

**IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI
RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS
MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



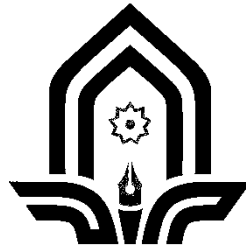
Oleh:
SASI KURNIASIH
NIM. 3318016

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2022**

**IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI
KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI
RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS
MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:
SASI KURNIASIH
NIM. 3318016

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2022**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **Sasi Kurniasih**
NIM : **3318016**
Fakultas : **Ushuluddin, Adab dan Dakwah**
Jurusan : **Tasawuf dan Psikoterapi**

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **"IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN"** adalah benar-benar karya penulis, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya. Apabila dikemudian hari terbukti skripsi ini ternyata plagiasi, penulis bersedia memperoleh sanksi akademik dan dicabut gelarnya.

Pekalongan, 12 Oktober 2022

Yang Menvatakan,



Sasi Kurniasih
NIM. 3318016

NOTA PEMBIMBING

Cintami Farmawati, M.Psi.

Dusun Bejagan Rt. 002 Rw. 005 Desa Purwosari, Kec. Comal, Kab. Pematang

Lamp : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Sasi Kurniasih

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : SASI KURNIASIH

NIM : 3318016

Judul : **IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 12 Oktober 2022

Pembimbing,



Cintami Farmawati, M.Psi.
NIP. 198608152019032009



PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **SASI KURNIASIH**
NIM : **3318016**
Judul Skripsi : **IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN**

yang telah diujikan pada Hari Selasa, 25 Oktober 2022 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Amat Zuhri, M.Ag
NIP. 197204042001121001

Penguji II

Lia Afiani, M.Hum
NIP. 198704192019032008

Pekalongan, 25 Oktober 2022

Disahkan Oleh

Dekan



Dr. Sam'ani, M.Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No.158 tahun 1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam Bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam Bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistic atau kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan Bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi itu sebagian dilambangkan dengan huruf sebagian dilambangkan dengan tanda dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf serta tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	S	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	H	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	Zei (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	S	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	D	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	T	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	Koma terbalik diatas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

1. Vokal

Vokal tunggal	Vokal rangkap	Vokal panjang
ا= a		ا= a
ا= i	ا= ai	ا= i
ا= u	او= au	او= u

2. Ta Marbutah

Ta Marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

مرآة جميلة ditulis *mar'atun jamilah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh :

فاطمة ditulis *Fatimah*

3. Syaddad (tasydid geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddad* tersebut.

Contoh

ربنا ditulis *rabbana*

البرر ditulis *al-birr*

4. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس	Ditulis	<i>Asy-syamsu</i>
الرجل	Ditulis	<i>ar-rojulu</i>
السيدة	Ditulis	<i>As-sayyidah</i>

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang

Contoh:

القمر	Ditulis	<i>al-qamar</i>
-------	---------	-----------------

البدیع	Ditulis	<i>al-badi</i>
الجلال	Ditulis	<i>al-jalal</i>

5. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan akan tetapi jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof '/'

Contoh:

امرت	Ditulis	<i>Umirtu</i>
شيء	Ditulis	<i>Syai'un</i>

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat sehingga penulis bisa mengerjakan skripsi ini sampai selesai.
2. Kedua orang tua, yaitu Bapak Abdurrahman dan Ibu Sri Pujiati serta seluruh keluarga yang senantiasa mendukung dan mendoakan penulis.
3. Untuk Iklimatus Sholihah dan Novia Indriyani yang sudah merelakan waktu dan tenaganya menemani penulis di tempat penelitian.
4. Untuk seluruh teman seperjuangan jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 yang senantiasa memberikan bantuan dan support pada penulis serta teman-teman yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu.
5. Untuk semua pihak yang sering bertanya “kapan lulus?” dan “kapan wisuda?”, kalian adalah motivasi terbesar penulis segera menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Untuk diri penulis sendiri, atas kemauannya untuk menyelesaikan skripsi ini.

MOTTO

“Lakukan sesuatu hari ini sehingga dirimu di masa depan akan berterimakasih
padamu”

-Sean Patrick Falnery-

ABSTRAK

Kurniasih, Sasi. 2022. *Implementasi Koping Religius Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan*. Skripsi. Fakultas/Jurusan Studi: Ushuluddin Adab dan Dakwah/Tasawuf dan Psikoterapi. Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing: Cintami Farmawati, M.Psi

Kata Kunci : Koping Religius, Kecemasan Menghadapi Kematian, Lansia

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh beberapa lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian. Adapun untuk mengatasinya mereka menggunakan koping religius. Penggunaan koping religius positif selalu dihubungkan dengan penyesuaian psikologis yang lebih baik terhadap stressor, namun sebaliknya dengan koping religius negatif. Karena hal itulah penggunaan koping religius positif dianggap lebih baik digunakan oleh individu untuk mengatasi stress atau cemas karena dampaknya cenderung lebih positif. Tetapi pada penelitian yang peneliti lakukan, peneliti menemukan adanya penggunaan bentuk gabungan antara koping religius positif dan negatif pada usaha untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian oleh lansia di RPSBM Kota Pekalongan. Untuk itulah penelitian ini penting dilakukan guna meneliti lebih dalam mengenai bagaimana implementasi koping religius untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan.

Tujuan penelitian adalah: a) Untuk mengetahui bagaimana kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan; b) Untuk mengetahui implementasi koping religius dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan. Kegunaan penelitian terbagi menjadi dua, yaitu kegunaan teoritis dan kegunaan praktis.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian lapangan melalui pendekatan psikologis behavioristik. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koping religius dapat menurunkan kecemasan menghadapi kematian pada lansia dibuktikan melalui pendekatan psikologis behavioristik yaitu terdapat perubahan pada subjek dari aspek fisik, kognitif, perilaku, dan afektif ke arah yang lebih baik dengan menggunakan strategi *collaborative religious coping* dan *self directing* serta menggunakan bentuk gabungan koping religius positif dan negatif dengan aspek-aspek-aspek koping religius yang digunakan yaitu *Benevolent Religious Reappraisal*, *Collaborative Religious Coping*, *Seeking Spiritual Support*, *Religious Purification*, *Seeking Support from Clergy or Members*, *Religious Helping*, *Religious Forgiving*, dan *Self Directing*.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Implementasi Koping Religius Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan”.

Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi guna memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Skripsi ini meneliti mengenai penggunaan koping religius sebagai cara untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami oleh lansia di RPSBM Kota Pekalongan.

Penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak-banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Zaenal Mustakim, M.Ag., selaku Rektor UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan studi di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Dr. H. Sam'ani M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan segala bantuan dan pelayanan dalam proses akademik.

3. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag., selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan sekaligus dosen wali akademik yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Cintami Farmawati, M.Psi., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Segenap dosen serta karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan banyak sumbangsih keilmuan kepada penulis selama masa studi.
6. Serta seluruh pihak yang telah memberikan dukungan serta bimbingan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun akan menyempurnakan penulisan skripsi ini serta bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Pekalongan, 12 Oktober 2022

Penulis,



Sasi Kurniasih

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	v
PERSEMBAHAN.....	ix
MOTTO	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian.....	8
E. Tinjauan Pustaka	9
1. Analisis Teori	9
2. Penelitian Yang Relevan	11

3. Kerangka Berpikir	14
F. Metode Penelitian.....	16
1. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	16
2. Sumber Data.....	17
3. Teknik Pengumpulan Data.....	17
4. Teknik Analisis Data.....	19
G. Sistematika Penulisan	20
 BAB II GAMBARAN UMUM KOPING RELIGIUS DAN KECEMASAN	
MENGHADAPI KEMATIAN	22
A. Koping Religius	22
1. Pengertian Koping Religius	22
2. Strategi Koping Religius	25
3. Macam-Macam Koping Religius	26
4. Faktor Koping Religius	29
B. Kecemasan Menghadapi Kematian.....	30
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Kematian.....	30
2. Aspek-Aspek Kecemasan Menghadapi Kematian.....	33
3. Dimensi Kecemasan Menghadapi Kematian	34
4. Faktor Kecemasan Menghadapi Kematian	36
5. Kecemasan Menghadapi Kematian Perspektif Tasawuf.....	39
 BAB III USAHA MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI	
KEMATIAN PADA LANSIA DI RPSBM KOTA PEKALONGAN	43

A. Gambaran Umum RPSBM Kota Pekalongan	43
1. Profil RPSBM Kota Pekalongan.....	43
2. Visi dan Misi.....	44
3. Kebijakan Operasional	45
4. Target Fungsional.....	45
5. Tugas dan Fungsi	46
6. Unit-Unit Kegiatan.....	47
7. Fasilitas	48
8. Program Kerja	49
9. Tata Cara Pengiriman Kelayan	51
10. Struktur Organisasi	53
B. Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia	54
1. Kecemasan menghadapi kematian lansia sebelum melakukan koping religius.....	55
2. Kecemasan menghadapi kematian lansia setelah melakukan koping religius.....	61
C. Implementasi Koping Religius.....	62
 BAB IV ANALISIS IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA.....	 74
A. Analisis Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia	74
1. Kecemasan Menghadapi Kematian Sebelum Melakukan Koping Religius	76

2. Kecemasan Menghadapi Kematian Setelah Melakukan Koping Religius	77
B. Analisis Implementasi Koping Religius.....	78
BAB V PENUTUP.....	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir Penelitian	17
Gambar 2 Struktur Organisasi RPSBM Kota Pekalongan	53

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kematian adalah keniscayaan, ini berarti kematian adalah suatu keadaan yang pasti terjadi, berlaku bagi semua makhluk ciptaan-Nya, dan tidak ada satu jiwa sekalipun mampu menghindarinya. Membahas kematian bisa menimbulkan kesedihan dalam diri manusia, karena pemahaman mengenai kematian yang dapat menghilangkan semua hal yang mereka cintai dan nikmati. Pemahaman tersebut kemudian menghadirkan sebuah penafian berupa penolakan akan kematian dan sedikit sekali yang mau menerimanya.¹ Seperti yang tertulis dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 96:

وَلْتَجِدْنَهُمْ أَحْرَصَ النَّاسِ عَلَى حَيَاتِهِ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا يَوَدُّ أَحَدُهُمْ لَوْ يُعَمَّرَ أَلْفَ سَنَةٍ وَمَا هُوَ بِمُرْحَرَ حَرْجِهِ مِنَ الْعَذَابِ أَنْ يُعَمَّرَ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِمَا يَعْمَلُونَ

Artinya: "Dan sungguh, engkau (Muhammad) akan mendapati mereka (orang-orang Yahudi), manusia yang paling tamak akan kehidupan (dunia), bahkan (lebih tamak) dari orang-orang musyrik. Masing-masing dari mereka ingin diberi umur seribu tahun, padahal umur panjang itu tidak akan menjauhkan mereka dari azab. Dan Allah Maha Melihat apa yang mereka kerjakan." Dari penggalan ayat tersebut, terlihat bahwa jiwa manusia selalu mendambakan keabadian.²

Kematian sering diidentikkan dengan masa tua, karena masa tua merupakan masa akhir tahap kehidupan manusia, meskipun tidak

xix ¹ Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian*, (Jakarta: Penerbit Noura Books, 2015), hlm.

