

HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI MASA TUA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

THE CORRELATION BETWEEN SPIRITUALITY AND ANXIETY LEVEL OF ELDERLY IN ELDERLY TRESNA WERDHA SOCIAL INSTITUTE

Wittin Khairani¹, Widya Sepalanita², Nunuk Sri Purwanti¹

¹Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Poltekkes Kemenkes Banten

Korespondensi : widyasepalanita80@gmail.com

ABSTRACT

The forms of problems in old age are problems at work, as well as problems in loneliness, interest and isolation, as well as disinhibition (inability or unwillingness), moods that are always changing, and the role of faith. All these problems occur because of financial uncertainty, job uncertainty or not getting a job opportunity, uncertainty due to neglect of children, uncertainty due to environmental neglect, fear of deteriorating health, fear of death, lack of dhikr and pray to Allah SWT, loss of people and closest friends. This study aims to determine the relationship between spiritual status and anxiety level in facing old age in the elderly at Tresna Werdha Budi Luhur Social Institution. This type of research is an analytic descriptive study using a cross sectional design. The population in this study were all 69 elderly people at the Tresna Werdha Institution. The sampling technique by means of purposive sampling technique. The results of this study indicate that the 41 respondents, the majority of respondents (51.2%) have poor spirituality in dealing with old age. The description of anxiety in facing old age shows that the majority of respondents (68.3%) have severe anxiety. There is a relationship between spirituality and anxiety levels. It is suggested that in carrying out gerontic nursing practice so that it can equip the elderly in facing old age with something that creates peace of mind and soul. One of them is by increasing spirituality to eliminate anxiety in the elderly in facing old age. As an effort to carry out the responsibilities and duties as a health service provider to prevent, maintain, recover, treat and improve the health status of the community.

Keywords: *Spirituality, Anxiety, Elderly*

ABSTRAK

Bentuk permasalahan pada masa lanjut usia yaitu seputar masalah dalam pekerjaan, serta masalah dalam kesepian, minat dan isolasi, dan juga disinhibisi (ketidakmampuan

atau ketidakmauan), suasana hati yang selalu berubah, serta peranan iman. Semua masalah ini terjadi karena ketidakpastian keuangan, ketidakpastian pekerjaan atau tidak mendapat kesempatan kerja, ketidakpastian karena keacuhan anak-anak, ketidakpastian karena keacuhan lingkungan, ketakutan terhadap kesehatan yang memburuk, ketakutan terhadap kematian, kurangnya berzikir dan berdoa kepada Allah SWT, kehilangan orang-orang dan teman terdekat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status spiritualitas dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa tua pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur. Jenis Penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Panti Tresna Werdha sebanyak 69 lansia. Teknik pengambilan sampel dengan cara teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 41 responden terdapat sebagian besar responden (51,2%) memiliki spiritualitas kurang baik dalam menghadapi masa tua. Gambaran kecemasan dalam menghadapi masa tua menunjukkan bahwa sebagian besar responden (68,3%) memiliki kecemasan berat. Terdapat hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan. Disarankan dalam melaksanakan praktik keperawatan gerontik agar dapat membekali lansia dalam menghadapi masa tua dengan sesuatu yang menimbulkan ketenangan batin dan jiwa. Salah satunya dengan meningkatkan spiritualitas untuk menghilangkan kecemasan pada lansia dalam menghadapi masa tua. Sebagai upaya dalam mengemban tugas dan tanggung jawab sebagai pemberi pelayanan kesehatan untuk memelihara, mencegah, mengobati, pemulihan, dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Kata kunci : Spiritualitas, Kecemasan, Lansia

PENDAHULUAN

Proses menjadi tua adalah kejadian selama hidup yang tidak cuma diawali dari kejadian di waktu tertentu, namun diawali semenjak awal mula kehidupan. Menua adalah kejadian yang alami yang punya arti seseorang itu sudah melewati semua tahapan hidupnya, yaitu neonatus, *toddler*, *pra*

school, *school*, remaja, dewasa dan lansia. (Padila, 2013)

