

**HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN TINGKAT  
STRES PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA BUDHI  
DHARMA YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
STIKes MADANI Yogyakarta**



**BAIQ ITA WARDANI  
M10.01.0030**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MADANI  
YOGYAKARTA**

**2014**

# HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN TINGKAT STRES PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA

Baiq Ita Wardani<sup>1</sup>, Bondan Palestin<sup>2</sup>, Rahmah Widyaningrum<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Stress is inherent in life. Each person must have experienced stress in some form, mild or severe, and in the short or long term. Based on data from the highest number of elderly in the Yogyakarta area. Increasing number of elderly is an impact on various aspects of life, especially for elderly themselves. Stress is often occurs in elderly. Many factors can lead to stress including marriage, interpersonal relationships, jobs, the environment, development, physical deterioration, loss of one loved, and loss of social role. Spiritual can reduce Stress. Spiritual seek to maintain or striving to answer or get the power when it is facing a depression, stress, and illness.

**Objectives:** To determine the relationship between the intelligence of spiritual with the level of stress on the elderly.

**Methods:** This study is an observational study Cross sectional approach. Subjects in this study were elderly people the age 60 years or more, which amounts to 30 people. Sampling techniques using *purposive sampling* technique. Instrument in this study using a questionnaire. The independent variable in this research was intelligence of spiritual and the dependent variable the level of stress. Data were processed and analyzed with analysis of *Spearman Rho* correlation test.

**Results:** Based on the results obtained from 30 older adults are the majority of respondents with intelligence of spirituality as many as 29 people (96,7%) and level of stress in the elderly in mind the majority of respondents with mild levels of stress were 22 people (73,4%). Result by the p value was 0.007 (p value < 0.05) as indicated there was correlation between intelligence of spiritual with level of stress in the elderly.

**Conclusion:** There was significant relationship between intelligence of spiritual with level of stress on the elderly in Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

---

**Keywords:** Intelligence Spiritual, Stress, Elderly

1. Student of STIKes Madani Yogyakarta
2. Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Lecturer of STIKes Madani Yogyakarta

# HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN TINGKAT STRES PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA

Baiq Ita Wardani<sup>1</sup>, Bondan Palestin<sup>2</sup>, Rahmah Widyaningrum<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang:** Stres merupakan hal yang melekat pada kehidupan. Setiap orang pasti pernah mengalami stres dalam bentuk tertentu, ringan atau berat, dan dalam jangka panjang atau pendek. Berdasarkan data jumlah lansia tertinggi berada di daerah Yogyakarta. Peningkatan jumlah lansia ini membawa dampak terhadap berbagai aspek kehidupan, khususnya bagi lansia itu sendiri. Stres sering terjadi pada lansia. Banyak faktor yang dapat menyebabkan stres termasuk Perkawinan, hubungan interpersonal, pekerjaan, lingkungan hidup, perkembangan, kerusakan fisik, kehilangan orang yang dicintai, dan kehilangan peran social. Spiritual dapat mengurangi stres. Spiritual berusaha untuk menjaga dan berjuang untuk menjawab atau mendapatkan kekuatan ketika menghadapi depresi, stres, dan penyakit.

**Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada lansia.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan Cross sectional. Subjek dalam penelitian ini adalah lansia yang berumur 60 tahun atau lebih yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecerdasan spiritual dan variabel dependen adalah tingkat stres. Data diolah dan dianalisis dengan analisis uji korelasi *Spearman Rho* dengan tingkat signifikansi 0,007.

**Hasil Penelitian :** Berdasarkan hasil penelitian dari 30 lansia didapatkan mayoritas adalah responden dengan kecerdasan spiritual sedang sebanyak 29 orang (96,7%) dan tingkat stres pada lansia diketahui mayoritas responden dengan tingkat stres rendah sebanyak 22 orang (73,4%). Nilai p value adalah 0,007 (p value < 0,05) menunjukkan ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada lansia.

**Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

---

**Kata Kunci :** Kecerdasan Spiritual, Stres, Lansia.

1. Mahasiswa STIKes Madani Yogyakarta
2. Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Dosen STIKes Madani Yogyakarta

## **A. LATAR BELAKANG**

Penuaan merupakan perubahan biologik, psikologik dan sosial yang terjadi seiring dengan berjalannya waktu dan bertambahnya usia. Peningkatan usia harapan hidup mempengaruhi populasi lansia. Umur harapan hidup (UHH) pada perempuan 66,7 tahun dan pada laki-laki 62,9 tahun (Depkes, 2010), sedangkan untuk umur harapan hidup (UHH) untuk tahun 2007 tidak berdasarkan jenis kelamin yaitu 70,5 tahun (Depkes, 2009).

Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa populasi penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2008 sebesar 8,55% dari keseluruhan jumlah penduduk. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2010 sebesar 454,200 jiwa atau 13,2% dari total populasi penduduk. Pada tahun 2011 terjadi peningkatan jumlah penduduk lansia, yaitu menjadi 459,200 jiwa atau 13,3% dari total populasi penduduk. Sedangkan tahun 2020 diperkirakan akan terjadi peningkatan, yaitu jumlah penduduk lansia menjadi 578,000 jiwa atau 15,6% (Dipkes Jakarta, 2005).

Berdasarkan data jumlah penduduk lansia di Yogyakarta juga mengalami peningkatan. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2010 sebesar 454.200 jiwa atau 13,2% dari total populasi penduduk. Pada tahun 2011 terjadi peningkatan jumlah penduduk lansia, yaitu menjadi 459.200 jiwa atau 13,3 % dari total populasi penduduk. Sedangkan tahun 2020 diperkirakan akan terjadi peningkatan juga, yaitu jumlah penduduk lansia menjadi 578.000 jiwa atau 15,6% (BPS, 2011)

## **B. TUJUAN**

Mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada lanjut usia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

## **C. METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian menggunakan metode korelasi analitik dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*. Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Aziz, 2011). Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel yang didapat 30 responden.

Analisis data dengan menggunakan *Spearman Rank*. yaitu untuk mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat stress.

## D. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

#### a. Karakteristik responden

Tabel 2. Karakteristik responden lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta (n=30)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	40,0
Perempuan	18	60,0
Usia		
60 – 70 Tahun	15	50,0
71 – 80 Tahun	13	43,4
81 – 85 Tahun	2	6,6
Pendidikan Terakhir		
Tidak Lulus SD	15	50,0
SD	6	20,0
SMP	4	13,3
SGB	1	3,3
SKP	1	3,3
STM	1	3,3
SMA	2	6,6
Status Perkawinan		
Tidak Kawin	9	30,0
Duda	9	30,0
Janda	12	40,0
Lama tinggal		
13 – 20 Tahun	2	6,6
7 – 12 Tahun	7	23,3
1– 6 Tahun	14	46,6
± 1 Tahun	7	23,3
Agama		
Islam	21	70,0
Kristen	9	30,0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan pada tabel jenis kelamin mayoritas jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 18 orang (60,0%), berdasarkan usia mayoritas responden berada pada rentang usia 60-70 tahun sebanyak 15 orang (50,0%), dari segi pendidikan mayoritas berpendidikan tidak lulus SD berjumlah 15 orang (50,0%),

berdasarkan status perkawinan mayoritas berstatus janda berjumlah 12 orang (40,0%), pada tabel lama tinggal mayoritas responden yang sudah tinggal selama 1 – 6 tahun sebanyak 14 responden (46,6%), pada tabel agama menunjukkan mayoritas responden beragama Islam sebanyak 21 responden (70,0%).

**b. Hasil kecerdasan spiritual responden**

Tabel 2.1. Distribusi frekuensi kecerdasan spiritual lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	1	3,3
Sedang	29	96,7
Rendah	-	-
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2.1 menunjukkan bahwa responden yang mempunyai kecerdasan spiritual pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta yang memiliki rata-rata tingkat kecerdasan spiritual tingkat yang sedang 29 responden (96,7%) dan tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi sebanyak 1 responden (3,3 %).

**c. Hasil tingkat stres responden**

Tabel 2.2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	-	-
Sedang	8	26,6
Rendah	22	73,4
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2.2 menunjukkan bahwa responden yang mempunyai tingkat stres pada lansia di panti wredha budhi dharma Yogyakarta rata-rata memiliki tingkat stress yang rendah 22 responden (73,4%), dan yang sedang 8 responden (26,6%).