² Komarudin Hidayat, *Psikologi Kematian...*, hlm. x

memungkiri bahwa kematian bisa datang kapan saja entah itu pada masa muda maupun tua. Lanjut usia dimana selain berhadapan dengan masalah akibat penurunan fisik, juga harus berhadapan dengan masalah psikologis. Dari sisi psikologis, kematian membawa pengaruh yang sangat besar pada alam bawah sadar manusia.³ Salah satu masalah psikologis yang akhirnya muncul adalah kecemasan dalam menghadapi kematian itu sendiri.

Kecemasan menghadapi kematian atau *thanatophobia* adalah perasaan takut dan khawatir mengenai kematian itu sendiri. Kondisi emosional yang tidak menyenangkan seperti tegang, gelisah, was-was, dan bingung ketika terjadi kecemasan menghadapi kematian umum dirasakan oleh lansia. Kecemasan menghadapi kematian masuk dalam golongan kecemasan neurotik, yaitu kecemasan yang mempunyai karakteristik menunjukkan wujudnya seperti penyakit, dan tidak jelasnya objek yang dicemaskan atau takutkan dimana sebenarnya hal-hal tersebut merupakan hal yang tidak perlu ditakuti.⁴

Kecemasan menghadapi kematian disebabkan oleh faktor-faktor berikut, yaitu faktor fisik, dimana lanjut usia mungkin menderita penyakit tertentu yang menimbulkan kecemasan pada kematian, kemudian faktor psikologis seperti pemahaman diri mengenai kematian dan bagaimana lansia membuka diri dengan orang-orang sekitar, dan faktor sosiokultural berupa berubahnya peran lanjut usia dalam lingkungan sosialnya, rasa sulit

³ *Ibid*, hlm. 78-79

⁴ Cintami Farmawati, Miftahul Ula, Esti Zaduqisti, “Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian (Studi Kasus Pada Lansia Terlantar Di RPSBM Kota Pekalongan)”, (Kudus: *Esoterik*, No. 1, Juni, V, 2019), hlm. 129-130

menerima kondisi menjadi tua, tidak harmonisnya hubungan dengan lingkungan sosial, minimnya informasi dan kesejahteraan bagi lanjut usia serta sedikitnya kegiatan sosial yang bisa diikuti oleh lansia.⁵

Dalam sudut pandang tasawuf seperti yang dikemukakan oleh Al Ghazali (dalam Murtiningsih, 2016), kecemasan menghadapi kematian disebabkan oleh panjang angan-angan. Panjang angan-angan disebabkan oleh dua hal, yaitu cinta dunia dan kebodohan. *Pertama*, cinta dunia. Bagi orang yang hatinya sudah sepenuhnya terpaut dengan dunia, hatinya akan sangat sulit untuk melepaskannya begitu saja. Oleh karena itu, ia akan cemas dan tidak mau merenungkan kematian yang menjadi gerbang pemisah dunia dari dirinya. *Kedua*, kebodohan. Manusia menganggap bahwa dirinya tidak akan mati, akibatnya ia menyia-nyiakan usianya untuk memuaskan nafsu dan lalai pada akhirat, serta mengundur-undur melakukan kebaikan.⁶

Menurut Stuard dan Sundeen yang dikutip oleh Arifiati & Wahyuni, dampak dari kecemasan menghadapi kematian dapat menimbulkan respon fisiologis yaitu sistem kardiovaskuler, pernapasan, neuromuskuler, gastrointestinal, saluran perkemihan, integument (kulit), respon pada sistem perilaku, sistem kognitif, dan sistem afektif.

⁵ Widia Sri Ardias, Putri Intan Purwari, "Kecemasan Pada Dewasa Tua (Lansia) Dalam Menghadapi Kematian", (Padang: *Adult Learning*, No. 2, Juli, VI, 2019), hlm. 64

⁶ Murtiningsih, "Kematian Menurut Kaum Sufi", (Cimahi: *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama*, No. 1, April, XVI, 2016), hlm. 16-18

Kecemasan pada lansia dapat menyebabkan kerusakan kognitif, serta terganggunya emosi dan sosial.⁷

Salah satu solusi untuk mengatasi stress ataupun cemas terutama dalam menghadapi kematian adalah mekanisme koping. Mekanisme koping adalah suatu upaya yang dilakukan manusia untuk keluar dari stress ataupun cemas serta membantu individu tersebut mengelola emosi yang menyakitkan. Dengan mekanisme koping, individu dapat menyesuaikan diri dengan keadaan yang membuatnya stress ataupun cemas, serta membantu mereka mempertahankan kesejahteraan emosionalnya. Salah satu cara manusia untuk meredakan kecemasan dalam menghadapi kematian adalah dengan pendekatan agama.⁸

Menurut Pargament yang dikutip oleh Utami, agama membawa pengaruh yang besar dalam pengelolaan stress ataupun cemas. Dalam penelitian Cintami Farmawati, dkk membuktikan keefektifan konseling berbasis tasawuf untuk menurunkan kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Agama dapat mengarahkan atau membimbing dan memberikan dukungan serta harapan pada individu, seperti halnya pada dukungan emosi. Doa, ritual dan keyakinan pada agama dapat membantu seseorang dalam koping pada saat mengalami stress ataupun cemas dalam

⁷ Ratna Febri Arifiati & Endang Sri Wahyuni, "Peningkatan Sense Of Humor Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia", (Salatiga: *Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, No. 2, Desember, I, 2019), hlm. 141

⁸ Layli Mumbaashithoh, "Hubungan Koping Religius Dengan Stres Pada Narapidana Non Residivis Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta", *Skripsi Sarjana Psikologi*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2017), hlm. 7

kehidupan, karena adanya pengharapan dan kenyamanan.⁹ Strategi koping berbasis spiritual untuk menghadapi berbagai kecemasan inilah disebut koping religius.

Menurut Pargament dan Abu-Raiya koping religius adalah usaha untuk memaknai dan mengatasi sumber-sumber stress atau cemas dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan.¹⁰ Dengan kemampuan koping religius yang baik, maka pengelolaan emosi pun akan semakin bagus dan memiliki kemampuan untuk menurunkan stress dan cemas. Nilai religiusitas memegang peranan yang sangat besar dalam kehidupan manusia karena membuat seseorang menjalani kehidupan dengan lebih baik dan senantiasa bertawakal kepada Allah sehingga muncul kedamaian dalam hati.¹¹

Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan adalah sebuah institusi pemerintah di bawah Dinas Sosial yang bertujuan untuk menampung Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS). RPSBM Kota Pekalongan berdiri berdasarkan Surat Keputusan (SK) Walikota Pekalongan Nomor 400/490 tanggal 5

⁹ Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif", (Yogyakarta: *Jurnal Psikologi*, No. 1, Agustus, XXXIX, 2012), hlm. 49

¹⁰ K.I Pargament & H. Abu-Raiya, "Religious Coping Among Diverse Religion: Commonalities and Divergences", (Washington DC: *Psychology Of Religion and Spirituality*, No. 1, Januari, VII, 2015), hlm. 25

¹¹ Tjitjik Hamidah, "Religious Coping Dalam Menghadapi Covid-19", (Jakarta: *Buletin KPIN*, No.7, April, VI, 2020), hlm. 5

November 2009.¹² RPSBM Kota Pekalongan menangani masalah anak jalanan, penderita psikotik, dan juga lanjut usia (lansia).

Melihat kondisi fisik para lanjut usia di RPSBM Kota Pekalongan, banyak dari mereka yang mempunyai penyakit lambung, penglihatan kabur, tidak bisa berjalan atau lumpuh, kehilangan kemampuan untuk mendengar dengan jelas, diabetes, darah tinggi, dan lain sebagainya. Kemudian pada kondisi kognitif, para lansia sering lupa atau pikun. Sedangkan pada kondisi perilaku, lansia lebih suka bermalas-malasan dan sensitif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Ali dan beberapa lansia di RPSBM Kota Pekalongan menyebutkan bahwa mereka mengalami kecemasan menghadapi kematian. Kondisi fisik para lansia yang sering sakit-sakitan menyebabkan mereka takut akan datangnya kematian. Kecemasan menghadapi kematian tersebut menyebabkan mereka lebih berusaha untuk taat beribadah yang dalam hal ini menunjukkan bahwa mereka menggunakan koping religius. RPSBM Kota Pekalongan juga memberikan pembinaan spiritual pada lansia sebanyak dua kali dalam satu minggu yang diharapkan dapat meningkatkan religiusitas lansia melalui kerja sama dengan Departemen Agama Kota Pekalongan.¹³

¹² Nailal Muna, "Peranan Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Dalam Upaya Menangani Pembinaan Anak Jalanan Di Kota Pekalongan", *Skripsi Sarjana Pendidikan*, (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2011), hlm. 13

¹³ Ali, Kelayan lansia di RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 11 April 2022

Terdapat dua macam bentuk koping religius menurut Pargament (dalam Utami, 2012) yaitu koping religius positif dan koping religius negatif.¹⁴ Koping religius positif selalu dihubungkan dengan penyesuaian psikologis yang lebih baik terhadap stressor, namun sebaliknya dengan koping religius negatif. Karena hal itulah penggunaan koping religius positif dianggap lebih baik digunakan oleh individu untuk mengatasi stress atau cemas karena dampaknya cenderung lebih positif.¹⁵ Tetapi pada penelitian yang peneliti lakukan, peneliti menemukan adanya penggunaan bentuk gabungan antara koping religius positif dan negatif pada usaha untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian oleh lansia di RPSBM Kota Pekalongan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana implementasi koping religius untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan Kota Pekalongan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan?
2. Bagaimana implementasi koping religius dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan?

¹⁴ Muhana Sofiati Utami, *loc.cit*

¹⁵ Frida Ayu N.H & I.Gst.Ng.Gunadi S.P, "Koping Religius Pada Skizofrenia", (Surabaya: *Jurnal Psikiatri Surabaya*, No. 1, Desember, VII, 2020), hlm. 11

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan;
2. Untuk mengetahui implementasi koping religius dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia di RPSBM Kota Pekalongan.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi khususnya mengenai koping religius untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

2. Secara Praktis

- a. Bagi subjek, agar individu lanjut usia dapat menerima dan memahami keadaan diri, serta dapat melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk mengisi hari tuanya;
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi dalam penelitian mengenai koping religius dan kecemasan menghadapi kematian pada lansia;
- c. Bagi RPSBM Kota Pekalongan, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan apabila ditemukan lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Koping Religius

McDonald dan Gorsuch yang dikutip oleh Prihwanto mendefinisikan koping religius sebagai metode yang digunakan individu dengan menggunakan agamanya untuk mengatasi masalah-masalah seperti cemas ataupun stress yang dialami dalam kehidupan.¹⁶

Mengutip pernyataan Pargament dalam jurnal yang ditulis oleh Angganantyo, strategi koping religius diidentifikasi menjadi tiga, yaitu: (1) *Self directing*. *Self directing* adalah metode koping religius dengan cara berfokus dan bergantung pada diri sendiri daripada Tuhan. Berfokus pada diri sendiri bukan berarti melupakan Tuhan, hanya intensitasnya yang berbeda. (2) *Deferring*, yaitu cenderung lebih menanggukkan dan menyerahkan semuanya kepada Tuhan secara pasti. (3) *Collaborative*, yang merupakan gabungan dari *self directing* dan *deferring* dimana individu dan Tuhan menjadi partner.¹⁷

Koping religius dibagi menjadi dua, yaitu koping religius positif dan koping religius negatif.

