

**LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT INTERNAL
POLTEKKES RS dr. SOEPRAOEN**



**UPAYA PENINGKATAN HARGA DIRI LANSIA DENGAN METODE TERAPI
DZIKIR DI PONDOK LANSIA AL-ISHLAH MALANG**

Ketua : Heny Nurma Y, S.Kep.Ns.,MMRS NIDN 0725087701
Anggota 1 : Amin ZakariaS.Kep.Ns., M.Kes NIDN 0703077604

**Dilaksanakan Berdasarkan Surat Perintah Direktur Poltekkes RS. Dr.Soepraoen
Nomor Sgas /241/ XII/ 2019 tertanggal 26 Desember 2019**

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
2019/2020**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN KEGIATAN
PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT INTERNAL
POLTEKKES RS dr. SOEPRAOEN MALANG**

1. Judul :
"Upaya Peningkatan Harga Diri lansia Dengan Metode Terapi Dzikir Di Pondok Lansia Al-Ishlah Malang"
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Heny Nurma Y, S.Kep.Ns.,MMRS,
 - b. NIDN/NUPN : 0725087701
 - c. Jabatan : Staf Dosen
 - d. Sedang melakukan pengabdian : Ya
 - e. Program Studi : Keperawatan
3. Anggota Pengabdian : Amin Zakaria, M.Kes
Jumlah Anggota Pelaksana : 3 orang
4. Jangka Waktu : 1 tahun
5. Bentuk Kegiatan : Pengabdian Masyarakat
6. Kategori Kegiatan Pengabdian : Kelompok
7. Biaya yang diperlukan : Rp. 3000.000

Malang, Agustus 2020

Mengetahui,
Ketua Program studi



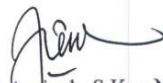
Kumoro Asto L, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDK 8887011019

Ketua Pengabdian,



Heny Nurma Y, S.Kep.Ns.,MMRS
NIDN 0725087701

Menyetujui,
Ketua BPPM



Tien Aminah, S.Kep.Ns
NIDK 8827501019

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

- 1 Judul pengabdian : Upaya Peningkatan Harga Diri lansia Dengan kepada masyarakat Metode Terapi Dzikir Di Pondok Lansia Al-Ishlah Malang

2 Tim Pelaksana

N o	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Institusi asal	Alokasi waktu (jam/minggu)
1	Ns. Heny Nurmayunita, MMRS.	Asisten Ahli	Keperawatan Dasar	Poltekkes RS. Dr. Soepraon	3 jam/minggu
2	Ns. Amin Zakaria, M.Kes	-	Keperawatan Anak	Poltekkes RS. Dr. Soepraon	3 jam/minggu
3	Nur Santi Kumalasari	Mahasiswa Keperawatan	Keperawatan	Poltekkes RS. Dr. Soepraon	3 jam/minggu
4	Dodik Eka Yusuf	Mahasiswa Keperawatan	Keperawatan	Poltekkes RS. Dr. Soepraon	3 jam/minggu
5	Cy'Inge Wifqi Hasan	Mahasiswa Keperawatan	Keperawatan	Poltekkes RS. Dr. Soepraon	3 jam/minggu

- 3 Obyek pengabdian : Lansia di Pondok lansia Al-Ishlah Malang kepada masyarakat
- 4 Masa pelaksanaan
Mulai : Bulan Desember Tahun 2019
Berakhir : Bulan Agustus Tahun 2020
- 5 Usulan biaya : Rp. 3.000.000
- 6 Lokasi pengabdian : Lokasi pengabdian di Pondok lansia Al-Ishlah kepada masyarakat Malang
- 7 Mitra yang terlibat : Mitra yang terlibat yaitu Pondok lansia Al-Ishlah Malang. Pihak Pondok berkontribusi menyediakan tempat dan sarana prasarana (kursi dan sound system)
- 8 Permasalahan yang : Permasalahan :

ditemukan dan solusi yang ditawarkan

- a. Ketidakmampuan lansia beradaptasi dengan lingkungan yang ditandai dengan menurunnya harga diri lansia (merasa terbuang dari keluarga)
- b. Kurangnya pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan harga diri dan cara mengatasi permasalahan yang dihadapi dimasa tua
- c. Kurangnya program/kegiatan yang bisa meningkatkan harga diri lansia
- d. Kurangnya sarana atau fasilitas untuk mendukung terapi atau kegiatan lansia di pondok lansia

Solusi yang ditawarkan:

- a. Program terapi Dzikir
- b. Pengadaan peralatan yang menunjang pelaksanaan terapi dzikir yang bisa meningkatkan harga diri pada lansia dan permasalahan yang dihadapi lansia dimasa tua

9 Kontribusi mendasar : Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini pada khalayak sasaran membantu meningkatkan harga diri dan ketrampilan mitra tentang therapy dzikir sebagai salah satu cara untuk meningkatkan harga diri lansia.

1 Rencana luaran : 1. Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN

0

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Identitas dan Uraian Umum	iii
Daftar Isi	v
Ringkasan	vii
BAB 1 Pendahuluan	1
1.1 Analisa Situasi	1
1.2 Permasalahan Mitra	2
BAB 2 Solusi dan Target Luaran	3
BAB 3 Metode Pelaksanaan	4
BAB 4 Kelayakan Perguruan Tinggi	5
4.1 Kinerja Lembaga Pengabdian Masyarakat Selama Satu Tahun	5
4.2 Kepakaran Yang Diperlukan	6
4.3 Nama-nama Pengusul	6
BAB 5 Biaya Dan Jadwal Kegiatan	7
5.1 Anggaran Biaya	7
5.2 Jadwal Kegiatan	9
BAB 6 Hasil Dan Pembahasan	10
6.1 Sosialisasi dan Persiapan Program Pengabdian Kepada Masyarakat	10
6.2 Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada masyarakat	10
6.3 Pengadaan Protap/Modul terapi dzikir	12
6.4 Pengadaan Peralatan Dan Fasilitas	13
BAB 7 Kesimpulan Dan Saran	14
5.1 Kesimpulan	14
5.2 Saran	14
Referensi	15
Lampiran 1. Biodata Ketua Dan Anggota Tim Pengusul	16
Lampiran 2. Gambaran Iptek Yang Dilaksanakan Mitra	24

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT, atas karunia yang telah diberikan kepada penulis sehingga penyusunan Proposal Pengabdian Masyarakat dengan judul “ Upaya Peningkatan Harga Diri lansia Dengan Metode Terapi Dzikir Di Pondok Lansia Al-Ishlah Malang “ telah dapat terselesaikan sesuai waktu yang ditentukan.

