



Hubungan Antara Spiritualitas dengan Tingkat Stres pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucanggading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran

Jesica Sari Dea Saputri^{1*}, Iskim Luthfa², Aspihan³

¹Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

²Dosen Departemen Komunitas, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

E-mail: jesticarideas@gmail.com¹, iskimluthfa@unissula.ac.id², aspihan@unissula.ac.id³

*Korespondensi penulis: jesticarideas@gmail.com

Abstract. *Elderly is the end of the human life process which causes decreased activity. The stress that arises during the aging process can cause three types of changes, namely changes in self-perception, changes in relationships with other people, and philosophical changes regarding priorities, perseverance, and spirituality. Apart from that, spirituality can also help someone develop their awareness. Stress can be avoided if a person has a high level of spirituality, spirituality can be understood as a relationship between a person and God. The aim of this research is to determine the relationship between spirituality and the stress level of elderly people in Social Service Homes. This study used a cross-sectional design. The sample in this study was 105 respondents using purposive sampling. Spirituality data was collected using the SAS questionnaire and Stress Levels using the DASS questionnaire. This research shows a high level of spirituality of 52.4%, moderate spirituality of 40%, low spirituality of 7.6% and a level of severe stress of 24.8%, a level of moderate stress of 58.1%, a level of light stress of 17.1%.*

Keywords: *Elderly, Spirituality, Stress Level.*

Abstrak. Lansia merupakan akhir dari proses kehidupan manusia yang menyebabkan menurunnya aktivitas. Stres yang muncul selama proses penuaan dapat menyebabkan tiga jenis perubahan yaitu perubahan persepsi diri, perubahan hubungan dengan orang lain, dan perubahan filosofis mengenai prioritas, ketekunan, dan spiritualitas. Selain itu, spiritualitas juga dapat membantu seseorang dalam mengembangkan kesadarannya. Stres dapat dihindari jika seseorang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi, spiritualitas dapat dipahami sebagai hubungan antara seseorang dengan Tuhan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan tingkat stres lansia di Rumah Pelayanan Sosial. Penelitian ini menggunakan desain crosssectional. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 105 responden dengan menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data Spiritualitas menggunakan kuesioner SAS dan Tingkat Stres menggunakan kuesioner DASS. Penelitian ini menunjukkan tingkat spiritualitas tinggi 52,4%, spiritualitas sedang 40%, spiritualitas rendah 7,6% dan tingkat stres berat 24,8%, tingkat stres sedang 58,1%, tingkat stres ringan 17,1%.

Kata Kunci: Spiritualitas, Tingkat Stres, Lansia

1. PENDAHULUAN

Lansia merupakan akhir dari proses kehidupan manusia yang ditandai dengan menurunnya fungsi tubuh sehingga menurunkan produktivitas. Oleh karena itu, banyak lansia yang mengalami kesulitan akibat kemunduran fungsi fisiknya, seperti kehilangan pekerjaan, mengalami penurunan aktivitas, dan memerlukan bantuan orang lain untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Mengakibatkan beberapa perubahan fisik, mental atau psikologis, spiritual dan psikososial, menurunnya fungsi fisiologis yang dialami lansia. (Cahyono, 2020)

Stres yang muncul selama proses penuaan dapat menyebabkan tiga jenis perubahan yaitu perubahan persepsi diri, perubahan hubungan dengan orang lain, dan perubahan filosofis mengenai prioritas, ketekunan, dan spiritualitas. Manajemen produktivitas merupakan proses berkelanjutan yang membuat seseorang merasa sangat dekat dengan orang lain. Akibatnya, lansia mungkin mengalami stres karena merasa tidak mampu melakukan sesuatu secara mandiri. Oleh karena itu, stres yang dialami oleh lansia yang memiliki penyakit penyerta dapat memperburuk kondisi stres yang dialaminya. (Eko et al., 2020)

Lansia biasanya mencari peluang untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan sudah mulai melakukan aktivitas spiritual seperti belajar lebih banyak tentang prinsip dan praktik agama mereka sendiri serta berpartisipasi dalam aktivitas keagamaan di komunitasnya. Lansia berangsur-angsur kembali pada keyakinan ketika muncul pertanyaan-pertanyaan dalam dirinya akibat penderitaan yang sedang dialami. Begitu juga ketika manusia semakin menua dan sudah berada dalam usia lanjut. Lansia cenderung mempertanyakan makna dari apa yang mereka alami atau apa yang akan mereka alami setelah kematian. (Rahmah et al., 2020)

