

**HUBUNGAN SPIRITUAL DENGAN TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PANTI
ASUHAN PELITA HATI POMBEWE KABUPATEN SIGI, KECAMATAN SIGI
BIROMARU**

***THE CORRELATION BETWEEN SPIRITUALITY AND STRESS LEVEL OF
ELDERLY AT PELITA HATI POMBEWE ORPHANAGE, SIGI REGENCY, SIGI.
BIROMARU SUB-DISTRICT***

Sigit kurniawan¹, Ahmil², Suaib², Muhammad Ardi Munir³

¹Mahasiswa Keperawatan Universitas Widya Nusantara-Palu, Indonesia

²Dosen Universitas Widya Nusantara-Palu, Indonesia

³Departemen Bioetik, Humaniora dan Kesehatan Sosial, Fakultas Kedokteran,
Universitas Tadulako-Palu, Indonesia, 94118

e-mail: shigitkurniawanmalewa99@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: *The elderly in the aging process experience have physiological decreasing. It makes the elderly stressed. Stress could lead the loss of interest, failure feelings, and even physical and emotional exhaustion resulting in anger, anxiety, depression, pathological symptoms, and even mental disorders. so, an effective way of stress management experience for the elderly is needed. Nursing management in handling stress could be done by a holistic approach such as a spirituality aspect. Which spirituality can avoid and controlling from feeling stressed.*

Objective *The aim of the research was to obtain the correlation between spirituality and stress levels of the elderly.*

Methods: *This is quantitative research with an analytic observational design and used a cross-sectional approach. The total population was 214 respondents and the total sample was 68 respondents calculated from the Slovin formula.*

Results: *Univariate results showed that the majority or 26 of the elderly (38%) had a high spiritual level, and about 24 elderly (35%) had a mild level of stress. Chi-square analysis results obtained a p-value = 0.007 (p < 0.05).*

Conclusion: *The conclusion of the research mentioned that there is a correlation between spirituality and stress levels of the elderly at the Pelita Hati Pombewe Orphanage in Sigi Regency, Sigi Biromaru Sub-District. The author expected that the elderly will get more support from both family and environment to develop a good spirituality.*

Keywords: *Stress, Elderly, Spirituality*

ABSTRAK

Pendahuluan: Lansia dalam proses menua mengalami penurunan fisiologis. Hal tersebut membuat lansia rentan mengalami stres. Stres dapat menyebabkan hilangnya minat, merasa gagal, serta kelelahan fisik dan emosional sehingga mengakibatkan kemarahan, ansietas, depresi, gejala patologis, bahkan gangguan jiwa. Oleh karena itu, diperlukan cara yang efektif dalam manajemen stres yang dialami oleh lansia. Manajemen keperawatan dalam menangani stres dapat dilakukan dengan pendekatan holistik yang salah satunya melalui spiritual. Dimana spiritual dapat menghindarkan bahkan mengontrol diri dari rasa stres.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan spiritual dengan tingkat stres pada lansia.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik, pendekatan cross sectional. Total populasi dalam penelitian ini berjumlah 214 responden dimana sampel pada penelitian ini berjumlah 68 responden yang didapatkan dari rumus Slovin. Hasil univariat didapatkan mayoritas lansia memiliki tingkat spiritual tinggi yakni berjumlah 26 responden (38%) dan mayoritas memiliki tingkat stres yang ringan berjumlah 24 responden (35%). Hasil analisis Chi square didapatkan nilai $p=0,007(p<0,05)$.

Kesimpulan: Dari penelitian ini terdapat Hubungan Antara Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kabupaten Sigi, Kecamatan Sigi Biromaru. Penulis berharap lansia lebih mendapatkan dukungan baik dari keluarga maupun lingkungan sehingga untuk membentuk spiritual yang baik.

Kata kunci: Stres, Lansia, Spiritual

PENDAHULUAN

Lansia (Lanjut Usia) merupakan suatu proses tahap akhir dari kehidupan manusia yang akan dijalani oleh setiap orang. Menua merupakan suatu keadaan dimana seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental, sosial secara bertahap sehingga tidak dapat melakukan aktivitasnya sehari-hari atau terjadinya kemunduran fisik (Siringo-ningo, Sihombing, & Tumanggor, 2021). Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, yang dimana proses perkembangan ini dimulai saat lahir atau bayi yang dari ketidakberdayaan menjadi manusia yang sempurna dan mandiri, sampai akhirnya menjadi menua.