Menurut *World Health Organization* (WHO), batasan-batasan lanjut usia ada 4 yaitu usia pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) usia 75-90 tahun, dan usia

sangat tua (*very old*) usia > 90 tahun. (Padila, 2013)

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi kesehatan pada lanjut usia yaitu fisik dan Faktor fisik berupa mudah lelah disebabkan oleh perubahan pada tulang, kelainan metabolisme (diabetes melitus, hipertiroid), gangguan ginjal dengan uremia. Berat tubuh yang menyusut biasanya diakibatkan dari berkurangnya nafsu makan disebabkan berkurangnya gairah untuk hidup atau lesu, juga adanya gangguan pada pencernaan dapat menyebabkan daya serap makanan tersendat, serta faktor-faktor sosioekonomis (pensiun).

Faktor psikologis, yaitu: penurunan kondisi fisik, pergantian pada kedudukan sosial di lingkungan sekitar, karena menurunnya panca indera yaitu penglihatan, pendengaran dan lainnya sehingga timbul kendala kecacatan dan fungsional pada lanjut usia. Salah satunya tubuhnya jadi bungkuk, pendengaran menurun, penglihatan kabur dan lainnya akan menyebabkan keterasingan. Pergantian level tekanan mental atau depresi

merupakan salah satu dampak lanjut usia untuk menempuh sisa hidup atau masa pensiun dengan damai dan tenang. (Padila, 2013)

Terdapat suatu wujud kasus yang terdapat pada usia lansia adalah soal minat, kerja, kesepian serta isolasi dan disinhibisi (ketidakmampuan ataupun ketidakmauan), pergantian perasaan hati, juga soal keimanan. Terdapat bermacam-macam sebab timbulnya permasalahan pada manula yaitu ketidakpastian keuangan, ketidakpastian pekerjaan atau tidak mendapat kesempatan kerja, ketidakpastian karena keacuhan anak-anak, ketidakpastian karena keacuhan lingkungan, ketakutan terhadap kesehatan yang memburuk, ketakutan terhadap kematian, kurangnya berzikir atau berdoa kepada Allah SWT, serta rasa kehilangan dengan orang atau teman terdekatnya. (Supriyadi, 2015)

Spiritualitas mempunyai relasi yang erat dengan Yang Maha Pencipta dan Maha Kuasa, sesuai dengan agama yang dipercaya oleh para lansia. Spiritual juga menjadi pencapaian tertinggi dan kebutuhan dasar dari

seseorang pada kehidupannya dengan tidak melihat asal-usul atau sukunya. Yang menjadi kebutuhan dasar ini adalah kebutuhan cinta kasih, keselamatan, keamanan, fisiologis, dan aktualitas diri serta rasa dihargai di lingkungan sekitar. Aktualitas diri adalah suatu tahapan Spiritualitas seorang lansia, yang kaya dengan aktivitas, intuisi, sukacita, keceriaan, kasih sayang, toleransi, sukacita, kedamaian, kreativitas, mempunyai tujuan hidup yang pasti serta kerendahan hati. (Padila, 2013). Spiritualitas merupakan suatu dimensi kesejahteraan bagi lansia yang dapat mengurangi stress dan kecemasan dan dapat mempertahankan keberadaan diri dan tujuan kehidupan lansia (Lubis V, Novianti dan Peters, 2020)

Kecemasan atau rasa cemas adalah bagian yang terjadi pada seluruh manusia di salah satu waktu tertentu pada kehidupannya. Kecemasan adalah suatu kejadian yang normal terjadi di saat menghadapi situasi tertekan yang bersifat umum pada kehidupan seseorang. Kecemasan menjadi suatu respon seseorang dalam menghadapi

keadaan tertentu yang mengancam, serta menjadi suatu kejadian yang umum terjadi dalam suatu pengalaman baru, perubahan, perkembangan atau menemukan arti hidup dan identitas diri serta melakukan sesuatu yang belum pernah dilakukan. (Sutejo, 2017)