Oleh karena itu, stres dapat dihindari jika seseorang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi, spiritualitas dapat dipahami sebagai hubungan antara seseorang dengan Tuhan. Selain itu, spiritualitas juga dapat membantu seseorang dalam mengembangkan kesadarannya. Spiritualitas didasarkan pada empati, persepsi seseorang terhadap sesuatu, dan hubungan antara seseorang dengan sistem kepercayaan. Oleh karena itu, tingkat spiritualitas yang tinggi berfungsi sebagai modalitas yang dapat digunakan untuk mengurangi stres. Selain itu, seseorang hendaknya mengamalkan spiritualitas untuk memastikan bahwa tantangan hidup dapat diatasi dengan mengamalkan spiritualitas. (Putri Hastari et al., 2020)

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain penelitian *crosssectional*. Penelitian ini dilakukan di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. Pengambilan data ada penelitian ini dilakukan pada bulan 20 November 2024 dan 16 Desember 2024 dengan jumlah sampel 105 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yang pertama berupa kuesioner A digunakan untuk mengetahui dan memenuhi data demografi atau karakteristik responden yang mencakup jenis kelamin, umur, dan agama, yang kedua kuesioner B adalah tentang spiritualitas yang menggunakan kuesioner SAS, yang ketiga kuesioner C tentang tingkat stres yang menggunakan kuesioner DASS. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan perijinan terlebih dahulu, jika disetujui dan diterima peneliti akan menyebarkan kuesioner sebagai alat

pengambilan data, kemudian data dikumpulkan dan di analisa menggunakan SPSS dan menggunakan uji *sommers'd*.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang November dan Desember 2024 (n=55)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	16	29,1 %
Perempuan	39	70,9 %
Total	55	100 %

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian responden lansia di Pucang Gading berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan berjumlah 39 orang (70,9%) dan responden laki-laki 16 orang (29,1%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran November dan Desember 2024 (n=50)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	23	46 %
perempuan	27	54 %
Total	50	100 %

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian responden lansia di Weing Wardoyo berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan berjumlah 27 orang (54%) dan responden laki-laki 23 orang (46%).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurhaliza, 2021) dimana jumlah lansia perempuan memayoritasi daripada laki-laki. Hal ini karena perempuan mempunyai usia harapan hidup hidup yang lebih tinggi. Hal lain juga dipengaruhi oleh hormon esterogen pada perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Hormon esterogen berfungsi untuk melindungi, sehingga angka harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Nurhaliza, 2021).

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Lansia

Tabel 3. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang November dan Desember 2024 (n:55)

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
60-69	21	38,2 %
70-79	26	47,3 %
>80	8	14,5 %
Total	55	100 %

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian usia lansia yang tinggal di Pucang Gading terbanyak adalah usia 70-79 tahun sebanyak 26 orang (47,3%), diikuti usia 60-69 tahun sebanyak 21 orang (38,2%) dan usia >80 tahun sebanyak 8 orang (14,5%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran November dan Desember 2024 (n:50)

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
60-69	18	36 %
70-9	21	42 %
>80	11	22 %
Total	50	100%

Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian usia lansia yang tinggal di Wening Wardoyo terbanyak adalah usia 70-79 tahun sebanyak 21 orang (42%), diikuti usia 60-69 tahun sebanyak 18 orang (36%) dan usia >80 tahun sebanyak 11 orang (22%).

Penuaan penduduk (aging population) sudah menjadi fenomena global. Berdasarkan survei badan pusat statistik (BPS) struktur penduduk Indonesia berada pada aging population jika dilihat dari kelompok umur, mayoritas lansia di Indonesia ialah lansia muda yaitu usia 60-69 tahun dengan presentase sebesar 63,29 %, selanjutnya lansia pertengahan (madya) usia 70-79 tahun sebesar 28,11 %, kemudian lansia tua yaitu usia 80 tahun keatas sebesar 8,61 % (Statistik, 2024).

Karakteristik Responden Berdasarkan Agama

Tabel 5. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan agama lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang November dan Desember 2024 (n:55)

Agama	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Islam	48	87,3 %
Kristen	5	9,1 %
Katolik	2	3,6 %
Total	55	100 %

Tabel 5 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian berdasarkan agama lansia yang tinggal di Pucang Gading dari 55 responden terbanyak menganut agama Islam sejumlah 48 orang (87,3%) kemudian Kristen sebanyak 5 orang (9,1%) dan Katolik sebanyak 2 orang (3,6%).

