

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka Persiapan dan Kesiapan**

##### **1. Pengertian Persiapan dan Kesiapan**

Persiapan berasal dari kata “siap” yang mendapat awalan per- dan akhiran -an. Berikut pengertian mengenai persiapan:

“(1) perlengkapan dan persediaan (untuk se-suatu); (2) perbuatan (hal dsb) bersiap-siap atau mempersiapkan; tindakan (rancangan dsb) untuk sesuatu.” (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2003).

Sehingga, dapat disimpulkan jika persiapan menghadapi kematian adalah segala bentuk perlengkapan, perencanaan, upaya, tindakan, usaha, dan pengalaman sadar individu untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian. Sedangkan kesiapan berasal dari kata “siap” yang mendapat awalan ke- dan akhiran -an. Terdapat beberapa pengertian mengenai kesiapan:

“Kesiapan adalah suatu keadaan bersiap-siap untuk mempersiapkan sesuatu.” (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2003).

“Kesiapan adalah tingkat perkembangan dari kematangan atau kedewasaan yang menguntungkan untuk mempraktekkan sesuatu.” (Chaplin, 2006: 419).

“Kesiapan adalah tingkatan atau keadaan yang harus dicapai dalam proses perkembangan perorangan pada tingkatan pertumbuhan mental, fisik, sosial dan emosional”. (Hamalik, 2008: 94).

“Kesiapan merupakan kombinasi dari kemampuan dan keinginan yang berbeda yang ditunjukkan seseorang pada tiap-tiap tugas yang diberikan.” Martinsusilo (dalam Siahaan 2009).

Martinsusilo (dalam Siahaan 2009), juga menjelaskan ada dua komponen utama dari kesiapan yaitu kemampuan dan keinginan. Kemampuan adalah pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan yang dimiliki seorang ataupun kelompok untuk melakukan kegiatan atau tugas tertentu. Sedangkan keinginan berkaitan dengan keyakinan, komitmen, dan motivasi untuk menyelesaikan tugas atau kegiatan tertentu.

Sehingga dapat disimpulkan jika kesiapan menghadapi kematian adalah tingkatan atau keadaan yang memiliki komponen kemampuan dan keinginan yang dicapai dalam proses perkembangan perorangan ketika mempersiapkan diri dalam menghadapi kematian.

Pada dasarnya, persiapan dan kesiapan memiliki pengertian yang tidak jauh berbeda, karena pada kata dasar kedua kata “persiapan” dan “kesiapan” adalah sama, yakni “siap”. Perbedaan keduanya terletak pada penggunaannya. Persiapan menghadapi kematian digunakan untuk menggeneralisasi segala bentuk perlengkapan, perencanaan, upaya, tindakan, dan usaha individu untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian. Sedangkan kesiapan menghadapi kematian digunakan untuk menyatakan tingkatan kombinasi dari kemampuan dan keinginan yang ditunjukkan seseorang atas persiapan-persiapan menghadapi kematian yang dilakukan.

## 2. Tingkat Kesiapan

Martinsusilo (dalam Siahaan, 2009) membagi tingkat kesiapan berdasarkan kuantitas keinginan dan kemampuan bervariasi dari sangat tinggi hingga sangat rendah, antara lain:

### a. Tingkat Kesiapan 1 (R1)

- 1) Tidak mampu dan tidak ingin, yaitu tingkatan tidak mampu dan hanya memiliki sedikit komitmen dan motivasi.
- 2) Tidak mampu dan ragu, yaitu tingkatan tidak mampu dan hanya memiliki sedikit keyakinan.

### b. Tingkat Kesiapan 2 (R2)

- 1) Tidak mampu tetapi berkeinginan, yaitu tingkatan yang memiliki sedikit kemampuan tetapi termotivasi dan berusaha.
- 2) Tidak mampu tetapi percaya diri, yaitu tingkatan yang hanya memiliki sedikit kemampuan tetapi tetap merasa yakin.

