

PERSEPSI TERHADAP KEMATIAN DAN KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANJUT USIA

Fredy Setya Wijaya
Ranni Merli Safitri

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap kematian dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara persepsi terhadap kematian dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia. Keseluruhan subjek berjumlah 50 orang lanjut usia pria dan wanita. Pengambilan data penelitian menggunakan Skala persepsi terhadap kematian dan Skala kecemasan. Analisis data penelitian dilakukan dengan teknik korelasi product moment dari Pearson. Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan negatif antara persepsi terhadap kematian dengan tingkat kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia di panti sosial tresna werdha, yaitu $r_{xy} = -0,398$ ($p < 0,01$), dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima. Sumbangan persepsi terhadap kematian terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha sebesar 15,9% dan sisanya sebesar 84,1% dipengaruhi faktor lain.

Kata kunci : Persepsi terhadap Kematian, Kecemasan, lanjut usia.

PENDAHULUAN

Suatu perkembangan tidak hanya berhenti ketika orang mencapai kedewasaan fisik pada masa remaja atau kedewasaan sosial pada masa dewasa awal, perubahan tersebut juga terjadi ketika seseorang mulai menginjak lanjut usia ((Monks, dkk 1999). Jumlah dan proporsi penduduk Lanjut Usia dari dekade ke dekade terus meningkat. Di negara berkembang pada tahun 2025 diperkirakan persentasenya berkisar 7 – 11% (Winker & Glasss dalam Sulisty, 2005). Di Indonesia tahun 2000 diperkirakan jumlah dan proporsi segmen penduduk diatas 60 tahun adalah 15,88 juta dan 7,6% (Hardiwinoto & Tony Setiobudi dalam Sulisty, 2005). Sedangkan jumlah lanjut usia di Indonesia yang berhasil dihimpun dan diprediksikan oleh Pusat Data dan Informasi Kesejahteraan Sosial (Pusdatin) Departemen Sosial menunjukkan bahwa tahun 2000 terdapat 15.882.827 atau 7,6%, diperkirakan tahun 2010 ada 17.303.967 atau 7,4% dan tahun 2020 akan berjumlah 20.021.128 atau 11,4% dari jumlah penduduk Indonesia (Gunanto dalam Sulisty, 2005).

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas atau serendah-rendahnya berusia 60 tahun (Hurlock, 1999). Menurut Hawari (dalam Nugraheni, 2005), lanjut usia merupakan suatu proses berkelanjutan dalam kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan ke arah penurunan, seperti menurunnya berbagai fungsi organ tubuh. Problematika yang

harus dihadapi orang-orang lanjut usia sangat khas. Selain mengalami penurunan kondisi fisik, para lansia juga harus menghadapi masalah psikologis yaitu munculnya kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia.

Atkinson (1999) menyatakan bahwa segala bentuk situasi yang mengancam individu dapat menimbulkan kecemasan, dikatakan bahwa kecemasan merupakan bentuk dasar dari semua afek seperti : kemarahan, kebencian, kesedihan, kegembiraan dan rasa sayang.

Kecemasan adalah suatu kondisi emosi yang tidak menyenangkan dimana individu merasa tidak nyaman, tegang, gelisah, dan bingung. Kecemasan ini disebabkan oleh objek yang tidak jelas atau belum terjadi. Perasaan cemas yang di alami dapat mengganggu individu dalam kegiatan sehari-hari.

Salah satu bentuk kecemasan menurut Tillich (dalam Nugraheni, 2005) adalah *The Anxiety of fate and death atau ontic anxiety* yaitu kecemasan akan nasib dan kematian. Kematian merupakan suatu kenyataan yang akan datang kapan saja dan terhadap semua makhluk yang ada di dunia ini tanpa kecuali dan tak satu makhluk pun mampu menolaknya (Siswati & Haditono, 1999).

Kematian adalah mediator untuk proses transendensi manusia itu sendiri. Kematian dapat terungkap dari pemahaman atas struktur manusia yang terdiri dari jiwa dan raga, sehingga kematian merupakan peristiwa yang terjadi dari berpisahannya

jiwa dan raga (Zubair, 2001). Raga atau badan adalah kualitas kebendaan yang pada saat datang kematian akan musnah, sedangkan jiwa adalah kualitas rohani yang pada saat datang kematian akan bersifat abadi.

