

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT STRES PADA LANSIA DI DUSUN SENOWO DESA ARGOREJO KECAMATAN SEDAYU KABUPATEN BANTUL YOGYAKARTA

Sigit Eko P¹, Lia Endriyani², Mahfud²

INTISARI

Latar Belakang: Lanjut usia akan mengalami banyak perubahan seperti, perubahan biologis, fisik, kejiwaan, dan sosial. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatannya. Penyebab stres dibagi menjadi dua macam yaitu stresor internal dan stresor eksternal. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak: fisik, sosial, intelektual, psikologis, dan spiritual. Aspek spiritual pada lanjut usia selayaknya telah menjadi bagian dari manusia yang matang, dimana kebutuhan spiritual pada masa ini akan membuat lanjut usia mampu mengatasi persoalan dan tujuan hidupnya di dunia, menjalin hubungan yang positif dengan lingkungan sekitar serta lebih merasa percaya diri dan mengetahui arti dari kehidupan di dunia.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang berumur >60 tahun di dusun Senowo berjumlah 82 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yaitu mengambil semua anggota populasi menjadi sampel. Pengambilan data dengan kuesioner spiritualitas dan tingkat stres (PSS). Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji statistik *Kendal-Tau*.

Hasil Penelitian: Hasil Penelitian ini menunjukkan Sebagian besar responden memiliki spiritualitas tinggi yaitu 42 orang (51,2%) dan Sebagian besar responden memiliki tingkat stres ringan yaitu 43 orang (52,4%). $P=0,000$ ($p<0,05$). Nilai koefisien korelasi ($T^2= -0,391$) memiliki makna kekuatan hubungannya rendah. korelasi yang negatif, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas maka semakin rendah tingkat stres.

Kesimpulan: Ada hubungan antara spiritualitas dengan tingkat stres pada lanjut usia di dusun Senowo Argorejo Sedayu Bantul Yogyakarta.

Kata Kunci: Spiritualitas, Stres, Lanjut usia.

¹Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta.

²Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta.

**THE RELATION OF SPIRITUALITY WITH THE LEVEL OF STRESS
ON THE ELDERLY AT SENOWO VILLAGE SUB-DISTRICT
ARGOREJO SEDAYU BANTUL REGENCY OF YOGYAKARTA**

Sigit Eko P¹, Lia Endriyani², Mahfud²

ABSTRACT

Background: Elderly undergo several changes such as biological, physical, spiritual, and social. These changes give influences toward all aspects of life, including their health. The stress is divided into two kinds of the stressor that are internal and external stressor. Stress is an impact of overall at individual as the impact of physical: social, intellectual, psychological, and spiritual. The spiritual aspect on elderly properly becomes a part from human maturity where nowadays, the spiritual-need makes elderly being able to solve their problem and goal in their life, builds a positive relation with the environment, feels confident and knows the meaning of life.

Objective: To know the correlation between spirituality and the level of stress among elderly at Senowo village, Sub-district Argorejo Sedayu Bantul Regency of Yogyakarta.

Methods : This research was quantitative research with *cross sectional* approach. The population total sampling were used 82 elderly of >60 years old at Senowo village. The sample collection in this research used total sampling technique. It was done by taking all members in the population as the sample. The data was collected by using questionnaire of spirituality and the stress (PSS). Data were analyzed using *Kendal-Tau* statistic test.

Results: The result showed that the most respondents had high level of spirituality as many as 42 people (51,2 %) and the majority of respondents had mild stress as many as 43 people (52,4 %). $P=0,000$ ($p<0,05$). The coefficient correlation value ($T^2= -0,391$) had a meaning that the power of relationship was low and it had negative direction which meant the higher level of spirituality would be followed by lower of level of stress.

Conclusion: There was a correlation between spirituality and level of stress on the elderly at Senowo, Argorejo Sedayu Bantul Regency of Yogyakarta.

Keywords: Spirituality, Stress level, Elderly.

¹The Student of University Alma Ata Yogyakarta.