Stres merupakan respon fisiologis dan psikologis terjadi ketika seseorang merasakan adanya konflik antara ketegangan yang dialaminya dengan kemampuannya untuk mengatasi ketegangan tersebut. World Health Organization (WHO), menyatakan prevalensi lansia yang menderita stres berkisar 10-20% di dunia (Karepowan, Wowor & Katuuk, 2018). Stres merupakan gangguan emosional dan mental yang di karenakan faktor eksternal yang di sebut juga ketegangan. Permasalahan psikologis pada lansia bisa berbentuk kecemasan, depresi, stres. Permasalahan ini muncul ketika lansia tidak bisa menghadapi

tuntutan yang dialami dan potensi dalam memenuhi kebutuhan (KBBI 2010).

Salah satu hal yang mempengaruhi stres lansia adalah spiritual, yang dimana spiritualitas merupakan dimensi kesejahteraan pada lansia yang dapat mengurangi berbagai masalah seperti stres dan kecemasan, tetapi dapat mempertahankan eksistensi dan tujuan hidup seseorang (Lubis, V.H, Novianti dan Peters M.S, 2020). Spiritual memegang peranan penting untuk membantu mencapai keseimbangan individu dalam upaya mempertahankan kesehatan dan dalam mempertahankan diri dari penyakit maupun stresor psikologis. Keberadaan spiritual yang baik dalam diri lansia juga memicu terjadinya stimulus yang munculkan perasaan optimis, keyakinan dan harapan secara positif pada situasi yang sulit dan menakutkan yang dapat dirasakan lansia, selain itu spiritual juga membuat lansia memiliki kontrol diri yang baik sehingga menjadi sistem pendukung yang menyokong lansia ketika mengalami masalah seperti stres.

METODE DAN BAHAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik. Observasional Analitik merupakan survei atau penelitian yang mengkaji tentang bagaimana dan mengapa kejadian kesehatan

ini terjadi, dan melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena atau antara faktor risiko dengan faktor efek. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional, yaitu setiap objek hanya diamati satu kali saja dan pengukuran secara bersamaan. Penelitian ini mengkaji antara hubungan Spiritual dengan Tingkat Stres Pada Lansia di panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kabupaten Sigi, Kecamatan Sigi Biromaru.

HASIL

Tabel 4.4 Hubungan Spiritual terhadap Stres pada lansia di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe (f=68)

Spiritual	Tingkat Stres						Total	p-value
	Ringan		Sedang		Berat			
	f	%	f	%	f	%		
Rendah	2	3%	6	9%	14	20,5	22	0,007
Sedang	9	13,5%	6	9%	5	7%	20	
Tinggih	13	19,11%	8	12%	5	7%	26	
Total	24		20		24		68	

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki spiritual tinggi dengan tingkat stres ringan sejumlah 13 responden 19,11%. Peneliti berasumsi bahwa lansia yang memiliki spiritual tinggi dengan stres ringan disebabkan karena lansia rutin melaksanakan kegiatan keagamaan baik sholat 5 waktu, Pengajian ataupun kegiatan keagamaan lainnya. karena dengan spiritual yang baik dapat mengontrol stres yang dialami. Ditambah lagi Panti asuhan pelita hati pombewe kabupaten sigi

biromaru kecamatan juga mendukung kegiatan agama lansia dimana setiap 1 minggu panti asuhan mengadakan kegiatan keagamaan di hari sabtu untuk para lansia.

Hal ini sejalan dengan hasil Penelitian Erni Musmiler dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang pada bulan Februari- Juli 2020. Hasil penelitiannya didapatkan lansia mengalami tingkat Stres ringan (60,2%), dan aktivitas spiritual baik (52,0%). Hasil uji statistik chi square terdapat hubungan antara aktivitas spiritual dengan tingkat depresi pada lansia $p=0,000(p<0,05)$, dapat disimpulkan bahwa spiritual yang baik dapat mengurangi tingkat depresi pada lansia. Pada hasil spiritual

Kategori spiritual tinggi dengan tingkat stres sedang sejumlah 8 responden (12%) yang didapatkan berdasarkan pengisian kuesioner oleh lansia, peneliti berasumsi bahwa penyebab lansia mengalami stres sedang dipengaruhi oleh penurunan fisik dari lansia, sehingga membuat lansia kesulitan dalam pemenuhan aktivitas fisiknya, dalam hal ini akan berdampak pada psikologis lansia, terkhususnya terhadap stres lansia. Berdasarkan data dilapangan, umur responden dari 80 sampai 90 tahun berjumlah 32 responden, yang dimana pada saat usia ini lansia akan semakin sulit bergerak dan semakin muda merasa lelah.

