

Hubungan antara Kecerdasan Ruhaniah dengan Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lanjut Usia

Septiyani Dwi Nugraheni

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract. The anxiety that come against the death happen because there were not any logical and rationality about the imagine of the death. The live of old age which full with change often looked as decline in negative connotation, it need acquisition to face often looked a decline in negative connotation, it needs acquisition to face it, know it and give the meaning properly. The acquisition usually behave by the people who have spiritual intelligence, which underlie the love for the god. This research aim is to know the relationship between spiritual intelligence and the anxiety when facing the death in old age. The hypothesis is there is negative relationship between spiritual intelligence and the anxiety when facing the death in old age. This research done in the shelter of old age. "Wredha Dharma Bhakti Surakarta, which the sum of the subject is 37. Purposive sampling is used to choose the subjects and methods for collecting the data were spiritual intelligence scale and the anxiety when facing the scale. Product moment correlation is used for analysis the data and it shows that there was a negative correlation significantly between the spiritual intelligence and the anxiety when facing the death ($r = -0,400$; $p = 0,01$); and the contribution of the spiritual intelligence was 16%. It means that spiritual intelligence contribute in 16% for the decline if the anxiety when facing the death. In another words, the higher of spiritual intelligence made the lowest of the anxiety when facing the death.

Keywords: *spiritual intelligence, the anxiety when facing the death*

Abstrak. Kecemasan yang timbul dalam menghadapi kematian muncul karena belum adanya alasan logis dan rasional mengenai bayangan kematian. Kehidupan seorang lanjut usia penuh dengan berbagai perubahan yang sering dipandang sebagai suatu penurunan yang berkonotasi negative, yang membutuhkan suatu kemampuan dalam menghadapi, memahami dan memaknai secara tepat. Kemampuan tersebut biasanya dimiliki oleh orang-orang yang memiliki kecerdasan ruhaniah, yang bertumpu pada rasa cinta pada Allah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan yang negatif antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia. Penelitian dilakukan terhadap lanjut usia yang berada di panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta, dengan jumlah sampel sebanyak 37 orang. Teknik

Hubungan antara Kecerdasan Ruhaniah dengan Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lanjut Usia Septiyani Dwi Nugraheni

yang digunakan adalah *purposive quota sample* dan metode pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan ruhaniah dan skala kecemasan menghadapi kematian. Hasil analisa data dengan menggunakan *korelasi product moment*, menunjukkan nilai $r = -0,400$ dengan $p = 0,01$ yang menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian dan mempunyai sumbangan efektif sebesar 16%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecerdasan ruhaniah memberikan kontribusi sebesar 16 % terhadap pengurangan kecemasan menghadapi kematian. Dengan kata lain, semakin tinggi kecerdasan ruhaniah yang dimiliki, maka semakin rendah kecemasan menghadapi kematian.

Kata kunci: *kecerdasan ruhaniah, kecemasan, lanjut usia*

Sepanjang rentang hidup manusia, mulai dari masih bayi sampai masa tua manusia mengalami perubahan dan perkembangan. Suatu perkembangan tidak hanya berhenti ketika orang mencapai kedewasaan fisik pada masa remaja atau kedewasaan sosial pada masa dewasa awal. Selama manusia berkembang terjadi perubahan-perubahan (Monks, 1999). Perubahan tersebut juga terjadi ketika seseorang mulai menginjak lanjut usia, tentu saja perubahan tersebut mempunyai dan menimbulkan dampak pada berbagai aspek kehidupan, antara lain kesehatan, sosial, ekonomi, lingkungan, dan psikologis seseorang.

Lanjut usia merupakan suatu proses berkelanjutan dalam kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan ke arah penurunan. Menurut Hawari (1997) proses penuaan adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahap-tahap menu runnya berbagai fungsi organ tubuh, misalnya pada sistem kardiovaskuler dan

pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin, dan lain sebagainya. Semakin lanjut seseorang, semakin bertambah terjadi kemunduran. Penyakit-penyakit fisik yang menimbulkan akibat-akibat psikologis dan sosial mulai menyerang. Sebagian lanjut usia semakin tergantung pada keluarga atau panti perawatan, meskipun sebagian yang lain dapat sangat mandiri dan dinamis dalam jangka waktu yang lebih lama.

Problematika yang harus dihadapi orang-orang yang telah lanjut usia sangat khas. Selain mengalami penurunan kondisi fisik, mereka juga harus menghadapi masalah psikologis. Ternyata meraih usia panjang tidak hanya soal menjaga kesehatan fisik, yang lebih penting adalah bagaimana mental seseorang dalam menyikapi rentang hidupnya.

Usia panjang merupakan dambaan semua orang, tetapi sebenarnya untuk menjadi lanjut usia dengan tetap aktif, berkualitas dan masih produktif meru-

pakan hal yang tak mudah. Seringkali hambatan-hambatan itu muncul seiring dengan perubahan-perubahan yang dialami oleh lanjut usia. Adalah suatu hal yang sangat diinginkan dan diharapkan oleh setiap orang termasuk lanjut usia untuk dapat mencapai akhir yang baik, baik dalam arti mampu memberikan makna baik bagi dirinya dan lingkungannya dengan mendasarkan pada ajaran illahi Robbi. Kehidupan yang seperti itu dapat dilihat dari kehidupan orang yang bertaqwa.

Usia lanjut sering dianggap sebagai suatu usia yang sudah mendekati kematian dan sebagai penutup dalam rentang kehidupan seseorang yaitu suatu periode ketika orang telah "beranjak Jauh" dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 1996).

Kecemasan adalah merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketakutan. Perasaan takut itu timbul karena adanya ancaman atau gangguan terhadap sesuatu yang masih abstrak dan yang bersifat subjektif. Menurut Tillich (Adi, 1988) termasuk didalamnya adalah kecemasan terhadap kematian yang masih abstrak namun pasti akan terjadi dan menimpa siapapun.

Berkaitan dengan kematian yang biasanya identik dengan pada masa tua, Kenneth Ring (Santrock, 1999) mengemukakan bahwa banyak orang mempela-

jari tentang kematian dari sisi luar dirinya, tidak menyadarinya dari sudut pandang dirinya sendiri. Sehingga ketika dirinya sendiri memasuki masa tua dan dihadapkan pada realita bahwa setiap orang pasti akan mati, tidak terkecuali dirinya, maka kecemasan akan kematian itu akan muncul.

Rocfouhault (Ghazali, 2000) memberikan ungkapan bahwa kematian secara utuh merupakan cerminan manusia modern terhadap persoalan yang sangat menggugah dan sekaligus menakutkan. Maut atau kematian merupakan sesuatu yang *absurd*. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa maut merupakan sesuatu pengharapan. Manusia tidak bisa memilih tibanya saat kematian dan kematian merupakan sumber utama kecemasan. Berkaitan dengan hal ini Rasulullah SAW bersabda: "*cinta dunia akan membuat orang takut pada kematian*". Kecemasan ini berasal dari kebutuhan untuk tetap hidup dan kematian mengancam eksistensi dan nilai-nilai dimana subjek mengidentifikasikan dirinya.