Tabel 6. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan agama lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran November dan Desember 2024 (n:50)

Agama	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Islam	43	86 %
Kristen	6	12 %
Katolik	1	2 %
Total	50	100 %

Tabel 6 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian berdasarkan agama lansia yang tinggal di Wening Wardoyo dari 50 responden terbanyak menganut agama Islam sejumlah 43 orang (86%) kemudian Kristen sebanyak 6 orang (12%) dan Katolik sebanyak 1 orang (2%).

Hal ini sesuai dengan data Badan Pusat Statistik hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia di panti memeluk agama Islam sebanyak 91 orang (86,7 %), kemudian agama Kristen sebanyak 11 orang (10,5 %), dan agama Katolik 3 orang (2,9 %). Di Indonesia agama Islam menjadi mayoritas karena pertumbuhan Islam di Indonesia sangat pesat, bermula pada abad ke -13 M di mana para pendakwah agama senantiasa giat menyebarkan agama Islam di tengah-tengah masyarakat, dan selanjutnya agama Islam mengalami perkembangan pada abad ke-17 M karena penyebaran agama ini mendapat dukungan dari raja-raja di berbagai wilayah nusantara (Eko et al., 2020). Hal ini juga menjadi sebab mengapa lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran beragama Islam karena mayoritas penduduk Indonesia beragama Islam (Statistik, 2024).

Variabel Penelitian

Karakteristik Responden Berdasarkan Spiritualitas Lansia

Tabel 7. Distribusi frekuensi responden berdasarkan spiritualitas lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang November dan Desember 2024 (n:55)

Spiritualitas	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	29	52,7 %
Sedang	23	41,8 %
Rendah	3	5,5 %
Total	55	100 %

Tabel 7 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian spiritualitas lansia yang tinggal di Pucang Gading dari 55 responden mempunyai spiritualitas tinggi sebanyak 29 orang (52,7%), kemudian spiritualitas sedang sebanyak 23 orang (41,8%), dan spiritualitas rendah sebanyak 3 orang (5,5%).

Tabel 8. Distribusi frekuensi responden berdasarkan spiritualitas lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran November dan Desember 2024 (n:50)

Spiritualitas	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	26	52 %
Sedang	19	38 %
Rendah	5	10 %
Total	50	100 %

Tabel 8 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian spiritualitas lansia yang tinggal di Wening Wardoyo dari 50 responden mempunyai spiritualitas tinggi sebanyak 26 orang (52%), kemudian spiritualitas sedang sebanyak 19 orang (38%), dan spiritualitas rendah sebanyak 5 orang (10%).

Aiiegbola (2015) mengatakan spiritualitas adalah aspek kesejahteraan bagi lansia untuk mengatasi masalah pada lansia seperti mengurangi stres dan kecemasan, mempertahankan keberadaan diri sendiri dan tujuan hidup. Spiritualitas mempunyai keistimewaan yaitu dapat menolong lansia dalam menempatkan diri terhadap perubahan yang dialami akibat proses penuaan melalui pemberian layanan. Spiritualitas juga dicirikan oleh iman, pencarian arti dan tujuan hidup, serta berhubungan dengan orang lain yang mempunyai keyakinan dan pengalaman yang sama. Lansia yang memiliki pemahaman spiritual akan merasakan hubungan yang baik dengan orang lain sehingga dapat menemukan arti dan tujuan hidup (Beno et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian Nurhaliza (2021) mengatakan dalam meningkatkan kesehatan mental, semangat hidup dan kualitas hidup dibutuhkan spiritualitas yang baik. Mental yang baik diperoleh dari dukungan baik keluarga, dukungan spiritualitas dan sosial tidak hanya karena adanya penerimaan diri sehingga individu percaya diri dan mampu menyesuaikan diri dengan masalah.

Ditinjau dari spiritualitas didapatkan bahwa dukungan spiritualitas tinggi sebanyak 50 orang (52,4%). Dalam konteks ini lansia yang berada di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran mempunyai dukungan spiritualitas yang tinggi meliputi keyakinan terhadap Tuhan, praktik keagamaan dan kepuasan spiritual dimana nilai yang diperoleh lebih dari 71. Sedangkan 8 lansia yang mempunyai spiritualitas rendah dikarenakan lansia sendiri tidak mendapatkan dukungan dari dalam dirinya sendiri, mereka mempercayai adanya Tuhan tetapi tidak mau menjalankan praktik keagamaan dan tidak puas akan spiritual. Kedekatan antara lansia dengan Tuhan yang dibangun melalui aktivitas ritual ibadah dan doa yang didasari dengan keyakinan dan keikhlasan akan membawa ketenangan dan kedamaian sehingga kepuasan spiritual meningkat. Hal ini terjadi karena kedekatan dengan Tuhan akan memberikan perspektif hidup baru dan mendatangkan kekuatan bagi lansia dalam menjalani hidup.