Pengabdian Masyarakat ini sebagai salah satu kegiatan untuk melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang meliputi Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh dosen khususnya dilingkungan Poltekkes RS Dr. Soepraoen Malang.

Penulis menyadari bahwa dalam Pengabdian Masyarakat ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sebagai masukan dalam perbaikan demi kesempurnaan Pengabdian Masyarakat ini.

Akhirnya penulis mengharapkan semoga Pengabdian Masyarakat ini bermanfaat bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, Agustus 2020

Heny Nurma Y,S.Kep.Ns.,MMRS

RINGKASAN

Menua atau menjadi tua membawa pengaruh serta perubahan menyeluruh baik fisik, social, mental, dan moral spiritual, yang keseluruhannya saling kait mengait antara satu bagian dengan bagian yang lainnya dimana tiap-tiap perubahan memerlukan penyesuaian. Pada kenyataannya semakin menua usia kebanyakan semakin kurang fleksibel untuk menyesuaikan terhadap berbagai perubahan yang terjadi (Padila, 2013). Lanjut usia dalam kehidupannya sehari-hari akan banyak mengalami kemunduran dan perubahan. Masalah fisik yang sering ditemukan pada lansia adalah mudah jatuh dan lelah. Kekacauan mental akut, nyeri dada, berdebar-debar, sesak nafas, pembengkakan, sulit tidur, pusing dan perubahan-perubahan pada mental atau psikologi sehingga akan mempengaruhi konsep diri yang salah satunya adalah harga diri pada lansia.. Harga diri rendah pada lansia dapat menyebabkan depresi, ansietas, gangguan somatisasi. sedangkan harga diri tinggi merupakan sumber coping yang penting bagi lansia. **Tujuan kegiatan** pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan harga diri lansia dan dapat beradaptasi dengan lingkungan pondok lansia. Berdzikir dengan sesama lansia merupakan salah satu cara yang efektif yang bisa dilakukan untuk meningkatkan harga diri pada lansia yang tinggal di pondok lansia yang jauh dari keluarga. Luaran yang dicapai berupa jasa dan produk. Jasa yang dimaksud adalah pemberian pelatihan serta pendampingan tentang melatih konsentrasi dengan play therapy. Sedangkan Produk yang akan dihasilkan melalui kegiatan ini berupa modul sebagai sarana belajar mandiri bagi perawat dan lansia untuk lebih menguasai tentang metode terapi dzikir, protap fasilitas/ sarana pendidikan dan peralatan pendukung terkait dengan terapi pada lansia. Terutama yang mendukung kegiatan religi pada lansia (alat untuk berdzikir dan al qur'an khusus lansia).

Key words : *Terapi Dzikir, Harga Diri, Lansia*

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Analisa Situasi

Menjadi tua atau menua membawa pengaruh serta perubahan menyeluruh baik fisik, social, mental, dan moral spiritual, yang keseluruhannya saling kait mengait antara satu bagian dengan bagian yang lainnya. Dalam setiap perubahan memerlukan penyesuaian diri, padahal dalam kenyataannya semakin menua usia seseorang kebanyakan menjadi kurang fleksibel untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan yang terjadi dan disinilah sering terjadi berbagai permasalahan yang harus dihadapi oleh setiap kita yang mulai menjadi manula. Permasalahan perubahan sering terjadi pada perubahan fisik dan social (Padila,2013). Dengan adanya perubahan kedua fungsi tersebut, lansia juga mengalami perubahan aspek psikososial yang berkaitan dengan keadaan pribadi lansia. Dengan adanya penurunan dan perubahan pada aspek fisik, social dan psikososial, lansia akan mudah mengalami perasaan tersinggung, tidak dihargai dan kurang percaya diri. Gangguan konsep diri yang dalam hal ini harga diri sering terjadi pada lansia terutama lansia yang terpisah dengan keluarga.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2010 menunjukkan, jumlah penduduk dunia yang terkena dimensia sebanyak 36 juta orang dengan usia diatas 65 tahun. Hasil sensus penduduk 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di indonesia berjumlah 17,303 juta jiwa, meningkat sekitar 7,4% dari tahun 2000 sebanyak 15,882 juta jiwa dan diperkirakan jumlah penduduk lansia di indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 jiwa per tahun. (Badan Pusat Statistik, 2010). Di jawa timur ada sebanyak 10,40% (Depkes, 2013). Dari hasil studi pendahuluan yang di laksanakan di pondok lansia Al-Ishlah Malang pada tanggal 12 Januari 2019 terdapat 21 lansia dan hampir seluruhnya mengalami gangguan harga diri. Berdasarkan wawancara dengan beberapa lansia didapatkan bahwa 2 lansia merasa sedih karena jauh dari keluarga, 2 lansia menganggap dirinya sudah tua, sakit-sakitan sehingga malu dan minder ketika tinggal dipanti serta merasa terbuang dan merasa tidak berguna lagi.

