

**TINGKAT RELIGIUSITAS BERHUBUNGAN DENGAN
TINGKAT STRES PADA LANSIA:
*LITERATUR REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



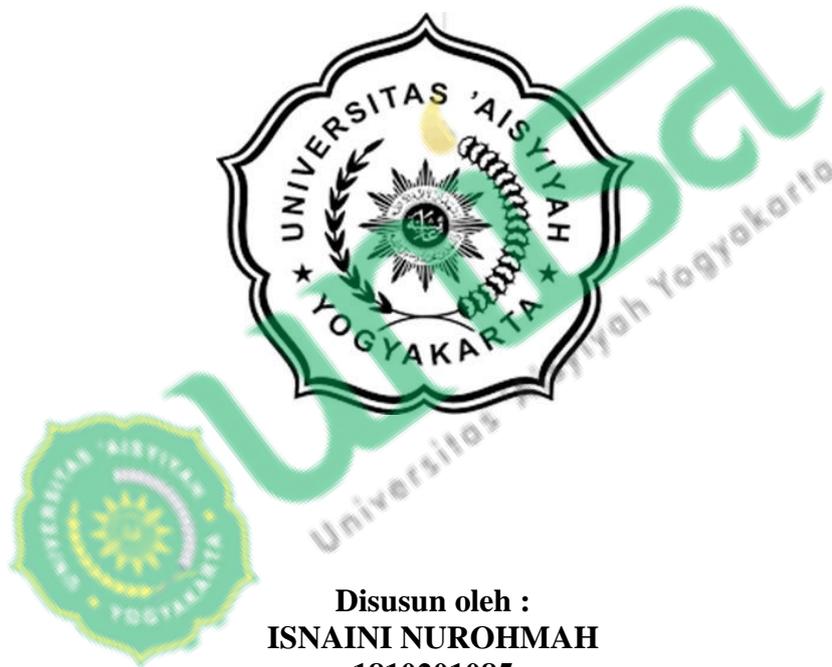
**Disusun oleh:
ISNAINI NUROHMAH
1810201085**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

**TINGKAT RELIGIUSITAS BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT
STRES PADA LANSIA:
*LITERATUR REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh :
ISNAINI NUROHMAH
1810201085**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

TINGKAT RELIGIUSITAS BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES PADA LANSIA

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:
ISNAINI NUROHMAH
1810201085

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : DEASTI NURMAGUPHITA, S.Kep.,Ns., M.Kep, Sp.Kep.J
05 September 2022 13:43:51



TINGKAT RELIGIUSITAS BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES PADA LANSIA: *LITERATURE REVIEW*¹

Isnaini Nurohmah², Ns. DeastiI Nurmaguphita, M. Kep., Ns.,Sp. Kep. J.³

²Isnaini.Nurohmah23@gmail.com ³deastinurma@gmail.com

ABSTRAK

Stres merupakan kondisi fisiologis dan psikologis yang tidak seimbang antara tuntutan dan kemampuan diri yang akan mengancam kesejahteraan dan integritas seseorang. Dampak dari stres apabila tidak segera diatasi akan menimbulkan kemunduran fisik yang mampu mempengaruhi kualitas hidup lansia. Usia mampu membuat lansia tertarik dengan agaman. Religiusitas mampu menjadi usaha lansia mengurangi tingkat stres. Semakin tinggi tingkat religiusitas lansia maka semakin rendah tingkat stres yang dialami lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia dengan penelusuran *literature*. Penelitian ini merupakan penelitian *literature review* dengan (*JB*) *Critical Appraisal* menggunakan *study cross sectional*. Menggunakan lima jurnal Bahasa Inggris dan bahasa Indonesia dengan *Google Scholar* dan Portal Garuda kata kunci religiusitas, stres dan lansia. Sedangkan pada *Pubmed* menggunakan kata kunci *religiousness*, *stress* dan *the elderly* yang diakses secara *full-text*. Hasil tingkat stres lansia berada pada tingkat stres sedang disebabkan karena faktor fisik, sosial dan psikologis. Tingkat religiusitas lansia berada pada tingkat tinggi dari penilaian akidah, ibadah dan akhlak. Penelitian ini terdapat hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia. Semakin tinggi tingkat religiusitas lansia maka semakin rendah tingkat stres yang dialami lansia. Penelitian menunjukkan bahwa empat dari lima artikel terdapat adanya hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia. Diharapkan penelitian ini mampu menambah ilmu pengetahuan dan sebagai motivasi lansia meningkatkan religiusitas seperti beribadah, zakat, puasa, mengikuti pengajian dan membaca kitab suci.

