

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Spiritual adalah sesuatu yang berhubungan dengan spirit, semangat untuk mendapatkan keyakinan, harapan dan makna hidup. Spiritualitas merupakan suatu kecenderungan untuk membuat makna hidup melalui hubungan intrapersonal, interpersonal dan transpersonal dalam mengatasi berbagai masalah kehidupan (Yusuf, Nihayati, Iswari, & Okviasanti, 2016).

Kesejahteraan spiritual adalah salah satu komponen inti manusia yang memberikan kekuatan pendorong untuk memberi seseorang stabilitas, pemenuhan dalam hidup dan keyakinan dalam diri (Rovers & Kocum, 2010). Moberg (2002) juga mengatakan bahwa spiritual sebagai rasa transendensi di luar keadaan seseorang, dan dimensi lain seperti tujuan hidup, ketergantungan pada sumber daya batin, dan rasa integrasi atau keterhubungan dalam diri seseorang. Selain itu, kesejahteraan spiritual memiliki dua dimensi; dimensi horizontal (*eksistensial*) mengacu pada pengertian tujuan hidup, kedamaian dan kepuasan hidup, dan dimensi vertikal (*religius*) mengacu pada rasa kesejahteraan dalam hubungannya dengan Tuhan atau kekuasaan yang lebih tinggi. Beberapa tahun terakhir, literatur menunjukkan secara eksplisit minat tentang kesejahteraan spiritual, dan pengaruhnya pada aspek fisik, sosial, dan psikologis; kehidupan seseorang (Alorani & Alradaydeh, 2017).

Masa pandemi covid-19 ini, gangguan kesehatan mental menjadi meningkat. Hasil studi yang dipublikasikan oleh *Morbidity and Mortality Weekly Report* menyatakan bahwa gejala depresi dan gangguan kecemasan di Amerika Serikat meningkat pada bulan April sampai dengan Juni 2020 dibandingkan dengan periode tahun 2019. Anne Thode, seorang terapis di New York menyatakan bahwa individu yang memiliki kesehatan mental pada masa pandemi covid-19 keadaannya semakin memburuk. Di Indonesia, dari hari ke hari jumlah pasien covid-19 terus bertambah. Kondisi ini sangat mempengaruhi kesehatan mental masyarakat, karena informasi tersebut akan menimbulkan kepanikan dan rasa takut. Masyarakat menjadi merasa tertekan atau terbebani, hingga berdampak nyata bagi kesehatan mental masyarakat (Azania & Naan, 2021).

Kesehatan mental telah menjadi isu penting dalam dunia pendidikan, khususnya di perguruan tinggi. Situasi tersebut tidak terlepas dari adanya fakta bahwa kesehatan mental memiliki kontribusi terhadap perkembangan dan kesuksesan akademik mahasiswa. Bahkan kesehatan mental yang bermasalah dapat berdampak cukup kuat terhadap kehidupan lingkungan kampus. Baik pada level individu, interpersonal, maupun level institusional (Kitzrow, 2009; dalam (Wahyuni & Bariyyah, 2019).

Kesehatan mental tidak datang dengan sendirinya, tapi bagian integral dan esensial dari kesehatan secara keseluruhan, yang dapat didefinisikan dengan tiga cara yaitu sebagai tidak adanya penyakit, sebagai keadaan organisme yang memungkinkan kinerja penuh semua fungsinya atau sebagai keseimbangan dalam diri seseorang, dan antara diri sendiri,

lingkungan fisik serta sosial seseorang (Sartorius, 2002 dalam (Azania & Naan, 2021).

Mahasiswa sangat memungkinkan mengalami gangguan kesehatan mental karena stress yang diterima ketika berada di perguruan tinggi sangat tinggi akibat tugas, ujian, praktik dan lingkungannya. Saling terhubungnya antara pemaknaan hidup yang positif terhadap spiritual sangat berperan dan berpengaruh terhadap pemahaman yang positif atau negatif terhadap diri sendiri.

