

HUBUNGAN KECERDASAN RUHANIAH DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA

Della Adelina

Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto

Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Semakin tinggi kecerdasan ruhaniah maka akan semakin tinggi tingkat kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan ruhaniah maka akan semakin rendah tingkat kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Penelitian ini dilakukan pada 60 orang lansia yang berusia 60 tahun keatas di Magelang. Data penelitian diungkap dengan Skala Kecerdasan Ruhaniah dan Skala Kesiapan Menghadapi Kematian pada lansia. Teknik analisis data yang digunakan adalah Korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Berdasarkan analisis data diperoleh korelasi (r_{xy}) sebesar 0,705 ($p < 0,01$) sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima. Berarti ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Sumbangan kecerdasan ruhaniah terhadap kesiapan menghadapi kematian pada lansia sebesar 49,7 %. Berdasarkan klasifikasi evaluatif skor kecerdasan ruhaniah, sebagian besar subjek memiliki kecerdasan ruhaniah yang relatif tinggi, begitu pula dengan klasifikasi evaluatif skor kesiapan menghadapi kematian pada lansia, sebagian besar subjek memiliki tingkat kesiapan menghadapi kematian yang relatif tinggi.

Kata kunci : kecerdasan ruhaniah, kesiapan menghadapi kematian, lansia

Pendahuluan

Semakin canggihnya teknologi dan ilmu kesehatan serta makin baiknya pelayanan kesehatan telah berhasil mengurangi angka kematian hal tersebut menyebabkan meningkatnya usia harapan hidup penduduk Indonesia. Menurut penelitian Biro Statistik pada tahun 1995, usia harapan hidup penduduk Indonesia adaah 60 tahun, kemudian pada tahun 2001 usia harapan hidup penduduk menjadi 62,84 tahun, dan meningkat lahi menjadi 68, 63 tahun (Kedaulatan Rakyat, 2005). Peningkatan usia harapan hidup ini menyebabkan meningkatnya populasi lansia di Indonesia. Pada tahun 1970 jumlah penduduk yang berusia 65 tahun hanya sekitar 3 juta jiwa, namun sekarang diproyeksikan telah

mencapai jumlah tidak kurang dari 12-13 juta jiwa. Badan Pusat Statistik (BPS) belum lama ini memperkirakan penduduk lansia di Indonesia akan mencapai 23.992.552 jiwa pada tahun 2010, hal tersebut menjadikan Indonesia sebagai negara berstruktur tua karena jumlah lansianya lebih dari 7 % dari keseluruhan populasi (KBI GEMARI, 2005). Banyaknya populasi lansia menyebabkan munculnya perhatian dari berbagai pihak untuk meningkatkan kesejahteraan para lansia, termasuk pemerintah yang berinisiatif melakukan pemberdayaan lansia.

Usaha untuk kesejahteraan para lansia tidak sama dengan kesejahteraan anggota masyarakat lainnya karena lansia memiliki kebutuhan yang berbeda, perbedaan kebutuhan

tersebut dapat dijelaskan dengan melihat perkembangan yang dialami oleh manusia dalam rentang kehidupannya mulai dari terjadinya pembuahan hingga terjadinya kematian.

Dalam rentang kehidupannya manusia akan melewati beberapa tahap perkembangan, mulai dari kelahiran, masa bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, usia lanjut dan berakhir dengan datangnya kematian. Masa kelahiran adalah saat individu lahir, dua minggu setelah kelahirannya individu memasuki masa bayi. Masa kanak-kanak dimulai pada usia dua tahun. Masa remaja dimulai pada usia 13 tahun. Masa dewasa dibagi menjadi dewasa dini (21-30 tahun), dan dewasa akhir (40-60) tahun. Masa usia lanjut dimulai saat seseorang memasuki usia 60 tahun (Hurlock, 2000). Hurlock juga mengemukakan bahwa usia lanjut dibagi menjadi usia lanjut dini (60-70 tahun) dan usia lanjut akhir (70 keatas). Seseorang yang berada pada masa usia lanjut sering disebut lanjut usia (lansia). Pertumbuhan dan perkembangan seseorang setelah kelahirannya akan terus meningkat hingga masa remaja, kemudian mengalami stagnasi hingga akhir masa dewasa akhir, kemudian dari dewasa akhir akan mengalami penurunan hingga masa usia lanjut (Hurlock, 2000).

Tahap perkembangan pada masa usia lanjut berkaitan dengan perubahan yang diakibatkan oleh penurunan fungsi organ tubuh. Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia antara lain penyusutan berat badan dan peningkatan jumlah masa lemak pada bagian tubuh yang kurus, berkurangnya jumlah air dalam tubuh, munculnya keriput karena berkurangnya kekencangan kulit, penurunan kemampuan sistem Cardiovascular mengurangi kemampuan hati untuk merespon stress, tulang keropos, sensitivitas mata terhadap warna berkurang karena perkembangan lensa mata, penurunan kemampuan pupil menyebabkan penglihatan menjadi kabur, persepsi pendengaran terhadap frekwensi tinggi berkurang, penurunan performansi intelektual, psikomotor menjadi lambat (Kane, 1989). Penurunan fungsi organ tubuh membuat lansia rentan terhadap

penyakit reumatik, tekanan darah tinggi, jantung koroner, diabetes mellitus, osteoporosis, dan penyakit lain yang beresiko kematian (Kedaulatan Rakyat, 2005).

