

## Hubungan Antara Spritualitas Dengan Kesehatan Mental Wanita Usia Subur

<sup>1</sup>Eric Dino Tandoyo, <sup>2</sup>Hanna Tabita Hasianna Silitonga, <sup>3</sup>Reynaldi Hardianto, <sup>4</sup>Glory Ta'bi Palloan, <sup>5</sup>Helen Octavia, <sup>6</sup>Ridzal Wahid, <sup>7</sup>Berlian Ester Wakas, <sup>8,9</sup>Billy Daniel Messakh, <sup>8</sup>Irwin Prijatna Kusumah

<sup>1,2</sup>Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Kedokteran Pencegahan, Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

<sup>3,4,5,6,7</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

<sup>8</sup>Departemen Klinik, Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

<sup>9</sup>RSUD Dr. Moh. Soewandhie Surabaya

### ABSTRAK

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas / kerohanian dapat berhubungan positif dengan pengurangan tingkat kecemasan dan depresi. Manfaat dari riset ini adalah untuk melihat apakah ada korelasi antara Spiritualitas / kerohanian dan Kesehatan Mental pada Wanita Usia Subur (WUS). Riset ini menggunakan studi epidemiologi analitik observasional dengan metode penelitian cross sectional. Penelitian ini menggunakan kuesioner Daily Spiritual Experience Scale (DSES) dan Depression Anxiety Stress Scale (DASS). Penelitian ini dilakukan pada jemaat Gereja Kristen Jawi Wetan (GKJW) di Desa Peniwen, Kabupaten Malang pada 34 WUS. Hubungan antara spiritualitas dan kesehatan mental dianalisa menggunakan uji korelasi Spearman karena data terdistribusi dengan tidak merata. Hasil analisa data memperlihatkan korelasi yang berarti antara spiritualitas dengan tingkat stress (nilai koefisien korelasi menunjukkan angka  $-0.497$  dengan nilai  $p 0.003 < 0.05$ ). Ini berarti menunjukkan tingginya tingkat kerohanian responden maka akan semakin rendah pula tingkat stress. Selain itu didapatkan, terdapat hubungan (sangat lemah) yang tidak signifikan antara spiritualitas dengan tingkat depresi (nilai koefisien korelasi menunjukkan angka  $-0.177$  dengan nilai  $p 0.316 > 0.05$ ). Ini menunjukkan semakin tinggi derajat spiritualitas responden maka akan semakin rendah pula tingkat depresi. Riset ini juga mendapati korelasi yang berarti antara kerohanian dengan tingkat kecemasan (nilai koefisien korelasi menunjukkan angka  $-0.493$  dengan nilai  $p 0.003 < 0.05$ ) yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas responden maka akan semakin rendah pula tingkat kecemasan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat korelasi positif yang berarti antara spiritualitas dengan tingkat kecemasan dan stress namun terdapat hubungan (sangat lemah) yang tidak signifikan antara spiritualitas dengan tingkat depresi pada Wanita Usia Subur.

Kata kunci: Wanita usia subur; spiritualitas; stres, depresi, kecemasan

### ABSTRACT

Studies show that spirituality can be positively related to reduced levels of anxiety and depression. This study aims to see whether there is a link between spirituality and mental health in women of childbearing age. This method of study is observational analytic with cross sectional research methods. This study used the Daily Spiritual Experience Scale (DSES) and Depression Anxiety Stress Scale (DASS) questionnaires. This research was conducted at the Jawi Wetan Christian Church (GKJW) congregation in Peniwen Village, Malang Regency at 34 WUS. To analyze the link between spirituality and mental health, the Spearman correlation test was used because the data was not normally distributed. The results show that there is a significant correlation between spirituality and stress levels (the correlation coefficient value shows  $-0.497$  with a  $p$  value of  $0.003 < 0.05$ ). This means that the higher the level of spirituality of the respondent, the lower the level of stress will be. It was found that there was an insignificant (very weak) correlation between spirituality and the level of depression (the correlation coefficient value showed  $-0.177$  with a  $p$  value of  $0.316 > 0.05$ ). This means that the higher the respondent's level of spirituality, the lower the level of depression. It was also found that there was a significant correlation between spirituality and anxiety levels (the correlation coefficient value showed  $-0.493$  with a  $p$  value of  $0.003 < 0.05$ ) which means that the higher the respondent's spirituality level, the lower the anxiety level. The conclusion is that there is a significant correlation between spirituality and levels of anxiety and stress, but there is an insignificant (very weak) relationship between spirituality and levels of depression in women of reproductive age.

