

ABSTRAK

Tesis dengan judul “Optimalisasi Kesehatan Mental Lansia Berbasis Religiusitas Melalui Program Sekolah Lansia (Salsa) Organisasi Salimah Tulungagung” ini ditulis oleh Ilma Zahrotun Naili, NIM. 1880511230003, dengan dosen pembimbing Prof. Dr. Hj. Elfi Muawanah, S.Ag. M.Pd. dan Prof. Dr. Sokip, S.Ag.M.Pd.I

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Lansia, Religiusitas, Sekolah Lansia, Organisasi Salimah

Pertambahan usia membawa dampak fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang kompleks pada lansia, yang bila tidak dikelola dapat menurunkan kualitas hidup. Masalah kesehatan mental pada lansia sering terlambat terdeteksi dan ditangani. Oleh karena itu, pemberdayaan lansia penting untuk menjaga kesehatan fisik, meningkatkan aktivitas, dan produktivitas mereka guna mencegah dampak negatif gangguan mental.

Penelitian ini memiliki rumusan masalah sebagai berikut: (1) Bagaimana strategi proses optimalisasi yang dirancang oleh Organisasi Salimah Tulungagung untuk mencapai tujuan peningkatan religiusitas lansia dalam program sekolah lansia?; (2) Bagaimana karakteristik dan kebutuhan lansia dalam Program Sekolah Lansia Salimah Tulungagung?; dan (3) Bagaimana pendekatan berbasis religiusitas dalam program sekolah lansia Salimah Tulungagung dapat mendukung upaya optimalisasi kesehatan mental lansia?. Sesuai rumusan masalah tersebut, maka penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengkaji strategi optimalisasi religiusitas lansia melalui Program Sekolah Lansia (SALSA) oleh Organisasi Salimah Tulungagung sebagai upaya peningkatan kesehatan mental.

Dengan pendekatan kualitatif-deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurikulum aplikatif, metode partisipatif, dan pembinaan kekeluargaan efektif meningkatkan ketenangan batin, makna hidup, dan relasi sosial lansia. Studi ini merekomendasikan penguatan kapasitas pengajar, integrasi pendekatan keagamaan dan psikologis, serta replikasi program di wilayah lain sebagai upaya berkelanjutan dalam mendukung kesejahteraan lansia secara holistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi optimalisasi kesehatan mental lansia berbasis religiusitas dalam program SALSA dilakukan melalui kurikulum yang aplikatif, metode partisipatif, serta pembinaan berkelanjutan berbasis kekeluargaan. Pendekatan religiusitas terbukti memberi kontribusi nyata terhadap peningkatan kesehatan mental lansia dengan munculnya perasaan tenang, peningkatan makna hidup, dan penguatan jaringan sosial. Penelitian ini menyarankan agar penguatan kapasitas pengajar serta pengurus organisasi, integrasi kegiatan keagamaan dengan pendampingan psikologis, serta pengembangan model serupa di wilayah lain menjadi fokus pengembangan ke depan. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan program komunitas berbasis spiritual untuk mendukung kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

ABSTRACT

The thesis with the title “Optimizing the Mental Health of Religiosity-Based Elderly Through the Elderly School Program (Salsa) of the Tulungagung Salimah Organization” was written by Ilma Zahrotun Naili, NIM. 1880511230003, with supervisors Prof. Dr. Hj Elfi Muawanah, S.Ag. M.Pd. and Prof. Dr. Sokip, S.Ag.M.Pd.I.

Keywords: Mental Health, Elderly, Religiousness, Elderly School, Salimah Organization

Ageing brings complex physical, psychological, social and spiritual impacts on the elderly, which if not managed can reduce quality of life. Mental health problems in the elderly are often detected and treated late. Therefore, empowering the elderly is important to maintain their physical health, increase their activity and productivity to prevent the negative impact of mental disorders.

This research has the following problem formulations: (1) How is the optimization process strategy designed by the Tulungagung Salimah Organization to achieve the goal of increasing the religiosity of the elderly in the elderly school program?; (2) What are the characteristics and needs of the elderly in the Salimah Tulungagung Elderly School Program?; and (3) How can a religiosity-based approach in the Salimah Tulungagung elderly school program support efforts to optimize the mental health of the elderly?. In accordance with the formulation of these problems, this study generally aims to examine the strategy of optimizing the religiosity of the elderly through the Elderly School Program (SALSA) by the Tulungagung Salimah Organization as an effort to improve mental health.