Selama belum menemukan alasan yang logis dan rasional mengenai bayangan kematian, maka bayangan tersebut akan berubah menjadi penyakit yang mengakar kuat didasar perasaan manusia. Penyakit ini merupakan penyakit kejiwaan yang paling kritis dan sulit, yang seringkali menguasai emosi dan perilaku manusia. Dan pada akhirnya akan menimbulkan kecemasan dan ketakutan (Syarif, 2002).

Menyikapi kehidupan seorang lanjut usia yang penuh dengan berbagai perubahan yang sering dipandang sebagai suatu penurunan yang berkonotasi negatif dan periode mendekati kematian, tentu saja membutuhkan suatu kemampuan dalam menghadapi, memahami dan memaknai secara tepat segala perubahan itu dapat disikapi dengan lapang dada, terbuka dan pasrah dari individu yang mengalaminya. Kemampuan tersebut adalah kemampuan untuk dapat mendengarkan hati nuraninya yang akan membimbingnya dalam mengambil keputusan dan melakukan pilihan-pilihan yang dipenuhi keyakinan dan ketakwaan pada Allah SWT. Orang yang memiliki kemampuan mendengarkan hati nurani yang bertumpu pada rasa cinta pada Allah dapat disebut sebagai orang yang memiliki kecerdasan ruhaniah, yaitu kecerdasan yang merupakan bentuk tertinggi yang berangkat dari keimanan dan ketakwaan kepada Allah swt. Indikator dari kecerdasan ruhaniah adalah takwa. Takwa bukan hanya sekedar mentaati perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya, rasa takut sekaligus cinta yang mendalam kepada Allah, serta mengikuti perintah Allah dan rasulnya, tetapi takwa merupakan bentuk rasa tanggung jawab yang dilaksanakan dengan penuh rasa cinta dan menunjukkan amal prestatif di bawah semangat pengharapan ridhlo Allah. (Tasmara, 2001). Agama merupakan tuntunan yang dapat dijadikan manusia sebagai pegangan.

Ternyata perhatian lanjut usia pada kehidupan beragama ini semakin meningkat seiring meningkatnya kesadaran akan hidup dan kematian dalam dirinya (Prawitasari, 1994). Hal tersebut senada dengan pendapat Hakim (2003), bahwa tidak semua kemampuan lanjut usia mengalami penurunan, tetapi aktivitas lanjut usia yang berkaitan dengan agama ternyata juga menunjukkan adanya peningkatan, artinya perhatian mereka pada agama ternyata semakin meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Salah satu ciri keberagamaan pada lanjut usia adalah tercapainya kemantapan beragama.

Perilaku keagamaan yang biasanya sering dilakukan lanjut usia adalah dengan melakukan kajian-kajian agama yang lebih intensif dan lebih mendekatkan diri pada Allah dengan menjalankan segala perintah Allah dengan kesungguhan. Hal ini dilakukan lanjut usia untuk membekali dirinya untuk menghadapi kematian yang pasti datang menjemput. Hal tersebut menunjukkan bahwa lanjut usia mengalami kecemasan dalam menghadapi kematian, sehingga dengan kecemasannya tersebut lanjut usia memotivasi dirinya untuk lebih mendekatkan diri pada Allah. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Lazarus (1976) kecemasan bisa diartikan sebagai *motivating solution*, artinya sebagai situasi dimana kecemasan mendorong agar individu dapat mengatasi situasi masalah. Dan perilaku keagamaan tersebut bisa diartikan sebagai *motivating solution*.

Dalam penelitian ilmiah, yang dilakukan Larson dan ilmuwan lainnya bahwa komitmen agama menurunkan angka kematian karena bunuh diri. Dari penelitian terbukti bahwa lanjut usia yang tidak mengikuti kegiatan agama mempunyai resiko empat kali bunuh diri dibandingkan lanjut usia yang rajin menjalankan komitmen beragama. Lanjut usia yang memiliki komitmen beragama lebih kuat menahan keluhan depresi, lebih cepat berjalan, lebih tahan merasakan sakit, dan lebih kuat menghadapi stres (Hawari, 1997). Berdasarkan pemaparan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lanjut usia.

Kecemasan Menghadapi Kematian

1. Pengertian kecemasan

Kecemasan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari dan hampir setiap individu pernah mengalami. Kecemasan menunjukkan gejala seperti yang diungkapkan oleh Daradjat (1990) yaitu adanya perasaan tidak menentu, rasa panik, adanya perasaan takut dan ketidakmampuan individu untuk memahami sumber ketakutannya.

Kecemasan merupakan reaksi emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketakutan. Perasaan takut itu timbul karena adanya ancaman atau gangguan terhadap sesuatu objek yang

masih abstrak dan juga takut yang bersifat subjektif yang ditandai adanya perasaan tegang, khawatir dan sebagainya. Lebih lanjut dikatakan bahwa perasaan senang dan bahagia berhubungan dengan keberhasilan sedangkan perasaan sedih, kecewa, putus asa dan cemas berhubungan dengan kegagalan (Kartono, 1980).

Lebih lanjut dikatakan oleh Priest (1987) bahwa kecemasan adalah istilah yang melukiskan perasaan was-was dan takut terhadap keadaan yang dialami sekarang atau yang akan datang, bisa juga merupakan panik tanpa adanya penyebab yang jelas. Kecemasan ditandai dengan adanya rasa khawatir, kegelisahan, perasaan tidak aman, ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan, kurangnya kepercayaan diri dalam menentukan dan memperoleh penyelesaian masalah.

Berbeda dengan Lazarus (1976), menyatakan bahwa kecemasan tersebut mempunyai dua arti, yaitu:

1. Kecemasan sebagai respon
Kecemasan sebagai *respon*, yaitu perasaan yang dialami individu yang berhubungan dengan pengalaman yang hanya dapat dirasakan dan diketahui individu yang bersangkutan. Kecemasan sebagai respon biasanya ditandai dengan adanya perasaan gelisah, bingung, khawatir dan takut. Kecemasan sebagai respon ini dibagi menjadi 2 yaitu:

- a. *State anxiety*, adalah kecemasan yang timbul karena individu dihadapkan pada keadaan yang mengancam yang dipengaruhi oleh pengalaman yang didapat atau dipelajari individu pada masa lalu dan akan turun apabila keadaan tidak membahayakan.