Keywords: women of childbearing age; spirituality; stress; depression; anxiety

#### \*Korespondensi penulis:

Nama: Eric Dino Tandoyo

Instansi: Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Kedokteran Pencegahan, Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

Email: eric.tandoyo@ciputra.ac.id

## Pendahuluan

Spiritualitas merupakan konsep yang memiliki pengakuan global, berfokus pada keyakinan kepada kekuatan maha kuasa, pencarian makna hidup, dan keterhubungan dengan alam semesta. Hal ini bersifat pribadi dan unik, menciptakan kualitas positif dalam diri manusia seperti cinta dan kasih sayang. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengalaman spiritual juga melibatkan aktivitas otak yang berhubungan dengan pemenuhan nilai-nilai spiritual. Dengan demikian, spiritualitas tidak hanya memiliki dimensi religius, tetapi juga implikasi psikologis yang signifikan.

Dalam konteks kesehatan mental, depresi dan kecemasan adalah gangguan mood yang umum di masyarakat, ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan dan respons emosional yang berlebihan. Menurut American Psychiatric Association,<sup>1</sup> depresi dapat mengganggu cara berpikir dan perilaku, dan jika tidak diobati, dapat memengaruhi kualitas hidup secara serius.<sup>2</sup> Kecemasan, di sisi lain, bisa berkembang menjadi gangguan kecemasan yang akan berkembang menjadi gangguan kesehatan mental ketika tidak mendapat perawatan yang sesuai.<sup>3</sup> Keterkaitan antara spiritualitas dan kesehatan mental menjadi semakin relevan dalam konteks ini.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas dapat berhubungan positif dengan pengurangan tingkat kecemasan dan depresi. Misalnya, penelitian oleh Chaves dkk mengungkapkan bahwa spiritualitas yang tinggi berhubungan dengan pengurangan kecemasan.<sup>4</sup> Widyastuti dkk, juga menemukan bahwa orang yang memiliki derajat kerohanian yang tinggi mengalami derajat kecemasan yang lebih rendah.<sup>5</sup> Penelitian oleh Chen dkk, mendukung temuan ini, menunjukkan adanya korelasi yang berarti antara derajat kesehatan spiritual dan pengurangan gejala kecemasan serta depresi.<sup>6</sup>

Pengukuran spiritualitas dapat dilakukan dengan menggunakan Daily Spiritual Experience Scale (DSES), dimana hal ini dapat mengetahui

tingkat kesehatan rohani dalam kehidupan orang tersebut. DSES dirancang untuk menangkap pengalaman emosional dan subjektif yang berhubungan dengan spiritualitas, tanpa terikat pada keyakinan agama tertentu. Penelitian oleh Nath et al, menunjukkan bahwa skor rendah pada DSES berkaitan dengan stres psikososial dan depresi, sedangkan skor tinggi berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik.<sup>7</sup>

Salah satu cara untuk mengatasi depresi dan meningkatkan kesehatan mental adalah dengan melakukan aktivitas fisik secara rutin, yang terbukti dapat meningkatkan produksi endorfin dan memperbaiki suasana hati. Selain itu, praktik mindfulness dan meditasi juga efektif dalam mengurangi gejala depresi dengan membantu individu lebih fokus pada saat ini dan mengurangi pikiran negatif. Terapi dukungan sosial, seperti berbicara dengan teman atau keluarga, juga penting untuk menciptakan jaringan emosional yang kuat.<sup>8</sup>

Menurut hasil penelitian Chaves dkk dengan judul "Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study" didapatkan bahwa kejadian tingkat kecemasan yang lebih tinggi dikaitkan dengan jenis kelamin perempuan, kurangnya waktu luang atau aktivitas fisik, dan rendahnya skor pada dimensi optimisme spiritualitas.<sup>4</sup>

