



**HUBUNGAN SPIRITUALITAS TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA
LANJUT USIA DI DESA GEBUGAN KECAMATAN BERGAS**

ARTIKEL

Oleh :

SINTA WIDYAWATI

010115A119

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

UNGARAN

2019

LEMBAR PENGESAHAN

Artikel Berjudul :

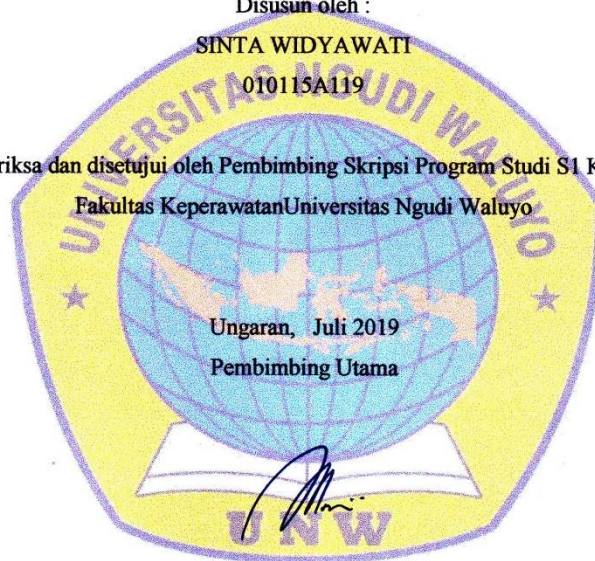
**HUBUNGAN SPIRITUALITAS TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA
LANJUT USIA DI DESA GEBUGAN KECAMATAN BERGAS**

Disusun oleh :

SINTA WIDYAWATI

010115A119

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo



Ungaran, Juli 2019

Pembimbing Utama

Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep
NIDN. 0628127901

Hubungan Spiritualitas Terhadap Tingkat Kesenian Pada Lanjut Usia Di Desa Gebugan Kecamatan Bergas ii

HUBUNGAN SPIRITUALITAS TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANJUT USIA DI DESA GEBUGAN KECAMATAN BERGAS

Sinta Widyawati

Fakultas Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo
Jln. Diponegoro No. 186 Ungaran Timur Kab. Semarang-50512
widyawatisinta3@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Lanjut usia yang mengalami kesepian seringkali merasa jenuh, bosan, merasa tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai. Spiritualitas sebagai energi untuk mengenal dirinya lebih dalam dan merasa terhubung dengan Tuhan sehingga memunculkan perasaan damai dan bahagia.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan spiritualitas terhadap tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Metode : Jenis desain dalam penelitian ini *deskriptif korelasi* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lanjut usia di Desa Gebugan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 86 orang dengan teknik *accidental sampling* Alat pengumpulan data diukur menggunakan kuesioner *Daily Spiritual Experience Scale (DSES)* dan *University California of Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale Version 3*. Uji statistik menggunakan *Chi-Square*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan spiritualitas pada lanjut usia mengalami spiritualitas sedang yakni sebanyak 37 responden (43,0 %), tingkat kesepian pada lanjut usia mengalami kesepian sedang yakni sebanyak 38 orang (44,2%). Hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas, hasil uji didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha = 0,05$).

Saran : Lanjut usia bisa meningkatkan kebutuhan spiritualitas yang belum terpenuhi dengan kegiatan rutin seperti pengajian atau dengan berkumpul bersama anggota keluarga atau teman sebaya untuk saling berinteraksi dan bertukar pikiran.

Kata kunci : Spiritualitas, Tingkat Kesepian, Lanjut Usia

THE CORRELATION BETWEEN SPIRITUALITY AND ELDERLY'S LONELINESS IN GEBUGAN VILLAGE, BERGAS DISTRICT

ABSTRACT

Background: The elderly who experience loneliness often feel bored, worthless, unnoticed and unloved. Spirituality can be the source of energy to know themselves deeper and feel connected to God so that it creates a feeling of peace and happiness.

Objective: This study aimed to determine the correlation between spirituality and the level of loneliness in the elderly in Gebugan Village, Bergas District.

Method: The type of design in this study was descriptive correlation using a cross sectional approach. The sample in this study were 86 people with accidental sampling technique. The collection tool was measured by using the Daily Spiritual Experience Scale (DSES) questionnaire and the University of California of Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale Version 3. Statistical tests used Chi-Square.

Results: The results of the study showed that the elderly mostly experienced moderate spirituality, namely 37 respondents (43.0%), the level of loneliness was mostly in moderate loneliness as many as 38 people (44.2%). There was a significant correlation between spirituality and the level of loneliness in the elderly in Gebugan Village Bergas District, the test results obtained p-value of $0,000 < \alpha (0,05)$.

