

Hubungan antara Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri pada Orang Dewasa Awal di Kabupaten Gunung Kidul

The Relationship Between Spirituality with Suicidal Tendencies in Young Adult in The District Gunung Kidul

Rizki Annistia Nazri, Rin Widya Agustin, Arif Tri Setyanto
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret
rizki.annistia@gmail.com

ABSTRAK

Menghadapi berbagai tugas perkembangan yang sangat kompleks pada individu dewasa awal tidak jarang akan menimbulkan tekanan. Peran dan tanggung jawab yang sulit dan berat sebagai individu dewasa awal membuat individu dewasa awal menjadi tidak realistis dan bahkan mengalami kegagalan dalam melaksanakan perannya. Hal tersebut berdampak pada munculnya frustrasi, keputusasaan, ketidakberdayaan, kegagalan, dan kehilangan harapan serta akhirnya melakukan bunuh diri. Spiritualitas sebagai bagian terdalam dan esensial dari diri individu memiliki peran penting yang berhubungan dengan emosi atau perilaku. Sebagai makhluk sosial dan beragama, kekosongan akan spiritual akan menimbulkan permasalahan psikososial didalam kehidupan yang pada akhirnya akan membuat individu melakukan bunuh diri sebagai jalan pintas untuk menyelesaikan masalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal di Kabupaten Gunungkidul.

Sampel penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive incidental sampling* yang meliputi orang dewasa awal di kabupaten Gunung Kidul dengan jumlah responden 125 orang (laki-laki = 39, perempuan = 86) yang berusia 18-40 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa skala spiritualitas dan skala kecenderungan bunuh diri. Skala kecenderungan bunuh diri terdiri dari 37 item dengan item yang valid sebanyak 37 item dan hasil reliabilitas 0,746. Skala spiritualitas terdiri dari 85 item dengan item yang valid sebanyak 77 item dan 8 item dinyatakan gugur dan hasil reliabilitas 0,744.

Analisis data penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana pada SPSS 22.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri. Dengan hasil signifikansi *p-value* 0.173 ($p > 0.05$) dan nilai *T*.hitung sebesar 1.372 dengan nilai *T*.tabel pada taraf signifikansi 0.05 sebesar 1.660. Nilai *T*.hitung $< T$.tabel ($1.372 < 1.660$). Sumbangan efektif spiritualitas terhadap kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal adalah sebesar 1.5%. Sedangkan sisanya sebesar 98.5% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini

Kata kunci : Kecenderungan Bunuh Diri, Dewasa Awal, Spiritualitas.

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk hidup tidak dapat terlepas dari berbagai persoalan kehidupan. Persoalan hidup ini dapat hadir dalam kehidupan

setiap manusia dengan kadar serta bobot masalah yang berbeda-beda. Banyaknya hal yang harus dihadapi dalam proses kehidupan, sering kali menimbulkan berbagai persoalan hidup yang membuat beberapa individu berada dalam

kesulitan dan tekanan. Individu yang sehat cenderung merespons setiap persoalan secara positif, sementara individu yang memberikan respon negatif cenderung menunjukkan emosi negatif berupa rasa malu, rasa bersalah, amarah, ketakutan, dan kesedihan yang akhirnya akan menunjukkan perilaku yang tidak berdaya. Perilaku tidak berdaya ini akan menimbulkan ketidakmampuan bahkan rasa putus asa bagi individu yang tidak mampu menghadapi persoalan hidup tersebut sehingga individu tersebut memilih untuk mengakhiri hidupnya sebagai bentuk penyelesaian masalah.

Bunuh diri merupakan tindakan mematikan diri sendiri agar terlepas dari tekanan atau permasalahan yang sedang dihadapi. Menurut Kaplan (2010), bunuh diri dan usaha percobaan bunuh diri adalah suatu hubungan antara kebutuhan yang tidak terpenuhi, perasaan keputusasaan dan ketidakberdayaan, konflik ambivalen antara keinginan hidup dan tekanan yang tidak dapat ditanggung, penyempitan pilihan yang dirasakan, dan kebutuhan untuk meloloskan diri dari persoalan kehidupan.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan terdapat satu juta kematian setiap tahun akibat bunuh diri sebagai penyebab kematian terbesar ketiga yang sering terjadi pada kelompok usia 15-24 tahun (Jerome, 1996). Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) tindakan bunuh diri di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun, tercatat pada tahun 2005 sekitar 50 ribu orang Indonesia melakukan tindakan bunuh diri dan itu berarti sebanyak 1500

penduduk Indonesia melakukan bunuh diri per harinya.