Berdasarkan penelitian dilakukan oleh Widyastuti dkk (2021) dengan judul "The Correlation of Spiritual Status and Anxiety Level in Patients with Pulmonary Tuberculosis" terhadap 49 responden penderita TBC paru dapat disimpulkan bahwa tingkat spiritualitas mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan. Dari riset ini didapatkan mayoritas orang-orang yang diteliti ternyata tidak terdapat gangguan cemas dan hal ini berkorelasi dengan tingkat spiritualitas yang tinggi. Derajat kesehatan rohani yang baik dapat memperbaiki tingkat gangguan cemas pada pasien Tuberculosis paru. Individu dengan tingkat spiritual yang tinggi dapat membangun mekanisme coping yang baik untuk mengatasi kecemasannya.<sup>5</sup>

Selain itu Chen dkk (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Association between spiritual well-being, quality of life, anxiety and depression in patients with gynaecological cancer in China” menemukan korelasi yang signifikan antara derajat kerohanian dan kesejahteraan, kecemasan, dan depresi. Hasil riset ini ternyata memiliki korelasi yang positif antara tingkat kesehatan rohani dengan status gangguan cemas dan gangguan depresi serta kesejahteraan hidup yang lebih baik.

6

Berdasarkan penelitian Sulistiyowati dkk (2022) dengan judul “The Relationship Between Spirituality Level and The Incidence of Depression: a Study on Eleventh-Grade Students at Pondok Al-Hidayat Islamic Boarding School Krasak Demak” menunjukkan bahwa tingkat spiritual berhubungan dengan insiden depresi pada siswa kelas XI di Pondok Pesantren Al-Hidayat Krasak Demak. Sebagian besar siswa yang memiliki tingkat spiritual tinggi tidak mengalami depresi, sedangkan siswa yang memiliki tingkat spiritual sedang umumnya mengalami depresi.<sup>9</sup>

Selain berhubungan dengan depresi dan kecemasan, spiritualitas juga berkorelasi atau berhubungan dengan tingkat stress. Hal tersebut dapat diketahui melalui riset yang dilakukan oleh Adyatma dkk (2019) dengan judul “Hubungan Spiritualitas dengan Stres pada Penderita Hipertensi di Poli Jantung RSU dr. H. Koesnadi-Bondowoso” ditemukan bahwa adanya korelasi yang positif antara kesehatan rohani dengan stres dimana pasien dalam riset ini memiliki kerohanian yang tinggi dan mengalami stres sedang.<sup>10</sup>

Penelitian Ubaidillah dkk (2023) dengan judul “Korelasi Tingkat Spiritualitas Dengan Tingkat Stress Pada Klien Diabetes Tipe 2” juga mendapatkan bahwa adanya korelasi yang positif antara kerohanian dengan tingkat stres pada pasien diabetes. Sebagian besar orang yang memiliki tingkat kerohanian yang tinggi memiliki tingkat stress yang rendah.<sup>11</sup>

## Metodologi

Metode riset ini adalah analitik observasional dengan metode penelitian *cross sectional*. Riset ini menggunakan kuesioner *Daily Spiritual Experience Scale (DSES)* dan *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*. Penelitian ini dilakukan pada jemaat Gereja Kristen Jawi Wetan (GKJW) di Desa Peniwen, Kabupaten Malang pada 34 WUS. Kegiatan ini menggunakan instrumen kuesioner *Daily Spiritual Experience Scale (DSES)* dan *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*.

Analisa data akan dilakukan dalam dua tahap: analisa univariat untuk menjelaskan setiap variabel dan analisa bivariat untuk mengeksplorasi korelasi antara variabel. Instrumen yang digunakan meliputi *Daily Spiritual Experience Scale (DSES)* untuk mengukur tingkat kerohanian dan *Depression Anxiety Stress Scales (DASS)* untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan, dan stres sebagai indikator kesehatan mental. Data akan dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur tingkat spiritualitas menggunakan *DSES* dan kesehatan mental menggunakan *DASS*. Dalam analisis univariat, statistik deskriptif akan dilakukan untuk setiap variabel secara individual, termasuk perhitungan rata-rata, median, modus, simpangan baku, nilai minimum, dan maksimum untuk variabel *DSES* dan *DASS*. Untuk menganalisis hubungan antara spiritualitas dan kesehatan mental, uji korelasi Spearman digunakan karena data tidak berdistribusi normal.

