

Hubungan Perilaku Budaya (Sistem Religi Dan Sistem Sosial) Dengan Tingkat Stres Masyarakat Toraja

Sapta Noven Tonapa^{1*}, Darwis², Eva Arna Abrar³

^{1*2,3} STIKES Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*email: penulis-korespondensi:(saptanoventonapa20@gmail.com /082 851-46145857)

(Received: 21-10-2023; Reviewed:28-10-2023; Accepted: 23-12-2023)

ABSTRACT

Toraja tribe is known as a tribe that still adheres to customs. Breaking customs is a taboo, especially in death ceremonies. In general, funeral ceremonies or traditional funerals (rambu solo) are carried out on a large scale because, according to the people of Tana Toraja, when rambu solo is held the more festive, and more property is sacrificed, the higher the social status of the deceased. The purpose of this study was to determine the relationship between cultural behavior (religious system and social system) with the stress level of the Toraja community at Tikala Health Center, North Toraja Regency. This study uses an analytical descriptive research design with a cross sectional approach. The sampling technique in this study is non-probability sampling with an Accidental Sampling approach, as many as 50 respondents according to the criteria. Data was collected using a questionnaire and analyzed by chi square test. The results of bivariate analysis show that there is a relationship between showing that there is a relationship between cultural behavior (social system) and stress levels. ($\rho = 0.002 < 0.05$), and there is a relationship between showing that there is a relationship between cultural behavior (social system) and stress levels. ($\rho = 0.003 < 0.05$). The conclusion in this study is that there is a relationship between cultural behavior (social system) and (religious system) with stress levels. Based on the results of the study, it is hoped that it can become information for nursing education and add knowledge in the development of nursing education. As well as knowing how important it is to know the level of stress and control it according to people's cultural behavior.

Keywords; Cultural Behavior ; Stress Level ; Toraja People

Abstrak

Suku Toraja terkenal sebagai suku yang masih memegang teguh adat. Melanggar adat adalah suatu pantangan, apalagi dalam upacara kematian. Pada umumnya upacara kematian atau pemakaman adat (rambu solo) dilakukan dengan besar-besaran karena, anggapan masyarakat Tana Toraja apabila rambu solo diadakan semakin meriah, dan banyak harta dikorbankan maka semakin tinggi status sosial orang yang meninggal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku budaya (sistem religi dan sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat toraja di Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan pendekatan Accidental Sampling, sebanyak 50 responden sesuai kriteria. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan di analisis dengan uji chi square. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya terdapat hubungan antara menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stres. ($\rho = 0.002 < 0,05$), dan terdapat hubungan antara menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stres. ($\rho = 0,003 < 0,05$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dan (sistem religi) dengan tingkat stres. Berdasarkan hasil penelitian maka diharapkan dapat menjadi informasi bagi pendidikan keperawatan dan menambahkan pengetahuan dalam pengembangan pendidikan keperawatan. Serta mengetahui bagaimana pentingnya mengetahui tingkat Stres dan mengendalikannya sesuai perilaku budaya masyarakat.

Kata Kunci; Perilaku Budaya ; Tingkat Stress ; Masyarakat Toraja

Pendahuluan

Keragaman budaya adalah suatu keniscayaan hidup, sebab setiap orang atau komunitas pasti mempunyai perbedaan sekaligus persamaan. Di sisi lain pluralitas budaya merupakan kekayaan tersendiri bagi bangsa Indonesia. Namun jika kondisi seperti itu tidak dipahami dengan sikap toleran dan saling menghormati, maka pluralitas budaya cenderung akan memunculkan konflik, penyakit, stressor bahkan kekerasan (Cholisin, 2019).