Meninjau kasus bunuh diri di Indonesia, kabupaten Gunung Kidul menempati peringkat tertinggi nasional yaitu 9 per 100.000 kasus bunuh diri setiap tahunnya. Polres Gunung Kidul mencatat telah terjadi 250 kasus bunuh diri pada rentang tahun 2005-2012. Angka tersebut didominasi oleh usia lanjut (65 tahun keatas), usia dewasa tengah (40-65 tahun), usia dewasa awal (20-40 tahun), dan sebagian sisanya adalah usia remaja (12-19 tahun). Polres Gunung Kidul juga mendokumentasikan data mengenai tindakan percobaan bunuh diri. Data percobaan bunuh diri pada tahun 2007- 2013 tercatat 13 kasus. Angka tersebut didominasi oleh usia dewasa muda (20 - 40 tahun) sebanyak 8 kasus, selanjutnya dewasa tengah (40 - 65 tahun) sebanyak 2 kasus, kemudian usia remaja (12 – 19 tahun) sebanyak 2 kasus dan usia lanjut (diatas 65 tahun) sebanyak 1 kasus.

Beberapa kasus bunuh diri yang terjadi didominasi orang-orang dengan usia dewasa awal dengan rentang usia 15-24 tahun (Jerome, 1996). Usia dewasa awal sebagai usia peralihan dari masa remaja menuntut orang yang telah memasuki usia ini lebih bertanggung jawab atas segala pilihan dan keputusan yang diambil. Penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru mengharuskan orang dewasa agar dapat memainkan peran baru seperti, peran suami/istri, orang tua, pencari nafkah, dan mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini.

Tekanan dan permasalahan dalam menjalankan tugas-tugas baru ini tidak jarang harus dialami orang-orang dewasa awal tersebut, Hurlock (2003) berpendapat bahwa usia ini merupakan suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup seseorang, dan apabila orang dewasa awal menemui kesulitan-kesulitan yang sukar diatasi, mereka akan ragu untuk meminta pertolongan dan nasehat orang lain karena takut kalau dianggap “belum dewasa”.

Orang-orang dewasa awal yang telah mampu memecahkan masalah-masalah mereka dengan cukup baik, akan merasakan ketenangan secara emosional. Tetapi apabila orang-orang dewasa awal tersebut belum mampu mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya akan menyebabkan timbulnya ketegangan emosi yang dapat berlangsung sampai usia tiga puluhan. Seperti yang dikemukakan Hurlock (2003), apabila orang-orang dewasa awal belum mampu mengatasi masalah-masalah utama dalam kehidupan mereka, maka mereka akan sering mengalami gangguan secara emosional, sehingga akhirnya mereka akan memikirkan atau mencoba untuk bunuh diri.

Menghadapi tekanan dalam hidup bukanlah suatu kemudahan bagi individu. Beban jiwa yang semakin berat, kegelisahan dan ketegangan serta tekanan perasaan akan lebih sering terasa. Hal tersebut akan membuat individu kehilangan harapannya bahkan merasa tidak dapat menemukan alternatif dari setiap persoalan yang dihadapi. Individu sebagai makhluk yang beragama (*homo religius*) mendorong individu untuk mencari suatu

kekuatan yang dapat melindungi dan membimbing saat berada disituasi yang sulit.

Kekosongan spiritual, kerohanian dan rasa keagamaan akan menimbulkan permasalahan psiko-sosial di dalam kehidupan individu. Spiritualitas tidak semata sebagai bahan kajian, melainkan penghayatan atau “*the way of being*” maka seseorang senantiasa akan merasakan kehadiran Tuhan di manapun dan kapan pun berada. Orang yang meyakini dan merasakan betul hubungan intim antara dirinya dan Zat Yang Agung dan sekaligus Pengasih maka tidak ada yang lain, kecuali ketenangan dan kestabilan yang dirasakan.

Piedmont (2001) memandang spiritualitas sebagai rangkaian karakteristik motivasional (*motivational trait*), kekuatan emosional umum yang mendorong, mengarahkan, dan memilih beragam tingkah laku individu. Lebih jauh, Piedmont (2001) juga mendefinisikan spiritualitas sebagai usaha individu untuk memahami sebuah makna yang luas akan pemaknaan pribadi dalam konteks kehidupan.