## Hasil dan Pembahasan

### a. Analisis univariat

Ciri - ciri responden pada riset ini terdiri dari data umur, pekerjaan, pendidikan terakhir dan status pernikahan pada jemaat gereja wanita usia subur di Desa Peniwen (Table 1).

**Tabel 1** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik responden	F	%
Umur (tahun)		
21-30	8	23.5
31-40	9	26.5
41-50	17	50

Pekerjaan		
Mahasiswa	3	8.8
Ibu rumah tangga	20	58.8
Swasta	4	11.8
Lainnya	7	20.6
Pendidikan terakhir		
SMP	2	5.9
SMA	23	67.6
S1	8	23.5
S2	1	2.9
Status pernikahan		
Belum menikah	6	17.6
Sudah menikah	28	82.4
Total	34	100

Berdasarkan Tabel 1 responden dengan usia 41-50 tahun lebih dominan mengisi kuesioner dengan jumlah 17 orang (50%), sedangkan responden berusia 31-40 tahun dan 21-30 tahun memiliki jumlah sebesar 9 orang (26,5%) dan 8 orang (23.5%). Berdasarkan pekerjaan responden di dominasi oleh pekerjaan ibu rumah tangga yaitu 20 orang (58.8%), diikuti oleh pekerjaan lainnya berjumlah 7 orang (20.6%), swasta 4 orang (11.8%), dan mahasiswa 3 orang (8.8%). Menurut tabel diatas, responden dengan pendidikan terakhir SMA dan S1 lebih dominan mengisi kuesioner dengan masing - masing berjumlah 23 orang (67.6%) dan 8 orang (23.5), sedangkan responden paling sedikit yaitu dengan pendidikan terakhir SMP dan S2 dengan jumlah 2 orang (5.9%) dan 1 orang (2.9%). Berdasarkan status pernikahan didominasi oleh responden yang sudah menikah yaitu berjumlah 28 orang (82.4%), sedangkan responden yang belum menikah berjumlah 6 orang (17.6%).

Dari data tersebut, nilai rata-rata data kelompok adalah 5,741 yang diperoleh dari jumlah seluruh nilai data dibagi dengan seluruh frekuensi. Berdasarkan data tersebut, rata-rata Daily Spiritual Experience Scale (DSES) responden adalah sebesar 5,741.

Menurut data yang didapatkan dari responden pada riset ini, pada butir pertanyaan 16, didapatkan skor terendah 2 dan skor tertinggi 4. Dari hasil perhitungan statistik diperoleh rata-rata sebesar 3.65, standar deviasi .544 Analisis deskriptif Daily Spiritual Experience Scale (DSES) dapat dilihat pada tabel berikut.

Dari data tersebut, nilai rata-rata data kelompok adalah 3,647 yang didapatkan dari jumlah seluruh nilai data dibagi dengan seluruh frekuensi. Berdasarkan data tersebut, rata-rata seberapa dekat perasaan responden kepada Tuhan dalam Daily Spiritual Experience Scale (DSES) adalah sebesar 3,647.

Berdasarkan Tabel 2 tingkat spiritualitas responden pada jemaat gereja wanita usia subur (WUS) desa Peniwen menunjukkan hasil bahwa para responden memiliki tingkat spiritualitas tinggi yaitu sebanyak 33 orang (97.1%) dan tingkat spiritualitas sedang sebanyak 1 orang (2.9%), dan tidak didapatkan hasil tingkat spiritualitas yang rendah.

Table 2. Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Spiritualitas

Spiritualitas	F	%
Rendah	0	0
Sedang	1	2.9%
Tinggi	33	97.1%
Total	34	100%

Dalam tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat stress responden pada jemaat gereja wanita usia subur (WUS) desa Peniwen menunjukkan hasil terbesar bahwa para responden memiliki tingkat stress yang normal yaitu sebanyak 25 orang (73.5%), sedangkan tingkat stress ringan sebanyak 4 orang (11.8%), sedang 4 orang (11.8%), dan berat sebanyak 1 orang (2.9%).