### c. Tingkat Kesiapan 3 (R3)

- 1) Mampu tetapi tidak ingin, tingkatan yang memiliki kemampuan untuk melakukan suatu tugas tetapi tidak ingin menggunakan kemampuan tersebut.
- 2) Mampu tetapi ragu, yaitu tingkatan yang memiliki kemampuan untuk melaksanakan suatu tugas tetapi tidak yakin dan khawatir untuk melakukannya sendiri.

d. Tingkat Kesiapan 4 (R4)

- 1) Mampu dan ingin, yaitu tingkatan yang memiliki kemampuan untuk melakukan tugas seringkali menyukai tugas tersebut.
- 2) Mampu dan yakin, yaitu tingkatan yang memiliki kemampuan untuk melaksanakan tugas dan yakin dapat melakukannya seorang diri.

## B. Psikologi Kematian

Dalam dimensi ilmu psikologi para ahli cenderung banyak membahas tentang kematian itu sendiri tanpa menjeniskannya. Mereka memandang lebih pada proses perkembangan, pertumbuhan dan perubahan menuju kematian. Berkaitan tentang definisi para ahli tentang kematian itu sendiri, mereka lebih melihat pada aspek yang tampak dari sebuah kematian. Hal ini bisa dilihat dari beberapa definisi yang menjelaskan tentang bentuk-bentuk kematian manusia (Gunarsa, 2006: 442-444):

### 1. Kematian Fisiologis (*physiological death*)

Seseorang dikatakan mati atau mengalami kematian fisiologis bila semua proses fisik yang menopang hidupnya berhenti berproses.

### 2. Kematian Psikologis (*psychological death*)

Kematian ini terjadi ketika seseorang kehilangan “dirinya” suatu kepribadian yang terintegrasi yang membuatnya mampu berinteraksi dengan orang lain (*personhood*). Biasanya kehilangan ini terjadi sesudah

kematian fisiologis, tetapi tidak selalu demikian. Pada kasus-kasus demencia dan koma, kematian psikologis mendahului kematian fisiologis.

### 3. Kematian Sosial (*social death*)

Kematian sosial merupakan proses ketika orang lain terputus hubungannya dengan yang sudah meninggal. Kematian sosial ditandai dengan upacara pemakaman, upacara ritual, berbicara atau berpikir tentang orang yang sudah meninggal. Seseorang yang sedang mengalami koma atau berhentinya kerja otak juga disebut mengalami kematian sosial, disamping mengalami kematian psikologis.

Manusia biasanya membicarakan kematian secara spontan dan refleks, sebab ketakutan berpisah dengan keindahan hidup dan ketakutan akan kehilangan yang tidak pasti (*the unknown nihilistic*) merupakan sesuatu yang bersifat psikis yang tidak dapat disembunyikan maupun dihindari. Setiap manusia berusaha untuk mengetahui rahasia misterius yang menyibukkan pikiran seluruh manusia, yaitu rahasia destinasi akhir manusia. Rahasia ini justru lebih misterius dan lebih menakutkan lagi dari kematian itu sendiri.

Sebagian psikolog mengatakan, ketakutan akan kematian menyeret manusia untuk melontarkan pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut: Mengapa? Dan kemana? Dengan kata lain, yang paling banyak menyibukkan pikiran manusia adalah destinasi akhir kehidupan manusia (Ghalib dalam Rashed, 2008: 4). Sebagian besar psikolog juga menganggap bahwa melupakan kematian atau mengabaikannya merupakan sebuah pengkhianatan besar pada

diri pribadi manusia itu sendiri. Begitu pikiran tentang kematian meloncat dan menelusup masuk ke dalam benak dan diri kita, ia akan langsung menciptakan kekacauan dan kegamangan di dalam relung terdalam batin kita.

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.

Menurut keyakinan Ranke (dalam Rashed, 2008: 5), kehidupan manusia tidak lain hanyalah konflik (pergulatan) antara keterpisahan dan kebersatuan, atau antara hidup dan mati, atau antara kecemasan akan (kehilangan) aktivitas otonom yang mandiri dan kecemasan akan ketergantungan pada orang lain.