²The Lecturer of University Alma Ata Yogyakarta.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang usianya diatas 60 tahun dan mengalami banyak perubahan seperti, perubahan biologis, fisik, kejiwaan, dan sosial. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatannya¹. Berdasarkan UNESCO (*United Nation of Educational, Scientific, and Cultural Organization*) pada tahun 2011, jumlah penduduk di kawasan asia sebanyak 4,22 miliar jiwa atau 60% dari penduduk dunia. Pertumbuhan lansia yang pesat di Amerika menunjukkan kombinasi yang kuat antara penurunan angka kelahiran dan peningkatan usia hidup². Sementara itu populasi di Cina dan negara berkembang lainnya akan menyusul sekitar tahun 2050 populasi lansia di Asia Tenggara saat ini masih dibawah rata-rata dunia, namun pada tahun 2040 akan jauh diatas rata-rata populasi di dunia³.

Dunia mengalami penuaan dengan cepat. Diperkirakan proporsi penduduk lanjut usia (lansia) yang berusia 60 tahun ke atas menjadi dua kali lipat dari 11% sekitar 650 juta di tahun 2006 menjadi 22% sekitar 2 miliar pada tahun 2050. Jumlah lansia di indonesia pada tahun 2005 berjumlah 15.814.511 jiwa atau 7,2% dan diproyeksikan akan bertambah menjadi 28.822.879 jiwa pada tahun 2020 atau sebesar 11,34%⁴. Menurut Badan Pusat Statistik Yogyakarta pada tahun 2014 Yogyakarta merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki angka usia harapan hidup yang

cukup tinggi, sedangkan menurut data Badan Statistik Bantul pada tahun 2011 menunjukkan harapan hidup yang tinggi seperti halnya kota Bantul yang setiap tahunnya mengalami jumlah peningkatan lansia 10%⁵. Populasi lansia yang berumur >60 tahun di Bantul pada tahun 2014 sebanyak 114.966 orang¹¹.

Lanjut usia akan mengalami perubahan-perubahan pada kondisi fisik maupun psikis. Perubahan tersebut antara lain perubahan kesehatan, perubahan fisik, kemampuan motorik, minat, kemampuan mental, lingkungan, status sosial, dan perubahan-perubahan lainnya⁶.

Spiritualitas merupakan sebuah konsep dua dimensional yaitu vertikal dan horizontal, yang dimana vertikal itu berhubungan dengan Tuhan dan horizontal berhubungan dengan orang lain (manusia). Spiritualitas secara umum mengarah pada religius atau agama yang berhubungan dengan kepercayaan kepada Yang Maha Kuasa (Tuhan). Bagi sebagian orang agama dan spiritual adalah bagian yang paling penting dalam kehidupan serta dapat mengatasi masalah yang ada pada kehidupan sehari-hari. Spiritualitas dapat membantu lansia coping terhadap stres dan kualitas hidup lanjut usia itu sendiri³. Aspek spiritual pada lanjut usia selayaknya telah menjadi bagian dari manusia yang matang, dimana kebutuhan spiritual pada masa ini akan membuat lanjut usia mampu mengatasi persoalan dan tujuan hidupnya di dunia, menjalin hubungan yang positif dengan lingkungan sekitar serta lebih merasa percaya diri dan mengetahui arti dari kehidupan di dunia⁹.

Stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak: fisik, sosial, intelektual, psikologis, dan spiritual. Penyebab stres dibagi menjadi dua macam yaitu stresor internal dan stresor eksternal. Stresor internal disebabkan dari dalam diri individu itu sendiri dan stresor eksternal disebabkan dari luar individu itu sendiri. Stres bukan terjadi karena penyakit fisik melainkan kejiwaan, stres merupakan suatu keadaan yang tidak diinginkan dan disebabkan oleh tingginya tuntutan lingkungan kepada seseorang. Dimana antara harmoni atau keseimbangan antara kekuatan dan kemampuannya terganggu. Usia lanjut memiliki hubungan dengan stres, sedangkan stres itu sendiri menyebabkan penurunan kualitas hidup pada lansia. Terjadinya stres pada lanjut usia disebabkan oleh beberapa hal. Pertama adalah perubahan biologik dari penyakit fisik yang diderita pasien yang berhubungan dengan perubahan *neurohumoral* pada sistem saraf pusat. Kedua, akibat efek samping obat yang dikonsumsinya. Ketiga, reaksi psikologis terhadap penderitaan akibat penyakit fisik yang dialaminya⁷.

