
HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN KECEMASAN PADA LANSIA

Endang Sawitri

Prodi DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

Intisari

Latar belakang : lansia masih banyak yang memiliki kepercayaan terhadap spiritualitas yang lebih ke arah spiritualitas budaya di Desa Paseban.

Tujuan : penelitian ini adalah untuk mencari hubungan antara spiritualitas dengan kecemasan pada lansia di Desa Paseban Kecamatan Bayat.

Desain : penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah lansia yang berusia 60-70 tahun sebanyak 1.031 lansia yang berada di Desa Paseban, Kecamatan Bayat. Jumlah sampel penelitian sebanyak 91 responden, yang terbagi dalam 4 posyandu dengan analisa *correlation pearson*.

Hasil : penelitian ini menggunakan *correlation pearson* 0,000 (p value < 0,005) yaitu spiritualitas tinggi dan tidak memiliki kecemasan. Karakteristik responden menggunakan *spearmen* pada tingkat pendidikan menunjukkan semakin tinggi tingkat pendidikan maka kecemasan semakin rendah dengan 0,006 (p value < 0,01). Status perkawinan menunjukkan lansia yang tidak memiliki pasangan lebih cemas dengan 0,001 (p value < 0,005). Jenis kelamin menunjukkan bahwa perempuan lebih cemas dengan 0,538 (p value > 0,005). Umur menunjukkan semakin meningkat umur maka kecemasan semakin tinggi dengan 0,632 (p value > 0,05).

Kesimpulan : Ada hubungan antara spiritualitas dengan kecemasan lansia di Desa Paseban Kecamatan Bayat

Kata kunci: kecemasan, lansia, spiritualitas.

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah perasaan khawatir yang tidak jelas dan sering dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya. Kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan atau memperingatkan seseorang akan adanya bahaya yang mengancam (Listiana, 2013). Kecemasan pada lansia disebabkan oleh berbagai sumber, seperti ancaman terhadap integritasi fisik yang mengakibatkan ketidakmampuan fisiologis seseorang untuk melakukan aktifitas sehari-hari dan ancaman terhadap *self esteem* yang dapat merusak identitas diri dan integritas fungsi sosial (Rizka, L. M, 2016). Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan beberapa dampak, yaitu cenderung memiliki penilaian negatif tentang makna hidup, perubahan emosional dan gangguan psikosa. (Patimah, Suryani & nuraeni, 2015). Kecemasan akan berakibat pada gangguan pendengaran, kesulitan mengingat dan sosial emosional (Annisa, F. D., Ibrahim, Y & Ifdil, 2017).

Meningkatnya jumlah lansia akan mengakibatkan kecemasan pada lansia juga semakin meningkat. Prevalensi kecemasan pada dewasa dan lansia di dunia pada sektor komunitas berkisar antara 15 sampai dengan 52,3%. Kecemasan bisa dialami oleh seluruh kalangan usia, namun pada realitanya lansia lebih

sering mengalami kecemasan. Kecemasan dipicu oleh penurunan fungsi baik secara biologis maupun psikologis. Prevelensi kecemasan di indonesia pada lansia meningkat mulai dari 3,2 % menjadi 14,2% dan semakin meningkat 3,5% pertahun (Wolitzky, Taylor, 2010; Bryant, 2011). Kecemasan yang meningkat sudah seharusnya menjadi perhatian khusus bagi semua orang. Kecemasan akan mengakibatkan masalah kesehatan seperti asma, artritis, sakit kepala, tukak lambung, dan penyakit jantung yang disebabkan oleh ketegangan yang tidak pernah usai dan kecurigaan yang tidak putus-putus (Wati, S. N. 2016).

Kecemasan dapat diekspresikan melalui respon fisiologis, yaitu tubuh memberi respon dengan mengaktifkan sistem saraf otonom (simpatis maupun parasimpatis). Sistem saraf simpatis akan mengaktifasi respon tubuh, sedangkan sistem saraf parasimpatis akan meminimalkan respon tubuh. Respon tubuh terhadap kecemasan adalah reaksi fisik tubuh terhadap ancaman dari luar, bila korteks otak menerima rangsang akan dikirim melalui saraf simpatis ke kelenjar adrenal yang akan melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) yang merangsang jantung dan pembuluh darah sehingga efeknya adalah nafas menjadi lebih dalam, nadi meningkat dan tekanan darah meningkat atau hipertensi (Singh, T., Mn Miwong,

A., Magh S., dan Lalhriatpoia, 2015). Kecemasan seharusnya tidak perlu menjadi masalah bagi lansia, karena dengan bertambahnya usia, lansia lebih mampu untuk meminimalkan kecemasan dengan cara meningkatkan spiritualitas. Namun pada kenyataannya lansia masih banyak yang mengalami kecemasan karena spiritualitas yang masih rendah.