Spiritual bagi lansia menjadi penting sebagai kualitas dasar dalam membina hubungan lansia dengan Tuhan, alam dan sesame untuk mempersiapkan diri menghadapi saat-saat akhir kehidupan. Konsep spiritual dipahami sebagai dua konsep, yaitu secara vertical dan horizontal. Secara vertical merupakan hubungan seorang individu dengan Tuhan, sedangkan secara horizontal dimaknai sebagai hubungan dengan sesame manusia. Konsep spiritualitas sangat penting dikembangkan pada lansia karena konsep ini melambangkan harapan, kebutuhan akan makna dan tujuan, serta cinta dan pengampunan (Senja & Prasetya 2019).

Untuk mengurangi gangguan atau perubahan harga diri terdapat beberapa cara salah satunya dengan terapi dzikir. Dzikir merupakan suatu upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat-Nya. Dalam islam dzikir bukanlah hal yang asing, tetapi sudah merupakan hal yang biasa dilakukan setiap muslim. Disini lebih berfungsi sebagai metode psikoterapi, karena dengan banyak melakukan dzikir akan menjadikan hati tenteram, tenang dan damai, serta tidak mudah diombang-ambingkan oleh pengaruh lingkungan dan budaya global.

Keutamaan dzikir secara umum banyak sekali menurut Saiful Ghofur dalam karyanya Rahasia dzikir dan doa, diantaranya ialah: Terlindung dari bahaya godaan setan, tidak mudah menyerah dan putus asa, memberi ketenangan jiwa dan hati, mendapatkan cinta dan kasih sayang Allah, tidak mudah terpengaruh dengan kenikmatan dunia yang melenakan. Masih banyak sekali keutamaan dzikir dalam kehidupan ini. Dengan dzikir akan terbuka kemudahan dalam memahami suatu hal, terhindar dari segala macam penyakit hati, terhindar dari segala macam penyakit rohani maupun jasmani, terhindar dari rasa takut, cemas dan gelisah serta merasa aman dari segala macam gangguan. Bahkan, dzikir bisa membuat kita mendapatkan kedudukan yang mulia di sisi Allah dan memperoleh kemudahan dalam melewati titian *Shirath al-Mustaqim*.

Adapun tujuan pengabdian masyarakat tentang upaya Peningkatan Harga Diri lansia di Pondok lansia Al-Ishlah Malang ini yaitu :

1. Membantu mengarahkan lansia yang mengalami perubahan harga diri untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan dan menerapkan hidup sabar (sehat, bahagia dan ramah) untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.
2. Terapi dzikir untuk meningkatkan harga diri lansia dan kemampuan sosialisasi dengan sesama lansia peralatan bantu dalam pembelajaran dengan permainan.
3. Membantu lansia dalam mencapai filosofi lansia yaitu “kemandirian dan martabat”.

1.2 Permasalahan Mitra

Berdasarkan analisis situasi di atas maka permasalahan yang dihadapi oleh mitra adalah:

1. Ketidakmampuan lansia beradaptasi dengan lingkungan yang ditandai dengan menurunnya harga diri lansia (merasa terbuang dari keluarga)
2. Kurangnya pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan harga diri dan cara mengatasi permasalahan yang dihadapi dimasa tua
3. Kurangnya program terapi aktivitas yang bisa meningkatkan harga diri lansia
4. Kurangnya sarana atau fasilitas untuk mendukung terapi dzikir pada lansia di pondok lansia

BAB 2. SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Melalui kegiatan pengabdian ini, target dan luaran yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

Tabel 2.1 Solusi yang ditawarkan

No	Masalah	Solusi
1.	SDM 1. Ketidakmampuan lansia beradaptasi dengan lingkungan yang ditandai dengan menurunnya harga diri lansia (merasa terbuang dari keluarga) 2. Kurangnya pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan harga diri dan cara mengatasi permasalahan yang dihadapi dimasa tua 3. Kurangnya program terapi yang bisa meningkatkan harga diri lansia	1. Program terapi dzikir dalam rangka peningkatan pengetahuan tentang terapi yang melatih lansia untuk beradaptasi dengan lingkungan pondok lansia dan bisa meningkatkan harga diri pada lansia. 2. Protap tentang terapi dzikir pada lansia
2.	Peralatan dan Fasilitas Kurangnya sarana atau fasilitas untuk mendukung terapi dzikir pada lansia di pondok lansia	Pengadaan peralatan yang menunjang pelaksanaan terapi dzikir yang bisa meningkatkan harga diri pada lansia dan permasalahan yang dihadapi lansia dimasa tua

Tabel 2.2 Rencana target capaian luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN/Prociding jurnal nasional	Jurnal ber ISSN (<i>Publish</i>)
2	Publikasi pada media masa cetak/online/repocitory PT	Tidak ada
3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, diversifikasi produk, atau sumber daya yang lain)	Tidak ada
4	Peningkatan penerapan iptek di masyarakat (mekanisme, IT, dan manajemen)	Penerapan dan peningkatan pengetahuan sampai

		level baik (80% – 100%)
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, sosial, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Sudah dilaksanakan
Luaran Tambahan		
1	Publikasi di jurnal internasional	Tidak ada
2	Jasa: rekayasa sosial, metode atau sistem, produk/barang	ada
3	Inovasi baru TTG	Penerapan
4	Hak kekayaan intelektual	Tidak ada
5	Buku ber ISBN	Tidak ada

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan prioritas masalah yang telah disepakati bersama dengan mitra, maka telah disepakati juga tentang solusi yang perlu dilakukan. Pada masalah Sumber Daya Manusia (SDM), solusi yang disepakati adalah Program terapi dzikir dalam rangka peningkatan pengetahuan tentang terapi dzikir yang melatih lansia untuk beradaptasi dengan lingkungan pondok lansia dan bisa meningkatkan harga diri pada lansia serta pembuatan Protap tentang terapi dzikir pada lansia.

