

PERSIAPAN MENGHADAPI KEMATIAN : STUDI FENOMENOLOGI PSIKOLOGIS PADA IBU-IBU USIA DEWASA MADYA DI MAJELIS TAKLIM NURUL HABIB BANGIL

Nada Shobah_11410013

Jurusan Psikologi – Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Saat ini banyak orang melakukan siaga bencana, siaga perang, siaga banjir, dan siaga-siaga lainnya, tapi mereka lupa bersiaga dari kematian. Padahal kematian adalah sebuah misteri. Ia akan merenggut siapa saja di dunia ini dengan tidak mengenal usia. Bukan hanya orang tua, tetapi anak muda, remaja, bahkan bayi sekalipun dapat meninggal tanpa diprediksi. Kematian juga tidak mengenal apakah orang itu sakit atau sehat, sebab, terbukti bahwa orang yang sehat, segar, dan bugar juga bisa mengalami mati mendadak (Abdurrahman, 2014: 19). Weenelson (2005: 16) mengingatkan pada kita, jika maut selalu mengancam sepanjang hidup kita. Perang, AIDS, sakit paru-paru, kecelakaan lalu lintas, kelaparan, pes, pembunuhan, dan berbagai ancaman—semuanya tidak memilih umur.

Kematian begitu dekat dengan kita, sedekat hidup yang kita nikmati sekarang. Padahal jika seorang telah meyakini bahwa suatu saat ia akan mati, maka sudah selayaknya ia mempersiapkan dirinya untuk menghadapi kematian. Sebagai suatu ilmu pengetahuan empiris psikologi terikat pada pengalaman dunia. Psikologi tidak melihat kehidupan manusia setelah mati, melainkan mempelajari bagaimana sikap dan pandangan manusia terhadap masalah kematian, serta bagaimana jiwa manusia di saat-saat menjelang kematian.

Ketakutan akan tiba-tiba meninggal dunia atau mendadak mati menjadi satu diantara sejumlah sumber penyebab perempuan usia tengah baya mengeluh sulit tidur pada malam hari, karena takut tidak bangun lagi atau meninggal dunia sewaktu tidur (Surbakti, 2012: 42). Demikian halnya dengan individu yang berpenampilan sehat dan baik-baik saja, kematian yang diyakini sebagai suatu kepastian menjadi hal yang merisaukan. Hal tersebut penulis temui saat berada di sebuah majelis taklim, saat penulis mencoba membuka topik bahasan mengenai kematian, respon yang cukup mengejutkan ditimbulkan oleh salah satu perempuan usia tengah baya (45 tahun) yang menjadi anggota majelis taklim dengan mengatakan,

“Hush, ngomongin apa sih, kok mati-mati gitu, sudah-sudah, cari topik bahasan yang lain saja.” (30 Agustus 2014).

Irfani (2008: 3) mengatakan bahwa peningkatan kesadaran mengenai kematian muncul sejalan saat mereka beranjak tua, yang biasanya meningkat pada masa dewasa tengah, yang mengindikasikan bahwa usia paruh baya merupakan saat dimana orang dewasa mulai berpikir lebih jauh mengenai berapa banyak waktu yang tersisa dalam hidup mereka.

Mappiare (1983: 205) memaparkan akibat-akibat psikologis yang mungkin terjadi yang ditimbulkan oleh perubahan fungsi fisiologis pada usia dewasa

madya adalah kekurangan motivasi kerja karena mudah letih, merasa kurang percaya diri, rasa takut dihindangi penyakit, bahkan beberapa yang menderita penyakit seringkali merasa cemas akan terjadinya “akhir hayat”. Kalangan ahli psikologi mengatakan bahwa kecemasan manusia dan ketakutannya akan kematian pada esensinya merupakan ketakutan akan kehilangan pribadi. Seolah-olah orang takut hilang dari rombongan, atau seolah-olah ia takut kehilangan kemandirian dirinya dan kembali pada kondisi ketergantungan pada orang lain.