Perubahan yang terjadi pada lansia membuat mereka tampak tak berdaya sehingga anggota masyarakat lainnya mengurangi keterlibatan dan tanggung jawab lansia dalam kegiatan di lingkungan sosial maupun lingkungan kerjanya. Perlakuan tersebut kadang membuat lansia tidak percaya diri, lansia berpikir bahwa dirinya sudah tidak berguna dan tidak diperlukan lagi. Hal itu dapat menyebabkan munculnya beberapa penyakit psikologis berupa stres dan depresi (Kane, 1989). Tanpa adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan untuk mencegah dan menanggulangnya, stres dan depresi dapat mengganggu kemampuan lansia untuk beraktivitas dalam kehidupannya sehari-hari, bahkan dapat menyebabkan kematian pada lansia yang kemampuan merespon stresnya telah menurun. Seperti yang diprediksikan oleh WHO, stres dan depresi akan menjadi 10 besar penyakit yang menyebabkan kematian atau menurun drastisnya kualitas kesehatan masyarakat (Kompas, 2005).

Kondisi-kondisi fisik lansia pada masa usia lanjut serta pandangan umum yang membuat lansia tampak lemah, tidak berguna dan tidak diperlukan lagi menyebabkan kegelisahan dan anggapan masa usia lanjut sebagai masa yang tidak menyenangkan, masa usia lanjut adalah masa kehilangan; kehilangan peran sosial, kehilangan penghasilan, kehilangan teman dan saudara karena kematian atau karena mobilitas, selain itu sejalan dengan menurunnya kondisi fisik lansia mengalami kecemasan akan datangnya kematian (Kane, 1989). Seperti yang telah diketahui masa usia lanjut adalah proses akhir dalam tahap pertumbuhan manusia yang berakhir dengan kematian, hal ini kadang menyebabkan lansia takut dalam menjalani masa usia lanjutnya (Siswati dan Haditono, 1999), sehingga lansia tidak tenang dalam menjalani hari tua yang sebenarnya dapat diisi dengan kegiatan yang menyenangkan atau melanjutkan hobi yang

dulu tidak dapat dilakukan karena padatnya pekerjaan, dengan melakukan kegiatan menyenangkan yang masih mampu dilakukan lansia akan mendapatkan kepuasan di masa tuanya dan mencapai kebahagiaan di masa tua atau yang lebih sering disebut dengan *optimum aging*.

Kematian secara umum dipandang sebagai hal yang menakutkan karena dianggap sebagai lawan dari kehidupan dan tampak sebagai kepunahan, kematian merupakan pengasingan karena memisahkan individu dari orang-orang yang disayangnya (Backer, 1982). Pada umumnya individu tidak siap menghadapi kematian karena takut akan pembalasan dari dosa-dosa yang telah mereka buat (Schwartz dan Paterson, 1979), tidak memiliki konsep makna hidup dan mati (Shihab, 1997), tidak mengetahui apa yang akan dihadapinya setelah kematian atau mungkin karena bayangan akan pedih dan sulitnya pengalaman setelah kematian (Shihab, 1997).

Menurut Erikson (dalam Hall dan Lindzey, 1978) individu yang berada pada masa dewasa akhir harus mengatasi krisis terakhir dari delapan krisis yaitu integritas versus keputusasaan. Integritas merupakan keadaan individu yang telah berhasil menyesuaikan diri dengan keberhasilan-keberhasilan dan kegagalan dalam hidup, sehingga individu merasa bahwa kehidupannya memiliki makna. Lawan dari integritas adalah keputusasaan dalam menghadapi perubahan-perubahan siklus kehidupan individu terhadap kondisi sosial dan histories, juga kefanaan hidup di hadapan kematian. Keputusasaan dapat memperburuk perasaan bahwa hidup ini tidak ada artinya, bahwa ajal sudah dekat, sudah tidak ada waktu lagi untuk berbalik dan mencoba gaya hidup yang lain. Mereka yang berhasil mengatasi krisis terakhir tersebut mencapai kebijaksanaan yang dapat membuat mereka menerima apa yang telah dilakukan dalam hidupnya dan menerima datangnya kematian yang makin dekat, dengan teratasinya krisis tersebut diharapkan di masa usia lanjut, lansia telah siap menghadapi kematian (Papalia, 2002).

Pada hakikatnya kematian adalah suatu hal yang pasti datangnya (Shihab, 1997). Kematian adalah bagian dari proses kehidupan sebagaimana proses kelahiran (Darmada, 2000). Dalam berbagai ajaran agama, kematian dianggap sebagai pintu erbang menuju dunia yang lebih kekal sifatnya (Shihab, 1997). Individu yang mengetahui dan yakin bahwa kematian adalah nyata dan tidak ada tempat untuk lari akan menerimanya sebagai sesuatu yang nyata tanpa rasa takut atau ngeri (Najatim 1987).

Berdasarkan hal-hal di atas pandangan lansia tentang konsep hidup dan mati memegang peranan penting dalam kesiapan lansia untuk menghadapi kematian dan kesiapan tersebut dapat mempengaruhi pencapaian *optimum aging*. Kesiapan menghadapi kematian berarti keadaan lansia yang telah siap untuk menghadapi kematian (Erikson dalam Hall & Lindzey, 1978), menerima akan datangnya kematian (Papalia, 2002), dan telah atau sedang melakukan segala sesuatu yang diperlukan untuk menghadapi kematian sehingga tidak mendatangkan penyesalan apapun saat kematian itu datang (Backer, 1982).

Pandangan lansia tentang konsep hidup dan mati memegang peranan penting dalam kesiapan lansia untuk menghadapi kematian, dan kesiapan tersebut dapat mempengaruhi pencapaian *optimum aging*. Kesiapan menghadapi kematian berarti keadaan lansia yang telah siap untuk menghadapi kematian (Erikson dalam Hall dan Lindzey, 1978), menerima akan datangnya kematian (Papalia, 2002), dan telah atau sedang melakukan segala sesuatu yang diperlukan untuk menghadapi kematian sehingga tidak mendatangkan penyesalan apapun saat kematian itu datang (Backer, 1982).