Suggestion: Elderly people can increase the need for spirituality that has not been fulfilled by going routine activities such as recitation or by gathering with family members or peers to interact and share their thought.

Keywords: Spirituality, Level of Loneliness, Elderly's

PENDAHULUAN

Proses penuaan merupakan suatu proses yang tidak dapat dihindari. Di masa lanjut usia tubuh akan kehilangan kemampuan jaringan yang berfungsi untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi (Constantindes, 1994 dalam Azizah 2011). Seiring dengan bertambahnya usia, lanjut usia akan mengalami proses degeneratif baik dari segi fisik maupun segi mental. Menurunnya kemampuan fisik akan mengakibatkan orang lanjut

usia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar (Fitria, 2011).

Masalah yang biasanya muncul pada masa lanjut usia biasanya berkaitan dengan masalah kehilangan. Mereka kehilangan rutinitas dan kesibukannya setiap hari karena sudah pensiun, kehilangan teman dekat karena meninggal, mungkin juga kehilangan pasangan hidup sekaligus ditinggalkan anak karena sibuk bekerja atau karena telah memiliki keluarga sendiri. Perasaan kehilangan yang dirasakan lansia nantinya dapat berubah menjadi perasaan kesepian (Rahmi *et al*, 2016).

Lanjut usia yang mengalami kesepian seringkali merasa jenuh dan bosan dengan hidupnya, merasa tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai (Septiningsih, 2012). Ketika para lanjut usia mengalami suatu peristiwa seperti ditinggalkan oleh orang yang mereka cintai membuat para lanjut usia tersebut tidak mau berinteraksi dengan yang lain dikarenakan merasa tidak ada lagi yang bisa mengerti dirinya sehingga mereka merasa kesepian (Suardiman, 2011).

Hal ini dipandang penting, bahwa penelaahan kehidupan memudahkan penyesuaian terhadap situasi-situasi sulit yang memberikan pandangan terhadap kejadian-kejadian masa lalu (Siti Maryam, R et. All, 2010).

Spiritualitas merupakan suatu keyakinan dalam hubungan dengan Maha Kuasa, Maha Pencipta. Keyakinan spiritual akan berupaya mempertahankan keharmonisan, keselarasan dengan dunia luar. Spiritualitas sebagai energi yang menghubungkan masa lanjut usia untuk mengenal dirinya lebih dalam dan merasa terhubung dengan Tuhan dan alam semesta sehingga memunculkan perasaan damai dan bahagia pada diri lanjut usia (Yusuf *et al* 2017).

Perubahan perilaku spiritual pada lanjut usia disebabkan karena gangguan kesehatan yang terjadi pada lansia tersebut. Apabila lansia tidak sakit dan dapat melakukan ibadah serta perilaku spiritual lainnya (sholat, berdoa, mengikuti kegiatan pengajian) maka lanjut usia tidak kehilangan kepercayaan terhadap Tuhannya dan dirinya sendiri.

Ketika lanjut usia mengalami rasa kesepian yang disebabkan oleh beberapa faktor dan kemudian mereka melakukan ibadah sholat, mengaji, dan berdoa sesuai dengan keyakinannya dimungkinkan bahwa kesepian yang dirasakan oleh lanjut usia tersebut akan berkurang atau terobati.

Dari hasil studi pendahuluan di Desa Gebugan Kecamatan Bergas yang

peneliti lakukan pada lanjut usia didapatkan 596 lanjut usia. Dari hasil wawancara oleh peneliti dengan 15 lanjut usia didapatkan 9 orang dari 15 lanjut usia memiliki spiritualitas tinggi dan 7 orang dari 15 lanjut usia memiliki spiritualitas rendah, kemudian 5 orang dari 9 lanjut usia di Desa Gebugan yang memiliki spiritualitas tinggi mengalami kesepian rendah sedangkan 4 orang dari 9 lanjut usia yang memiliki spiritualitas tinggi mengalami kesepian sedang. Kemudian 5 orang dari 7 lanjut usia di Desa Gebugan yang memiliki spiritualitas rendah mengalami kesepian sedang dan 1 orang lanjut usia yang memiliki spiritualitas rendah mengalami kesepian berat.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, “Hubungan Spiritualitas Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Desa Gebugan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11 Juli – 17 Juli 2019 di Desa Gebugan Kecamatan Bergas. Penelitian ini menggunakan rancangan *dekriptif korelasi*, dengan desain *Cross Sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lanjut usia yang berada di Desa Gebugan Kecamatan Bergas yang berjumlah 596 orang. Sampel dalam penelitian berjumlah 86 responden. Teknik pengampilan sampel menggunakan *accidental sampling*.