Berbagai macam rasa takut dan keraguan diri akibat menurunnya fungsi fisiologis pada individu dewasa madya membawa mereka pada kesadaran akan mortalitas. Bagi mereka yang meninjau kembali hidupnya dapat berupa titik balik psikologis, semacam kemunculan wawasan baru tentang diri dan mendorong koreksi masa paruh baya dalam mendesain dan merencanakan sisa umur mereka. Persiapan menghadapi kematian menjadi sebuah gagasan bagi mereka yang memanfaatkan sisa umur mereka dengan berencana, berupaya, dan berusaha dalam pengalaman sadar individu untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian.

Berkaitan dengan hal tersebut, tugas perkembangan yang harus dijalani oleh individu dewasa madya menurut Havighurst (dalam Yusuf, dkk., 2006) adalah mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu senggang. Sejalan dengan tugas perkembangan dewasa madya yang berkaitan dengan sosial-pribadi, terdapat tuntutan dimana pada masa ini individu harus mampu mengemban tanggung jawab dalam keluarga dan mengembangkan kegiatan-kegiatan sosial yang bermanfaat. Pada masa dewasa madya ini perhatian terhadap agama lebih besar dibandingkan dengan masa sebelumnya, dan kadang-kadang minat dan perhatiannya terhadap agama ini dilandasi kebutuhan pribadi dan sosial.

Sebagai bagian dari Sistem Pendidikan Nasional non-formal (Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003, pasal 26, ayat 4), *majelis* taklim melaksanakan fungsinya pada tataran non-formal, yang lebih fleksibel, terbuka, dan merupakan salah satu solusi yang seharusnya memberikan peluang kepada masyarakat untuk menambah dan melengkapi pengetahuan yang kurang atau tidak sempat mereka peroleh pada pendidikan formal, khususnya dalam aspek keagamaan.

Individu yang tergabung dalam sebuah majelis taklim tentu memiliki motivasi religius yang tinggi. Leming (1994) (dalam Wicaksono dan Meiyanto, 2003: 59) berpendapat bahwa keyakinan religius memiliki hubungan yang negatif terhadap kecemasan terhadap kematian. Individu yang memiliki motivasi religius yang tinggi akan memiliki kecemasan terhadap kematian yang rendah. Akan tetapi, penulis menemukan kenyataan yang tidak begitu selaras dengan apa yang disampaikan Leming (1994) (dalam Wicaksono dan Meiyanto, 2003).

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan beberapa anggota dalam Majelis Taklim Nurul Habib di atas menunjukkan keragaman individual terkait kesiapannya untuk menghadapi kematian. Masing-masing dari anggota majelis taklim tersebut akan memunculkan keunikan individual sesuai dengan pengalaman masing-masing, meskipun mereka secara bersama-sama mengikuti kajian-kajian kitab yang disampaikan oleh seorang *ustadzah*. Sebagaimana hasil wawancara yang telah penulis paparkan di atas, menunjukkan bahwa dua orang partisipan menyatakan, “belum siap”, satu orang menyatakan “belum berani bilang siap”, satu orang “tidak menyatakan kesiapannya”, satu orang

menyatakan, “InsyaAllah siap”, dan dua orang lainnya menyatakan, “Mau tidak mau harus siap”.

Kesenjangan antara pendapat Leming (1994) dengan realitas yang ada di Majelis Taklim Nurul Habib nampak dengan jelas bahwa, meskipun individu yang memiliki motivasi religius tinggi dengan menjadi anggota majelis taklim, hal tersebut tidak selalu membuat individu menjadi siap dengan kematian. Bahkan, kesiapan menghadapi kematian menjadi beragam maknanya bagi setiap individu.

Melalui pendekatan fenomenologi psikologis, penulis melakukan observasi dan deskripsi sistematis atas pengalaman individu yang sadar dalam mempersiapkan diri menghadapi kematian. Data fenomenal yang dieksplorasi dalam penelitian ini mencakup persepsi, perasaan, ingatan, gambaran, gagasan, dan berbagai hal lain yang hadir dalam kesadaran individu (Misiak dan Sexton, 2005: 20). Dengan kata lain, fenomenologi berusaha menemukan makna-makna psikologis yang terkandung dalam fenomena melalui penyelidikan dan analisis contoh-contoh hidup (Giorgi dan Giorgi dalam Smith, 2009: 53).