Templer (1970) mendefinisikan kecemasan akan kematian sebagai suatu kondisi emosional yang tidak menyenangkan yang dialami seseorang manakala lanjut usia memikirkan kematian, karena keadaan tidak jelas yang menyertai kematian.

Chusairi (1997) menyatakan kematian sebagai pengalaman yang tak terelakan dapat terjadi setiap saat, maka dari itulah hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu. Belsky (Henderson, 2002) menggambarkan kecemasan terhadap kematian sebagai pemikiran, ketakutan, dan emosi tentang peristiwa terakhir dari hidup yang individu alami di bawah kondisi-kondisi hidup yang normal. Dengan kata lain seseorang dalam kehidupan sehari-hari, mengalami tingkat yang berbeda mengenai kecemasan terhadap kematian, sehingga lanjut usia (*old age*) juga membutuhkan orientasi dan tujuan baru.

Menurut Shihab (Hidayat, 2006) rasa cemas terhadap kematian dapat disebabkan oleh (a) kematian dan apa yang terjadi sesudahnya merupakan sesuatu misteri (b) adanya pemikiran tentang sanak keluarga yang akan ditinggal (c) boleh jadi juga kecemasan akan kematian muncul karena merasa bahwa tempat yang akan dikunjungi sangat buruk. Kecemasan terhadap kematian dimiliki oleh individu yang memandang bahwa kehidupan hanya sekali saja, yakni di dunia ini saja. Dari sudut pandang psikologi Hidayat (2006) menyatakan kecemasan terhadap kematian terlahir dari ketakutan akan kehilangan hidup, duniawi di satu sisi, dan bayangan kengerian akan kematian di sisi lain.

Kecemasan menghadapi kematian adalah kondisi emosional yang tidak menyenangkan di mana individu merasa tidak nyaman, tegang, gelisah, tidak tenang, was-was, dan bingung yang disebabkan oleh objek yang tidak jelas atau belum terjadi berupa peristiwa saat terlepasnya ruh atau jiwa dari raga.

Berdasarkan hasil keterangan yang didapat dari empat orang lanjut usia yang berusia antara 60-80 tahun di dusun Kiringan Bantul Yogyakarta, pada tanggal 10 Maret 2006. ketika lanjut usia diminta untuk memikirkan berbagai hal mengenai kematian seperti kematian sebagai akhir

dari kehidupan, dosa-dosa yang telah dilakukan, takut akan masuk neraka dan pertanyaan kapan akan meninggal? Hal-hal tersebut akan menyebabkan lanjut usia menjadi susah tidur, ketakutan, gelisah, merasa tidak aman, keluar keringat dingin, khawatir, gemetar, hilangnya nafsu makan, dan denyut jantung tidak beraturan.

Pada umumnya reaksi terhadap kecemasan terbagi menjadi 2 (Priest, 1994), yaitu;

a. Reaksi Psikologis.

Reaksi psikologis ini tersusun dari reaksi kognitif seperti sulit tidur dan ragu-ragu, reaksi afektif seperti gelisah atau tegang dan reaksi perilaku seperti gagap dan berjalan mondar-mandir (Kartono, 1989). Gejala-gejala ini tidak berdiri sendiri akan tetapi sering juga diikuti oleh gejala fisiologis.

b. Reaksi fisiologis.

Nampak dalam gejala-gejala fisik, disertai adanya disorganisasi proses-proses fisiologis terutama pada fungsi-fungsi sytem syaraf, antara lain; gejala jantung berdebar-debar, tangan dan kaki gemetar, timbul ketegangan pada leher dan mengeluarkan keringat dingin.

Aspek kecemasan menghadapi kematian dalam penelitian ini adalah aspek psikologis yang terdiri dari reaksi kognitif yaitu respon dalam pikiran individu ketika menghadapi keadaan yang berhubungan dengan kematian, reaksi afektif yaitu reaksi emosi yang muncul ketika individu menghadapi berbagai permasalahan mengenai kematian, dan reaksi perilaku yaitu tindakan yang dilakukan individu ketika merasa dirinya sedang terancam oleh kematian. Dan aspek fisiologis yaitu gejala fisik tertentu yang muncul ketika individu merasa cemas karena berbagai permasalahan mengenai kematian.