- b. *Trait Anxiety*, adalah kecemasan yang relatif menetap yaitu keadaan cemas yang dialami individu berhubungan dengan kepribadian individu tersebut, karena kecemasan dipandang sebagai suatu keadaan yang menunjukkan adanya suatu kesukaran dalam mengadakan proses penyesuaian diri. Individu yang mengalami kecemasan biasanya cenderung lebih mudah mengartikan lingkungan sebagai ancaman

2. Kecemasan sebagai *intervening variabel*

Kecemasan sebagai *intervening Variabel* yaitu kecemasan disini lebih mempunyai arti sebagai *motivating solution*, artinya sebagai situasi dimana kecemasan mendorong agar individu dapat mengatasi situasi masalah.

Kecemasan merupakan salah satu reaksi terhadap suatu keadaan yang sering ditemukan pada banyak orang. Kecemasan terjadi ketika ada suatu peristiwa atau pengalaman yang tidak menyenangkan dialami oleh seseorang dan dia tidak dapat mengontrolnya, sehingga mengaki-

batkan individu tersebut mengalami perasaan takut, was-was, perasaan tidak aman, ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan, kurangnya kepercayaan diri

2. Macam-macam kecemasan

Menurut Tillich (Adi, 1988), ada tiga macam kecemasan, yaitu:

- a. *The Anxiety of fate and Death* atau *ontic Anxiety* yaitu kecemasan akan nasib dan kematian
- b. *The Anxiety of Emptiness and meaninglessness* atau *spiritual anxiety*, yaitu kecemasan akan rasa kosong dan tidak bermakna.
- c. *The Anxiety of guilt and Ponderation* atau *moral Anxiety*, yaitu kecemasan akan rasa bersalah dan kutukan atau stigma (cap) dari masyarakat.

3. Gejala-gejala kecemasan

Daradjat (1990) mengklasifikasikan gejala kecemasan sebagai berikut:

- a. **Gejala fisik (fisiologis)**, yaitu kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, terutama pada fungsi sistem syaraf. Ciri-cirinya: ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, detak jantung cepat, keringat bercucuran, tekanan darah meningkat, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, kepala pusing, nafas sesak.
- b. **Gejala mental (psikologis)**, yaitu kecemasan sebagai gejala-gejala kejiwaan. Ciri-cirinya: takut, tegang, bi-

ngung, khawatir, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak berdaya, rendah diri, tidak tentram, ingin lari dari kenyataan hidup, perubahan emosi, turunnya kepercayaan diri, tidak ada motivasi.

Kecemasan merupakan salah satu reaksi terhadap suatu keadaan yang sering ditemukan pada banyak orang. Hal ini sangat wajar jika disebabkan *stressor* yang jelas. Namun apabila reaksi cemas itu bersifat kronik dan dapat timbul oleh *stressor* yang sangat biasa sekalipun, maka reaksi ini dapat dikategorikan sebagai suatu gangguan yang bersifat neurotik (Supratiknya, 1995). Gejala-gejala gangguan kecemasan murni diantaranya: (a) Senantiasa diliputi ketegangan, rasa was-was, dan kegelisahan yang tidak menentu (b) Terlalu peka dan mudah tersinggung dalam pergaulan, dan sering merasa tidak mampu, minder, depresi, dan sedih (c) Sulit berkonsentrasi dan mengambil keputusan, serba takut salah (d) Tegang dan selalu melakukan gerakan-gerakan tertentu yang tidak jelas (e) Sering mengeluh bahwa ototnya tegang (f) Mengeluarkan banyak keringat dan telapak tangannya sering basah (g) Sering berdebar-debar dan tekanan darahnya tinggi, (h) Sering mengalami gangguan pernafasan dan berdebar-debar tanpa sebab yang jelas (i) Sering mengalami *anxiety attacks* atau tiba-tiba cemas tanpa sebab pemicu yang jelas (j) Kecemasan ini dapat terjadi pada setiap orang, dari anak balita, remaja, bahkan sampai lanjut usia.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan

Menurut Ancok (dalam Badriyah, 2001), kecemasan timbul karena adanya pikiran yang keliru tentang suatu hal dan bereaksi yang berlebihan terhadap hal-hal tersebut. Kecemasan muncul karena terdapat beberapa situasi yang mengancam manusia sebagai makhluk sosial. Ancaman ini berasal adanya konflik, ancaman terhadap harga diri dan adanya tekanan untuk melaksanakan sesuatu diluar kemampuannya.

Page (dalam Badriyah, 2001), menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah sebagai berikut:

a) Faktor fisik b) Trauma dan konflik, pengalaman emosional atau konflik mental yang terjadi pada individu akan memudahkan timbulnya gejala-gejala kecemasan c) *Conditioning*, emosi-emosi, impuls-impuls yang dialami dalam suatu kondisi tertentu dapat menjadi kuat apabila berhubungan dengan kejadian-kejadian yang hampir sama yang pernah dialami individu sebelumnya d) Konstiusi, hereditas, lingkungan awal dan latihan adalah faktor-faktor utama yang dapat mempengaruhi kecemasan individu.

5. Aspek-aspek kecemasan pada masa tua

Menurut Lonetto Templer (dalam Holahan, dkk, 1999), kecemasan pada masa tua mempunyai aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Perhatian terhadap perubahan fisik. Kondisi fisik ini akan menyebabkan mereka merasa tidak dapat melakukan banyak hal yang dulu dapat mereka lakukan dan fisik pada masa tua sangat rentan terhadap penyakit-penyakit yang dapat mengganggu kesehatan.
- b. Kesadaran akan masa lampau. Lanjut usia cenderung akan mengingat masa lampau daripada menatap masa depan, masa dimana mereka dapat melakukan banyak hal yang membanggakan. Bagi mereka masa depan adalah kematian.
- c. Perhatian terhadap sakit dan stres yang menyertai kematian. Perasaan cemas akan datangnya kematian akan menyebabkan para lanjut usia cenderung lebih memperhatikan frekuensi sakitnya, sehingga akan menimbulkan stres baru yang semakin memperbesar perasaan kecemasan lanjut usia.
- d. Perhatian terhadap reaksi emosional dan intelektual dan kematian. Lanjut usia cenderung lebih sering memiliki pengalaman tentang kematian dikarenakan banyak teman dan kerabat dekat yang sudah meninggal dunia. Sehingga lanjut usia akan lebih peka terhadap hal yang berhubungan dengan kematian, dimana lanjut usia akan lebih merespon hal tersebut secara emosional maupun intelektual.
- e. *Post power syndrome*. Perasaan tidak berharga dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh hilangnya kekuasaan, pangkat atau jabatan yang pernah dimiliki sebelumnya.