Berdasarkan fenomena tersebut penelitian ini membahas hubungan spiritualitas dengan kecemasan lansia. Tujuan khusus menganalisa hubungan spiritualitas usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status perkawinan dengan kecemasan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk yang berusia 60-70 tahun sebanyak 1.031 yang tinggal di Desa Paseban Kecamatan Bayat. penelitian ini menggunakan tingkat kepercayaan 0,05 diperoleh besar sampel 91 lansia. Tehnik sampling menggunakan *consecutive sampling* yang digunakan di Posyandu Pandanaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa Univariat

Karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari usia pada tabel 1. sedangkan jenis kelamin,

tingkat pendidikan dan status perkawinan pada tabel 2. Karakteristik menggambarkan karakteristik demografi responden yang mengalami kecemasan. Selengkapnya tersaji pada tabel 3. Data menunjukkan tingkat pendidikan dan status perkawinan berhubungan dengan kecemasan menggunakan analisa *spearman* tingkat pendidikan *p value* 0,006 (*p value*<0,05) yaitu semakin tinggi pendidikan maka semakin rendah kecemasan. Status perkawinan *p value* 0,01 (*p value*<0,05) yang artinya lansia yang ditinggal pasangan lebih cemas.

Hasil di atas sejalan dengan penelitian Moreno, J. J., Bischoff, M., Bermudo, M. D., Estrada, B. (2014) menggambarkan bahwa individu dengan pendidikan tingkat rendah hanya 14,5% yang mempunyai tingkat pengetahuan yang rendah pula terhadap kecemasan, dibandingkan dengan individu yang mempunyai tingkat pendidikan lebih tinggi sebanyak 50,5% mempunyai pengetahuan yang lebih baik mengenai kecemasan. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pasien dengan resiko terkena kecemasan berdasarkan tingkat pendidikan sangatlah berpengaruh terhadap pengetahuannya semakin tinggi pendidikan semakin baik untuk pengetahuannya terkait dengan penyakit kecemasan dan berbanding terbalik terhadap pasien dengan

tingkat pendidikan rendah akan mempunyai pengetahuan yang rendah pula mengenai kecemasan sehingga mempengaruhi seseorang beresiko terkena kecemasan.

Faktor – faktor yang menyebabkan depresi tingkat ringan dan cemas pada lansia yang tinggal di panti sosial adalah dikarenakan beberapa faktor yang kemudian menimbulkan beberapa gejala depresi, faktor-faktor tersebut antara lain berkurangnya interaksi sosial, kesepian, masalah sosial ekonomi dan masalah kepribadian, sedangkan gejala yang timbul adalah seperti adanya gejala secara fisik seperti sedikit kehilangan selera makan, kurangnya tidur, kecemasan, kurangnya aktivitas atau aktivitas yang menurun dan gejala secara psikis seperti hilangnya rasa percaya diri dan sensitif. (Basuki, W. 2015). Penelitian internasional memiliki prevelensi yang berbeda tentang kesepian. Walaupun lansia yang dilaporkan semakin kecil, tapi memiliki kemungkinan bahwa prevelensi lansia yang mengalami kesepian tidak akan turun setelah usia mencapai 60 tahun (Treacy, 2014).

b. Analisa Bivariat

Tabel 4. Menunjukkan ada hubungan spiritualitas dengan kecemasan lansia. Hasil analisis *p* value 0,000 dan pearson correlation -,875 yang berarti ada hubungan antara spiritualitas dengan

kecemasan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Haris Schoneman, S.W., Stephanie, R (2010) yang memaparkan bahwa spiritualitas berhubungan dengan manajemen kecemasan. Spiritualitas dalam berbagai agama terbukti dapat menurunkan kecemasan seseorang. Penelitian Rahmawati dan Rahmawati, R dan Muhimmi A (2016) memaparkan hasil yang sama dengan judul spiritual care membaca doa dan zikir terhadap kecemasan pasien pre operasi seksio sesario. Hasil analisa uji statistik didapatkan hasil *p*value 0,000<0,05 yang berarti ada pengaruh spiritual care membaca doa dan zikir terhadap kecemasan. Spiritualitas sangat mempengaruhi tingkat kecemasan, apabila spiritualitas baik sesuai dengan nilai agama dan adat istiadat maka tingkat kecemasan akan rendah. Penelitian ini di dukung pendapat Affendi, (2008) yang menyatakan spiritualitas memiliki pengaruh terhadap kecemasan. Semakin baik spiritualitas maka semakin rendah tingkat kecemasan (Nasution, L. H. & Rola, F., 2011).