Spielberger (Purboningsih, 2004) mengemukakan penyebab kecemasan meliputi pengaruh stimulus internal atau eksternal. Stimulus eksternal adalah stimulus yang berasal dari luar diri lanjut usia seperti pengaruh lingkungan. Stimulus internal adalah stimulus yang berasal dari dalam diri dan ditimbulkan sendiri oleh lanjut usia ketika memikirkan atau berusaha mengantisipasi suatu situasi berbahaya, hal serupa dapat terjadi ketika lanjut usia mempersepsikan kematian sebagai sesuatu yang berbahaya dan mengancam bagi dirinya. Ketika stimulus-stimulus seperti ini dinilai secara kognitif oleh lanjut usia sebagai hal yang berbahaya atau

mengancam maka individu tersebut akan mengalami kecemasan sesaat.

Hambly (Subandi, 1998), menyatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, yaitu; sikap pribadi, jenis kelamin, status ekonomi, dukungan sosial, religiusitas dan kesiapan diri. Salah satu faktor kecemasan yang akan diurai secara lebih lanjut dalam penelitian ini menyangkut sikap pribadi. Sikap pribadi yaitu cara pandang seseorang dalam memahami sebuah keadaan (Hambly dalam Subandi, 1998).

Setiap orang akan memiliki pengalaman dan pemikiran akan kecemasan yang berbeda-beda tergantung bagaimana kecenderungan persepsinya mengenai situasi di sekitarnya, apakah situasi di sekitar dipersepsi sebagai situasi mengancam atau tidak (Spielberger dalam Purboningsih, 2004). Persepsi merupakan proses yang sifatnya individualistik, artinya persepsi meliputi semua proses yang dilakukan seseorang dalam memahami informasi mengenai lingkungannya (Davidoff, 1991).

Lebih lanjut Davidoff (1991) menyatakan bahwa persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu melalui alat indera atau juga disebut proses sensoris. Namun proses itu tidak berhenti begitu saja, melainkan stimulus tersebut diteruskan dan proses selanjutnya merupakan proses persepsi. Karena itu proses persepsi tidak bisa lepas dari proses penginderaan, dan proses penginderaan merupakan proses pendahulu dari proses persepsi.

Menurut Davidoff (Walgitto, 2003), stimulus yang diindera kemudian oleh individu diorganisasikan dan diinterpretasikan, sehingga individu menyadari, mengerti tentang apa yang didindra itu, dan proses itu disebut persepsi. Menurut Moskowitz & Orgel, persepsi merupakan proses yang *integrated* dalam diri individu terhadap stimulus yang diterimanya (Walgitto, 2003). Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa persepsi itu merupakan pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diinderanya sehingga merupakan sesuatu yang berarti, dan merupakan respon yang *integrated* dalam diri individu. Oleh karena itu dalam penginderaan orang akan mengkaitkan dengan stimulus, sedangkan dalam persepsi orang akan mengkaitkan dengan objek (Branca, dalam Walgitto 2003). Dan dalam penelitian ini persepsi

akan diukur berdasarkan objek persepsi berupa kematian.

Kematian merupakan peristiwa yang terjadi dari berpisahnya jiwa dan raga, raga atau badan adalah kualitas kebendaan yang pada saat datang kematian akan musnah, sedangkan jiwa adalah kualitas rohani yang pada saat datang kematian akan bersifat abadi (Zubair, 2001). Kematian oleh sementara ulama didefinisikan sebagai “ketiadaan hidup” atau “antonim dari hidup”. Kematian pertama dialami oleh manusia sebelum kelahiran, atau saat sebelum Allah SWT menghembuskan ruh kehidupan kepadanya, sedang kematian kedua saat ia meninggalkan dunia fana ini (Shihab, 2000).