Hal ini memberi kesimpulan bahwa spiritualitas menjadi bagian terpenting dalam kehidupan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya orang-orang yang mencari spiritualitas hanya untuk mendapatkan ketenangan dalam hidup. Tidak terkecuali pada orang-orang dewasa awal yang telah memiliki kematangan dalam berpikir dan mengambil keputusan. Mereka membutuhkan spiritualitas sebagai prinsip untuk mendapatkan makna dan tujuan hidup dengan kedamaian didalam jiwa. Masa-masa penuh harapan serta perubahan-perubahan sosial

membuat orang-orang dewasa muda selalu rentan terhadap tekanan dan rasa frustrasi. Sehingga tidak jarang orang dewasa yang merasa tidak mampu melewati tekanan dalam hidupnya mengambil penyelesaian dengan jalan pintas bunuh diri. Ketidakmampuan dalam menghadapi persoalan hidup inilah yang menunjukkan adanya kekosongan jiwa, yaitu tidak adanya muatan keTuhanan, dan untuk mengisi kekosongan jiwa tersebut perlu adanya muatan keTuhanan yang dapat ditempuh dengan mencari spiritualitas. Spiritualitas sebagai esensial dari diri individu yang berkaitan dengan pencarian makna, tujuan, harapan dan prinsip hidup untuk mendapatkan kedamaian dalam diri, menjadikan spiritualitas menjadi bagian terpenting dalam kehidupan orang-orang dewasa awal yang sedang berada dalam masa perubahan-perubahan secara sosial. Besarnya harapan-harapan yang ingin dicapai pada usia ini diharapkan tidak memberikan kekhawatiran akan adanya rasa putus asa yang dapat membuat orang dewasa tersebut memiliki kecenderungan untuk mengakhiri hidup dengan bunuh diri.

Oleh karena itu, berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal di kabupaten Gunung Kidul.

DASAR TEORI

1. Kecenderungan Bunuh Diri

Menurut Chaplin (2011), kecenderungan atau *tendency* adalah satu atau suatu disposisi

untuk bertindak laku dengan satu cara tertentu.

Bunuh diri adalah kematian yang ditimbulkan oleh diri sendiri dan disengaja (Kaplan dkk, 2010).

Menurut Edwin Scheneidman (dalam Kaplan dkk, 2010) bunuh diri didefinisikan sebagai tindakan pembinasan yang disadari dan ditimbulkan diri sendiri, yang dipandang sebagai *malaise multidimensional* pada individu yang menyebabkan suatu masalah dimana tindakan dirasakan sebagai pemecahan yang terbaik.

Menurut Keliat (1995) bunuh diri adalah tindakan agresif yang merusak diri sendiri dan dapat mengakhiri kehidupan. Keliat (1995) juga berpendapat bahwa bunuh diri adalah tindakan agresif yang langsung terhadap diri sendiri untuk mengakhiri kehidupan. Keadaan ini didahului oleh respon maladaptif seperti tidak berdaya, putus asa, apatis atau acuh tak acuh terhadap lingkungan sendiri, gagal dan kehilangan, ragu-ragu, sedih, depresi, dan kemudian bunuh diri. Bunuh diri mungkin merupakan keputusan terakhir dari individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Dengan demikian kecenderungan bunuh diri adalah suatu dorongan yang mengarahkan individu untuk mengakhiri hidupnya karena individu merasa tidak berdaya, putus asa, serta kehilangan harapan sebagai akibat dari tekanan yang tidak dapat diatasi dengan menggunakan suatu cara tertentu.

2. Spiritualitas

Parks (dalam Love, 2002) 3. Dewasa Awal

menggambarkan spiritualitas sebagai sebuah pencarian personal untuk menjadi berarti, transenden, menyadari keseluruhan jiwa, mencari tujuan, dan memahami spirit sebagai yang menghidupkan esensi pada hidup.

Dewit-Weaver (dalam McEwen, 2004) mendefinisikan spiritual sebagai bagian dari dalam diri individu (*core of individuals*) yang tidak terlihat (*unseen, invisible*) yang berkontribusi terhadap keunikan serta dapat menyatu dengan nilai-nilai transendental (suatu kekuatan yang maha tinggi/*high power* dengan Tuhan/*God*) yang memberikan makna, tujuan, dan keterhubungan.

Defenisi lain menyatakan bahwa spiritualitas adalah prinsip hidup seseorang untuk menemukan makna dan tujuan hidup serta hubungan dan rasa keterikatan dengan sesuatu yang misteri, maha tinggi, Tuhan, atau sesuatu yang universal (Burkhardt, dalam McEwen 2004).

Dari definisi dan penjelasan mengenai spiritualitas yang dikemukakan oleh beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa spiritualitas adalah bagian terdalam dan esensial dari diri individu yang menyatukedalam rasa keterpaduan, keterhubungan, dan rasa keterikatan terhadap nilai-nilai transendental (suatu kekuatan yang maha tinggi/*high power* dengan Tuhan/*God*) dengan menyadari keseluruhan jiwa untuk menjadi berarti, transenden, dan memahami serta mencapai makna dan tujuan hidup sehingga tercapai kedamaian yang hakiki.

