

Hubungan Religius Spiritual Dengan Stres Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Hipertensi

Nurul Khusnul Khotimah

Rasdiyanah

Prodi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Faculty, UIN Alauddin Makassar

Alamat Korespondensi:

Nurul Khusnul Khotimah
Keperawatan Medikal Bedah dan Komunitas
UIN Alauddin Makassar
081337063533
Email: nurul.khusnul@uin-alauddin.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Ibu rumah tangga merupakan kelompok rentan terkena stres. Stres merupakan salah satu penyebab terjadi hipertensi. Ibu rumah tangga yang mengalami stres memiliki tingkat religious spiritual yang berbeda-beda. Spiritual religious merupakan salah satu factor yang mempengaruhi tingkat stress seseorang sehingga berdampak pada tekanan darah. Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di daerah Sulawesi Selatan dengan besar sampel 246 yaitu ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi dengan menggunakan *non probability sampling* dengan *accidental sampling*. Instrumen efikasi diambil dari kuesioner yang sudah dilakukan modifikasi oleh Rasdiyanah, (2020), Instrumen *religious spiritual coping* dan Instrumen stres menggunakan PSS (Perceived Stress Scale) dan analisa bivariante menggunakan *spermank rank*. Hasil: Hasil bahwa ada hubungan antara religious spiritual dengan stres pada ibu rumah tangga dengann hipertensi sebesar 0.002 ($P < 0.05$). Kesimpulan: Religius spiritual pada ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi merupakan salah satu penyebab terjadinya stres pada ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi; Ibu Rumah Tangga; Stres; Religius Spiritual

ABSTRACT

Introduction: Housewives were a group susceptible to stress. Stress was one of the causes of hypertension. Housewives who experienced stress had different levels of religious spirituality. Spiritual religion was one of the factors that affected a person's stress level so that it had an impact on blood pressure. Methods: This research uses analytic correlation research with cross sectional approach. The research location is in South Sulawesi with a sample size of 246, namely housewives who have hypertension using non-probability sampling with accidental sampling. The efficacy instrument was taken from a questionnaire that had been modified by Rasdiyanah, (2020), spiritual religious coping instruments and stress instruments using PSS (Perceived Stress Scale) and bivariate analysis using spermank rank. Result: Based on the results of statistical tests between variables using Spearman's rank, the results showed that there was a relationship between religious spirituality and stress in housewives with hypertension of 0.002 ($P < 0.05$). Conclusion: Spiritual religion in housewives who had hypertension was one of the causes of stress in housewives who had hypertension

Keywords: Hypertension; Housewife; Stres; Spiritual Religion.

PENDAHULUAN

Semua teks menggunakan font 12, satu Asia tenggara memiliki prevalensi hipertensi sebesar 25% dari total penduduk dan berada di posisi ke-3 dunia (Kemenkes, 2019). Tingginya angka kematian yang disebabkan oleh hipertensi, terjadi akibat transisi epidemiologi karena adanya perubahan sosial ekonomi, lingkungan, dan gaya hidup masyarakat yang mengadopsi perilaku tidak sehat seperti pola makan yang tidak sehat, aktivitas fisik yang pasif, merokok, dan konsumsi minuman beralkohol sangat berdampak terhadap meningkatnya tekanan darah dalam tubuh (Khalesi S, 2016).

Prevalensi Indonesia sendiri mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 25.8% menjadi 34.1% tahun 2018. Pada Riskesdas (2013) prevalensi hipertensi di Sulawesi Selatan yakni sebesar 28,1%, namun pada Riskesdas (2018) prevalensi hipertensi meningkat menjadi 31,68%. Angka prevalensi yang ada di Sulawesi selatan berada dibawah angka prevalensi Nasional akan tetapi mengalami kenaikan sebesar 3.58%. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herawati (2022) bahwa ibu rumah tangga dengan hipertensi ternyata mengalami stress diantaranya stress ringan sebanyak 26,3%, stress sedang 56,3 dan stress berat 17,5% (Apreviadizy et al, 2018).

Ibu rumah tangga (IRT) merupakan bagian dari agregat dewasa yang memiliki kerentanan, terlebih jika tidak mampu menjaga pola hidup dan kesehatan mental (Riskesdas, 2013). IRT merupakan kelompok yang memiliki kerentanan karena tugas yang monoton terhadap kegiatan yang sebagian besar dikerjakan di dalam rumah. Hal tersebut dapat mengakibatkan timbulnya stres akibat besarnya tanggung jawab dalam melakukan pekerjaan yang sama setiap harinya, terlebih lagi dilakukan di tempat yang sama, dan juga kadang kala tertutup dengan aktivitas di luar rumah (Nosratabadi, M., & Owhady, L). Hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita yang bekerja memiliki kesehatan mental yang lebih baik dari pada IRT (Putri, K. A. K., & Sudhana, H., 2013).

