

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk hidup yang pada hakikatnya terus mengalami perkembangan dan penyesuaian pada tiap fase kehidupan. Perkembangan sendiri dapat diartikan sebagai pola perubahan berkesinambungan yang terus berjalan sepanjang hayat (King, 2017). Hal ini merujuk pada proses kompleks yang melalui berbagai tahapan dimulai dari bayi hingga usia lanjut dengan karakteristik serta tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh individu guna meningkatkan kualitas dan kemampuan diri (Habibie et al., 2019). Transformasi progresif tersebut mengacu pada bobot fungsional dari penyempurnaan fungsi fisik dan psikologis yang berjalan kontinu seiring dengan dinamika kehidupan dan penambahan usia yang menyertai individu (Irianti et al., 2022; Rahmat, 2018).

Menjadi tua merupakan suatu hal yang pasti bagi setiap insan. Proses kompleks tersebut ditandai dengan kemunduran sistem dan fungsi tubuh (Colloca et al., 2020) meski tidak seluruhnya mengalami penurunan di waktu yang bersamaan (Fatmawati & Imron, 2017; Primasari, 2018). Perubahan ini terjadi secara bertahap pada individu dewasa sehat yang menjadi lemah dan rapuh seiring dengan menurunnya imunitas dalam menangkal berbagai penyakit. Hal ini dapat menjadi berbeda bergantung pada faktor pemicu, seperti riwayat dan tingkat kesehatan pada seseorang (Irianti et al., 2022).

Proses penuaan merupakan bagian dari perkembangan yang terjadi secara natural dan perlahan-lahan akibat dari deteriorasi sel dan jaringan pada tubuh manusia (Irianti et al., 2022). Meskipun penuaan bersifat universal, perubahan fisik dan perilakunya dapat diprediksi terjadi tatkala seseorang telah mencapai ciri tertentu pada usia kronologis yang dikategorikan pada usia tua (Fatmawati & Imron, 2017). Mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 25 Tahun 2016, seseorang dapat dikategorikan lanjut usia tatkala berada pada kelompok umur 60 tahun ke atas.

Sejak tahun 2021, Indonesia sendiri telah memasuki struktur penduduk tua atau dinamakan *population ageing*. Fenomena ini merupakan dampak dari pergeseran struktur penduduk yang awalnya didominasi oleh penduduk usia muda menjadi penduduk usia tua. Hasil data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2022 menerangkan bahwa sebanyak 10,48 persen dari penduduk di Indonesia merupakan kelompok lanjut usia. Jumlah yang tidak sedikit ini telah menempatkan lansia pada kategori penduduk dengan posisi rentan. Ini dikarenakan dengan usia yang tak lagi muda, lansia dihadapkan pada berbagai permasalahan dan risiko baik dari segi fisik, psikologis, kemandirian, produktivitas sampai dengan kematian (BPS, 2022).

Mempersiapkan kematian merupakan tugas perkembangan yang dikemukakan oleh Erikson berkenaan dengan *integrity* (rasa integritas) versus *despair* (keputusasaan) pada lansia (Greenblatt-Kimron et al., 2021). Pada fase ini, lansia cenderung menjadikannya sebagai titik balik yang penting. Mereka banyak mengevaluasi kehidupannya ke belakang dan mencari makna yang tersimpan di dalamnya. Tatkala individu memahami hidup sebagai kesatuan dan memaknainya sebagai hal yang berharga, dirinya akan mampu menghadapi akhir usia dengan perasaan yang lebih optimis dan kecemasan yang rendah akan kematian (King, 2017).

