

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Wilayah Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dilingkup Panti Sosial Tresna Werdha unit Abiyoso Pakem Yogyakarta. PSTW unit Abiyoso adalah salah satu Panti Werdha yang memberikan pelayanan Geriatrik, milik pemerintah yang bernaung dibawah Dinas Sosial Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan jumlah pekerja sosial 5 orang, perawat 6 orang dan pekerja jasa 3 orang . Berlokasi dijalan Duwetsari Pakembinangun Kecamatan Pakem Kabupaten Sleman Propinsi daerah Istimewa Yogyakarta. Tersedia 12 wisma yang berpenghuni yang terbagi kedalam dua tipe yaitu wisma dengan biaya dari lansia sendiri (Swadaya) dan dari biaya Subsisi Pemerintah. Penghuni PSTW unit Abiyoso saat ini ada 127 orang yang terdiri dari 90 orang Muslim dan 37 orang Non Muslim.

Adapun program pelayanan rutin bagi lansia yang ada di PSTW unit Abiyoso diantaranya adalah: Pemenuhan kebutuhan makanan harian sebanyak 3x/hari, bimbingan Sosial yang dilakukan setiap minggu sekali, kegiatan senam bugar lansia yang dilakukan setiap hari kecuali hari jumat dan Ahad, bimbingan psikologis yang dilakukan seminggu sekali atau sesuai dengan kebutuhan lansia, bimbingan keterampilan dilakukan setiap minggu yaitu pembuatan sapu, keset, sulak, menyulam, menjahit dan membuat

islam dilakukan 2 kali dalam seminggu yaitu pengajian di hari senin dan kamis, Pelayanan Kesehatan dilakukan satu kali dalam seminggu, bekerjasama dengan Rumah Sakit Grasia Pakem, bimbingan Kesenian yang dilakukan dua kali dalam seminggu dan makan bersama keluar panti (Restoran) siap tiga bulan sekali dan makan bersama di Aula Panti setiap satu bulan sekali.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Gambaran Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian yang dianggap memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebanyak 11 orang. Berikut ini adalah data tentang lansia yang menjadi responden.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta , Juni 2014 (n=11)

No	Karakteristik Responden	f	%
1	Jenis kelamin		
	Laki-laki	1	9,09
	Perempuan	10	90,91
2	Status pernikahan		
	Tidak menikah	0	0
	Duda	1	9,09
	Janda	9	90,91
3	Berpasangan	1	9,09
	Lama Tinggal		
	<1 tahun	1	9,09
	1-5 tahun	5	45,45
	6-10 tahun	2	18,18
	11-15 tahun	1	9,09
	>15 tahun	2	18,18
4	Adanya penyakit		
	Ada	6	54,55
	Tidak ada	5	45,45

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan, dengan jumlah 10 responden (90,91%). Status pernikahan paling banyak berstatus janda yaitu 9 responden (81,82). Berdasarkan lama tinggal, paling banyak yaitu selama 1-5 tahun sebanyak 5 responden (45,45%) sedangkan yang paling sedikit yaitu 0-5 bulan sebanyak 1 responden (9,09%). Berdasarkan adanya penyakit, responden terbanyak adalah yang memiliki penyakit sakit pinggang (akibat jatuh) yaitu sebanyak 4 responden (36,36%).

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Kategori Tingkat Depresi Sebelum dan Sesudah membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta, juni 2014 (n=11)

No	Tingkat Depresi	<i>Pre test</i>		<i>Post test</i>	
		f	%	f	%
1	Tidak ada depresi	0	0	11	100
2	Depresi ringan	7	63,64	0	0
3	Depresi sedang	3	27,27	0	0
4	Depresi berat	1	9,09	0	0
<b>Total</b>		11	100	11	11

Berdasarkan tabel 4 diatas, dapat dilihat bahwa tingkat depresi sebelum Tahsin Al-Qur'an (*Pre-test*) yaitu tidak ada depresi sebanyak 0 responden (0%), depresi ringan sebanyak 7 responden (63,64%), depresi sedang sebanyak 3 responden (27,27%) sedangkan depresi berat sebanyak 1 responden (9,09%). Setelah pelaksanaan Tahsin Al-Qur'an kemudian

... (Post test) dan hasilnya adalah tidak ada depresi

(normal) sebanyak 11 responden (100%), dan depresi ringan sampai berat sebanyak 0 responden (0%).