**d. Hasil hubungan kecerdasan spiritual dan tingkat stres lanjut usia di panti wredha budhi dharma Yogyakarta**

Tabel 2.3. Hubungan Kecerdasan Spiritual dan Tingkat Stres Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta

Kecerdasan Spiritual	Tingkat Stres			R	P
	Tinggi	Sedang	Rendah		
Tinggi	0	0	1	0,480	0,007
Sedang	0	8	21		
Rendah	0	0	0		
Total	0	8	22		

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,007, sehingga  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres, dan dengan melihat nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,480 menunjukkan hubungan kearah positif dengan kekuatan hubungan yang sedang (Dahlan, 2013).

## 2. Pembahasan

### a. Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian yang didapatkan pada Tabel 2.2 berdasarkan tabel jenis kelamin mayoritas jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 18 orang (60,0%), berdasarkan tabel usia mayoritas responden berada pada rentang usia 60-70 tahun sebanyak 15 orang (50,0%), pada tabel pendidikan mayoritas berpendidikan tidak lulus SD berjumlah 15 orang (50,0%), pada tabel status perkawinan terbanyak berstatus janda berjumlah 12 orang (40,0%), pada tabel lama tinggal mayoritas responden yang sudah tinggal selama 1 – 6 tahun sebanyak 14 responden (46,6%), pada tabel agama menunjukkan bahwa responden mayoritas beragama Islam sebanyak 21 responden (70,0%).

### b. Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta

Hasil analisis statistika dengan menggunakan uji *Spearman rho* antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variabel kecerdasan spiritual dengan variabel tingkat stres, hal ini berarti bahwa  $H_0$  ditolak. Berdasarkan pada analisis korelasi didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,480. Hal ini berarti kekuatan termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki spiritualitas sedang. Hal ini dikarenakan dari

pihak panti memberikan banyak kegiatan pembinaan mental maupun fisik yang pada akhirnya dapat mempengaruhi dan meningkatkan spiritualitas lansia. Sedangkan untuk tingkat stres menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki stres rendah. Hal ini sesuai menurut Zohar dan Marshall (2003) bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin tinggi pula mekanisme koping pada lansia. Sehingga dengan adanya peningkatan kecerdasan spiritual, para lansia akan memiliki kemampuan dalam menghadapi suatu masalah dengan lingkungannya, hubungan interpersonal dan stres yang diakibatkan oleh kesehatan fisik. Seseorang yang kecerdasan spiritualnya telah berkembang dengan baik maka orang tersebut dapat mengenali dirinya sendiri sehingga mampu mengembangkan pemahaman motivasi yang terdapat dalam diri orang tersebut.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta memiliki tingkat stres yang rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan responden mengalami stres rendah dan stres sedang dengan skor stres yang berbeda-beda untuk setiap responden. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Yosep (2011) lansia cenderung akan mengalami stres, dimana stres yang dihadapi oleh lansia dapat berasal dari berbagai situasi. Lansia berada dalam tahap kehidupan dimana mereka mungkin kehilangan pasangan dan merasa kesepian dan sendirian. Mereka mungkin sudah pensiun dan karena itu akan dipaksa untuk membuat perubahan dalam kondisi hidup mereka serta manajemen keuangan. Stres lebih lanjut ditambah oleh fakta bahwa kemampuan lansia untuk menghadapi situasi stres melemah dari waktu ke waktu. Terlepas dari semua masalah yang dihadapi selama usia tua, beberapa sistem tubuh lansia yang bereaksi dan membantu dalam manajemen stress tidak lagi efisien.

Selain itu menurut Santrock (2005) factor yang mempengaruhi seberapa baik seseorang mengatasi perasaan atau memahami bahwa



mereka akan menghadapi suatu permasalahan adalah kepercayaan religius dan kemampuannya dalam mengatasi masalah, yang mana hal itu merupakan salah satu indikator seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual. Menurut Nelson dalam Videbeck (2001) menemukan bahwa orientasi keagamaan bermanfaat sebagai mekanisme koping dan sumber dukungan sosial untuk lansia yang mengalami stres ataupun depresi.

Menurut Hamid, 2008 spiritualitas seseorang dapat dipengaruhi oleh pengalaman hidupnya artinya pengalaman hidup baik yang positif maupun negatif dapat mempengaruhi spiritual seseorang dan sebaliknya juga dipengaruhi oleh bagaimana seseorang mengartikan secara spiritual pengalaman tersebut. Hal ini seperti yang disebutkan oleh Zohar dan Marshal (2003) bahwa faktor yang mempengaruhi kecerdasan spiritual seseorang adalah faktor sel otak, god spot dan seluruh pengalaman dari aspek kehidupan seseorang.