Sementara itu, Erich Fromme (dalam Rashed, 2008: 6) mengatakan, kecenderungan untuk hidup merupakan kecenderungan yang positif, sedangkan kecenderungan pada kematian merupakan kecenderungan negatif, destruktif, dan dekonstruktif. Oleh karena itu, kecenderungan pada kehidupan diiringi dengan spirit kekuatan, cinta, kebaikan, dan keluhuran. Sementara kecenderungan pada kematian kita lihat diiringi dengan rasa kelemahan, kerapuhan, kebencian, keburukan, dan kenistaan.

Akan tetapi, Fromme (dalam Rashed, 2008: 6), juga berbicara pada kita mengenai dua jenis ketakutan akan kematian:

“Jenis ketakutan normal yang dirasakan oleh setiap ketika merenungkan ide kematian, dan jenis ketakutan abnormal (menyimpang) yang mengambil bentuk kegelisahan ekstrem (*extreme anxiety*) yang nyaris tidak pernah meninggalkan (alam pikiran) pelakunya.”

Barangkali jenis terakhir inilah yang disebut Fromme sebagai ketakutan irasional akan kematian, yang timbul dari perasaan manusia bahwa ia telah gagal dalam hidup, atau tidak mampu hidup secara cukup, atau tidak mampu mewujudkan kemampuan diri dan pengelolaan kemampuan produktifnya.

Menurut Freud dari Ahli Psikoanalisis, kecemasan merupakan akibat dari hasil konflik antara dorongan instingtual yang ingin mencari kepuasan dengan kekuatan represi untuk menghambat dorongan yang muncul. Sementara itu Calvin S. Hall dari Ahli Kultural mengatakan bahwa kecemasan dipandang sebagai ekspresi langsung dari pengaruh sosio-kultural. Mowrer dari Ahli Teori Belajar mengatakan kecemasan dipengaruhi oleh pola belajar “*Conditioning*” dengan adaptasi yang salah serta didasarkan pada pembentukan “*Conditioned Reflex*”. Jersild dari Ahli Konstitusi (ahli yang meneliti tentang sifat alamiah yang dimiliki oleh setiap individu), Freud dari Ahli Psikoanalisis, Calvin S. Hall dari Ahli Kultural dan Mowrer dari Ahli Teori Belajar bersepakat untuk menggabungkan pendapat masing-masing, menjadi dua faktor yang mempengaruhi kecemasan (Soeharjono, dalam Wicaksono dan Saufi, 2013: 91), yaitu:

1. Mikrokosmos (keadaan diri individu)
  - a. Sifat dasar konstitusi individu sejak lahir yang meliputi: emosi, tingkah laku, dan proses berpikir individu.

- b. Keadaan biologi individu seperti jenis kelamin.
  - c. Perkembangan individu yang dapat dilihat dari usia individu.
2. Makrokosmos (keadaan lingkungan)
    - a. Orang tua atau keluarga dirumah.
    - b. Sekolah (kelas), tetangga, teman-teman.
    - c. Masyarakat, meliputi: keadaan sosial, budaya, lingkungan agama, dan sebagainya.

### **C. 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 masa kanak-kanak, remaja, dan

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

Fenomena maut adalah salah satu fenomena yang paling jelas dan kuat bagi makhluk hidup. Semuanya ingin mempertahankan hidupnya. Semut kecil yang diremehkan manusia pun, melawan jika hidupnya terancam. Para filosof memiliki dua pandangan yang bertolak belakang tentang hidup. Ada yang pesimis sehingga memandang hidup ini sebagai suatu yang berat, penuh kesedihan, dan kesulitan lalu berakhir dengan maut yang berarti kepunahan. Ada juga yang optimis menilai hidup sebagai penghormatan dan tanggung jawab yang dapat berakhir dengan kebahagiaan dan kekekalan yang baru diperoleh melalui maut. Tanpa kita sadari, keyakinan bahwa setiap saat kita bisa dijemput kematian memiliki pengaruh yang amat besar bagi kehidupan seseorang. Begitupun keyakinan adanya kelanjutan hidup setelah kematian. Dalam islam secara tegas mengajarkan bahwa tiada seorangpun yang bisa menemani dan menolong perjalanan arwah kecuali akumulasi dari amal kebaikan kita sendiri (Hidayat, 2005: X-XI).