Ciri-ciri lansia yang siap menghadapi kematian adalah menerima keadaan dirinya yang berbeda dari masa sebelumnya (Hurlock, 2000). Lansia yang siap menghadapi kematian telah mengatasi rasa cemas maupun takutnya pada kematian, mereka sadar bahwa kematian pasti datang pada yang hidup (Backer, 1982). Mereka telah memiliki pandangan dan sikap positif terhadap kematian, kehidupan saat ini

adalah ladang bekerja keras untuk bekal hidup di dunia yang lebih kekal (Shihab, 1997). Lansia yang siap menghadapi kematian menerima kematian sebagai suatu hal yang nyata, dan memiliki konsep positif tentang makna hidup dan mati (Najati, 1987).

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 120 orang lansia yang berusia 60 tahun keatas di Magelang pada tanggal 27 Juli – 30 Agustus 2005, mengungkap bahwa beberapa lansia berusaha menutupi tanda-tanda penuaan yang nampak pada dirinya, misal dengan menghitamkan rambut dan menutupi keriput, karena secara umum orang yang telah memasuki usia lanjut sering disebut “bau tanah” yang dapat diartikan sebentar lagi mati, atau harus sudah mempersiapkan diri untuk mati, hal tersebut menunjukkan kurangnya penerimaan terhadap perubahan yang terjadi pada diri lansia itu sendiri. Beberapa lansia memandang topik pembicaraan tentang kematian sebagai hal yang menakutkan dan tabu, lansia kadang gelisah bila mendengar berita meninggalnya seorang teman yang seusia, hal ini menunjukkan adanya kecemasan dan ketakutan terhadap kematian pada lansia.

Wawancara tersebut juga mengungkap bahwa ketidaksiapan lansia dipengaruhi oleh perasaan bahwa lansia telah melakukan banyak dosa dan belum cukup banyak melakukan penebusan, hal ini menunjukkan kurangnya integritas pada diri lansia. Cara lansia memandang kematian secara negatif menyebabkan timbulnya ketidaksiapan menghadapi sehingga mereka kadang mengalami kegelisahan dalam menjalankan kegiatan sehari-hari.

Ketidaksiapan lansia antara lain diakibatkan oleh kualitas kepuasan hidup (Papalia, 2002), konsep mengenai hidup dan mati (Shihab, 1997), pengakuan akan adanya kematian (Najati, 1987), dan konsistensi menjalankan ajaran agama (Schwartz and Peterson, 1979). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hawari (1999) lansia yang religius yaitu yang konsisten dalam menjalankan ajaran agamanya, lebih tabah dan tenang menghadapi saat-saat terakhir (kematian) daripada yang kurang religius

ataupun yang nonreligius. Orang yang tidak konsisten dalam menjalankan ajaran agama tidak siap menghadapi kematian karena takut akan pembalasan dari dosa-dosa yang telah mereka buat (Schwartz and Peterson, 1979).

Menurut Hawari (1997) agama selalu dikaitkan dengan ketenangan, karena di dalamnya diajarkan tentang tuntunan hidup yang jelas. Selain kehidupan yang saat ini dijalani, juga diterangkan tentang datangnya kematian dan apa yang terjadi sesudahnya, karena itu ajaran agama dapat membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif terhadap hidup dan mati. Menurut Tasmara (2001) individu yang memiliki kecerdasan ruhaniah memiliki visi pertemuan dengan Yang Maha Pencipta, visi tersebut lebih sebagai kerinduan sehingga tidak ada rasa takut untuk menghadapinya. Yacob (2001) mengartikan kecerdasan ruhaniah sebagai kemampuan untuk memahami dan menggali motif terdalam dari kehidupan sehingga dapat mengenal, meyakini, dan mencintai Allah.

Kecerdasan ruhaniah yang dikemukakan oleh Tasmara (2001) berbeda dengan kecerdasan spiritual yang dipopulerkan Marshal (2002). Kecerdasan spiritual menggunakan kekuatan otak manusia sebagai pusat utama untuk membedahnya dan belum menjangkau ke-Tuhanan, sifat penelitiannya masih sebatas tinjauan biologis atau psikologis saja (Agustian, 2001).

Sementara itu, kecerdasan ruhaniah dapat membuat seseorang merasakan keberadaan Tuhan dan mampu memaknai kehidupan dalam artian yang lebih luas karena salah satu indikator kecerdasan ruhaniah adalah memaknai hidup. Mereka yang cerdas secara ruhaniah sadar bahwa hidup hanya sesaat, hidup ini hanyalah untuk mengabdikan pada Allah, seseorang yang memiliki kecerdasan ruhaniah menjadikan agama sebagai tujuan akhir (Tasmara, 2001)

Individu yang cerdas secara ruhani merasakan kehadiran Tuhan dimanapun dan kapanpun (Tasmara, 2001). Kehadiran Tuhan adalah bawaan manusia sejak asal kelahirannya dan ada dalam diri setiap insan. Pada saat kita sendirian, tidak memikirkan

kesibukan hidup atau kesedihan, kita akan dapat mendengar suara hati nurani yang mengajak mendekat pada Tuhan. Suara itu menyadarkan kita betapa lemahnya manusia dan betapa kuasa dan perkasanya Tuhan (Shihab, 1997).

Ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan ruhaniah menurut Tasmara (2001) antara lain adalah:

a. takwa

1. Memiliki visi

Visi adalah cara pandang ke masa depan yaitu bagaimana kita melihat gambaran diri kita di masa depan. Visi merupakan komitmen yang kemudian diwujudkan dalam bentuk perilaku sehari-hari. Seseorang dengan kecerdasan ruhaniah menjadikan pertemuan dengan Sang Pencipta sebagai visi dan tujuan hidupnya.

2. Merasakan kehadiran Tuhan

Keyakinan dan perasaan akan kemahadiran Tuhan memberikan kekuatan, pengendalian, sekaligus kedamaian hati seseorang, sehingga ia merasa berada dalam pengawasannya (Hidayat, 2005).