Pelaksanaan terapi dzikir dilaksanakan selama 5- 6 hari yang terbagi dalam 2 sesi dalam satu harinya yaitu setelah sholat subuh (maksimal dimulai jam 8.00 pagi) dan sore setelah sholat ashar. Terapi dzikir tersebut rencananya diikuti oleh lansia yang berada di Pondok Al Ishlah yang memenuhi kriteria lansia yang mengalami gangguan harga diri dan lansia yang komunikatif serta kooperatif. Kegiatan ini juga melibatkan perawat yang berdinam pada shift pagi, sore dan malam. Kegiatan tersebut direncanakan pelaksanaannya pada pagi hari maksimal jam 08.00 sampai dengan jam 09.00/10.00 dan sore hari jam 15.00-16.00 agar tidak mengganggu kegiatan rutin yang dilaksanakan di Pondok Al-Ishlah dan tidak terlalu membuang energi dari lansia.

Kegiatan Terapi dzikir ini diawali dengan memberikan pre tes atau pengukuran tingkat harga diri lansia dengan menggunakan alat ukur *Self Esteem* dari *Rosenberg*. Selanjutnya tim pengabdian pada masyarakat menjelaskan maksud, tujuan dan prosedur pada lansia dan perawat yang sedang bertugas. Setelah pre tes, terapi dzikir dilakukan selama 5-6 hari. Selanjutnya tim pengabdian pada masyarakat melakukan post test untuk mengukur harga diri lansia dengan menggunakan alat ukur *Self Esteem* dari *Rosenberg*. Diperkirakan waktu untuk

satu kegiatan terapi dzikir ini dibutuhkan waktu masing – masing 2 jam per hari. Total waktu kegiatan yaitu sekitar 5 hari dan 10 Jam.

Pada Sarana Prasarana Pendukung yaitu Pengadaan peralatan yang menunjang pelaksanaan terapi aktivitas yang bisa meningkatkan harga diri pada lansia dan permasalahan yang dihadapi lansia dimasa tua, solusi yang disepakati adalah Penambahan sarana dan prasarana pendukung kegiatan terapi aktifitas kelompok. Karena kebanyakan lansia mengalami penurunan pendengaran maka disepakati dengan mitra untuk penambahan sound system (wireless). Adapun untuk protap, akan dibuatkan dalam bentuk banner yang dibingkai dengan pigora dan akan diserahkan saat penutupan acara pengabdian masyarakat.

Pendampingan oleh tim akan dilaksanakan selama kegiatan PKM kepada mitra, baik secara terstruktur maupun tidak terstruktur. Sebagai contoh pendampingan dalam menyusun program dan penambahan kegiatan yang bermanfaat agar lansia mampu dalam mencapai filosofi lansia yaitu “kemandirian dan martabat”, menata sarana dan prasarana, pendampingan langsung saat pelaksanaan terapi aktivitas kelompok, dan seterusnya.

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini yaitu berupa partisipasi peserta dari mitra dan penyediaan sarana dan prasarana pelaksanaan terapi dzikir. Sarana dan prasarana tersebut diantaranya adalah: tempat untuk pelaksanaan terapi dzikir, sound system, kursi/karpet dll. Untuk sarana dan prasarana praktik, sepenuhnya akan disiapkan oleh tim pengabdian masyarakat. Upaya keberlanjutan program pengabdian masyarakat ini diwujudkan dengan menjadikan mitra sebagai panti binaan dalam bidang kesehatan. Sebagai sasaran umum adalah kegiatan pengembangan panti, dengan salah satu program unggulannya adalah terbentuknya tim penanggung jawab pelaksanaan TAK, dimana perawat diajarkan berbagai macam terapi aktifitas kelompok. Diharapkan dengan adanya penanggungjawab TAK maka lansia bisa melakukan berbagai macam jenis terapi aktivitas kelompok dalam peningkatan harga diri dan berbagai permasalahan yang di hadapi oleh lansia.

BAB 4. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

4.1 Kinerja Lembaga Pengabdian Masyarakat Selama Satu Tahun

Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang memiliki lembaga khusus yang bertanggung jawab pada pengembangan penelitian dan pengabdian masyarakat yaitu Badan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (BPPM). Badan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat melakukan regulasi penelitian dan pengabdian masyarakat dengan berpedoman pada Rencana Strategis (Renstra) dan Rencana Operasional (Renop) yang dibuat setiap lima tahun

sekali. Pelaksanaan pengabdian masyarakat untuk tahun anggaran 2016-2020 merupakan pelaksanaan dari Renstra-Renop tahun 2016-2020.

Badan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Soepraoen, melaksanakan program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa, dosen, dosen bersama dengan mahasiswa. Setiap dosen untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan bantuan pendanaan internal sebesar 3 juta rupiah pada setiap pengabdian masyarakat. Untuk pengabdian masyarakat oleh mahasiswa biaya sesuai dengan jenis kegiatan. Pada tahun anggaran 2018 – 2019 jumlah pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen dengan pendanaan internal sebanyak 22 proposal dengan total dana yang terpakai sebanyak 44 juta rupiah. Pengabdian masyarakat oleh mahasiswa dan dosen terdapat 4 kegiatan dengan penggunaan biaya sebesar 40 Juta rupiah.

4.2 Kepakaran Yang Diperlukan

Pada pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat ini, terdapat beberapa solusi yang membutuhkan kepakaran khusus dalam pelaksanaannya. Pelaksanaan Terapi dzikir merupakan lingkup upaya kesehatan masyarakat pada kelompok khusus (lansia), dimana kegiatan ini dibawah naungan departemen komunitas dan keperawatan dasar . Hal ini memerlukan kepakaran berupa ilmu kesehatan masyarakat, keperawatan dasar dan ilmu Terkait Pelaksanaan Terapi dzikir.