Kata Kunci : Religiusitas, Stres, Lansia
Daftar Pustaka : 6 buku (2011-2015), 25 jurnal, 3 website
Halaman : 51 halaman, 2 gambar, 3 table, 4 lampiran

¹ Judul Skripsi

² Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen Program Studi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE LEVEL OF RELIGIOSITY ASSOCIATED WITH STRESS LEVEL IN THE ELDERLY: A LITERATURE REVIEW ¹

Isnaini Nurohmah ², Ns. Deasti Nurmaguphita, M. Kep.Sp. Kep. J. ³

²Isnaini.Nurohmah23@gmail.com ³deastinurma@gmail.com

ABSTRACT

Stress is a condition in which the physiological and psychological unbalanced between the demands and abilities of the self will threaten the welfare and integrity of a person. The impact of stress if it is not immediately addressed will cause physical deterioration that can affect the quality of life of the elderly. Age can make the elderly interested in religion. Religiosity can also be an effort for the elderly to reduce stress levels. The higher the elderly's level of religiosity, the lower the level of stress experienced by them. The study aimed to determine the relationship between the level of religiosity with stress levels in the elderly by searching the literature. This study is a literature review research with a Critical Appraisal (JBI) approach and used a cross-sectional study. Researchers used five journals in English and Indonesian from several sources, namely Google Scholar and Portal Garuda; the keywords were religiosity, stress, and the elderly. While in Pubmed, researchers used the keywords religiousness, stress, and the elderly which were accessed in full text. The results of the elderly's stress level are a moderate level of stress caused by several factors such as physical, social, and psychological. The elderly's religiosity level is at a peak level from the assessment of faith, worship, and morals. This study found a relationship between the level of religiosity with the stress level in the elderly. The higher the religiosity level of the elderly, the lower the stress level experienced by the elderly. Research shows that four out of five articles describe a significant relationship between the level of religiosity and stress levels in the elderly. Hopefully, this research can increase the elderly's knowledge and motivate them to improve their religiosity, for instance, their worship, zakat, fasting, attending recitations, and reading holy books.

Keywords : Religiosity, Stress, Elderly
References : 6 Books (2011-2015), 25 Journals, 3 Websites
Number of Pages : 51 Pages, 2 Figures, 3 Tables, 4 Appendices

¹ Title

² Student of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Tahap pertumbuhan manusia setelah fase dewasa tengah adalah fase dewasa akhir atau lansia. Menurut Peraturan Pemerintah RI Nomor 43 tahun 2004, lanjut usia merupakan seseorang dengan usia telah mencapai 60 tahun atau lebih. Perubahan fisik yang terjadi pada lansia akan menyebabkan timbulnya permasalahan psikologis sehingga akan mempengaruhi kondisi kesehatan mental lansia (Setyarini *et al.*, 2022). Gangguan psikologis yang dialami lansia disebabkan karena perubahan penurunan sosial ekonomi, pensiun, keterbatasan kemampuan fisik, dan sakit kronis (Gati *et al.*, 2016). Populasi lansia di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak hampir dari total penduduk 27,1 juta orang (10%), dan pada tahun 2025 diperkirakan meningkat menjadi 33,7 juta orang (11,8%) (Setyarini *et al.*, 2022). Peningkatan penduduk lansia disebabkan karena penurunan angka fertilitas penduduk, perbaikan status kesehatan, status transisi epidemiologi, peningkatan usia harapan hidup (UHH), serta perubahan gaya hidup (Hisbullah, 2017). Peningkatan jumlah lansia ini mampu menimbulkan permasalahan secara fisik, biologis, sosial ekonomi, dan mental.