## 2. Pengaruh Membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin Terhadap Depresi pada Lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta

**Tabel 5.** Hasil Analisis Data Skor Depresi Sebelum dan Sesudah Tahsin Al-Qur'an

Sampel	Keterangan	M	SD	t	P Value
Intervensi	Pre test Depresi	7,81	2,75	6,79	0,00
	Post test Depresi	2,54	0,82		
<i>M= Mean</i>		<i>SD= Standart Devation</i>		<i>p&lt;0,05</i>	

Berdasarkan Tabel 5 diatas, menunjukkan bahwa melalui *Uji Paired t-test* diperoleh nilai t 6,79 dengan nilai signifikansi p-value 0,00 ( $p < 0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta.

### C. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin terhadap depresi pada lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta.

#### 1. Karakteristik Responden

Berdasarkan jenis kelamin, responden terbanyak adalah perempuan,

sebagian besar lansia yang tinggal di panti adalah perempuan. Kaplan dan Shaddock (2007) menyatakan bahwa terdapat kecenderungan prevalensi gangguan depresi berat dua kali lebih besar pada wanita dibandingkan pada laki-laki. Alasan adanya perbedaan hormonal antara keduanya, efek kehamilan pada perempuan, perbedaan stressor psikososial bagi perempuan dan laki-laki dan model perilaku keputusan yang dipelajari. Demikian juga menurut Stuart dan Laraira (2005), resiko terjadinya depresi mayor adalah 7%-12% pada pria dan 20%-30% pada wanita.

Berdasarkan status pernikahan, responden yang berstatus Janda 9 responden (81.82%). Menurut Tamher dan Noorkasiani (2009) bahwa salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan depresi pada lansia adalah kehilangan orang (objek) yang dicintai. Perubahan dalam kehidupan seperti kehilangan pasangan merupakan masalah umum pada masa dewasa tua. Sebagian besar wanita menjadi janda usia 60 tahunan karena suami mereka biasanya lebih tua dan juga memiliki harapan hidup lebih pendek 7 tahun daripada wanita. Masa janda tersebut dapat memperberat depresi bagi wanita lansia (Maryam dkk, 2008).

Berdasarkan lama tinggal, paling banyak responden tinggal dipanti yaitu 1-5 tahun sebanyak 5 responden (45,45%). Hal ini sesuai dengan pendapat Stanley dan Bear (2007) bahwa depresi menyerang 10-15% lansia 65 tahun keatas yang tinggal di keluarga dan angka depresi meningkat secara drastis pada lansia yang tinggal di Institusi, dengan

depresi ringan sampai sedang. Kaplan dan Sadock (2007) juga mengatakan bahwa salah satu faktor risiko terjadinya depresi adalah adanya status fungsional baru, yaitu adanya perubahan seperti pindah ke lingkungan baru (tinggal di panti). Menurut Nevid dkk (2005) menyatakan bahwa tingkat depresi tetap lebih tinggi diantara lanjut usia penghuni rumah perawatan atau Panti Werdha. Hidup jauh dengan keluarga atau sanak saudara tentunya dapat menimbulkan perasaan kesepian, karena tidak ada lagi orang-orang yang selama ini hidup bersama dan berbagi segala sesuatu. Pendapat tersebut diperkuat oleh Dharmono (2007), yang menyebutkan depresi pada lanjut usia di dunia berkisar 15% dan hasil meta analisis dari laporan negara-negara di dunia mendapatkan rata-rata depresi pada lanjut usia adalah 13,5%. Adapun depresi pada lanjut usia yang menjalani perawatan di rumah sakit dan panti perawatan sebesar 45%.

Berdasarkan adanya penyakit, responden terbanyak adalah yang memiliki penyakit sakit pinggang (akibat jatuh) yaitu sebanyak 4 responden (36,36%). Menurut Peltzer dan Mafuza (2013) faktor yang menyebabkan depresi pada lansia adalah ketidak mampuan fungsional, kualitas hidup yang buruk dan kondisi penyakit kronik. Stuart dan Laraia (2005) juga mengemukakan berbagai persoalan hidup yang mendera lansia seperti kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stres yang berkepanjangan, masalah kesehatan (perubahan kondisi fisik), bencana

## **2. Tingkat Depresi Pada Lansia Sebelum Membaca Al-Qur'an Dengan Metode Tahsin**

Tingkat depresi lansia sebelum intervensi, pada hasil *pre-test* sesuai tabel 2 diatas menggambarkan bahwa mayoritas lansia mengalami depresi ringan, yaitu 7 responden (63,64%). Hal ini bisa disebabkan karena para lansia di PSTW unit Abiyoso mempunyai teman-teman di Panti yang selalu menemani dan mereka mendapat dukungan sosial, adapun program-program sosial yang ada di PSTW unit Abiyoso, diantaranya adalah dukungan sosial yang berupa dukungan informasi, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Menurut teori dari Sarason dalam Aprilianita (2013) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesedihan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Dukungan sosial sangat diperlukan oleh lansia karena adanya dukungan sosial yang baik maka lansia dapat merasakan kasih sayang.