Aspek-aspek koping religius positif adalah: *benevolent religious reappraisal* (mendefinisikan kembali stressor

¹⁶ Puji Prihwanto, dkk, *Konseling Lintas Agama dan Budaya: Strategi Konseling di Era Modern*, (Bogor: Guepedia, 2021), hlm. 82-83

¹⁷ Wendio Angganantyo, "Coping Religius Pada Karyawan Muslim DI Tinjau Dari Tipe Kepribadian", (Malang: *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, No. 1, Januari, II, 2014), hlm. 53

melalui agama secara baik dan menguntungkan), *collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah), *seeking spiritual support* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih Allah), *religious purification* (mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius), *spiritual connection* (mencari rasa keterhubungan dengan kekuatan transenden), *seeking support from clergy or members* (mencari kenyamanan dan keamanan melalui cinta kasih saudara seiman dan alim ulama), *religious helping* (meningkatkan dukungan spiritual dan kenyamanan pada sesama), dan *religious forgiving* (mencari pertolongan agama dengan membiarkan pergi rasa sakit hati). Aspek-aspek coping religius negatif adalah: *punishing God reappraisal* (menggambarkan kembali stressor sebagai sebuah hukuman dari Allah atas dosa yang dilakukan), *demonic reappraisal* (menggambarkan kembali stressor sebagai tindakan yang dilakukan oleh setan/kekuatan jahat), *reappraisal of God's powers* (menggambarkan kekuatan Allah untuk mempengaruhi situasi stress), *self-directing religious coping* (mencari kontrol melalui inisiatif individu dibandingkan meminta bantuan pada Tuhan), *spiritual discontent* (ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan pada Tuhan), dan *interpersonal religious discontent* (ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap alim ulama atau saudara seiman).¹⁸

b. Kecemasan Menghadapi Kematian

Henderson yang dikutip oleh Wijayanti dan Lailatushifah mendefinisikan kecemasan menghadapi kematian sebagai reaksi dari kognitif dan emosi ketika memikirkan keadaan mati yang kemudian menimbulkan ketakutan.¹⁹

Menurut Nevid yang dikutip oleh Cintami Farmawati, dkk, aspek atau ciri-ciri kecemasan menghadapi kematian diklasifikasikan menjadi tiga. *Pertama*, kondisi fisik. Ciri fisik

¹⁸ Muhana Sofiati Utami, *op.cit*, hlm. 50

¹⁹ Ari Wijayanti & Siti Noor Fatmah Lailatushifah, "Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Orang Dengan Diabetes Melitus", (Yogyakarta: *Insight*, No. 1, Februari, X, 2012), hlm. 55

berupa jantung berdebar, keringat dingin, kepala pusing, ujung jari terasa dingin, sulit tidur, dada sesak, nafsu makan menurun atau hilang, gangguan pencernaan, merasa lemas dan badan terasa kaku. *Kedua*, kondisi perilaku (behavioral). Ciri perilaku meliputi bermalas-malasan, menghindar, dan perilaku dependen. Ketiga, kondisi kognitif. Ciri kognitif meliputi khawatir tentang sesuatu yang sepele, perasaan takut dengan sesuatu yang terjadi di masa yang akan datang, khawatir akan ditinggal sendiri, sulit berkonsentrasi, dan ketidakmampuan menghadapi masalah.²⁰ Sedangkan menurut Stuart yang dikutip oleh Annisa & Ifdil, terdapat tambahan satu aspek atau ciri-ciri dalam kecemasan menghadapi kematian, yaitu kondisi afektif. Ciri afektif meliputi mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, khawatir, rasa bersalah, dan timbul perasaan malu.²¹

2. Penelitian Yang Relevan

Penelitian koping religius merupakan kajian yang sudah banyak diteliti. Mengenai penelitian terkait koping religius, peneliti mengacu pada penelitian terdahulu, diantaranya:

- a. Skripsi yang ditulis oleh Laela Masyitoh yang berjudul “Peranan Koping Religius Terhadap Kecemasan Calon TKI”. Berdasarkan penelitian tersebut, diketahui bahwa ada bentuk-bentuk koping religius yang dilakukan oleh calon TKI ketika

²⁰ Cintami Farmawati, Miftahul Ula, Esti Zaduqisti, *Op.cit.*, hlm. 130

²¹ Dona Fitria Annisa & Ifdil, “Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia”, (Padang: *Konselor*, No. 2, Juni, V, 2016), hlm. 94-95

mengalami situasi yang dinilai mengancam seperti mendapat perlakuan yang tidak senonoh, ketidakpastian keberangkatan, dan adanya pemerasan. Adapun bentuk-bentuk koping religius yang dilakukan adalah sholat, dzikir, dan berdoa.²² Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis terletak pada variabel Y, dimana variabel Y pada penelitian tersebut adalah kecemasan calon TKI, sedangkan penelitian penulis adalah kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Kemudian persamaannya yaitu sama-sama meneliti tentang koping religius dan pengaruhnya pada kecemasan.

- b. Skripsi yang ditulis oleh Layli Mumbaashithoh berjudul “Hubungan Koping Religius Dengan Stres Pada Narapidana Non Residivis Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta”. Hasil penelitian tersebut adalah bahwa koping religius positif mempunyai hubungan negatif dengan stres, artinya semakin tinggi koping religiusnya, semakin rendah stres yang dialami oleh narapidana, dan sebaliknya.²³ Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis terletak pada tempat dan variabel Y. Sedangkan persamaannya adalah sama-sama meneliti mengenai koping religius.

²² Laela Masyitoh, “Peranan Koping Religius Terhadap Kecemasan Calon TKI”, *Skripsi Sarjana Psikologi*, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2007), hlm. iii

²³ Layli Mumbaashithoh, *op.cit.*, hlm. xvi

- c. Penelitian dengan judul “Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian (Studi Kasus Pada Lansia Terlantar di RPSBM Kota Pekalongan)” yang ditulis oleh Cintami Farmawati, dkk, dalam jurnal *Esoterik*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa konseling sufistik dapat menurunkan kecemasan menghadapi kematian pada lansia dengan adanya perubahan kondisi emosional yang lebih baik antara sebelum dan sesudah konseling sufistik.²⁴ Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis terletak pada variabel X, dimana variabel X pada penelitian tersebut adalah konseling sufistik sedangkan penelitian penulis adalah koping religius. Kemudian persamaannya adalah pada tempat penelitian dan variabel Y, yaitu kecemasan menghadapi kematian pada lansia.
- d. Penelitian yang ditulis oleh Muhammad Ilyas dan Zulfan Effendi berjudul “Pengaruh Terapi Islami Terhadap Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian.” Hasil penelitian tersebut adalah bahwa terapi islami berpengaruh untuk mengurangi kecemasan lansia dalam menghadapi kematian dengan terapi berdo'a sebagai indikator yang paling dominan.²⁵ Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis terletak pada variabel X, dimana variabel X pada penelitian tersebut adalah

²⁴ Cintami Farmawati, Miftahul Ula, Esti Zaduqisti, *op.cit.*, hlm. 127

²⁵ Muhammad Ilyas dan Zulfan Effendi, “Pengaruh Terapi Islami Terhadap Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian”, (Padangsidempuan: *Al- Irsyad*, No. 1, Juni, I, 2019), hlm. 158

terapi islami sedangkan penelitian penulis adalah koping religius. Kemudian persamaannya adalah bahwa kedua penelitian tersebut sama-sama meneliti tentang kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

Penelitian mengenai koping religius sudah banyak yang dilakukan, namun penelitian mengenai koping religius pada lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian belum pernah dilakukan.

3. Kerangka berpikir

Para lansia sebelum berada di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan hidup dengan kondisi yang menyedihkan, kebanyakan dari mereka ditelantarkan oleh keluarganya. Para lansia dimana seharusnya menikmati masa tuanya dengan tenang harus dihadapkan pada problematika sosial. Tekanan sosial tersebut dapat berujung pada masalah psikologis lansia. Tekanan-tekanan psikologis dan sosial dapat menimbulkan berbagai kecemasan dalam diri lansia.

Lansia yang berada di RPSBM Kota Pekalongan jauh dari keluarga, sendirian, sehingga ketika mereka mengingat kematian, yang ada hanyalah ketakutan dan kecemasan akan kematian itu sendiri. Terdapat empat aspek yang menjadi tolak ukur seseorang bisa dikatakan mengalami kecemasan menghadapi kematian menurut Nevid dan Stuart yang menjadi acuan dalam penelitian ini. Empat aspek tersebut adalah aspek fisik, aspek kognitif, aspek perilaku, dan aspek

afektif. Berdasarkan observasi dan wawancara, diketahui para lansia mengalami kecemasan menghadapi kematian pada empat aspek tersebut, seperti jantung berdebar, keringat dingin, sulit konsentrasi, menjadi tidak sabar, menyendiri, dan lain sebagainya.

Dalam diri manusia, terdapat suatu mekanisme pertahanan diri yang digunakan untuk menangkal stres kehidupan. Mekanisme pertahanan diri tersebut bermacam-macam, salah satunya adalah koping religius. Koping religius digunakan individu ketika mereka menginginkan sesuatu yang tidak bisa mereka dapatkan dari manusia, dan mendapati dirinya tidak mampu menghadapi kenyataan.²⁶

Para lansia di RPSBM Kota Pekalongan melakukan koping religius sebagai upaya untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami. Terdapat aspek-aspek yang bisa dijadikan acuan bahwa seseorang tersebut melakukan koping religius berdasarkan pendapat Pargament (dalam Utami, 2012), yaitu *collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah), *seeking spiritual support* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih Allah), *religious purification* (mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius), dan lain sebagainya.²⁷

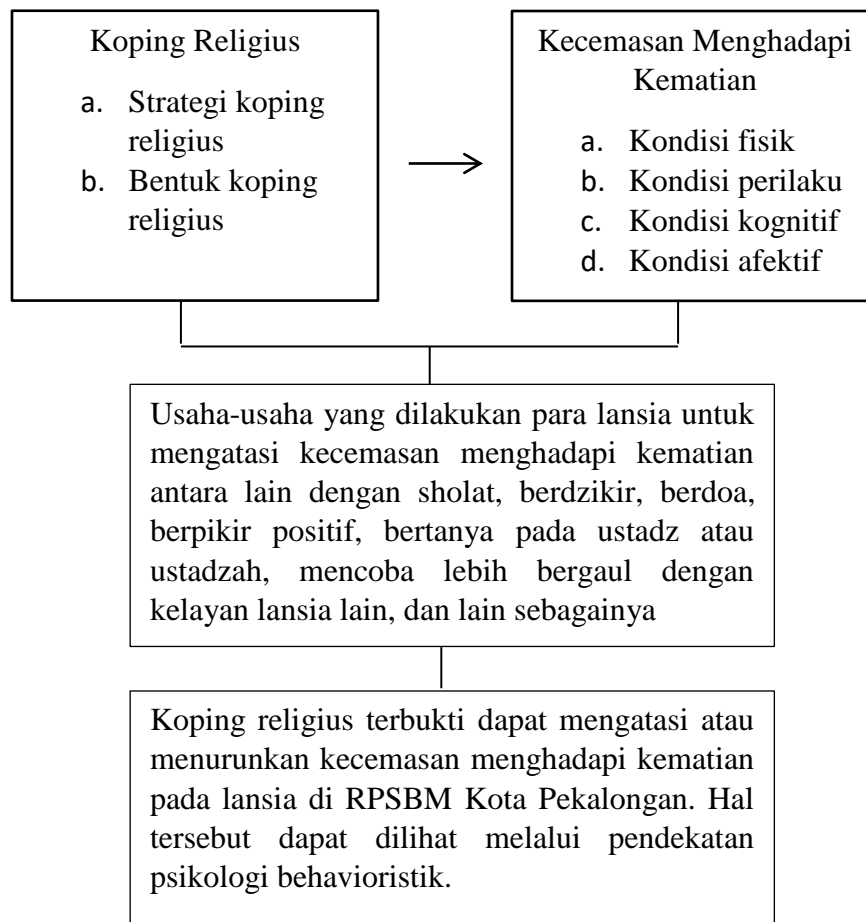
Usaha-usaha yang dilakukan para lansia untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami antara lain dengan sholat, berdzikir, berdoa, berpikir positif, bertanya pada ustadz atau