Dalam penelitian ini ada 2 variabel yaitu spiritualitas dan tingkat kesepian pada lanjut usia. Instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk variabel spiritualitas adalah *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES), sedangkan untuk variabel tingkat kesepian lanjut usia menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3*. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1. Gambaran Spiritualitas pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Berdasarkan tabel 4.1. dapat diketahui bahwa responden memiliki tingkat spiritual yang sedang sebanyak 37 responden dari 86 responden (43,0%).

Tabel 4.2. Tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Tingkat Kesepian	Frekuensi	Persentase
Kesepian rendah	35	40.7
Kesepian sedang	38	44.2
Kesepian berat	13	15.1
Total	86	100.0

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa responden memiliki

Spiritual	Tingkat Kesepian						Total	P value	
	Kesepian Rendah		Kesepian Sedang		Kesepian Berat				
	f	%	F	%	f	%			
Rendah	4	23,5	6	35,3	7	41,2	17	100	0,000
Sedang	8	21,6	27	73,0	2	5,4	37	100	
Tinggi	23	71,9	5	15,6	4	12,5	56	100	
Total	35	40,7	38	44,2	13	15,1	202	100	

tingkat kesepian yang sedang sebanyak 38 responden dari 86 responden (44,2%).

Tabel 4.3. hubungan spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sejumlah 7 (41,2%) kelompok responden dari 17 orang mengalami tingkat kesepian berat pada responden spiritualitas rendah. Hal itu berarti lebih besar dibandingkan lanjut usia dengan kategori kesepian sedang dan tinggi.

Hasil uji *Chi Square* didapatkan nilai *p value* 0,000 ($\alpha=0,05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan tingkat kesepian lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Spiritualitas pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Lanjut usia yang mengalami spiritualitas tinggi karena lanjut usia mengingat dan melakukan aktifitas yang meningkatkan hubungannya dengan tuhan serta masih berhubungan baik dengan lingkungan disekitar lanjut usia. Spiritualitas adalah konsep dua dimensi dengan dimensi vertikal dan horizontal.

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 (Rahmah, 2010).

Menurut Adami (2009) menemukan bahwa semakin tinggi spiritualitas seseorang, semakin besar kemampuannya dalam menghadapi masalah. Spiritualitas dapat memiliki peran penting dalam mengatasi masalah dan dapat dipahami bahwa dengan spiritualitas yang tinggi dapat membantu seseorang untuk menentukan langkah dengan baik sehingga agresivitas tidak akan terjadi, akan lebih memaknai hidup, dapat mengambil hikmah dari pengalaman hidupnya serta selalu berintrospeksi diri.

Faktor yang dapat mempengaruhi spiritualitas yaitu perkembangan, budaya, keluarga, agama, pengalaman hidup sebelumnya, krisis dan perubahan, oleh karena itu setiap

Spiritualitas	Frekuensi	Persentase
Rendah	17	19.8
Sedang	37	43.0
Tinggi	32	37.2
Total	86	100.0

individu memiliki cara dan pemenuhan kebutuhan spiritualitas yang berbeda-beda sesuai dengan usia, jenis kelamin, budaya, agama dan kepribadian individu (Azizah, 2011).

2. Gambaran Tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Kesepian rendah yang dialami lanjut usia karena lanjut usia masih aktif bersosialisasi di lingkungan sekitar seperti melakukan sembayang di tempat ibadah, berinteraksi dengan tetangga dan keluarga lain, serta masih mendapat dukungan dari keluarga dirumah. Hal ini yang menyebabkan lanjut usia mengalami kesepian sedang. Faktor yang penyebab terjadinya kesepian yaitu usia, status perkawinan, gender, dukungan sosial, tingkat pendidikan dan spiritual (Astuti, 2013).

Kesepian merupakan perasaan negatif secara emosional ataupun sosial akibat kurangnya hubungan sosial yang bersifat subjektif sehingga menyebabkan individu merasa tersisihkan dan terpinggirkan karena merasa berbeda dengan orang lain.

Dalam penelitian ini sebagian besar perempuan sebesar 62 responden (72%), biasanya perempuan mempunyai peluang lebih besar mengalami kesepian karena terjadinya tekanan akibat ditinggalkan pasangannya meninggal dunia, ditinggalkan anaknya yang mempunyai keluarga. Hal lain juga dapat disebabkan karena ketika perempuan masih bersama pasangan mereka selalu melakukan aktivitas secara bersama. Keberadaan pasangan bagi perempuan sangat penting. Ketika tidak ada lagi pasangan, perempuan akan lebih membutuhkan orang lain untuk berbagi pikiran. Hal ini berbanding terbalik dengan laki-laki, seorang laki-laki apabila kehilangan pasangannya, kondisi emosionalnya tidak terlalu berbeda dengan biasanya karena karakteristik laki-laki lebih kuat dan tertutup (Rahmi, 2016).