6. Pengertian kematian

Kematian berasal dari kata mati yang berarti hilangnya nyawa dari badan (Tim Penyusun Kamus Pembinaan dan Pengantar Bahasa Indonesia, 1999). Kematian dibedakan kedalam tiga bentuk definisi (Halimy, 1990). Pertama: kematian klinis (*clinical death*). Kematian ini secara tradisional dianggap terjadi ketika respirasi spontan dan denyut jantung berhenti. Baik sistem respirasi maupun peredaran darah merupakan syarat yang perlu untuk adanya hidup vital secara biologis. Definisi kedua kematian otak (*brain death*). Definisi dijadikan acuan oleh kedokteran umum, mengingat otak adalah satu-satunya sistem yang tidak bisa secara langsung dibantu oleh mesin. Sel-sel otak akan mati dalam empat hingga enam menit setelah deprivasi oksigen (*anoxia*) terjadi, jika tidak secara cepat dibangkitkan lagi. Definisi ketiga adalah kematian sel (*celluler*) yaitu berhentinya jaringan badan secara berangsur-angsur dengan kecepatan yang berbeda.

Menurut cara terjadinya, maka ilmu penge-tahuan membedakan kematian ke dalam tiga jenis yaitu: kematian yang terjadi karena suatu proses alamiah (*orthoasia*), kematian yang terjadi secara wajar (*dyshanasia*) dan yang ketiga suatu kematian yang terjadi dengan proses pertolongan yang dilakukan dengan menggunakan pertolongan dokter (*euthanasia*).

Para ulama berpendapat, kematian itu bukan berarti ketiadaan sama sekali bukan juga kefanaan. Akan tetapi, kematian itu hanyalah keterputusan dan keterpisahan ruh dari badan, pergantian keadaan dan perpindahan dari satu tempat ke tempat yang lain (Suyuti, 1999).

Malik (2002) mendefinisikan kematian adalah sebuah peristiwa ketika ruh telah sampai kerongkongan, terlepas dari seluruh persendian dan keluarlah suara dalam kerongkongan serta kedua mata yang terpejam.

Death (kematian) adalah sebuah masa biologis makhluk hidup, dimana otak tidak dapat berfungsi lagi, metabolisme tubuh tidak dilakukan sehingga terputus hubungan dengan dunia luar tubuh. Secara psikologis kematian adalah sebuah proses puncak kehidupan dimana tubuh sudah terpisah dari jiwanya.

7. Pengertian kecemasan menghadapi kematian

Salah satu kecemasan menurut Tillich (dalam Adi, 1988) adalah *The Anxiety of fate and Death atau ontic Anxiety* yaitu kecemasan akan nasib dan kematian.

Menurut Faqih (2003), ketakutan menyebabkan kegelisahan. Kegelisahan menyebabkan ketegangan syaraf. Ketegangan mempengaruhi pencernaan dan mengubah sari makanan menjadi zat berbahaya bagi tubuh. Karena itu, orang yang ketakutan sering terkena penyakit

infeksi lambung, denyut jantung tidak beraturan, pening, susah tidur, lumpuh dan lain sebagainya. Dan ini semua malah mempercepat proses kematian.

Sesungguhnya tidak ada yang dapat menyembuhkan penyakit kecemasan dan ketakutan akan kematian kecuali keimanan yang meyakinkan, bahwa ada kehidupan yang lebih mulia bagi orang-orang mukmin, bahwa Allah adalah pelindung orang-orang mukmin, baik dalam kehidupan, kematian maupun kehidupan pasca kematian mereka (Syarif, 2000).

Ibn Maskawih (1999) menyatakan bahwa sesungguhnya ketakutan akan kematian hanya melekat pada orang-orang yang tidak mengetahui hakikat kematian itu, atau tidak tahu kemana tujuan diri setelah mati. Bisa juga orang itu menyangka bahwa setelah jasmaninya rusak dirinya pun akan hilang. Menurut Hurlock (1999) orang-orang dewasa yang cemas akan kematian atau sangat memikirkan kematian akan lebih memiliki kesadaran beragama. Hal ini diyakini akan membantu individu untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi kematian.

8. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi kematian

Lanjut usia mempunyai sikap yang berbeda-beda untuk menghadapi kematian. Seandainya saja kebanyakan manusia memahami dan mengerjakan semua yang diperintahkan Allah, memikirkan arti

kehidupan dan kematian, manusia pasti akan terlepas dari fenomena dan gejala penyakit psikis maupun fisik, yang tentunya akan menimbulkan ketenangan dalam hati dalam menghadapi kematian (Syarif, 2000).

Secara umum Malik (2002) mengemukakan bahwa manusia mengalami rasa takut menghadapi kematian disebabkan oleh (a) Sedikitnya bekal menuju akhirat (b) Takut akan dosa-dosa yang dilakukan (c) Takut akan berpisah dengan orang-orang yang dicintai (d) Ketidakpastian akan masuk surga atau neraka (e) Merasa ragu dengan ibadahnya dan merasa ibadahnya buruk

Menurut Syarif (2000), masalah-masalah yang timbul seputar kematian adalah sebagai berikut:

a) Masalah umur pendek b) Masalah di seputar siksaan kematian, c) Masalah di seputar kehidupan pasca kematian atau ketakutan terhadap siksa kubur dan yang sejenisnya, d) Penyakit takut sakit dan penyakit was-was, penyakit tidak meyakini kematian dan mencintai kekekalan hidup sebagai kesalahan pertama,

Berbeda dengan pendapat Weenol-son (1997), bahwa rasa takut terhadap maut disebabkan oleh:

a. Rasa takut terhadap kematian (*death*) dan rasa takut menjelang kematian (*dying*). Menjelang kematian adalah proses memasuki keadaan mati (*state of death*).

- b. Umur, pada umumnya umur menjadi faktor ketakutan. Pada umumnya umur menjadi ukuran maut dan panjangnya sisa hidup yang akan dijalani.
- c. Kehidupan ruhaniah, mereka yang kehidupan ruhaninya lebih berkembang biasanya tidak begitu takut akan mati.
- d. Kepribadian, ciri-ciri atau sifat-sifat kepribadian adalah bagaimana cara menghadapi kematian.

Kecerdasan Ruhaniah

1. Pengertian kecerdasan ruhaniah

Agama oleh Daradjat (1990) didefinisikan sebagai suatu proses hubungan manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakininya, bahwa sesuatu lebih tergantung daripada manusia. Agama jelas membutuhkan spiritualitas agar tidak menjadi kering, dan spiritualitas membutuhkan agama sebagai jalan pembentukannya dan sarana perwujudannya. Makna spiritualitas lebih luas, menitikberatkan pada inti ajaran dan pengalaman langsung manusia dalam berhubungan dengan kekuatan besar diluar dirinya.

Trancendent atau ruhaniah oleh Zohar (2000) didefinisikan sebagai suatu yang membawa seseorang mengatasi kondisi kekinian, rasa suka dan duka. Sesuatu tersebut membawa seseorang melampaui batas-batas pengetahuan dan pengalaman dan menempatkan keduanya dalam konteks yang lebih luas. *Trancen-*

dent atau ruhaniah memberikan kesadaran akan sesuatu yang luar biasa dan tak terbatas, baik yang berada dalam diri kita sendiri maupun di lingkungan di luar kita.