Hal ini sejalan dengan penelitian Rofika, dkk (2015). Dimana lansia memiliki kecenderungan mengalami stres akibat perubahan fungsi tubuhnya sehingga lansia merasa tidak mampu lagi melakukan aktivitas yang biasa dilakukannya. Penelitian Ningrum et.al (2016) juga menyatakan dimana dari 82 responden yang didapati 69,5% lansia memiliki tingkat spiritual yang tinggi dan 18,3% memiliki tingkat stres sedang dipengaruhi oleh penurunan fisiknya

Kategori spiritual tinggi dengan tingkat stres berat sejumlah 5 responden (7%) yang didapatkan berdasarkan hasil kuesioner oleh lansia peneliti berasumsi faktor lain yang menyebabkan stres pada lansia adalah status kesehatan dimana terdapat 5 responden memiliki riwayat penyakit asam urat mengatakan nyeri setelah berjalan panjang atau beraktifitas banyak. Pada umumnya lansia akan lebih mudah diserang penyakit karena terjadinya penurunan organ tubuh lansia.

Hal ini sejalan dengan penelitian Fathur et al. (2019). Menurutnya Semakin bertambahnya umur lansia maka masalah psikologis dan masalah kesehatan pada lansia juga meningkat. Masalah kesehatan yang muncul berupa fisik maupun psikologis. Masalah fisik seperti mudah jatuh, mudah lelah serta gangguan penglihatan dan pendengaran. Masalah psikologis yang sering dihadapi oleh lansia. Sehingga akan berdampak stres lansia

Kategori spiritual sedang dengan tingkat stres ringan sejumlah 9 responden (13%) data ini didapatkan dari pengisian kuesioner oleh lansia. Peneliti berasumsi bahwa penyebab tingkat spiritual sedang dengan stres ringan yang didapatkan dari lansia dipengaruhi komponen keluarga tempat tinggal. Terdapat 9 orang lansia yang tinggal serumah dengan anak beserta cucunya mengatakan bahwa mereka sering menghabiskan waktu untuk menjaga cucunya sehingga mereka kurang mendapatkan waktu istirahat,

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumar et al (2020). Dimana komponen keluarga juga mempengaruhi tingkat stres pada lansia. Kehadiran seorang cucu dalam keluarga yang menyebutkan bahwa lansia yang memiliki

tingkat stress rendah sampai sedang yakni yang tinggal bersama cucunya.

Kategori spiritual sedang dengan tingkat stres sedang sejumlah 6 responden(9%) yang di dapatkan dari pengisian kuesioner oleh lansia. Peneliti berasumsi penyebab dari spiritual sedang lansia dengan tingkat stres sedang dipengaruhi oleh faktor peranan keluarga dalam perawatan lansia. Didapatkan 6 responden yang tinggal serumah anaknya mengatakan mendapatkan dukungan walaupun belum maksimal dikarenakan kesibukan kerja yang dilakukan anaknya, dukungan keluarga tinggi maka dapat menurunkan angka stres yang dialami lansia, begitu juga sebaliknya jika dukungan keluarga kurang maka meningkatkan juga angka stres lansia Hal ini sejalan dengan penelitian Firmansyah et al (2018) yang mengatakan peranan keluarga sangat mempengaruhi spiritual dan stres lansia.