Kepercayaan manusia terhadap kematian merupakan salah satu penggerak manusia beragama. Bahkan Durant mengatakan bahwa maut (kematian) adalah asal-usul semua agama. Boleh jadi kalau tak ada maut, Tuhan tak akan wujud dalam benak manusia. 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 narsisme insani. Untuk menghadapi frustrasi terbesar ini, manusia bertindak religius. (Hidayat, 2006: 158-159).

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 narsisme insani. Untuk menghadapi frustrasi terbesar ini, manusia bertindak religius (Dister, dalam Hidayat, 2006: 105) Bahkan Durant menegaskan bahwa maut adalah asal usul semua agama. “Boleh jadi kalau tak ada maut, Tuhan tidak akan wujud dalam benak kita.” (Shihab dalam Hidayat, 2006: viii). Masalah kematian sangat menggusarkan

manusia. 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 taqdir,

أَيْنَمَا 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

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ  
الْغَفُورُ ٢

manusia dapat mengambil pelajaran dari keduanya, dan berbuat baik di atas bumi. Di dalam Al-Quran dinyatakan:

Artinya :

*“Yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya. Dan Dia Maha Perkasa lagi Maha Pengampun,”* (QS. Al-Mulk [67] ayat 2)

Kematian hanya merupakan salah satu tahap dari perjalanan manusia sebagai makhluk Allah. Setelah manusia diciptakan dengan sebaik-baiknya bentuk, mulai dari masa konsepsi, Allah kemudian mematikannya. Namun sesudah itu, manusia akan dibangkitkan di hari kiamat (Priyoto, 2015: 160). Menurut perspektif Islam, kematian dianggap sebagai peralihan kehidupan, dari kehidupan dunia menuju kehidupan alam lain. Menurut Islam, setelah meninggal dan dikuburkan, manusia akan dihidupkan kembali. Kematian di alam kubur seperti tidur untuk menghadapi hari kebangkitan. Mereka yang berpisah karena kematian di dunia, dapat bertemu kembali dalam kehidupan setelah mati, manusia akan mempertanggungjawabkan perbuatannya selama hidup di dunia.

Kehidupan setelah mati merupakan hal yang sulit untuk dibuktikan secara empiris. Mereka telah mengalami kematian tidak dapat kembali ke dunia untuk memberi tahu apa yang terjadi setelah mati. Penelitian empiris hanya dapat dilakukan pada orang-orang yang pernah mengalami mati suri, dan setelah beberapa lama, kemudian bangun kembali dari mati sementara

tersebut. Penelitian terhadap mereka menunjukkan adanya kesamaan pola pengalaman mati suri. Hal ini memperlihatkan adanya kemungkinan besar tentang kehidupan setelah mati. (Priyoto, 2015: 106)

Dalam QS. Lukman [31] ayat 34 menerangkan tentang dimana pun kita berada ingatlah selalu Allah. Berusahalah untuk selalu berbuat kebaikan, kapan pun dan dimana pun karena tidak ada seorang pun yang mampu mengetahui di bumi mana dia akan mati.

إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنزِلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ  
وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ  
تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya:

*“Sesungguhnya hanya di sisi Allah ilmu tentang hari Kiamat; dan Dia yang menurunkan hujan, dan mengetahui apa yang ada dalam rahim. Dan tidak ada seorang pun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan dikerjakannya besok. Dan tidak ada seorang pun yang dapat mengetahui di bumi mana dia akan mati. Sungguh, Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal. (QS. Lukman [31] ayat 34)*

Telah jelas, bahwa ilmu Allah meliputi yang gaib dan yang tampak, yang zahir (tampak) maupun yang batin (tersembunyi). Kelima perkara yang disebutkan dalam ayat di atas adalah perkara gaib yang disembunyikan Allah *Subhaanahu wa Ta'aala*, sehingga tidak diketahui oleh nabi, malaikat yang dekat maupun manusia, yakni kapan terjadinya. Dia sendiri yang menurunkannya, dan mengetahui kapan turunnya. Dia yang menciptakannya,

dan Dia yang mengetahui hal yang terjadi padanya, apakah nantinya dia akan menjadi orang yang berbahagia atau sengsara.