Kualifikasi pengusul pada program pengabdian masyarakat ini, telah sesuai dengan kepakaran yang diperlukan. Dimana kedua pengusul adalah dosen pengajar Keperawatan komunitas/kesehatan masyarakat dan Keperawatan Dasar.

Berikut nama-nama pengusul pada Program Kemitraan Masyarakat:

Tabel 4.1 Nama pengusul pada Program Kemitraan Masyarakat

No	Nama	Uraian Kepakaran	Tugas
1	Ns. Heny Nurma Y., S.Kep.MMRS.	Pengusul merupakan dosen mata kuliah Keperawatan Dasar.	1. Mengkoordinasikan setiap kegiatan dalam pengabdian masyarakat 2. Mendistribusikan tugas kepada anggota pengabdian masyarakat 3. Melaksanakan pengabdian

			masyarakat 4. Melaksanakan Terapi dzikir dan publikasi hasil pengabdian masyarakat
2	Ns. Amin Zakaria, S.Kep. M.Kes.	Pengusul merupakan dosen mata kuliah Keperawatan Komunitas.	1. Membantu perijinan 2. Mengkoordinasikan pelaksanaan PKM dengan kelompok mitra 3. Membantu mempersiapkan dan melaksanakan Terapi Aktifitas Kelompok 4. Melaksanakan pendampingan PKM

BAB 5 BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

5.1 Anggaran Biaya

Pembiayaan dari kegiatan pendidikan kesehatan ini direncanakan sebagai berikut:

Tabel 5.1 Justifikasi Anggaran Biaya Program PKM yang Diajukan

1. Honor				
Honor	Honor/Jam (Rp)	Waktu (Jam/Minggu)	Minggu	Honor
Ketua	40.000	3 jam	2	240.000
Anggota 1	40.000	3 jam	2	240.000
Anggota 2	40.000	3 jam	2	240.000
Sub total (Rp)				720.000
2. Peralatan Penunjang				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Jumlah
Spanduk	Publikasi kegiatan	1	35.000	50.000
Poster	Media promosi kesehatan	6	15.000	100.000
Leaflet	Media promosi	70	500	50.000

	kesehatan			
Sub total (Rp)				200.000
3. Bahan Habis Pakai				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Jumlah
Alat	Al qur,an untuk lansia	10	130.000	1.300.000
Sub total (Rp)				1.300.000
4. Konsumsi				
Konsumsi				300.000
5. Perjalanan				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Jumlah
Survei lokasi	BBM transportasi	3x 2	50.000	300.000
Acara pengabmasy	BBM transportasi	4 Orang	50.000	200.000
Subtotal (Rp)				500.000
TOTAL ANGGARAN				3.020.000

BAB 6. HASIL DAN PEMBAHASAN

6.1 Sosialisasi dan Persiapan program Pengabdian Kepada Masyarakat

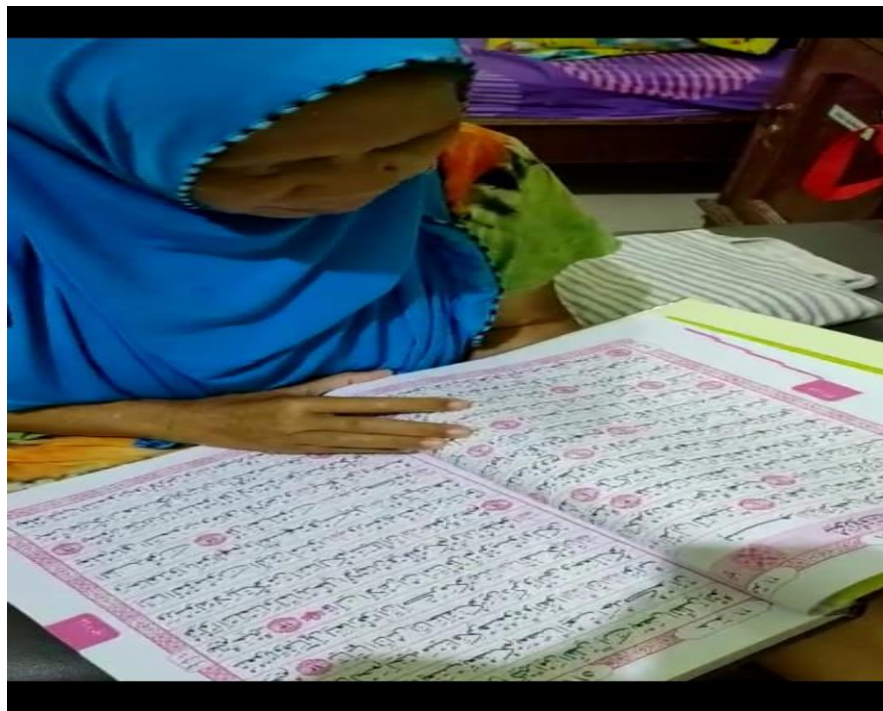
Persiapan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan Upaya peningkatan harga diri lansia dengan metode terapi dzikir di Pondok lansia Al-Ishlah Malang di mulai pada tanggal 11 Januari 2020. Kegiatan yang dilakukan berupa terapi dzikir. Sebelum di mulai acara pengabdian kepada masyarakat ini, sebelumnya didahului dengan pelaksanaan survey ke Pondok Lansia Al Ishlah untuk melihat permasalahan yang dialami oleh lansia. Dan rata-rata lansia disana mengalami masalah tentang harga diri. Adanya perasaan tidak berguna dan merasa terbuang dari keluarga dominan terjadi pada lansia. Oleh karena itu tim pengabmasy menyepakati untuk membantu mengurangi perasaan tersebut dengan melakukan pendekatan spiritual berupa terapi dzikir dalam upaya peningkatan harga diri lansia.