Kategori spiritual sedang dengan tingkat stres berat sejumlah 5 responden (7%) data ini di dapatkan dari pengisian kuesioner oleh lansia, peneliti berasumsi bahwa faktor penyebab spiritual sedang dengan tingkat stres berat dipengaruhi oleh status perkawinan lansia, berdasarkan data yang didapatkan di lapangan terdapat 40 lansia yang sudah tidak memiliki pasangan, hasil ini sejalan dengan penelitian Edi Santoso (2018). Didapatkan uji statistik menunjukkan adanya perbedaan bermakna terkait dengan tingkat stres dengan status perkawinan lansia. Lansia yang sudah tidak memiliki pasangan, lebih cenderung mengalami stress berat dan stres sedang. Memiliki pasangan dapat menjadi coping strategy dalam menghadapi stress. Lansia yang memiliki pasangan dapat menyelesaikan suatu masalah dengan baik karena dapat berbagi cerita dan mendapat dukungan dari keluarga atau pasangan. Lansia juga merasa

mendapat dukungan moral dari orang terdekatnya sehingga dapat mengatasi stressor dengan baik. Self efficacy dan dukungan sosial memiliki efek positif bagi lansia untuk mengimplementasikan coping strategies yang tepat dalam mengatasi stres

Kategori spiritual rendah dengan tingkat stres ringan sejumlah 2 responden (3%) data ini didapatkan dari pengisian kuesioner oleh lansia, peneliti berasumsi penyebab spiritual rendah dengan tingkat stres ringan pada lansia ini di pengaruhi adanya perhatian yang di berikan keluarga ataupun lingkungan 22 lansia mengatakan merasa diperhatikan dengan keluarga. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso & Tjhin, 2018 yang menyebutkan bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga mengalami stress ringan. Semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia maka semakin berkurang untuk lansia mengalami kejadian stress, dan semakin kurang lansia mendapatkan dukungan keluarga maka semakin tinggi lansia untuk mengalami kejadian stress.

Kategori spiritual rendah dengan tingkat stres sedang sejumlah 6 responden (9%) yang di dapatkan dari pengisian kuesioner lansia, peneliti berasumsi faktor peyebab lansia mengalami spiritual rendah dengan tingkat stres sedang yaitu karena terdapatnya dukungan sosial atau binaan yang sering dilaksanakan dari pihak panti asuhan pelita hati pombewe kabupaten sigi kecamatan sigi biromaru sehingga walapun spiritual lansia rendah namun lansia masi bisa mengontrolnya hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ady Waluya & Deris Muhamad, (2018) tentang hubungan dukungan lingkungan dengan kualitas hidup lansia studi kasus Kelurahan Sukamiskin Bandung menyatakan berdasarkan hasil uji

Rank Pearmank menunjukkan terdapat hubungan dengan menunjukkan lingkungan yang cukup terhadap stres lansia.

Kategori spiritual rendah tingkat stres berat sejumlah 14 responden (20,5%) hasil ini didapatkan dari pengisian kuesioner oleh lansia, data dilapangan didapatkan 14 responden mengatakan tidak sering mengikuti kegiatan keagamaan peneliti berasumsi bahwa semakin rendah tingkat spiritual lansia maka semakin berat juga tingkat stres yang dialami karena spiritual dapat memberikan ketenangan saat menghadapi setiap masalah kehidupan, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sya'diyah, dkk (2020) mengatakan bahwa semakin baik spiritual lansia maka semakin rendah tingkat stres pada lansia dan semakin rendah spiritual lansia maka semakin tinggi stres yang dialami lansia.

Hasil penelitian ini di dapatkan nilai $p=0,007(p<0,05)$, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara hubungan spiritual dengan tingkat stres pada lansia di panti asuhan pelita hati pombewe kabupaten sigi kecamatan sigi biromaru. Hal tersebut selaras dengan penelitian Brian (2021) dengan responden sebanyak 70 lansia didapatkan

bahwa sebagian besar responden memiliki respon spiritual kategori tinggi sebanyak 45 responden (64,3%) dan sebagian besar responden memiliki kategori stres ringan sebanyak 46 responden (65,7%). Hasil perhitungan dengan uji rank spearman diperoleh $\rho = 0,001$ dengan nilai koefisien korelasi $-0,855$ sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan respon spiritual dengan tingkat stress memiliki hubungan signifikan pada lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi bersifat negatif dan memiliki kekuatan hubungan kuat.

Pada penelitian B. Anitasari (2021) yang berjudul hubungan perilaku spiritual dengan tingkat stres pada lansia di dusun lumbung desa bataan kecamatan tenggarang bondowoso didapatkan Perhitungan p.value sebesar 0,000 artinya p.value < 0,05 secara korelasi koefisien $r = 0,711$ artinya tingkat korelasi sebesar 71,1%. Jadi, penulis menyimpulkan bahwa H1 diterima. Dan itu berarti ada korelasi yang berarti antara keduanya perilaku spiritual dengan tingkat stres orang lanjut usia (Lansia).