Proyeksi usia harapan hidup rata-rata penduduk dunia dan indonesia pada tahun 2000 sampai 2100 yaitu pada tahun 2000-2005 di dunia 67,1% dan di indonesia 68,1%, tahun 2010-2015 di dunia 70% dan di indonesia 70,7%, tahun 2015-2020 di dunia 71% dan di indonesia 71,7%, tahun 2020-2025 di dunia 71,9% dan di indonesia 72,7%, tahun 2045-2050 di dunia 75,9% dan di indonesia 72%, tahun 2095-2100 di dunia 81,8% dan di indonesia 84,5%. Terdapat ada nya perbandingan proyeksi usia harapan hidup penduduk dunia dan indonesia antara tahun 2000 sampai 2100. Terlihat jika UHH dari penduduk indonesia nampak lebih tinggi dari pada UHH penduduk rata-rata dunia (Situasi dan Analisis Lanjut Usia). (4)

Angka beban tanggungan usia yang tidak produktif di Jambi yaitu

51,18%. Jumlah lansia diperkirakan sekitar 9,11% dari jumlah seluruh penduduk dunia. Pada tahun 2010 di Indonesia memiliki jumlah populasi lanjut usia dengan usia 60 tahun ke atas sekitar 9,77% serta di tahun 2020 sekitar 11,34%. (Gabby AR., 2017)

Menurut hasil survey terdahulu yang dikerjakan pada Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur terdapat 69 jumlah Lansia yang di atas 60 tahun, dengan 32 Pria serta 37 wanita. Dan ketika interview pada 10 lanjut usia didapatkan 10 lansia yang rajin mengikuti kegiatan ibadah di mushola yang ada di panti. Adapun 5 dari 10 yang merasa khawatir dan takut memikirkan masa tua mereka (takut tidak berguna dan khawatir amal nya tidak cukup bila ajal mendatang). Dan ada yang mengatakan juga siap menghadapi masa tua mereka.

Mereka berharap agar bisa berperan pada kegiatan di masyarakat serta berkeinginan untuk bisa mempertahankan atas harta juga haknya, dan berkeinginan masih mempunyai wibawa. Ketika mereka meninggal nanti, berkeinginan

meninggal dengan terhormat juga masuk surga.

Masalah yang menyebabkan ketika ada yang berubah dari mental yaitu bentuk fisik yang berubah lebih spesifik adalah kesehatan umum, indera perasa, lingkungan, tingkat pendidikan, serta keturunan (hereditas). Memori atau kenangan bisa berupa ingatan yang berjangka panjang yang bisa beberapa jam sampai beberapa hari yang lalu beserta beberapa perubahan. Ingatan berjangka pendek atau seketika (0-10 menit), ingatan buruk (menuju ke arah demensia). (Nugroho, 2015)

METODE

Penelitian ini memakai metode desain *cross sectional* dan dikerjakan pada Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur di bulan Februari – Mei 2019. Jumlah sampel yang sesuai kriteria inklusi pada Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur, Ukuran inklusi merupakan ukuran sampel yang didapatkan peneliti berlandaskan tujuan dari penelitian, yaitu 41 orang berusia 60 tahun sampai dengan 90 tahun. Teknik dalam

mengambil sampel dikerjakan melalui metode teknik *purposive sampling*.

Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner. Angket atau kuesioner adalah metode teknik mendapatkan suatu data yang dikerjakan melalui metode mengajukan beberapa pernyataan atau pertanyaan secara tertulis terhadap responden untuk dijawab. (Sugiyono, 2017)

Metode Analisis data pada riset ini secara univariat dan bivariat. Dalam analisis univariat hanya mempertimbangkan satu variabel yang diteliti dengan terpisah tanpa memperhitungkan hubungan antar variabel lain. Sebaliknya metode analisis bivariat menggunakan cara analisis data yang dipakai dalam menganalisa hubungan antar dua atau lebih variabel pada satu waktu. Metode analisis bivariat dikerjakan memakai standar uji statistik *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data penelitian meliputi metode analisis univariat serta bivariat. Metode analisa univariat dapat

ditemukan alokasi setiap frekuensi serta metode analisis bivariat dapat ditemukan gambaran antar variabel independen (spiritualitas) dan variabel dependen (tingkat kecemasan).

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur (th)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
60-74	27	65,9
75-90	14	34,1
Jumlah	41	100

Menurut tabel 1 diatas bisa disimak jika sebagian lebih responden yaitu 27 (65,9) berumur antara 60 sampai 74 tahun serta sebagian lainnya berumur antara 75 sampai 90 tahun.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	25	61,0
SMP	10	24,2
SMA	6	14,6
PT	0	0
Jumlah	41	100

Menurut tabel.2 di atas bisa diperhatikan jika mayoritas responden yaitu sebanyak 25 (61,0) memiliki latar belakang pendidikan SD.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	18	43,9
Perempuan	23	56,1
Jumlah	41	100

Menurut tabel diatas bisa disimpulkan jika mayoritas responden yaitu sebanyak 23 (56,1) berjenis kelamin perempuan.

d. Gambaran Spiritualitas dalam Menghadapi Masa Tua pada Lansia

Berikut ini adalah hasil penelitian dari pengelompokkan spiritualitas responden menghadapi masa tua:

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan spiritualitas

Spiritualitas	Frekuensi	Persentase %
Kurang Baik	21	51,2
Baik	20	48,8
Jumlah	41	100

Penelitian ini menunjukkan jika dari 41 responden ada sebagian besar responden (51,2%) mempunyai spiritualitas kurang baik.

Tabel 5. Distribusi spiritualitas responden berdasarkan item pertanyaan

Pertanyaan	Distribusi			
	Belum Baik		Baik	
	f	%	f	%
Saya merasakan kehadiran Allah SWT	31	75,6	10	24,4
Saya mengalami kemudahan dalam melakukan kegiatan	36	87,8	5	12,2
Saya merasa cinta Allah SWT secara langsung	30	73,2	11	26,8
Saya berdoa/sembahyang untuk mendekatkan diri kepada Tuhan	36	87,8	5	12,2
Saya meminta bantuan Allah di kegiatan sehari-hari jika mengalami kesulitan	36	87,8	5	12,2
Saya selalu melaksanakan ibadah shalat 5 waktu setiap hari	36	87,8	5	12,2
Saya merasa tenang jika saya telah melaksanakan Ibadah	35	85,4	6	14,6
Saya bersyukur atas berkah yang dilimpahkan kepada saya	35	85,4	6	14,6
Saya ikhlas memaafkan orang lain walau mereka melakukan sesuatu yang menurut saya salah	38	92,7	3	7,3
Saya merasa lebih dekat dengan Allah SWT	33	80,5	8	19,5

Menurut tabel diatas ditemukan fakta jika paling banyak pertanyaan yang dijawab belum baik dari responden yaitu pertanyaan tentang “Saya ikhlas memaafkan orang lain walau mereka melakukan sesuatu yang menurut saya salah” yaitu sebanyak 38 (92,7%) responden. Sedangkan pertanyaan yang paling banyak di jawab baik adalah pertanyaan tentang”saya merasa cinta Allah SWT secara langsung” yaitu sebanyak 11 (26,8 %) responden.

e. Gambaran Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Masa Tua pada Lansia

Variabel kecemasan diukur memakai skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) sehingga pengukurn untuk mengkategorikan variabel kecemasan dan perhitungan dengan uji kenormalan data. Setelah dilakukan uji kenormalan data, variabel kecemasan memiliki distribusi data tidak normal sehingga digunakan nilai median sebagai batasan kategori kecemasan lansia. Hasil uji kenormalan data dapat disimpulkan bahwa pada hasil penelitian ditemukan bahwa 2

kategori yaitu kecemasan ringan dan kecemasan berat, jika ringan < Median (10) dan berat ≥ Median (10).

Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan tingkat kecemasan

Kecemasan	Frekuensi	%
Ringan	13	31,7
Berat	28	68,3
Jumlah	41	100

Penelitian ini mendapatkan hasil jika dari 41 (100%) yaitu banyak dari responden (68,3) mempunyai tingkat kecemasan berat.

Tabel 7. Distribusi kecemasan responden berdasarkan item pertanyaan

Pertanyaan	Distribusi			
	Ringan		Berat	
	f	%	f	%
saya merasa takut akan pikiran saya sendiri untuk menghadapi masa tua	20	48,8	21	51,2
saya merasa gelisah akan menghadapi masa tua jika saya tidak melakukan ibadah	18	43,9	23	56,1
saya merasa khawatir bila akan terjadi kegagalan atau kesialan dalam hidup	30	73,2	11	26,8

Pertanyaan	Distribusi			
	Ringan		Berat	
	f	%	f	%
saya seringkali mencemaskan terhadap suatu hal seseorang	30	73,2	11	26,8
saya seringkali merasa sebagai orang yang tidak berguna setiap kali melakukan sesuatu	19	46,3	22	53,7
saya merasa takut akan kesukaran-kesukaran yang harus saya hadapi dalam keadaan kritis	26	63,4	15	36,6
saya merasa sedih jika saya tidak dikunjungi keluarga	16	39,0	25	61,0
saya seringkali bermimpi tentang sesuatu yang sebaiknya tidak di ceritakan kepada orang lain	28	68,3	13	31,7
saya tidak bisa tidur, ketika mengkhawatirkan sesuatu	21	51,2	20	48,8
saya sering mengalami mimpi yang menakutkan pada waktu tidur malam hari	23	56,1	18	43,9

Menurut tabel di atas ditemukan jika paling banyak pertanyaan yang dijawab ringan dari responden yaitu pertanyaan tentang “saya merasa khawatir bila akan terjadi kegagalan atau kesialan dalam hidup” yaitu sebanyak 30 (73,2%) responden. Sedangkan pertanyaan yang paling banyak di jawab berat adalah pertanyaan tentang “saya merasa sedih jika tidak dikunjungi keluarga” yaitu sebanyak 25 (61,0) responden.

Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan menghadapi Masa Tua pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

Metode analisis bivariat dikerjakan memakai standar uji statistik *chi-square*. Berikut ini adalah hasil penelitian yang memperlihatkan relasi atau hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa tua pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi.

Tabel 8. Distribusi Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Masa Tua

Spiritualitas	Kecemasan				Jumlah		p-Value
	Ringan		Berat				
	f	%	f	%	f	%	
Belum Baik	3	14,3	18	85,7	21	100	0,034
Baik	10	50,0	10	50	20	100	
Jumlah	13	31,7	28	68,3	41	100	

Menurut tabel di atas bisa diketahui jika 18 responden dengan spiritualitas belum baik 85,7% tingkat kecemasan berat sedangkan dari 10 responden dengan spiritualitas baik 50% tingkat kecemasan berat.

1. Gambaran Spiritualitas Menghadapi Masa Tua

Hasil ini menunjukkan bahwa dari 41 (100%) lebih dari sebagian responden (51,2%) memiliki spiritualitas belum baik. Secara rinci spiritualitas responden banyak yang belum baik pada pertanyaan saya ikhlas memaafkan orang lain walau mereka melakukan sesuatu yang menurut saya salah sebanyak 92,7% dan pertanyaan saya selalu melaksanakan ibadah shalat 5 waktu setiap hari sebanyak (87,8%).