Berdasarkan penelitian Kahasana⁵ dengan judul hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat depresi lansia di Posyandu Ngudi Rahayu Tlogo Taman Tirta Kasihan Bantul Yogyakarta menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual pada lansia di posyandu Ngudirahayu mayoritas baik dengan prosentase 63,6 %. Hal ini disebabkan karena semua lansia di posyandu Ngudirahayu memeluk suatu agama, sehingga lansia memiliki suatu

keyakinan. Menurut penelitian Mahfiroh⁸ dengan judul hubungan pola aktifitas pemenuhan kebutuhan dasar dengan tingkat stres lanjut usia di PSTW Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya mengatakan bahwa prevalensi stres pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya dari 43 lansia ada 6 orang (14%) mengalami stres ringan, 33 orang (76,7%) mengalami stres sedang, dan 4 orang (9,3%) mengalami stres berat.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil wawancara pada 10 orang lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu terdapat 8 orang yang mengalami stres dan jarang melakukan ibadah, sementara 2 orang tidak mengalami stres dan selalu mengerjakan ibadah (sholat). Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik meneliti tentang hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah adalah “Apakah Ada Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Stres Pada Lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, pekerjaan, status perkawinan.
- b. Untuk mengetahui tingkat spiritualitas lanjut usia.
- c. Untuk mengetahui tingkat stres pada lanjut usia.
- d. Untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada lanjut usia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumbangan ilmu atau informasi kepada pembaca terutama mengenai keperawatan *gerontik* khususnya mengenai tingkat stres pada lanjut usia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan profesionalisme perawat dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan terutama dalam melakukan asuhan keperawatan gerontik yaitu untuk menurunkan tingkat stres pada lanjut usia.

b. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang tingkat stres pada lanjut usia, serta dapat meningkatkan spiritualitas untuk menghindari stres.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan lebih serta memperdalam materi yang sudah ada tentang tingkat stres pada lanjut usia.

E. Keaslian Penelitian

1. Muh. Fery Setiawan⁹ dengan judul “Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia Umur diatas 60 Tahun di Dusun Tanggulangin, Pandean, Ngablak, Magelang, Jawa Tengah”. Jenis penelitian yang digunakan *non-eksperimental* dengan pendekatan *crosssectional*. Jumlah populasi 52 orang dengan sampel 46 orang dengan cara *simple random sampling*. Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas, jenis, dan rancangan penelitian. Perbedaan dalam penelitian ini adalah variabel terikat, tempat, dan waktu penelitian.
2. Hendik Syachroni¹⁰ dengan judul penelitian “Hubungan Spiritualitas dengan Penampilan Peran Lansia di Masyarakat Wilayah Posyandu Alamanda 99 Kelurahan Jember Lor Kabupaten Jember”. Jenis penelitian yang digunakan deskriptif analitik dengan rancangan *crosssectional*. Populasi 57 orang dengan sampel 34 responden dengan tehnik *simple*

random sampling. Persamaan dalam penelitian terletak pada variabel bebas dan rancangan penelitian. Perbedaan dalam penelitian adalah variabel terikat, waktu, dan tempat penelitian.