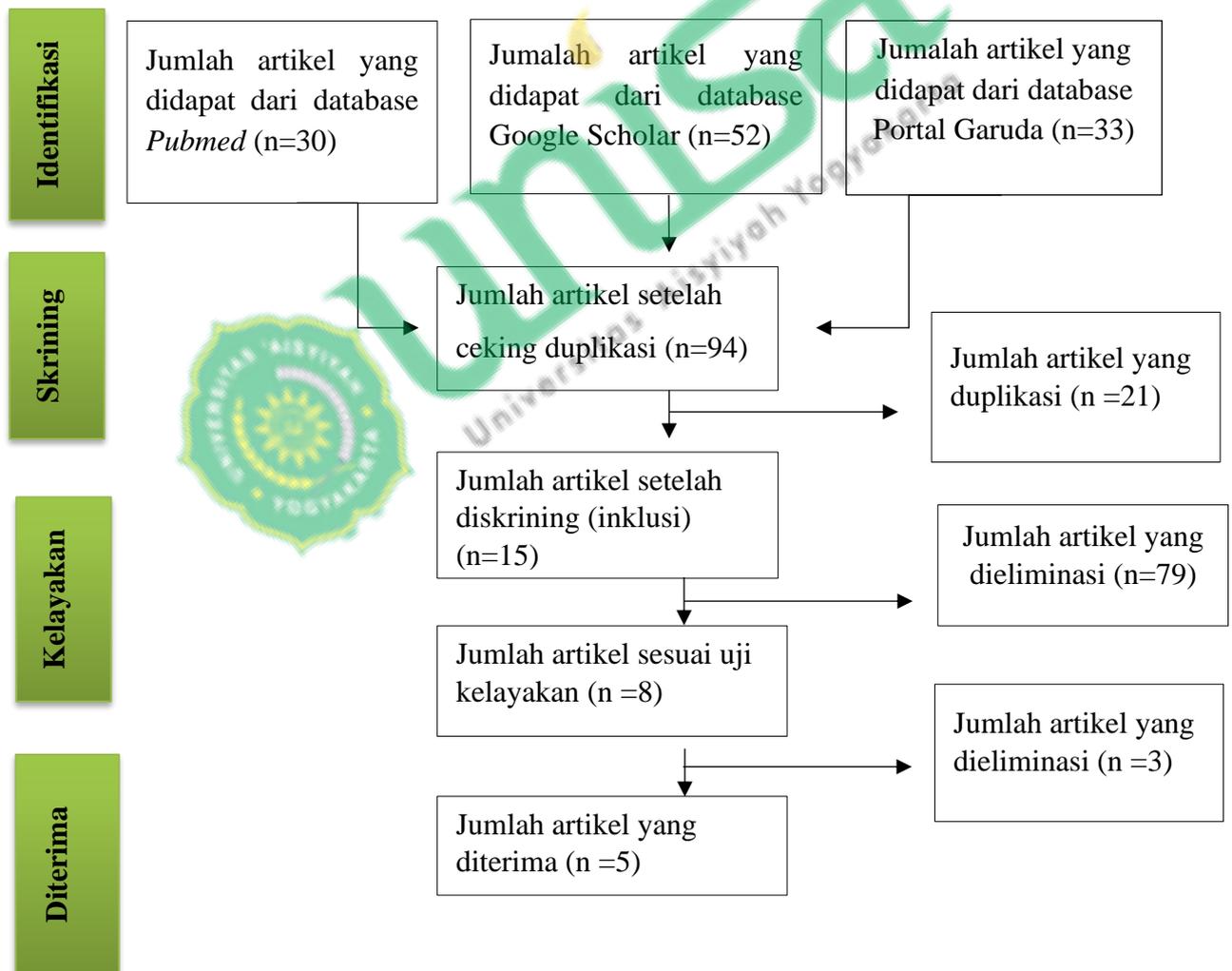
Lansia rentang terhadap stres dan kecemasan yang diakibatkan karena penurunan harga diri, pengurangan aktivitas dan stimulasi, kehilangan teman dekat dan orang tersayang, kehilangan kemandirian fisik, dan penyakit kronis. Hasil penelitian WHO dalam Setyarini 2022 menunjukkan 24,5% lansia mengalami tingkat stres berat dan 24,5 % sangat berat, serta 32,1 % berada pada depresi sedang (Setyarini *et al.*, 2022). Upaya yang dilakukan pemerintah mengenai kesejahteraan lansia, diatur dalam undang-undang No.13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia. Gejala stres pada lansia dapat dilihat dari perubahan emosi yang labil, mudah tersinggung, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan, dan perasaan tidak berguna (Kaunang *et al.*, 2019). Dampak dari stres pada lansia apabila tidak segera diatasi akan menimbulkan kemunduran fisik yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pada lansia.