Pendapat senada juga diungkapkan oleh Creagan (2004), bahwa ruhaniah merupakan suatu proses yang dinamis dimana seseorang menemukan kearifan dan vitalitas di dalam dirinya yang memberi makna dan tujuan pada semua kejadian dan hubungan dalam hidupnya, bahkan di tengah kesusahan, krisis, stres, penyakit dan penderitaan pribadi.

Konsep kecerdasan spiritual yang dikemukakan oleh Tasmara (2001), dijelaskan masih berada pada potensi imajinasi kreatif, sedangkan kecerdasan ruhaniah memberikan arah yang jelas kemana dan bagaimana kreasi tersebut diarahkan. Kecerdasan ruhaniah bertumpu pada ajaran cinta (*mahabbah*) yang mendalam kepada Allah Rabbul 'Alamin dan seluruh ciptaannya. Dan cinta yang dimaksudkan adalah keinginan untuk memberi dan tidak memiliki pamrih untuk memperoleh imbalan. Cinta bukan komoditas, tetapi sebuah kepedulian yang sangat kuat terhadap moral dan kemanusiaan.

2. Indikator kecerdasan ruhani

Menurut Tasmara (2001) indikasi orang-orang yang mempunyai kecerdasan ruhaniah adalah sebagai berikut:

a. **Memiliki visi.** Visi berkaitan erat dengan cara memandang hidup dan

melihat apa yang ingin kita raih dimasa depan.

- b. **Merasakan kehadiran Allah.** Orang yang cerdas secara ruhani menyadari bahwa dirinya senantiasa berada dalam pengawasan Allah. Ada kamera Illahiah yang menyoroti hatinya sehingga mereka menyadari bahwa seluruh detak hatinya diketahui dan dicatat Allah tanpa ada satu pun yang terlewatkan.
- c. **Selalu berzikir dan berdoa.** Orang yang cerdas secara ruhani menyadari bahwa doa mempunyai makna yang mendalam bagi dirinya. Dengan berdoa berarti ada rasa optimisme untuk melihat ke depan..
- d. **Memiliki kualitas sabar.** Orang yang cerdas secara ruhani mampu mengendalikan diri dalam menghadapi berbagai tekanan dan selalu komitmen, konsisten, konsekuen dan kontinyu dalam usaha mewujudkan harapan-harapannya. Disamping itu individu memiliki sikap dominan seperti percaya diri, optimisme dan mampu menahan beban ujian.
- e. **Cenderung pada kebaikan** Orang yang cerdas secara ruhani adalah tipe manusia yang selalu cenderung pada kebaikan. Baginya hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan hari esok harus lebih baik dari hari ini.
- f. **Memiliki empati.** Orang yang cerdas secara ruhani mempunyai jiwa kemanusiaan yang besar. Mudah beradaptasi

tasi dengan merasakan kondisi batiniah orang lain sehingga dalam berempati individu mampu memahami dan merasakan penderitaan atau suasana hati orang lain serta dapat menempatkan diri dengan bijaksana.

- g. **Berjiwa besar.** Orang yang cerdas secara ruhani mampu memaafkan, betapapun besarnya kesalahan yang pernah diperbuat orang lain pada dirinya.
- h. **Bahagia melayani.** Individu dengan ruhiyah tinggi akan bahagia melayani manusia dan alam sekitarnya dengan penuh rasa cinta.

Aspek-aspek kerohanian yang diungkapkan Creagan (2004), mencakup beberapa hal, diantaranya: a) Harapan b) Bersedia memaafkan c) Meditasi d) Menolong orang lain. e) Bersyukur, f) Keterikatan sosial g) Doa-doa dan ritual.

3. Faktor-faktor yang meningkatkan ruhiyah.

Faktor-faktor yang meningkatkan ruhiyah dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu; faktor-faktor yang berkaitan dengan kepekaan jiwa dan faktor-faktor yang berkaitan dengan segi amaliyah (Ulwan, 1999)

a. Faktor yang berkaitan dengan kepekaan jiwa, meliputi ;

- 1) Selalu melakukan *muroqobah* kepada Allah SWT.
- 2) Mengingat kematian dan kehidupan sesudahnya.

- 3) Membayangkan hari akhirat dan hal-hal yang berkaitan dengannya.

b. Faktor-faktor amaliyah yang meningkatkan ruhiyah.

- 1) Memperbanyak tilawah Al Qur'an dengan tadabbur.
- 2) Hidup bersama Rasulullah melalui sirahnya.
- 3) Selalu menyertai orang-orang pilihan.
- 4) Zikir kepada Allah di setiap waktu dan keadaan.
- 5) *Muhasabah* dan introspeksi diri.
- 6) Membekali diri dengan ibadah-ibadah *sunnah*.

4. Kecerdasan ruhaniah pada lansia

Hawari (1997) mengatakan bahwa: (1) Agama mencegah dan melindungi seorang dari penyakit, meningkatkan kemampuan mengatasi penyakit dan mempercepat penyembuhan. (2) agama lebih bersifat protektif dan pencegahan (3) agama mempunyai hubungan yang signifikan dan positif dengan keuntungan klinis.

Erik Erikson (dalam Hurlock, 1999), mengatakan bahwa individu yang telah memasuki usia lanjut, diharapkan telah mencapai tahap yang *integrated*, dalam hal ini individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik atas segala perubahan yang terjadi dalam dirinya dan lingkungannya. Erikson juga menyatakan bahwa pada masa lanjut usia, manusia diharapkan lebih mendekatkan diri pada

Tuhan. Meningkatnya perhatian pada kehidupan beragama pada lanjut usia ini karena semakin meningkatnya kesadaran akan hidup dan kematian dalam dirinya.

Peningkatan kehidupan beragama ini dapat membantu lanjut usia dalam menghadapi dan mengatasi beberapa tekanan akibat perubahan-perubahan yang terjadi padanya, juga untuk mengatasi dan menghadapi situasi hidup yang menekan (Hakim, 2003).

William James mengatakan bahwa umur keagamaan yang sangat luar biasa adalah pada saat seseorang memasuki lanjut usia, ketika gejala seksual telah berkurang dan kesadaran akan kematian yang meningkat (Jalaludin, 1997).

Lanjut Usia

1. Pengertian usia lanjut

Burgess dan Everitt (dalam Nurhasanah, 1998) mendefinisikan usia lanjut sebagai perubahan yang progresif pada organisme yang telah mencapai kematangan dalam ukuran, bentuk dan fungsinya yang bersifat universal, instrinsik. *Progresive* dan *irreversible* menunjukkan kemunduran sejalan dengan waktu. Pendapat ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Hadler (dalam Birren dan Schaie, 1997) bahwa usia lanjut menunjukkan kemunduran yang terjadi pada organisme yang telah mencapai kematangan sejalan dengan waktu dan juga perubahan yang bersifat

intrinsik serta secara esensial bersifat irreversibel.

