

# HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN STRES PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Riskiwa Dwi Cahyani<sup>1</sup>, Teguh Hari Santosa<sup>2</sup>, Sofia Rhosma Dewi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan

<sup>2</sup>Dosen S1 Keperawatan

Program Studi S1 Keperawatan FIKes Universitas Muhammadiyah Jember

E-mail: dwikiya00@gmail.com

## Abstract

*Stress can happen to anyone, including the elderly. Stress in the elderly is due to psychosocial stressors associated with changes in the life of the elderly. Spirituality can avoid stress, depression, and unhappy feelings. The purpose of this study was to determine the correlation between spirituality and stress in the elderly at UPT Old Age Home (PSTW) Jember. The design of this research is correlational by using cross sectional approach. The population in this study are all elderly living in UPT PSTW Jember which amounted to 140 elderly. The samples taken are 104 elderly by purposive sampling. The instruments used are Spiritual Attitude Inventory User Guide and DASS questionnaires. Data analysis using Pearsom Correlation ( $P < 0.05$ ) obtained P value of 0.000 with correlation coefficient value of -0.858 so that it can be concluded that the relationship of spirituality with stress in the elderly at the UPT Old Age Home (PSTW) Jember is negative and has strong relationship strength.*

*Keywords: Elderly; Spiritualit; Stress*

## Abstrak

Stres dapat terjadi pada siapa saja, termasuk lansia. Stres pada lansia disebabkan karena stresor psikososial yang berhubungan dengan perubahan dalam kehidupan lansia. Spiritualitas dapat menghindarkan diri dari rasa stres, depresi, dan perasaan tidak bahagia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember. Desain penelitian ini adalah korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di UPT PSTW Jember yang berjumlah 140 lansia. Sampel yang diambil adalah 104 lansia dengan cara *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Spiritual Attitude Inventory User Guide* dan kuesioner DASS. Analisa data menggunakan korelasi *Pearson* ( $P < 0,05$ ) didapatkan nilai *P value* adalah 0,000 dengan nilai koefisien korelasi -0,858 sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha PSTW Jember bersifat negatif dan memiliki kekuatan hubungan kuat.

Kata Kunci: Lansia; Spiritualitas; Stres

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan sebuah bagian dari proses tumbuh kembang manusia. Manusia berkembang dimulai dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua (Azizah, 2011). Lansia merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Undang-undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesehatan mengatakan bahwa, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam, 2008).

Proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, biologis, sosial ekonomi maupun mental. Masalah mental dan emosional sama halnya dengan fisik yang dapat mengubah perilaku lansia. Masalah mental yang sering dijumpai pada lansia adalah stres, depresi, dan kecemasan. (Nugroho, 2008).

Menurut Robert S. Fieldman dalam Purnama (2017) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merepson peristiwa itu pada level

fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya: merencanakan perkawinan) atau negatif (misal: kematian keluarga). Sesuatu didefinisikan sebagai peristiwa yang menekan atau tidak, bergantung ada respon yang diberikan oleh individu.

Stres yang terjadi pada lansia berhubungan dengan kematian pasangan, status sosial ekonomi rendah, penyakit fisik yang menyertai, isolasi sosial dan spiritual. Spiritualitas merupakan kualitas dasar manusia yang dialami oleh setiap orang dari semua keyakinan dan bahkan oleh orang-orang yang tidak berkeyakinan tanpa memandang ras, warna, asal negara, jenis kelamin, usia atau disabilitas.

Muhammad dalam Purnama (2017) menyebutkan spiritualitas dalam hal ini tidak semata terdapat dalam agama formal (*traditional organized religions*), seperti Islam, Kristen, Yahudi, dll, tetapi juga dalam teologi feminis, spiritualitas ekologi, dan sebagainya. Spiritualitas diasosiasikan dengan kesehatan mental, manajemen substansi

pencarian tujuan dan kebermaknaan hidup. Dewi (2014) mengatakan spiritualitas mencakup hubungan dengan diri sendiri, hubungan dengan alam harmonis, hubungan dengan orang lain. Salah satu tugas perkembangan lansia berkaitan dengan spiritualitas adalah beradaptasi terhadap penurunan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis.