3. Ni Putu Aniek Ratna Sari¹² dengan judul penelitian “Pengaruh Senam Otak terhadap Tingkat Stres Lansia di PSTW Jara Mara Pati Singaraja”. Jenis penelitian yang digunakan pre-eksperimental dengan rancangan *one group pre-posttest design*. Jumlah sampel 36 orang. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada variabel terikat. Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas, jenis, desain, tempat dan waktu penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Murwani. A, dan Priyantari. W. Gerontik Konsep Dasar dan Asuhan Keperawatan Home Care dan Komunitas. Fitramaya : Yogyakarta; 2011.
2. <https://pandahar.files.wordpress.com/2013/03/lansia.pdf>. Di akses pada hari senin tanggal 22 Februari pukul 23.00 WIB.
3. Agustin, N, Y. Gambaran Tingkat Spiritualitas Lanjut Usia di Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Lanjut Usia (UPT PSLU) Magetan. Naskah Publikasi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2012.
4. Cahyono, A, N. Hubungan Spiritualitas dengan Depresi pada Lansia di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Magetan; 2012.
5. Kahasana , I , N. Hubungan Kesejahteraan Spiritual dengan Tingkat Depresi Lansia di Posyandu Ngudi Rahayu Tlogo Tamantirta Kasihan Bantul Yogyakarta. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Kesehatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2015.
6. Sari Gusvita, ED. Hubungan Antara Tingkat Spiritualitas dengan Kesiapan Lanjut Usia dalam Menghadapi Kematian di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura. Naskah Publikasi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2015.
7. Mardiana, Y. Hubungan Antara Tingkat Stres Lansia dan Kejadian Hipertensi pada Lansia di RW 01 Kunciangan Tangerang. Forum Ilmiah Volume 11, Nomor 2, Mei 2014.
8. Mahfiroh, I. Hubungan Pola Aktivitas Pemenuhan Kebutuhan Dasar dengan Tingkat Stres Lanjut Usia di PSTW Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. Volume 1, No. 1; 2013.
9. Setiawan, F. Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia Umur diatas 60 Tahun di Dusun Tanggulangin, Pandean, Ngablak, Magelang, Jawa Tengah. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aysiyah Yogyakarta; 2013.
10. Syachroni, H. Hubungan Spiritualitas dengan Penampilan Peran Lansia di Masyarakat Wilayah Posyandu Alamanda 99 Kelurahan Jember Lor Kabupaten Jember. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember; 2014.
11. Badan Pusat Statistik Kabupaten Bantul. Bantul dalam Angka Bantul *in Figures*; 2014.

12. Sari, N. Aniek Ratna. Pengaruh Senam Otak terhadap Tingkat Stres di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Singaraja. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Volume 2, No 1; 2015
13. Maryam, S dkk. Asuhan Keperawatan pada Lansia. Trans Info Media : Jakarta; 2010.
14. Bandiyah, S. Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik. Nuha Medika : Yogyakarta; 2009.
15. Priyoto. Konsep Manajemen Stres. Nuha Medika : Yogyakarta; 2014.
16. Hawari, D. Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Balai Penerbit FKUI : Jakarta; 2011.
17. Hidayat, A. Aziz Alimul. Pengantar Konsep Dasar Keperawatan. Edisi 2. Salemba Medika : Jakarta; 2008.
18. Potter & Perry. Fundamental Keperawatan Buku 2. Edisi 7. Salemba Medika : Jakarta; 2009.
19. Hamid, A, Y. Buku Ajar Aspek Spiritualitas dalam Keperawatan. Widya Medika : Jakarta; 2000.
20. Notoatmodjo, S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta : Jakarta; 2010.
21. Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika : Jakarta; 2008.
22. Machfoed, I. Metodologi Penelitian. Fitramaya : Yogyakarta; 2014.
23. Sugiyono. Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta : Bandung; 2011.
24. Arikunto, S. Prosedur Penelitian. Rineka Cipta : Jakarta; 2013.
25. Qomariah, N. Hubungan kecerdasan spiritual dengan perilaku caring perawat pada praktek keperawatan di ruang rawat inap RSUP H. Adam malik; 2011.
26. Sarwadhamana, R. J. Hubungan Senam Lansia dengan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu 2 Kabupaten Bantul Yogyakarta. Skripsi; 2015.