Menurut Rahmah (2010), apabila seseorang semakin tumbuh dan semakin dewasa maka pengalaman dan pengetahuan spiritual tersebut semakin berkembang karena spiritual berkaitan erat dengan kehidupan sehari-hari seorang individu. Hal ini sama halnya dengan perkembangan spiritual yang terjadi pada lansia. Spiritual seseorang yang berada pada rentan usia lansia mengalami spiritual yang semakin mendalam atau dapat dikatakan seorang lansia umumnya memiliki spiritualitas yang tinggi karena apabila seseorang telah memasuki usia yang lanjut, ia cenderung lebih ingin mendekatkan diri pada Yang Maha Kuasa dan juga bisa mulai menerima adanya perubahan dalam kehidupan dan aktivitas sehari-hari serta adanya takdir berupa kematian yang melanda diri sendiri, saudara atau sahabat dari lansia.

Hubungan spiritualitas dengan stres pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa spiritualitas akan berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami oleh lansia di mana jika spiritualitas meningkat maka tingkat stres yang dialami akan

semakin rendah. Hasil tersebut dibuktikan oleh uji statistik korelasi *Spearman Rho* yang menunjukkan adanya hubungan antara spiritualitas dengan tingkat stres dengan nilai signifikansi ( $p=0,007$ ). Selain itu nilai koefisien korelasi ( $r=-0,480$ ) menggambarkan tingkat hubungan yang sedang dengan makna semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki maka semakin rendah tingkat stres yang dialami.

#### **E. KESIMPULAN**

1. Sebagian besar lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta memiliki kecerdasan spiritual yang sedang sebesar 29 responden (96,7%).
2. Sebagian besar lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta mengalami stres rendah sebesar 22 responden (73,4%).
3. Ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta walaupun mempunyai kekuatan hubungan yang sedang sehingga dapat diartikan semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki lansia maka semakin rendah tingkat stres yang dialami.

#### **F. SARAN**

1. Bagi Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta diharapkan meningkatkan intensitas pembinaan mental seperti pengajian maupun fisik yang telah ada. Untuk itu kiranya pihak pengelola panti dapat memperbanyak bimbingan kegiatan keagamaan yang lain yang dapat menarik minat lansia seperti diberikan motivasi untuk memperbanyak ibadah berdoa, wirid, bertasbih, bacaan-bacaan doa, dzikir/ wirid, baca shalawat, tasbih dan sebagainya dengan tujuan dapat meningkatkan spiritualitas pada lansia karena dengan spiritualitas yang tinggi memberikan coping yang baik dalam memecahkan masalah sehingga dapat mencegah terjadinya stres pada lansia.
2. Bagi Institusi Pendidikan. Dalam pendidikan keperawatan khususnya keperawatan gerontik perlu diberikan penekanan materi tentang stres pada lansia serta faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stres pada lansia, sehingga perawat dapat memberikan edukasi dan promosi berupa

penyuluhan kepada para lansia untuk mencegah terjadinya perasaan stres pada lansia.

3. Bagi penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan mengenai analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian stres di panti dengan sampel yang lebih banyak atau dengan metode penelitian yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. 2011. *Kota Yogyakarta Dalam Angka 20 11*. Yogyakarta : Biro Pusat Statistik.
- Departemen Kesehatan R.I. 2005. *Rencana Sstrategi Departemen Kesehatan*. Jakarta: Depkes RI
- Depkes. 2009. *Data Penduduk Sasaran Program Pembangunan Kesehatan 2007-2011*. Departemen Kesehatan RI.
- Hamid, A.Y. 2008. *Asuhan keperawatan kesehatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Rahmah, 2010. *Pentingnya kebutuhan spiritual bagi lansia*. <<http://ml.scribd.com/doc/82561601/Esay-Spiritual>>. Diakses 17 Juli 2012.
- Santrock. 2005. *Audult Development and Aging. United States of America: Wm. C. Publishers*
- Videbeck. 2001. *Buku ajar keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Yosep, Iyus. 2011. *Keperawatan Jiwa Edisi 4*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Zohar dan Marshall, Ian. 2003. *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai kehidupan*. Bandung : Mizan.