²⁶ Vega Meiryska Dwi Anjani, "Dukungan Sosial Dengan Strategi Koping Religius Pada Janda Polisi (WARAKAWURI)", (Semarang: *Intuisi*, No. 3, November, XI, 2019), hlm. 224

²⁷ Muhana Sofiati Utami, *loc.cit*

ustadzah, mencoba lebih bergaul dengan kelayan lansia lain, dan lain sebagainya dimana dalam hal ini menunjukkan bahwa mereka melakukan koping religius. Menurunnya kecemasan menghadapi kematian melalui usaha-usaha koping religius tersebut dapat dilihat melalui pendekatan psikologi behavioristik. Menurut teori behavioristik B.F Skinner (dalam Khairul, dkk, 2021), perubahan tingkah laku manusia dipengaruhi oleh stimulus dan respon.²⁸ Dalam hal ini, kecemasan menghadapi kematian merupakan stimulus, dan koping religius merupakan respon yang diberikan. Berdasarkan observasi dan wawancara, terdapat perubahan tingkah laku lansia menjadi lebih *positive thinking*, *positive acting*, dan *positive hoping* setelah melakukan respon koping religius dan perubahan tingkah laku tersebut dapat menurunkan kecemasan menghadapi kematian yang dialami lansia. Hal tersebut membuktikan bahwa koping religius dapat menurunkan kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

²⁸ Khairul, dkk, "Metode Pendekatan Psikologis Dalam Studi Islam", (Medan: *Al-Mahyra*, No. 1, April, II, 2021), hlm. 24



Keterangan:

- Tanda anak panah horizontal= mengatasi

Gambar 1. Kerangka Berpikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*).

Penelitian lapangan merupakan penelitian yang secara intensif

mempelajari tentang latar belakang keadaan sekarang, dan interaksi suatu sosial individu, kelompok, lembaga, dan masyarakat.²⁹

Penelitian lapangan ini menggunakan pendekatan psikologi behavioristik yang dipelopori oleh B.F Skinner (dalam Khairul, dkk, 2021). Menurut teori psikologi behavioristik, perubahan tingkah laku merupakan akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respon.³⁰

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian adalah subjek darimana data tersebut diperoleh. Adapun data tersebut diperoleh dari:

a. Data Primer

Data primer merupakan sumber data utama dalam penelitian yang diperoleh dari narasumber langsung.³¹ Dalam hal ini, data primer didapat dari para lansia dan petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data penunjang dalam penelitian yang diolah dan disajikan oleh pihak lain sebelumnya.³² Data sekunder dalam penelitian ini meliputi dokumen resmi milik instansi, jurnal, dan buku-buku yang terkait dengan pembahasan penelitian ini.

²⁹ Husaini Usman, dkk, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hlm. 5

³⁰ Khairul, dkk, *loc.cit*

³¹ Burhan Ashofa, *Metodologi Penelitian Hukum*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2001), hlm. 9

³² Amiriddin dan Zainal Asikin, *Pengantar Metode Penelitian Hukum*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2004), hlm. 45

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan sebuah metode yang digunakan untuk mendapatkan data yang diperlukan.³³ Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui dialog atau tanya jawab. Wawancara dilakukan guna memperoleh data mengenai kecemasan menghadapi kematian pada lansia dan koping religius yang digunakan untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian tersebut. Dalam wawancara ini, peneliti melakukan wawancara terbuka dan informal. Artinya, peneliti tidak membatasi jawaban yang diberikan oleh narasumber dan wawancara berlangsung dengan suasana santai.

b. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data melalui pengamatan.³⁴ Objek yang diamati meliputi gambaran fisik, penampilan subjek dan sikap subjek selama wawancara berlangsung.

c. Dokumentasi

³³ Moh. Nadzir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1998), hlm. 24

³⁴ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002), hlm. 75

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara melihat dokumen, arsip, catatan, prestasi, agenda, dan sebagainya.³⁵ Dokumentasi dalam penelitian ini berupa dokumen-dokumen maupun catatan-catatan yang berada di RPSBM Kota Pekalongan.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pola yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.³⁶

a. Reduksi data

Reduksi data adalah suatu proses memilah dan menyederhanakan data untuk pemusatan fokus penelitian. Dengan demikian peneliti semakin mudah untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Data yang direduksi adalah data hasil wawancara dengan subjek penelitian.

b. Penyajian data

Penyajian data merupakan upaya untuk menampilkan data yang didapat dari lapangan. Penyajian data dilakukan untuk mempermudah proses pemahaman dan analisis data yang ditemukan. Data hasil wawancara disajikan dalam bentuk kutipan-kutipan pernyataan.

³⁵ Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), hlm. 231

³⁶ Morissan, *Metode Penelitian Survei*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm. 27

c. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan dan verifikasi merupakan tahap akhir dalam teknik analisis data Miles dan Huberman. Hipotesis awal merupakan hipotesis sementara dan akan berubah apabila ditemukan data-data yang lebih kuat pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Apabila hipotesis yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang konsisten dengan kondisi yang ditemukan peneliti di lapangan maka kesimpulan yang diperoleh merupakan kesimpulan yang kredibel.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, terdiri dari Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian, dan Sistematika Penulisan.

Bab II Gambaran Umum Koping Religius dan Kecemasan Menghadapi Kematian, terdiri dari uraian teoritis mengenai koping religius dan Kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

Bab III Usaha Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian. Bab ini berisi profil Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan, uraian data kecemasan menghadapi kematian pada lansia, dan uraian data implementasi koping religius dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

Bab IV Analisis Koping Religius Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) kota Pekalongan. Bab ini meliputi analisis kecemasan menghadapi kematian pada lansia dan analisis implementasi koping religius untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

Bab V Penutup, terdiri dari kesimpulan dan saran.

BAB II

GAMBARAN UMUM KOPING RELIGIUS DAN KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN

A. Koping Religius

1. Pengertian Koping Religius

Koping religius terdiri dari dua kata, yaitu koping dan religius. Koping atau *coping* dalam bahasa Inggris mempunyai arti pengatasan atau penanggulangan. *Coping* berasal dari kata *to cope with*, yang juga berarti mengatasi atau menanggulangi. Koping juga sering diartikan sebagai penyelesaian masalah, tetapi lebih mengarah pada proses kognitif dan persoalan yang bersifat kognitif pula.³⁷ Adapun definisi koping menurut Siswanto adalah respon yang diberikan seseorang ketika mengalami situasi yang bersifat mengancam, menantang, atau luka.³⁸ Sedangkan Perry dalam Peralaike mendefinisikan koping sebagai segala upaya yang dilakukan seseorang untuk mengatasi stres atau cemas.³⁹

³⁷ Tiyas Yasinta, "Koping Religius Pada Individu Yang Mengalami Konversi Agama", *Tesis Master Of Arts*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2017), hlm. 17-18

³⁸ Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: Andi, 2007), hlm. 60

³⁹ Ervina Peralaike, "Peranan Koping Religius Terhadap Konflik Peran Ganda Mahasiswa UIN Malang Yang Telah Menikah", *Skripsi Sarjana Psikologi*, (Malang: UIN Malik Ibrahim, 2013), hlm. 10

Sedangkan religius biasa diartikan dengan agama, namun bisa juga diartikan keberagamaan.⁴⁰ Glock dan Strak (dalam Peralaiiko, 2013) mendefinisikan agama sebagai suatu simbol, keyakinan, nilai, dan perilaku yang dikemas dalam bentuk lembaga yang berpusat pada hal-hal yang dianggap paling suci dan bermakna.⁴¹

Banyak ahli mencoba mendefinisikan koping religius. Definisi koping religius menurut Pargament yang dikutip oleh Juniarly dan Hadjam adalah suatu kerangka yang dibuat berdasarkan pada cara individu memecahkan masalah dalam konteks yang berkaitan dengan Tuhan.⁴²

Masih sejalan dengan Pargament, Koeing dalam skripsi yang ditulis oleh Peralaiiko mendefinisikan koping religius sebagai suatu strategi kognitif dan perilaku individu yang didasarkan pada agama dan praktiknya sebagai alat untuk memecahkan masalah, mengurangi efek psikologis dari stress atau cemas, dan membantu individu beradaptasi dalam situasi kehidupan yang sulit.⁴³

Berdasarkan definisi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa koping religius merupakan upaya yang dilakukan individu untuk

⁴⁰Muh. Khoirul Rifa'I, "Internalisasi Nilai-Nilai Religius Berbasis Multikultural Dalam Membentuk Insan Kamil", (Surabaya: *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, No. 1, Mei, IV, 2016), hlm. 119

⁴¹Ervina Peralaiiko, *op.cit*, hlm. 11

⁴²Amalia Juniarly & M. Noor Rochman Hadjam, "Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen", (Yogyakarta: *Psikologika*, No. 1, Januari, XVII, 2012), hlm. 9

⁴³Ervina Peralaiiko, *op.cit*, hlm. 13

mengatasi stress atau cemas dengan menggunakan pendekatan ke-Tuhanan.