Masyarakat Indonesia adalah masyarakat majemuk yang memiliki heterogenitas yang tinggi dalam konteks social, etnik, agama, bahasa dan simbol budaya lainnya. Tentunya hal tersebut menjadi identitas dan perilaku masyarakat tersendiri yang menganutnya. Seperti dapat kita jumpai perilaku budaya masyarakat dalam pelaksanaan upacara adat di berbagai daerah yang ada di Indonesia. Jenis upacara dalam kehidupan masyarakat antara lain: upacara kelahiran, perkawinan maupun kematian yang dilaksanakan sesuai dengan adat dari masyarakat. Upacara pada umumnya merupakan salahsatu perilaku budaya masyarakat yang mempunyai nilai sakral oleh masyarakat pendukung kebudayaan tersebut (Naomi. et al, 2020). Perilaku budaya masyarakat juga sangat erat kaitannya dengan kesehatan, baik kesehatan jiwa, kesehatan fisik, mental bahkan sosial. Dampak dari perilaku budaya masyarakat juga sangat erat kaitannya dengan kesehatan jiwa, stressor dalam kehidupan akan selalu terjadi, ketegangan dari emosional dapat menyebabkan terganggunya system kardiovaskuler. Stres merupakan suatu reaksi disebabkan dari berbagai beban yang tidak spesifik, tetapi stres dapat menjadi salah satu faktor pencetus, sekaligus penyebab dari suatu penyakit (Seke et al., 2021)..

Stres terbentuk dari tekanan emosional dan mental jika tidak tertangani akan menimbulkan terjadinya depresi kesedihan terus menerus dalam jangka waktu yang panjang dan membutuhkan perawatan (Febyan, Wijaya, Tannika, & Hudyono, 2020). Permasalahan terkait depresi di Indonesia masih tinggi, tingginya prevalensi penderita depresi di Indonesia pada penduduk usia > 15 tahun yaitu 6,1 % (sekitar 12 juta orang) (Riskesdas, 2018). Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya fisik-biologik, psikologik, dan Sosial. Menurut Suhamihardja (1977), suku Toraja terkenal sebagai suku yang masih memegang teguh adat. Setiap pekerjaan mesti dilaksanakan menurut adat, karena melanggar adat adalah suatu pantangan, apalagi dalam upacara kematian. Pada umumnya upacara kematian atau pemakaman adat (rambu solo) dilakukan dengan besar-besaran karena, anggapan masyarakat Tana Toraja apabila rambu solo diadakan semakin meriah, dan banyak harta dikorbankan maka semakin tinggi status sosial orang yang meninggal. Pelaksanaan Rambu Solo` juga identik dengan penyembelihan kerbau dan babi. Tetapi yang paling ditonjolkan dalam upacara tersebut adalah penyembelihan kerbau. Kerbau merupakan hal utama yang harus ada dalam upacara ini. Masyarakat Toraja beranggapan bahwa kerbau adalah kendaraan yang ditunggangi arwah almarhum untuk mengantarnya ke surga. Kerbau yang disembelih berkisar puluhan ekor bahkan jumlah itu bisa mencapai ratusan berdasarkan strata sosialnya. Jenis kerbau yang disembelih adalah kerbau biasa kerbau hitam, kerbau balian (kerbau aduan), dan kerbau belang (kerbau Bonga). Upacara Rambu Solo` adalah upacara kedukaan atau kem atian yang dilakukan oleh masyarakat Toraja (Patora, 2021).Tingginya angka masyarakat yang mematuhi adanya syarat pengumpulan kerbau atau babi yang akan dikumpulkan puluhan hingga ratusan untuk memenuhi pesta upacara rambu solo hal ini dapat menimbulkan stres hingga depresi jika syarat tersebut tidak terpenuhi. Stres adalah suatu keadaan kompleks yang mencakup kondisi seperti stres ringan, kesusahan, kecemasan dan depresi yang dapat terjadi dari berbagai fenomena termasuk kesibukan sehari-hari, hubungan yang buruk, dan kesulitan,(As, 2018) Stres membutuhkan koping dan adaptasi. Sindrom adaptasi umum atau teori Selye, menggambarkan stres sebagai kerusakan yang terjadi pada tubuh tanpa mempedulikan apakah penyebab stres tersebut positif atau negatif. Respons tubuh dapat diprediksi tanpa memerhatikan stresor atau penyebab tertentu.(Ali & Muzakkir, 2020). Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan, baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang, stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia(Setyawan, Saputri, & Lubis, 2022). Stres emosional dapat menyebabkan seseorang menjadi tegang dan seringkali mengarah frustrasi apabila tidak tidur. Stres juga dapat menyebabkan seseorang mencoba terlalu keras untuk tertidur, sering terbangun selama siklus tidur. Stres yang berkepanjangan dapat mengakibatkan kebiasaan tiduryang buruk.(Palayukan, 2020)