Istilah *adult* berasal dari kata kerja latin seperti juga istilah *adolescence* yang berarti tumbuh menjadi kedewasaan. Akan tetapi, kata *adult* berasal dari bentuk lampau partisepel dari kata kerja *adultus* yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran sempurna atau telah menjadi dewasa. Oleh karena itu, orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lain (Hurlock, 2003).

Menurut Wijngaarden dkk (dalam Monks dan Knoers, 2006) pengertian kedewasaan sebagai suatu fase dalam perkembangan dapat dipandang dari beberapa segi. Dewasa dalam bahasa Belanda adalah *volwassen*, Vol artinya penuh dan Wassen artinya tumbuh, sehingga *volwassen* adalah sudah tumbuh dengan penuh atau selesai tumbuh.

Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 40 tahun. Usia ini adalah saat dimana terjadinya perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 2003).

Masa dewasa awal menurut Santrock (2002) dimulai pada akhir usia belasan atau permulaan usia 20an dan berlangsung sampai usia 30an. Masa ini merupakan waktu untuk membentuk kemandirian pribadi dan ekonomi. Levinson (dalam Monks dan Knoers, 2006) menjelaskan masa dewasa awal

dimulai pada usia 17 tahun hingga 45 tahun.

Setiap kebudayaan membuat perbedaan usia kapan seseorang mencapai status dewasa secara resmi. Pada sebagian besar kebudayaan kuno, status ini tercapai apabila pertumbuhan pubertas sudah selesai atau hampir selesai dan apabila organ kelamin anak telah berkembang dan mampu bereproduksi. Belum lama ini, dalam kebudayaan Amerika seorang anak belum resmi dianggap dewasa kalau ia belum mencapai umur 21 tahun. Sekarang umur 18 tahun merupakan umur dimana seseorang dianggap dewasa syah. Dengan meningkatnya lamanya hidup atau panjangnya usia rata-rata orang maka masa dewasa sekarang mencakup waktu yang paling lama dalam rentang hidup (Hurlock, 2003).

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan skala *likert* sebagai alat pengumpulan data dengan menggunakan *try out* terpakai. *Try Out* terpakai berarti ke dua alat ukur penelitian hanya akan diberikan sekali kepada responden kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga didapatkan item valid, selanjutnya skor dari item ke dua skala digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Jumlah responden dalam *try out* sekaligus menjadi responden penelitian yang berjumlah 125 orang. Responden diminta untuk mengisi skala dan memberikan respon langsung terhadap setiap pernyataan terhadap skala psikologis yang diberikan. Responden penelitian ditemui di tempat-tempat seperti rumah pribadi, tempat bekerja, dan tempat umum seperti alun-

alun kabupaten Gunungkidul, pasar, dan sekolah dimana responden yang ditemui harus memenuhi kriteria.

Populasi pada penelitian ini adalah orang dewasa awal dengan rentang usia 18-40 tahun di empat kecamatan (kecamatan Wonosari, Nglipar, Semin, Karangmojo) kabupaten Gunungkidul Provinsi Yogyakarta. Sampel dalam penelitian ini sebanyak minimal 125 orang dewasa awal remaja akhir yang memenuhi kriteria yakni berusia 18-40 tahun, dapat membaca dan menulis, tidak tinggal sendiri, memiliki agama yang dianut. Teknik *sampling* penelitian ini adalah teknik *incidental sampling*, karena sampel yang representatif dalam penelitian ini diambil secara kebetulan, yaitu yang sesuai dengan kriteria subjek dan penelitian yang ditemui dilapangan.

Metode pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa skala psikologi, yaitu:

1. Skala Kecenderungan Bunuh Diri

Skala kecenderungan bunuh diri yang digunakan dalam penelitian ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan karakteristik kecenderungan bunuh diri menurut Kartono (2000) yakni a) Adanya ambivalensi yang sadar atau tidak sadar antara keinginan untuk mati atau hidup, b) Adanya perasaan tanpa harapan, tidak berdaya, sia-sia, sampai pada jalan buntu, c) Merasa pada batas ujung kekuatan, d) Selalu dihantui atau dikejar-kejar rasa cemas, e) Terdapat kekacauan dalam kepribadiannya, f) Terayun-ayun dalam macam-macam suasana hati, g) Terdapat pengerutan kognitif, h) Hilangnya kegairahan

hidup, i) Banyak penderitaan jasmaniah, j) Penderita pernah sekali atau beberapa kali mencoba melakukan bunuh diri.