Spiritualitas yang terpenting adalah membangun kebaikan antara manusia dengan manusia dan manusia dengan Tuhan. Spiritualitas sangat penting kerana mempengaruhi tingkat kecemasan yang di hadapi sewaktu-waktu bagi lansia yang merupakan tahap akhir siklus hidup manusia. Penyebab kecemasan pada lansia adalah kurangnya lansia

memdekatkan diri kepada Tuhan dan membatasi pergaulan dengan individu lain dan lebih mementingkan mencari nafkah untuk menghidupi keluarga. Penelitian tentang tingkat kecemasan dengan cara meningkatkan spiritualitas bermanfaat bagi keluarga dan lansia dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan dan bergaul dengan individu lain (Nasution, L. H. & Rola, F., 2011).

Penelitian yang sama di sampaikan oleh Setiawan, F. M., (2013) dengan koefisien nilai π hitung memiliki arah positif yang berarti bahwa semakin baik spiritualitas lansia maka tingkat kecemasan lansia akan semakin rendah. Spiritualitas akan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan, spiritualitas yang baik akan menjadikan tingkat kecemasan semakin rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Trisnawati (2011) tentang aktivitas spiritualitas dan kecemasan dengan jumlah responden 100 orang dan mengatakan ada hubungan aktivitas spiritualitas dengan tingkat kecemasan. Penelitian Dubey, A., Gupta & Sharma, N (2011) tentang hubungan spiritualitas dan psikologi pasien cemas, menyatakan pada pasien cemas, depresi, putus asa dan niat bunuh diri berbanding terbalik dengan tingkat spiritualitas. Lansia yang memiliki tingkat kecemasan berat akan berdampak pada rasa belum siap, cemas atau depresi untuk

menghadapi masalah yang sewaktu-waktu akan datang (Setiawan, F. M., 2013).

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik lansia berdasarkan usia di Desa Paseban Kecamatan Bayat Klaten Tahun 2018 (n=91)

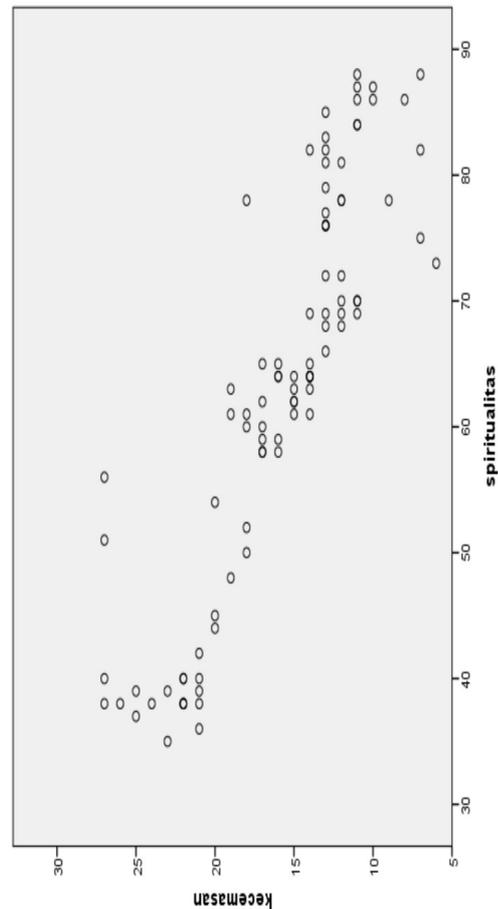
	n	Mini mal	Maxi mal	Me an	SD
Usia	91	60	70	63,60	3,025

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik lansia berdasarkan jenis kelamin, spiritualitas dan kecemasan di Desa Paseban Kecamatan Bayat Klaten Tahun 2018 (n=91)