Anwar (1981) memaparkan pemahaman tentang memaknai surga dan neraka yang disandarkan pada al-quran berdasar atas apa yang difirmankan oleh Allah SWT dalam QS. An-Nahl [16] ayat 32:

الَّذِينَ نُوَفِّهِمُ الْمَلَائِكَةَ طَيِّبِينَ يَقُولُونَ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ ادْخُلُوا  
الْجَنَّةَ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ۝ ٣٢

Artinya:

“(yaitu) orang yang diwafatkan oleh para malaikat dalam keadaan baik, mereka (para malaikat) mengatakan (kepada mereka), “Salaamun’alaikum, masuklah kamu ke dalam surga karena apa yang telah kamu kerjakan.” (QS. An-Nahl [16] ayat 32).

Ayat tersebut menjelaskan bila kematian telah menjemput, suami atau istri, anak, keluarga, teman, harta dan jabatan akan anda tinggalkan. Hanya amal yang akan menemani manusia saat berada dalam alam kubur. Amal pula yang akan menentukan dimana manusia tersebut akan tinggal nanti. Bila amal kebaikan yang menemani, surga akan menjadi tempat pelabuhan akhir.

#### D. Masa Perkembangan Dewasa Madya

Masa prenatal, bayi, remaja, dewasa, lansia, hingga tutup usia adalah rentang kehidupan yang dilalui manusia dalam tahap perkembangannya.

Mappiare (1983: 173) mendefinisikan secara teoritis-psikologis dan fisiologis bahwa rentang usia antara 40-60 tahun merupakan masa tengah baya bagi banyak orang. Setengah baya menunjukkan banyak kesamaan dengan masa remaja. Khusus posisi usia setengah baya, sama dengan posisi masa remaja.

Menurut Mappiare (1983: 176) perubahan-perubahan hal fisik dan psikis juga terdapat kesamaan antara dua masa kehidupan itu. Persamaannya adalah dalam kedua masa itu terjadi perubahan fisik dan psikis yang akan mempengaruhi tahapan dalam masa perkembangan berikutnya. Sebaliknya, jika dalam masa remaja, penampilan fisik, kemampuan sensoris, fungsi fisiologis, kesehatan, dan seksual akan berubah dan berkembang ke arah produktif dan optimal, sedangkan dalam masa dewasa madya, hal-hal tersebut akan mengalami penurunan dalam perkembangannya. Seperti halnya perubahan pada fungsi fisiologis dalam dewasa madya akan terjadi secara kompleks. Mappiare (1983: 204) menjelaskan bahwa perubahan bagi syaraf-syaraf penerima luar badan tidaklah terjadi tanpa kesejajaran dengan perubahan organ-organ dalam dan keberfungsian organ-organ tersebut.

Bagi sebagian besar perubahan, secara langsung atau tidak, disebabkan oleh perubahan syaraf-syaraf dalam tubuh. Pelindung bagi urat nadi menjadi mudah rusak sejalan dengan meningkatnya usia setengah baya, dan ini menimbulkan kesukaran-kesukaran yang saling keterkaitan. Kelenjar-kelenjar tubuh semakin tahun akan menurun atau melemah daya kerjanya. Pori-pori dan kelenjar kulit lebih lambat mengeluarkan air-keringat dibanding sebelum masa ini, sehingga sering kali seseorang merasa cepat lelah. Kelenjar-kelenjar

yang berhubungan dengan proses pencernaan makanan (di mulut) sering pula menimbulkan kesukaran pencernaan perut bagi orang-orang setengah baya di samping juga kekurang-berfungsian kelenjar perut itu sendiri (Mappiare, 1983: 204-205).

Lebih lanjut Mappiare (1983: 205) memaparkan akibat-akibat psikologis yang mungkin terjadi yang ditimbulkan oleh perubahan fungsi fisiologis tersebut 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”.