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang masalah di atas, maka masalah yang melatarbelakangi penelitian ini adalah, “Mengapa seseorang yang berada di lingkungan religius tapi ia mengatakan tidak siap untuk menghadapi kematian?”. Sedangkan rumusan masalah yang sesuai dengan tujuan penelitian ini adalah, “Bagaimana anggota majelis taklim mempersiapkan diri untuk menghadapi kematian?”

3. Tujuan Penelitian

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah mengeksplorasi persiapan menghadapi kematian yang dilakukan ibu-ibu usia dewasa madya dalam Majelis Taklim Nurul Habib, Bangil, Pasuruan. Adapun tujuan khususnya adalah mendeskripsikan pengalaman individual dan upaya-upaya yang dilakukan sebagai persiapan ibu-ibu dalam majelis taklim untuk menghadapi kematian.

4. Manfaat Penelitian

Serangkaian proses dan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

B. TINJAUAN PUSTAKA

Perjumpaan Psikologi Kematian dengan Agama Islam

Kematian merupakan sesuatu yang penuh misteri sehingga banyak tinjauan tentang kematian itu dari berbagai segi. Tinjauan di bidang interdisipliner tanatologi (thanatology), yang khusus mempelajari kematian dan jelang ajal (Priyoto, 2015: 298). Lebih lanjut Priyoto (2015: 158) menyebutkan ada yang meninjau dari segi mistik, segi agama (religius). Tinjauan secara mistik dikaitkan dengan masalah-masalah takhayul, sedangkan tinjauan dari segi agama ada yang mengaitkan dengan masalah gaib. Lain pula tinjauan sisi ilmiah, kematian dijelaskan dengan penalaran ilmiah berdasarkan pengalaman manusia. Salah satu tinjauan ilmiah adalah tinjauan dari sisi psikologis. Sebagai suatu ilmu pengetahuan empiris, psikologi terikat pada pengalaman dunia. Psikologi tidak melihat kehidupan manusia setelah mati, melainkan mempelajari bagaimana sikap dan pandangan manusia terhadap masalah kematian, bagaimana jiwa manusia di saat-saat menjelang kematian. perubahan fisik menjelang ajal, pemahaman dan sikap terhadap kematian di masak kanak-kanak,

remaja, dan dewasa, kecemasan menghadapi kematian, tahapan menjelang ajal, serta bagaimana menghadapi kematian orang-orang terkasih.

Hidayat (2006: 159) kemudian menyatakan jika memang ada perbedaan bidang kajian antara psikolog sebagai ilmu empiris dengan agama sebagai suatu kepercayaan. Agama menyangkut Allah atau lebih umum "Nan Illahi", artinya segala sesuatu yang bersifat Allah atau dewa. Sebaliknya psikologi menyangkut manusia dan lingkungannya. Oleh karena itu, psikologi tidak mengeluarkan satu pernyataan pun tentang Allah. Bahkan adanya Allah tidak bisa di-ya-kan atau disangkal, sebab sebagai suatu ilmu pengetahuan empiris psikologi terikat pada pengalaman dunia ini. Objek psikologi bukan Allah melainkan manusia, yakni manusia yang beragama. Dunia ilmu pengetahuan (psikologi) berdasarkan pengalaman dan dunia kerohanian (agama) berdasarkan keimanan.

Dua tokoh psikologi Freud dan Jung menyatakan bahwa ada hubungan erat antara kematian dan perilaku religius. Kematian yang tak terelakkan itu menginsafkan manusia dengan paling tajam akan ketidakberdayaan. Maut merupakan luka paling parah untuk narsisisme insani. Untuk menghadapi frustrasi terbesar ini, manusia bertindak religius (Dister, dalam Hidayat, 2006: 105). Mitos, filsafat juga ilmu pengetahuan tidak mampu memberikan jawaban yang memuaskan. Hanya agama yang dapat berperan dalam hal ini.