Kekebalan dan daya tahan seseorang terhadap stres sangat berhubungan dengan tingkat keimanan dan religiusitas dari berbagai permasalahan kehidupan dengan stressor psikososial (Hisbullah, 2017). Orang akan lebih tertarik pada agama ketika berusia lanjut dan akan menjadi lebih religius, karena religiusitas akan cenderung stabil sepanjang kehidupan seseorang (Ningrum & Suhariyanti, 2016). Menurut Jalanudin (2016) kehidupan beragama akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang dan cenderung menunjukkan hubungan yang kuat antara religiusitas dengan kesejahteraan. Penuaan mampu meningkatkan partisipasi terhadap religiusitas, karena meningkatnya integrasi, keinginan akan dukungan sosial, dan kebutuhan mengenai makna hidup (Kosalina, 2018).

Religiusitas adalah ekspresi spiritual terhadap keyakinan yang dianut seseorang, terdapat nilai yang dipahami, dan memiliki hukum serta ritual yang dilaksanakan. Religius dalam islam dapat dilakukan dengan sholat, berpuasa, mengikuti pengajian (do'a), dan dzikir (Azmi *et al.*, 2021). Religius dapat meningkatkan kesehatan mental dan fisik dengan meningkatkan harga diri dan kemampuan diri, terutama pada populasi lansia (Kosalina, 2018). Menurut penelitian Andy H, dkk (2018) semakin baik religiusitas yang dimiliki lansia maka semakin rendah tingkat stres yang dialami lansia. Berdasarkan urain tersebut, maka peneliti tertarik ingin mengetahui tingkat religiusitas berhubungan dengan tingkat stres pada lansia (Hisbullah, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia berdasarkan penelusuran *literature*.

METODE

Pencarian artikel penelitian menggunakan *database Google Scholar*, Portal Garuda dan *Pubmed*. Pencarian menggunakan *database Google Scholar* dan Portal Garuda dengan kata kunci “Religiusitas” DAN “Stres” DAN “Lansia”. Sedangkan pada *Pubmed* menggunakan kata kunci *Religiousness AND Stress AND The Elderly*. Penelusuran dilakukan sampai April 2022. peneliti menemukan 115 artikel yang sesuai dengan kata kunci dan dilakukan skrining. Terdapat artikel yang diduplikat atau artikel ganda sebanyak 21 artikel, sehingga didapatkan 94 artikel. *Assessment* kelayakan 94 artikel dilakukan skrining sesuai dengan kriteria inklusi dan eklusi dan mendapatkan 15 artikel yang susuai dan 79 tereliminasi. Dari 15 artikel dilakukan penilaian uji kelayakan *JBI Critical Appraisal* menggunakan *cross-sectional* sehingga didapat 8 artikel. Dari 8 artikel terdapat 5 artikel yang diatas 50%, sedangkan artikel yang dieliminasi terdapat 3 artikel. Masing-masing ditolak karena tidak jelas, tidak ada penjelasan kriteria uji validitas, dan penjelasan faktor pengganggu. Kelima artikel yang diterima berasal dari *database* berupa *google scholar* 3 artikel, Portal Garuda 1 artikel, dan dari *Pubmed* 1 artikel. Proses penelusuran dan review literature data dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1
Hasil Pencarian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelusuran literatur mengenai hubungan perawatan paliatif dengan kualitas hidup anak leukemia dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1.
Hasil pencarian *Literature Review*