Pada masa ini penyebab utama kematian adalah penyakit. Akan tetapi, pada masa ini orang tersebut merasa lebih siap untuk menerima kenyataan. Dari segi emosi pun mereka sudah lebih matang dan stabil. Mereka pun dapat memikirkan ingin menghadapi kematian dengan cara seperti apa (Feldman dalam Gunarsa, 2006: 445). Walaupun demikian, bukan berarti rasa takut tidak timbul dalam diri mereka. Pada masa ini, justru rasa takut muncul lebih kuat daripada pada masa-masa sebelumnya. Rasa takut ini kemudian membuat mereka mulai menghitung sisa waktu yang ada dan jumlah waktu yang telah dilewati. 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.

Dalam terminologi psikososial, masa dewasa pertengahan dianggap periode yang relatif tenang (Whitbourne dan Connolly, dalam Papalia, dkk., 2008: 790). Freud (1906/1942) melihat psikoterapi tidak ada gunanya bagi orang berusia di atas 50 tahun karena dia yakin bahwa kepribadian telah terbentuk secara permanen pada usia tersebut. Costa dan McCrae (1994) juga menggambarkan usia paruh baya sebagai waktu stabilitas esensial dalam kepribadian.

Sebaliknya, teoretisi humanis seperti Carl Rogers dan Abraham Maslow memandang usia paruh baya sebagai peluang bagi perubahan positif. Rogers (1961) berpendapat bahwa fungsi penuh manusia mensyaratkan proses konstan seumur hidup untuk mengharmoniskan diri dengan pengalaman. Merujuk Maslow (1968), *self-actualization* (aktualisasi diri) (kesadaran penuh potensi manusia) hanya dapat muncul seiring dengan kematangan. (dalam Papalia, dkk., 2008: 790).

Maslow percaya bahwa seseorang yang ingin beraktualisasi diri, maka ia harus secara teratur memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka lainnya dan juga memiliki nilai-nilai B. Maslow (dalam Feits dan Gregory, 2013: 345-346) membuat daftar lima belas karakteristik sementara yang merupakan ciri-ciri orang-orang yang mengaktualisasi diri sampai batasan tertentu. Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah merupakan salah satu karakteristik yang menjadi ciri-ciri bagi orang yang mengaktualisasi diri mereka. Orang-orang yang mengaktualisasi diri dapat menerima diri mereka sendiri apa adanya. Mereka menerima kekurangan orang lain, dan tidak merasa terancam

dengan kelebihan orang lain. Mereka menerima hal-hal alamiah, termasuk dalam hal-hal alamiah dari manusia, apa adanya dan tidak mengharapkan kesempurnaan pada diri mereka dan orang lain. Mereka menyadari bahwa manusia mengalami penderitaan, menjadi tua, dan meninggal dunia.

Melalui sudut pandang agama Islam, peringatan akan kematian menjadi hal yang penting bagi rentang usia 40-60 tahun. Seruan Malaikat Maut (dalam Sitanggal, 2005: 93) tergambar jelas dan gamblang bahwa pada individu yang berusia 40-60 tahun, sudah seharusnya melakukan persiapan menghadapi kematian.

“Hai orang-orang yang telah berumur empat puluh tahun, inilah saatnya kalian mengambil bekal, selagi kalian masih berakal, anggota-anggota tubuh kalian masih kuat-perkasa. Hai orang-orang yang telah berumur lima puluh tahun, telah dekat saatnya memetik dan panen. Hai orang-orang yang telah berumur enam puluh tahun, kalian telah melupakan hukuman Allah, dan melalaikan jawaban atas firman Allah *Subhanallahu wa Ta’ala*, padahal tidak ada lagi penolong bagimu.”

أَوَلَمْ نَعْمَرِكُمْ مَا تَدَّكَّرُ فِيهِ مِنْ تَذَكَّرٍ وَجَاءَكُمْ  
النَّذِيرُ فَذُوقُوا فَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ نَصِيرٍ

Artinya:

“Dan bukankah Kami telah memanjangkan umurmu dalam masa yang cukup untuk berpikir bagi orang yang mau berpikir, dan (bukankah) telah datang kepadamu pemberi peringatan?” (QS. Fathir [35] ayat 37).

