

## ABSTRAK

Menjalani perawatan di rumah sakit dapat mengakibatkan perubahan emosional pasien yang berakibat stres yang dialami. Pasien yang stres bisa di ketahui dari tanda tidak dapat tenang, bicara tidak jelas, mudah marah, tidak nafsu makan, tidak dapat santai sampai ingin pulang paksa. Koping adaptif seperti *Spiritual Mindfulness* bisa menjadi salah satu solusi menghadapi stres tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh spiritual *Mindfulness* terhadap tingkat stres pasien rawat inap di Rumkital dr. Oepomo Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan quasi experimental. Jumlah populasi 138 pasien dan besar sampel 32 pasien dengan menggunakan teknik *consecutive sampling* dengan kriteria pasien menjalani rawat inap lebih dari 3 hari yang berada di rawat inap Rumkital dr. Oepomo Surabaya. Variabel independen *Spiritual Mindfulness* dan variabel dependen tingkat stres pasien rawat inap. Analisa data menggunakan uji wilcoxon signed rank test

Hasil penelitian menunjukkan nilai p value kelompok intervensi sebesar 0.001 artinya  $p\ value < \alpha$ , maka dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  yang artinya adanya pengaruh terapi *Spiritual Mindfulness* terhadap kelompok intervensi pada pasien di Ruang Rawat Inap Rumkital dr. Oepomo.

Simpulan dari penelitian ini adalah pasien yang menjalani rawat inap akan mengalami kondisi stres yang akan mengganggu proses penyembuhan pasien. Terapi spiritual *Mindfulness* sangat berpengaruh untuk koping adaptif menurunkan tingkat stres pada pasien rawat inap.

Kata kunci : *Spiritual Mindfulness*, tingkat stres, stres rawat inap