Penelitian mengungkapkan bahwa kondisi stres memerlukan penanganan dalam mencegah dan mengendalikan sehingga tidak menimbulkan berbagai masalah kesehatan. Penanganan dan pengendalian stres dapat dilakukan dengan manajemen stres dan penerapan psikoterapi islam seperti berdzikir, berdo'a, dan membaca Al-Qur'an yang dapat mempengaruhi coping seseorang (Kholasezadeh G, 2012).

Salah satu elemen penting yang mempengaruhi kondisi kesehatan adalah religius atau spiritualitas seseorang (Hasanah, M). Penelitian menemukan

religius/spiritual coping sebagai mekanisme penting yang membantu wanita dalam mematuhi pengobatan anti-hipertensi mereka. Studi ini menemukan bahwa keyakinan wanita secara signifikan berhubungan dengan kepatuhan minum obat (Yuliasari H., 2018). Wanita yang terlibat aktif dalam praktik religius mampu menghadapi situasi stres (yaitu, coping positif), dikaitkan dengan pengurangan risiko hipertensi. Penelitian-penelitian ini menunjukkan peran penting religius dan spiritual dalam meningkatkan coping seseorang dalam menghadapi berbagai masalah kesehatannya terutama pada masalah hipertensi (Abel, W. M., & Greer, D. B., 2017). Hubungan spiritual dengan stress ini sendiri sudah tergambarkan dalam ayat Al-Quran yang berbunyi "dengan mengingat Allah (dzikrullah), hati orang-orang beriman menjadi tenang. Ketahuilah dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang." (QS. ar-Ra'd: 28)

Berdasarkan pemaparan diatas menjadi alasan peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan religius spiritual dengan stres pada ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di daerah Sulawesi Selatan mulai bulan September 2021 sampai dengan

Desember 2021 dengan besar sampel 246 yaitu ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi dengan menggunakan *non probability sampling* dengan *accidental sampling* dimana dilakukan di rumah pasien dan peneliti mengikuti kegiatan ibu-ibu dalam pengajian, arisan dan ibu-ibu PKK. Instrumen efikasi diambil dari kuesioner yang sudah dilakukan modifikasi oleh Rasdianah, (2020), Instrumen *religious spiritual coping* dan Instrumen stres menggunakan PSS (Perceived Stress Scale) dan analisa bivariate menggunakan *sperman rank*. Penelitian ini sudah dilakukan uji etik dengan nomor etik C.63/KEPK/FKIK/X/2021.

HASIL

Hasil penelitian ini memaparkan hasil uji bivariate sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu ingin mengetahui hubungan religius spiritual dengan stress pada Ibu Ruma Tangga dengan hipertensi.

Berdasarkan table 1, terdapat hubungan antara religius spiritual dengan stres pada ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi dengan *P Value* 0.002.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada variabel spiritualitas dan stres diketahui bahwa secara parsial variabel spiritualitas berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres. Semakin besar nilai spiritualitas individu maka akan

semakin menguatkan mental ketika menghadapi stres, sebaliknya semakin rendah nilai spiritualitas individu maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami.

Kemampuan ibu rumah tangga dalam menghadapi stres juga merupakan bagian dari kesehatan spiritual, yang menekankan pentingnya kesehatan spiritual dalam pembangunan dan promosi mental dan status emosional individu dan kebutuhannya dalam kehidupan individu dan sosial dan menganggapnya sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan individu (Cozier, Y. C., 2018). Pada tingkat global, WHO menganggap kesehatan spiritual sebagai salah satu dimensi yang berpengaruh kehidupan manusia dan dimensi dasar keempat dalam promosi spiritualitas. Agama mempunyai peran penting dalam mengelola stres, agama dapat memberikan individu pengarahan/bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi. Melalui berdoa, ritual dan keyakinan agama dapat membantu seseorang dalam koping pada saat mengalami stres kehidupan, karena adanya pengharapan dan kenyamanan (Nodoushan, R. J, 2020).

Praktik-praktik spiritual sehari-hari mendekatkan ibu rumah tangga dengan Tuhan sehingga mampu secara ikhlas menerima tantangan hidup, internalisasi praktik spiritualitas ke dalam kehidupan sehari-hari oleh ibu rumah tangga telah

membentuk kedewasaan berperilaku mereka dalam menanggapi stres, terdapat korelasi signifikan ditemukan antara nilai spiritualitas dan kedewasaan emosional sehingga dapat disimpulkan nilai-nilai spiritualitas agama telah secara utuh menyatu dalam kepribadian ibu rumah tangga, hubungan ibu rumah tangga dengan Tuhan juga membantu mereka menemukan makna dalam suka dan duka kehidupan serta memiliki tujuan hidup (Purnama, R. 2017; Rani, A., & Sharma, S 2020).

Di sisi lain, setiap rumah tangga memiliki tingkat stres yang berbeda, peran pasangan juga ikut membantu ibu rumah tangga dalam menghadapi stres, peran nilai spiritualitas memperkuat rumah tangga agar selalu harmonis. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara spiritualitas, komitmen agama, dan praktik keagamaan dan kepuasan pernikahan (Winiger, F., & Peng-Keller, S. 2020). Spiritualitas merupakan dasar dari keluarga sakinah, spiritualitas mampu menggerakkan ketaatan kepada Tuhan sehingga tercipta kedamaian setiap anggota keluarga.