## **E. Krisis Dewasa Madya**

Proses perkembangan manusia terdiri dari beberapa tahap, dimulai sejak lahir sampai akhir kehidupan. Beberapa tahap perkembangan merupakan periode krisis yaitu periode dimana individu berusaha untuk mengatasi kesenjangan antara masa lalu dan masa depan yang mengancam kontinuitas kehidupannya (Levinson, dalam Hapsah 2010). Masa dewasa madya termasuk salah satu masa krisis tersebut karena pada masa ini individu harus mengatasi kesenjangan antara masa muda yang telah berlalu dengan masa depan di usia tua yang datang. Kelompok ini memerlukan perhatian untuk menemukan cara yang tepat dalam menghadapi kesenjangan tersebut.

Krisis paruh baya seringkali lebih dikenal dengan istilah puber kedua. Sebagaimana halnya dengan masa pubertas yang dialami remaja, puber kedua ini terkait dengan terjadinya perubahan fisik yang signifikan dalam diri individu. Perbedaannya, karakter utama perubahan fisik pada remaja adalah penambahan kapasitas, sementara perubahan fisik pada dewasa madya yang ditandai dengan penyusutan kapasitas (Berk, 2005).

Berbeda dengan masa puber pertama yang ditunggu-tunggu dan disambut dengan suka cita, masa puber kedua justru menjadi masa-masa di mana seseorang dihinggapi rasa takut dan keraguan diri, yaitu takut menjadi tua, takut menjadi tidak menarik lagi, takut mati, takut tidak berguna lagi, takut tidak kuat lagi, dan sebagainya (Berk, 2005).

Perubahan dalam kepribadian dan gaya hidup sepanjang awal sampai pertengahan empat puluhan sering kali dihubungkan dengan krisis paruh baya, periode yang biasanya menekan, yang diakibatkan oleh perenungan dan pengevaluasian kembali kehidupan seseorang. Krisis paruh baya dikonseptualisasikan sebagai krisis identitas, yang disebut dengan istilah Puber Kedua. Yang membangkitkannya, kata Elliott Jacques (1967), psikoanalisis yang menemukan istilah tersebut, adalah kesadaran akan mortalitas. Banyak orang saat ini menyadari bahwa mereka tidak dapat memenuhi mimpi masa muda mereka, atau pemenuhan mimpi mereka tidak memberikan kepuasan sebagaimana yang mereka perkirakan. Mereka mengetahui bahwa jika mereka ingin mengubah arah, mereka harus bertindak cepat. Levinson (dalam Hapsah: 2010) menyatakan bahwa gejolak masa paruh baya tidak dapat dihindari ketika orang-orang berjuang dengan kebutuhan untuk merestrukturisasi kehidupan mereka.

Peninjauan kembali pada masa paruh baya (*mildlife review*) dapat berupa titik balik psikologis, semacam kemunculan wawasan baru tentang diri dan mendorong koreksi masa paruh baya dalam desain dan rencana kehidupan seseorang (Clausen, 1990; Moen dan Wethington, 1999; Stewart dan Ostrove, 1998; Stewart dan Vandewater, 1999; dalam Papalia, 2008: 796).

Sebagaimana yang peneliti paparkan mengenai dewasa madya dan krisis yang dialami dewasa madya, pun demikian dengan paparan urgensi usia 40-60 tahun dalam sudut pandang agama Islam, maka dapat disimpulkan bahwa

berbagai macam rasa takut dan keraguan diri akibat menurunnya fungsi fisiologis pada individu dewasa madya membawa mereka pada kesadaran akan mortalitas. Kemudian 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.

