

KETAKUTAN AKAN KEMATIAN DAN RELIGIUSITAS

Muhammad Nurwahidin

Politeknik Media Kreatif

mnurwahidin@yahoo.co.id

Abstrak. Dalam kehidupan manusia, kematian merupakan hal yang pasti. Meskipun pasti akan terjadi, namun kapan waktunya hal itu akan datang, dengan cara apa, dan dimana kematian akan datang tidak ada yang mengetahui dengan pasti. Meskipun pada umumnya semakin tua usia manusia maka akan semakin mendekati ke kematian, hal ini tentunya menimbulkan ketakutan akan kematian. Banyak penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa orang yang religius akan lebih tenang menghadapi kematian. Apabila hal ini diyakini maka bukan tidak mungkin terjadi hal yang sebaliknya, semakin takut akan kematian maka seseorang menjadi semakin religius. Penelitian ini bertujuan mengetahui keterkaitan ketakutan akan kematian dengan religiusitas seseorang. Responden dalam penelitian ini adalah orang yang sudah berusia 60 tahun keatas berjumlah 117 orang. Metode pengumpulan data menggunakan skala ketakutan akan kematian dan religiusitas. Hasil penelitian menemukan adanya keterkaitan antara ketakutan akan kematian dengan religiusitas. Semakin baik religiusitas seseorang maka akan semakin rendah ketakutan terhadap kematian.

Kata kunci : *ketakutan akan kematian; religiusitas*

PENDAHULUAN

Setiap makhluk hidup tidak terkecuali manusia pasti akan mengalami kematian. Kematian adalah suatu hal pasti dalam kehidupan manusia. Kelahiran maupun kematian merupakan takdir dari Sang Pencipta yang tidak dapat dihindari. Pada akhirnya semua makhluk hidup di bumi ini akan mati, tidak terkecuali manusia. Kematian dapat berlangsung secara alami misalnya mengalami suatu penyakit atau secara tidak alami seperti kecelakaan atau bunuh diri.

Aiken (1994:6) mendefinisikan kematian sebagai tidak berfungsinya sistem pernafasan pada organisme yang berakibat hilangnya kemampuan untuk menghirup oksigen. Saat sistem pernafasan dan detak jantung berhenti, oksigen tidak dapat lagi dihirup dan tidak dapat disalurkan melalui paru-paru ke darah, oksigen dalam darah tidak lagi bisa mengalir melalui pembuluh darah.

Sementara itu, Schulz (1978) membedakan beberapa jenis kematian sebagai berikut: (a) Kematian klinis. Terjadi bila pernafasan dan detak jantung terhenti secara spontan. Pada kematian jenis ini kesadaran terhadap penderita masih mungkin dilakukan dan dalam beberapa kasus, misalnya saja pada para penderita gagal jantung, dapat diberikan perawatan darurat untuk menolong dan menyadarkan penderita. (b) Kematian otak. Terjadi apabila terjadi kekurangan oksigen sehingga sel otak akan mulai mati dalam waktu empat sampai enam menit bila penderita tidak mendapatkan tindakan penyadaran segera. Bagian otak yang paling penting yaitu *cortex*, akan mati pada urutan pertama. Bagian otak ini berfungsi mengendalikan tindakan yang dilakukan secara sengaja, pikiran, dan memori. Fase kedua diikuti kematian *midbrain* dilanjutkan dengan kematian *brainstem* pada fase ketiga. Bila *cortex* dan *midbrain* rusak, penderita akan kehilangan kesadaran, mengalami keadaan koma dan tidak dapat disembuhkan lagi. (c) Kematian biologis atau selular yaitu terjadinya

kematian fisik dan bermacam-macam sistem organ tubuh. Organ-organ yang berbeda akan mati pada kecepatan yang berbeda. Organ dikatakan mati bila terjadi kerusakan yang semakin memburuk sampai pada suatu titik di mana berbagai jenis intervensi pengobatan tidak dapat lagi mengembalikan kepada fungsi normal semula.