3. Mengingat Tuhan dan berdoa

Dengan selalu mengingat Tuhan, kita selalu ingat tujuan hidup kita dan kemana kita akan kembali. Pada hakikatnya dia adalah harapan yang dimiliki seorang hamba kepada Tuhan-Nya.

4. Memiliki kualitas sabar

Sabar adalah memegang teguh harapan dan tidak keluar dari jalur yang ditempuh untuk menuju cita-cita dan apabila menemui hambatan, akan mencari jalan dan metode lain dengan cara yang kreatif.

5. Cenderung pada kebaikan

Orang-orang yang bertaqwa akan selalu menunjukkan sikap yang cenderung mengarah pada kebaikan dan kebenaran. Mereka merasa bahwa setiap hari bahkan setiap detik terlalu berharga untuk dilewatkan tanpa melakukan suatu kebaikan.

6. Memiliki empati

Empati adalah realisasi dan pemahaman terhadap perasaan, kebutuhan dan penderitaan pribadi lain (Chaplin, 1989). Empati merupakan suatu tingkatan pemahaman terhadap orang lain dimana seseorang dapat merasakan rintihan dan penderitaan orang lain sebagai penderitaannya sendiri.

7. Berjiwa besar

Orang yang berjiwa besar memiliki keberanian untuk memaafkan dan melupakan kesalahan yang telah dilakukan oleh orang lain dengan tulus dari hati nuraninya. Orang yang cerdas secara ruhaniah memiliki sikap pemaaf sehingga dirinya selalu berhati-hati untuk tidak mengeluarkan kata yang menunjukkan sikap benci, dendam, dan cacik maki.

8. Bahagia melayani

Individu menyadari bahwa keberadaannya tidak terlepas dari tanggungjawabnya terhadap lingkungan. Sehingga hatinya terbuka untuk menerima kehadiran orang lain dan merasa terpanggil untuk melayani. Dengan melayani orang lain, berarti ia mengasah kualitas akhlaknya menjadi lebih luhur dan bermakna.

b. cara memaknai hidup

Memberi makna hidup adalah sebuah proses pembentukan kualitas hidup. Makna hidup adalah fungsi dari keyakinan ilahiah yang berupa cara pandang terhadap ruang, waktu, dan gerak.

1. cara pandang terhadap ruang

ruang yang dimaksud adalah hamparan bumi dan langit yang harus diyakini diciptakan oleh Tuhan untuk manusia agar diolah dan dipelihara sebagai amanah. Tujuan hidup adalah mencari kebahagiaan yang hakiki yaitu kebahagiaan dunia dan akhirat, dengan cara berusaha untuk meningkatkan kualitas kehidupannya di dunia. Kesadaran terhadap ruang

berarti menyadari seluruh lingkungan yang dihadapi termasuk lingkungan manusia dengan segala kreasinya.

2. cara pandang terhadap waktu hidup akan bermakna selama individu tersebut dapat memberikan makna terhadap waktu. Waktu merupakan rangkaian saat, moment, kejadian, atau batas awal dan akhir peristiwa. Hidup tidak mungkin tanpa dimensi waktu, karena hidup adalah keberdayaan hidup dengan gerak ukur. Hidup akan mempunyai makna bukan hanya sekedar melihat posisi diri dalam hubungannya dengan lingkungan dan gambaran masa depan, tetapi menempatkan pengertian yang paling fundamental bahwa hidup hidup adalah perjalanan waktu menuju kematian.
 3. cara pandang terhadap gerak makna hidup akan semakin berkualitas apabila seseorang meyakini bahwa hidup adalah gerak, sebuah keniscayaan yang terus mengalir untuk selalu mengarah, berbuat, dan memberikan jejak berupa sejarah. Hidup baru terasa bila mempunyai nilai terhadap gerak karena tanpa gerak seseorang menjadi statis lalu mati sebelum mati.
- c. Akhlak mulia
Akhlak mulia adalah akhlak yang mengacu pada akhlak tokoh panutan

dalam agama, antara lain shidiq, istiqlomah, fathanah, amanah, dan tablig.

Dari penjabaran di atas ciri-ciri yang melekat pada individu yang memiliki kecerdasan ruhaniah nampaknya dapat membantunya untuk menghadapi kematian, karena kematian dianggap sebagai fenomena yang mengantarnya menuju kehidupan akhirat yang kekal dan mewujudkan visi pertemuan dengan Sang Pencipta, dan untuk menempuh perjalanan tersebut individu mengisi waktu hidupnya yang terbatas ini dengan kegiatan yang bermanfaat di dunia ini maupun di akhirat dengan berpegang pada akhlak mulia yang diajarkan dalam tuntunan agama untuk berperilaku, sehingga individu merasa tenang dan siap menghadapi kematian.

Hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan lansia menghadapi kematian. Semakin tinggi kecerdasan ruhaniah semakin tinggi kesiapan menghadapi kematian pada lansia, sebaliknya semakin rendah kecerdasan ruhaniah semakin rendah kesiapan menghadapi kematian pada lansia.