Kematian merupakan suatu kenyataan yang akan datang kapan saja dan terhadap semua makhluk yang ada di dunia ini tanpa kecuali dan tak satu makhluk pun mampu menolaknya (Siswati & Haditono, 1999). Papalia, dkk (2002) mengungkapkan bahwa keberadaan manusia bersifat nyata dan konkrit, tetapi kematian juga nyata dan tak terelakkan. Setiap individu pasti akan mengalami kematian, baik diri sendiri maupun orang lain. Karena kematian merupakan suatu kenyataan yang bias terjadi kapan saja dan akan dialami oleh setiap makhluk hidup, oleh sebab itu kematian akan mendapat perhatian yang lebih dari lajut uisa dibandingkan masalah yang lainnya.

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa persepsi terhadap kematian adalah cara pandang lanjut usia terhadap sebuah stimulus berupa kematian. Jadi persepsi lanjut usia terhadap kematian merupakan kemampuan individu atau lanjut usia untuk menerima, mengorganisasikan dan menginterpretasikan stimulus berupa peristiwa saat terlepasnya ruh atau jiwa dari raga.

Dalam penelitian ini persepsi akan diukur berdasarkan objek persepsi berupa kematian yang dikemukakan menurut Florian, dkk (1984); Rachman (1974); Shihab (Hidayat, 2006); dan Malik (Nugraheni, 2005), yaitu:

1. Kematian yang *absurd*, yaitu persepsi individu terhadap kematian yang merupakan sebuah misteri seperti kapan, dimana dan bagaimana seseorang akan dijemput oleh ajal. Apa yang terjadi setelah kematian dan apakah ada kehidupan setelah kematian juga dapat membentuk persepsi yang berbeda-beda.
2. Sakit saat menjelang kematian, yaitu keadaan sakit atau penderitaan fisik yang mungkin akan dialami pada saat sekarat atau pada saat

maut akan menjemput, akan menyebabkan munculnya persepsi yang berbeda-beda mengenai kematian pada tiap individu.

3. Enggan berpisah dengan dunia, yaitu kematian yang dianggap sebagai akhir dan suatu keadaan yang akan memisahkan individu dari semua yang dimilikinya di dunia seperti prestasi, harta benda, kebanggaan. Dengan demikian hal ini akan menimbulkan persepsi yang berbeda baik positif maupun negatif dalam diri individu.
4. Hukuman setelah kematian, yaitu adanya ganjaran yang akan diterima individu sesuai dengan semua amal ibadahnya di dunia ini, dan juga adanya surga dan neraka sebagai hukum sebab akibat dari perbuatan manusia selama hidupnya akan menyebabkan timbulnya persepsi yang berbeda tentang kematian.

Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifianto (2005) bahwa individu yang mempunyai persepsi positif tentang suatu objek persepsi akan menyebabkan rendahnya tingkat kecemasan yang dialami oleh subjek. Dalam hal ini apabila lanjut usia dalam penelitian ini mempunyai persepsi yang positif terhadap kematian maka tingkat kecemasan yang dialami subjek akan semakin rendah.

Lanjut usia yang mempunyai persepsi positif terhadap kematian yaitu bahwa kematian adalah fitrah bagi semua dan merupakan kodrat yang pasti akan terjadi pada setiap makhluk hidup di dunia ini, akan menyebabkan dalam menghadapi kematian lanjut usia akan lebih tenang dan lebih siap. Lanjut usia akan lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi kematian, sehingga dalam menjalani sisa hidupnya lanjut usia akan tetap mempunyai kondisi fisik yang prima, terhindar dari penyakit, tidak mudah tegang, tidak gelisah di dalam menjelang kematian dan tetap bersemangat hingga akhir hayatnya.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara persepsi terhadap kematian dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia. Semakin positif persepsi terhadap kematian semakin rendah kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia, sebaliknya semakin negatif persepsi terhadap kematian semakin tinggi kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia.

METODE

Subyek penelitian ini adalah individu lanjut usia, yang berusia 60 tahun ke atas, jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 50 orang, karena menurut Hurlock (1999) saat seseorang memasuki umur 60 tahun maka individu akan memasuki masa lanjut usia dan memulai tugas-tugas perkembangannya yang baru. Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha, Bantul Yogyakarta.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Penelitian ini menggunakan dua skala yang disusun oleh peneliti yaitu, Skala kecemasan menghadapi kematian yang mengacu pada teori Priest (1994) dan Skala persepsi terhadap kematian yang mengacu pada teori Florian, dkk (1984); Rachman (1974); Shihab (Hidayat, 2006); dan Malik (Septiyani, 2005). Kedua skala dalam penelitian ini menggunakan model *Likert*.