Dukungan sosial pada lansia bisa berupa dukungan informasi, dukungan instrumental dan dukungan Emosional (Cohen dalam Friedman 2010). Dukungan informasi adalah dukungan dalam bentuk penyediaan informasi untuk memecahkan suatu permasalahan. Pemberi dukungan harus mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya. Dalam hal ini sesuai dengan program sosial yang ada di PSTW unit Abiyoso yaitu adanya bimbingan sosial, bimbingan Psikologis dan bimbingan rohani. Dukungan

makanan dan pelayanan kesehatan. Dukungan ini merupakan dukungan sosial yang sangat efektif untuk lansia karena langsung dapat menyelesaikan masalahnya. Contohnya pemenuhan kebutuhan makanan harian, makan bersama keluar panti (Restoran) dan makan bersama di Aula Panti serta Pelayanan Kesehatan yang bekerjasama dengan Rumah Sakit Grasia Pakem. Dukungan emosional merupakan dukungan untuk memberikan rasa nyaman, perasaan dicintai dalam bentuk empati dan semangat. Dukungan emosional ini juga sangat dibutuhkan oleh para lansia karena dukungan emosional yang kurang dapat menyebabkan lansia merasa kesepian dan merasa tidak diperhatikan, contohnya didalam program yang ada di PSTW unit Abiyoso adalah kegiatan senam bugar dan bimbingan keterampilan yaitu pembuatan sapu, keset, sulak, menyulam, menjahit dan membuat anyaman bambu, dan bimbingan rohani serta psikologis.

Lansia yang mempunyai hubungan baik dengan orang dekat dengannya mempunyai kecenderungan lebih sedikit depresi dibanding yang tidak mempunyai. Pernyataan ini didukung oleh Azizah (2011) yang menyatakan aspek dalam hubungan sosial yaitu *friendship* dan *social support*. Dukungan sosial dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya secara efektif. Dukungan sosial juga dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental pada lansia. Hal ini juga diungkapkan oleh Astuti (2013) berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Sosial

Taman Werdha Budi Luhur Yogyakarta, beliau mengungkapkan bahwa

terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial depresi pada lansia, dimana lansia yang mendapat dukungan sosial yang baik maka akan menurunkan tingkat depresi pada lansia.

### **3. Pengaruh Membaca Al-Qur'an dengan Metode Tahsin terhadap Tingkat Depresi pada Lansia**

Tingkat depresi lansia setelah intervensi, pada hasil *post-test* sesuai tabel 4 diatas menggambarkan bahwa semua lansia tidak mengalami depresi (normal) dengan nilai mean (rata-rata) depresi mengalami penurunan yang sangat signifikan dimana sebelum intervensi sebesar 7,81 menjadi 2,54. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad dalam Al-Hafidz (2007), beliau menyimpulkan bahwa mendengarkan lantunan ayat-ayat Al-Quran memiliki efek langsung dalam menurunkan perasaan gelisah (depresi), dan efek tidak langsung (atau langsung) dalam menguatkan sistem kekebalan tubuh serta membebaskan diri dari pikiran negatif, yang tentu saja hal ini memberikan andil cukup signifikan dalam proses penyembuhan.