Hawari (1997) mengatakan bahwa proses penuaan disebut pula dengan nama "*senescence*" kata ini diambil dari bahasa latin "*senescere*" yang artinya tumbuh menjadi tua. Proses penuaan adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahap-tahap menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, misalnya pada sistem *kardiovaskuler* dan pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin, dan lain sebagainya.

2. Batasan usia lanjut

Di dalam psikologi perkembangan, masa tua atau masa lanjut usia merupakan suatu harapan akhir dari rentang kehidupan manusia yang secara teoritis dimulai ketika seseorang memasuki usia 60 atau 65 tahun sampai dengan meninggal (Hurlock, 1999).

Menurut Hawari (1997) di negara-negara maju, yang dimaksud dengan lanjut usia adalah mereka yang telah menjalani siklus kehidupan di atas usia 65 tahun.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998, tentang kesejahteraan lanjut usia, pada Bab I, menjelaskan bahwa Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (Enam Puluh) tahun keatas.

3. Tugas perkembangan lanjut usia

Menurut Havigurst Tugas perkembangan adalah tugas yang harus dilakukan

seseorang dalam masa-masa hidup tertentu sesuai dengan norma masyarakat dan norma kebudayaan (dalam Monks, 1999). Adapun tugas perkembangan yang harus diselesaikan pada masa lanjut usia meliputi berbagai penyesuaian dalam menghadapi tugas-tugas baru, yaitu: (a) Penyesuaian terhadap kekuatan fisik yang menurun, (b) Penyesuaian diri dengan kematian pasangan hidup, (c) Menemukan relasi baru dengan kelompok sebaya, (d) Memenuhi kewajiban-kewajiban sosial dan warga-negara, (e) Penyesuaian dengan gaji yang berkurang dan keadaan pensiun, (f) Merealisasikan keadaan fisik yang sesuai.

4. Perubahan pada lanjut usia

Menurut Mappiare (1983) secara singkat perubahan-perubahan tersebut meliputi:

- Perubahan fisik**, antara lain: kulit tubuh menjadi keriput, rambut mulai menipis dan memutih, gigi banyak yang mulai tanggal, tubuh menjadi bongkok akibat dari melemahnya tulang-tulang tubuh (Mappiare, 1983).
- Perubahan kemampuan sensor-motor**, meliputi melemahnya kemampuan organ-organ tubuh dalam melakukan proses fisiologisnya. Sistem-sistem syaraf, *kardiovaskuler*, *respiratori*, *digestif*, *muskuloskeletal*, *utinary*, maupun kemampuan indrawi mengalami kemunduran fungsi.
- Perubahan psikologis**. Menurut Darmawan (dalam Indati, 2003),

terdapat tiga masalah pokok psikologis utama yang dialami oleh para lanjut usia, yaitu:

- Depresi, dimensia, dan paranoid, para lanjut usia akan mudah stress, pikiun, dan curiga kepada orang lain hal ini disebabkan karena perubahan hidup yang dialaminya dan kemunduran fisiknya.
- Lanjut usia sering mengalami kesepian, merasa diri terasing dan tidak mempunyai kawan lagi. Hal tersebut membuat lanjut usia menjadi bosan hidup, putus asa dan memilih jalan mengakhiri hidupnya.
- Post Power Syndrome*, hal ini banyak dialami lanjut usia yang baru saja mengalami pensiun, kehilangan kekuasaan, penghasilan dan kebanggaannya.
- Perubahan seksual**, ditandai dengan fase *menopause* bagi wanita dan fase *climacteric* pada pria, yang berarti telah menjadi penurunan kemampuan seksual dan fungsi reproduksinya.

Menjadi tua bukanlah pilihan seseorang, melainkan pilihan alam yang mempertahankan apa yang disukai dan membuang sesuatu yang tidak disukainya. Tanpa diharapkan, hari tua akan datang di setiap siklus kehidupan seseorang yang dintandai dengan perubahan fisik maupun psikologis.

Hawari (1997) mengatakan bahwa religiusitas atau penghayatan keagamaan ternyata besar pengaruhnya terhadap taraf kesehatan fisik dan mental lanjut usia. Berbagai penelitian yang telah dilakukan terhadap para lanjut usia ternyata para lanjut usia yang religius akan tabah dan tenang menghadapi saat-saat terakhir (kematian) dari-pada yang kurang atau non religius.

Dalam penelitian ilmiah lain yang dilakukan Larson dan ilmuwan lainnya bahwa komitmen agama menurunkan angka kematian karena bunuh diri. Dari penelitian terbukti bahwa mereka yang tidak mengikuti kegiatan agama mempunyai resiko empat kali bunuh diri dibandingkan mereka yang rajin menjalankan komitmen beragama. Mereka yang memiliki komitmen beragama, lebih kuat menahan keluhan depresi, lebih cepat berjalan, lebih tahan merasakan sakit, dan lebih kuat menghadapi stress.

Paparan ilmiah tersebut, membuktikan bahwa siapapun yang meyakini merasakan kehadiran Tuhan, lalu menjalankan agamanya secara rutin dan penuh rasa cinta akan memperoleh sandaran yang kuat. Ia akan lebih bisa menghadapi perubahan-perubahan ataupun penurunan yang terjadi pada masa usia lanjut tersebut dengan bijaksana. Kecemasan tentang kematian yang menghantui para lanjut usia bisa diminimalisir karena seseorang sudah memiliki sandaran yang kuat sebagai bekal untuk menghadap sang kholik.

Menurut Hakim (2003), tidak semua kemampuan lanjut usia mengalami penurunan, tetapi aktivitas lanjut usia yang berkaitan dengan agama ternyata juga menunjukkan adanya peningkatan, artinya perhatian mereka pada agama ternyata semakin meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Salah satu ciri keberagaman pada lanjut usia adalah tercapainya kemandirian beragama. Peningkatan kehidupan beragama ini dapat membantu lanjut usia dalam menghadapi dan mengatasi beberapa tekanan akibat perubahan-perubahan yang terjadi padanya, juga untuk mengatasi dan menghadapi situasi hidup yang menekan.

Hipotesis yang diajukan untuk menguji kebenarannya adalah sebagai berikut: Ada hubungan negatif antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Semakin tinggi kecerdasan ruhaniah pada lansia, maka semakin rendah kecemasan menghadapi kematian pada dirinya, demikian pula sebaliknya.

METODE

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah kecerdasan ruhaniah sebagai variabel bebas dan kecemasan menghadapi kematian sebagai variabel tergantung. Kecerdasan ruhaniah adalah kecerdasan yang bertumpu pada ajaran cinta (mahabbah) yang mendalam kepada Allah Rabbul 'Alamin dan seluruh

ciptanya. Orang yang cerdas secara ruhaniah adalah tipikal jiwa yang tenang, senantiasa menampilkan sosok yang penuh moral cinta dan kasih sayang, mencintai dan ingin dicintai Allah sehingga dimanapun seseorang merasa dimonitor oleh kamera illahi. Kecemasan menghadapi kematian adalah perasaan tiak menentu yang ditandai rasa takut, was-was, perasaan tidak aman, terancam yang timbul tanpa adanya penyebab yang jelas terhadap kematian.