Aitem-aitem Skala dibuat dalam bentuk pilihan ganda, setiap pernyataan menyediakan empat kategori respon yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Setiap kategori diberi bobot sebagai berikut, aitem Favorabel nilai 4 untuk jawaban SS, nilai 3 untuk jawaban S, nilai 2 untuk jawaban TS, dan nilai 1 untuk jawaban STS.

Sebelum digunakan dalam penelitian ini Skala kecemasan menghadapi kematian dan Skala persepsi terhadap kematian diujicobakan terlebih dahulu untuk mengetahui keakuratan pengukuran serta kestabilan parameter yang diperoleh atau reliabilitasnya. Berdasarkan hasil uji coba Skala kecemasan menghadapi kematian yang berjumlah 28 aitem, terdapat 25 butir aitem valid dan 3 aitem yang dinyatakan gugur, yaitu nomor 15, 19, 21 koefisien validitas berkisar antara 0,335 sampai 0,771. Hasil analisis reliabilitas Skala kecemasan menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,917.

Sedangkan hasil uji coba Skala persepsi terhadap kematian yang berjumlah 24 aitem, diperoleh 4 aitem yang dinyatakan gugur meliputi: aitem nomor 2, 6, 20, 23. Jumlah aitem yang valid berjumlah 20 butir dari 24 aitem yang diujicobakan. Koefisien validitas aitem Skala persepsi terhadap kematian berkisar antara 0,308 sampai 0,660 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,873.

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah teknik korelasi *Product moment* dari Pearson (Azwar, 1999b).

HASIL DAN DISKUSI

Setelah dilakukan uji normalitas dapat diketahui bahwa sebaran data variabel persepsi terhadap kematian menunjukkan koefisien normalitas sebesar 0,000 ($p < 0,05$), dan variabel kecemasan menghadapi kematian sebesar 0,047 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebaran data persepsi terhadap kematian dan kecemasan menghadapi kematian tidak terdistribusi normal sehingga tidak dapat digeneralisasikan.

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *product momen* dari Pearson. Hasil analisis data menunjukkan $r = -0,398$ ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil korelasi tersebut dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara persepsi terhadap kematian dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia.

Dengan demikian hipotesis penelitian yang diajukan dapat diterima. Artinya semakin positif persepsi terhadap kematian maka kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha semakin rendah. Sebaliknya semakin negatif persepsi terhadap kematian maka kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia semakin tinggi.

Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh = 0,159 artinya sumbangan variabel persepsi terhadap kematian terhadap penurunan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia sebesar 15,9 %. Hal ini sekaligus menunjukkan keberadaan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi kematian selain persepsi terhadap kematian sebesar 84,1%. Faktor-faktor lain tersebut yaitu; jenis kelamin, perempuan lebih rentan mengalami kecemasan apabila dibandingkan dengan pria; status ekonomi, individu yang mengalami kesulitan ekonomi berpotensi mengalami kecemasan, dukungan sosial, religiusitas, kesiapan diri (Hambly dalam Subandi, 1998) dan tingkat pendidikan (Templer, 1970).

Adanya hubungan antara persepsi terhadap kematian dengan kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia menunjukkan bahwa persepsi terhadap kematian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi kematian yang dialami lanjut usia. Persepsi terhadap kematian adalah kemampuan individu atau lanjut usia untuk menerima, mengorganisasikan dan menginterpretasikan stimulus berupa peristiwa saat terlepasnya ruh atau jiwa dari raga. Subjek yang mempersepsikan kematian secara

positif akan menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya.