Pandemi berdampak pada segala aspek dalam kehidupan manusia. Semua orang mengalami dampak tersebut, beberapa individu merasakan dampak yang lebih berat. Banyak individu yang mampu beradaptasi dengan perubahan dalam berbagai sisi. Salah satu sisi individu yang mengalami dampak dari pandemi adalah sisi spiritual, yang mengatur hubungan antara individu dengan Tuhannya. Juga, hubungan antara sesama, lingkungan dan dirinya sendiri. Namun ada beberapa individu yang tidak mampu beradaptasi terhadap keadaan saat ini atau terhadap lingkungan, orang lain dan dengan Tuhannya (Ulfa, Z. D., & Mikdar, U. Z, 2020).

Mahasiswa sendiri mengalami berbagai kendala dalam beradaptasi dengan situasi pandemi, banyak mahasiswa yang masih tidak mampu beradaptasi dengan situasi pembelajaran daring, diri sendiri, sesama, lingkungan, dan spiritual. Kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dan mengikuti pembelajaran daring masih ada kendala dalam menyesuaikan diri terhadap situasi daring. Mahasiswa menjadi kehilangan semangat dan produktivitasnya karena kurangnya interaksi sosial dengan orang lain.

Kurangnya interaksi memberikan efek yang cukup besar terhadap mahasiswa, hal ini karena banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu untuk bersantai dan malas beraktivitas di luar rumah dan kegiatan yang tidak bermanfaat. Mereka mengatakan karena masa PPKM dan malas keluar rumah sehingga lebih banyak yang menggunakan waktu ibadahnya untuk bersantai, dan bermain game saja (Annur & Hermansyah, 2020).

STIKES Suaka Insan, sebagai bagian dari institusi dan masyarakat pendidikan mengikuti anjuran pemerintah untuk melakukan kegiatan dan pembelajaran secara daring/online dan terbatas. Salah satu kegiatan pengembangan diri seperti ibadah permakasi yang rutin dilakukan setiap satu minggu sekali kini melalui online. Dalam mengikuti ibadah, banyak kendala yang terjadi seperti jaringan terganggu, mahasiswa yang bertugas tidak bertanggung jawab, sehingga tugasnya ditinggalkan dan yang terbaru selama satu semester terakhir tidak adanya kegiatan ibadah online yang dilakukan. Ini menjadi salah satu indikator masalah dalam kegiatan pemenuhan kesejahteraan spiritual pada mahasiswa/I.

Penguatan ibadah dapat menjadi jawaban atas rasa takut, galau, tertekan dan gangguan mental lainnya. Ali Aulia menyatakan bahwa pembatasan sosial menjadi sebab utama dari rasa takut yang berlebihan yang dialami remaja karena banyaknya informasi covid-19 yang mereka terima. Kecemasan yang menetap pada diri remaja, akan menjadi masalah tersendiri dan dapat menghambat perilakunya dalam menjalankan rutinitas harian. Kegiatan-kegiatan padat yang teradaptasi seperti belajar, bersosial

dan ibadah, bila tidak dikelola dengan baik, berdampak psikologis yang membahayakan (Desti Azania, 2021).