Karakteristik responden berdasarkan Tingkat Stres Lansia

Tabel 9. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang November dan Desember 2024 (n:55)

Tingkat Stres	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Berat	13	23,6 %
Sedang	31	56,4 %
Ringan	11	20 %
Total	55	100%

Tabel 9 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian tingkat stres lansia yang tinggal di Pucang Gading dari 55 responden terbanyak mempunyai stres sedang sebanyak 31 orang (56,4%) kemudian diikuti stres berat sebanyak 13 orang (23,6%) dan stres ringan sebanyak 11 orang (20%).

Tabel 10. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran November dan Desember 2024 (n:50)

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Preesentase (%)
Berat	13	26 %
Sedang	30	60 %
Ringan	7	14 %
Total	50	100 %

Tabel 10 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian tingkat stres lansia yang tinggal di Wening Wardoyo dari 50 responden terbanyak mempunyai stres sedang sebanyak 30 orang (60%) kemudian diikuti stres berat sebanyak 13 orang (26%) dan stres ringan sebanyak 7 orang (14%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhaliza (2021) tentang tingkat stres pada lansia yang menetap di panti dan lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan antara lanjut usia yang menetap di panti dengan lansia yang tinggal bersama keluarga ini berarti lansia yang menetap di panti belum tentu mempunyai tingkat stres yang tinggi (Nurhaliza, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran, lansia yang tinggal disana mempunyai tingkat stres yang rendah. Hal ini tentunya karena pihak panti memfasilitasi lansia dengan lingkungan yang nyaman, memberi ketenangan bagi lansia. Kegiatan-kegiatan yang membantu untuk mengurangi stres lansia seperti diadakannya senam bersama. Kegiatan lainnya seperti membuat kerajinan bersama, makan secara bersama-sama dan juga ada kegiatan kerohanian. Lansia sangat antusias apabila ada kegiatan tetapi ada juga lansia yang tidak dapat mengikuti kegiatan karena kondisi fisik yang kurang memungkinkan.

Hasil Uji Statistik

Tabel 11. Hasil uji statistik Sommers'd hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran

Spiritualitas	Tingkat Stres			Total	r	p
	Berat	Sedang	Ringan			
Tinggi	11	30	14	55	-0,222	0,012
Sedang	11	27	4	42		
Rendah	4	4	0	8		
Total	26	61	18	105		

Tabel 11 menunjukkan bahwa hasil uji Sommers'd diperoleh nilai (p) 0.012 kurang dari 0,05 yang menunjukkan bahwa adanya korelasi antara spiritualitas dengan tingkat stres adalah bermakna. Nilai koefisien korelasi (r) dengan uji Sommers'd yaitu -0,222 yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang lemah antara spiritualitas dengan tingkat stres arah korelasi negatif yang berarti hubungan antara dua variabel menunjukkan arah yang berlawanan dimana jika nilai spiritualitas meningkat maka tingkat stres pada lansia menurun.

Stres merupakan upaya individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga menimbulkan efek fisiologis dan psikologis yang dapat menimbulkan hasil positif atau negatif. Stres mungkin membantu seseorang menjadi lebih aktif dan sadar terhadap lingkungan sekitarnya. Namun, stres yang terlalu intens atau berkepanjangan dapat melemahkan kemampuan kita untuk mengatasinya dan menyebabkan gangguan emosional seperti depresi atau kecemasan. Hal ini juga dapat menyebabkan gangguan fisik seperti sakit punggung dan kelelahan. Kesusahan dan stres tidak boleh digabungkan karena stres mempengaruhi kesehatan fisik dan mental (Maulidiyah, Rizqi Ihsani, 2021).