Kematian sendiri merupakan bentuk kompleks yang sulit didefinisikan. Hal ini dikarenakan kematian bukanlah peristiwa tunggal, melainkan suatu proses (Upton, 2012). Kematian dikonseptualisasikan sebagai perubahan dan pemisahan, kehancuran diri, serta ancaman terhadap kebermaknaan hidup (Zhang et al., 2019). Mati hanya dapat dirasakan dengan ditandai hilangnya berbagai ciri kehidupan pada individu secara permanen (Ilpaj & Nurwati, 2020). Lebih lanjut, Santrock (2012) mengungkapkan bahwa kematian dapat disebabkan oleh berbagai hal. Pada lansia, kebanyakan penyebab kematian dikarenakan oleh faktor penyakit kronis yang menyertai individu seperti kanker dan penyakit jantung. Mereka menyadari bahwa kematian merupakan suatu hal yang tak terelakkan dan dapat datang kapan saja (Naftali et al., 2017). Fakta nyata yang tidak menyenangkan ini dipandang sebagai penutup dari periode kehidupan dan dapat dirasakan oleh siapa saja (Putri, 2017).

Ketidakpastian akan bagaimana dan kapan terjadinya kematian, mampu mendatangkan rasa cemas dan ketakutan bagi para lansia (Dinakaramani & Indati, 2018; Greenblatt-Kimron et al., 2021). Adanya pengalaman yang mengancam ketahanan hidup di masa lampau, disinyalir dapat berimbas pada kecemasan lansia dalam menghadapi kematian itu sendiri (Putri, 2017). Pengalaman menyakitkan akan kehilangan pasangan merupakan salah satu pemicu kecemasan dan permasalahan dalam menyesuaikan diri pada lansia (Hurlock, 2017; Rudiyanto et al., 2022). Lebih lanjut, hal tersebut dapat mengantarkan lansia pada perasaan kesepian mendalam.

Penelitian terdahulu menyebutkan, lansia yang di akhir hayatnya tidak memiliki pasangan (baik disebabkan ditinggal mati, cerai, atau tidak menikah sama sekali) disebut-sebut mengalami kesepian yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang masih memiliki pasangan hidup (Hawkley et al., 2022; Luhmann & Hawkley, 2016). Hal tersebut tentunya berdampak penuh terhadap kecemasan yang tinggi akan kematian atau biasa disebut dengan *death anxiety* (Greenblatt-Kimron et al., 2021). Mereka yang tidak memiliki pasangan hidup, dilaporkan mengalami tingkat *death anxiety* yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang memiliki pasangan hidup (Bidgol et al., 2020; Ghufran & Ansari, 2008). Kecemasan ini timbul sebagai dampak dari ancaman, kegelisahan, serta ketidaknyamanan akan pemikiran berkenaan dengan kematian pada lansia.

Alasan kematian menjadi suatu hal yang mencemaskan bagi lansia nampaknya dapat dipahami dengan jelas. Hidayat (2015) membaginya ke dalam dua jawaban yang berbeda; ketidakrelaan seseorang dalam meninggalkan dunia atau karena kematian merupakan hal yang amat misterius. Lansia menjadi sering merasakan takut akan kematian karena memikirkan ketidakpastian kehidupan setelah mati dan bagaimanakah kehidupan tersebut akan berjalan (Hurlock, 2017). Kondisi ini amat mengkhawatirkan bagi lansia, khususnya pada beberapa kasus. Sebab *death anxiety* mampu mengantarkan individu pada keparahan gejala gangguan mental yang kompleks, seperti *anxiety*, depresi, skizofrenia dan bahkan PTSD (Iverach et al., 2014).

Death anxiety atau kecemasan dalam menghadapi kematian merupakan kondisi distress emosional yang disertai perasaan tidak aman akibat ingatan akan kematian

(APA, n.d.-a). Templer (1970) menjelaskan bahwa kondisi ini merupakan pengalaman subjektif menyakitkan yang umum terjadi pada setiap insan. Keadaan ini menyebabkan seseorang mengalami gejala fisik menjadi kesal dan gugup, diikuti kekhawatiran akan kematiannya sendiri maupun bayangan kematian orang lain (Cai et al., 2017). *Death anxiety* sendiri merupakan fenomena yang lumrah dialami oleh lansia (Greenblatt-Kimron et al., 2021). Sebab, di usia yang tak lagi muda lansia mengalami berbagai penurunan baik secara fisik dan psikologisnya hingga berdampak pada keseharian maupun kedudukannya di lingkungan sekitar (Rahmah, 2020).