3. Hubungan antara spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas

Spiritualitas yang baik membantu lansia untuk memiliki kehidupan yang lebih bermakna, mereka dapat mengisi hari-harinya dengan kegiatan yang positif dan bermanfaat (Rahmah, 2015).

Spiritualitas tidak hanya berhubungan dengan Tuhan, melainkan juga berhubungan dengan sesama manusia dan alam. Lanjut usia yang memiliki spiritualitas baik dapat mengatasi rasa kesepiannya dengan berdoa dan beribadah kepada Tuhan dan juga dapat berinteraksi dengan sesama lanjut usia di panti. Selain berinteraksi dengan Tuhan dan sesama lanjut usia di panti, lanjut usia juga dapat berinteraksi dengan alam dan makhluk hidup lain seperti berkebun, memelihara ayam, memelihara kucing atau lain sebagainya. Hubungan kuat diperoleh dalam penelitian ini antara spiritualitas dengan kesepian yang menunjukkan bahwa spiritualitas sangat berperan dalam membantu lanjut usia menghadapi rasa kesepian.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Matillah (2018) menyatakan ada hubungan spiritualitas dengan kesepian pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha. Penelitian ini didukung Herliawati (2012) menyatakan ada pengaruh pendekatan spiritual terhadap tingkat kesepian pada lanjut usia dipanti Sosial Tresna Werdha Warga Tama Kelurahan Timbangan Kecamatan Indralaya Utara. Selain itu pada penelitian Cahyono (2012) menyatakan bahwa ada hubungan spiritualitas dengan depresi pada lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia Magetan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan dari penelitian ini, yaitu:

- a. Responden yang memiliki spiritualitas sedang sebanyak 37 orang (43,0%) dari 86 responden.
- b. Responden yang mengalami kesepian sedang sebanyak 38 orang (44,2%) dari 86 responden.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan tingkat kesepian pada lanjut usia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas dengan p value 0,000 ($\alpha = 0,05$).

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang ada, maka penulis memberikan beberapa rekomendasi berupa saran-saran sebagai berikut:

- a. Diharapkan lanjut usia bisa meningkatkan kebutuhan spiritualitas yang belum terpenuhi dengan kegiatan rutin seperti kegiatan keagamaan atau berkumpul dengan teman sebaya untuk saling berinteraksi dan bertukar pikiran.
- b. Diharapkan anggota keluarga dapat lebih aktif untuk memperhatikan dan memberikan dukungan dan melakukan pendampingan agar lanjut usia tidak mengalami kesepian.
- c. Diharapkan agar petugas kesehatan dapat mengkaji secara holistik dan menyeluruh masalah yang sedang dihadapi oleh lanjut usia termasuk dengan aspek spiritualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adami, Ardiman. 2009. *Hubungan Spiritualitas dengan Proactive Coping Survivor Bencana Gempa Bumi di Bantul*. Skripsi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. (www.google.com)
- Ah. Yusuf, dkk. 2017. *Kebutuhan Spiritual : Konsep dan Aplikasi*

- dalam *Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Mitra Wacana Media
- Astuti., Yuli., Siska. 2013. *Analisi Faktor-Faktor Terjadinya Kesepian Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Dewanata Cilacap*. Skripsi. Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Azizah, Lilik Ma'rifatul. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Dyah Siti Septiningsih & Tri Na'imah (2012) 'Kesepian pada Lanjut Usia : Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus dan Strategi Koping', Pp. 1-9.
- Herliawati, D. 2012. *Pengaruh Pendekatan Spiritual Terhadap Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Warga Tama Kelurahan Timbangan Kecamatan Indralaya Utara*. Jurnal Keperawatan Sriwijaya, Volume 1.No 1
- Rahmah, A.A. 2010. *Pentingnya kebutuhan spiritual bagi lansia*. <
<http://ml.scribd.com/doc/82561601/Esay-Spiritual>>. Diakses 19 Juli 2019
- Rahmi , F., Ibrahim, I . and Rinaldi (2016) 'Religiussitas dan Kesepian pada Lansia PWRI Cabang Kopeindag Sumatera Barat, pp. 175-185
- Rahmi. 2015. *Gambaran tingkat kesepian pada lansia di Panti Tresna Werdha Pandaan*. Seminar Psikologi Kemanusiaan. 2015;257-61
- Siti Maryam, R . 2010 . *Asuhan Keperawatan pada Lansia* . Jakarta : CV Trans Media.
- Suadirman, S. P. 2011. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Dadjah Mada University Press.