Metode

Subjek yang dipakai dalam penelitian ini adalah lansia yang berada dalam masa usia lanjut yaitu yang berusia 60 tahun ke atas yang berjumlah 60 orang. Subjek dalam penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Deskripsi Subjek Penelitian

| | Jenis Kelamin | | Masa Perkembangan | |
|--------|---------------|--------|--------------------------|--------------------------------------|
| | Pria | Wanita | Usia lanjut awal (60-70) | Usia lanjut akhir (70 tahun ke atas) |
| Jumlah | 41 | 19 | 48 | 12 |

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *Purposive sampling* untuk memilih subjek berdasarkan ciri-ciri yang sudah ditentukan sebelumnya (Hadi, 2002). Walaupun indicator yang dikemukakan

oleh Tasmara (2001) disusun berdasarkan tuntunan yang diajarkan dalam agama Islam, namun sesungguhnya pada prakteknya terdapat pula dalam ajaran agama lain yaitu Kristen dan Katolik sehingga dalam penelitian

ini pemilihan subjek tidak dibatasi oleh agama. Pemilihan masa usia lanjut dalam penelitian ini karena walaupun kematian tidak memandang usia, pada umumnya lansia lebih sadar akan keberadaan kematian yang membayang (Papalia, 2002). Pemilihan usia subjek adalah berdasarkan pada pendapat Hurlock (2000) bahwa seseorang disebut lansia saat memasuki masa usia lanjut yaitu saat lansia berusia 60 tahun. Subjek dalam penelitian ini berasal dari Klub Tenis Ibu-ibu Panca Arga, Perkumpulan Tenis Rabu Pagi, Perkumpulan Tenis Sabtu Pagi, PT SPIRIT, Wangsa Tenis Club, dan warga RW 21, Dusun Lembah Hijau, Magelang.

Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala kesiapan menghadapi kematian pada lansia yang disusun berdasarkan rangkuman dari teori dan pendapat beberapa ahli yaitu Hurlock (2000), Papalia (2002), Backer (1982), Hidayat (2005), Darmada (2000), dan Shihab (1997). Adapun ciri-ciri lansia yang siap menghadapi kematian menurut beberapa ahli di atas adalah sebagai berikut :

- a. Menerima keadaan dirinya
- b. Menerima kematian sebagai hal yang nyata
- c. Memiliki konsep yang positif tentang makna hidup dan mati
- d. Telah mengatasi rasa cemas terhadap kematian.

Sedangkan skala kecerdasan ruhaniah disusun berdasarkan pendapat Tasmara (2001) yaitu :

- a. Takwa, meliputi (1) memiliki visi; (2) merasakan kehadiran Tuhan; (3) mengingat Tuhan dan berdoa; (4) memiliki kualitas sabar; (5) cenderung pada kebaikan; (6) memiliki empati; (7) berjiwa besar; dan (8) bahagia melayani.
- b. Cara memaknai hidup, meliputi (1) cara pandang terhadap ruang; (2) cara pandang

terhadap waktu; dan (3) cara pandang terhadap gerak.

- c. Akhlak, meliputi (1) shidiq; (2) istiqomah; (3) fathanah; (4) amanah; dan (5) tabligh.

Sebelum skala ini digunakan dalam penelitian dilakukan ujicoba terlebih dahulu untuk mengetahui kualitas skala yang meliputi uji validitas dan reliabilitas. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS.

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas diperoleh koefisien validitas skala kesiapan menghadapi kematian pada lansia bergerak dari 0,2225-0,657. Besarnya koefisien reliabilitas alpha skala kesiapan menghadapi kematian pada lansia sebesar 0,869.

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas diperoleh koefisien validitas skala kecerdasan ruhaniah bergerak dari 0,346-0,711. Besarnya koefisien reliabilitas alpha skala kecerdasan ruhaniah pada lansia sebesar 0,920.

Analisis data penelitian ini menggunakan Korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

Uji normalitas dan uji linieritas perlu dipenuhi sebelum melakukan analisis korelasi *product moment*. Prasyarat harus dipenuhi yaitu variabel diukur mendekati sebaran normal dan hubungan antara variabel bebas dan variabel terganggu adalah linier (Hadi, 1987).

Hasil

Data yang diperoleh dari skala kesiapan menghadapi kematian pada lansia dan skala kecerdasan tuhaniah digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis. Deskripsi data statistik dari kedua skala di atas adalah pada tabel 2 berikut :

Tabel 2
Deskripsi Data Statistik
(N = 60)

| Variabel | Data Hipotetik | | | | Data Hipotetik | | | |
|----------|----------------|------|-----|----|----------------|------|-----|----|
| | Mean | Skor | | SD | Mean | Skor | | SD |
| | | Maks | Min | | | Maks | Min | |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|------|-----|----|------|-------|-----|----|------|
| Kecerdasan Ruhaniah | 72,5 | 116 | 29 | 14,5 | 93,32 | 111 | 76 | 7,86 |
| Kesiapan Menghadapi Kematian | 57,5 | 92 | 23 | 11,5 | 74,08 | 92 | 53 | 7,00 |

Berdasarkan deskripsi data di atas, dapat dilakukan pengkategorisasian skor untuk mengetahui tinggi rendahnya posisi skor subjek. Data dikategorikan ke dalam tiga

kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi untuk data variabel kecerdasan ruhaniah dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Kategorisasi Skor Kecerdasan Ruhaniah
N = 60

| Kategori | Pedoman | Skor | Frek | % |
|----------|---|------------------|------|--------|
| Tinggi | $X > (\mu + 1\sigma)$ | $X > 87$ | 50 | 83,3 % |
| Sedang | $(\mu - 1 SD) \text{ s/d } (\mu + 1\sigma)$ | $58 < X \leq 87$ | 10 | 16,7 % |
| Rendah | $X < (\mu - 1\sigma)$ | $X \leq 58$ | 0 | 0 % |
| Jumlah | | | 60 | 100 % |

Keterangan :

μ : Mean (rata-rata) hipotetik

σ : Deviasi standar hipotetik

Berdasarkan klasifikasi yang dilakukan dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek berada pada kategorisasi tinggi, yaitu sebanyak 50 subjek (83,3 %), sedangkan sisanya berada pada taraf kategorisasi sedang, yaitu sebanyak 10 subjek (16,7 %). Hal tersebut berarti

sebagian besar subjek memiliki tingkat kecerdasan ruhaniah yang cenderung tinggi. Sedangkan kategorisasi untuk variabel kesiapan menghadapi kematian pada lansia dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 4
Kategorisasi Skor Kesiapan Menghadapi Kematian pada Lansia
N = 60

| Kategori | Pedoman | Skor | Frek | % |
|----------|---|------------------|------|--------|
| Tinggi | $X > (\mu + 1\sigma)$ | $X > 69$ | 49 | 81,7 % |
| Sedang | $(\mu - 1 SD) \text{ s/d } (\mu + 1\sigma)$ | $46 < X \leq 69$ | 11 | 18,3 % |
| Rendah | $X < (\mu - 1\sigma)$ | $X \leq 46$ | 0 | 0 % |
| Jumlah | | | 60 | 100 % |