Maramis (2015) dalam studinya menuturkan bahwa bentuk kecemasan yang acap dialami lansia berkenaan dengan perasaan takut tanpa alasan yang jelas, sulit beristirahat, merasa sedih, gelisah, putus asa dan sering kali berlebihan dalam memberikan reaksi atas suatu kondisi. Lebih lanjut, gejala fisik yang ditunjukkan adalah berkeringat berlebih, jantung berdetak lebih cepat, kaki dan tangan terasa dingin, gangguan pencernaan, serta keluhan pada persendian. Tentunya hal tersebut apabila tidak disikapi dengan bijak, akan mengganggu kesehatan dan menurunkan kesejahteraan hidup lansia.

Death anxiety yang dialami dapat berbeda antara satu individu dengan lainnya akibat pengaruh berbagai faktor penting (Merizka et al., 2019). Studi terdahulu mengungkapkan salah satu prediktor utama *death anxiety* adalah berkenaan dengan religiusitas (Latipun et al., 2018; Merizka et al., 2019; Rahmah, 2020; Saleem & Saleem, 2020). Hal ini sejalan dengan perspektif *Terror Management Theory*, yang menyatakan bahwa dalam menghadapi *death anxiety* lansia perlu menyadari bagaimana cara mengelolanya melalui pemaknaan akan pendekatan moral dan spiritualitas yang mengacu pada agama (religius) (Jong, 2021). Lansia pun cenderung meningkatkan ketertarikannya akan kegiatan agama seiring dengan penambahan usia (Upton, 2012).

Peran agama disebut-sebut mampu meningkatkan kemampuan dalam menghadapi kesulitan hidup, tak terkecuali kekhawatiran akan datangnya kematian (Anggariani & Malik, 2021). Melalui ketaatan akan ajaran agama, dapat mendorong lansia berkelakuan religius. Sikap ini merupakan wujud dari internalisasi ajaran agama

dalam diri lansia sehingga mempengaruhi tindakan dan pandangannya akan kehidupan (Putri, 2017).

Religiusitas sendiri mengacu tentang bagaimana intensitas dan pentingnya agama bagi individu (Huber & Huber, 2012). Melalui religiusitas yang sehat mampu menjadi faktor protektif dalam menurunkan *death anxiety* yang dialami oleh lansia (Mellawati, 2019). Peranan nilai-nilai dalam agama dianggap dapat membantu menghadapi problematika dan stressor yang ada (Habibie et al., 2019; Osman & Ahmed, 2021). Hal tersebut didasarkan dengan adanya kepercayaan terkait agama dan penghayatan atau rasa religiusitas mampu meningkatkan kepuasan hidup, menurunkan individu dari perasaan negatif, serta memberikan pengalaman yang lebih nyaman dalam menjalani kehidupannya sehari-hari (Fitriani, 2016). Selain itu, mereka yang memiliki keyakinan religius yang tinggi menunjukkan kondisi kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang religius (Ashouri & Rasekhi, 2016).

Chuin & Choo (2009) berpendapat bahwa pada masyarakat yang memiliki tradisi keagamaan yang kental, persiapan dalam menghadapi kematian merupakan bagian dari pendidikan dan budaya yang diwariskan secara turun temurun. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya antisipasi dari akibat yang mungkin ditimbulkan dari kematian, baik bagi mereka yang ditinggalkan maupun yang akan menghadapi kematian. Penanaman karakter religius melalui peningkatan ketaatan nilai-nilai beragama tadi diharapkan mampu memberikan efek positif dalam kehidupan (Latipun et al., 2018). Oleh karena itu religiusitas dapat memberikan penguatan bagi individu dalam mempersiapkan kematian.