Dalam Al-Quranul Karim, surat An-nisa [4] ayat 78, Allah *Subhaanahu wa Ta'aala* menerangkan bahwa sikap hati-hati tidaklah dapat melawan qadar, dan orang yang duduk tidak berperang, tidaklah dapat menolak takdir,

أَيُّنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ وَإِنْ تُصِبْهُمْ
حَسَنَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَإِنْ تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ
عِنْدِكَ قُلْ كُلٌّ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ فَمَالِ هَؤُلَاءِ الْقَوْمِ لَا يَكَادُونَ يَفْقَهُونَ
حَدِيثًا ۝ ٧٨

Artinya:

"Di mana pun kamu berada, kematian akan mendapatkan kamu, kendatipun kamu berada di dalam benteng yang tinggi dan kokoh. Jika mereka memperoleh kebaikan, mereka mengatakan, "Ini dari sisi Allah", dan jika mereka ditimpa suatu keburukan mereka mengatakan, "Ini datangnya dari kamu (Muhammad)". Katakanlah, "Semuanya (datang) dari sisi Allah." Maka mengapa orang-orang itu (orang-orang munafik) hampir-hampir tidak memahami pembicaraan sedikitpun?" (QS. An-nisa [4] ayat 78).

Priyoto (2015: 159) menyatakan jika Islam memberikan perspektif yang positif tentang kematian. Kehidupan dan kematian adalah tanda-tanda kebesaran Allah. Kehidupan dan kematian adalah ujian bagi manusia, agar manusia dapat mengambil pelajaran dari keduanya, dan berbuat baik di atas bumi.

C. METODE PENELITIAN

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Strategi dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan strategi fenomenologi, dimana dalam penelitiannya penulis mengidentifikasi hakekat pengalaman manusia tentang suatu fenomena tertentu (Morissan, 2012). Melalui pendekatan fenomenologi psikologis, penulis melakukan observasi dan deskripsi sistematis atas pengalaman individu yang sadar dalam mempersiapkan diri menghadapi kematian. Data fenomenal yang dieksplorasi dalam penelitian ini mencakup persepsi, perasaan, ingatan, gambaran, gagasan, dan berbagai hal lain yang hadir dalam kesadaran individu (Misiak dan Sexton, 2005: 20).

2. Lokasi dan Partisipan Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini adalah Majelis Taklim Nurul Habib, Jalan Dorang, Kelurahan Bendomungal, Kecamatan Bangil, Kabupaten Pasuruan. Penulis memilih lokasi tersebut dikarenakan mayoritas anggota Majelis Taklim Nurul Habib adalah ibu-ibu dengan rentang usia 40-60 tahun. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu-ibu usia dewasa madya yang memenuhi kriteria partisipan dalam penelitian.

Teknik *sampling* dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana dalam pengambilan sampel, penulis memiliki beberapa kriteria tertentu. Berikut kriteria partisipan dalam penelitian ini:

- a. Bersedia untuk menjadi partisipan dan terbuka dalam memberikan informasi penelitian.
- b. Tergabung dan aktif dalam pengajian di Majelis Taklim Nurul Habib.
- c. Berada pada masa dewasa madya, dengan rentang usia antara 40-60 tahun.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan 4 teknik pengumpulan data, yaitu:

- a. *Open-ended Questionnaire*
- b. Wawancara
- c. Observasi
- d. Dokumentasi

4. Analisis Data

Umumnya, penulis kualitatif menggunakan prosedur yang umum dan langkah-langkah khusus dalam analisis data. Creswell (2013) mengajak penulis kualitatif untuk melihat analisis data kualitatif sebagai suatu proses penerapan langkah-langkah dari yang spesifik hingga umum dengan berbagai level analisis yang berbeda. Lebih lanjut Creswell (2013: 276-284) menjabarkan lebih detail dalam langkah-langkah analisis data berikut ini:

- a. Mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis.
- b. Membaca keseluruhan data.
- c. Menganalisis lebih detail dengan meng-*coding* data.
- d. Menerapkan proses koding untuk mendeskripsikan *setting*, orang-orang, kategori-kategori, dan tema-tema yang akan dianalisis.
- e. Menunjukkan bagaimana deskripsi dan tema-tema ini akan disajikan kembali dalam narasi/laporan kualitatif.
- f. Langkah terakhir adalah dengan menginterpretasi atau memaknai data.

5. Verifikasi Data

Jika dalam metode penelitian kuantitatif terdapat istilah validitas internal, validitas eksternal, reliabilitas, dan objektivitas, maka dalam metode penelitian

kualitatif keempat istilah tersebut masing-masing dikenal dengan kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas (Usman dan Purnomo, 2009: 97-98).