Pargament, Koenig dan Perez dalam penelitian berjudul “Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen” yang ditulis oleh Juniarily & Hadjam mengidentifikasi lima fungsi keagamaan sebagai tujuan penelitian koping religius. Setelah itu, metode koping religius didefinisikan berdasarkan lima fungsi dasar agama, yaitu:⁴⁴

- a. Metode koping religius dalam mencari makna
- b. Metode koping religius untuk mendapatkan kontrol
- c. Metode koping religius untuk mendapatkan kenyamanan dan mencapai kedekatan dengan Allah
- d. Metode koping religius dalam menjalin keintiman dengan sosial dan kedekatan dengan Tuhan
- e. Metode koping religius dalam melayani perubahan kehidupan

Selain itu dalam kajian teori koping religius Pargament menekankan pada beberapa hal, diantaranya:⁴⁵

- a. Koping religius berupa melayani pelayanan makna, keintiman dengan orang lain, identitas, kontrol, pengurangan kecemasan, transformasi dan pencarian sakral atau kerohanian

⁴⁴ Amalia Juniarily & M. Noor Rochman Hadjam, *loc.cit.*

⁴⁵ Marty Mawarpury, dll, *Buku Seri Kesehatan Mental Indonesia: Kesehatan Mental Di Indonesia Saat Pandemi*, (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2021), hlm. 139

- b. Koping religius bersifat multimodal, melibatkan perilaku, emosi, dan kognisi
- c. Koping religius dapat berubah seiring waktu, konteks dan keadaan
- d. Koping religius bersifat multivalent, yaitu proses yang mengarah pada hasil yang bermanfaat atau merugikan. Hal ini menjelaskan bahwa kehidupan beragama terdapat pengalaman manis dan pahit
- e. Koping religius dapat menambahkan dimensi khusus untuk proses koping berdasarkan perhatian unik pada hal-hal sakral
- f. Koping religius dapat memahami kaitan antara agama dan kesehatan serta kesejahteraan terutama bagi individu yang menghadapi masalah krisis dalam hidupnya

2. Strategi Koping Religius

Lazarus dan Folkman yang dikutip oleh Maryam mengatakan bahwa stress yang dialami seseorang dapat menimbulkan efek negatif baik secara fisik maupun psikis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi koping.⁴⁶ Adapun strategi koping religius antara lain:

- a. *Self-directing*

⁴⁶ Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya", (Makassar: *Jurnal Konseling Andi Matappa*, No. 2, Agustus, I, 2017), hlm. 102

Self-directing adalah strategi koping religius dimana individu mengambil sikap pemecahan masalah aktif dan tidak melibatkan Tuhan secara langsung. Dalam hal ini Tuhan diakui, tetapi masalah dianggap membutuhkan solusi pribadi daripada Ilahi.⁴⁷

b. *Deferring*

Deferring adalah strategi koping religius dengan cara menyerahkan sepenuhnya pencarian solusi dari permasalahan hidup yang dihadapi kepada Tuhan.⁴⁸

c. *Collaborative*

Collaborative merupakan strategi koping religius dimana individu dan Tuhan bekerja sama. Dalam strategi ini, doa dapat membuat individu tetap mencari cara pemecahan masalah sambil mencari dukungan dari Tuhan. Strategi *collaborative* merupakan strategi yang terbaik karena tanggung jawab pribadi individu tidak bisa ditanggihkan atau diserahkan kepada Tuhan.⁴⁹

3. Macam-Macam Koping Religius

Macam-macam koping religius menggambarkan hubungan pendekatan ke-Tuhanan yang dibangun oleh individu. Ada dua macam

⁴⁷ Rifki Rosyad, *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi*, (Bandung: Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati, 2021), hlm. 20

⁴⁸ Ervina Peralaiiko, *op.cit*, hlm. 15

⁴⁹ Rifki Rosyad, *loc.cit*.

koping religius menurut Pargament yaitu koping religius positif dan koping religius negatif.

a. Koping Religius Positif

Pargament, Koenig dan Perez dalam Anggraini mendefinisikan koping religius positif sebagai sebuah ekspresi spiritualitas, hubungan yang aman dengan Tuhan, keyakinan bahwa ada makna yang dapat ditemukan dalam hidup, serta adanya hubungan spiritualitas dengan orang lain.⁵⁰ Adapun aspek-aspek dari koping religius positif adalah:

- 1) *Benevolent religious reappraisal*, yaitu menggambarkan kembali stresor melalui agama secara baik dan menguntungkan.
- 2) *Collaborative religious coping*, yaitu mencari kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam pemecahan masalah.
- 3) *Seeking spiritual support*, yaitu mencari kenyamanan dan keamanan melalui cinta dan kasih sayang Allah.
- 4) *Religious purification*, yaitu mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius.
- 5) *Spiritual connection*, yaitu mencari rasa keterhubungan dengan kekuatan transenden.

⁵⁰ Erlina Anggraini, "Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan", (Semarang: *Theologia*, No. 2, Juli, XXVI, 2015), hlm. 291

- 6) *Seeking support from clergy or members*, yaitu mencari kenyamanan dan keamanan melalui cinta dan kasih sayang saudara seiman dan alim ulama.
- 7) *Religious helping*, yaitu usaha untuk meningkatkan dukungan spiritual dan kenyamanan pada sesama.
- 8) *Religious forgiving*, yaitu mencari pertolongan agama dengan membiarkan pergi setiap kemarahan, rasa sakit dan ketakutan yang berkaitan dengan sakit hati.

b. Koping Religius Negatif

Koping religius negatif adalah ekspresi yang kurang aman dalam berhubungan dengan Tuhan, pandangan yang lemah dan tidak menyenangkan terhadap dunia, dan perjuangan religius untuk menemukan dan berbicara/berdialog dengan orang lain dalam kehidupan. Aspek-aspek koping religius negatif adalah:⁵¹

- 1) *Punishing God reappraisal*, adalah menggambarkan kembali stressor sebagai sebuah hukuman dari Allah atas dosa-dosa yang telah dilakukan oleh individu.
- 2) *Demonic reappraisal*, adalah menggambarkan kembali stressor sebagai sebuah tindakan yang dilakukan oleh kekuatan jahat/setan.

⁵¹ Muhana Sofiati Utami, *op.cit*, hlm. 54

- 3) *Reappraisal of God's powers*, adalah menggambarkan kekuatan Allah untuk mempengaruhi situasi stres.
- 4) *Self-directing religious coping*, adalah mencari kontrol melalui inisiatif individu dibandingkan meminta bantuan pada Tuhan.
- 5) *Spiritual discontent*, adalah ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap Tuhan.
- 6) *Interpersonal religious discontent*, adalah ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap alim ulama ataupun saudara seiman.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Koping Religius

Faktor-faktor yang mempengaruhi koping religius menurut Thouless meliputi:⁵²

- a. Pengaruh pengajaran atau pendidikan dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial).

Faktor sosial yang terdapat dalam agama terdiri dari berbagai pengaruh terhadap keyakinan dan perilaku keagamaan, dari pendidikan yang diperoleh pada masa kanak-kanak atau berbagai pendapat dan sikap orang yang berada di sekitar kita serta berbagai tradisi yang kita peroleh dari masa lampau.⁵³

- b. Faktor Pengalaman

⁵² Thouless Robert H, *Pengantar Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Press, 2000), hlm.

⁵³ Tiyas Yasinta, *op.cit*, hlm. 47

Berbagai pengalaman yang membantu sikap keagamaan terutama pengalaman mengenai faktor alami (keindahan, keselarasan, dan kebaikan di dunia), konflik moral dan pengalaman. Pada faktor alami, mampu menyadarkan seseorang bahwa segala sesuatu merupakan ciptaan Allah. Pada konflik moral, seseorang akan mengembangkan perasaan bersalahnya ketika melakukan tindakan yang dianggap salah secara sosial. Kemudian pada faktor pengalaman, terdapat aspek emosional keagamaan dimana pada pengalaman ini lebih melibatkan kegiatan keagamaan seperti pengajian atau mendengarkan ceramah keagamaan.⁵⁴

c. Faktor Kebutuhan

Faktor kebutuhan adalah faktor-faktor yang timbul secara keseluruhan maupun sebagian dimana kebutuhan-kebutuhan seperti keamanan, cinta kasih, harga diri, dan ancaman kematian tidak terpenuhi.⁵⁵

d. Faktor Intelektual

Faktor intelektual menyangkut proses pemikiran verbal atau rasionalisasi terutama dalam pembentukan keyakinan-keyakinan agama.

B. Kecemasan Menghadapi Kematian

1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Kematian

⁵⁴ Angga Wilandika, *Mahasiswa, Religiusitas, dan Efikasi Diri Perilaku Beresiko HIV Kajian Dalam Sudut Pandang Muslim*, (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2019), hlm. 19

⁵⁵ *Ibid*, hlm. 20

Tampler dalam Wijaya dan Safitri mendefinisikan kecemasan menghadapi kematian sebagai suatu kondisi emosional yang tidak menyenangkan yang dialami seseorang manakala memikirkan kematian karena tidak jelasnya keadaan yang menyertai kematian.⁵⁶

Carpenito-Moyet (dalam Sihombing, Lukman & Meilianingsih, 2014) menyebutkan kecemasan kematian sebagai suatu situasi dimana seseorang merasakan kegelisahan akibat hal-hal yang masih belum jelas atau kekhawatiran yang disebabkan oleh persepsi mengenai ancaman terhadap eksistensi seseorang, baik nyata maupun imajinasi.⁵⁷

Florian dan Kravetz (dalam Florian & Mikulincer, 2008) mengatakan, kecemasan terhadap kematian merupakan ketakutan dan kecemasan mengenai efek kematian secara kognitif dan fisik, efek kematian bagi diri sendiri dan orang-orang terdekat, dan kekhawatiran pribadi yang berkaitan dengan akhirat.⁵⁸

Berdasarkan berbagai definisi di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan menghadapi kematian adalah suatu kondisi emosional yang tidak menyenangkan akibat persepsi tentang ancaman terhadap keberadaan seseorang. konsekuensi kematian bagi pikiran dan tubuh, kekhawatiran akan efek kematian yang menyakitkan pada

⁵⁶ Fredy Setya Wijaya & Ranni Merli Safitri, "Persepsi Terhadap Kematian dan Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lanjut Usia", (Yogyakarta: *Insight*, No. 2, Agustus, VIII, 2010), Hlm. 3

⁵⁷ F. Sihombing, M. Lukman, dan I. Melianingsih, "Variabel Yang Mempengaruhi Kecemasan Kematian Pada Lansia: Sebuah Literature Review", (Bandung: *Jurnal Kesehatan "Caring and Enthusiasm"*, No.1, November, III, 2014), hlm. 1

⁵⁸ V. Florian & M. Mikulincer, *Existensial and Spiritual Issues in Death Attitude*, (United Kingdom: Psychology Press Ltd, 2007), hlm. 26

interaksi antar pribadi seseorang dan orang yang berhubungan dekat, dan kekhawatiran pribadi yang berkaitan dengan akhirat.