6.2 Pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat

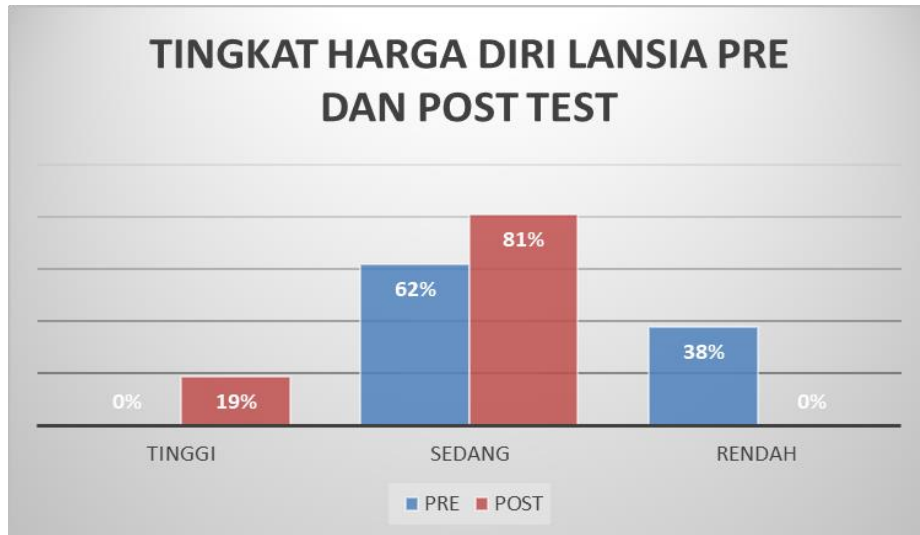
Kegiatan terapi dzikir dilakukan selama 6 pada tanggal 15- 20 Juni 2020. Pertemuan ke 1 Kegiatan Terapi dzikir ini diawali dengan memberikan pre tes atau pengukuran tingkat harga diri lansia dengan menggunakan alat ukur *Self Esteem* dari *Rosenberg*. Selanjutnya tim pengabdian pada masyarakat menjelaskan maksud, tujuan dan prosedur pada lansia dan perawat yang sedang bertugas. Pertemuan ke 2 sampai dengan ke 6 dilakukan terapi dzikir yang pelaksanaannya terbagi dalam 2 sesi dalam satu harinya yaitu setelah sholat subuh (maksimal dimulai jam 8.00 pagi) dan sore setelah sholat ashar sekitar jam 15.00 – 16.00. Terapi dzikir tersebut rencananya diikuti oleh lansia yang berada di Pondok Al Ishlah yang memenuhi kriteria lansia yang mengalami gangguan harga diri dan dan lansia yang komunikatif serta kooperatif. Kegiatan ini juga melibatkan perawat yang berdinis pada shift pagi, sore dan malam. Kegiatan ini dilaksanakan pada waktu-waktu yang tidak mengganggu kegiatan rutin yang dilaksanakan di Pondok Al-Ishlah dan tidak terlalu membuang energi dari lansia. Pertemuan ke 6 selanjutnya tim pengabdian pada masyarakat melakukan post test untuk mengukur harga diri lansia dengan menggunakan alat ukur *Self Esteem* dari *Rosenberg*. Diperkirakan waktu untuk satu

kegiatan Terapi dzikir ini dibutuhkan waktu masing – masing 2 jam per hari. Total waktu kegiatan yaitu sekitar 8 hari dan 16 Jam.

Pelaksanaan Pengabmasy



6.2.1 Nilai Tingkat Harga Diri Lansia Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Dzikir



Dari diagram diatas berdasarkan hasil pengukuran harga diri, didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan harga diri setelah diberikan terapi dzikir sejumlah 19 orang atau 98%, dan sebagian kecil responden mengalami penurunan sejumlah 1 orang atau 1%, dan tidak ada perubahan atau tetap sejumlah 1 orang atau 1%.

6.3 Pengadaan Protap/ Modul Terapi Dzikir

Untuk menunjang kebutuhan dalam pelaksanaan Terapi dzikir bagi lansia dan khususnya bagi perawat yang akan melaksanakan terapi aktivitas kelompok, maka sangat diperlukan adanya panduan atau pedoman dalam pelaksanaan terapi aktivitas

kelompok tersebut. Dengan keberadaaan modul ini bisa dijadikan referensi/rujukan bagi pemangku kepentingan Pondok Lansia dalam mengelola pelaksanaan terapi dzikir secara berkelanjutan walaupun kegiatan abdimas dosen sudah selesai. Untuk meningkatkan eksistensi dengan mitra maka akan direncanakan program pendampingan oleh dosen dalam kegiatan pengabdian masyarakat dari tahun ketahun.

6.4 Pengadaan Peralatan dan Fasilitas

Kegiatan berikutnya adalah pengadaan barang dilakukan oleh tim abdimas selama kurang lebih dua minggu. Jenis barang yang dibelanjakan meliputi : Al Qur'an dan tasbih. Setelah pembelajaran selesai dilaksanakan pelabelan atau memberikan inventaris identitas alat – alat, kemudian melakukan pengiriman barang dan serima barang kepada mitra.

Penyerahan Al-Qur'an untuk Lansia





BAB 7 Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

1. Terjadi peningkatan tingkat harga diri pada lansia melalui pelaksanaan Terapi dzikir dengan tehnik TAK .Lansia merasa lebih Sehat, bahagia dan mulai menerima keadaan harus jauh dari keluarga.
2. Modul/ Protap Pelaksanaan Terapi dzikir sebagai pedoman dalam pelaksanaan terapi aktifitas kelompok
3. Terjadi peningkatan secara kualitas dan kuantitas pelayanan lansia yaitu dengan penambahan alat dalam perbaikan fasilitas sarana dan prasarana di pondok lansia Al Ishlah.