Menurut analisa peneliti, lanjut usia yang mempunyai spiritualitas tidak

baik yaitu lanjut usia yang tidak peduli tentang dirinya sendiri serta orang sekitarnya, juga lingkungan sekitarnya, adalah kriteria lanjut usia yang sering berpersepsi negatif terhadap orang lain, juga Tuhan Yang Maha Esa, bahkan dirinya sendiri sekalipun.

Hasil analisis ini sesuai dengan yang diketahui jika sebagian responden memiliki karakteristik usia 75-90 (34,1%) sehingga responden memiliki keterbatasan dan kemampuan dalam melaksanakan ibadah shalat 5 waktu.

Tindakan yang dikerjakan ketika mendapatkan masalah spiritualitas seharusnya dikerjakan dari pihak panti dengan cara melaksanakan suatu kegiatan keagamaan lebih sering yang bertema tentang hubungan manusia dengan orang lain, diri sendiri, Tuhan, dan lingkungan sekitarnya.

2. Gambaran Kecemasan Menghadapi Masa Tua pada Lansia

Penelitian ini menunjukkan hasil jika dari 41 (100%) sebagian besar responden (68,3%) memiliki kecemasan berat. Secara rinci kecemasan responden banyak yang mengalami kecemasan berat pada pertanyaan saya merasa sedih jika saya tidak dikunjungi keluarga 61,0 % dan pertanyaan saya merasa gelisah akan menghadapi masa tua jika saya tidak melakukan ibadah 56,1 %. Hal ini sesuai dengan hasil analisis diketahui bahwa ketakutan lansia dengan masalah yang timbul di masa lanjut usia yaitu salah satunya karena kurangnya mengingat Allah SWT. serta berzikir.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas memiliki kecemasan dalam kategori 36% dan responden yang memiliki kecemasan dalam kategori berat sebanyak 50%. (Gabby AR., 2017)

Faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah suatu kegagalan ketastropik atau sebuah pemikiran yang tidak berdasar, yaitu suatu pemikiran

seseorang jika akan terjadi kejadian yang jelek dengan dirinya. Sehingga akan menghadapi rasa cemas dan rasa tidak mampu atau tidak sanggup dalam mengatasi semua masalahnya. (8)

Semua lansia yang ingin menjalani masa-masa senja mereka untuk bisa diurus dengan keluarganya telah sirna disebabkan masalah perpindahan kewajiban dan kepercayaan dari keluarga lansia ke suatu panti menyebabkan perasaan pada lansia jika pihak keluarga sudah tidak sayang lagi dengan mereka. Kemudian ditambah juga dengan masalah bersosialisasi dengan sekitar lingkungan serta kesulitan beradaptasi. (Reska, 2018)

Untuk mengatasi persoalan kecemasan pihak panti berusaha dengan berupaya lebih fokus perhatian dengan semua kebutuhan yang penting dari lansia, serta menyemangati lanjut usia untuk giat dalam mengikuti semua event atau kegiatan yang diselenggarakan oleh panti untuk membuat lansia agar tidak berdiam diri saja di kamar salah satunya dengan acara bersosialisasi dengan lanjut usia

lain dalam acara bimbingan keagamaan.

3. Hubungan Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Masa Tua pada Lansia

Dari hasil penelitian didapatkan hasil spiritualitas belum baik terdapat 85,7% dengan tingkat kecemasan berat sedangkan dari 10 responden dengan spiritualitas baik terdapat 50% dengan tingkat kecemasan berat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan menghadapi masa tua dengan spiritualitas pada lansia dengan $p\text{-value}$ (0,034) < 0,05. Terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat kecemasan menghadapi masa tua dengan spiritualitas pada lansia ($p\text{-value}=0,03$). Hal ini dikarenakan bahwa responden memiliki spiritualitas yang rendah cenderung memiliki tingkat kecemasan berat, responden memiliki kecenderungan untuk tidak melaksanakan spiritualitas dalam memperbaiki shalat dan mengurangi rasa cemas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hidayat (2019) bahwa terdapat lansia yang memiliki kebutuhan spiritual kurang namun mengalami kecemasan ringan, sebaliknya terdapat lansia yang memiliki tingkat pemenuhan kebutuhan spritual baik, namun tingkat kecemasan sedang. Adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan lansia, seperti minat dan ketaatan, fasilitas ibadah dan kesadaran lansia dalam pemenuhan kebutuhan spiritual.