No	Judul/Penulis/Tahun	Tujuan Penelitian	Jenis Penelitian	Metode Penelitian	Sampel	Hasil
1.	Coping Strategy, Religiosity, and Chronic Elderly's Life Satisfaction (Syelia Methasari, Diah Krisnatuti (2018))	Untuk menganalisis perbedaan coping strategi, religiusitas, dan kepuasan hidup pada lansia dengan penyakit kronis	<i>Cross-Sectional</i>	Metode <i>accidental sampling</i> , dilakukan dengan metode primer dan sekunder. Data yang diperoleh melalui editing, coding, scoring, entry, cleaning, dan analisis data yang akan diolah dengan Microsoft Excel dan SPSS 22.0 for Windows.	Sebanyak 60 dengan 30 responden wanita dan 30 pria lanjut usia yang memiliki penyakit kronis dengan rawat jalan di Rumah Sakit Medika Dramaga, Kabupaten Bogor, Indonesia, lansia yang usianya di atas 60 tahun (65 sampai 90 tahun), dan beragama islam	Semakin lama lansia menderita suatu penyakit maka strategi coping dan kepuasan hidup akan semakin tinggi. Religiusitas lansia memiliki hubungan positif dengan kepuasan lansia ($r = 0,439$, $p < 0,01$) yaitu semakin tinggi religiusitas lansia maka semakin tinggi kepuasan hidupnya.
2.	Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Ellen Pandaunan, Frendy Fernando Pitoy, Lovely Jellita Najooan (2022)	Untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder	<i>Cross-Sectional</i>	Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner <i>Centrality of Religiosity Scale (CRS-15)</i> , dan kuesioner <i>Depression Skale (GDS-15)</i> dilanjutkan pengolahan menggunakan SPSS.	Menggunakan total sampling yaitu sebanyak 56 lansia yang berusia 60 tahun keatas. Bisa mendengar, berdomisili di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder, dan bersedia menjadi responden.	Religiusitas Lansia Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder: tinggi (53,6%), rendah (46,4%). Tingkat Depresi Lansia Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder, ringan (57,1%), Normal (39,3%), Berat (3,6%). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder dengan nilai $p\text{ value} = 0,266 >$ lebih besar dari nilai $\alpha = 0,5$

3.	<p>Hubungan Antara Kelelahan dan Kualitas Hidup Anak Kanker yang Menjalani Pengobatan (Ambrella et al., 2021).</p>	<p>Untuk mengidentifikasi apakah kelelahan dapat mempengaruhi kualitas hidup anak dengan kanker yang menjalani pengobatan.</p>	<p>Penelitian Kuantitatif</p>	<p>Penelitian deskriptif korelasi dengan rancangan Cross-Sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik <i>accidental sampling</i>.</p>	<p>Sebanyak 45 responden pasien kanker anak dengan kriteria inklusi anak yang berusia 2-18 tahun dengan menggunakan kuesioner <i>PedsQoL Generic Core Scales 4.0</i></p>	<p>Didapatkan hasil penelitian bahwa hubungan kelelahan terhadap kualitas hidup pada anak kanker (<i>nilai p = 0,031</i>) menunjukkan rerata skor kelelahan anak kanker yang menjalani pengobatan yaitu 46.80 (semakin tinggi skor kelelahan semakin ringan kelelahan yang dirasakan) sedangkan sebanyak 34 anak atau (72,6%) mempunyai kualitas hidup yang terganggu.</p>
4.	<p>Pengaruh Mediasi Sholat Terhadap Tingkat Stres Dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Militus Di Palembang (Suratun, 2022)</p>	<p>Untuk mengetahui pengaruh meditasi sholat terhadap tingkat stres dan kadar gula darah pasien diabetes melitus di Palembang.</p>	<p><i>Cross-Sectional</i></p>	<p>Dengan analisa data Univariate dan Bivariate, Uji Chi-Square.</p>	<p>Semua pasien yang menderita diabetes melitus di klinik Symponi Danarieva Medika Palembang berjumlah 44 pasien.</p>	<p>Jenis kelamin lebih banyak yaitu 24 (54,5%) dari 44 responden. Ketepatan sholat lebih banyak yaitu dari 44 terdapat 35 (79,5%) Tingkat stres sedang (50.0%) Gula darah sewaktu dalam batas normal lebih banyak 34 (77,3%) dari 44 responden. Didapatkan p value 0,018 lebih kecil dari $\alpha=0,05$ artinya ada pengaruh sholat dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di klinik Symponi Danarieva Medika Palembang 2020 P = 0.40 artinya ada pengaruh sholat dengan tingkat stres pasien diabetes melitus.</p>
5.	<p>Hubungan Spiritualitas dengan Stres Lansia Di Puskesmas Palembang Koerniawan, Uci Candrawulan (2018)</p>	<p>Untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan stres lansia di Palembang</p>	<p><i>Cross-Sectional</i></p>	<p>Menggunakan <i>Religious Comittment Inventory (RCI)</i> dan <i>Perceived Stress Scale (PSS)</i> ,</p>	<p>118 Lansia yang diambil dengan cara purposif dan simple dengan rumus Slovin didapatkan</p>	<p>Analisis univariat -analisis deskriptif spiritualitas dan stres pada lansia memiliki tingkat spiritualitas sedang (skore 22-37) dengan simpangan baku 7,551 - rerata tingkat stres pada lansia verada ada tingkat sedang (skore</p>