Positifnya persepsi terhadap kematian yang diperoleh lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha dapat disimpulkan karena lanjut usia dalam penelitian ini sudah mempunyai kepasrahan dan penerimaan terhadap kematian. Hal ini dapat terjadi karena para lanjut usia sudah merasa puas dengan apa yang telah dicapainya sampai saat ini, seperti anak-anak yang sudah berhasil dan mapan. Di sisi yang lain lanjut usia merasa bahwa sudah tidak ada yang perlu dikhawatirkan lagi oleh lanjut usia, karena masa tua adalah saat untuk mempersiapkan diri menuju kehidupan yang baru setelah kematian. Walaupun sebagian dari penghuni panti werdha adalah mantan gelandangan dan pengemis tetapi persepsi terhadap kematian subjek tetap positif karena bagi para lanjut usia sudah tidak ada lagi yang dikhawatirkan seperti keluarga yang akan ditinggalkan. Selain itu keadaan ini juga didukung oleh adanya berbagai fasilitas yang disediakan oleh panti sosial seperti bimbingan kerohanian atau pengajian yang selalu rutin dilakukan. Di lingkungan panti juga dibangun sebuah masjid, sehingga dapat membantu lanjut usia untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Sebagian besar lanjut usia juga berpendapat bahwa di hari tua ini hanya beribadah yang dapat mereka lakukan untuk menambah bekal di alam kubur kelak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi terhadap kematian merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan tingkat kecemasan menghadapi kematian pada subjek, sehingga diharapkan para lanjut usia dapat lebih membangun persepsi yang lebih positif terhadap kematian. Penelitian ini masih jauh dari sempurna. Kelemahannya pengisian skala penelitian yang tidak bisa langsung oleh lanjut usia di PSTW Tresna Werdha Bantul dan tidak ditunggui oleh peneliti. Serta hasil uji prasyarat yaitu pada uji normalitas penelitian yang tidak normal menyebabkan hasil penelitian ini tidak dapat untuk digeneralisasikan. Selain itu tempat penelitian yang berada di panti werdha membuat kurangnya pengaruh lingkungan sosial pada lanjut usia, tidak seperti lanjut usia yang berada di lingkungan sosial yang lebih heterogen atau lingkungan masyarakat seperti dusun, sehingga lingkungan akan lebih banyak memberikan pengaruh pada lanjut usia.

Berbagai reaksi kecemasan menghambat usaha individu untuk dapat mengekspresikan

dirinya secara utuh serta dalam menjalankan tugas dan perannya secara maksimal (Subandi, 1998). Kecemasan dalam kadar yang rendah dapat berperan membantu individu untuk selalu siaga dalam mengambil langkah-langkah pencegahan bahaya atau untuk memperkecil kadar bahaya tersebut. Namun apabila kecemasan yang dialami sangat besar, justru akan menghambat individu tersebut dalam melakukan aktivitas, menjalin hubungan dengan orang lain serta mengembangkan diri (Fausiah & Widury, 2005). Dalam penelitian ini kecemasan menghadapi kematian lanjut usia di panti sosial tresna werdha cenderung masuk dalam kategori sedang, dimana kecemasan tidak begitu mengganggu atau menghambat dalam kehidupan sehari-hari, sehingga subjek masih dapat menjalani aktivitasnya sehari-hari. Hal ini disebabkan lanjut usia dalam penelitian ini sudah mempunyai kepasrahan dalam menghadapi kematian, hal ini terjadi karena para lanjut usia merasa kematian itu adalah hal yang pasti akan dialami oleh setiap orang. Kecemasan dalam taraf sedang juga terjadi karena usaha-usaha yang dilakukan para lanjut usia seperti mengikuti pengajian rutin yang diadakan pihak panti, mengikuti sholat berjamaah di masjid panti dan kegiatan keagamaan yang lainnya. Para lanjut usia juga menerima dan menyadari bahwa usia lanjut juga berarti penurunan kondisi fisik dan kesehatan seseorang, sehingga subjek terhindar dari kecemasan yang tinggi. Selain itu sebagian lanjut usia dalam penelitian ini juga merasa bahwa sudah tidak ada yang perlu di khawatirkan jika mereka meninggal dunia.