Laporan kasus pada 5 November 2021 mengenai kesehatan mental yang diterima dari Bimbingan Konseling (BK) selama satu tahun ini, dilaporkan dua (2) orang mahasiswa yang mengalami gangguan jiwa di STIKES Suaka Insan. Satu orang pernah dirawat di RSJ Kalawa Atei dan menjadi pasien terlapor di Puskesmas tempat tinggalnya, dan satu orang di rawat di rumah dengan tanda dan gejala yang aktif. Sepanjang tahun 2021, dilaporkan satu orang yang menerima pengobatan rutin karena masalah depresi, dan dua orang mahasiswa yang melaporkan keinginan untuk bunuh diri. Kedua orang ini tidak menerima pengobatan secara oral, tapi masih secara aktif dikontrol oleh Pembimbing Akademik (PA) kelas yang bersangkutan. Dari jumlah mahasiswa keperawatan sebanyak 208 terdapat 2 yang mengalami gangguan mental berat dan 7 (laporan langsung dari PA tahun angkatan 2018-2021) yang mengalami gangguan mental emosional. Ini menunjukkan bahwa pengaruh kesehatan mental sangat berdampak dalam pertumbuhan dan pengembangan secara intelektual dan menjadikan masalah yang harus dipedulikan dan ditangani dengan baik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada awal bulan Januari 2022 kepada Mahasiswa/i keperawatan angkatan 2018-2021 berjumlah 40 orang di STIKES Suaka Insan menunjukkan bahwa selama kurang lebih 30 hari ini, terdapat 30% (12 orang) Mahasiswa/i yang melaporkan tanda dan gejala kecemasan, 75% (30 orang) responden yang mengakui tidak bahagia atau tidak merasa bahagia, 62,5% (25 orang)

melaporkan kesulitan menjalankan perannya sebagai Mahasiswa, dan 40% (16 orang) responden yang pernah berpikir untuk mengakhiri hidup. Data-data ini juga didukung laporan dari 92% (37 orang) mahasiswa/I yang menyatakan bahwa mereka masih dapat bersyukur, 100% (40 orang) mahasiswa/I masih menimba kekuatan yang cukup dari Tuhan, 97% (39 orang) Mahasiswa/I yang melaporkan bahwa dengan dekat dengan Tuhan membuat mereka menjadi lebih tenang, dan 90% (36 orang) Mahasiswa/I masih menaruh masa depan pada Tuhan. Data stadi pendahuluan ini didapat dari pembagian kuesioner tentang kesehatan mental dan kesejahteraan spiritual melalui *google forms* dengan pertanyaan yang dibuat sendiri. Dimana *link google forms* dibagikan kepada tiap angkatan dengan pilihan secara acak kepada 40 responden yang berpartisipasi.

Hasil stadi pendahuluan diperkuat dengan hasil wawancara salah satu mahasiswa keperawatan STIKES Suaka Insan yang mengalami stress saat pandemi. Mahasiswa tersebut mengatakan selama pandemi dia sangat tertekan, putus asa, dan hidup jauh dari keluarga. Saat awal pandemi banyak kegiatan yang dibatasi membuat dia bingung, gelisa, dan sakit, karena dia tidak tau bagaimana berinteraksi dengan orang lain. Dia mengatakan dipenuhi dengan ketakutan untuk berinteraksi, beraktivitas, berkomunikasi, sugesti yang berlebihan mengenai covid. Dia mengatakan pengaruh besar adalah menghadapi perkuliahan, banyak kendala seperti kuota, pembelajaran tertinggal dan tidak mengerti, nilai juga turun. Sehingga dia berpikiran cobaan apa ini, kenapa menjadi beban, sampai sekarangpun masih susah menghadapi keadaan. Saat pandemi benar-benar

membuat dia menjadi orang yang berbeda dari yang dulu. Dia menyadari, bisa sampai saat ini hanya karna kasih Tuhan, Tuhan yang menjadi andalannya untuk tetap kuat, dengan doa tidak membuat ia jauh dari Tuhan.

Sebagai mahasiswa/i yang berada dalam sekolah tinggi keperawatan, dengan latar belakang keperawatan yang dibawa oleh para suster-suster yang berlandaskan semangat melayani dengan motto segalanya dalam kasih yang menjadikan sebagai sumber kekuatan dan dukungan dalam mengatasi masalah dan problem yang dialami. Tapi data-data di atas menunjukkan fakta yang mengkhawatirkan. Peneliti berasumsi bahwa meskipun sekolah dengan latar belakang keperawatan dengan motto segalanya dalam kasih, mahasiswa/i-nya tidak bisa luput dari masalah gangguan jiwa dan masalah mental/ emosional. Sebagai manusia tidak luput dari gangguan mental baik secara fisik, sosial, dan spiritual. Bukan karena berlandaskan kasih saja namun manusia sebagai makhluk spiritual mampu dan sadar memahami diri sendiri, asal, tujuan dan nasib yang dialami, serta beradaptasi dengan perubahan situasi atau keadaan akibat masalah yang dialaminya.