Meskipun kematian pasti terjadi, namun tidak ada yang tahu dengan pasti kapan, dimana, dan dengan cara apa hal itu akan terjadi tidak ada yang mengetahui dengan pasti, hal tersebut merupakan misteri yang tidak terpecahkan. Dengan kemajuan pengetahuan dan teknologi manusia memang dapat menunda datangnya kematian namun bukan untuk menghindarinya. Karena kematian itu bersifat pasti maka ketakutan akan kematian akan dialami oleh setiap manusia. Pada orang yang telah berusia lanjut selain akan mengalami kemunduran fungsi organ tubuh, pada umumnya mereka juga akan dihadapkan pada permasalahan psikologis yang diantaranya berupa ketakutan terhadap kematian maupun kecemasan terhadap kematian. Menurut Caprio (dalam Feifel & Nagy, 1981) ketakutan akan kecemasan dalam memikirkan kematian merupakan suatu reaksi universal dan tidak ada seorang pun yang dapat terlepas darinya.

Conte *et al.*, (1992) mengemukakan bahwa terdapat aspek yang paling sering ditemukan dalam membahas kematian yaitu ketakutan akan kematian (*fear of death*) atau kecemasan akan kematian (*death anxiety*). Bond (1994) mendefinisikan ketakutan terhadap kematian sebagai tingkat ketakutan yang dirasakan seseorang ketika berpikir tentang kematian. Ketakutan terhadap kematian dapat diperluas menjadi berbagai dimensi. Salah satunya adalah yang dirumuskan oleh Lester (1990) yaitu ketakutan terhadap kematian diri (*fear of death of self*), ketakutan terhadap sekarat diri (*fear of dying of self*), ketakutan terhadap kematian orang lain (*fear of death of others*), dan ketakutan terhadap terjadinya sekarat terhadap orang lain (*fear of dying of others*).

Menurut Aiken (1994 : 275) ketakutan terhadap kematian dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, penyesuaian diri, penyangkalan dan pembelaan diri, serta keyakinan beragama. Sejalan dengan itu, Schaie dan Willis (1991) berpendapat bahwa kecemasan kematian berkaitan dengan berbagai faktor seperti usia, keyakinan religius, dan tingkat di mana individu mempunyai kehidupan yang memuaskan. Sementara itu, Schumaker *et al.* (1987) dalam penelitiannya yang membandingkan ketakutan terhadap kematian antara mahasiswa Malaysia dan Australia menemukan bahwa mahasiswa Australia lebih takut daripada mahasiswa Malaysia. Hal ini menurut Schumaker *et al.* (1990:512), dapat diamati dengan cara melihat dogma agama dan ritual-ritual yang dilakukan dalam suatu masyarakat.

Agama sangat berperan penting dalam kehidupan manusia. Dalam menjalani proses kehidupannya, manusia selalu dihadapkan dengan berbagai kesenangan dan kesulitan, oleh karenanya manusia memerlukan agama untuk memenuhi kebutuhan rohani serta memperoleh ketenangan jiwa dalam hidupnya. Menurut Nasaruddin Razak (1993) agama sangat berhubungan dengan manusia, maka agama menjadi sumber paling luhur bagi manusia.

Mangunwijaya (dalam Subandi, 1988:4) membedakan istilah religi atau agama dengan istilah religiusitas. Agama menunjuk pada aspek formal dengan aturan-aturan dan kewajiban-kewajibannya, sedangkan religiusitas menunjuk pada aspek yang telah dihayati oleh individu.

Menurut Dister (1992) mengartikan religiusitas sebagai “keberagamaan “ yang berarti ada unsur interlanisasi agama itu didalam diri seseorang dan direalisasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian semakin seseorang mengakui adanya kekuatan dan kekuasaan Tuhan, maka akan semakin tinggi tingkat religiusitas orang tersebut. Sementara itu, menurut Jalaluddin (2003) religiusitas adalah adanya kesadaran agama dan pengalaman agama yang hadir dalam pikiran akan memunculkan suatu sikap keagamaan dan perasaan agama yang membawanya pada suatu keyakinan yang dihasilkan dalam tindakan keagamaan diri individu.

Religiusitas pada umumnya dikaitkan dengan terciptanya kondisi psikologis individu. Menurut Najati (1984) kehidupan religius atau keagamaan dapat membantu manusia dalam menurunkan kecemasan, kegelisahan, dan ketegangan. Sejalan dengan pendapat di atas, penelitian Nashori (1997) menemukan bahwa religiusitas membuat individu mampu mengurangi afek-afek negatif seperti stres, cemas, gelisah, dan putus asa. Lebih lanjut religiusitas diyakini mampu memberikan kekuatan bagi manusia dalam kehidupannya agar lebih tenang menghadapi kehidupan yang semakin kompleks.