#### **F. Majelis Taklim**

Dari segi etimologis perkataan Munawwir (1990) "*Majlis Taklim*" berasal dari bahasa Arab, yang terdiri atas dua kata, yaitu majelis dan taklim. majelis artinya tempat duduk, tempat sidang, dewan, dan taklim diartikan pengajaran. Dengan demikian, secara bahasa "*Majlis Taklim*" adalah tempat untuk melaksanakan pengajaran atau pengajian agama Islam. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) pengertian majelis adalah Lembaga (Organisasi) sebagai wadah pengajian dan kata majelis dalam kalangan ulama' adalah lembaga masyarakat non-pemerintah yang terdiri atas para ulama' Islam.

Di era globalisasi, peran dan fungsi majelis taklim sebagai salah satu komunitas spiritual (agama) yang ada dalam masyarakat menjadi penting adanya. Seperti yang diungkapkan Anwar (2012: 46-69) bahwa majelis taklim memiliki beberapa peranan, yakni:

1. Majelis Taklim sebagai Lembaga Pendidikan Ummat
2. Majelis Taklim sebagai Lembaga Peningkatan Ekonomi Ummat
3. Majelis Taklim sebagai Lembaga Kesehatan Mental Ummat

Di sisi lain, sebuah komunitas spiritual dapat menjadi sumber dukungan sosial atau dapat menjadi sumber *stressor* bagi individu dengan gangguan mental. Josephson dan John (2004: 25) menuliskan dalam *Handbook of Spirituality and Worldview in Clinical Practice*, bahwa: “*Religious and spiritual communities can be a source of support in dealing with mental disorders, but conflicts within the community can be a source of stress for the patient.*” (Agama dan spiritual masyarakat dapat menjadi sumber dukungan dalam berurusan dengan gangguan mental, tetapi konflik dalam masyarakat dapat menjadi sumber stres bagi pasien).

Sebagai lembaga Pendidikan Ummat, sebuah majelis taklim menjadi mediasi antara anggota majelis taklim dengan pengajar (*ustadzah*) untuk menerima informasi dan pengetahuan akan hakekat kematian, termasuk di dalamnya mengenai bekal dan persiapan yang harus dilakukan untuk menghadapi kematian. Segala bentuk pengajaran dalam majelis taklim terkait informasi dan pengetahuan mengenai kematian dapat menjadi sebuah dukungan sosial atau bahkan menjadi *stressor* bagi individu, hal tersebut bergantung pada bagaimana masing-masing individu menyikapinya.

Jadi majelis taklim adalah suatu komunitas muslim yang secara khusus menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran tentang agama Islam. Bertujuan

untuk membina dan mengembangkan hubungan yang santun dan serasi antara manusia dengan Allah swt, antara manusia dengan sesamanya, dan antara manusia dengan lingkungannya.

### **G. Persiapan Menghadapi Kematian usia Dewasa Madya**

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 dihinggapi 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.

Leming (dalam Wicaksono dan Meiyanto, 2003: 59) menyatakan jika, Religiusitas memiliki peran penting dalam menghalau kecemasan dan ketakutan yang terjadi sebagai akibat dari ketidakpastian dan ketidaktahuan yang dialami dalam hidup. Akan tetapi kenyataan di lapangan menunjukkan sebaliknya, yakni meskipun individu tengah baya telah tergabung dalam

komunitas religi dan berada dalam lingkungan religius, hal ini tidak membuat individu tengah baya menjadi siap untuk menghadapi kematian.

Persiapan menghadapi kematian adalah segala bentuk perlengkapan, perencanaan, upaya, tindakan, usaha, dan pengalaman sadar individu untuk mempersiapkan diri menghadapi kematian. Individu yang telah melakukan persiapan akan berada pada suatu tingkatan kesiapan tertentu, tergantung pada kombinasi keinginan dan kemampuan yang dimiliki masing-masing individu.

Persiapan menghadapi kematian bagi usia dewasa madya menjadi tinggi urgensinya, melalui firman Allah *Subhanallahu wa Ta'la* dalam surat Al-Ahqaf [46] ayat 15, Allah *Azza wa Jalla* memperingatkan, bahwa orang yang telah mencapai umur 40 tahun, sudah waktunya menyadari betapa banyak nikmat yang telah dikaruniakan Allah kepadanya, dan juga kepada kedua orangtuanya, lalu mensyukurinya.

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: 52-53).