Spiritualitas memiliki makna yang luas bagi lansia. Spiritualitas dapat membantu lansia dengan berbagai perubahan kondisi. Pemahaman kesejahteraan spiritual pada lansia yaitu merasakan hubungan dengan kekuatan tertinggi dan orang lain dapat menemukan arti dan tujuan hidup, kondisi ini dapat membantu lansia beradaptasi lebih baik dengan kondisi kesehatannya saat ini, sehingga lansia mampu mencapai potensi dan peningkatan kualitas hidupnya.

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2013, menunjukkan bahwa jumlah lansia di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2012 sebesar 4.089.956 jiwa dengan jumlah lansia laki - laki sebanyak

1.830.647 jiwa dan jumlah lansia perempuan sebesar 2.259.309 jiwa. Jumlah lansia di Jember pada tahun 2012 sebesar 263.132 jiwa dengan jumlah lansia laki – laki 119.879 jiwa dan jumlah lansia perempuan sebesar 143.235 jiwa.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di UPT PSTW Jember didapatkan data sebagai berikut, terdapat 140 lansia binaan, 72 lansia berjenis kelamin perempuan dan 68 lansia berjenis kelamin laki-laki. Hasil wawancara kepada salah satu petugas di UPT PSTW Jember diketahui bahwa kegiatan yang berhubungan dengan spiritualitas dan keagamaan diadakan satu hari dalam seminggu yaitu setiap hari Rabu, dan hanya sekitar 70 lansia binaan yang mengikuti kegiatan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT PSTW Jember.

Penelitian ini diharapkan menjadibahan informasi dan rujukan bagi lansia dalam meningkatkan dan menjaga status kesehatan dalam mengatasi stres menggunakan koping

yang kuat serta dukungan dari keluarga.

## MATERIAL DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain koresional dengan pendekatan *cross sectional* (Nursalam, 2013). Alat ukur yang digunakan menggunakan lembar kuisioner *Spiritualitas Inventory User Guide* untuk variabel independen, dan kuisioner DASS untuk variabel dependen. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember sebanyak 104 responden dengan menggunakan *purposive sampling*.

Tempat pengambilan data untuk penelitian dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2018 – Juli 2018

Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji statistik nonparametrik yaitu uji korelasi *Pearson* karena data yang akan diuji untuk variabel independen maupun variabel dependen menggunakan data kategorik dengan skala rasio

## HASIL

### 1. Data Umum

Pada penelitian ini didapatkan usia responden yang ada di UPT PSTW sebagian besar usia 60-74 tahun sebanyak 73 lansia dengan persentase 70,2%, jenis kelamin pada responden di UPT PSTW Jember terbanyak adalah perempuan sebanyak 53 lansia dengan persentase 51,0%, tingkat pendidikan responden di UPT PSTW Jember sebagian besar adalah tidak sekolah sebanyak 48 lansia dengan persentase 46,2%.

### 2. Data Khusus

**Tabel 1** Analisis deskriptif spiritualitas pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember Juli 2018 (n=104)

Spiritualitas	Skor
Nilai Minimum	64
Nilai Maximum	132
Nilai Mean	102,17
Standart Deviasi	16,492

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa spiritualitas pada responden lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember memiliki nilai minimum 64 dan nilai maksimum 132 dan nilai

tengah dari hasil akhir adalah 102,17 dengan standart deviasi 16,492.

**Tabel 2** Analisis deskriptif stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember Juli 2018 (n=104)

Stres	Skor
Nilai Minimum	0
Nimai Maksimum	26
Nilai Mean	7,88
Standart Deviasi	5,037

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember memiliki nilai minimum sebesar 0, nilai maksimum sebesar 26, dan nilai tengah dari hasil akhir sebesar 7,88 dengan standart deviasi 5,037.