Subjek penelitian. Penelitian dilakukan terhadap 37 orang lanjut usia yang berada di Panti Wreda Dharma Bakti Solo. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling. Ciri-ciri subjek yang ditentukan adalah: berusia diatas 60 tahun, dan beragama Islam.

Alat pengumpul data. Dalam penelitian ini digunakan dua macam skala alat pengumpul data yaitu, skala kecemasan menghadapi kematian dan skala kecerdasan ruhaniah. Disamping itu juga digunakan metode wawancara sebagai pelengkap pengumpulan data.

Analisis data. Data yang berupa skor angka selanjutnya dianalisis dengan analisis statistik product moment, dan data yang diperoleh melalui wawancara dianalisis dengan analisis isi jawaban subjek (*content analysis*).

HASIL DAN BAHASAN

Pelaksanaan penelitian dimulai pada hari Selasa, tanggal 13 Juli 2004 sampai

dengan tanggal 22 Juli 2004. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga panti Wredha Dharma bhakti Surakarta yang berjumlah 37 orang dan diujicobakan dengan menggunakan *tryout* terpakai. Penyebaran skala dilakukan secara individual, dalam arti satu peeliti memandu satu subjek penelitian.

Penulis juga melakukan wawancara. Wawancara ini dilakukan kepada lanjut usia yang mempunyai skor skala yang ekstrem. Wawancara ini dilakukan apada hari Senin, 19 Juli 2004 setelah mengetahui skor masing-masing subjek penelitian. Mengingat keterbatasan waktu yang ada, penulis hanya mewawancarai 6 orang lanjut usia.

Dari hasil perhitungan menunjukkan bahwa antara variabel kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia mempunyai hubungan yang negatif dan signifikan sebesar $-0,400$ dengan $p=0,014$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan ruhaniah yang dimiliki oleh lanjut usia, maka akan menurunkan kecemasannya dalam menghadapi kematian.

Dari *R Square* sebesar 0.16, menunjukkan bahwa kecerdasan ruhaniah memberikan kontribusi terhadap kecemasan menghadapi kematian sebesar 16 %. Artinya masih ada faktor lain diluar variabel yang diteliti yang memberikan kontribusi sebesar 84 %.

Berdasarkan uji korelasi *Product Moment Pearson* diperoleh hasil sebesar

-0,400 dengan $p = 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesa awal yang berbunyi: ada hubungan negatif antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia, adalah terbukti atau diterima. Artinya semakin tinggi kecerdasan ruhaniah pada lansia, maka semakin rendah kecemasannya menghadapi kematian.

Hasil penelitian ini mendukung pendapat dari Prawitasari (1994) bahwa meningkatnya kesadaran lanjut usia pada kematian dan kehidupan disebabkan karena meningkatnya perhatian lansia pada kehidupan beragama. Agama merupakan tuntunan yang dapat dijadikan manusia dapat dikatakan cerdas secara ruhaniah, karena indikator dari kecerdasan ruhaniah adalah takwa. Takwa bukan hanya sekedar mentaati perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya, rasa takut sekaligus cinta yang mendalam kepada Allah, serta mengikuti perintah Allah dan rasulnya, tetapi takwa merupakan bentuk rasa tanggung jawab yang dilaksanakan dengan penuh rasa cinta dan menunjukkan amal prestatif dibawah semangat pengharapan ridhlo Allah. Sehingga seseorang yang memiliki kecerdasan ruhaniah tinggi akan merasa siap untuk menghadapi kematian kapanpun datangnya.

Pertama, Adanya perasaan pasrah pada Allah, bahwa kematian itu ada ditangan Allah, manusia yang hidup hanya menunggu waktunya saja.

Kedua, adanya kesadaran pada individu bahwa kehidupan itu sementara, manusia hanyalah milik Allah dan akan kembali pada Allah. Dengan iman dan kepercayaan, individu menjadi sadar bahwa kehidupan di dunia hanyalah sementara, tempat mencari bekal untuk mempersiapkan hidup yang sebenarnya di alam akhirat. Keyakinan dan kepercayaan akan membuat individu selalu melakukan amal, baik amal individu maupun amal sosial yang sebanyak-banyaknya.

Menurut Tasmara (2001), orang yang cerdas ruhaniahnya, memiliki tujuan hidup dan makna hidup. Mereka sadar bahwa dirinya sedang menuju untuk tiba, mereka sedang berangkat untuk sampai dan mereka sedang mengisi hidup untuk menuju pada kematian.

Ketiga, adanya keyakinan dan kepercayaan bahwa kematian itu merupakan sesuatu yang memang sudah seharusnya terjadi. Semua orang yang hidup akan mengalami peristiwa kematian. Kematian adalah sebuah keniscayaan yang tidak dapat dibantah dan kedatangannya tidak dapat dielakkan. Takut atau tidak, kematian akan tetap datang. Orang yang beriman akan mempersiapkannya dengan amal shalih dan mengharapkas kasih sayang Allah. Mereka telah membentangkan kain kafannya sendiri, mempersiapkan dirinya dan memperisapkan segala sesuatunya untuk perjalanan ini. (Malik, 2002)

Keempat, adanya pengharapan dan ikhtiar untuk memohon ampun. Salah satu hal yang menyebabkan individu takut terhadap kematian adalah karena dosa dan kesalahan yang dilakukan oleh individu dalam hidupnya dan belum melaksanakan taubat kepada Allah. Sebaliknya, jika individu memiliki kecerdasan ruhaniah akan bertaubat menghilangkan dosa dan kesalahannya, maka ia akan siap menghadapi kematian.

Dalam penelitian ini, kecerdasan ruhaniah memberikan kontribusi sebesar 16% terhadap variabel kecemasan menghadapi kematian. Artinya masih ada faktor lain diluar variabel yang diteliti yang memberikan kontribusi sebesar 84 % kepada variabel kecemasan menghadapi kematian.

Adapun faktor lain yang bisa mempengaruhi adalah kebermaknaan hidup, strategi koping, tingkat pendidikan, latar belakang sosial dan lain-lain.