KESIMPULAN

Mayoritas lansia di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kecamatan Sigi Kabupaten Sigi Biromaru memiliki spiritual tinggi

Mayoritas lansia di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kecamatan Sigi Kabupaten Sigi Biromaru mengalami stres ringan

Terdapat hubungan antara spiritual dengan Tingkat Stres pada lansia di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kecamatan Sigi Kabupaten Sigi Biromaru.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aisiyah, Apriliani Nur (2021) "Literature Review: Pengaruh Range Of Motion (Cylindrical Grip) Terhadap Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke," Hal. 1–56.
2. Amalia & Tulus. 2019. *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver*. Jakarta : Bumi Medika, " Hal 1-56.
3. Amalia, N. R. (2019). Penggunaan Strategi *Copping Stress* Dalam Mengalami Stres Kerja *Geriatric Nursing* Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mapakasunggu Kota Pare-Pare. "Hal 1-106.
4. Aufar, A. F. (2019). Kegiatan Relaksasi Sebagai *Coping Stress* Di Masa Pandemi Covid-19 Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, FISIP Universitas Padjadjaran. " Hal 1-7
5. Hardiningsih, I. (2021) "Identifikasi Faktor Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activities Of Daily Living (Adl). Undergraduate Thesis, Universitas Muhammadiyah Surabaya.," *Braz DentJ.*, 33(1), Hal. 1–23.
6. Herlina . (2018). Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, "Hal 1-8.
7. Hidayati, L. N. (2021). Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. " Hal 1-11.
8. Hutabarat, E.T. (2020) "Efektivitas Latihan Rom (Range Of Montion) Terhadap Peningkatan Kemandirian Adl (Activity Daily Living) Pada Lansia Stroke Di Puskesmas Padangmatinggi," Hal. 1–60.
9. Kaunang, V. D. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, "Hal 1-7.
10. Lazzarino, R. (2022). Earbuds, smartphones, and music. Spiritual care and existential changes in COVID-19 times, " Hal. 1-20.
11. Lubis, V. H., Novianti, & Simanjuntak, P. M. (2020). Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Komunitas Muslim Rw 006 Kelurahan Pondok Kacang Timur Kecamatan Pondok Aren Tangerang Selatan, "Hal 1-50
12. Maulidah, K. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang., "Hal 1-11.

13. Nuzula, A.D.I.F. (2020) “Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Perawatan Diri: Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia Hipertensi Di Upt Pstw Jember,” Hal. 1–63.
14. Pratama, Z.M. (2019) “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Adl (Activities Daily Living) Pada Lansia (Studi Di Dusun Klagen Desa Kepuhkembeng Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang),” Hal.1–47.
15. Putri, D. E. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Universitas Dharmas Indonesia jl. Lintas Sumatera KM 18 Kecamatan Koto Baru Kabupaten Dharmasraya Propinsi Sumatera Barat, "Hal 1-6.
16. Putri, N.I.A. (2020) “Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene Lansia,” *Repository Unimus*, Hal. 6–31.
17. Rahma, M. (2022) “Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Stres.”
18. Rohmatun, S. (2022). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebutuhan Spiritual Care Pada Pasien Hemodialisa Di Rsi Sultan Agung Semarang. "Hal 1-63.
19. Sari, N. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Tn.B Dengan Kasus Resiko Jatuh Melalui Penerapan Latihan Otago Home Exercise Program Di Kelurahan Flamboyan Baru Kecamatan Padang Barat, " Hal 1-38.
20. Syam, G.S.Y. (2022) “Hubungan Dukungan Keluarga Dan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Paccinongang,” Hal. 1–86.
21. Tarus, T. (2021) “Hubungan Antara Pengetahuan Lansia Dan Peran Keluarga Dalam Mengatasi Kambuh Rematik Pada Lansia Di Puskesmas Dinoyo Oleh,” Hal. 1–57.
22. Wardhani, I.D. (2019) “Hubungan Kemandirian Dalam Activity Daily Living (Adl) Dengan Kualitas Hidup Lansia (Di Desa Kaliwungu Jombang),” Hal. 1–65.
23. Wilujeng, A. (2019). Hubungan Spiritualitas Dengan Pencapaian Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas X Di SMA Nurul Islam Antirogo Kecamatan Sumpersari Kabupaten Jember, "Hal 1-97.