Menurut Maskawaih dalam Muslih & Priyanto menyatakan kecemasan menghadapi kematian hanya melekat pada orang yang tidak mengetahui apa hakikat mati, atau tidak tahu kemana tujuan dirinya sesudah mati, atau orang yang menyangka setelah jasmaninya rusak maka dirinya pun akan hilang pula, atau orang yang mengira alam ini akan terus lestari sedangkan dirinya musnah.⁵⁹

Menurut Lehto dan Stein, terdapat enam atribut yang ada dalam kecemasan menghadapi kematian. *Pertama*, emosi. Atribut emosi muncul akibat seseorang memikirkan kematian. *Kedua*, kognitif. Komponen kognitif berkaitan dengan gambaran seseorang akan proses menjelang kematian dan kondisi setelah kematian. *Ketiga*, pengalaman (*experiential*). Sebagian besar kecemasan menghadapi kematian ditolak atau ditekan karena dapat mengurangi ketakutan dan terror yang bisa menghalangi kelangsungan hidup. Oleh karena itu, berdasarkan pengalaman, kecemasan akan kematian biasanya bukan bagian dari pengalaman sadar. *Keempat*, *developmental*. Ekspresi kecemasan pada kematian bervariasi sesuai dengan tahap perkembangan. *Kelima*, sosial budaya (*sociocultural shaping*). Atribut pengalaman, kognitif, dan emosi dibentuk oleh budaya, karena itulah kecemasan menghadapi kematian bervariasi sesuai budaya. *Keenam*, sumber motivasi (*source*

⁵⁹ Moh.Muslih & Aris Priyanto, *Pendidikan Menghadapi Kematian: Sebuah Bekal dan Renungan*, (Pekalongan: PT Nasya Expanding Management, 2020), hlm. 29

of motivation). Bukti konvergen mendukung bahwa pertahanan psikologis terhadap kecemasan pada kematian adalah sumber dorongan motivasi untuk berbagai perilaku manusia.⁶⁰

2. Aspek- Aspek Kecemasan Menghadapi Kematian

Menurut Nevid ciri kecemasan menghadapi kematian diklasifikasikan menjadi tiga yaitu kondisi fisik, kondisi perilaku (behavioral) dan kondisi kognitif.⁶¹

- a. Kondisi fisik meliputi: jantung berdebar, keringat dingin, kepala pusing, ujung-ujung jari terasa dingin, sulit tidur, dada sesak, nafsu makan menurun atau hilang, gangguan pencernaan, merasa lemas dan badan terasa kaku.
- b. Kondisi perilaku (behavioral) meliputi: bermalas-malasan, menghindar dan perilaku dependen.
- c. Kondisi kognitif meliputi: khawatir tentang sesuatu yang sepele, perasaan takut dengan sesuatu yang akan terjadi di masa yang akan datang, khawatir akan ditinggal sendiri, sulit berkonsentrasi dan ketidakmampuan menghadapi masalah.

Menurut Stuart dalam Anissa & Ifdil aspek-aspek kecemasan menghadapi kematian dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu aspek perilaku, aspek kognitif dan aspek afektif.⁶²

⁶⁰ Rebecca H Lehto & Karen Farchaus Stein, *Death Anxiety: An Analysis Of An Evolving Concept*, (New York: Springer Publishing Company, 2009), hlm. 25-30

⁶¹ Jeffrey S. Nevid, dkk, *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*, (Jakarta: Erlangga, 2005), hlm. 164

⁶² Dona Fitria Annisa & Ifdil, *loc.cit.*

- a. Aspek perilaku: gelisah, ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, menarik diri, melarikan diri dari masalah, menghindari dan sangat waspada.
- b. Aspek kognitif: perhatian terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, hambatan berfikir, bingung, kehilangan objektivitas, takut kehilangan kendali, takut cedera atau kematian dan mimpi buruk.
- c. Aspek afektif: mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah dan timbul perasaan malu.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa terdapat empat aspek atau ciri-ciri kecemasan menghadapi kematian yang akan menjadi acuan dalam penelitian ini, yaitu kondisi fisik, kondisi perilaku, kondisi kognitif, dan kondisi afektif.

3. Dimensi Kecemasan Menghadapi Kematian

Beberapa ahli berpendapat bahwa konsep kecemasan terhadap kematian berdimensi tunggal. Tetapi ahli-ahli lain menganggap kecemasan akan kematian sebagai konsep yang multi dimensional (Conte, dalam Wijayanti & Lailatussifah, 2012).⁶³ Florian dan Kravetz membuat model multidimensional dari kecemasan akan kematian

⁶³ A. Wijayanti & SNF. Lailatussifah, "Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Orang Dengan Diabetes Melitus", (Yogyakarta: *Insight*, No. 1, Februari, X, 2012), hlm. 56

personal didasarkan pada pendapat Kastenbaum dan Aisenber, Minton dan Spilka (dalam Florian & Mikulincer, 2008). Para ahli ini menyatakan bahwa ekspresi kecemasan akan kematian terdiri dari 3 komponen psikologis, yaitu intrapersonal, interpersonal dan transpersonal yang merupakan konsekuensi akan kematian.⁶⁴

Florian dan Kravets (dalam Florian & Mikulincer, 2008) membuat alat untuk mengukur kecemasan terhadap kematian berdasarkan pada konsep yang multidimensional. Dijelaskan lebih jauh bahwa ekspresi langsung dari kecemasan terhadap kematian diri dapat dibagi menjadi tiga komponen yang menunjuk pada akibat kematian, yang disebut model tri-dimensi dari kecemasan akan kematian pribadi. Ketiga komponen tri-dimensi itu adalah:⁶⁵

- a. Dimensi intrapersonal, meliputi ketakutan terkait efek kematian dari segi kognitif dan fisik seperti ketakutan tentang pembusukan dan penguraian tubuh, takut kegagalan untuk mencapai tujuan hidup yang penting dan memiliki pengalaman pribadi yang bermakna. Florian & Mikulincer menyebutnya sebagai ketakutan akan kehilangan pemenuhan diri atau *fear of the loss of fulfillment* dan ketakutan akan kehancuran diri atau *fear of the self annihilation*.
- b. Dimensi interpersonal, yang mencakup ketakutan dan kecemasan mengenai efek kematian bagi diri sendiri dan orang-

⁶⁴ V. Florian & M. Mikulincer, *op.cit*, hlm. 3

⁶⁵ V. Florian & M. Mikulincer, *loc.cit*

orang terdekat. Kekhawatiran seperti berhenti menjalin hubungan yang dekat dengan orang lain, ketakutan tidak bisa menjaga orang-orang terdekat, dan takut kehilangan identitas sosial kemudian terlupakan. Florian & Mikulincer menyebutnya sebagai ketakutan akan kehilangan identitas sosial atau *fear of the loss of the sosial identity*. Disamping itu, kematian juga akan berpengaruh terhadap kehidupan orang-orang yang penting bagi subjek. Disebut oleh Florian dan Kravetz, sebagai konsekuensi terhadap keluarga dan sahabat atau *fear of the consequences to family and friend*.

- c. Dimensi transpersonal, termasuk ketakutan personal mengenai akhirat, seperti takut siksaan di akhirat dan ketakutan tentang segala hal yang berkaitan dengan kehidupan setelah kematian.. Florian dan Mikulincer menyebutnya sebagai *fear of transcendental consequence* atau ketakutan atas konsekuensi transendental dan *fear of the punishment in the hereafter* atau ketakutan akan hukuman diakhir zaman.

4. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Kematian

Banyak faktor yang membuat seseorang cemas menghadapi kematian. Hambly (dalam Wijaya & Safitri, 2012) menyatakan faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi kematian antara lain; sikap pribadi, jenis kelamin, status ekonomi, dukungan sosial,

religiusitas dan kesiapan diri.⁶⁶ Sementara itu menurut Schaie dan Willis (dalam Wicaksono & Meiyanto, 2003) mengatakan bahwa kecemasan tentang kematian adalah suatu hal yang berkaitan dengan berbagai faktor seperti usia, keyakinan religius, dan tingkat dimana individu mempunyai kehidupan yang memuaskan.⁶⁷

Sedangkan Henderson mengatakan ada lima faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap kematian seseorang, yaitu:⁶⁸

- a. Faktor Usia. Menurut Henderson, ketika individu menjadi lebih tua dan lebih dekat dengan kematian maka akan memiliki tingkat kecemasan terhadap kematian yang lebih tinggi.
- b. Integritas Ego. Integritas ego adalah perasaan utuh pada diri individu ketika individu tersebut mampu menemukan arti atau tujuan hidupnya. Goebel dan Boeck (Henderson, 2002) dalam penelitiannya menemukan bahwa integritas ego merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dampak lingkungan dimana individu tinggal dengan kecemasan menghadapi kematian. Orang yang tinggal di panti mempunyai tingkat kecemasan menghadapi kematian yang lebih tinggi daripada orang dengan tingkat integritas ego yang rendah yang tinggal dengan keluarga.

⁶⁶ Fredy Setya Wijaya & Ranni Merli Safitri, *op.cit*, hlm. 3

⁶⁷ W. Wicaksono & S. Meiyanto, "Ketakutan Terhadap Kematian Ditinjau Dari Kebijakan Dan Orientasi Religius Pada Periode Remaja Akhir Yang Berstatus Mahasiswa", (Yogyakarta: *Jurnal Psikologi*, No.1, Agustus, XXX, 2003), hlm. 58

⁶⁸ Leila Henderson, *Stroke Panduan Perawatan*, (Jakarta: Arcan, 2002), hlm. 58-59

- c. **Kontrol Diri.** Kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap permasalahan yang berasal dari lingkungan eksternal maupun lingkungan internal. Lebih lanjut dijelaskan orang yang mempunyai kontrol diri akan mampu mengatasi masalah yang berasal dari luar atau eksternal. Henderson menjelaskan orang yang mempunyai kontrol diri rendah cenderung memiliki tingkat stress yang tinggi, khususnya berkaitan dengan persoalan yang tidak terkontrol seperti kematian, sehingga tingkat kecemasan terhadap kematiannya cenderung tinggi.
- d. **Religiusitas.** Faktor religiusitas mampu mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap kematian. Henderson mengartikan religiusitas sebagai konsistensi seseorang dalam menjalankan agamanya. Religiusitas memberikan kesadaran pada manusia akan hakikat hidup yang sesungguhnya, disamping merangsang manusia untuk lebih tahan terhadap segala duka dan nestapa, kepedihan serta rutinitas hidup sehari-hari dan tidak lekang dari krisis emosional dan depresi. Semua penderitaan mengandung nilai dan arti tersendiri yang menjadi elemen-elemen konstruktif bagi pembentuk kepribadian manusia.
- e. *Personal Sense of Fulfillment.* *Personal sense of fulfillment* diartikan sebagai kontribusi apa saja yang telah diberikan seseorang dalam mengisi kehidupannya. Kontribusi tersebut

terkait dengan seberapa besar kesempatan yang dimiliki seseorang untuk hidup secara penuh. Kehidupan yang demikian berkaitan dengan waktu yang dimiliki seseorang dalam hidupnya, sedangkan kesempatan untuk hidup sepenuhnya berkaitan dengan pencapaian-pencapaian tujuan dalam hidup.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan menghadapi kematian adalah sikap pribadi, jenis kelamin, status ekonomi, dukungan sosial, religiusitas, kesiapan diri, usia, integritas ego, kontrol diri, dan *personal sense of fulfillment*.

5. Kecemasan Menghadapi Kematian Dalam Perspektif Tasawuf

Islam menganjurkan umatnya untuk senantiasa mengingat kematian atau dzikir al-mawt. Dari banyaknya bab kitab Ihya Ulumuddin Al-Ghazali (dalam Kurdi, 2005) terdapat sebuah pembahasan mengenai tasawuf yakni Dhikr al mawt atau mengingat kematian. Mengingat kematian (Dhikr al-Mawt) adalah suatu hal yang harus dilalui oleh seseorang yang bertarekat. Hal ini karena mengingat mati bertujuan untuk melembutkan hati dan usaha untuk mengingatkan seseorang akan kehidupan akhirat. Jangan sampai lupa pada kematian karena nikmat-nikmat dunia yang Allah berikan.⁶⁹

⁶⁹ Muhammad Amin Kurdi, *Jalan Ke Surga*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 103

Mengingat kematian bisa memunculkan sifat zuhud yaitu menjauhi kesenangan dunia dan memfokuskan diri pada Allah. Sedangkan jika lupa tentang kematian maka akan mengajak manusia kepada kesenangan dunia, yang mengakibatkan timbulnya kecemasan saat mengingat kematian.⁷⁰ Seperti yang telah dikemukakan oleh Al-Ghazali bahwasanya kecemasan menghadapi kematian disebabkan oleh panjang angan-angan. Panjang angan-angan disebabkan oleh dua hal, yaitu cinta dunia dan kebodohan.