2. Skala Harga Diri

Spiritualitas dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala spiritualitas yang diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti dari alat ukur spiritualitas yang dilakukan Elkins, dkk yang dinamakan *Spirituality Orientation Inventory* berdasarkan dimensi spiritualitas yang meliputi: dimensi transenden, dimensi makna dan tujuan hidup, dimensi misi hidup, dimensi kesucian hidup, dimensi nilai-nilai material, dimensi altruism, dimensi idealisme, dimensi kesadaran akan adanya penderitaan, dan dimensi hasil spiritualitas. Peneliti memodifikasi alat ukur *Spirituality Orientation Inventory* dengan menerjemahkannya ke dalam Bahasa Indonesia dan melakukan pengubahan penilaian (*scoring*).

HASIL- HASIL

Penghitungan dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 22.

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov* dengan melihat nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)*. Data dinyatakan terdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05 (Priyatno, 2008). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai signifikansi

pada kolom *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,200 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini terdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Pengujian pada penelitian ini menggunakan SPSS dengan menggunakan *test for linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Hasil uji linearitas untuk variabel spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri nilai *Sig. linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara tiap variabel prediktor dengan variabel kriterium terdapat hubungan yang linear.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana. Pada hasil uji hipotesis menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar -0,123 dengan nilai signifikansi 0,173 ($p\text{-value} > 0,05$). Nilai T_{hitung} sebesar -1.372 dan nilai signifikansi ($p\text{-value}$) sebesar 0.173. Nilai T_{tabel} pada taraf signifikansi 0.05 adalah sebesar 1.660. Nilai $T_{hitung} < T_{tabel}$ ($1.372 < 1.660$), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini tidak dapat diterima, yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri.

3. Kontribusi Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri

Kontribusi Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri sebesar 0.015, sehingga dikatakan bahwa sumbangan efektif spiritualitas terhadap kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal adalah sebesar

1,5%, sedangkan sisanya sebesar 98,5% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

4. Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala spiritualitas dapat diketahui bahwa responden secara umum memiliki spiritualitas yang tinggi sebanyak 81 orang atau sebesar 64,8%. Pada skala kecenderungan bunuh dapat diketahui bahwa responden secara umum memiliki kecenderungan bunuh diri yang rendah sebanyak 78 orang atau sebesar 62,4%.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data penelitian mengenai hubungan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal di Kabupaten Gunung Kidul mendapatkan hasil nilai signifikansi (*p-value*) 0.173 dengan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0.05 maka dapat disimpulkan $p\text{-value} > 0.05$. Berdasarkan hasil perhitungan nilai uji koefisien regresi sederhana (Uji *t*) menunjukkan *t*hitung sebesar 1.372, sedangkan nilai *t*tabel sebesar 1.660, sehingga $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($1.372 < 1.660$). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini ditolak, yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal di kabupaten Gunung Kidul.

Hasil koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.015, sehingga dapat dikatakan bahwa sumbangan efektif spiritualitas terhadap

kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal adalah sebesar 1.5%, sedangkan sisanya sebesar 98.5% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian ini, spiritualitas tidak memberikan pengaruh yang besar dalam timbulnya kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal.

Hasil kategorisasi variabel spiritualitas dapat diketahui bahwa terdapat 64,8% responden memiliki spiritualitas dengan kategorisasi spiritualitas tinggi, dan sebesar 62,4% responden memiliki kategorisasi kecenderungan bunuh diri rendah. Sementara sisanya sebesar 16% responden memiliki spiritualitas dengan kategorisasi sangat tinggi, 16,8% responden memiliki spiritualitas sedang, dan 24% responden memiliki spiritualitas rendah. Dan untuk kecenderungan bunuh diri sebesar 24,8% responden memiliki kecenderungan bunuh diri sangat rendah, 12% responden memiliki kecenderungan bunuh diri sedang, dan 0.8% responden memiliki kecenderungan bunuh diri tinggi.

Dimana hasil kategorisasi menunjukkan bahwa terdapat kondisi yang sejalan dimana tingginya spiritualitas yang dimiliki oleh responden di kabupaten gunung kidul diikuti oleh rendahnya kecenderungan bunuh diri yang dimiliki oleh responden yang terdapat di kabupaten gunung kidul, namun hasil yang didapat belum signifikan.