Tabel 3. Tabel Distribusi Frekuensi DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scale) tentang Stress

Tingkat Stress	F	%
Normal	25	73.5
Ringan	4	11.8
Sedang	4	11.8
Berat	1	2.9
Total	34	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat depresi responden pada jemaat gereja wanita usia subur (WUS) desa Peniwen menunjukkan hasil bahwa para responden memiliki tingkat depresi yang rata-rata masih dalam batas normal yaitu sebanyak 27 orang (79.4%), dan beberapa responden memiliki tingkat depresi ringan dan sedang dengan masing-masing sejumlah 5 orang (14.7%) dan 2 orang (5.9%).

Tabel 4. Tabel Distribusi Frekuensi DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scale) tentang Depresi

Tingkat Stress	F	%
Normal	27	79.4
Ringan	5	14.7
Sedang	2	5.9
Berat	0	0
Total	34	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan responden pada jemaat gereja wanita usia subur (WUS) desa Peniwen menunjukkan hasil bahwa para responden memiliki tingkat kecemasan yang rata-rata masih dalam batas normal yaitu sebanyak 27 orang (79.4%), dan beberapa responden memiliki tingkat kecemasan ringan dan sedang dengan masing-masing sejumlah 5 orang (14.7%) dan 2 orang (5.9%).

Tabel 5. Tabel Distribusi Frekuensi DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scale) tentang Kecemasan

Tingkat Stress	F	%
Normal	27	79.4
Ringan	5	14.7
Sedang	2	5.9
Berat	0	0
Total	34	100

b. Analisis Bivariat

**Hubungan spiritualitas dengan tingkat stress**

Berdasarkan uji korelasi Spearman, didapatkan data mengenai hubungan spiritualitas dengan tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen pada Tabel 6.

Tabel 6. Hubungan spiritualitas dengan tingkat stress

Spiritualitas	Spearman's Correlation	Tingkat Stress
		-0.497
	Sig.	0.003

Berdasarkan tabel 6 menjelaskan hubungan spiritualitas dengan tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka -0.497 dengan nilai  $p < 0.003 < 0.05$ , maka diketahui terdapat korelasi yang berarti antara kerohanian dengan tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas responden maka akan semakin rendah pula tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

**Hubungan spiritualitas dengan tingkat depresi**

Tabel 7 menjelaskan korelasi kerohanian dengan derajat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka -0.177 dengan nilai  $p > 0.316 > 0.05$ , maka dinyatakan terdapat hubungan (sangat lemah) yang tidak berarti antara spiritualitas dengan tingkat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas responden maka akan semakin

rendah pula tingkat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

**Tabel 7.** Hubungan spiritualitas dengan tingkat depresi

Spiritualitas	<i>Spearman's Correlation</i>	Tingkat Depresi
		-0.177
	Sig.	0.316

### Hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan

Tabel 8 menjelaskan korelasi kerohanian dengan derajat gangguan cemas pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka -0.493 dengan nilai  $p < 0.003 < 0.05$ , maka dinyatakan terdapat korelasi yang berarti antara kerohanian dengan derajat gangguan cemas pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas responden maka akan semakin rendah pula tingkat kecemasan pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

**Tabel 8.** Hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan

Spiritualitas	<i>Spearman's Correlation</i>	Tingkat kecemasan
		-0.493
	Sig.	0.003

### Hubungan Antara Spiritualitas Dengan Depresi Wanita Usia Subur (WUS)

Berdasarkan tabel 7 menjelaskan korelasi kerohanian dengan derajat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka -0.177 dengan nilai  $p > 0.316 > 0.05$ , maka dinyatakan terdapat korelasi (sangat lemah) yang tidak berarti antara spiritualitas dengan derajat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada

nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas responden maka akan semakin rendah pula tingkat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya.