Saran

1. Pendampingan lebih lanjut bagi pengelola Pondok Lansia yaitu kerampilan dalam menggunakan alat – alat kesehatan untuk menunjang pemeriksaan kesehatan lansia.
2. Pendampingan lebih lanjut terkait screening atau deteksi penyakit/permasalahan pada lansia, sehingga perlu kemampuan pengenali tanda dan gejala penyakit secara langsung pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Samsul Ghofur. 2010. *Rahasia Zikir dan Doa*. Yogyakarta: Darul Hikmah.
- Azizah, N. dan Rahayu, A. 2016 *Hubungan Self-Esteem Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia*. Jurnal Penelitian Psikologi vol 7 no 2 Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- Badan Pusat Statistik, 2010. *Statistik Indonesia Tahun 2010*. Jakarta Pusat.
- Chindy Maria Orizani, 2014. *Harga Diri Pada Wanita Menopause (Menopausal Women's self Esteem)*
- Depkes, 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta
- Marini, L. Hayati, S. 2009. *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Lansia di Perkumpulan Lansia Habibi dan Habibah*. Medan : Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara
- Nurhasanah, 2015. *Implementasi Metode Dzikir Untuk Meningkatkan Self Esteem (Harga Diri) Remaja Di Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya Jawa Barat*.
- Padila, 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Dilengkapi Aplikasi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik, Terapi Modalitas dan Sesuai Kompetensi Standar*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Senja, A. dan Prasetyo, T. 2019. *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver*. Jakarta: Bumi Medika
- Suhron, M. 2017. *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem Aplikasi Pengukuran self Esteem Dilengkapi Petunjuk Teknis Pengisian Pengkajian Jiwa Analisis Proses Interaksi (API)*. Jakarta. Mitra wacana Medika

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Heny Nurma Y, S.Kep.Ns.,MMRS
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahi
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	
5	NIDN/NUPN	0725087701
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Banyuwangi, 25 Agustus 1977
7	E-mail	henin.dhila@gmail.com
8	Nomor Telp/HP	082141506584
9	Alamat Rumah	Perum Taman Bhayangkara Indah Blok A3 Mondoroko Singosari Malang.
10	Nomor Telp/Faks	-
11	Status dalam Penelitian	Ketua/Anggota*)
12	Mata Kuliah yang Diampu	1 Kep Dasar
		2 Dokumentasi Keperawatan
		3 Manajemen Keperawatan

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Brawijaya Malang	Universitas Brawijaya Malang
Bidang Ilmu	Ilmu Keperawatan	Megister Manajemen Rumah Sakit
Tahun Masuk-Lulus	2000-2003	2009-2011
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi		Pengaruh Kemampuan dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (juta)
1	2014	Pengaruh Kemampuan Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat	Internal	2
2	2015	Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi	Internal	2

		Cakupan K4 Di Kabupaten Banyuwangi		
3	2016	Pengaruh Penerapan Pencegahan Medication Error Terhadap Perilaku Perawat Tentang Tujuh Benar Pemberian Obat Di RS Umum Islam Madinah Kasembon Malang	Internal	4
4	2017	Penerapan Model Perilaku Perawat Tentang Hand Hygiene Berbasis Teory Of Planned Behaviour Dan Kepatuhan Perawat Melakukan Hand Hygiene 5 Moment 6 Langkah	Internal	4
5	2017	Analisis Akurasi Glasgow Coma Scale (GSC), Trauma Score (TS), dan Revised Trauma Score (RTS) Dalam Memprediksi Mortality Pasien Cedera Kepala	Eksternal	15.3
6	2017	Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia 3 -6 Tahun Diruang Nusa Indah Rumah Sakit Tentara dr. Soepraoen Malang	Internal	4
7	2018	Pengaruh Pemberian The Daun Tin Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus	Internal	4
	2018	Pengaruh Terapi Bermain Kolase Terhadap Konsentrasi	Internal	3

		Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Berbasis Inklusi SDN Bedali 5 Kecamatan Lawang Kabupaten Malang		
	2019	Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Harga Diri Lansia Di Pondok Lansia Al-Ishlah Malang	Internal	3
D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir				
No	Tahun	Judul Pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (juta)
1	2016	Program pendidikan kesehatan masyarakat tentang Kesehatan Gigi dan Mulut (Cara Gosok Gigi yang Benar) Di SD Gondowangi 3 Kecamatan Wagir Kabupaten Malang (Ketua)	Internal	1
2	2016	Perberdayaan masyarakat desa dalam Kesehatan Lansia Desa Gondowangi dan Pandanrejo Kecamatan Wagir (Anggota)	Internal	1
3	2017	Pelatihan Tentang Pengelolaan UKS Bagi Para Guru Sekolah Dasar Islam Terpadu Ar-Roihan Lawang Malang (Ketua)	Internal	3
4	2017	Optimalisasi Peran Kader Dalam Stimulasi, Deteksi Dan Intervensi Dini	Internal	2

		Tumbuh Kembang (SDIDTK) Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Wagir Kabupaten Malang (Anggota)		
5	2017	Program Kemitraan Bagi Kelompok Guru Dan Siswa Sekolah Dasar Berbasis Inklusi Di SDN Bedali 05 Dan Madarasah Ibtidaiyah Terpadu Ar-Roihan Lawang Malang	Internal	4
6	2018	Melatih Konsentrasi Pada Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Metode Play Therapy Di SDN Bedali 5 Lawang Malang (Ketua)	Internal	2
7	2019	Program Lansia Sabar (Sehat, Bahagia dan Ramah) Berbasis Reminiscence Dalam Peningkatan Harga Diri lansia di Pondok lansia Al-Ishlah Malang	Internal	2
8	2019	Program Pelatihan Tenaga Penyuluh Pada Kelompok Dokter Kecil Di Madrasah Ibtidaiyah terpadu Ar Roihan Lawang Malang	Internal	4

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/No/Tahun	Nama Jurnal
1	Pengaruh Kemampuan Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat	Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti, Vol. 3, No.3,	Hesti Wira Sakti