Glock dan Stark (Djamaludin Ancok, 1995) yang membagi religiusitas menjadi lima dimensi :

a. Ideologi (*the ideological dimensions*)

Dimensi ini berisi pengharapan-pengharapan dimana orang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut. Setiap agama mempertahankan seperangkat kepercayaan dimana para penganut diharapkan akan taat. Walaupun demikian, isi dan ruang lingkup keyakinan itu bervariasi tidak hanya diantara agama-agama, tetapi juga sering kali juga diantara tradisi-tradisi dalam agama yang sama. Dimensi ini menyangkut diantaranya tentang keyakinan terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan kitab suci .

b. Ritualistik (*the ritualistic dimensions*)

Bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu yang memperhatikan praktek agama. Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, ketaatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik-praktik ke agamaan ini terdiri atas dua kelas penting yaitu :

1) Ritual

Ritual mengacu kepada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktik-praktik suci yang mengharapakan semua para pemeluk melaksanakannya.

2) Ketaatan

Ketaatan dan ritual bagaikan ikan dan air, meski ada perbedaan penting. Apabila aspek ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, semua agama yang dikenal juga mempunyai perangkat tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal, serta khas pribadi.

c. Eksperiensial (*the experiential dimensions*)

Dimensi ini berisikan dan memperhatikan bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu, meski tidak tepat jika dikatakan bahwa seseorang yang beragama dengan baik pada suatu waktu akan mencapai pengetahuan yang subjektif dan langsung mengenai kenyataan terakhir (kenyataan terakhir bahwa ia akan mencapai suatu kontak supranatural). Dimensi ini berkaitan dengan pengalaman keagamaan, perasaan dekat kepada Tuhan Y.M.E.

d. Intelektual (*the intellectual dimensions*)

Dimensi ini mengacu pada harapan bahwa orang-orang yang beragama paling tidak mempunyai sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar ritus-ritus dan kitab suci. Dimensi pengetahuan dan keyakinan jelas berkaitan satu sama lain, karena pengetahuan mengenai suatu keyakinan adalah syarat bagi penerimaannya. Walaupun demikian, keyakinan tidak perlu diikuti oleh syarat pengetahuan, juga semua pengetahuan agama tidak selalu bersandar pada keyakinan.

e. Konsekuensial (*the consequential dimensions*)

Konsekuensi komitmen agama berlainan dari ke empat dimensi yang sudah dibahas tadi. Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman dan pengetahuan seseorang dari hari kehari. Istilah “kerja” dalam pengertian teologis digunakan disini. Walaupun banyak menggariskan bagaimana pemeluknya seharusnya berpikir dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari,

tidak sepenuhnya jelas sebatas mana konsekuensi-konsekuensi agama merupakan bagian dari komitmen keagamaan atau semata-mata berasal dari agama. Dimensi ini jelas berkaitan dengan lingkungan sekitar, seperti suka menolong, bekerjasama, berdarma, berlaku jujur, dan pemaaf.

Perbedaan religiusitas seseorang dengan orang lain dipengaruhi oleh beberapa faktor yang ada pada individu maupun lingkungannya. Beberapa faktor yang dianggap penting (Thoules,2000) akan dijelaskan dibawah ini:

- a. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial). Hal ini mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan sikap keagamaan itu yaitu pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan-tekanan lingkungan sosial untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu.
- b. Berbagai pengalaman yang membuat sikap keagamaan terutama pengalaman-pengalaman mengenai keindahan, keselarasan dan kebaikan di dunia lain (faktor alami), konflik moral (faktor moral), dan pengalaman emosional agama (faktor afektif)
- c. Faktor yang seluruhnya sebagian timbul dari kebutuhan yang tidak terpenuhi terutama kebutuhan terhadap keamanan, cinta kasih, harga diri, dan ancaman kematian.
- d. Berbagai proses pemikiran verbal (faktor intelektual), kemampuan berfikir dan tingkatan pengetahuan individu menentukan bagaimana individu tersebut bersikap dan berperilaku. Cara berfikir individu yang berada pada taraf pengetahuan tentunya akan berbeda dengan taraf berpikir yang telah sampai pada taraf pemahaman, aplikasi analisis, sintesis dan evaluasi. Semakin tinggi kemampuan seseorang berfikir atas sifat-sifat dan nilai-nilai ketuhanan maka cenderung akan menghasilkan ke religiusitasan

Wong (dalam Ardel, 2000) menyatakan bahwa tugas utama agama adalah berhubungan dengan kehidupan dan kematian. Templer (dalam Ardel, 2000) mengungkapkan bahwa orang yang religius cenderung tidak takut terhadap kematian, karena mereka percaya akan pahala yang akan diterima pada kehidupan sesudah mati berkaitan dengan perilaku religius yang sudah dilakukannya sewaktu hidup. Sementara itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Larson *et al.* (dalam Hawari, 2002) menunjukkan bahwa orang lanjut usia yang lebih relius akan lebih tenang dan lebih tabah dalam menghadapi kematian.