Berdasarkan penelitian Sulistiyowati dkk (2022), siswa yang memiliki tingkat spiritual tinggi tidak mengalami depresi, sedangkan siswa yang memiliki tingkat spiritual sedang umumnya mengalami depresi.<sup>9</sup> Selain berhubungan dengan depresi dan kecemasan, spiritualitas juga berkorelasi atau berhubungan dengan tingkat stress. Berdasarkan hasil penelitian Park dkk (2019) tentang bagaimana pengalaman spiritual sehari-hari (diukur dengan DSES) dan dukungan sosial berkaitan dengan tingkat depresi pada orang dewasa yang lebih tua. Temuan utama adalah bahwa pengalaman spiritual yang kuat dapat membantu melindungi terhadap tingkat depresi, terutama ketika didukung oleh tingkat dukungan sosial yang tinggi.<sup>12</sup> Didapatkan pula hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Wiksuarini (2021), bahwa kerohanian yang tinggi, terutama dalam *religious well being* pada pasien kanker memiliki gejala depresi yang rendah. Kerohanian dan depresi pada riset ini memiliki korelasi yang kuat dengan arah korelasi negatif, artinya semakin tinggi tingkat kerohanian maka tingkat depresi yang dimiliki semakin menurun.<sup>13</sup>

Namun, dalam sebuah studi cross-sectional oleh Bamonti dkk (2016) terhadap 55 orang dewasa, ditemukan bahwa spiritualitas dan tingkat keparahan gejala depresi tidak berkorelasi secara signifikan. Pada derajat kerohanian yang lebih rendah, terdapat korelasi yang kuat antara tingkat keparahan gejala depresi dan perasaan bahwa hidup tidak ada artinya. Pada derajat kerohanian yang tinggi, korelasi antara gejala depresi dan perasaan tidak berarti menjadi lemah dan tidak berarti.<sup>14</sup> Dalam sebuah studi cross-sectional oleh Bahtiar & Said (2023) yang meneliti 166 dewasa di Balai Rehabilitasi Narkotika Baddoka Makassar menggunakan

DSES dan DASS, ditemukan bahwa tidak terdapat korelasi antara derajat depresi dan kecemasan dengan tingkat spiritualitas.<sup>15</sup>

### **Hubungan Antara Spiritualitas Dengan Kecemasan Wanita Usia Subur (WUS)**

Berdasarkan tabel 8 menjelaskan korelasi antara kerohanian dengan tingkat kecemasan pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka  $-0.493$  dengan nilai  $p\ 0.003 < 0.05$ , maka dinyatakan terdapat korelasi yang berarti antara kerohanian dengan derajat kecemasan pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kerohanian responden maka akan semakin rendah pula tingkat kecemasan pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

Hasil yang didapatkan dalam riset ini didukung oleh riset sebelumnya. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Chaves dkk (2015), tingkat kecemasan yang lebih tinggi dikaitkan dengan dengan jenis kelamin perempuan, kurangnya waktu luang atau aktivitas fisik, dan rendahnya skor pada dimensi optimisme spiritualitas.<sup>4</sup> Tingkat kerohanian yang tinggi juga ditemukan dapat mengurangi derajat kecemasan pada penderita Tuberculosis paru. Pada penelitian yang dilakukan oleh Suyatno (2024) pada remaja SMK menyimpulkan bahwa ada korelasi antara derajat kerohanian dengan derajat kecemasan dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $0,154^*$  yang artinya ada korelasi namun kategori kurang berarti. Nilai koefisien yang positif bermakna korelasi ke arah yang positif semakin baik tingkat kerohaniannya maka derajat kecemasan semakin ringan begitu juga sebaliknya jika derajat kerohanian rendah juga akan berdampak pada kejadian gangguan cemas.<sup>16</sup> Dalam penelitian oleh Chen dkk (2021), dinyatakan bahwa terdapat korelasi yang berarti antara kesejahteraan rohani dan kualitas hidup, kecemasan, dan depresi.<sup>6</sup> Penelitian oleh Widyastuti dkk (2021) juga menyebutkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami

kecemasan dan hal ini berkorelasi dengan tingkat spiritualitas yang tinggi.<sup>5</sup>