Lansia yang memiliki kecemasan berat dapat melaksanakan spiritualitas, hal ini dikarenakan bahwa lansia yang mengalami kecemasan berat merasa harus untuk melaksanakan shalat karena kurangnya berdoa dan berdzikir dan lansia merasa khawatir jika tidak ada keluarga yang berkunjung. Menurut Endang (2018) dalam Listiana (2013) kecemasan adalah perasaan khawatir yang tidak jelas dan sering dikaitkan dengan rasa tidak berdaya dan tidak menentu. Kecemasan menimbulkan suatu sinyal yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang mengancam.

Menurut Reska (2018) bahwa adanya hubungan spiritualitas dengan kecemasan berat dan bahkan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha. Hubungan lansia yang kurang baik dengan orang lain, lingkungan dan Tuhan Yang Maha Esa kecenderungannya akan menolak perubahan yang pada dirinya, suka menyendiri, murung kurang bersemangat sehingga lansia tersebut mudah mengalami depresi, Menurut Iswatun (2023) bahwa dalam suasana hati yang sedih, takut dan cemas, religiusitas dan spiritualitas menjadi pegangan hidup, praktik keagamaan menjadi aktivitas dalam keseharian Hal ini merupakan langkah mendekatkan diri kepada Tuhan yang berdampak pada pemaknaan pengalaman sakit. *Spiritual well-being* atau kesejahteraan spiritual adalah salah satu faktor yang menunjukkan bagaimana seorang lansia dapat menghadapi permasalahan dan stress dalam hidupnya seperti adanya penyakit degeneratif dan permasalahan lain yang muncul akibat perubahan-perubahan dalam dimensi

kehidupan lansia, keadaan yang muncul atau timbul dari sebuah keadaan kesehatan spiritual atau bisa timbul dari ekspresi kesehatan yang baik, indikasi kualitas hidup seseorang dalam lingkup spiritual.

Sejalan menurut Elsa A, Herman dan Yoga (2021) bahwa semakin baik spiritual lansia maka semakin rendah tingkat depresi, kecemasan, serta masalah lainnya. Spiritualitas memberi pengaruh positif pada diri lansia salah satunya terhadap kualitas hidupnya, Kebutuhan spiritual yang baik dapat membuat lansia merasakan kehidupan yang lebih bermakna, merasakan hal-hal positif yang bisa dilakukan, serta adanya dukungan keluarga dalam memenuhi kebutuhan spiritual lansia maka akan dapat membantu lansia merasakan masih ada yang memperhatikan dan peduli terhadap dirinya. Kegiatan spiritual lansia tidak hanya berhubungan dengan kegiatan ibadah saja, tetapi juga berhubungan dengan Tuhan, manusia dan alam sekitarnya.

Berdasarkan tabel 2 terdapat 25 responden (61,0%) yang berpendidikan

SD. Peneliti berasumsi bahwa tidak semua responden yang tingkat kecemasannya tinggi adalah responden dengan tingkat pendidikan rendah. Tidak ada hubungannya antara peningkatan kecemasan dengan tingkat pendidikan yang rendah atau yang tinggi, akan tetapi jika semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin cepat pula orang tersebut dalam menerima informasi dan pengetahuan. (Gabby AR., 2017).