Latar belakang dan masalah dari penelitian diatas mendorong penulis untuk meneliti hubungan kesejahteraan spiritual dengan kesehatan mental pada mahasiswa keperawatan STIKES Suaka Insan pada masa pandemi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan kesejahteraan spiritual dengan kesehatan mental mahasiswa keperawatan Stikes Suaka Insan pada masa pandemi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mencari Hubungan antara Kesejahteraan Spiritual dan Kesehatan Mental.

2. Tujuan Khusus

- 1) Menggambarkan tingkat kesejahteraan spiritual pada Mahasiswa/i Program Studi Sarjana keperawatan di STIKES Suaka Insan.
- 2) Menggambarkan keadaan kesehatan mental pada mahasiswa/I Program Studi Sarjana Keperawatan di STIKES Suaka Insan.
- 3) Menyelidiki hubungan antara kesejahteraan spiritual dan kesehatan mental pada Mahasiswa/I Program Studi Sarjana Keperawatan di STIKES Suaka Insan.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber, dan dapat memperkuat atau berkontribusi untuk kesejahteraan spiritual dan kesehatan mental untuk mengembangkan/ memperkuat teori tentang hubungan antara spiritualitas dan kesehatan mental.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pentingnya kesejahteraan spiritual sebagai tameng atau mencegah terjadinya gangguan mental, khususnya bagi kalangan mahasiswa keperawatan.

2. Bagi Perguruan Tinggi

- a) Bagi pimpinan diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk menyusun Program Kesehatan Mental bagi mahasiswa/i di STIKES Suaka Insan.
- b) Bagi dosen sebagai tambahan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang hubungan kesejahteraan spiritual dan kesehatan mental juga sebagai bahan referensi.
- c) Bimbingan konseling sebagai arahan untuk mencari dan mencapai kesehatan mental dengan kesejahteraan spiritual serta mengembangkan nilai-nilai positif.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan informasi dan penelusuran pustaka yang didapatkan peneliti, mengenai penelitian studi hubungan Kesejahteraan Spiritual dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa/I STIKES Suaka Insan. Peneliti yakin tidak ada menemukan penelitian yang sama persis yang akan diteliti. Tapi mungkin ada penelitian serupa dengan penelitian yang ditulis oleh peneliti sebagai berikut :