Variabel	F	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	5	5,5
Perempuan	86	94,5
Tingkat pendidikan		
Tidak sekolah	16	17,6
SD	52	57,1
SMP	16	17,6
SMA/SMK	7	7,7
Status perkawinan		
Masih memiliki pasangan	54	59,3
Janda/duda	37	40,7
Spiritualitas		
Rendah	17	18,7
Sedang	35	38,5
Tinggi	39	42,8
Kecemasan		
Tidak cemas	36	39,6
Ringan	35	38,5
sedang	20	21,9

Tabel 3. Analisa *spearman* hubungan spiritualitas dengan kecemasan pada lansia di Desa Paseban Kecamatan Bayat Klaten Tahun 2018 (n=91)

	Kecemasan		
	F	Sig. (2-tailed)	Correlation coefficient
Spiritualitas	1		
Rendah	7		
Sedang	3	0,000	-,904
Tinggi	3		
Tingkat pendidikan	9		
Tidak sekolah	1		
SD	6		
SMP	5	0,006	-,286
SMA/SMK	2		
Status perkawinan	7		
Masih memiliki pasangan	5		
Janda/duda	4	0,011	0,269
Jenis kelamin	3		
Laki-laki	7		
perempuan	5	0,538	0,065
Umur	8		
Rata-rata 63 tahun	6	0,632	-,051
	0-70		



SIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan mendasari penarikan kesimpulan penelitian di Desa Paseban Kecamatan Bayat Klaten dapat di simpulkan:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia 60-70 tahun rata-rata 63 tahun. Sedangkan jenis kelamin perempuan sebesar 86 lansia (94,5%) dan jenis kelamin laki-laki 5 lansia (5,5%). tingkat pendidikan terbanyak adalah SD yaitu, 52 (57,10%).
- 70 **MOTORIK**, VOL. 13 NOMOR 27, SEPTEMBER 2018
- memiliki pasangan yaitu 54 (59,3%).
 2. Tingkat piritualitas lansia di Desa Paseban yaitu spiritualitas tinggi yaitu 39 lansia (42,8%), sedang 35 lansia (38,5%) dan rendah 17 lansia (18,7%).
 3. Tingkat kecemasan lansia di Desa Paseban adalah tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 36 lansia (39,6%), ringan 35 lansia (38,5) dan sedang 20 lansia (21,9).
 4. Terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan kecemasan pada lansia di Desa Paseban Kecamatan Bayat. Meningkatnya spiritualitas lansia diikuti dengan menurunnya kecemasan lansia dan tingginya kecemasan ditandai dengan rendahnya tingkat spiritualitas lansia.

REFERENSI

- Amawidyati, S. A. G., & Utami, M. S. (2015). Religiusitas dan Psikological *Well-Being* Pada Korban Gempa. *Universitas Gajah Mada*. ISSN; 0215-8884.
- Annisa, F. D., Ibrahim, Y & Ifdil. (2017). Kondisi Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluh (PSTW) Sicilan. *Universitas Negri Padang*. ISSN; 2356-2102.
- Asy'arie, Musa, 2012. Tuhan empirik dan kesehatan spiritual. *Yogyakarta: C-NET. UIN Sunan Kalijaga*.
- Basuki, W. (2015) Faktor – Faktor Penyebab Kesepian Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda. *ejournal.psiologi.fisip-unmul.org 4 (1), 2015 : 713-730 ISSN 0000-0000*,
- Cashwell, S. C. & Young, S. J. (2011) Integrating Spiritualiti And Religion Into Counseling. *American Counseling association*. ISBN. 978-1-55620-310-7
- Dona, Yulidar, Ifdil. (2017). Kondisi kecemasan lansia di panti sosial tresna werdha sabai nan aluih (PTSW) sicilin: *Universitas Negri Padang*. ISSN : 2356-2102 eISSN : 2356-2099.
- Gudnanto, Cindy, A. P., Fitri W. & Arista, K. (2017). Aksiologi Spiritualitas Dalam Konseling. *Unuversitas Maria Kudus*. ISSN. 2460-1178.