Berdasarkan tabel 3 terdapat 23 responden (56,1%) memiliki jenis kelamin perempuan. Peneliti berasumsi jika tingkat kecemasan pada laki-laki lebih sedikit dibandingkan dengan perempuan dikarenakan oleh perbedaan struktur sosial serta siklus hidup mereka. Dengan adanya karakteristik khas dari seorang perempuan, salah satunya menopause, siklus reproduksi. Perempuan juga sangat mudah mendapat perasaan cemas, bersalah, serta gangguan tidur dikarenakan faktor sosial yaitu kurangnya perhatian dari keluarga serta terbatasnya komunitas sosial. (Gabby AR., 2017). Menurut Zahirah, Herlina dan Wulandari (2020)

bahwa terdapat perbedaan intensitas perilaku prososial, rasa syukur, dan kecemasan kematian pada lansia di panti wredha dibandingkan dengan lansia di rumah bersama keluarga. Selain itu, riwayat penyakit juga berhubungan dengan intensitas perilaku prososial lansia.

SIMPULAN

Sebagian besar lansia (51,2%) memiliki spiritualitas belum baik dalam menghadapi masa tua di Panti Sosial Tresna Werdha dan sebagian lainnya 48,8% lansia memiliki spiritualitas baik. Sebagian besar lansia (68,3%) merasakan kecemasan berat dan sebagian lainnya yaitu 31,7% responden merasakan kecemasan ringan. Sebagian besar 65,9% responden memiliki umur 60-74 tahun dan sebagian lainnya responden 34,1% responden memiliki umur 75-90 tahun. Ada hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan menghadapi masa tua pada lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi yang telah memberikan fasilitas sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar, serta ucapan terimakasih kepada tim redaksi Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan).

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Dona Fitri, Ifdil. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*. 2016; Vol 5. No 2: 93-99.
- Elsa A, Herman, Yoga P. *Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia: Literature Review*. *Jurnal ProNers*, Vol 6, No. 1, Juli 2021,
- Endang S, 2018. *Hubungan Spiritualitas Dengan Kecemasan Pada Lansia*. *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan*. Vol.13 No.2 (September), Hal 64-72
- Gabby AR., dkk., Hubungan Spiritualitas Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Masa Tua Pada Lansia Di Desa Basaan Dua Kecamatan Ratatotok. *Jurnal Unsrit Tomohon*. 2017, Vol 6, No. 2: 57-66
- Iswatun, 2023. *Dampak Kecemasan terhadap Kesejahteraan Spiritual Lansia dengan Hipertensi*. *Unair News*. (Online) (23 Mei 2023 pada <https://unair.ac.id>)
- Hidayat, S, Arni AR. Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan Spiritual dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Cenrana Kabupaten Bone. *Jurnal Ilmiah Mappadising*, Vol 1(1), 2019: 33-41
- Lubis, V. Novianti, Peters. Hubungan Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Lansia Komunitas Rw 006 Kelurahan Pondok Kacang Timur Kecamatan Pondok Aren Tangerang Selatan. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, III(2), 2020: 90-97
- Nugroho, W. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta: EGC. 2015
- Padila. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2013
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Kemenkes RI. 2014.
- Reska H, Eci O. Hubungan Spiritualitas Dengan Depresi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin. *Jurnal*

Endurance 3(1) Februari 2018:
14-24

Sugiyono. Metode Penelitian
Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.
Bandung: Alfabeta, CV. 2017

Supriyadi, 2015. *Lanjut usia dan
permasalahannya*. E-Journal
Universitas Riau. (online) (21
Februari 2021 pada
<http://ejournal.unri.ac.id/>

Sutejo, Buku Keperawatan Kesehatan
Jiwa. Yogyakarta: Pustaka Baru
Press. 2017

Zahirah, Herlina, Wulandari.
Kecemasan terhadap Kematian:
Peran Perilaku Prosocial dan
Kebersyukuran pada Lanjut Usia.
Jurnal Ilmiah Psikologi. 2020;
Vol 7, No 2: 237-248