Kendati demikian, nampaknya pendapat ini tidak sejalan dengan temuan oleh Abdel-Khalek & Lester (2009); Muthoharoh & Andriani (2014); dan Ulfah (2021). Berdasarkan studi tersebut, tingkat religiusitas seseorang tidak berpengaruh dalam menurunkan *death anxiety* yang dialami. Hal ini dimungkinkan karena hubungan antara religiusitas dengan *death anxiety* merupakan korelasi kompleks dan diperlukannya tinjauan kebudayaan, situasional maupun kondisi psikologis. Selain itu, religiusitas sendiri bukanlah faktor tunggal sebagai prediktor terhadap *death anxiety*. Oleh karenanya variabel mediator amat dibutuhkan dalam menjembatani hubungan

yang ada (Muthoharoh & Andriani, 2014). Melalui penelitian ini, peneliti mencoba untuk mengidentifikasi variabel yang mungkin mampu memperantai hubungan antara religiusitas dengan *death anxiety*.

Di lain sisi, mengacu pada *Terror Management Theory* (TMT) yang menyatakan bahwa manusia pada dasarnya menyadari akan kematian, akan terus berusaha untuk mengatasi kecemasan yang timbul akibat pengetahuan kefanaan kehidupan ini. Mereka terus menciptakan mekanisme koping yang bertujuan untuk meredakan *death anxiety* yang dirasa (Mahat-Shamir et al., 2021). Pada implementasinya, *sense of humor* dianggap mampu berkontribusi sebagai penahan atas *death anxiety* yang disebabkan kesadaran individu akan kematiannya sendiri (Morgan et al., 2019; Thorson et al., 1997). Hal ini merujuk pada unsur *sense of humor* yang dikemukakan oleh Thorson & Powell (1993a), dimana individu menggunakan sesuatu hal untuk menimbulkan kesenangan dalam dirinya guna mengatasi situasi emosional yang menegangkan, dalam hal ini *death anxiety*. Humor sebagai mekanisme koping juga lebih banyak digunakan pada lansia dibandingkan pada usia yang lebih muda (Greengross, 2013). Sebab, *sense of humor* dipandang mampu mencegah dari perasaan cemas yang kerap melanda (Arifiati & Wahyuni, 2019).

Sense of humor atau kemampuan seseorang untuk menghadapi humor dipercaya mampu memberikan kontribusi dalam meredakan ketegangan yang dialami dalam menghadapi permasalahan seperti penuaan maupun kematian (Thorson & Powell, 1993b). Penggunaan humor turut dipercaya untuk meningkatkan harapan, memperbaiki kesehatan, mengurangi rasa sakit, serta berkontribusi langsung terhadap kesejahteraan lansia (Monahan, 2015). Meredanya perasaan cemas pada lansia, dapat meningkatkan fleksibilitas lansia dalam berpikir dan memecahkan permasalahan yang dihadapinya (Arifiati & Wahyuni, 2019).

Pada studi yang dilakukan oleh Latipun et al. (2018) terhadap pasien dengan penyakit kronis, ditemukan bahwa pengaruh tidak langsung religiusitas terhadap *death anxiety* yang dimediasi oleh *sense of humor* jauh lebih baik dibandingkan pengaruh langsung dari religiusitas terhadap *death anxiety*. Temuan tersebut turut menyatakan bahwa adanya korelasi positif antara religiusitas terhadap *sense of humor*. Hal ini

bermakna, subjek dengan tingkat religiusitas yang tinggi turut menunjukkan *sense of humor* yang tinggi pula.

Akan tetapi, temuan pada studi lain berkenaan korelasi antara religiusitas dengan *sense of humor* dan arah hubungannya justru amat bertentangan dengan apa yang dikemukakan oleh Latipun et al. (2018). Religiusitas justru dipandang berkorelasi negatif terhadap *sense of humor* (Saroglou, 2002; Yapici & Emre, 2019). Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang justru akan menurunkan rasa humor dalam dirinya. Hal ini dapat dipahami, sebab bagi orang-orang dengan dogmatisme tinggi menganggap dirinya bukanlah pribadi yang humoris. Mereka mengasumsikan karakter keyakinan agama sebagai suatu yang fundamental dan harus diintegrasikan sebagai suatu tanggung jawab yang menyebabkan kecenderungan untuk menutup pikiran dan keterbukaan diri. Hal ini karena agama diyakini sebagai kepercayaan sistematis dan amat memperhatikan nilai-nilai kesesuaian, tradisi maupun dogmatisme. Terlebih, religiusitas menempatkan individunya pada regulasi diri yang tinggi (Saroglou, 2002). Tentunya amat berbeda dengan penggunaan humor yang difungsikan sebagai hiburan dan dapat menghilangkan kendali seseorang dalam tawa (Yapici & Emre, 2019).