1. Kredibilitas

Kredibilitas ialah kesesuaian antara konsep penulis dengan konsep responden (Usman dan Purnomo, 2009: 98). Agar kredibilitas dalam penelitian ini terpenuhi, maka penulis melakukan beberapa cara, antara lain:

- a. Mengadakan Triangulasi
 - 1) Triangulasi Data
 - 2) Triangulasi Peneliti
 - 3) Triangulasi Teori
 - 4) Triangulasi Metodologis
- b. Menggunakan Alat Bantu dalam Mengumpulkan Data
- c. Menggunakan *Member Check*

2. Transferabilitas

3. Dependabilitas

4. Konfirmabilitas

D. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Konsep Persiapan Menghadapi Kematian

Data fenomenal hasil penelitian kemudian menghasilkan konsep Persiapan Menghadapi Kematian ibu-ibu dewasa madya yang menjadi anggota Majelis Taklim Nurul Habib Bangil. Konsep persiapan menghadapi kematian erat kaitannya dengan harapan individu terkait kematiannya. Sehingga dapat ditarik benang merah jika individu dewasa madya yang memiliki pengalaman personal dan *role model* lalu berproses dalam menginternalisasikan pengalamannya hingga kemudian menemukan makna. Sejalan dengan makna hidup yang ditemukan individu akan mendapati krisis berupa rasa takut akan bagaimana ia mati. Individu yang berhasil melakukan *coping*, akan menumbuhkan harapan kematian dan gambaran husnul khotimah yang diinginkannya. Untuk mewujudkan harapan kematian dan keinginannya, individu tersebut harus berencana, berusaha, dan berupaya semaksimal mungkin. Segala bentuk perlengkapan, perencanaan, upaya, tindakan, usaha, dan pengalaman sadar individu untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian merupakan konsep Persiapan Menghadapi Kematian.

Persiapan yang penulis temukan dalam penelitian ini tidak hanya berupa persiapan spiritual. Persiapan material, persiapan kognitif, afektif-emosional, dan sosiokultural juga hadir sebagai bentuk persiapan individu usia dewasa madya dalam menghadapi kematiannya. Konsep Persiapan Menghadapi Kematian yang penulis temukan dari ketiga partisipan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Persiapan Material

Dalam menjalani kehidupan, manusia membutuhkan berbagai jenis dan macam barang-barang dan jasa untuk memenuhi kebutuhannya. Manusia sejak lahir hingga meninggal dunia tidak terlepas dari kebutuhan akan segala sesuatunya, akan tetapi ketika manusia mati, ia hanya membutuhkan beberapa barang. Bahkan manusia akan meninggalkan semua harta yang diperjuangkannya selama di dunia ketika malaikat maut menjemput.

Saat nyawa berpisah dengan jasad, semua contoh kebutuhan primer, sekunder, dan tersier menjadi tidak berguna. Manusia hanya membutuhkan sekotak galian tanah berukuran 2 x 1 meter dengan kedalaman 2 meter sebagai tempat peristirahatan sebelum datang hari kebangkitan. Pakaian yang dibawa hanyalah lembaran kain kafan berwarna putih, polos dan tanpa motif apapun. Serta beberapa barang yang dipakai saat merawat jenazah. Barang-barang atau materi tersebut seringkali dilupakan manusia untuk dipersiapkan. Lain halnya dengan partisipan pertama (IS) dalam penelitian ini yang hidupnya didedikasikan menjadi seorang mudin atau perawat jenazah. Sebagai hasil dari proses internalisasi pengalaman dalam hidupnya, IS telah mempersiapkan kematian dengan barang-barang atau benda nyata yang kemudian disebutnya sebagai bentuk persiapan material untuk menghadapi kematian. Berikut adalah hasil temuan penelitian yang berupa persiapan material dalam menghadapi kematian, Kain kafan, Jarik. Kapur barus, Papan, Cendana, Kapas, Sabun, Sampho, dan Minyak wangi.

b. Persiapan Non-Material

Disebut sebagai persiapan non-material karena temuan bentuk-bentuk persiapan menghadapi kematian selanjutnya terlepas dari barang, benda, ataupun materi.