Keterangan :

μ : Mean (rata-rata) hipotetik

σ : Deviasi standar hipotetik

Berdasarkan kategorisasi tersebut, terlihat bahwa sebagian besar subjek berada pada kategorisasi tinggi, yaitu sebanyak 49 subjek (81,7 %), sedangkan sisanya berada pada taraf kategorisasi sedang, yaitu 11 subjek (18,3 %). Hal tersebut berarti sebagian besar subjek

memiliki kesiapan menghadapi kematian yang cenderung tinggi.

Hasil analisis data dari skor subjek meliputi uji prasyarat dan uji hipotesis dijelaskan sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas sebaran skala kecerdasan ruhaniah menunjukkan koefisien normalitas (nilai K-S) sebesar 0,097 ($p > 0,05$), dan untuk skala kesiapan menghadapi kematian menunjukkan koefisien normalitas (nilai K-S) sebesar 0,112 ($p > 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa data yang terkumpul dari hasil penelitian terdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier atau tidak. Hasil uji linieritas variabel kecerdasan ruhaniah dan kesiapan menghadapi kematian dengan menggunakan *test of linierity* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $F = 63,790$ ($p < 0,05$). Artinya kedua variabel yaitu kecerdasan ruhaniah dan kesiapan menghadapi kematian memiliki hubungan yang linier.

c. Uji Hipotesis

Berdasarkan uji korelasi didapat nilai koefisien antara variabel kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian sebesar $r_{xy} = 0,705$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia dapat diterima. Koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,497 menunjukkan bahwa variabel kecerdasan ruhaniah memberi sumbangan efektif sebesar 49,7 % terhadap kesiapan menghadapi kematian pada lansia.

Pembahasan

Hasil analisis korelasional pada penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia diterima dengan korelasi sebesar 0,705 ($p < 0,01$). Hubungan positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada

lansia menggambarkan bahwa semakin tinggi kecerdasan ruhaniah semakin tinggi pula kesiapan menghadapi kematian pada lansia.

Lansia yang memiliki tingkat kecerdasan ruhaniah yang tinggi akan dapat meningkatkan kesiapan menghadapi kematian karena memiliki cara pandang terhadap hidup dengan memaknai ruang yang ditempatinya, menghargai tiap waktu yang dimiliki, dan mengisinya dengan kegiatan yang bermanfaat bagi diri sendiri, orang lain, dan alam. Dengan kesadaran akan terbatasnya waktu hidup di dunia fana ini lansia akan mempersiapkan diri untuk menghadapi kematian.

Lansia yang takwa memiliki visi pertemuan dengan Penciptanya dalam keadaan yang baik akan membuat lansia tersebut berusaha mempersiapkan diri dengan bekal amal baik yang dikumpulkan selama hidupnya. Dalam usahanya untuk mewujudkan visi tersebut lansia melakukan hal-hal yang cenderung pada kebaikan, berempati pada orang lain, berjiwa besar dan bahagia melayani. Dengan demikian lansia tidak memandang kematian sebagai hal yang negatif tapi melihatnya sebagai batas waktu untuk mewujudkan visi hidupnya. Pandangan positif yang dimiliki lansia membuat lansia menerima kematian sebagai bagian dari kehidupan (Darmada, 2000). Kehidupan di dunia adalah untuk mengumpulkan bekal dan bersiap diri untuk perjalanan ke dunia yang lebih kekal (Shihab, 1997), dengan demikian lansia yang memiliki kecerdasan ruhaniah yang tinggi akan selalu berusaha memperbaiki diri sehingga pada saatnya memiliki kesiapan menghadapi kematian. Lansia dengan kecerdasan ruhaniah tidak akan merasa cemas menghadapi kematian, tidak peduli kapan, dimana, dan bagaimana kematian menjemput, lansia akan selalu siap.

Lansia dengan kecerdasan ruhaniah memberi makna bahwa hidup adalah suatu proses pembentukan kualitas hidup, makna hidup tersebut terbentuk dari cara pandang terhadap ruang, waktu, dan gerak (Tasmara, 2001). Lansia dengan kecerdasan ruhaniah akan memandang hidup yang sekarang dijalani bukanlah suatu hal yang kekal, waktu dipandang sebagai sesuatu yang terbatas

sehingga harus diisi dengan tanggungjawab, harus diisi dengan tindakan dan gerak yang memberikan kontribusi sebanyak-banyaknya pada orang lain maupun alam yang bermanfaat bagi kehidupannya di dunia maupun di akhirat. Lansia dengan kecerdasan ruhaniah menyadari akan waktu yang terus berjalan sehingga lansia akan menerima keadaan dirinya (Hurlock, 2000), dan kemudian kembali merenungkan kehidupannya selama ini dan menyusun rencana untuk meningkatkan kualitas hidupnya (Hidayat, 2005).