dengan menggung akan korelasi Pearson's .	63 responden ditambah dengan sampling eror 13% sehingga berjumlah 72 responden, lansia dengan usia 45-74 tahun, bertempat tinggal di kelurahan Pakjo, bisa membaca dan menulis, tidak mengalami gangguan penglihatan dan pendengara n, dan bersedia menjadi responden.	14-27) dengan simpang baku 5,642. Variasi spiritualitas berada pada rentang 23,479- 38,581 dan skor stres berada pada rentang 14,828-26,112. Analisis bivariat Terdapat hubungan yang signifikan antara siritualitas dengan stre (p=0,023) -Bersifat negatif dengan tingkat korelasi lemah (r=0,0267) dengan simpulan semakin tinggi tingkat spiritualitas lansia maka akan semakin rendah tingkat stresnya. diabetes melitus.
--	---	--

Religiusitas adalah tingkat pengetahuan seseorang terhadap suatu keyakinan yang dianutnya, nilai yang dipahami, hukum yang berlaku dan ritual yang harus dipatuhi oleh penganutnya (Azmi et al., 2021). Religiusitas dalam islam berupa pelaksanaan sholat, puasa, doa, dan zikir dimana mampu meningkatkan taraf kesehatan khususnya pada lansia (Azmi et al., 2021). Religiusitas memiliki nilai dalam islam yaitu nilai iman, ibadah, dan aklak (Methasari et al., 2019).. Menurut Glock dan Start 1988 (dalam Methasari et al., 2019) dimensi religiusitas tercermin dari keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama, dan konsekuensi. Fungsi dari religiusitas juga sebagai edukatif atau pembimbing, penyelamat, pendamai diri, transformasi perubahan, dan sebagai kontrol sosial sehingga seseorang akan memiliki kepribadian yang lebih baik (Azhari Nanang, 2018).

Religiusitas dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, pendidikan, usia, tekanan sosial, pengalaman yang pernah didapatkan, dan proses pemikiran atau intelektual. Perubahan fungsi, proses kehilangan pekerjaan atau pensiun dan kematian orang tersayang mampu memicu terjadinya stres sehingga lansia rentan mengalami penyakit karena menurunnya sistem imun. Proses kehilangan pada lansia menjadi predisposisi stres yang apabila tidak dilakukan manajemen dengan baik akan menyebabkan depresi pada sebagian lansia. Penyebab stres menurut (Nasir & Abdul, 2011) dibedakan menjadi stres minor dan stres mayor.