KESIMPULAN dan SARAN

Terdapat hubungan antara religius spiritual dengan stres pada ibu rumah tangga yang mengalami hipertensi.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan dalam intervensi keperawatan untuk menurunkan stres

dengan meningkatkan spiritual klien misalnya dengan terapi murotal, dzikir, wudu dan lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan sebesar-besarnya kepada Segenap Civitas Akademik FKIK UINAM yang telah banyak membantu kami demi kelancaran penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, W. M., & Greer, D. B. Spiritual/Religious Beliefs & Medication Adherence in Black Women with Hypertension. *Journal of Christian Nursing*.2017. 34(3), 164–169.<https://doi.org/10.1097/CNJ.0000000000000333>
- Aman, J., Abbas, J., Nurunnabi, M., & Bano, S. The Relationship of Religiosity and Marital Satisfaction: The Role of Religious Commitment and Practices on Marital Satisfaction Among Pakistani Respondents. *Behavioral Sciences*.2020. 9(3), 30. <https://doi.org/10.3390/bs9030030>
- Cozier, Y. C., Yu, J., Wise, L. A., VanderWeele, T. J., Balboni, T. A., Argentieri, M. A., Rosenberg, L., Palmer, J. R., & Shields, A. E. Religious and Spiritual Coping and Risk of Incident Hypertension in the Black Women's Health Study. *Annals of Behavioral Medicine*.2018. 52(12), 989–998. <https://doi.org/10.1093/abm/kay001>
- Hasanah, M. (n.d.). *STRES DAN SOLUSINYA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI DAN ISLAM*. 1, 13.2016.
- Kementrian Kesehatan RI.2019. Infodatin : Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Pusdatin. ISSN 2442-7659. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>.
- Kholasezadeh, G., Yazd Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Vaseghi, H., Tehran university of medical sciences, Ahmadi, N., Clinical Psychologist of Counseling Center of Imam Hussain, Yazd, Abedinzadeh, M., & Rafsanjan University of Medical Sciences. Comparing the mental health of housewives and day shift working women in Yazd County, Iran, 2010. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*.2012. 1(1), 29–36. <https://doi.org/10.18869/acadpub.joh.e.1.1.29>
- Khalesi, S., Sharma, S., Irwin, C., & Sun, J. 2016. Dietary patterns, nutrition knowledge and lifestyle: Associations with blood pressure in a sample of Australian adults (the Food BP study). *Journal of Human Hypertension*, 30(10), 581–590. <https://doi.org/10.1038/jhh.2016.22>.
- Nodoushan, R. J., Alimoradi, H., & Nazari, M. Spiritual Health and Stres in Pregnant Women During the Covid-19 Pandemic. *SN Comprehensive Clinical Medicine*.2020.2(12), 2528–2534. <https://doi.org/10.1007/s42399-020-00582-9>
- Nosratabadi, M., & Owhady, L. *Forecasting anxiety, depression, and stres based on health-promoting lifestyle and mental well-being of married housewives in Sirjan*.2016. Vol-7(Special Issue4-May, 2016), pp294-299.
- Purnama, R. *PENYELESAIAN STRESS MELALUI COPING SPIRITUAL* 2017. <https://media.neliti.com/media/publications/177475-ID-penyelesaian-stress-melalui-coping-spiri.pdf>
- Pirous Apreviadizy dan Ardhiana Puspitacandr. 2014. Perbedaan Stres Ditinjau dari Ibu bekerja dan Ibu Tidak Bekerja.

- Putri, K. A. K., & Sudhana, H. 2013. Perbedaan Tingkat Stres Pada Ibu Rumah Tangga yang Menggunakan dan Tidak Menggunakan Pembantu Rumah Tangga. *Jurnal Psikologi Udayana*. 1(1). <https://doi.org/10.24843/JPU.2013.v01.i01.p10>.
- Rani, A., & Sharma, S.. Occupational Stres in Relation to Teacher Self—Efficacy and Spiritual Intelligence of Women Teachers. *Bioscience Biotechnology Research Communications*.2020. 13(4), 2217–2225. <https://doi.org/10.21786/bbrc/13.4/89>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf
-
- Riset Kesehatan Dasar (**Riskesdas**). 2013. Badan Penelitian dan. Pengembangan Kesehatan Kementerian RI
- Yuliasari, H., Wahyuningsih, H., & Sulityarini, Rr. I. Efektifitas Pelatihan Koping Religius untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Journal of Psychological Science and Profession*. 2018. 2(1), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.15024>
- Winiger, F., & Peng-Keller, S. (2021). Religion and the World Health Organization: An evolving relationship. *BMJ Global Health*.2021. 6(4), e004073. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2020-004073>

Tabel 1. Hubungan Religius Spirtual dengan Stres Pada Ibu Rumah Tangga

Variabel	N	Persentase (%)	P Value
Religius spiritual	246	100%	0.002
Stres			