Adapun program membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin yang dilakukan oleh peneliti untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia adalah yang pertama responden di tempatkan di lingkungan yang tenang dan membaca Al-Qur'an ini dilakukan secara individu. Kedua setiap responden membaca Al-Qur'an dengan diulang-ulang sebanyak 3-11 kali selama 15-20 menit dan dalam penelitian ini ada 5 kali pertemuan, peneliti

dan responden bersama-sama membaca al-Qur'an. Hal ini sesuai dengan Firman Allah dalam Surah Ar-Ra'd: 28 yang artinya:

*"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram"*(QS.13:28). Jadi semakin sering seseorang membaca dan mendengarkan Al-Qur'an maka hatinya juga akan semakin tenang dan tentram. Ketiga, peneliti menjelaskan makna dari surah Al-Qur'an yang dibaca oleh responden. Menurut Ahmad dalam Al-Hafidz (2007) pengaruh Al-Qur'an untuk menurunkan tingkat depresi dan membebaskan diri dari pikiran negatif akan dirasakan dengan jalan mendengarkan untaian kata-kata dalam Al-Qur'an tanpa harus memahami maknanya sekalipun. Pengaruh ini akan semakin kuat jika disamping mendengarkan, penderita juga bisa memahami ayat yang sedang ia dengar. Adapun Surah Al-Qur'an yang digunakan dalam penelitian ini adalah Surah Al-fatihah, Surah Al-ikhlas, surah Al-Falaq, surah An-nas, surah Al-Insyiroh, Surah Al-'Asr, Al-Fiil, Al-Kautsar, Al-Maun dan Ayat Kursi.

Hal ini juga didukung oleh penelitian Dr. Al Qadhi di Klinik Besar Florida Amerika Serikat dalam Asy-Syahawi (2011) mengenai kekuatan pengobatan dengan Al-Qur'anul Kariim. Penelitian tersebut dibantu dengan alat-alat elektronik dan komputer untuk mendeteksi apakah Al-Qur'an mempunyai pengaruh terhadap kinerja anggota tubuh manusia atau tidak, serta mengukur kadar pengaruhnya jika didapati. Untuk melakukan penelitian tersebut beberapa ayat Al-Qur'an telah dibacakan kepada

sekelompok orang dengan mengukur kadar perubahan psikologis mereka. Pengukuran kadar perubahan psikologi tersebut dilakukan dengan menggunakan komputer dan alat-alat elektronik lainnya. Hasil yang dilakukan berdasarkan penelitian tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an memiliki pengaruh positif yang cukup signifikan dalam menurunkan ketegangan tanpa harus mengetahui makna kata-kata itu sendiri dan bisa dicatat dan diukur secara kuantitatif maupun kualitatif, dengan demikian penelitian tersebut membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran, seorang Muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar yaitu penurunan depresi, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, menangkal berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitiannya. Pengaruh tersebut tampak dalam perubahan yang terjadi pada arus listrik otot, daya tangkap kulit terhadap perubahan konduksi listrik, perubahan pada sirkulasi darah, detak jantung, kadar darah yang mengalir pada kulit dan suhu kulit. Semua perubahan ini menunjukkan adanya perubahan fungsi dan kinerja sistem syaraf otomatis yang lebih lanjut berpengaruh terhadap organ-organ lain beserta fungsinya. Hasil uji cobanya beliau berkesimpulan, bacaan Al-Qur'an berpengaruh besar hingga 97% dalam melahirkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit.

Menurut Abdurrahman dkk (2007) dari hasil penelitiannya

membangkitkan tanggapan relaksasi terhadap tekanan kehidupan yang kompleks yang mengakibatkan stress dan Al-Qur'an merupakan penyembuh sempurna dari semua bentuk penyakit jiwa. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Salamah dalam Asy-Syahawi (2011) juga menyebutkan bahwa beliau pernah menghadiri sebuah eksperimen untuk meneliti pengaruh Al-Qur'an dalam pengobatan. Eksperimen ini dilakukan disalah satu rumah sakit di Amerika. Eksperimen tersebut dilakukan dengan cara memperdengarkan bacaan Al-Qur'an kepada orang-orang yang sakit yang memiliki daya tahan tubuh lemah. Hasilnya adalah bahwa orang yang mendengarkan Al-Qur'an dan tidak mengerti isi kandungannya dan tidak mengerti bahasa Arab, kekuatan daya tahan tubuhnya meningkat sampai 70%. Adapun orang yang memahami Al-Qur'an, kekuatan daya tahan tubuhnya dapat meningkat sampai 200%. Wahyuni (2010) juga mengungkapkan dari hasil penelitiannya tentang pengaruh mendengarkan Al-Qur'an terhadap skor depresi pada lansia di wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta. Hasil penelitian tersebut adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi mendengarkan Al-Qur'an dengan penurunan skor depresi pada lansia.

#### **D. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian**

##### **1. Kekuatan penelitian:**

a. Penelitian tentang membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin

terhadap depresi pada lansia belum ada yang meneliti