Penelitian (Koerniawan & Candrawulan, 2018) menjelaskan terdapat hubungan yang signifikan antara spiritual dengan stres karena semakin tinggi spiritualitas lansia maka semakin rendah tingkat stresnya. Stres lansia diakibatkan karena penurunan fungsi tubuh,

kehilangan, penyakit, dan penurunan dukungan keluarga. Hal ini membuat lansia melakukan pendekatan spiritual dan dukungan religius dengan baik. Tingkat spiritualitas juga dapat membuat lansia memiliki kontrol diri yang baik sehingga terbentuk gaya hidup baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hisbullah (2017) terdapat hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat stress pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta. Semakin tinggi religiusitas lansia maka semakin rendah tingkat stres yang dialami lansia.

Penelitian oleh Padaunan *et al.*, (2016) religiusitas pada lansia di desa Kolongan Atas menunjukkan sebagian besar lansia memiliki religiusitas yang tinggi. Ketika seseorang berusia 60 tahun keatas, maka akan terjadi proses menua yang mengakibatkan penurunan fungsi secara keseluruhan. Namun dalam penelitian Padaunan *et al.*, (2016) tidak ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat depresi pada lansia di Desa Kolongan Atas Kecamatan Sonder.

Menurut (Azmi *et al.*, 2021) depresi pada lansia menjadi masalah kesehatan mental yang akan menurunkan kualitas hidup. Mudah marah, kelelahan, mudah tersinggung menjadi gejala depresi pada lansia. Ketika lansia mengalami stres, depresi, kecemasan maka lansia akan mencari sebuah kompensasi dengan cara mendekati diri kepada sang pencipta, melalui ritual keagamaan, dan penyembahan. Seseorang ketika berusia 60-74 tahun akan mengalami kelemahan yang membuat kesadaran akan dekat kematian dan menyebabkan spiritual mulai meningkat. Tingkat religiusitas yang tinggi dibutuhkan agar terhindar dari perasaan depresif.

Kegiatan religiusitas islam seperti sholat berjamaah, mendengarkan ceramah agama, puasa, dzikir, membaca al-qur'an dimana mampu membuat perasaan seseorang menjadi damai dengan keinginan meninggal secara terhormat dan masuk surga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sutioningsih *et al.*, 2019) bahwa setelah dilakukan terapi mediasi (berzikir) terdapat perbedaan nilai tingkat stress lansia. Penurunan tingkat stress pada lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto setelah dilakukan terapi meditasi (dzikir) sebanyak 35%. Sehingga meditasi bisa dijadikan pengobatan alternatif dalam penurunan stress pada usia lansia.

Suratun (2022) memaparkan bahwa sholat dengan khusuk sebagai teknik rileksasi dengan menghambat syaraf simpatik dalam merespon stress karena dapat menimbulkan perasaan tenang. Sholat juga membuat aktivitas fisiokal yang mampu merileksasikan badan dan jiwa dari ketidaknyamanan yang akan menumbuhkan kedamaian dan kepuasan sehingga mampu menentraman jiwa. Ketika sholat dijalankan dengan khusuk, ikhlas, dan rutin dapat membuat motivasi positif dan mengaktifkan emosi positif sehingga dapat terhindar dari reaksi stress. Sehingga pada penelitian yang dilakukan Suratun (2022) terdapat pengaruh sholat dengan tingkat stress pasien diabetes. Hal ini disebabkan karena religiusitas mampu membuat seseorang mengurangi efek negatif seperti stress, cemas, gelisah, dan putus asa.

Menurut Methasari *et al.*, (2019) penurunan kondisi fisik membuat penurunan pada organ tubuh terganggu sehingga dapat menimbulkan penyakit kronis dan berdampak pada peningkatan stress pada lansia. Strategi untuk penurunan tingkat stress salah satunya dengan pendekatan spiritual. Religiusitas berhubungan dengan kepuasan hidup, sehingga semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi juga tingkat kepuasan hidup lansia. Penelitian hampir sama (Ayuningtias Agnes U.H, 2018) menyimpulkan bahwa religiusitas meningkat karena lansia merasakan perasaan tenang dan damai setelah melakukan ritual agama atau kegiatan religiusitas sehingga mempengaruhi kepuasan hidup lansia di Bali.