Lansia yang memiliki kecerdasan ruhaniah memiliki akhlak mulia yaitu *shidiq*, *istiqamah*, *fathanah*, *amanah*, dan *tabligh* (Tasmara, 2001). *Shidiq* adalah jujur dalam hati, perkataan maupun perbuatan, kejujuran juga meliputi kejujuran terhadap diri sendiri, orang lain dan Tuhan, dengan sifat jujur lansia tidak merasa dikejar dosa karena telah berdusta. *Istiqamah* adalah sikap teguh dalam pendirian yang menunjukkan kekuatan iman, memiliki tujuan yang jelas dalam setiap aktivitasnya, sangat menghargai waktu karena menyadari keterbatasannya sehingga tidak menggunakan waktu untuk hal-hal yang percuma, selalu kreatif dan sabar dalam menghadapi tantangan. *Fathanah* adalah cerdas secara intelektual, emosi, dan spiritual. *Amanah* adalah tanggungjawab dan kesadaran bahwa hidupnya memiliki nilai, menghormati orang lain sehingga dihormati orang lain. *Tabligh* adalah mengajarkan kebaikan dengan suri tauladan. Lansia yang menjalankan hidup dengan akhlak mulia selalu merasa yakin bahwa perilakunya telah sesuai dengan tuntunan dalam ajaran agama, lansia akan lebih tenang dalam menjalankan hidup dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhiratnya, sehingga tidak ada penyesalan saat kematiannya datang. Dengan kecerdasan ruhaniah lansia memiliki pegangan dan pedoman dalam berperilaku, sehingga tidak merasa cemas dengan keadaan dirinya di akhirat kelak, dan siap menghadapi kematian (Backer, 1982).

Hasil klasifikasi evaluatif skor kesiapan menghadapi kematian pada lansia menunjukkan 81,7 % subjek memiliki

kesiapan menghadapi kematian yang tinggi sedangkan 18,3 % subjek memiliki kesiapan menghadapi kematian yang sedang, dengan demikian dapat dilihat bahwa subjek memiliki kesiapan menghadapi kematian yang cenderung tinggi.

Tingginya kesiapan menghadapi kematian yang dimiliki oleh lansia antara lain dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti penghayatan terhadap agama (Shihab, 1997), dan kualitas kepuasan hidup lansia (Papalia, 2002). Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui faktor yang menyebabkan tingginya kesiapan menghadapi kematian yang dimiliki subjek, hasilnya subjek memiliki penghayatan agama yang cukup baik, dan sesuai dengan apa yang diajarkan dalam agamanya, subjek memiliki pandangan positif bahwa setelah kematian masih ada kehidupan lain yang lebih kekal, dan kenyamanan hidup di alam yang kekal tersebut dapat diperoleh dengan amalan yang baik di lakukan di dunia fana ini. Subjek merasa memiliki kehidupan yang cukup berkualitas sehingga merasa cukup puas dengan apa yang telah dilakukan dan diperoleh dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil klasifikasi variabel kecerdasan ruhaniah, sebagian besar subjek berada pada kategori tinggi. Sebanyak 83,3 % berada pada kategori tinggi, sedangkan sisanya berada pada kategori sedang sebanyak 16,7 %, berdasarkan data tersebut berarti sebagian besar subjek memiliki kecerdasan ruhaniah yang cenderung tinggi. Kecerdasan ruhaniah tinggi berarti lansia memiliki kecerdasan yang membuat lansia masuk ke dalam pengalaman spiritual, sehingga mampu keluar dari dunia fisik yang membuat lansia sadar akan adanya kekuatan dirinya yang turut berperan dan berpengaruh terhadap kehidupan manusia sesuai dengan tuntunan agama yang dilandaskan pada rasa cinta pada Tuhan dan seluruh ciptaan-Nya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hawari (1999) yang menyebutkan bahwa lansia yang menjalankan ajaran agama secara konsisten lebih tabah dan tenang dalam menghadapi saat-saat kematiannya. Schwarts dan Paterson (1979) juga menyatakan bahwa orang-orang

yang tidak konsisten dalam menjalankan ajaran agama tidak siap menghadapi kematiannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan ruhaniah adalah bermurakabah kepada Tuhan, mengingat kematian dan kehidupan sesudahnya, membayangkan hari kiamat dan hal-hal yang berkaitan dengannya, memperbanyak membaca kitab suci dan merenungkan maknanya, meneladani tokoh-tokoh yang melaksanakan ajaran agama dengan teguh, bergaul dengan orang-orang yang berhati bersih dan bertaqwa kepada Tuhan, mengingat Tuhan di setiap waktu dan keadaan, serta menjalankan ibadah-ibadah sunah dengan sungguh-sungguh.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap subjek, kecerdasan ruhaniah yang tinggi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu mengingat Tuhan di setiap waktu dan keadaan, kesadaran bahwa keberadaan Tuhan sangatlah dekat, dan Tuhan selalu ada bersama dirinya dalam setiap aktifitas. Subjek mengingat kematian dan kehidupan sesudahnya, membayangkan hari kiamat dan hal-hal yang berkaitan dengannya, untuk mengingatkan dirinya agar selalu melakukan amalan yang baik sebagai bekal untuk kehidupan di akhirat kelak.

Berdasarkan hasil penelitian, kecerdasan ruhaniah memberikan sumbangan relatif sebesar 49,7 % terhadap kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Sedangkan 50,3 % dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengetahuan tentang apa yang akan terjadi setelah kematian dan penghayatan agama (Shihab, 1997), perbedaan usia dan kualitas kepuasan hidup (Papalia, 2002), sikap hedonis terhadap kesenangan dunia (Hidayat, 2005), dan kecerdasan ruhaniah (Tasmara,2001)

Berdasarkan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Subjek yang memiliki kecerdasan ruhaniah yang tinggi akan memiliki tingkat kesiapan yang tinggi pula.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif antara kecerdasan ruhaniah dengan kesiapan menghadapi kematian pada lansia dengan korelasi sebesar 0,705 ($p < 0,01$). Subjek yang memiliki kecerdasan ruhaniah yang tinggi akan memiliki kesiapan menghadapi kematian yang tinggi pula.