Hasil penelitian ini menunjukkan sumbangan variabel persepsi terhadap kematian terhadap penurunan tingkat kecemasan menghadapi kematian pada subjek penelitian sebesar 15,9 %. Hal ini sekaligus menunjukkan keberadaan faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi kematian pada subjek selain persepsi terhadap kematian sebesar 84,1%. Faktor-faktor lain tersebut yaitu; jenis kelamin, perempuan lebih rentan mengalami kecemasan apabila dibandingkan dengan pria;

status ekonomi, individu yang mengalami kesulitan ekonomi berpotensi mengalami kecemasan, dukungan sosial, religiusitas, kesiapan diri (Hambly dalam Subandi, 1998) dan tingkat pendidikan (Templer, 1970).

PENUTUP

Kesimpulan dan saran

Kesimpulan penelitian adalah bahwa persepsi terhadap kematian merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan tingkat kecemasan menghadapi kematian pada subjek, sehingga diharapkan para lanjut usia dapat lebih membangun persepsi yang lebih positif terhadap kematian.

Seorang lanjut usia yang mempunyai persepsi positif tentang kematian akan menerima kematian dengan lebih terbuka dan lebih tenang dalam menghadapinya, lanjut usia yang mempunyai sikap seperti ini akan cenderung lebih siap dalam menghadapi kematian sehingga dalam menjalani sisa hidupnya lanjut usia akan lebih tenang, terhindar dari rasa gelisah dan takut pada kematian, tetap memiliki kondisi fisik yang sehat dan tetap bersemangat. Sedangkan lanjut usia yang mempunyai persepsi negatif tentang kematian akan merasa takut dan tertekan dalam menghadapi kematian sehingga akan lebih mudah untuk mengalami kecemasan yang tinggi, seperti selalu merasa gelisah dan khawatir, menurunnya kondisi kesehatan dan juga kehilangan semangat hidup.

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyarankan kepada Lanjut usia diharapkan lebih menumbuhkan persepsi yang positif terhadap kematian, dengan cara lebih memahami berbagai permasalahan mengenai kematian. Karena dengan lebih memahami tentang kematian diharapkan lanjut usia akan lebih siap dalam menghadapinya sehingga terhindar dari kecemasan yang tinggi.

Kepada peneliti selanjutnya disarankan dapat melakukan penelitian di lingkungan sosial yang lebih heterogen atau lingkungan masyarakat seperti dusun, sehingga pengaruh lingkungan sosial pada lanjut usia akan lebih terlihat.

DAFTAR PUSTAKA

Arifianto, E. 2005. Persepsi Tentang Kriminalitas Dan Kecemasan Pada Perempuan. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Hilgard, R. E. 1998. *Pengantar Psikologi*. Jilid 2. Edisi 8 (Terjemahan). Jakarta: Erlangga.

- Azwar, S. 1999a. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 1999b. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Davidoff, L. 1991. *Psikologi Suatu Pengantar*. Jilid 2. Edisi 2. Jakarta: Erlangga.
- Florian, V., Kravetz, S., & Frankel. 1984. *Aspects of Fear of Personal Death. Levels of Awareness, and Religious Commitment*. Journal of Research in Personality, 18. (13), 289-304.
- Hidayat, K. 2006. *Psikologi Kematian: Mengubah Ketakutan Menjadi Optimisme*. Jakarta: Hikmah.
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, K. 1989. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Mandar Maju.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P. dan Haditono, S.R. 1999. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nugraheni, S. D. 2005. *Hubungan Antara Kecerdasan Ruhaniah dengan kecemasan Menghadapi Kemaian pada Lanjut usia*. Indigenous Jurnal Berkala Ilmiah Berkala Psikologi. Vol.7. No.1. 18-38.
- Purboningsih, E. R. 2004. *Hubungan Antara Orientasi Locus of Control dengan Tingkat Kecemasan*. Jurnal Psikologi. Vol 14. 2. 42-43.
- Priest, R., 1994. *Bagaimana Cara Mencegah dan Mengatasi Stress dan Depresi*. Semarang: Dahara Prize.
- Rachman, S. 1974. *The Meanings of Fear*. Great Britain: C. Nicholls & Company Ltd.
- Sulistyo, S. 2005. *Pemberdayaan Lanjut Usia di Bidang Kesehatan*. Media Informasi Penelitian. No.182. 29. 89-99.
- Subandi. 1998. *Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kecemasan pada remaja. Laporan penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.