**Tabel 3.** Korelasi hubungan spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember Juni 2018 (n=104)

Variabel	P-Value	Pearson Correlation
Spiritualitas	0,000	-0,858
Stres	0,000	-0,858

Pada tabel diatas menunjukkan hasil dari data *bivariate* pada uji *Pearson* diperoleh nilai *p value* = 0,000 yang berarti  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan antara spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan

Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember dengan nilai koefisien korelasi -0,858 yaitu hubungan antara spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember bersifat negatif dan memiliki kekuatan hubungan kuat.

## PEMBAHASAN

Menua dapat dipandang sebagai salah satu dari tugas spiritual. Kriteria menua dengan sukses dalam hubungannya dengan spiritualitas diklasifikasikan sebagai berikut: kemampuan dan kesempatan untuk beradaptasi terhadap lingkungan sekitarnya, mengkompensasi terhadap kehilangan yang dialami; kemampuan dan kesempatan untuk membentuk dan mempertahankan suatu hubungan, baik hubungan interpersonal maupun sosial; okupasi-aktivitas kerja sehari-hari yang berguna untuk mempertahankan fungsi otak; nilai penting aktivitas, baik secara mental maupun fisik; kesempatan untuk mengekspresikan dan mempraktikkan nilai-nilai spiritual;

pencarian koherensi; integrasi; individualisasi; melanjutkan dalam setiap rentang hidup baik aktivitas rutin maupun ritual; kesehatan, kekuatan dan vitalitas tubuh yang baik; dan kemampuan untuk mengatur perubahan.

Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak dapat terlepas dari stres. Stres dapat terjadi pada siapapun termasuk lansia (Dalami E., 2010). Secara alamiah lansia mengalami penurunan baik dari segi fisik, biologi maupun mentalnya. Hal ini tidak dapat terlepas dari masalah ekonomi, sosial dan budaya sehingga diperlukan peran serta keluarga dan peran sosial dalam menanganannya (Nugroho, 2008). Setiap permasalahan kehidupan yang menimpa pada diri seseorang (stresor psikososial) dapat mengakibatkan gangguan fungsi atau faal organ tubuh, reaksi yang dialami oleh tubuh ini dikatakan stres (Yosep, 2007 dalam Putri, 2012). Stres yang terjadi pada lansia berhubungan dengan kematian pasangan, status sosial ekonomi rendah, penyakit fisik yang menyertai, isolasi sosial dan spiritual. Perubahan kedudukan, pensiun, serta menurunnya kondisi

fisik dan mental juga dapat mengakibatkan stres pada lansia (Nugroho, 2000 dalam Putri, 2012).

Hasil dari uji statistik korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa hasil *P value* adalah 0,000 nilai ini lebih kecil dari nilai *level of significant* yang ditetapkan dalam penelitian yaitu ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_1$  diterima yang artinya ada hubungan antara spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember, dengan nilai koefisien korelasi -0.858 yaitu hubungan antara spiritualitas dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember bersifat negatif dan memiliki kekuatan hubungan kuat.

Menurut Dahlan, (2011), disebutkan bahwa korelasi negatif adalah korelasi antara dua variabel atau lebih yang berjalan dengan arah yang berlawanan, bertentangan maupun sebaliknya. Korelasi negatif terjadi jika antara dua variabel atau lebih berjalan berlawanan yang berarti jika variabel X mengalami kenaikan maka variabel Y mengalami penurunan

ataupun sebaliknya. Jika variable X mengalami penurunan maka variable Y mengalami kenaikan.

Secara garis besar seiring dengan perkembangan diri manusia semakin bertambah usia maka akan berusaha untuk meningkatkan spiritualitas secara individu. Maka ketika individu dekat dengan Tuhan dan mulai menerima perubahan yang terjadi pada usia lanjut maka stresor yang muncul akibat perubahan tersebut akan menurun. Spiritualitas menjadi hal yang mendasar dalam menghadapi kehidupan ini.