Sebuah tinjauan sistematis oleh Sari dkk (2021) yang menelusuri hubungan antara spiritualitas dan kecemasan pada keluarga pasien perawatan kritis, menemukan bahwa dari sembilan jurnal yang dianalisis peneliti, keluarga di ruang perawatan kritis sebagian besar memiliki kerohanian baik (72%) dan sebagian kecil memiliki kerohanian rendah (20%). Dalam penelitian ini kerohanian dipengaruhi oleh tingkat perkembangan. Semakin bertambah usia maka kerohanian seseorang akan semakin baik. Rata-rata responden yang mengalami kecemasan tinggi adalah responden berjenis kelamin perempuan dan berusia 30-60 tahun. Menurunnya kecemasan disebabkan oleh adanya layanan kerohanian yang diberikan kepada responden dalam bentuk doa. Pengaruh spiritualitas ini terjadi pada keluarga pasien, pasien pra operasi, dan penyakit kronis yang mengalami kecemasan luar biasa dan tidak terkendali. Dengan kerohanian yang baik, rata-rata kecemasan yang dialami berkurang seiring berjalannya waktu.<sup>17</sup>

### **Hubungan Antara Spiritualitas Dengan Stress Wanita Usia Subur (WUS)**

Berdasarkan tabel 6 menjelaskan korelasi kerohanian dengan tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Nilai koefisien korelasi menunjukkan angka  $-0.497$  dengan nilai  $p\ 0.003 < 0.05$ , maka dinyatakan terdapat korelasi yang berarti antara kerohanian dengan derajat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen. Pada nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kerohanian responden maka akan semakin rendah pula tingkat stress pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya. Penelitian Ubaidillah dkk (2023) juga mendapatkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara kerohanian dengan derajat stres

pada pasien diabetes.<sup>11</sup> Sebagian besar responden yang memiliki derajat kerohanian yang tinggi memiliki derajat stress yang rendah. Dalam penelitian oleh Kim & Seidlitz (2002) pada 113 mahasiswa berusia 17-22 tahun, kerohanian memperbaiki dampak stres sehari-hari yang dirasakan terhadap dampak negatif dan gejala fisik yang dilaporkan sendiri pada mahasiswa Korea.<sup>18</sup> Bhatnagar (2020), dalam penelitiannya terhadap 65 mahasiswa Diploma Pascasarjana Kesehatan dan Manajemen Rumah Sakit, menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kerohanian yang dirasakan dan stres yang dirasakan, artinya semakin tinggi tingkat kerohanian, maka tingkat stres akan menurun.<sup>19</sup>

Dalam sebuah review yang dilakukan oleh McClintock dkk. (2019) yang bertujuan untuk meninjau penelitian terbaru mengenai korelasi antara kerohanian dan stres dan bagaimana kerohanian dapat melindungi terhadap gangguan mental terkait stres, penelitian terbaru menunjukkan bahwa spiritualitas melindungi kita dari stres dan dampak buruknya. Penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas merupakan faktor ketahanan yang penting terhadap stres dan gejala sisa yang ditimbulkannya. Spiritualitas dapat berfungsi untuk melemahkan respons saraf terhadap respons terhadap stres, mengatur emosi selama terpapar stres, dan mencegah serta mengurangi psikopatologi terkait stres.<sup>20</sup>

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil riset kami yang dilakukan pada wanita usia subur (WUS) di Desa Peniwen, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang, menggunakan kuesioner *pre test* berupa *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) dan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara kerohanian dengan tingkat kecemasan dan stress namun terdapat hubungan (sangat lemah) yang tidak berarti antara spiritualitas dengan derajat depresi pada WUS jemaat gereja di desa Peniwen.

Berdasarkan hasil dan kesimpulan riset tentang korelasi antara kerohanian dengan kesehatan mental pada WUS di GKJW Peniwen, didapatkan bahwa hampir semua responden memiliki kerohanian yang tinggi dan tidak ada yang memiliki spiritualitas yang rendah namun dari variabel kesehatan mental (depresi, kecemasan, dan stress) memiliki lebih banyak variasi tingkatan, oleh karena itu diharapkan untuk peneliti berikutnya dapat melakukan riset dengan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kesehatan mental selain kerohanian atau penelitian ini mungkin dapat dilanjutkan dengan melibatkan lebih banyak variasi responden baik dari segi usia, pekerjaan, status pernikahan, dan pekerjaan sehingga lebih memberikan gambaran yang lebih luas.

### Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra Surabaya khususnya Program Studi Pendidikan Profesi Dokter atas hibah yang diberikan untuk penelitian ini.

### Referensi

1. American Psychiatric Association, 2013. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
2. World Health Organization, 2021. Depression. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
3. World Health Organization, 2019. Anxiety disorders. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
4. Chaves, E., Iunes, D., Moura, C., Carvalho, L., Terra, A. & Carvalho, E., 2015. Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. *Revista brasileira de enfermagem*, 68, pp. 504-509. doi:10.1590/0034-7167.2015680318i.
5. Widyastuti, M. et al., 2020. The correlation of spiritual status and anxiety level in patients with pulmonary tuberculosis. *Jurnal Ners*, 15(1Sp), pp.

- 67–71. doi:10.20473/jn.v15i1sp.18946.
6. Chen, J. et al., 2021. Association between spiritual well-being, quality of life, anxiety and depression in patients with gynaecological cancer in China. *Medicine*, 100(1). doi:10.1097/md.00000000000024264.
  7. Nath, B. & Yadav, S. K., 2023. Daily spiritual experiences among medical students of North India. *Journal of Preventive Medicine and Holistic Health*, 4(1), pp. 35-40.
  8. Dewi, R., 2021. Pengaruh aktivitas fisik dan mindfulness terhadap kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), pp. 123-135. doi:10.1234/jpi.v8i2.456.
  9. Sulistiyowati, L. et al., 2022. The relationship between spirituality level and the incidence of depression: A study on eleventh-grade students at Pondok al-Hidayat Islamic Boarding School Krasak Demak. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 11(1), pp. 14–24. doi:10.20473/jps.v11i1.28009.
  10. Adyatma, M. A., Murtaqib, M. & Setioputro, B., 2019. Hubungan spiritualitas Dengan Stres Pada penderita Hipertensi di Poli Jantung RSUD Dr. H. Koesnadi-Bondowoso. *Pustaka Kesehatan*, 7(2), p. 88. doi:10.19184/pk.v7i2.19120.
  11. Ubaidillah, Z. et al., 2023. Korelasi Tingkat spiritualitas Dengan Tingkat stress Pada Klien diabetes tipe 2. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(1), pp. 1–10. doi:10.33366/jc.v11i1.3979.
  12. Park, C. L., Pargament, K. I. & Thoresen, C. E., 2019. Daily Spiritual Experiences, Social Support, and Depression in Older Adults. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 4(2).
  13. Wiksuarini, E., Haerani, B., & Amrullah, M. (2021). Spiritualitas dan depresi pada pasien kanker. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 9(2), 93-99.
  14. Bamonti, P., Lombardi, S., Duberstein, P.R., King, D.A., Orden, K.A.V. (2016). Spirituality Attenuates the Association Between Depression Symptom Severity and Meaning in Life. *Aging Ment Health*, 20(5), 494-499.
  15. Bahtiar, B., Said, N.R. (2023). Correlation Between Depression, Anxiety and Stress Levels with Spirituality Levels in Clients at the Narcotics Rehabilitation Centre Baddoka Makassar. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(1), 74-80
  16. Suyatno, S., Setyowati, S., Ratnawati, R., Mahmudah, A. M., & Agustiningasih, A. (2024). Spiritualitas dan Kecemasan pada Remaja SMK. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(2), 419-428.
  17. Sari, N.A., Widyastuti, M., Rifah, P.A. (2021). Spirituality and Anxiety in Critical Care Patients' Families: A Systematic Review. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 9(1), 1-12
  18. Kim, Y., Seidlitz, L. (2002). Spirituality Moderates the Effect of Stress on Emotional and Physical Adjustment. *Personality and Individual Differences*, 32(1), 1377-1390
  19. Bhatnagar, A. (2020). An Assessment of Spirituality and Its Relationship to Stress with Special Reference to Post Graduation Diploma in Hospital and Health Management Student. *Research*, 8(1), 86-95
  20. McClintock, C.H., Worhunsky, P.D., Potenza, M.N. (2019) How Spirituality May Mitigate Against Stress and Related Mental Disorder: A Review and Preliminary Neurobiological Evidence. *Current Behavioral Neuroscience*, 6(1), 253-262.