Uraian tersebut diatas menarik perhatian peneliti untuk meneliti keterkaitan religiusitas dengan ketakutan terhadap kematian. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah religiusitas berhubungan dengan ketakutan terhadap kematian?. Sementara tujuan penelitian ini menguji adanya hubungan religiusitas terhadap ketakutan terhadap kematian.

METODE

Partisipan

Subyek yang terlibat dalam penelitian ini adalah lansia dengan karakteristik : usia lebih dari 60 tahun dan dapat baca tulis. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah accidental sampling yakni teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, yakni siapa saja yang secara kebetulan ditemui dan dinilai sesuai dengan karakteristik responden. Dalam penelitian ini subyek terkumpul sebanyak 117 orang.

Desain

Penelitian ini menggunakan studi korelasional, yakni penelitian yang bertujuan mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain.

Prosedur

Metode pengumpulan data menggunakan skala. Skala merupakan suatu daftar yang berisi suatu rangkaian pertanyaan atau pernyataan mengenai suatu hal untuk memperoleh data berupa jawaban-jawaban dari responden suatu penelitian. Dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ketakutan terhadap kematian dan skala religiusitas. Skala ketakutan terhadap kematian dikembangkan berdasarkan dimensi ketakutan kematian oleh Lester (1990) yaitu ketakutan terhadap kematian diri (*fear of death of self*), ketakutan terhadap sekarat diri (*fear of dying of self*), ketakutan terhadap kematian orang lain (*fear of death of others*), dan ketakutan terhadap terjadinya sekarat terhadap orang lain (*fear of dying of others*). Sementara skala religiusitas dikembangkan berdasarkan dimensi religiusitas dari Glock dan Stark yakni : dimensi ideologi (*the ideological dimensions*), dimensi ritualistik (*the ritualistic dimensions*), dimensi eksperiensial (*the experiential dimensions*), dimensi intelektual (*the intellectual dimensions*), dimensi konsekuensial (*the consequential dimensions*). Penilaian atas skala yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan skala Likert yang mempunyai lima alternatif jawaban yang terdiri atas jawaban “Sangat Setuju” (SS), “Setuju” (S), “Netral” (N), “Tidak Setuju” (TS), “Sangat Tidak Setuju” (STS). Dari hasil uji coba instrumen diperoleh koefisien korelasi item-total skala ketakutan menghadapi kematian 0.458 sampai dengan 0.776, sedangkan pada skala religiusitas bergerak dari 0.553 sampai dengan 0.748. Reliabilitas skala ketakutan menghadapi kematian sebesar 0.821 sedangkan skala reliabilitas 0.856. Kedua skala dinyatakan layak untuk mengungkap data penelitian.

Teknik Analisis

Metode analisis data ditujukan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini. Analisis statistik yang digunakan adalah teknik *bivariate correlation*. Analisis data menggunakan software SPSS versi 15.

ANALISIS & HASIL

Berdasarkan pengujian hipotesis melalui analisis korelasi *product moment* antara religiusitas dengan ketakutan terhadap kematian diperoleh nilai korelasi sebesar -0,547 dengan $p < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nihil yang menyatakan tidak ada hubungan antara religiusitas dengan ketakutan terhadap kematian ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dengan arah negatif antara religiusitas dengan ketakutan terhadap kematian. Dengan demikian dapat dikatakan semakin baik religiusitas seseorang maka akan semakin rendah ketakutannya akan kematian.

DISKUSI

Temuan dalam penelitian ini dimungkinkan karena pemilihan responden penelitian adalah mereka yang sudah lanjut usia, dimana kesadaran beragama umumnya semakin menguat pada usia senja, meskipun tidak sedikit pula yang memiliki dasar religius yang kuat sejak usia muda. Temuan penelitian ini selaras dengan pendapat Najati (1984) yang mengatakan kehidupan religius atau keagamaan dapat membantu manusia dalam menurunkan kecemasan, kegelisahan, dan ketegangan. Temuan dalam penelitian ini juga sejalan dengan

yang dikemukakan oleh Templer (dalam Ardelt, 2000) mengungkapkan bahwa orang yang religius cenderung tidak takut terhadap kematian, karena mereka percaya akan pahala yang akan diterima pada kehidupan sesudah mati berkaitan dengan perilaku religius yang sudah dilakukannya sewaktu hidup.