Lansia yang memiliki kecerdasan ruhaniah yang tinggi menjadikan pertemuan dengan Tuhan sebagai visi hidupnya, lansia memiliki cara pandang terhadap hidup dengan memaknai ruang yang ditempatinya, menghargai tiap waktu yang dimiliki, dan mengisinya dengan kegiatan yang bermanfaat bagi diri sendiri, orang lain, dan alam. Dengan demikian lansia yang memiliki kecerdasan ruhaniah yang cenderung tinggi akan mempersiapkan diri untuk menghadapi kematian, sehingga memiliki kesiapan menghadapi kematian yang tinggi pula.

Besarnya sumbangan kecerdasan ruhaniah adalah 49,7 % terhadap kesiapan menghadapi kematian, sedangkan 50,3% dipengaruhi oleh faktor lain, pengetahuan tentang apa yang akan terjadi setelah kematian dan penghayatan agama (Shihab, 1997), perbedaan usia dan kualitas kepuasan hidup (Papalia, 2002), sikap hedonis terhadap kesenangan dunia (Hidayat, 2005), dan kecerdasan ruhaniah (Tasmara,2001).

Adapun saran yang dapat diberikan untuk

1. Kepada lansia dan individu yang akan memasuki masa usia lanjut

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi dan pengetahuan bagi lansia maupun individu yang akan memasuki masa usia lanjut untuk memelihara dan meningkatkan kesiapan menghadapi kematian.

2. peneliti selanjutnya adalah sebagai berikut :
 - a. Mengkaji lebih lanjut tentang kesiapan menghadapi kematian pada lansia dengan melengkapi data penelitian antara lain dengan observasi dan wawancara mendalam atau dengan melakukan penelitian kualitatif terhadap kesiapan menghadapi kematian pada lansia. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk meneliti

faktor lain yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi kematian pada lansia.

- b. Meneliti tentang perbedaan kesiapan menghadapi kematian pada lansia berdasarkan jenis kelamin. Dalam penelitian sebaiknya subjek yang dibandingkan memiliki jumlah yang seimbang.
- c. Meneliti tentang perbedaan kesiapan menghadapi kematian pada individu yang berbeda *cohort*, misalnya antara individu yang berada pada masa dewasa awal dengan individu yang berada pada usia lanjut akhir. Dalam penelitian sebaiknya subjek yang dibandingkan memiliki jumlah yang seimbang.

Peneliti juga memberikan saran kepada lansia dan individu yang akan memasuki usia lanjut yaitu untuk memelihara dan meningkatkan kesiapan menghadapi kematian yang dimiliki sehingga siap menghadapi kematian dan dapat menjalani hari-hari yang masih dimiliki dengan kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat, dengan demikian lansia dapat mencapai *optimum aging*.

Daftar Pustaka

- Agustian,AG. 2001.*ESQ Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*.Jakarta:Penerbit Arga.
- Backer.1982.*Death and Dying.Individuals and Institution*.Canada : John Wiley and Sons Inc
- Chairani,L. 2002.Hubungan Kecerdasan Ruhaniah dengan Perilaku Coping Pada Lanjut Usia.*Skripsi*.Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Chaplin,C.P. 1981. *Kamus Lengkap Psikologi*. Kartini-Kartono(pen.). 2000. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Darmada,H. 2000.*Cahaya dalam Kegelapan : Pengalaman Kematian pada Anak-anak*. Jakarta : Gramedia.
- Frankl,V. 2003. *Logoterapi:Terapi Psikolgi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. (terjemahan). Yogyakarta : Kreasi Wacana
- Hadi, S. 2001. Statistik: Jilid 2. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hall and Lindzey. 1978. *Teori-teori Psikodinamik (Klinis)*. Supratiknya (ed.). 1993. Yogyakarta : Kanisius
- Hawwa,S. 1995. *Jalan Ruhani: Bimbingan Tasawuf untuk Para Aktivis Islam*. Bandung : Mizan
- Hawari,D. 1999. *Al-Qur'an:Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hidayat,K. 2005. *Psikologi Kematian*. Jakarta : Penerbit Hikmah
- http://www.kbi_gemari.or.id.26 Mei 2005. Mencermati Ledakan Lansia
- <http://www.kr.co.id>.3 Februari 2005.Umur Harapan Hidup Masyarakat Kebumen Naik
- <http://www.Kompas Cyber Net.com>.3 April 2005. Akibat Perubahan Sosial;Stress Menjadi Pembunuh Kedua Setelah Jantung
- Hurlock,E. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.Istiwidayanti dan Soedjarwo (pen.). 2000. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Jalaludin,H. 2000. *Psikologi Agama*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Keane,R. 1989. *Essential of Clinical geriatrics*. Singapura : Mc Graw-Hill
- Najati,M'U. 1987. *Jiwa Manusia dalam Sorotan Al-Qur'an*. Ibn Ibrahim(pen.). 2001. Jakarta : Cendekia Sentra Muslim
- Papalia. 2002. *Adult Development and Aging*.Singapura: Mc Graw-Hill.
- Ross,E. 1969. *Kematian Sebagai Bagian Kehidupan*. Anugrahani (pen.). 1998. Jakarta : Gramedia
- Shafii,M. 2004. *Psikoanalisis dan Sufisme*. Yogyakarta : Campus Press.
- Shihab,Q. 1997. *Wawasaan Al-Qur'an Tafsir Ma'udhu'I atas Pelbagai Permasalahan Umat*. Bandung : Penerbit Mizan.
- Schwarts and Paterson. 1979. *Introduction to Gerontology*. USA : Halt,Rinehart, and Watson.

Tasmara,T. 2001. *Kecerdasan Ruhaniah*.
Jakarta : Gema Insani
Tim Penyusun Kamus. 2003. *Kamus Besar
Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai
Pustaka

Walgito. 2001. *Psikologi Umum*. Yogyakarta :
Andi
Offset