- Hamid, A. Y. S. 2009. Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
- Haris, Schoneman, S.W & Stephanie, R. (2010). Approaches to Religiosity Related to A College Student. *Health Religion and Culture* ISSN: 2222-1735
- Hawari, D. 2012. Manajemen Stres, Cemas, Dan Depresi. Ed 1. Cetakan 4. FKUI, Jakarta.
- Ivtzan, I., Charistine P.L., Chan, Hannah E., Gardner, & Kiran P. (2011). Linking Religion and Spirituality With Psychological Well-being: Examining Selfactualization, Meaning In life, And Personal Growth Initiative. *Journal Of Religion And Health*. Vol. 48. No. 1. Doi.10.1007/s10943-011-9540-2.
- Lanuna. N. A., Sahala, P., Joyee, V. L. & Ika, K. (2012). Kecemasan Pada Penderita Penyakit Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di RS Universitas Kristen Indonesia. *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Media Medika Indonesiana*.
- Listiana. (2013). Hubungan Antara Berpikir Positif Terhadap Kecemasan Lansia Di Pantl Tresna Werda Kabupaten Gowu." *Volume 2 Nomor 2 Tahun 2013. Makasar; STIKES Nani Hasanudin Makasar. Jurnal ISSN 2302-172*.
- Maryani, E. D., Hartati, E. (2013) Intervensi Terapi Audio Endang Sawitri * Hubungan Spiritualitas ... 71
- Anak Autis. *The Journal Of Soedirman Nursing. Doi: 10.20884/1.jks.2013.8.2.470*.
- Moreno, J. J., Bischoff, M., Bermudo, M. D., Estrada, B. (2014). Thu Concerned Transmembrane Proteoglycan Perdido/Contiki Is Essential For Myofibrillogenesis And Sarcomerik Structure In Drospophila. *J. Cell Sci. 174(14): 3162-3173. Doi.1042/jcs.150425*
- Nasution, L. H & Rola, F (2011) Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Akademic Self Management Pada Siswa Sma Kelas X Unggulan. Medan: Fakultas Psikologi. *Universitas Sumatera Utara*ISSN:2231-5780
- Patimah. I., Suryani, & Nuraeni. A. (2015). Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa. *ISSN: 2338-5324, eISSN:2442-7276*.
- Rahmawati dan Rahmawati, R dan Muhimmi A (2016) Spiritual

-
- Care Membaca Doa Dan Dzikir Terhadap Kecemasan Pre Operasi Seksio Sesaria. *Unigres: ISSN: 2541-2957*
- 72 **MOTORIK**, VOL. 13 NOMOR 27, SEPTEMBER 2018
- Dalam Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Panti Werdha Samarinda. *ISSN 2477-2674*
- Setiawan, F. M (2013) Hubungan Spiritualitas Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Umur Di Atas 60 Tahun Di Dusun Tanggulangin, Pandean, Ngablak, Magelang, Jawa Tengah. *STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta*.
<http://www.google.book.com>
- Singh, T., Mn Miwong, A., Magh S., dan Lalhriatpoia. (2015). Association Of Anxiety Disorder With Hipertension And Coronary Heart Disease. *Journal Of Dental and Medical Science*. Doi: 10.9790/0853-1602023033
- Supriani, A., Siswantoro, E., & Mardiana, R. H. (2017). Pengaruh Bimbingan relaksasi spiritualitas terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di ruang sunan drajat RSI sakinah kabupaten mojokerto. *STIKES dian husada mojokerto*. ISSN. 2088-9909
- Tokala, B. F., Kandou, L. F. J., & Dundu, A. E. (2015). Hubungan Antara Lamanya Menjalani Hemodialisi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dengan Penyakit Ginjal Kronik Di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Universitas Sam Ratulangi Manado. Jurnal e-Clinik Volume 3, Nomor 1*.
- Treacy, (2014) National Concil On Ageing And Older People Loneliness And Social Isolation Among Older Irish People.
http://www.ncaop.ie/publications/research/reports/84_Lon_e_Soc_Iso.pdf
- Ulfah, R. (2016). Pengembangan Kecerdasan Spiritual Santri. *STAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia. Jurnal Penelitian*. Vol.10. No.1.
- Vieten, C., Scammel, S., Pilato, R., Ammondson, I., Pargament, K. I., and Lukoff, D. (2013). Spiritual and Religius Competencies For Phychologis. *American Phycological Associational*. Doi: 10.1037/a0032699.
- Wati, S. N. 2016. Rasa Cemas Dan Khawatir Dapat Membuat Tubuh Jatuh Sakit. FKM Undip. Hallo Sehat Medical Review.
- Wolitzky & Taylor. (2010). Anxiety Disorders In Older Adults : A Comprehensive Review. Depression And Anxiety. Doi : 10.1002/da.20653