SIMPULAN & SARAN

Mengacu pada hasil analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara religiusitas dengan ketakutan terhadap kematian, yang berarti semakin baik religiusitas seseorang maka akan semakin rendah ketakutan terhadap kematian.

Berdasarkan temuan penelitian, maka saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperdalam studi ketakutan akan kematian dengan melibatkan variabel prediktor lain seperti strategi coping, tingkat pendidikan, harga diri, dan lainnya. Selain itu, pada penelitian selanjutnya dapat melibatkan variabel mediator ataupun moderator. Agar diperoleh gambaran kuantitatif yang lebih baik akan tinjauan mengenai ketakutan terhadap kematian pada individu yang berusia lanjut.
2. Bagi individu diharapkan agar dapat meningkatkan religiusitasnya dengan mendekati diri kepada Tuhan, bagi keluarga disarankan agar menciptakan suatu kondisi yang memungkinkan terjadinya perkembangan religiusitas individu seperti memberikan dorongan moril dan mengingatkan untuk selalu dekat dengan Sang Pencipta, bersama-sama anggota keluarga mengikuti ritual peribadatan seperti bersama-sama pergi sholat berjamaah di Masjid, menghadiri ceramah-ceramah agama bersama-sama, dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L. R. (1994). *Dying, Death, and Bereavement*. (3rd ed). USA: Allyn & Bacon.
- Ardelt, M. (2000). Wisdom, Religiosity, Purpose in Life, and Attitude Toward Death. *International Conference on Searching for meaning in the New Millennium*, 13-16 Juli 2000, Vancouver, B.C, Canada.
- Bond, C. (1994). Religiosity, Age, Gender, and Death Anxiety. *Tesis Master* (unpublished). ISU Main Library, Thesis No. 1760, Idaho: Idaho State University.
- Cicirelli, V.G. (1998). Personal Meanings Of Death In Relation To Fear Of Death. *Death Studies*, 22, 713-734.
- Dadang Hawari. (2002). Dimensi religi dalam praktek psikiatri dan psikologi. Balai Penerbit FKUI: Jakarta
- Dister, N.S. (1988). *Pengalaman dan Motivasi Beragama : Pengantar Psikologi Agama*. edisi 2 , Yogyakarta : Kanisius
- Djamaluddin, Ancok.(1995). *Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Feifel, H., & Nagy, T. (1981). Another Look at Fear of Death. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(2), 278-286.
- Lester, D. (1990). The Collett-Lester Fear of Death Scale: The Original Version and A Revision. *Death Studies*, 14, 451-468.
- Najati, M.U. (1984). *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Penerbit Pustaka.
- Nasaruddin Razak, 1993. *Dienul Islam*, Bandung: PT Al Ma'arif.
- Nashori, F. (1997). Manusia Sebagai Homo Religious. *Jurnal Psikologika*, Hal. 3-5, No. 3 Tahun 11. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.

- Santrock, Jhon, W (2006). *Life Span Development : Perkembangan masa hidup ed:2* Mc Graw-Hill
- Schaie, K.W., & Willis, C.L., 1991. *Adult Development and Aging*. (3rd edition). Harper Collins Publishing.
- Schulz, R. (1978). *The Psychology Of Death, Dying, And Bereavement*. Philippines: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.
- Schumaker, J.F., Barraclough, R.A., & Vagg, L.M. 1987. Death Anxiety in Malaysian and Australian University Students. *The Journal of Social Psychology*, 128(1), 41-47.
- Schumaker, J.F., Warren, W.G., & Groth-Marnat, G. 1990. Death Anxiety in Japan and Australia. *The Journal of Social Psychology*, 131(4), 511-518.
- Subandi. (1988). Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Remaja. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Thoulless, R.H. (2000). *Pengantar Psikologi Agama*. Diterjemahkan oleh Machnun Husein. Jakarta: Rajawali Press.
- Zakiah Darajat. (1970). *Ilmu Jiwa Agama* . Jakarta: Bulan Bintang