Dari studi awal wilayah kerja puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara memiliki penduduk yang sangat luas, jumlah penduduk di wilayah Tikala tahun 2022 dengan berjenis kelamin laki-laki sebesar 5959 dan Perempuan 4711, diantaranya agregat remaja 8763, Anak 1529, Dewasa 7018 dan lansia total 745 orang. Data pasien yang mengalami stres sampai depresi diwilayah kera puskesmas Tikala sebanyak 52 orang dan dari hasil tinjauan rata-rata yang mengalami adalah lansia dimana dari informasi bahwa dari 52 terdapat 42% depresi dari kehilangan harta, 35% perceraian dan broken home, 15% hilangnya pekerjaan dan 9% kelebihan harta dan kecerdasan. Dari hasil uraian di atas dapat peneliti tertarik meneliti “hubungan perilaku budaya (sistem religi dan sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat toraja di wilayah kerja Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara”.

Metode

Desain penelitian yang akan digunakan adalah Deskriptif Analitik dengan rancangan cross sectional yaitu dengan cara pengumpulan data sekaligus pada satu waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan perilaku budaya (sistem religi dan sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat toraja di Wilayah Kerja Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara. Tingkat stress sebagai variabel independen dan Perilaku Budaya Masyarakat Toraja sebagai variabel dependen. Teknik sampling yang digunakan adalah *Accidental Sampling* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja masyarakat yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, Pertimbangan ilmiah harus menjadi pedoman menentukan kriteria inklusi. Masyarakat agregat lansia dan dewasa Masyarakat yang tidak buta huruf, bias membaca dan menulis. Pada jenis pengukuran kuesioner ini peneliti mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis Perilaku budaya (sistem religi dan sistem sosial) Perilaku budaya masyarakat toraja terdiri dari 15 pertanyaan, Di ukur dengan menggunakan skala gutmen. Tingkat stress menggunakan instrument *Depression Anxiety Stress Scale* terdiri dari 14 pertanyaan. Di ukur dengan menggunakan skala likert. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini sebelumnya dimulai dari calon peneliti melakukan observasi tempat penelitian, mewawancarai perawat dan bidan yang memegang tagging jawab dalam pemenuhan data di Puskesmas. Setelah data terkumpul data akan dilakukan pengolahan data dengan menggunakan komputersasi program SPSS. Adapun tahap-tahap dalam pengumpulan data *Editin, Coding sheet, Data entry, Tabulasi, Analisa Data*, Setelah mendapatkan persetujuan, penelitian dengan berusaha mencegah permasalahan selama proses penelitian dengan pertimbangan etik, *Autonomy, Beneficence, Justice*.

Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel. 1 Distribusi karakteristik umum responden masyarakat Toraja (n = 50)

Karakteristik	N	%
Pendidikan Terakhir		
SD	3	6 %
SMA	10	20 %
D3	20	40%
S1	17	34
Pekerjaan		
Petani	19	38 %
PNS	9	18 %
Wirasuasta	22	44%
Umur		
Dewasa 20 s/d 40 tahun	31	62 %
Lansia 40 Keatas	19	38 %
Pendidikan Terakhir		
Laki-Laki	23	46 %
Perempuan	27	54 %

Berdasarkan tabel 1. diketahui responden paling banyak berumur dewasa 20 s/d 40 tahun (62%), responden paling banyak berjenis kelamin perempuan (54%), dengan pekerjaan Wirasuasta sebanyak (44%), dimana pendidikan terakhir terbanyak D-3 (40%).

b. Perilaku Budaya (Sistem Religi)

Tabel. 2 Distribusi responden berdasarkan Perilaku Budaya (Sistem Religi) masyarakat Toraja

Sistem Resligi	N	%
Baik	18	36 %
Buruk	32	64 %
Total	50	100,0%

Berdasarkan tabel. 2 diatas menunjukkan bahwa responden dengan Perilaku Budaya (Sistem Religi) dengan kategori baik sebanyak 18 orang (36%) dan responden dengan perilaku budaya (Sistem Religi) buruk sebanyak 32 orang (64%).

c. Perilaku Budaya (Sistem Sosial)

Tabel. 3 Distribusi responden berdasarkan Perilaku Budaya (Sistem Sosial) masyarakat Toraja.

Sistem Sosial	N	%
Baik	17	34 %

Buruk	33	66 %
Total	50	100,0%

Berdasarkan Tabel. 3 diatas menunjukkan bahwa responden dengan perilaku budaya (sistem sosial) baik sebanyak 17 orang (34%) dan responden dengan perilaku budaya (sistem sosial) buruk sebanyak 33 orang (66%).

d. **Tingkat Stres**

Tabel. 4 Distribusi responden berdasarkan tingkat stres masyarakat Toraja (n= 50)

Tingkat Stress	N	%
Normal	1	2 %
Ringan	2	4 %
Sedang	5	10%
Berat	3	6%
Sangat Berat	39	78%
Total	50	100,0%

Berdasarkan Tabel. 4 diatas menunjukkan bahwa responden dengan tingkat stres normal sebanyak 2%, responden dengan tingkat stress ringat sebanyak 2 orang (4%), responden dengan tingkat stress sedang sebanyak 5 orng (10%), responden dengan tingkat stress berat 3 orang (6%) dan responden dengan tingkat stress sangat berat 39 orang (78%).

2. Analisis Bivariat

Tabel. 5 Hubungan perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat Toraja

Perilaku budaya (Sistem sosial)	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		Total		Chi-Square
	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	1	0,3	2	0,7	3	1,7	2	1,0	9	13,3	17	17,0	$\rho=0,002$
Buruk	0	0,7	0	1,3	2	3,3	1	2,0	30	25,7	33	33,0	
Total	1	1.0	2	2,0	5	5,0	3	3,0	39	39,0	50	100	

Berdasarkan Tabel. 5 diatas menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat stress sangat berat dengan perilaku budaya sistem sosial buruk. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan chi square test di peroleh nilai $\rho=0.002 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stress.

Tabel 6. Hubungan perilaku budaya (sistem religi) dengan tingkat stress masyarakat Toraja

Perilaku budaya (Sistem Religi)	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		Total		Chi-Square
	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	1	0,4	2	0,7	3	1,8	2	1,1	10	14,0	18	18,0	$\rho=0,003$
Buruk	0	0,6	0	1,3	2	3,3	1	2,9	29	25,0	32	32,0	
Total	1	1.0	2	2,0	5	5,0	3	3,0	39	39,0	50	100	

Berdasarkan Tabel. 6 diatas menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat stress sangat berat dengan perilaku budaya sistem religi buruk. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan *chi square test* di peroleh nilai $\rho=0.003 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stres.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Di Wilayah Kerja Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara pada tanggal 13 sampai tanggal 27 juli 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat Toraja yang sedang melaksanakan pesta rambu solo. Berdasarkan data diperoleh didapatkan ada hubungan perilaku budaya (sistem religi dan sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat toraja di Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara.

1. Hubungan perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stress masyarakat Toraja

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan chi square test pada penelitian ini bahwa bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat stress sangat berat dengan perilaku budaya sistem sosial buruk. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan chi square test di peroleh nilai $\rho=0.002 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stress . Stres merupakan reaksi yang tidak diharapkan yang muncul disebabkan oleh berbagai faktor dari dalam diri

maupun dari luar diri seseorang yang dapat membuat seseorang menjadi tertekan. Stres terjadi akibat pelepasan hormon kortisol (hormon utama stres) stres yang dialami menyebabkan seseorang yang mengalami stres berusaha untuk menurunkan atau mengalihkan stres yang mereka hadapi dengan melakukan manajemen coping stres. Coping stres yang dilakukan berbeda-beda setiap orang bisa secara positif maupun negatif, coping stres kearah negative (Artawan, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Simanjuntak (2019) menunjukkan bahwa responden merasa masih memiliki semangat untuk melakukan kegiatan dan memiliki rencana yang baik kedepannya serta merasa orang di sekitarnya tetap ramah. Hal tersebut membuat stres yang dialami responden secara umum masih ringan. Pada orang yang mengadakan rambu solo, stres paling dirasakan adalah ketika dihadapkan pada permasalahan yang berat.

Penelitian Rismayanti, (2020) menyatakan bahwa munculnya rasa kebersamaan yang dilandasi oleh rasa senasib dan sepenanggungan, bahwa mereka hidup bersama-sama. Karena itu mereka saling membutuhkan antara satu dengan yang lain. Terjadinya kontak social antara warga masyarakat, paling tidak pada saat Patane atau liang kubur akan di buka dan juga pada saat melakukan ucapan syukur saat menyelesaikan Upacara Adat. Dalam nilai Nilai budaya dalam adat Ma' nene sudah tergambar jelas dari awal, tradisi merupakan sebuah budaya, budaya karya manusia yang akan menjadi adat istiadat. Upacara Ma' nene ini juga termasuk hasil dari karya manusia yang menjadi kebiasaan dan diwariskan kepada generasi penerus, dalam hal ini upacara Ma' nene diwariskan oleh leluhur-leluhur masyarakat Kecamatan Rinding Allo kepada generasi dibawahnya dan sampai sekarang masih terus dilestarikan. Dan dijaga eksistensinya. Keberhasilan upacara Rambu solo memerlukan kerjasama yang erat antara kerabat dan keluarga. Masing-masing mempunyai tanggung jawab sendiri-sendiri. Berhasil atau tidaknya Jurnal Adat dan Budaya pelaksanaan upacara Rambu solo tersebut sangat tergantung pada apakah masing-masing pihak mau dan mampu menunaikan apa yang menjadi kewajiban atau tanggung jawabnya dengan baik. Tanpa tanggung jawab di setiap kegiatan maka tidak akan pernah mencapai tujuannya dengan baik. Tanggung jawab adalah kesediaan dan kemampuan untuk menunaikan atau memenuhi apa yang menjadi kewajiban.

2. Hubungan perilaku budaya (sistem religi) dengan tingkat stress masyarakat Toraja

Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan *chi square test* di peroleh hasil bahwa lebih banyak responden yang memiliki tingkat stress sangat berat dengan perilaku budaya sistem religi buruk. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan *chi square test* di peroleh nilai $\rho=0.003 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stres. Menurut penelitian Kasberger (2002), individu yang memiliki hubungan langsung dan dekat dengan Tuhan akan merasakan pengaruh positif yang diakibatkan stres pada kehidupan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa religiusitas dapat membantu individu untuk mengurangi stres akibat permasalahan yang dihadapi. Religiusitas diartikan sebagai bentuk perilaku, emosi, dan pola pikir yang berasal dari keyakinan sakral terkait dengan tradisi, perilaku dan pengalaman pribadi individu dalam beragama. Religiusitas merupakan pengalaman universal yang tidak hanya terdapat dalam kegiatan ritual keagamaan di tempat-tempat ibadah, namun juga pada keseluruhan aspek kehidupan manusia. Hasil penelitian menunjukkan religiusitas berpengaruh langsung negatif signifikan terhadap tingkat stress (Simanjuntak, 2019).

Begitupun sebaliknya, semakin tinggi religiusitas individu maka akan semakin rendah tingkat stres ketika dalam tekanan atau masalah. Kondisi ini terjadi apabila masyarakat berperilaku budaya baik memiliki kepercayaan yang tinggi terhadap Tuhan serta memiliki keiklasan dan kesabaran maka ketika menghadapi permasalahan akan mengurangi tingkat stres yang dirasakan. Sebagian besar responden sangat mempercayai nilai-nilai agama yang dianut sehingga apabila sedang dihadapkan dengan permasalahan, dalam hal ini adalah berperilaku budaya baik, masyarakat berperilaku budaya baik menyakini bahwa semua masalah yang sedang dihadapi merupakan ujian hidup, akan terlewati, dan mendapatkan solusi yang terbaik. Hal tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa keagamaan dapat membantu mengatasi masalah secara signifikan berpengaruh dengan psikologis penyesuaian terhadap stres yang dialami masyarakat akibat perilaku budaya tentang kegiatan rambu soloan (Ano & Vasconcelles, 2021).

Penelitian Rismayanti, (2020) menyatakan bahwa mempertebal keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang diwujudkan melalui doa dan juga rasa syukur atas berkah hasil panen, dan memelihara hubungan antara manusia dengan para leluhur nenek moyang ini dilakukan dengan memotong hewan kurban bersama dan berdoa. Terlepas dari keunikan ritual ini, tradisi Rambu solo memiliki makna atau nilai yang dalam serta pelajaran yang bersifat universal. Dengan membersihkan jasad nenek moyang, masyarakat Lembang Bulu Langkan akan mengerti arti penghormatan terhadap leluhur serta menghargai makna dalamnya hubungan keluarga yang bahkan tidak akan terputus setelah kematian datang. Keluarga jauh yang berdatangan untuk mengikuti ritual ini pun menggambarkan bahwa jalinan kekerabatan antar keluarga tidak dapat dipisahkan oleh jarak. Apabila diperlukan, harus selalu mengutamakan kepentingan keluarga terlebih dahulu. Persis seperti penggalan lagu yang dinyanyikan oleh Novia Kolo paking, bahwa "harta yang paling berharga adalah keluarga". Adapun tradisi Rambu solo juga dilakukan untuk mengenalkan anggota keluarga yang masih muda dengan para leluhur. Hal

ini merupakan pelajaran bahwa mereka tidak boleh melupakan jasa-jasa orang terdahulu terhadap kehidupan mereka saat ini. Itulah beberapa hal yang perlu kamu tahu untuk memahami tradisi. Rambu solo di Toraja. Meski saat ini tidak semua desa di Toraja masih menyelenggarakan ritual tersebut, penyelenggaraan Rambu solo tetap dapat kamu temukan di beberapa desa seperti Lembang Bulu Langkan, Panggala' dan Baruppu'. Sebenarnya tidak ada syarat khusus bagi wisatawan untuk dapat menyaksikan ritual ini. Namun, semuanya tentu memerlukan izin dari pihak keluarga yang hendak menyelenggarakan ritual tersebut. Penting untuk dipahami bahwa tradisi ini merupakan acara sakral yang bermakna besar bagi masyarakat Toraja. Oleh karena itu masyarakat Toraja bahkan wisatawan wajib menjaga sikap dan tata krama saat prosesi adat berlangsung.

Kesimpulan

1. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan chi square test di peroleh nilai $\rho=0.002 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku budaya (sistem sosial) dengan tingkat stres.
2. Setelah melakukan uji statistik dengan menggunakan chi square test di peroleh nilai $\rho=0.003 < \alpha = 0.05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku budaya (sistem religi) dengan tingkat stres.

Saran

1. Bagi Tempat Penelitian
Berdasarkan hasil penelitian ini di harapkan masyarakat Toraja harus lebih baik lagi dalam melakukan aturan dalam melaksanakan pesta adat, dimana melakukan perencanaan 1-2 tahun untuk mempersiapkan segala keperluan pesta adat agar tidak terburu-buru untuk mengumpulkan alat dan bahan dalam pelaksanaan pesta adat sehingga masyarakat (keluarga yang melaksanakan pesta adat) tidak menimbulkan stress.
2. Bagi peneliti
Hasil penelitian ini di harapkan dapat di jadikan informasi,memperkaya literature dan sebagai panduan mahasiswa dalam melakukan penelitian selanjutnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Di harapkan peneliti selanjutnya agar kiranya meneliti dengan desain yang berbeda (penelitian kualitatif) untuk mendapatkan hasil secara luas dan mendalam dengan menggunakan variabel yang berbeda

Ucapan Terima Kasih

Mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung atas terlaksananya proses penelitian ini Diantaranya : sekolah tinggi ilmu kesehatan nani hasanuddin Makassar, Pihak Puskesmas Tikala Kabupaten Toraja Utara yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan

Referensi

- Ali, A., & Muzakkir, H. (2020). Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar, *15*, 158–162.
- As, A. T. A. (2018). Stres Pada Ibu Hamil Prehipertensi Di Rsia Masyita dan Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar, 2016–2019.
- Febyan, F., Wijaya, S. H., Tannika, A., & Hudyono, J. (2020). Peranan Sitokin pada Keadaan Stres sebagai Pencetus Depresi. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, *6*(4), 210. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v6i4.285>
- Marianus Patora. (2021). Agama dan Pelestarian Budaya: Sebuah Kajian Alkitab terhadap Praktik 'Aluk Rambu Solo' dalam upacara kematian orang Kristen Toraja, *5*(2), 221–229.
- Naomi, R., Matheosz, J. N., & Deeng, D. (2020). Upacara Rambu Solo' Di Kelurahan Padangiring Kecamatan Rantetayo Kabupaten Tana Toraja. *HOLISTIK, Journal Of Social and Culture.*, *13*(4), 202
- Palayukan, S. S. (2020). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Perubahan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Megarezky Makassar, *2*(April), 59–63.
- Setyawan, B., Saputri, M. E., & Lubis, R. (2022). Tua Anak Usia Sekolah Pada Masa Covid-19, *4*, 47–52.