Manusia dalam ranah bahasan mengingat mati sesuai konsep Al-Ghazali yakni ada namun hanya sedikit saja. Dikatakan sedikit saja, karena masih banyak orang yang mencintai dunia sehingga membuatnya benci pada kematian dan bertambah jauh dari Allah SWT. Bagi orang yang di dalam hatinya masih menginginkan berjumpa dengan Allah dalam keadaan baik (khusus khotimah) mengingat kematian membuatnya bertaubat dan takut sehingga berusaha untuk memperbanyak amal untuk memenuhi kesempurnaan taubatnya. Maka dalam hal ini individu tersebut membenci kematian bukan karena mencintai dunia, tetapi karena masih sedikitnya bekal dan kesiapannya dalam menghadapi kematian.⁷¹ Kebencian tersebut bukan berarti mereka benci bertemu dengan Allah, tetapi ia masih menginginkan kehidupan untuk memperbanyak bekal dan persiapan untuk akhirat. Kalau pembekalannya sudah banyak, maka ia

⁷⁰ Nailah Zubdiyyatil Fakhroh, "Konsep Dhikr al-Mawt dalam Perspektif Eskatologi Al-Ghazali", *Skripsi Sarjana Agama*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2020), hlm. 3

⁷¹ Al-Ghazali, *Mutiara Ihya' Ulumuddin*, (Bandung: Mizan, 1997), hlm. 401.

mendambakan kematian karena bisa mengantarkannya untuk bertemu dengan Allah. Berdasarkan hal tersebut, maka terdapat dua konsep dhikr al mawt atau mengingat mati dalam kesimpulan kelompok manusia yakni:⁷²

- a. Mereka yang lalai terhadap dirinya hingga jauh melampaui batas. Adapun mereka yang lalai dan melampaui batas, maka tidaklah mereka itu ingat kepada mati, tentunya disertai dengan rasa cemas dan penyesalan atas dunia yang harus ditinggalkannya. Orang semacam ini justru akan bertambah jauh dari Allah SWT sekalipun pada akhirnya mereka akan ingat juga kepada mati.
- b. Mereka yang tahu diri, sehingga mereka mau segera taubat kepada Allah swt. Adapun bagi mereka yang bertaubat, maka mereka akan semakin mendekatkan diri kepada Allah, sebab mereka mengerti bahwa sebaik-baik bekal adalah taqwa kepada Allah SWT. Dengan demikian timbul dari hatinya rasa cemas dan takut, yang membuat mereka memperbanyak amal shalih untuk menghadapi kematian. Boleh jadi mereka itu tidak menghendaki si maut segera tiba, karena khawatir bahwa bekal mereka masih kurang dan belum sempurna.

Kekufuran merupakan akibat dari kebodohan dan ketidaktahuan yang serupa dengan kematian bagi hati dan jiwa, juga kematian bagi

⁷² Imam Al-Ghazali, *Bekal Menunggu Ajal: terjemahan dari Kitab Ihya Ulumuddin*, (Surabaya: Jawara, 2000), hlm. 11

fisik dan indra lainnya. Kekufuran adalah buah dari kebodohan dan kebodohan tersebut hanya akan mendatangkan kegelisahan dan kecemasan tanpa alasan.⁷³ Bagi seorang yang bijak, akan mengetahui bahwa mengingat mati itu terdapat dua manfaat yaitu benci terhadap dunia, dan kedua yakni rindu terhadap akhirat. Dalam hal ini juga ada nilai-nilai tasawuf yang terkandung dalam memaknai kematian, yaitu: Taubat (perilaku kembali menuju jalan yang baik), Zuhud (perilaku meninggalkan segala hal yang menyibukkan seseorang dari Allah), Sabar (perjuangan jiwa dalam menahan hawa nafsu yang bisa menghalangi untuk dekat dengan Allah), Khauf (takut pada Allah atas segala dosa yang telah diperbuat), Raja', Mahabbah, dan Rida.⁷⁴

Fakta mengenai ketakutan manusia akan kematian, kata iman Hussein Thaba'I (dalam Karim, 2015) adalah bukti bahwa terdapat keinginan manusia pada keabadian.⁷⁵ Mengingat mati juga merupakan upaya meredam hawa nafsu, membersihkan jiwa, dan juga melembutkan hati. Sedangkan jika lupa pada kematian akan berimbas pada tidak terkontrolnya nafsu dan keras hati.⁷⁶

⁷³ Murtiningsih, *op.cit*, hlm. 9

⁷⁴ Imam al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin jilid IX*, (Semarang: CV. Asy-syifa', 1990), hlm. 317

⁷⁵ Abdul Karim, "Makna Kematian dalam Prespektif Tasawuf", (Kudus: *Esoterik*, No. 1, Juni, I, 2015), hlm. 169

⁷⁶ Syekh Khaled Bentounes, *Tasawuf Jantung Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2003), 150.

BAB III

USAHA MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA DI RUMAH PERLINDUNGAN SOSIAL BERBASIS MASYARAKAT (RPSBM) KOTA PEKALONGAN

A. Gambaran Umum Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan

1. Profil Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan

Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) merupakan lembaga pelayanan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) yang diarahkan untuk mencegah dan menangani resiko dari guncangan dan kerentanan sosial. Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) merupakan unsur kepedulian masyarakat dengan memberikan pelayanan sosial dan rehabilitasi sosial bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) di bawah pembinaan Dinas Sosial Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (Dinsos P2KB) Kota Pekalongan.⁷⁷

RPSBM Kota Pekalongan berlokasi di jalan HOS.Cokroaminoto No.377A Kuripan Kidul, Kelurahan Kuripan Kertoharjo. RPSBM Kota Pekalongan berdiri pada tanggal 5 November 2009, yang kemudian mendapat legalisasi Surat Keputusan (SK) Walikota Pekalongan

⁷⁷ Arsip RPSBM Kota Pekalongan, 23 Juli 2022, pukul 10.00

Nomor 400/466 tanggal 17 Desember 2012, dan diperbaharui dengan Surat Keputusan Walikota Nomor 60/390 Tahun 2016.⁷⁸

Saat ini RPSBM menampung 73 kelayan dengan rincian 23 kelayan psikotik (18 laki-laki dan 5 perempuan), 20 kelayan lansia terlantar (4 laki-laki dan 16 perempuan), dan 31 gelandangan psikotik (20 laki-laki dan 11 perempuan).

2. Visi dan Misi

Visi Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) adalah Profesionalitas Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) menuju kesejahteraan sosial kelayan. Sedangkan Misi dari Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat adalah sebagai berikut:⁷⁹

- a. Meningkatkan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)
- b. Meningkatkan, memperluas serta pemerataan kesejahteraan sosial bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)
- c. Membina dan mengentaskan penyandang masalah sosial sehingga mampu melaksanakan fungsi sosial secara wajar
- d. Memulihkan rasa harga diri dan percaya diri bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)

⁷⁸ Arsip RPSBM Kota Pekalongan, 23 Juli 2022, pukul 10.15

⁷⁹ *Ibid*

- e. Meningkatkan partisipasi sosial masyarakat dalam Usaha Kesejahteraan Sosial (UKS) bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)
- f. Meningkatkan pelayanan masalah secara terbuka (*open sistem*) dan merupakan pusat informasi kesejahteraan sosial

3. Kebijakan Operasional

Penanganan masalah Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) merupakan rangkaian kegiatan yang bersifat pembinaan dan pemberian pelayanan sosial berupa pembinaan fisik dan pembinaan mental sosial untuk sementara dalam waktu tiga puluh (30) hari. Adapun bimbingan lanjut diberikan setelah diadakan rujukan oleh Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM).⁸⁰

4. Target Fungsional

- a. Meningkatkan rasa harga diri dan percaya diri bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)
- b. Meningkatkan kemampuan keterampilan dan mobiltas Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) sehingga dapat hidup mandiri di tengah-tengah masyarakat
- c. Meningkatkan bekal kerohanian bagi lansia Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)

⁸⁰ *Ibid*

d. Meningkatkan tingkat kesejahteraan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) dan keluarganya.⁸¹

5. Tugas dan Fungsi

a. Tugas Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM)

1. Melaksanakan kegiatan pelayanan sosial dan rehabilitasi sosial berbasis masyarakat bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS).

2. Melaksanakan pelayanan sosial dan rehabilitasi sosial dengan sistem pembinaan dalam panti selama 30 hari (bersifat sementara), dan lebih mengutamakan faktor kemanusiaan ketika target pelayanan 30 hari belum mendapatkan solusi dengan pelayanan lanjutan.⁸²

b. Fungsi

1. Menyusun rencana pelayanan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) di Kota Pekalongan

2. Mengkaji dan menganalisis pelayanan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) bagi penyandang masalah kesejahteraan sosial

3. Melakukan identifikasi dan registrasi kelayan penerima manfaat

⁸¹ *Ibid*

⁸² *Ibid*

4. Melaksanakan pelayanan sosial dan rehabilitasi sosial terhadap Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) di Kota Pekalongan
5. Melakukan penyaluran atau rujukan
6. Melakukan evaluasi proses pelayanan dan rehabilitasi sosial serta pelaporan
7. Melakukan pelayanan penjunjang penyelenggaraan tugas Dinsos P2KB Kota Pekalongan⁸³

6. Unit-Unit Kegiatan

- a. Pendekatan awal dan penerimaan kelayan
 - Orientasi dan konsultasi, identifikasi, seleksi dan registrasi
 - Menelaah masalah (asesmen): pengkajian diagnostik, wawancara, dan konsultasi
 - Perumusan rencana pelayanan dan penempatan pada program berdasarkan hasil asesmen
- b. Pengasramaan selama 30 hari
 - Bimbingan rehabilitasi sosial
 - Bimbingan sosial
 - Bimbingan mental
 - Bimbingan agama atau rohani
- c. Resosialisasi dan pembinaan lanjut
- d. Bimbingan sosial orang tua atau keluarga dan masyarakat

⁸³ *Ibid*

- e. Penyelenggaraan workshop
- f. Kegiatan Penunjang
 - Pendataan, pelaporan, dan evaluasi
 - Kerjasama instansional
 - Pembinaan partisipasi masyarakat dalam Usaha Kesejahteraan Sosial (UKS)
 - Penyediaan sarana dan prasarana pelayanan dan rehabilitasi sosial⁸⁴

7. Fasilitas

Untuk memperlancar kegiatan kerja Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Kota Pekalongan memiliki gedung di atas tanah seluas 2.000 m² dengan luas bangunan 800 m² yang dilengkapi dengan:

- a. Ruang ketua dan secretariat
- b. Ruang rapat
- c. Ruang keterampilan
- d. Ruang dapur
- e. Pos keamanan
- f. Ruang kelayan (hunian kelayan), yang terdiri dari sepuluh (10) kamar dengan 50 tempat tidur untuk kelayan psikotik, PGOT, dan tuna susila, sepuluh (10) kamar dengan 20 tempat tidur untuk kelayan lansia terlantar, lima (5) ruang isolasi dengan

⁸⁴ *Ibid*

kapasitas keseluruhan dua puluh lima orang untuk kelayan gelandangan psikotik yang belum stabil, dan dua (2) ruang isolasi dengan kapasitas dua orang setiap ruang untuk lansia terlantar yang tidak dapat mandiri.⁸⁵

8. Program Kerja

a. Bimbingan dan rehabilitasi sosial

1. Pendampingan kelayan secara intensif

- a) Kebersihan diri. Kelayan ODGJ di dalam ruang isolasi setiap pagi dikeluarkan untuk mandi, sarapan, dan minum obat dengan pendampingan petugas pelayanan, keamanan, serta perawat, dan petugas kebersihan membersihkan ruang isolasi. Sedangkan kelayan ODGJ di luar ruang isolasi setiap pagi membiasakan membersihkan kamar, mandi, dan sarapan.
- b) Pemeriksaan berkala. Kelayan ODGJ di dalam ruang isolasi diberikan pemeriksaan setiap hari senin, meliputi pemeriksaan berat badan, tensi, dan anamnesa. Sedangkan kelayan ODGJ di luar ruang isolasi setiap hari selasa, yang meliputi pemeriksaan berat badan dan tensi darah.
- c) Kesehatan jasmani (senam pagi). Kelayan ODGJ yang sudah stabil dan lansia melakukan senam pagi setiap hari jum'at.