Spiritualitas menurut O'Brien (2018) dinilai dari kesejahteraan spiritualitasnya terdiri dari keyakinan individu, praktik keagamaan dan kepuasan rohani. Spiritualitas pada lansia akan mengatasi kehilangan sepanjang hidup dengan harapan. Orang dewasa yang lebih tua cenderung sangat menghargai keyakinan agama mereka dan mencari di dalamnya strategi untuk mengatasi tantangan menjadi tua. Spiritualitas dapat secara langsung atau tidak langsung mempengaruhi kesehatan karena secara umum menyediakan jaringan dukungan yang luas, pengurangan perilaku tidak sehat. Dalam hal ini spiritualitas pada lansia akan memiliki peran terhadap tingkat stres individu, ketika seseorang dengan tingkat spiritualitas yang baik maka mekanisme koping yang dimiliki akan lebih baik sehingga individu mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya. Kondisi ini akan mendukung individu untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Saat kesejahteraan psikologis dapat tercapai dengan baik maka akan terjadi penurunan terhadap tingkat stres (Selo et al., 2020).

Spiritualitas dapat memberikan jawaban atas rangkaian peristiwa yang dialami lansia dan dianggap dapat memberikan pemahaman bahwa kehidupan sungguh berharga dan begitu juga dengan kematian. Spiritualitas juga memicu terjadinya stimulasi munculnya perasaan optimis, keyakinan, dan harapan secara positif pada banyak situasi bahkan kondisi yang sulit dan menakutkan.. Tingkat spiritualitas juga dapat memampukan lansia memiliki kontrol diri yang baik sehingga dapat membentuk gaya hidup yang baik. Selain itu, komunitas spiritual dapat menjadi sistem pendukung yang menyokong lansia ketika mengalami masalah dan membutuhkan jalan keluar atau bantuan atas masalah yang dihadapinya (Rahmah et al., 2020).

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 105 responden, mayoritas adalah perempuan, dengan sebagian besar berusia antara 70 hingga 79 tahun, dan mayoritas menganut agama Islam. Selain itu, deskripsi mengenai spiritualitas pada lansia menunjukkan hasil yang tinggi, sementara tingkat stres pada lansia berada pada tingkat sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas pada lansia, semakin rendah tingkat stres yang mereka alami.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., B. H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Ayuningtyas, T. S. A. P. (2020). Studi pustaka: Pemberian terapi bermain plastisin (Playdough) untuk mengurangi kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Ruang Nakula 4 RSUD KRMT Wongsonegoro Semarang. Jakarta: Bumi Aksara.
- Beno, J., Silen, A., & Yanti, M. (2022). Spiritualitas pada lansia. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- BPS. (2020). *Statistik Indonesia: Statistical Yearbook Of Indonesia*. Statistik Indonesia 2020, 1101001, 790.
- Cahyono, A. N. (2020). Hubungan spiritualitas dengan depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Magetan.
- Eko, S., Endriyani, L., & Mahfud. (2020). Hubungan spiritualitas dengan tingkat stres pada lansia di Dusun Senowo Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta. *Elibrary.Almaata.Ac.Id*.
- Juwita, D., Nulhakim, L., & Purwanto, E. (2023). Hubungan kecemasan dengan insomnia pada pralansia dan lansia hipertensi di posyandu lansia Desa Tengkapak Kabupaten Bulungan. *Aspiration of Health Journal*, 1(2), 240–251. <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i2.104>
- Maulidiyah, R. I., & S. S. (2021). Hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup lansia di Posyandu Lansia Melati Dusun Karet Bantul Yogyakarta. *STIKES Surya Global Yogyakarta*, 1–23.
- Nurhaliza, S. (2021). Hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading Semarang.
- Nurvitasari, I., & Rahman, F. (2024). Manfaat aktivitas fisik untuk well-being lanjut usia: Literature review. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 16(2), 596–612. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v16i2.2601>

- Putri Hastari, D. A., Yuliadi, I., & Setyowati, R. (2020). Correlation between emotion regulation and spirituality with stress in caregivers of elderly. *Al-Balagh: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 5(1), 27–58. <https://doi.org/10.22515/al-balagh.v5i1.2269>
- Rahmah, M., Husairi, A., & Muttaqien, F. (2020). Tingkat spiritualitas dan tingkat depresi pada lansia. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 3(1), 56–64. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/1707>
- Santosa, R., & Rahayu, M. S. (2022). Pengaruh aktivitas sosial terhadap kualitas hidup lansia di panti jompo. *Jurnal Kesehatan Lanjut Usia*, 9(1), 25–34. <https://doi.org/10.12345/jkliu.v9i1.243>
- Selo, Canrawati, & Putri. (2020). Perbedaan tingkat stres pada lansia di dalam dan di luar Panti Werdha Pangesti Lawang. *Nursing News*, 2, 522–532.
- Statistik, B. P. (2024). Persentase lansia Indonesia tahun 2024, 6.