SIMPULAN

Stres merupakan reaksi fisiologis dan psikologis yang tidak seimbang antara tuntutan dengan kemampuan diri seseorang untuk mengatasinya. Ketika lansia mengalami stres, tertekan, dan depresi usaha lansia untuk mengurangi tingkat stres dengan mendekati diri kepada Sang Pencipta dan meningkatkan religiusitas. Berdasarkan hasil *literature review* dari lima artikel diatas mengenai tingkat religiusitas berhubungan dengan tingkat stres pada lansia, bahwa empat dari lima artikel menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia. Lansia dengan tingkat religiusitas yang tinggi akan mengalami tingkat stres yang rendah. Sedangkan pada lansia dengan tingkat religiusitas yang rendah cenderung mengalami tingkat stres yang tinggi.



DAFTAR PUSTAKA

- Ambrella, F. J., Utami, A., & Wisanti, E. (2021). Hubungan Kelelahan Terhadap Kualitas Hidup Anak Dengan Kanker Yang Menjalani Pengobatan. *Medica Hospitalia : Journal of Clinical Medicine*, 8(3), 344–350. <https://doi.org/10.36408/mhjem.v8i3.624>
- Ayuningtias Agnes U.H. (2018). *Religiusitas Sebagai Faktor Pendukung Kepuasan Hidup Lansia di Bali*. 2(1), 53–61.
- Azhari Nanang. (2018). *Hubungan Religiusitas dengan Kenakalan Siswa Kelas XI di MAN Sleman Yogyakarta*.
- Azmi, R., Emilyani, D., Rusdianah Jafar, S., Putu Sumartini, N., Keperawatan, J., & Kemenkes Mataram, P. (2021). *Hubungan Religiusitas dengan Kejadian Depresi Pada Lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika*. <http://jkipoltekkemataram.ac.id/index.php/bnj/index>
- Gati, N. W., Susanti, Y., & Putri, E. (2016). *Peningkatan Integritas Diri Dansia Melalui Terapi Kelompok Terapeutik dan Reminiscence*. 4, 31–39.
- Hisbullah, A. (2017). *Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Tingkat Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta*. https://doi.org/10.11164/jjsps.16.4_704_3
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., Kallo, V., Studi, P., Keperawatan, I., & Kedokteran, F. (2019). *Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia* (Vol. 7, Issue 2).
- Koerniawan, D., & Candrawulan, U. (2018). *Hubungan Spiritualitas Dengan Stres Lansia Di Puskesmas Pakjo Palembang*. 15(2), 1–23.
- Kosalina, N. (2018). Gambaran Kesejahteraan Subjektif Lansia Yang Aktif Dalam Kegiatan Religius. *Jurnal Psibernetika*, 11(1), 31–46. <http://journal.ubm.ac.id>
- Methasari, S., Krisnatuti, D., & Sciences, C. (2019). Coping Strategy, Religiosity, and Chronic Elderly's Life Satisfaction. *Journal of Family Sciences*, 3(2), 42–54. <https://doi.org/10.29244/jfs.3.2.42-54>
- Nasir, A., & Abdul, M. (2011). *Dasar-dasar keperawatan Jiwa*. Salemba Medika.
- Ningrum, D. P., & Suhariyanti, E. (2016). *Hubungan tingkat spiritualitas dengan tingkat stres di Desa Ngargomulyo Magelang*. 6–21.
- Padaunan, E., Pitoy, F. F., & Najoan, L. J. (2016). *Hubungan Religiusitas dengan Tingkat Depresi Pada Lansia*.
- Setyarini, E. A., Niman, S., & Parulian, T. S. (2022). *Prevalensi Masalah Emosional : Stres , Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjut*. 4(1), 21–27.
- Suratun. (2022). *Pengaruh Meditasi Sholat Terhadap Tingkat Stres Dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Palembang*. 11(November 2020), 35–42.
- Sutioningsih, S., Suniawati, S., & Hamsanikeda, S. (2019). Pengaruh Terapi Meditasi (Dzikir) terhadap Tingkat Stres pada Lansia. In *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)* (Vol. 7). <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/index>