Pada penelitian ini juga terdapat evaluasi, khususnya pada variabel spiritualitas yang

menjadi perhatian khusus pada keberjalanan penelitian. Hal ini karena spiritualitas memiliki konstruk yang sangat kompleks dan memiliki makna yang sangat mandalam. Dalam penelitian ini skala spiritualitas yang digunakan adalah skala yang sudah jadi dan diadaptasi dari penelitian sebelumnya, dimana bahasa yang digunakan dalam skala tersebut adalah bahasa yang tidak sederhana. Hal ini memengaruhi responden dalam mengisi skala penelitian, dimana terlihat bahwa responden dalam mengisi skala spiritualitas membutuhkan waktu yang lebih lama dibanding saat mengisi skala kecenderungan bunuh diri. Hal tersebut dipengaruhi oleh kondisi lokasi penelitian yang berada dikawasan pedesaan dan tingkat pendidikan responden yang rata-rata hanya sampai pada jenjang pendidikan sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas.

Spiritualitas sebagai bagian terdalam dan esensial dari diri individu yang menyatu kedalam rasa keterpaduan, keterhubungan, dan rasa keterikatan terhadap kekuatan yang maha tinggi/*high power* dengan Tuhan/*God*) memiliki peran penting yang berhubungan dengan emosi atau perilaku dan sikap tertentu (Tischler, 2002). Dalam kehidupan sehari-hari setiap orang akan memaknai secara berbeda-beda mengenai makna dari spiritualitas, seperti yang dikemukakan oleh Faran dkk (dalam Danah Z & Ian M, 2008) bahwa setiap individu akan memaknai secara unik spiritualitas atau dimensi spiritual. Definisi Individual tentang spiritualitas dipengaruhi oleh kultur,

perkembangan, pengalaman hidup, dan ide-ide mereka sendiri tentang hidup.

Kecenderungan bunuh diri memiliki beberapa faktor risiko yang dapat mendukung tingginya kecenderungan bunuh diri namun tidak didapatkan saat pengumpulan data, yaitu riwayat keluarga dimana apabila seseorang anggota keluarga bunuh diri maka risiko orang lain dalam keluarga itu akan melakukan tindakan yang sama akan meningkat. Kemudian gangguan psikologis yang sudah ada dimana orang yang berkecenderungan untuk bunuh diri sangat berhubungan dengan suasana perasaan. Terakhir adalah kejadian hidup yang *stressful* dimana kejadian *stressful* yang berat atau memalukan dan membuat orang merasa terhina akan meningkatkan kemungkinan untuk melakukan bunuh diri.

Seseorang yang tidak memiliki ketahanan mental yang baik dalam menghadapi persoalan kehidupan akan lebih rentan untuk memiliki kecenderungan bunuh diri. Seperti yang dikemukakan oleh Oltmanns & Emery (2013) kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi akan membuat seseorang sangat rentan terhadap kecenderungan bunuh diri. Ketika perjalanan menuju tujuannya tiba-tiba gagal, orang yang mengatribusikan kegagalan atau kekecewaan tersebut akan melihat dirinya tidak berguna, tidak kompeten, atau tidak pantas dicintai. Kesulitan secara interpersonal inilah yang sering mencetuskan timbulnya kecenderungan bunuh diri.

Faktor lain yang juga bisa mendorong orang memiliki kecenderungan bunuh diri

yaitu tidak adanya dukungan sosial dan peran bermakna di lingkungannya. Apabila seseorang memiliki masalah berat dan dia merasa sendirian, tidak ada yang menghiraukan dan dia takut meraih perhatian orang lain karena dia merasa kecil dan tak berharga, maka jalan ke arah bunuh diri akan dekat. Adanya relasi dalam keluarga atau perkawinan yang berkualitas baik akan sangat membantu menghindarkan tindakan bunuh diri.

Rasa putus asa, kekecewaan, kegagalan yang dialami, dan merasa tidak berguna lagi menunjukkan minimnya kepercayaan untuk menghadapi kehidupan/masa depan, tidak terdapatnya ketenangan pikiran dimana hal tersebut sesuai dengan terdapatnya kekosongan spiritual, kerohanian dan rasa keagamaan yang akan menimbulkan permasalahan psiko-sosial di dalam kehidupan individu. seperti yang dikemukakan oleh Sila, Anwar, Rahman, Anwar, & Habibah (2007) bahwa orang yang mengalami kehausan spiritual merasa kehidupannya kosong dan kehilangan makna hidup yang sebenarnya, meskipun mereka telah menjalankan sholat, berpuasa dan amalan sunat lainnya (dalam agama islam) namun mereka juga belum terpuaskan dan tidak merasakan manfaat sedikitpun.

Dari penelitian lain terkait spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri adalah penelitian yang pernah dilakukan oleh Musfirahah R.F (2013) dengan judul pengaruh pendekatan spiritualitas terhadap keinginan bunuh diri pada remaja putri di SMA N 1 Patuk Gunungkidul Yogyakarta. Dengan hasil

penelitian yaitu terdapat keinginan bunuh diri sebelum pendekatan spiritualitas sebanyak 6 responden yang memiliki keinginan bunuh diri tinggi, dan 6 responden memiliki keinginan bunuh diri sedang. Setelah diberikan pendekatan spiritualitas didapat 5 responden memiliki keinginan bunuh diri sedang, dan 10 responden memiliki keinginan bunuh diri rendah. Dengan hasil signifikansi yaitu $P < 0,05$ ($0,003 < 0,050$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendekatan spiritualitas merupakan salah satu metode yang efektif untuk mengurangi keinginan bunuh diri pada remaja.

Peneliti juga menemukan penelitian lain mengenai spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri yang dilakukan oleh Daniel T. R dkk (2008) dalam *Journal of Affective Disorders* dengan judul *spirituality, religion and suicidal behavior in a nationally representative sample* yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara spiritualitas dengan percobaan bunuh diri ($P=0,65$; $0,65 > 0,05$) dan tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan ide bunuh diri ($P=0,64$; $0,64 > 0,05$) serta tidak terdapat hubungan signifikan antara religiusitas dengan percobaan bunuh diri ($P=0,38$; $0,38 > 0,05$), sehingga kesimpulan dari penelitian tersebut adalah tidak terdapat hubungan signifikan dengan efek interaksi antara penderita gangguan mental dengan religiusitas, dan spiritualitas dengan perilaku bunuh diri. Penelitian ini memberikan kontribusi dimana kehadiran agama menjadi faktor menurunnya usaha bunuh dan pengaruh

spiritualitas tetap penting terhadap pengurangan usaha bunuh diri.

Beberapa penelitian terkait dengan spiritualitas juga menghubungkan spiritualitas pada tempat kerja seperti penelitian dari Mulyono, A.W (2010) dengan judul penelitian hubungan spiritualitas di tempat kerja (STK) dengan komitmen organisasi perawat di RSI Fatimah Cilacap. Penelitian selanjutnya mengenai spiritualitas pada tempat kerja diteliti oleh Nurtjahjanti (2010) dengan penelitiannya mengenai spiritualitas kerja sebagai ekspresi keinginan diri karyawan untuk mencari makna dan tujuan hidup dalam organisasi. Dan penelitian dari Syamsuddin (2012) mengenai memahami dimensi spiritualitas dalam praktek pekerjaan sosial. Penelitian-penelitian tersebut mengasumsikan bahwa pemahaman spiritualitas tentang makna bekerja berkaitan erat dengan nilai-nilai spiritualitas yang dimiliki oleh individu dalam pekerjaannya. Spiritualitas kerja didefinisikan sebagai kerangka kerja dari nilai-nilai budaya organisasi yang mendorong pengalaman transenden para karyawan melalui proses bekerja. Pengalaman transenden mengacu pada bagaimana karyawan sebagai individu merasakan mengalami perubahan melalui pelayanan yang dilakukannya terhadap orang lain, dan individu juga mendapatkan makna dan tujuan dalam hidupnya. Dan untuk kecenderungan bunuh diri, beberapa penelitian yang pernah dilakukan mencoba menghubungkan bunuh diri pada haryanti (Adi G.E.S, 2007), tipe kepribadian dan harga diri

(Haryanto, 2009), serta *emotional focus coping* dan kecerdasan emosional (Priyatama A.N, 2010).

PENUTUP

A. Simpulan

1. Hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini ditolak, yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal di kabupaten Gunung Kidul. Dengan nilai signifikansi (*p-value*) 0.173 dan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0.05 (*p-value* > 0.05).
2. Hasil koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.015, sehingga dapat dikatakan bahwa sumbangan efektif spiritualitas terhadap kecenderungan bunuh diri pada orang dewasa awal adalah sebesar 1.5%.

B. Saran

1. **Bagi warga Kabupaten Gunung Kidul**
 - a. Menerapkan keyakinan-keyakinan spiritual dalam kehidupan. Tidak hanya berupa dorongan untuk memenuhi keyakinan tersebut namun sudah mengimplementasikannya dalam kehidupan.
 - b. Warga yang memiliki spiritualitas yang tinggi diharapkan dapat terus meningkatkan spiritualitasnya. Hal tersebut dapat dilakukan dengan memperbanyak mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan untuk