Menurut peneliti spiritualitas dalam diri seseorang memiliki kekuatan tersendiri pada kehidupan seseorang. Keyakinan atas hikmah dari pengalaman hidup atau kehidupan yang sedang dijalani yang sedih ataupun senang. Dimana spiritualitas dapat menghindarkan diri dari rasa stres, depresi, dan perasaan tidak bahagia. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2018) yang berjudul “Hubungan Spiritualitas Dengan Depresi Lansia Di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluh Sicincin” menggunakan metode

*deskriptif analitik* dengan desain penelitian *cross sectional study*, Populasi dalam penelitian ini berjumlah 110 orang dengan jumlah sampel 52 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebanyak 63,5% responden dengan depresi ringan, sebanyak 55,8% responden dengan spiritualitas yang tidak baik, hasil uji statistik didapatkan nilai pvalue sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ), berarti ada hubungan yang bermakna antara spiritualitas dengan depresi pada lansia.

Oleh karena itu diharapkan bagi lansia dapat meningkatkan spiritualitas yang lebih baik lagi, karena spiritualitas memegang peranan penting untuk mencapai keseimbangan individu dalam upaya mempertahankan kesehatan secara fisik maupun psikologis. Dan spiritualitas pada lansia merupakan sumber coping yang sangat baik untuk lansia dalam menghadapi stresor dan menghadapi perubahan-perubahan yang dialami oleh lansia.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Terdapat korelasi negatif yang signifikan antara spiritualitas

dengan stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember dengan hasil uji statistik *Pearson* didapatkan *P value* = 0,000 dimana  $P < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima dan koefisien korelasi -0,858.

### Saran

Pelayanan Sosial Tresna Werdha disarankan untuk meningkatkan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan spiritualitas lansia sehingga stres lansia tidak semakin meningkat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, L. M. (2011). *Perawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dahlan, S. *Statistik Untuk Kedokteran dan Keperawatan*. 2011. Jakarta: Salemba Medika.
- Dalami, E. (2010). *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: TIM.
- Dalami, E. (2010). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: TIM.
- Destarina, Agrina, & Dewi. (2014). *Gambaran Spiritualitas Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru*. JOM PSIK , 1, 2.
- Destarina, V. (2014). *Gambaran Spiritualitas Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru*. JOM PSIK , 1-8.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Edisi 1*. Yogyakarta: Deepublish.
- Handayani, R. (2018). *Hubungan Spriritualitas Dengan Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluh Sicincin*. Jurnal Endurance , 14-24.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Komari, M. N. (2008). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Stres pada Lansia di Panti Werdha Dharma Bakti Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maryam, R. S. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nasir, A. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriantrik*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2013). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P., & Perry, A. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Buku 2 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.



- Potter, P., & Perry, A. (2009). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Buku 1 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
- Purnama, R. (2017). *Penyelesaian Stress Melalui Coping Spiritual*. Al-AdYan , 70-83.
- Puspasari, S. (2009). *Hubungan Kemunduran Fungsi Fisiologis dengan Stres pada Lanjut Usia di Kelurahan Kaliwaru Semarang*. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Putri, R. D. (2012). *Perbedaan Tingkat Stres pada Lansia yang Bertempat Tinggal di Rumah dan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso*. Jember: Universitas Jember.
- Rofika, S. R. (2015). *Hubungan Aktivitas Religi Dengan Tingkat Stres Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso*. Jember: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Santoso, A., & Margaretha, P. (2013). *Stres Pada Lansia*. Jurnal Psikologi , 9.
- Sukadiyanto. (2010). *Stress dan Cara Mengurangnya*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sulandari, S. (2009). *Penyesuaian Diri Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Wredha*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Tamher, & Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wijaya, A., Asih, S. W., & Dewi, S. R. (2016). *Perbedaan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di UPT PSLU Jember dan Di RW 13 Dusun Krajan Desa Tanggul Wetan Wilayah Kerja Puskesmas Tanggul Kabupaten Jember*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember .