

RELIGIUSITAS DAN KECEMASAN KEMATIAN PADA DEWASA MADYA

Liza Merizka, Maya Khairani, Dahlia, Syarifah Faradina
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia
khairani.maya@unsyiah.ac.id

Abstract

Middle adulthood has age range between 40-60 years and characterized by physical changes caused by biological changes such as generativity and health problems. When health decreases, individuals tend to feel more concerned about death. Death anxiety increases at this age compared to other ages. One of the effective strategies in dealing with death anxiety is to increase religiosity. The sampling technique used was incidental sampling. The total sample consisted of 60 middle-aged individuals (35 men and 25 women). Data were collected using the MRPI scale and Templer's Death Anxiety Scale. The results of data analysis using Spearman correlation technique showed correlation coefficient (r) = -0.461 with a significance value (p) = 0.004 ($p < 0.05$) thus meant that there was negative correlation between religiosity and death anxiety in middle adulthood. This indicated that the higher the religiosity score, the lower the death anxiety score, and vice versa. Therefore, it can be concluded that religiosity is significantly correlated to death anxiety in middle-aged individuals.

Keywords : Religiosity, death anxiety, middle adulthood

Abstrak

Masa dewasa madya biasa disebut dengan masa paruh baya atau masa peralihan dari dewasa awal menuju dewasa akhir yang memiliki rentang usia antara 40–60 tahun. Masa ini ditandai oleh adanya perubahan-perubahan fisik dikarenakan terjadinya perubahan secara biologis seperti generativitas dan menurunnya kesehatan. Saat kesehatan menurun, maka individu merasa lebih memikirkan akan kematian. Kecemasan terhadap kematian menjadi lebih meningkat pada usia ini dibandingkan dengan usia lainnya. Salah satu strategi yang efektif untuk menghadapi kecemasan kematian adalah meningkatkan religiusitas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah insidental sampling. Sampel penelitian berjumlah 60 individu dewasa madya (35 laki-laki dan 25 perempuan). Pengumpulan data menggunakan skala MRPI dan DAS. Analisis data menggunakan teknik korelasi Spearman yang menunjukkan nilai (r) = -0,461 p = 0,004 ($p < 0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Hal ini mengindikasikan semakin tinggi skor religiusitas maka semakin rendah skor kecemasan kematian, demikian juga sebaliknya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa religiusitas berkaitan dengan kecemasan kematian pada dewasa madya.

Kata kunci : religiusitas, kecemasan kematian, dewasa madya

Manusia sebagai makhluk ciptaan memiliki kehidupan terbatas yang akan diakhiri dengan kematian. Q.S. Al-Ankabut 57 menyebutkan: *Bahwa tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati, kemudian hanyalah kepada Kami kamu dikembalikan.* Setiap manusia pasti akan menghadapi kematian, tanpa terkecuali yang tidak dapat dihindari oleh siapapun, akan tetapi bagaimana, kapan, dan dimana kematian terjadi tidak ada yang mengetahuinya. Seiring bertambahnya usia, individu pada fase dewasa madya memiliki ketakutan yang lebih besar terhadap kematian dibandingkan tahap perkembangan lainnya (Santrock, 2012). Lebih lanjut Santrock (2012) juga menjelaskan bahwa individu pada fase dewasa madya masih memiliki kewajiban untuk bekerja, mempertahankan karier, memberikan hal positif yang bermanfaat untuk generasi lebih muda, mengurus pasangan hidup atau anak-anak menghadapi kedewasaannya, mempersiapkan masa pensiun, sehingga kematian dapat dijadikan sebagai ancaman memperoleh kesuksesan atau tujuan hidup.

Menurut Hurlock (2009), individu dewasa madya berada pada rentang usia 40-60 tahun, mulai meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru. Masa ini juga ditandai dengan menurunnya kemampuan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab yang dimiliki. Kerutan di wajah mulai terlihat, mulai mengalami menopause, serta penyakit kronis dan akut pun mulai terdeteksi. Hal ini menyebabkan timbulnya pikiran mengenai berapa banyak waktu yang tersisa dalam hidup individu. Hartanto (1996) menjelaskan bahwa ketidakjelasan yang menyertai kematian pada individu dapat menyebabkan seseorang mengalami kecemasan kematian. Menurut Rice (2009), kecemasan akan kematian adalah sebuah ketakutan abnormal yang sangat besar yang diiringi dengan perasaan seperti kecemasan dan ketakutan akan kematian atau ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi dalam diri individu sehingga dapat berdampak pada kesehatan mental individu yang mengalaminya.

Dampak kecemasan akan kematian yang dialami individu berbeda, ada yang tidak bisa tidur dikarenakan ketakutan tidak bisa bangun kembali (Hartanto, 1996). Schaie dan Willis (1991) berpendapat bahwa kecemasan kematian adalah suatu hal yang berkaitan dengan berbagai faktor, salah satunya berkaitan dengan keyakinan religius atau agama. Hal senada diungkapkan Lemming, Madde, dan Marlan, (2010) yang menjelaskan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan individu mengenai kematian adalah keyakinan agamanya.

Menurut sensus kependudukan, penduduk Indonesia yang beragama Islam ada sebanyak 87,7% atau 207 juta jiwa lebih (Badan Pusat Statistik, 2010). Selain data sensus kependudukan, hal lain yang menunjukkan bahwa Indonesia merupakan negara mayoritas muslim dapat dilihat dari banyaknya kegiatan-kegiatan keagamaan Islam dibandingkan dengan agama lain di Indonesia.

Kegiatan keagamaan seperti acara pengajian Al-qur'an berskala besar atau pertemuan keagamaan masal rutin dilakukan di berbagai daerah di Indonesia, contohnya Tabligh Akbar Persaudaraan Alumni (PA) 212 Solo. Adapun kegiatan keagamaan yang berskala lebih kecil seperti tausiah, zikir, shalat berjamaah lima waktu, dan Majelis Ta'lim yang rutin dilakukan di Mesjid setempat. Individu yang sering ikut dalam kegiatan tersebut dapat dikatakan memiliki tingkat religiusitas tinggi.

Dalam pandangan Islam, religiusitas dapat didefinisikan sebagai tingkat keberagamaan seseorang yang berdasarkan konsep tauhid dalam Islam yaitu aqidah, yang berarti sejauh mana individu memiliki keyakinan dan pemahaman pada rukun iman dan akhlak; yaitu sejauhmana individu dapat berperilaku yang mencerminkan kepatuhan kepada Allah serta terkait dengan implementasi rukun Islam (Hamzah, dkk., 2007). Ziapour, Dusti, dan Asfajir (2014) mengatakan bahwa kepercayaan terhadap Tuhan dan perilaku religius memiliki efek positif dalam memberikan arti kehidupan. Sit (2011) menjelaskan bahwa peningkatan akan kepercayaan dan ketertarikan terhadap Tuhan lebih meningkat pada fase dewasa madya, ketertarikan terhadap agama pada masa dewasa madya lebih didasarkan pada kesadarannya akan kematian. Individu dengan tingkat pengetahuan religiusitas yang cukup banyak tidak merasa cemas menghadapi kematian (Harapan, Sabrian, & Utomo, 2014).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Duff dan Hong tahun 2000 menunjukkan bahwa tingkat keberagamaan atau religiusitas dapat memperkuat dan melindungi individu dari pikiran-pikiran negatifnya seperti rasa cemas ketika memikirkan kematian. Hal yang senada dinyatakan oleh Wen (2012) bahwa religiusitas dapat menurunkan tingkat ketakutan dan kecemasan akan kematian pada individu. Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Fakhurrozi (2008), Wisudawanto (2009) dan Wen (2010 & 2012). Berdasarkan latar belakang serta hasil penelitian terdahulu yang telah disebutkan, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut untuk mengetahui apakah ada hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada dewasa madya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Responden yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 60 individu dewasa madya dengan karakteristik sebagai berikut: (a) laki-laki dan perempuan berusia 40-60 tahun, (b) beragama Islam, (c) domisili Banda Aceh.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode teknik incidental sampling, yaitu sebuah teknik pengambilan sampel yang menentukan sampel berdasarkan kebetulan, selama

sampel dipandang memiliki kriteria yang cocok sebagai sampel (Sugiyono, 2013). Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu The Revised Muslim Religiosity-Personality Inventory (MRPI) yang disusun oleh Krauss dan Hamzah (2016) dan Templer's Death Anxiety Scale (DAS) yang disusun oleh Templer (1970). Metode analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah Spearman-Brown.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dan kecemasan kematian pada dewasa madya. Hal ini bermakna semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecemasan kematian pada individu dewasa madya. Hasil analisis pada hubungan religiusitas dan kecemasan kematian $p=0,004$ ($p<0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima dimana terdapat hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Hasil analisis pada hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian juga menunjukkan koefisien korelasi (r) = -0,461. Koefisien korelasi sebesar -0,461 merupakan korelasi secara negatif yang artinya terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan kematian. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka akan semakin rendah kecemasan kematian dan begitu pula sebaliknya. Hasil analisis menunjukkan nilai R Square (R^2) = 0,213 yang artinya terdapat kontribusi religiusitas terhadap kecemasan kematian sebesar 21,3% sementara sebesar 78,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Penelitian ini dilakukan pada individu dewasa madya dengan jumlah sampel keseluruhan sebanyak 60 subjek. Data demografi yang diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1
Data Demografi Subjek Penelitian

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Persentase	Total %
Jenis Kelamin	Laki-laki	35	58,33	100%
	Perempuan	25	41,67	
Usia	40-45	24	40	100%
	46-50	15	25	
	51-55	17	28,33	
	56-60	4	6,67	
Pekerjaan	PNS	25	41,67	100%
	Wiraswasta	15	25	
	Ibu Rumah Tangga	7	11,67	
	Guru	4	6,67	
	Petani	3	5	
	Pensiunan	2	3,33	
	Staff Pengajar	1	1,67	
	Karyawan	1	1,67	
	Pekerja Sosial	1	1,67	
	Tidak Ada	1	1,67	
	Pendidikan Terakhir	SMP	2	
SMA		20	33,33	
DIII		3	5	
S1		27	45	
S2		8	13,33	
Status Pernikahan	Menikah	55	91,67	100%
	Tidak Menikah	2	3,33	
	Janda	2	3,33	
Riwayat Penyakit	Duda	1	1,67	100%
	Tidak Ada	36	60	
	Diabetes	7	11,67	
	Asam Urat	4	6,67	
	Kolesterol	4	6,67	
	Asam Lambung	3	5	
	Jantung	1	1,67	
	Darah Tinggi	1	1,67	
	Stroke	1	1,67	
	Tipus	1	1,67	
	Kista	1	1,67	
Rematik	1	1,67		

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dan kecemasan kematian pada dewasa madya. Hal ini bermakna semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecemasan kematian pada individu dewasa madya. Hasil penelitian ini berbeda dari hasil penelitian dengan judul yang sama yang dilakukan sebelumnya oleh Muthoharoh dan Andriani (2014) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada individu fase dewasa madya, namun hasil penelitian

ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fakhurrozi (2008) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan secara negatif antara religiusitas dengan kecemasan kematian dimana individu yang religiusitasnya tinggi memiliki kecemasan kematian yang rendah. Hasil penelitian Wen (2012) menyatakan terdapat hubungan antar variabel religiusitas dengan kecemasan kematian, begitupula dengan hasil penelitian Wen (2010) yang sebelumnya dimana dinyatakan bahwa individu dengan tingkat religiusitas rendah menunjukkan tingkat kecemasan kematian tinggi, sebaliknya individu yang religiusitasnya tinggi menunjukkan tingkat kecemasan kematian yang rendah.

Religiusitas merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kecemasan kematian. Perilaku dan kepercayaan dalam beragama memiliki efek positif meningkatkan keberartian hidup seseorang. Perilaku-perilaku yang mencerminkan religiusitas tinggi seperti percaya kepada Tuhan, berdoa, mengunjungi tempat suci dan sebagainya dapat memberikan harapan dan dorongan agar bersikap positif. Hal ini akan menghasilkan ketenangan batin yang mengurangi kecemasan kematian pada individu (Ziapour, Dusti & Asfajir, 2014). Hal senada juga dinyatakan dalam penelitian Duff dan Hong (2000) bahwa religiusitas tinggi dapat memperkuat dan melindungi individu dari pikiran-pikiran negatif seperti rasa cemas ketika memikirkan kematian.

Kecemasan kematian pada individu fase dewasa madya terkait dengan teori perkembangan Erikson mengenai generativitas versus stagnasi. Generativitas mencakup rencana-rencana yang individu harap dapat dikerjakan guna meninggalkan warisan dirinya sendiri untuk generasi selanjutnya. Sebaliknya, stagnasi berkembang ketika individu merasa bahwa mereka tidak melakukan apa-apa bagi generasi berikutnya. Pada fase ini individu mulai merasa khawatir mengenai kematian yang semakin dekat, namun kekhawatiran tersebut menurun jika individu mampu berkembang dengan baik dan memberi contoh yang baik bagi generasi di bawahnya (Cicirelli, 2006).

Religiusitas dapat menurunkan tingkat kecemasan terhadap kematian karena membantu individu mencari makna kematian bagi hidupnya. Harapan mengenai kehidupan setelah kematian yang terdapat di agama juga mampu menurunkan rasa cemas terhadap kematian. Religiusitas juga membantu individu menerima takdir kematian, mengatasi kekhawatiran mengenai proses kematian dan perasaan takut terhadap kematian, selain itu agama menyediakan ajaran-ajaran yang berguna baik dari segi pemahaman maupun secara praktik untuk mengurangi rasa cemas terhadap kematian. Individu dewasa madya yang memiliki religiusitas tinggi cenderung memandang kematian sebagai fenomena kehidupan setelah kematian dan kematian dianggap sebagai motivasi untuk mencapai kesuksesan dan mewariskan hal bermanfaat bagi orang lain selama ia masih hidup (Cicirelli, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa faktor religiusitas hanya berkontribusi 21,3% terhadap kecemasan kematian, sementara sebagian besar atau 78,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Selain faktor tingkat religiusitas dan usia, faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan kematian pada dewasa madya diantaranya yaitu jenis kelamin; antara pria dan wanita diketahui memiliki pola pikir yang berbeda satu sama lain, perbedaan pola pikir tersebut juga memengaruhi kecemasan kematian. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 21 subjek perempuan memiliki tingkat kecemasan kematian rendah dan 4 subjek memiliki tingkat kecemasan kematian tinggi. Pada subjek laki-laki diketahui sebanyak 29 subjek memiliki kecemasan kematian rendah dan 6 subjek memiliki kecemasan kematian tinggi. Hasil ini sesuai dengan Neimeyer (1994) yang mengatakan bahwa tidak ada perbedaan antara pria dan wanita dalam ketakutan akan kematian. Faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan kematian adalah tingkat pendidikan dan status sosial-ekonomi. Menurut Kastenbaum (2000) tingkat pendidikan dan status sosial-ekonomi yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat kecemasan kematian yang lebih rendah, hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 49 subjek (81,7%) yang terdiri dari 38 (63%) lulusan Perguruan Tinggi memiliki kecemasan kematian rendah. Selanjutnya faktor yang memengaruhi kecemasan kematian adalah status pernikahan. Pada penelitian ini sebanyak 55 subjek (91,67%) berstatus menikah dan diketahui sebagian besar memiliki kecemasan kematian yang rendah. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki ketakutan yang lebih rendah karena adanya perasaan aman dari ikatan dirinya dengan orang lain (Daaleman dan Dobbs, 2010). Faktor lain yang memengaruhi tingkat kecemasan kematian adalah riwayat penyakit. Pada penelitian ini sebanyak 36 subjek (60%) diketahui tidak memiliki riwayat penyakit, hal ini merupakan salah satu faktor mengapa sebagian besar subjek penelitian cenderung memiliki kecemasan kematian yang rendah karena kecemasan kematian muncul pada penderita penyakit kronis seiring dengan semakin melemahnya kondisi fisik, sosial dan psikologis. Dengan beban yang semakin berat, perasaan khawatir dan takut dalam menjalani kehidupan dengan kondisi tersebut semakin meningkat (Ralph, dkk., 2013)

Pada penelitian ini disadari terdapat beberapa kelemahan penelitian seperti jumlah sampel yang tergolong sedikit, kurangnya ulasan yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi kecemasan kematian yaitu jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, status pernikahan dan riwayat penyakit.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan signifikan yang negatif antara religiusitas dengan kecemasan kematian, artinya semakin tinggi religiusitas maka akan semakin rendah kecemasan kematian sehingga religiusitas dapat menjadi prediktor tinggi rendahnya kecemasan kematian pada dewasa madya. Perilaku religius seperti mengerjakan ibadah dan membaca Al-Qur'an berpengaruh positif dalam menenangkan individu yang mengalami kegelisahan, ketakutan, atau kecemasan. Individu akan berusaha mendekati diri dengan Allah SWT agar hatinya tenteram sehingga kecemasan kematiannya berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Cicirelli, V.G. (2006). *Older Adults' views on Death*. New York: Springer.
- Daaleman, T. P., & Dobbs, D. (2010). Religiosity, spirituality, and death attitudes in chronically ill older adults. *Research on Aging*, 224-243.
- Fakhrurrozi, M. (2008). Hubungan antara religiusitas dengan death anxiety: Studi meta analisis. *Psikologika*, 13(25), 39-48.
- Hamzah, A., Krauss, S. E., Noh, S.M., Suandi, T., Juhari, R., Manap, J., Mastor, K. A., dkk. (2007). *Muslim Religiosity & Personality Assessment: Prototype for nation building*. Malaysia: Institut Pengajian Sains Sosial.
- Harapan, P., Sabrian, Z., dan Utomo, W. (2014). Studi fenomenologi persepsi lansia dalam mempersiapkan diri menghadapi kematian. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 1-9.
- Hartanto. (1996). Hubungan antara Kecemasan akan Kematian dengan Belief in Afterlife pada Usia Dewasa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1,1-6.
- Hurlock, E. (2009). *Psikologi perkembangan suatu kehidupan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi Kelima). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kastenbaum, R. (2000). *The psychology of death*. New York: Springer Publishing Company.
- Lehto, R. H., dan Stein, K. F. (2009). Death Anxiety: An analysis of an evolving concept. *Research and theory for nursing practice: An International Journal*, 23(1), 23-36.
- Lemming, D.A., Madde, K., dan Marlan, S. (2010). *Encyclopedia of psychology and religion*. New York: Springer.
- Muthoharoh, S., dan Andriani, F. (2014). Hubungan religiusitas dengan kecemasan kematian pada Dewasa Tengah. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 3(1), 23-29.

- Neimeyer, R. A. (Ed.). (1994). *Series in death education, aging, and health care. Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*. Philadelphia, PA, US: Taylor & Francis.
- Ralph, N.L., Mielenz, T.J., Parton, H., Flatley, A., & Thrpe, L.E. (2013). Multiple cronic conditions and limitations in activities of daily living in a communicaty-based sample of older. *Journal Preventing Chronic Disease, 10*.
- Rice, J. (2009). *The relationship between humor and death anxiety*. Missouri : Departement of Psychology Missouri Western State University.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development* (Edisi Ketigabelas). Jakarta: Erlangga.
- Schaie, K., dan Willis, C., (1991). *Adult Development and Aging* (Edisi Ketiga). New York: Harper Collins Publishing.
- Sit, M., (2011). *Psikologi Agama*. Medan: Perdana Publishing.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Templer, D. I. (1970). The construction and validation of a Death Anxiety Scale. *Journal of General Psychology, 82*, 165–177.
- Wen, Y. (2010). Religiosity and death anxiety. *The Journal of Human Resource and Adult Learning, 6*(2), 31-37.
- Wen, Y., (2012). Religiosity and death anxiety of College Students. *The Journal of Human Resource and Adult Learning, 8*(2), 98-106.
- Wisudawanto, H. D. (2009). Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi kematian pada remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA. (*Skripsi : Tidak dipublikasikan*). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Surakarta, Indonesia.
- Ziapour, S. S., Dusti, Y., dan Asfajir, A. A., (2014). Correlation between religious orientation and death anxiety. *Journal of Psychology & Behavioral Studies, 2*(1), 20-29.