1. (Alorani & Alradaydeh, 2018) dengan judul “*Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students*”. Peneliti ini menggunakan penelitian sebuah desain *deskriptif-korelasi cross-sectional* dilakukan, sampel dilakukan pada 919 mahasiswa yang dilakukan di Universitas Jordan. Dengan instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel kesejahteraan spiritual dengan *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* dengan hasil yang didapat kedua domain kesejahteraan spiritual memiliki korelasi positif yang signifikan dengan semua sumber dukungan sosial yang dirasakan. Sedangkan perbedaan penelitian ini, peneliti kuantitatif-korelasi dengan desain *cross sectional* mengukur hubungan variabel kesejahteraan spiritual dengan kesehatan mental yang dilakukan pada mahasiswa/i keperawatan STIKES Suaka Insan. Untuk teknik yang dilakukan sama, namun berbeda pada populasi, waktu, dan tempat.
2. (Akbari & Hossaini, 2018) dengan judul “*The Relationship of Spiritual Health with Quality of Life, Mental Health, and Burnout: The Mediating Role of Emotional Regulation*”. Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode *availability* menggunakan kuesioner, sampel yang dilakukan pada 231 karyawan fakultas kedokteran di Universitas Baqiyatallah. Dimana menggunakan alat ukur *Kesulitan dalam Skala Regulasi Emosi (DERS)*, *Kuesioner Kesehatan Umum-28 (GHQ-28)*, *Skala Kesejahteraan Spiritual (SWBS)*, *Maslach Burnout Inventory (MBI)*.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan korelasi Pearson, analisis Regresi Hirarki, dan uji Sobel. Hasil yang ditemukan variabel berkorelasi satu sama lain ($p < 0,001$). Analisis regresi hirarkis dan uji Sobel menunjukkan bahwa regulasi emosional memiliki peran mediasi relatif dalam hubungan antara kesehatan spiritual dan kualitas hidup ($\beta = 0,53$, $Z = 4,05$, $p < 0,001$) dan peran mediasi lengkap dalam hubungan antara kesehatan spiritual jiwa ($\beta = 0,68$, $Z = 5,62$, $p < 0,001$) dan burnout ($\beta = 0,70$, $Z = 6,12$, $p < 0,001$). Sedangkan perbedaan penelitian ini, peneliti menggunakan metode desain kuantitatif-korelasi *cross-sectional* dan hanya menggunakan dua alat ukur yaitu SHALOM dan SRQ yang menghubungkan kesejahteraan spiritual dengan kesehatan mental saja. Selain itu peneliti meneliti dengan sampel pada mahasiswa keperawatan, di tempat, dan waktu yang berbeda.

3. (Wahyuni & Bariyyah, 2019) dengan judul “Apakah Spiritualitas Berkontribusi terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa?”. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif menggunakan kuesioner, dimana dengan sampel sejumlah 382 pada mahasiswa FITK universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan dua alat ukur yang digunakan berupa instrumen untuk mengukur tingkat spiritual mahasiswa yaitu RSYS dan instrumen untuk kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh spiritualitas terhadap kesehatan sebesar $r = 0,295$ dan sig. sebesar 0,01. Perbedaan dari penelitian ini terdapat pada alat ukur

menggunakan SHALOM sebagai alat ukur kesejahteraan spiritual dan SRQ untuk kesehatan mental. Selain itu terdapat pada sampel, waktu dan tempat penelitiannya.

4. (Azania & Naan, 2021) dengan judul “peran spiritual bagi kesehatan mental mahasiswa di tengah pandemic covid-19”. Metode pada penelitian ini dengan cara wawancara menggunakan *google form* kategori kualitatif, sampel sejumlah 15 orang dengan 5 pertanyaan. Penelitian dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Bandung dengan hasil yang didapatkan bahwa mahasiswa mempunyai tingkat kecemasan pada awal saat pandemic covid-19 dikarenakan muncul rasa cemas untuk keluar rumah dan berinteraksi dengan orang lain, namun kecemasan tersebut menjadi terbentuknya karena ada perilaku spiritual yang dialami oleh mahasiswa, salah satunya dengan dzikir. Sedangkan perbedaan dari penelitian terdapat pada metode dengan kuantitatif-korelasi, alat ukur, sampel jumlah mahasiswa, pada tempat dan waktu yang berbeda dari penelitian ini.
5. (Dias, 2020) dengan judul “pengkajian kesehatan dan kesejahteraan spiritual perawat kesehatan jiwa di rumah sakit jiwa”. Penelitian yang digunakan adalah penelitian *mix method* dengan jenis *sequential research design* antara *quantitative* dan *qualitative study*. Untuk sampel dilakukan pada perawat jiwa di rumah sakit jiwa, pembagian dilakukan dengan metode *sampling convenience* sebanyak 35 kuesioner. Hasil Penelitian menunjukkan perawat mengekspresikan penghormatan kepada Sang Pencipta (Mean=4.54,

SD=0.59) sebagai hal paling penting dalam standar ideal kesehatan dan kesejahteraan spiritual. Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada sampel, tempat, waktu dan metode yang digunakan. Sedangkan pada alat ukur terdapat kesamaan yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur kesejahteraan spiritual.