Sebagaimana pemaparan penulis jika ketakutan akan kematian menjadi energi positif bagi ketiga partisipan untuk semakin mempersiapkan segala sesuatunya, agar ketika maut menjemput masing-masing dari mereka sudah merasa siap. Faktor mikrokosmos dan makrokosmos diatas membantu penulis untuk mendiskusikan hasil temuan persiapan non-material partisipan penelitian dalam mempersiapkan diri menghadapi kematiannya. Berikut temuan-temuannya :

1) Kognitif

Kognitif adalah sebuah istilah yang digunakan psikolog untuk menjelaskan semua aktivitas mental yang berhubungan dengan persepsi, pikiran, ingatan, dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, memecahkan masalah, dan merencanakan masa depan, atau semua proses psikologis yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai dan memikirkan lingkungannya. (Desmita, 2006 :103).

Temuan penelitian yang terkait bentuk persiapan menghadapi kematian non-material yang termasuk dalam aspek kognitif adalah:

- a) Gagasan : Hierari Kesiapan Menghadapi Kematian [hasil pemikiran].
- b) Kesadaran akan kematian yang semakin dekat di masa dewasa madya [kesadaran].
- c) Gagasan : Cadar sebagai Konsep Mempersiapkan Diri Menghadapi Mati [hasil pemikiran].
- d) Berusaha selalu mengingat Allah [ingatan; proses mengingat].

2) Afektif-Emotif

Afektif berkenaan dengan perasaan, sementara emotif berkenaan dengan emosi atau hal yang menimbulkan emosi. Sehingga aspek afektif-emotif adalah hal yang berkenaan dengan perasaan dan emosi atau hal yang bersifat menimbulkan rasa dan emosi. Sejalan dengan temuan aspek kognitif, penulis juga menemukan

persiapan non-material partisipan penelitian dalam menghadapi kematian dalam aspek afektif-emosi. Berikut temuan-temuannya:

- a) Rasa Nikmat [perasaan-afektif].
- b) Rasa Syukur [perasaan-afektif].
- c) Menangis mengenang seseorang yang meninggal dalam keadaan husnul khotimah, lalu semakin terdorong untuk memperbaiki diri [emosi-emosi].
- d) Merasa terpukul dan sedih karena belum bermimpi bertemu Rasulullah, lalu tergerak untuk menjadi lebih baik lagi [emosi-emosi].

3) Sosiokultural

Persiapan Menghadapi Kematian non-material yang termasuk dalam aspek sosiokultural terdiri dari konteks sosial (keluarga, teman, tetangga, masyarakat) dan kultural (budaya, kebiasaan, nilai, dll.) yang tidak bisa dipisahkan. Pun demikian dengan ketiga partisipan penelitian yang sedang mempersiapkan kematiannya. Ketiganya memiliki persiapan non-material dalam aspek sosiokultural sebagai berikut:

- a) Mendedikasikan diri dan mengemban tanggung jawab sosial sebagai Mudin [sosial-masyarakat].
- b) Menjadi anggota Majelis Taklim [sosial-masyarakat].
- c) Menjadi penyelenggara Majelis Taklim [sosial-masyarakat].
- d) Berbakti kepada suami [sosial-keluarga].
- e) Berbakti kepada orangtua [sosial-keluarga].
- f) Memakai Cadar [kultural].
- g) Membiasakan amalan sunnah dalam lingkungan keluarga [sosial-keluarga].
- h) Memperbaiki hubungan dengan sesama manusia [sosial-masyarakat].

4) Spiritual

Temuan penelitian yang menjadi bentuk persiapan non-material terakhir adalah persiapan spiritual. Spiritual berhubungan dengan atau bersifat kejiwaan (rohani, batin). Spiritualitas merupakan kekuatan yang menyatukan, memberi makna pada kehidupan dan nilai-nilai individu, persepsi, kepercayaan dan keterikatan diantara individu. Spiritualitas merupakan kebutuhan dasar yang terdiri dari kebutuhan akan makna, tujuan, cinta, keterikatan, dan pengampunan (Kozier, dkk., 1995). Ketiga partisipan penelitian yang masing-masing memiliki aspek spiritualitas kemudian memunculkan bentuk persiapan menghadapi kematian berikut ini:

- a) Menjadi pengikut Ulama Salaf, Habaib, dan para Auliya' [keterikatan].
- b) Menambah ilmu agar mampu memperbaiki ibadah dan amal [keterikatan; nilai individu].
- c) Membuat Wasiat [nilai individu; kepercayaan].
- d) Memperbaiki hubungan dengan Allah seperti memperbanyak berdzikir dan bertadarus Al-Quran [tujuan; makna; keterikatan; pengampunan].