- meningkatkan muatan akan keTuhanan.
- c. Bagi warga yang masih memiliki spiritualitas rendah dan kecenderungan bunuh diri tinggi diharapkan dapat memperbanyak mengikuti kegiatan yang berkaitan dengan sosial dan agama. Bila memiliki permasalahan yang tidak dapat diatasi, jangan merasa malu untuk mendatangi lembaga psikologi yang terdapat di daerahnya dan berkonsultasi dengan psikolog guna membantu menghadapi permasalahan yang dihadapi.
2. Bagi Pemerintah Daerah
 - a. Melakukan upaya preventif sebagai suatu upaya pencegahan, hal tersebut dapat dilakukan pemerintah daerah dengan melakukan kerjasama dengan bidang kesehatan masyarakat.
 - b. Pemerintah dan beberapa pihak terkait dapat melakukan pendekatan kepada masyarakat yang bersama psikiatri/psikolog dapat juga melakukan pelayanan tidak langsung seperti konsultasi, pendidikan mental, pelatihan masyarakat, dll.
 3. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Peneliti lain yang memiliki minat meneliti tema yang sama, disarankan harus lebih mencermati fenomena yang terdapat di lapangan, hal ini sebagai upaya agar peneliti lebih tepat dalam menentukan responden yang akan digunakan dalam penelitian.
 - b. Bagi peneliti lain yang ingin menggunakan variabel spiritualitas dalam penelitiannya diharapkan variabel tersebut menjadi perhatian khusus, terutama dalam kemampuan memahami konstruk skala spiritualitas secara mendalam, dan menerjemahkan skala spiritualitas dengan menggunakan bahasa yang lebih sederhana. Hal ini bertujuan agar dalam pengungkapan spiritualitas sebagai alat ukur dapat lebih representatif dan mudah ditangkap oleh responden dalam penelitian.
 - c. Memperluas lingkup penelitian, misalnya dengan memperluas populasi, menambah jumlah responden, dan variasi sampel serta menambah variabel atau faktor lain yang mungkin akan memengaruhi spiritualitas dengan kecenderungan bunuh diri. Dengan demikian, hasil yang didapat lebih bervariasi dan kesimpulan yang didapat lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Adi, G. E. S. (2007). *Sikap Bunuh Diri pada Remaja ditinjau dari Karakteristik Kepribadian*. Skripsi. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Danah Zohar dan Ian Marshall, SQ: *Spiritual Intelligence (terj)*, Jakarta : Mizan Pustaka, 2008, hlm. 4.
- Hasnani, F. (2012). *Spiritualitas dan Kualitas Hidup Penderita Kanker Serviks*. Jurnal Health Quality Vol. 3 No. 2, Mei, Hal.69-140.
- Hurlock, E.B. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Ed.5. Jakarta: Erlangga.
- Jerome, D.B. (1996). *Adolescent development and behavior*. New Jersey.
- Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Cetakan ke-7. Bandung: Mandar Maju.
- Keliat, B.A. (1995). *Tingkah Laku Bunuh Diri*. Cet.2. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Love, P.G. (2002). *Comparing spiritual development and cognitive development*. *Journal of College Student Development*.
- McEwen, M. (2004). *Analysis of Spirituality Content in Nursing Textbooks*. *Journal of Nursing Education*.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nurtjahjanti, H. (2010). *Spiritualitas Kerja sebagai Ekspresi Keinginan Diri Karyawan untuk Mencari Makna dan Tujuan Hidup dalam Organisasi*. Jurnal Psikologi UNDIP vol. 7, No 1.
- Oltmanns, T. F., & Emery, R. E. (2013). *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Piedmont, R. L. (2001). *Spiritual Transcendence and the Scientific Study of Spirituality*. *Journal of Rehabilitation*, 67 (1): 4-14.
- Priyatama, A.N. (2009). *Hubungan antara Emotional Focus Coping dan Kecerdasan Emosional dengan Kecenderungan Bunuh Diri pada Remaja*. Jurnal Wacana. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret
- Priyatno, D. (2009). *5 Jam Belajar Olah Data dengan SPSS 17*. Yogyakarta: Andi.
- _____. (2008). *Mandiri Belajar SPSS untuk Analisis Data dan Uji Statistik*, Edisi Pertama, Mediakom, Jakarta.
- _____. (2012). *Cara Kilat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Edisi kesatu. Yogyakarta: Andi.
- Sila, M. A., Anwar, M., Rahman, A., Anwar, S., & Habibah, N. (2007). *Sufi Perkotaan "Menguak Fenomena Spiritualitas di Tengah Kehidupan Modern"*. Jakarta: Departemen Agama RI "Balai Penelitian dan Pengembangan Agama".
- Syamsuddin & Azman, A. (2012). *Memahami Dimensi Spiritualitas dalam Praktek Pekerjaan Sosial*. Informasi, Vol. 17, No. 02.
- Tischler, L. (2002). *Linking Emotional Intelligence, Spirituality and Workplace Performance: Definitions, Models and Ideas for Research*. *Journal of Managerial Psychology*. 17 (3): 203.