Selanjutnya, kedudukan religiusitas dan *sense of humor* pada lansia perlu ditinjau lebih dalam. Sebagaimana telah diketahui, pada aspek religiusitas minat akan kegiatan keagamaan terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia lansia (Upton, 2012). Sebaliknya, penuaan memungkinkan menghambat lansia untuk memahami dan menghasilkan humor sehingga menurunkan *sense of humor* pada diri lansia (Greengross, 2013; Hurlock, 2017). Akan tetapi temuan terdahulu turut mengemukakan bahwa keduanya memainkan peran penting sebagai upaya protektif dalam mereduksi *death anxiety* yang dialami (Hosseinzadeh & Khodabakhshi-Kolaei, 2017; Morgan et al., 2019; Rahmah, 2020). Perbedaan temuan ini lalu menimbulkan tanya atau *empirical gap* bagi peneliti. Sebab, adanya inkonsistensi antara beberapa kajian sebelumnya dengan hasil yang diperoleh, baik korelasi religiusitas terhadap *death anxiety*, religiusitas terhadap *sense of humor*, maupun *sense of humor* terhadap *death anxiety*. Terlebih, fenomena *death anxiety* pada lansia merupakan permasalahan

lumrah yang tidak dapat dianggap sepele sebab menyangkut kesehatan lansia secara langsung. Adapun implikasinya dalam memberikan kontribusi terhadap peningkatan program kesejahteraan bagi para lanjut usia, turut memperkuat urgensi kajian terkait topik dan fenomena ini. Oleh karena itu, peneliti terdorong untuk mencari pengaruh religiusitas terhadap *death anxiety* melalui mediasi *sense of humor* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, identifikasi masalah yang timbul dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup?
- b. Apakah terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap *sense of humor* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup?
- c. Apakah terdapat pengaruh antara *sense of humor* terhadap *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup?
- d. Apakah terdapat pengaruh mediasi *sense of humor* terhadap korelasi religiusitas dengan *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka penelitian ini memfokuskan permasalahan pada pengaruh variabel religiusitas terhadap variabel *death anxiety* melalui *sense of humor* sebagai variabel mediator pada responden lansia berusia 60 tahun ke atas, yang tidak memiliki pasangan hidup

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini ialah “Apakah terdapat pengaruh religiusitas terhadap *death anxiety* yang dimediasi oleh *sense of humor* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup?”

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, adapun tujuan dari penelitian ini, di antaranya:

- a. Mengetahui pengaruh antara religiusitas terhadap *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup.
- b. Mengetahui pengaruh antara religiusitas terhadap *sense of humor* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup.
- c. Mengetahui pengaruh antara *sense of humor* terhadap *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup.
- d. Mengetahui pengaruh mediasi *sense of humor* terhadap korelasi religiusitas dengan *death anxiety* pada lansia yang tidak memiliki pasangan hidup.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoretis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan maslahat dalam perluasan literatur pada penemuan di bidang psikologi khususnya pada bidang psikologi sosial dan perkembangan dalam memahami pengaruh religiusitas yang dimediasi oleh *sense of humor* terhadap *death anxiety*
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan sumber referensi di penelitian terkait di masa mendatang

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi masyarakat khususnya keluarga/tenaga kesehatan yang sedang merawat lansia, dapat menjadi tambahan informasi terkait aspek religiusitas dan *sense of humor* dalam menghadapi *death anxiety* yang dirasakan oleh lansia, sehingga dapat mengatasinya dengan cermat
- b. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menjadi tambahan literatur dan pengembangan penelitian selanjutnya, baik dari segi variabel, karakteristik responden, maupun metode yang digunakan