keroncong terhadap tingkat depresi pada lanjut usia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 09–16. <https://doi.org/10.32831/JIK.V5I2.128>.
- Fadhilah, N., Muasomah, M., 2021. Spiritual emotional freedom techniques as an islamic counseling approaching reducing depression in elderly women. *Konseling Religi Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(1), 49. <https://doi.org/10.21043/kr.v12i1.11074>.
- Handayani, R., Oktaviani, E., 2018. Hubungan spiritualitas dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) sabai nan aluih sicincin. *Jurnal Endurance*, 3(1), 14. <https://doi.org/10.22216/JEN.V3I1.2219>.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Klompstra, L., Ekdahl, A.W., Krevers, B., Milberg, A., Eckerblad, J., 2019. Factors related to health-related quality of life in older people with multimorbidity and high health care consumption over a two-year period. *BMC Geriatrics*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/S12877-019-1194-Z>.

- Meidia, L.S., Chalid, D., 2023. Pengaruh kegiatan spiritual pada lansia dengan depresi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Tahun 2023. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(2), 13267–13277. <https://doi.org/10.31004/INNOVATIVE.V3I2.1840>.
- Musmiler, E., 2020. Aktivitas spiritual dengan tingkat depresi pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), 129–135. <https://doi.org/10.33757/JIK.V4I2.299>.
- Nanda, P., Nhaha, A., Yasa, P., Made Mertha, I., Surasta, W., Wedri, N.M., Sukawana, W., Ngurah, G., Kemenkes Denpasar, P. (2023). Hubungan pemenuhan kebutuhan spiritual dengan tingkat depresi pada lansia penderita diabetes melitus. *Jurnal Gema Keperawatan*, 16(2), 230–244. <https://doi.org/10.33992/JGK.V16I2.2907>.
- Nazmi, A.N., Khosiyah, Amin, M.A.I., 2021. Pengaruh terapi murrotal al-qur'an terhadap tingkat depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Banyuwangi Tahun 2021. *Healthy*, 10(1), 1–12. <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/healthy/article/view/215>.
- Noviyanti, N., 2019. Strategi *coping* pada lansia di Panti Jompo Tresna Werdha Palembang. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial dan Sains*, 8(1), 31–40. <https://doi.org/10.19109/INTELEKTUALITA.V8I1.4226>.
- Nurmala, Samsualam, Padhila, N.I. 2021. Pengaruh tingkat pengetahuan dan sikap spiritual perawat terhadap *spiritual care* pasien. *Window of Nursing Journal*, 02(02), 130–138. <https://doi.org/10.33096/WON.V2I2.934>.
- Nurmayunita, H., 2021. The Effect of spiritual therapy (dzikir) administration against self-esteem of elderly in nursing home. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 57–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.36916/jkm.v6i1.125>.
- Pragholapati, A., Ardiana, F., Nurlianawati, L., 2021. Gambaran fungsi kognitif pada lanjut usia (lansia). *Jurnal Mutiara Ners*, 4(1), 14–23. <https://doi.org/10.51544/JMN.V4I1.1269>.
- Priasmoro, D.P., Kurniawan, S.B., 2021. Gambaran faktor personal penyebab ketidakberdayaan penderita covid-19 yang isolasi di *safe house*. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(3), 420–430. <https://doi.org/10.33366/JC.V9I3.2409>.
- Rumakey, R.S., Indarwati, R., Andriani, M., 2020. Effect of spiritual cognitive therapy on decreasing the depression level among elderly at nursing home. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(3), 418–423. <http://ijnhs.net/index.php/ijnhs/home>.
- Setyowati, S., Sigit, P., Ihsani, M.R., 2021. Spiritualitas berhubungan dengan kesepian pada lanjut usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 67–78. <https://doi.org/10.32584/JIKJ.V4I1.853>.
- Susanti, E.T., Royani, I., 2023. *Literature Review*: Dukungan keluarga terhadap tingkat depresi pada lansia. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 9(1), 36–46. <http://www.ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkkb/article/view/127>.
- Umamah, F.U., Fabiyanti, A., 2018. Pengaruh terapi musik dzikir terhadap tingkat depresi pada lansia di RT 3 RW 2 Rumah Dinas TNI-AL Pulungan. *Journal of Health Sciences*, 11(2), 188–195. <https://doi.org/10.33086/JHS.V11I2.112>.
- Wijayanti, L.A., Deristia, D., Febriani, C.W., Ogasawara, H., 2022. Changes in depression levels in the elderly with a spiritual approach and deep breathing relaxation at UPT PSTW Blitar in Tulungagung. *Open Access Health Scientific Journal*, 3(2), 42–49. <https://doi.org/10.55700/OAHSJ.V3I2.28>