		Hal. 18 - 23, Penerbit Politeknik Kesehatan RS. dr. Soepraoen, Oktober 2015, : ISSN 2302-4283 e-ISSN 2580- 9571	
2	Pengaruh Penerapan Pencegahan Medication Error Terhadap Perilaku Perawat Tentang 7 Benar Pemberian Obat di RS Umum Islam Madinah Kasembon Malang	Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti, Vol. 5, No.1, Hal. 16 - 23, Penerbit Politeknik Kesehatan RS. dr. Soepraoen, April 2017, : ISSN 2302-4283 e-ISSN 2580-9571	Hesti Wira Sakti
3	Comparative Analysis Of Accurasy Among Glasgow Coma Scale, Trauma Score, And Revised Trauma Score As Predictor Of Mortality Head Injury Patients	Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science) Fakultas Kedokteran UB, Vol. 5 No. 2 November 2017, ISSN : 2088-6012	Jurnal Ilmu Keperawatan
4	Pengaruh Terapi Bermain Kolase Terhadap Konsentrasi Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Berbasis Inklusi	Jurnal Keperawatan Malang (KM), Vol. 3, No. 2, Hal. 57 – 66, Penerbit LPPM Stikes Panti Waluya	Jurnal Keperawatan Malang
5	Program Kemitraan Pada Kelompok Guru dan Siswa Sekolah Dasar Inklusi di MIT Ar Roihan Lawang dan SDN 5 Bedali Lawang Malang	Jurnal Abdimas (Pengabdian Masyarakat) Universitas Merdeka Malang,	Jurnal Abdimas (Pengabdian Masyarakat),

		Vol.3, Edisi Khusus, Penerbit Universitas Merdeka Malang, Desember 2018, P-ISSN: 2548-7159	
6	Penerapan Model Perilaku Perawat Tentang Hand Hygiene Berbasis Teori Of Planned Behaviour Dan Kepatuhan Perawat Melakukan Hand Hygiene 5 Moment 6 Langkah	Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti, Vol. 6, No.2, Hal. 9 - 19, Penerbit Politeknik Kesehatan RS. dr. Soepraoen, Oktober 2018, : ISSN 2302-4283 e-ISSN 2580-9571	Jurnal Ilmu Kesehatan, Vol.7, No.2, Hal. 357 – 365, Penerbit Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri , Mei 2019. P-ISSN : 2252-5637, E-ISSN : 2528-2603.
7.	Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Hospitalisasi anak Usia 3-6 Tahun di Ruang Nusa Indah Rumah Sakit Tentara dr. Soepraoen Malang	Jurnal Keperawatan Malang (KM), Vol. 4, No. 1, Hal. 1 - 10, Penerbit LPPM Stikes Panti Waluya Malang, Desember 2018, p-ISSN 2088-6098 e-ISSN 2550- 0538,	Jurnal Keperawatan Malang (KM)

F. Pemakalah Seminar Ilmiah

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional	Pengaruh Glasgow Coma Score dalam Memprediksi Mortality Pasien Cedera Kepala	16 Desember 2017, Stikes Mojopahit Mojokerto
2	Seminar Lokal	Seminar dan Pelatihan Manajemen UKS	6-7 April 2018 di MIT Ar Roihan Lawang Malang

		Berbasis Inklusi	
3	Seminar Lokal	Seminar dan Pelatihan Penanganan Sakit dan Cedera Disekolah	20-21 April 2018 diSDN 5 Bedali Lawang Malang
4	Seminar Lokal	Pelatihan BLS untuk UKS	2 Mei 2018 diDiSLB Pembina C Lawang Malang

G. Karya Buku Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Hal.	Penerbit
1	Manajemen Keperawatan Dalam Praktek Keperawatan Profesional	2013	65	-
2	Lembar Kerja Praktikum Dokumentasi Keperawatan	2013	60	-
3	Modul Pembelajaran Dokumentasi Keperawatan	2014	45	-
4	Manajemen Keperawatan	2014	50	-

H. Perolehan HKI Dalam 10 Tahun Terakhir

	Jenis Hak Cipta	Judul	No HKI	Tanggal
1	Hak Cipta Nasional	Manajemen Keperawatan Dalam Praktek Keperawatan Profesional	000136821	25 September 2017

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik Dalam 10 Tahun Terakhir

--	--	--	--	--

J Penghargaan Dalam 10 Tahun Terakhir

	-	-	-	-
--	---	---	---	---

*) Coret yang tidak perlu

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Malang, Agustus 2020
Pengusul,

Henry Nurma Y, S.Kep.Ners.,MMRS

C.1. Identitas Anggota

Nama Lengkap (dengan Gelar)	Amin Zakaria, M.Kes
Jenis Kelamin	Laki-laki
Jabatan Fungsional	Tenaga Pengajar
NIP/NIK/Identitas Lainnya	
NIDN	
Tempat, Tanggal Lahir	Banyuwangi, 03 Juli 1976
E-mail	
Nomor Telepon/HP	081336655583 – 085649500025
Alamat Kantor	Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Jl. Sudanco Supriyadi No. 22 Malang
Nomor Telepon/Fax	0341-335750
Lulusan Yang Telah dihasilkan	D-3 Keperawatan= 605orang
Mata Kuliah Yang Diampu	Kep. Komunitas- Keluarga- Jiwa- Gerontik

2. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama perguruan Tinggi	Universitas Airlangga	Universitas Airlangga
Bidang Ilmu	Keperawatan	Manajemen Keperawatan
Tahun Lulus	2009	
Judul Skripsi/Tesis		

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Malang, Agustus 2020

Amin Zakaria, M.Kes

Lampiran 2

Gambaran Ipteks yang akan ditransfer kepada mitra dan
PetaLokasi Wilayah Mitra