SIMPULAN

1. Ada hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan ruhaniah dengan kecemasan menghadapi kematian, hal ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi *product moment* sebesar -0,400 dengan $p = 0,01$, yang berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan ruhaniah seseorang, maka semakin menurun kecemasannya dalam menghadapi kematian

2. Rerata empirik kecerdasan ruhaniah sebesar 77,16 ini berarti bahwa subjek penelitian umumnya memiliki kecerdasan ruhaniah yang tinggi, hal ini sesuai dengan mean hipotetik dari kecerdasan ruhaniah yang lebih kecil dari mean empirik sebesar 80,11
3. Rerata empirik kecemasan menghadapi kematian sebesar 62,51 ini berarti bahwa subjek penelitian umumnya memiliki kecemasan menghadapi kematian yang rendah, hal ini sesuai dengan mean hipotetik dari kecerdasan ruhaniah yang lebih besar dari mean empirik sebesar 77,5
4. Sumbangan efektif kecerdasan ruhaniah terhadap kecemasan menghadapi kematian sebesar 16 %, selebihnya sebesar 84 % dipengaruhi oleh faktor lain yang bisa berupa faktor kebermaknaan hidup, strategi koping, status pendidikan, latar belakang sosial ataupun faktor lain yang bisa mempengaruhi sebesar

SARAN

1. Kepada para lanjut usia, diharapkan mampu mempertahankan kecerdasan ruhaniah yang dimiliki, sehingga para lansia akan memiliki kesiapan jika sewaktu-waktu kematian akan menjemputnya. Hal tersebut bisa dilakukan dengan terus aktif mengikuti kajian-kajian ataupun pembinaan keagamaan yang diselenggarakan oleh pihak panti,

yang tentunya sesuai dengan agama yang dianut oleh masing-masing lansia. Dan bagi para lanjut usia yang kecemasannya rendah, diharapkan dapat mempertahankannya atau bahkan menghilangkan kecemasannya terhadap kematian.

2. Kepada pihak pegawai panti, diharapkan bisa mempertahankan berbagai kegiatan pembinaan keagamaan yang mendukung untuk meningkatkan kecerdasan ruhaniah. Dan alangkah lebih baiknya ketika pembinaan keagamaan yang telah terlaksana tidak hanya sebagai pengisi waktu luang dan sarana untuk mempererat kerukunan antar warga yang berbeda agama saja saja, tetapi lebih untuk mengupgrade warga sesuai dengan agamanya masing-masing, sehingga kecerdasan ruhaniah yang dimiliki warga akan tetap tinggi. Meskipun sampai saat ini tidak ada satu

warga yang pindah agama. Untuk sarana mempererat kerukunan antar warga yang berbeda agama bisa dilaksanakan dengan kegiatan lain.

3. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan lebih mengembangkan variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi kematian selain variabel diatas, seperti ke-bermaknaan hidup, perilaku koping, status pendidikan, latar belakang sosial atau faktor lain yang bisa mempengaruhi. Dalam rangka menuju kesempurnaan penelitian ini, maka diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat lebih mengembangkan metode dan mengembangkan kedua alat ukur yang dipakai. Dan sebaiknya angket yang dibuat hanya dengan 2 alternatif pilihan jawaban saja karena mempertimbangkan waktu dan pemahaman lansia saat mengisi angket.

DAFTAR RUJUKAN

Adi, A.W. 1988. *Hubungan Shalat dengan Kecemasan*. Surakarta: Studio Press.

Az-Zibarry, A.S. 2001. *Peringatan Bagi Orang yang Berbuat Maksiat*. Jakarta: Pustaka Azam

Badriyah, R. 2001. "Kemampuan Ber-afiliasi Remaja ditinjau dari Kecemasan dan Tipe kepribadian".

Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Creagan, E.T dan Minnesota, R. 2004. *Mayo Clinic: Hidup Sehat Lebih lama*. Jakarta: PT. Intisari Mediatama

Daradjat, Z. 1990. *Hygiene Mental*. Jakarta: PT. Gunung Agung.

Faqih, K.A. 2003. *Manajemen Kematian: Bagi Mereka Yang Merindukan Kematian Mulia*. Bandung: PT. Syamil Pustaka Media.

Ghazali, M. 2000. *Metode Menjemput Maut*. Penerjemah Ahsin Muhammad. Bandung: Mizan

Gunarsa, S.D. 1987. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja cetakan V*. Jakarta: Gunung Mulia

Hakim, S.N. 2003. *Lanjut usia dan kecerdasan Ruhaniah: Buku Kenangan API*. 10 Oktober 2003, Hal 68-72.

Halimy, O. 1992. *Eythanasia: Cara Menjemput Mati Terhormat Orang Modern*. Solo: Ramadhoni

Hawari, D. 1997. *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Victory Jaya Abadi

Holahan, C., dan Wonacott, N. 1999. Self Apraisal, Life satisfaction and Retrospective Life Choise Across one and Three Decades. *Journal of Psychology ang aging*. Vol. 14 No. 2, 238-244

Hurlock, EB. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Indati, A. 2003. *Citra Diri dan Kepuasan Hidup Lansia. Panduan Temu Ilmiah*. Fakultas Psikologi UGM.

Jalaludin. 1997. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. Radja Grafindo Persada

Kartono, K. 1980. *Gangguan-Gangguan Psikis*. Bandung: Sinar Baru

Lazarus, R..1976. *Pattern of Adjustment and Personality*. New York: Mc Graw Hill Book Co.Inc

Maskawaih, I. 1999. *Menuju Kesempurnaan Ahlak*. Penerjemah Helmi H. Bandung: Mizan

Malik, A. 2002. *Dahsyatnya Menjelang Ajal*. Solo: Pustaka Barokah.

Mappiare, A. 1983. *Psikologi Orang Dewasa: Bagi Penyesuaian dan Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional

Muthahhari, M. 1991. *Menguak Masa Depan Umat Manusia*. Jakarta: Pustaka hidayah

Monks, F.J., Knoers, A.M.P. dan Haditono, S.R. 1999. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Nurkhasanah. 1998. kebermaknaan hidup ditinjau dari tngkah laku koping dan aktivitas pada lanjut usia pensiunan di Kotamadya Surakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Suarkarta.

- Priest, R. 1987. *Stress dan Depresi*. Semarang: Bahana Priest.
- Santrock, J. W. 1999. *Life Span Development, Seventh Edition*. Boston: Mc Graw Hill Companies, Inc.
- Schultz, D. 1978. *The Psychology of Death, Dying and Bereavement*. Massachuset: Adson Wesley Publishing Company
- Supratiknya, A. 1995. *Mengenal Perilaku Abnormal*. Yogyakarta: Kanisius
- Suryabrata, S. 1984. *Pembimbing ke Psikodiag-nostik*. Yogyakarta: rake sarasin
- Suyuti, J. *Perjalanan ke Alam Barzakh*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Syarif, Adnan. 2000. *Psikologi Quran*. Bandung: Pustaka Hidayah
- Tasmara, T. 2001. *Kecerdasan Ruhaniah (Trancendental Intelligent)*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Tim Penyusun Kamus Pembinaan dan Pengantar Bahasa. 1999. *Kamus Besar Bahasa Indonesi*. Jakarta: Balai Pustaka
- Ulwan, A.N. 1999. *Tarbiyah Ruhiah: Petunjuk Praktis Mencapai derajat Taqwa*. Jakarta: Robbani Press
- Zohar, D. 2000. *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*. Bandung: Pustaka Mizan