Faktor mikrokosmos dan makrokosmos yang disepakati ahli psikologi, ahli kultural, dan ahli teori belajar sebagai faktor penyebab munculnya kecemasan (Soeharjono, dalam Wicaksono dan Saufi, 2013: 91) merupakan konteks manusia dalam hidupnya di dunia. Sehingga dapat ditarik analoginya, jika konteks manusia dapat menyebabkan manusia merasa cemas, maka dengan konteks itu pula manusia akan dapat mengatasi kecemasannya. Seperti halnya

ketiga partisipan dalam penelitian ini. Jika ketakutan akan kematian yang menjadi sumber timbulnya masalah dan gangguan psikologis, maka ketakutan akan kematian juga dapat menjadi energi positif bagi ketiga partisipan untuk semakin mempersiapkan diri menghadapi mati.

Jika konteks manusia sebagai mikrokosmos (keadaan diri individu) dan makrokosmos (keadaan lingkungan) menjadi sumber penyebab kecemasan, maka dengan konteks mikrokosmos dan makrokosmos itu pula manusia akan dapat menghadapi rasa cemas dan menemukan solusinya. Sebagaimana ketiga partisipan yang menjadikan konteks dirinya sebagai makhluk mikrokosmos (aspek kognitif dan afektif-emosional) dan sebagai makhluk makrokosmos (aspek sosiokultural dan spiritual) menjadi strategi *coping* dalam mengatasi ketakutan dan kecemasan akan kematian yang terwujud dalam bentuk-bentuk persiapan menghadapi kematian.

E. PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan pada laporan penelitian yang telah penulis paparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa Persiapan Menghadapi Kematian ibu-ibu dewasa madya yang menjadi anggota Majelis Taklim Nurul Habib terbagi dalam dua bentuk persiapan, yakni Persiapan Material dan Persiapan Non-Material. Adapun Persiapan Material terdiri dari kain kafan, jarik, kapur barus, papan, cendana, kapas, sabun, sampho, dan minyak wangi. Sementara Persiapan Non-Material terbagi dalam empat unsur yang ada dalam diri manusia, yakni Kognitif, Emotif-Afektif, Sosiokultural dan Spiritual.

2. Saran

Kajian ilmiah mengenai kematian dalam ranah psikologi positif masih minim. Kajian maupun intervensi harapan kematian dianggap sangat perlu di era saat ini, karena banyak orang yang melupakan kematian bukan karena sibuk dengan urusan dunia, tetapi karena mereka tidak tahu bagaimana cara mewujudkan kematian yang baik.

Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian sejenis, agaknya mempersiapkan penelitiannya jauh-jauh hari. Penulis yang melakukan penelitian ini selama kurang lebih 9 bulan masih merasa sangat kurang lama, karena masih banyak hal yang bisa digali lebih dalam terkait persiapan menghadapi kematian pada ketiga partisipan dalam penelitian ini.

Penelitian mengenai analisis faktor protektif dan faktor resiko yang mempengaruhi kesiapan menghadapi kematian individu juga menjadi hal yang dipertimbangkan untuk kemudian diteliti lebih lanjut, mengingat hasil analisis faktor protektif dan faktor resiko dalam penelitian ini masih membutuhkan eksplorasi yang terwujud dalam penelitian lanjutan dengan tema kematian. Penelitian lanjutan pada laki-laki dewasa madya terkait persiapan menghadapi kematian menjadi hal yang menarik untuk diteliti. Hasil penelitian ini kemudian bisa dijadikan referensi untuk membandingkan bagaimana persiapan menghadapi kematian antara wanita dan laki-laki dewasa madya.