With a qualitative-descriptive approach, data is collected through interviews, observation, and documentation. The results showed that the applicative curriculum, participatory methods, and family coaching were effective in improving the inner peace, meaning of life, and social relations of the elderly. This study recommends strengthening the capacity of teachers, integrating religious and psychological approaches, and replicating the program in other areas as a sustainable effort to support holistic elderly welfare. The results showed that the strategy of optimizing the mental health of the elderly based on religiosity in the SALSA program was carried out through an applicable curriculum, participatory methods, and family-based sustainable coaching. The religiosity approach is proven to make a real contribution to improving the mental health of the elderly with the emergence of feelings of calm, increasing the meaning of life, and strengthening social networks. This research suggests that strengthening the capacity of teachers and organizational administrators, integrating religious activities with psychological assistance, and developing similar models in other areas should be the focus of future development. The findings are expected to serve as a reference in the development of spiritual-based community programs to support the overall well-being of the elderly.

الملخص

كُتبت هذه الأطروحة التي تحمل عنوان "تحسين الصحة النفسية للمسنين المتدينين من خلال برنامج مدرسة المسنين (سالسا) التابع لمنظمة سليمة تولونجاجونج" من قبل علم زهرة النيل، رقم القيد: ١٨٨٠٥١١٢٣٠٠٣، مع المشرفين البروفيسور الدكتور حجة ايلفي معاونة، S.Ag. M.Pd. والأستاذ البروفيسور الدكتور صاكيب، S.Ag.M.Pd.I.

الكلمات المفتاحية: الصحة العقلية، كبار السن، التدين، مدرسة المسنين، منظمة سليمة

تجلب الشيخوخة تأثيرات جسدية ونفسية واجتماعية وروحية معقدة على كبار السن، والتي إذا لم يتم التعامل معها يمكن أن

تقلل من جودة الحياة. وغالباً ما يتم اكتشاف مشاكل الصحة النفسية لدى كبار السن وعلاجها في وقت متأخر. لذلك، فإن تمكين كبار السن أمر مهم للحفاظ على صحتهم البدنية وزيادة نشاطهم وإنتاجيتهم لمنع التأثير السلبي للاضطرابات النفسية .

يحتوي هذا البحث على صياغات المشكلة التالية: (1) كيف يمكن لإستراتيجية عملية التحسين التي صممتها منظمة تولونجاجونج ساليمة لتحقيق هدف زيادة تدين المسنين في برنامج مدرسة المسنين؛ (2) ما هي خصائص واحتياجات المسنين في برنامج مدرسة المسنين في تولونجاجونج ساليمة تولونجاجونج؛ (3) كيف يمكن للنهج القائم على التدين في برنامج مدرسة المسنين في تولونجاجونج ساليمة تولونجاجونج أن يدعم الجهود المبذولة لتحسين الصحة النفسية للمسنين؟ وفقاً لصياغة المشكلة، يهدف هذا البحث بشكل عام إلى دراسة إستراتيجية تحسين التدين لدى كبار السن من خلال برنامج سيكولاه لانسيا (SALSA) من قبل منظمة تولونجاجونج سليمة كمحاولة لتحسين الصحة النفسية .

وباتباع المنهج الوصفي النوعي، تم جمع البيانات من خلال المقابلات والملاحظة والتوثيق. أظهرت النتائج أن المنهج التطبيقي والأساليب التشاركية والتوجيه الأسري كانت فعالة في تحسين السلام الداخلي ومعنى الحياة والعلاقات الاجتماعية للمسنين. وتوصي هذه الدراسة بتعزيز قدرات المعلمين، ودمج المناهج الدينية والنفسية، وتكرار البرنامج في مناطق أخرى كجهد مستدام لدعم الرعاية الشاملة للمسنين. أظهرت النتائج أن إستراتيجية تحسين الصحة النفسية للمسنين القائمة على التدين في برنامج "سالسا" تم تنفيذها من خلال منهج قابل للتطبيق، وأساليب تشاركية وتدريب مستدام قائم على الأسرة. وقد ثبت أن نهج التدين يسهم إسهاماً حقيقياً في تحسين الصحة النفسية للمسنين مع ظهور مشاعر الهدوء وزيادة معنى الحياة وتقوية الشبكات الاجتماعية. يشير هذا البحث إلى أن تعزيز قدرات المعلمين والمسؤولين التنظيميين، ودمج الأنشطة الدينية مع المساعدة النفسية، وتطوير نماذج مماثلة في مجالات أخرى يجب أن تكون محور التطوير المستقبلي. من المتوقع أن تكون النتائج بمثابة مرجع في تطوير البرامج المجتمعية القائمة على الروحانيات لدعم الرفاه العام للمسنين.