⁸⁵ *Ibid*

- d) Posyandu lansia. Pemeriksaan tensi darah dan anamnesa kesehatan lansia setiap hari jum'at.
2. Pemeriksaan dokter jiwa setiap hari minggu. Pemeriksaan ini menghadirkan kunjungan dokter spesialis jiwa dengan di fasilitasi rekam medis oleh RSUD Bendan Kota Pekalongan, pemeriksaan rutin bagi kelayan ODGJ di RPSBM maupun ODGJ binaan RPSBM yang sudah berada di rumah (*home care*).
 3. Pemeriksaan penyakit rujukan. Dengan di fasilitasi oleh RSUD Bendan Kota Pekalongan, kelayan penerima manfaat yang membutuhkan perawatan intensif dilakukan pemeriksaan rujukan sesuai penyakit yang diderita.
- b. Bimbingan sosial
1. Interaksi terhadap sesama kelayan dan masyarakat
 2. Mengajarkan wawasan kebangsaan dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya dan menghafal Pancasila
 3. Mengajarkan sopan santun, dengan membiasakan bertutur kata yang sopan
- c. Bimbingan mental. Bimbingan mental dengan konseling oleh dokter spesialis jiwa setiap hari minggu.
- d. Bimbingan agama atau rohani. Bimbingan agama atau rohani dilakukan setiap hari senin dan rabu baik bagi kelayan psikotik

maupun lansia yang di isi oleh petugas dari Departemen Agama Kota Pekalongan.⁸⁶

9. Tata Cara Pengiriman Kelayan

a. Persyaratan

Apabila kelayan diantar oleh TKSK/Masyarakat/keluarga maka harus menyertakan:

- 1) Surat pengantar lurah
- 2) Surat pernyataan
- 3) *Fotocopy* kartu keluarga
- 4) KTP
- 5) *Fotocopy* KTP penanggung jawab

Apabila dirujuk oleh satpol PP atau kepolisian:

- 1) Asesmen kelayan
- 2) Apabila kelayan dalam kondisi sakit fisik maka dirujuk ke RSUD (Rumah Sakit Umum Daerah)

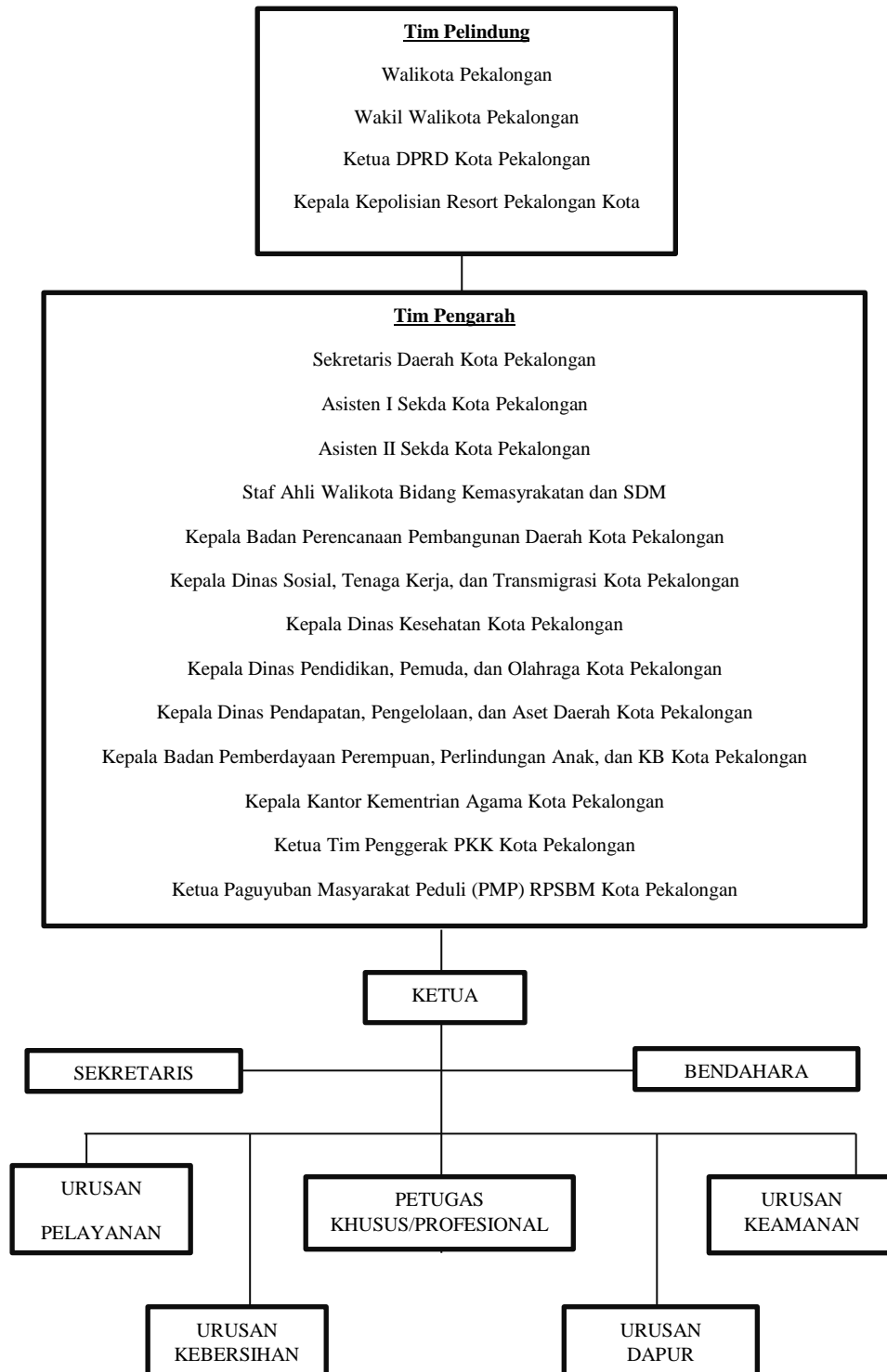
b. Prosedur Penerimaan

- 1) Setelah kelayan selesai dengan administrasi, kemudian petugas pelayanan akan memeriksa latar belakang permasalahan kelayan.
- 2) Setelah dilakukan pemeriksaan latar belakang, dilakukan pengasramaan selama 30 hari dengan agenda:
 - a. Pemeriksaan kesehatan umum berkala

⁸⁶ *Ibid*

- b. Pemeriksaan kejiwaan bagi penyandang psikotik
 - c. Bimbingan mental dan rohani
- 3) Setelah dilakukan pengasramaan selama 30 hari, pihak RPSBM akan merujuk kelayan ke panti atau balai sosial, rumah sakit khusus, ataupun dikembalikan kepada pihak keluarga.

10. Struktur Organisasi



Gambar 2. Struktur Organisasi RPSBM Kota Pekalongan

Keterangan:⁸⁷

Ketua	: Titik Restuningsih, S. IP
Sekretaris	: Zamroni, S.H
Bendahara	: Ahmad Khurozi
Urusan Pelayanan	: Fatkhurahman, Dra. Heny Setiowati, Eka Yanti, Arif Saefuna Aji, S.PdI, Uswatun Khasanah, Ali Shodiqqin, Ricky Handika P
Petugas Khusus	: 1) Ahli gizi: Nailul Farah, SKM; 2) Perawat: Zanuar D.A.K, A.MK dan Nurma A, AMK; 3) Rohaniwan: Prasetio Utomo
Urusan Keamanan	: Rudiyanto, Adi Suntoro, Zaenudin, Yuli Hantoro, Yusuf Maulana, Saiful Mujib, dan Himan Kholison
Urusan Kebersihan	: Sutriyah Murni, Umar, Kayin, dan M.Iklil
Urusan Dapur	: Uum Mafiroh dan Nur Fitri

B. Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di RPSBM Kota Pekalongan

Peneliti telah melakukan penelitian pada kelayan lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian di RPSBM Kota Pekalongan. Lansia di RPSBM Kota Pekalongan berjumlah 20 orang (4

⁸⁷ *Ibid*

laki-laki dan 16 perempuan). Lansia yang diambil sebagai subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang (satu laki-laki dan dua perempuan). Lansia yang dipilih sebagai subjek adalah lansia yang mengalami kecemasan menghadapi kematian dan melakukan koping religius serta mudah untuk diajak berkomunikasi karena tidak ada kendala pendengaran.

RPSBM melakukan beberapa upaya yang difokuskan untuk meningkatkan religiusitas lansia agar lebih siap mempersiapkan akhiratnya. Seperti yang dikatakan oleh Uswatun Khasanah selaku petugas pelayanan khusus lansia, ia mengatakan:

“Kalau dari sini sekarang programnya itu difokuskan untuk akhiratnya mba. Jadi kita adakan pengajian atau ceramah dari DEPAG sebanyak dua kali dalam satu minggu, ngoprak-ngoprak simbah-simbah buat sholat, juga diajarin biar rukun dengan cara makan bersama setiap siang. Dulu kan makannya di kamar masing-masing. Ya walaupun masih ada simbah-simbah yang bandel gak mau sholat dan makan siang bersama.”⁸⁸

Maka dalam hal ini dapat diambil kesimpulan bahwa peran RPSBM dalam pengimplementasian koping religius pada lansia adalah dengan membantu penguatan koping religius lansia melalui pemberian pelayanan pengajian atau ceramah serta mengingatkan dan memberikan dukungan pada lansia untuk melakukan ibadah.

1. Kecemasan menghadapi kematian lansia sebelum melakukan koping religius
 - a. Lansia pertama (AI)

⁸⁸ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 juli 2022

Lansia yang menjadi subjek pertama merupakan seorang laki-laki berinisial AI yang telah 7 bulan berada di RPSBM Kota Pekalongan. Lansia AI berusia 64 tahun. Dari wawancara yang dilakukan, lansia AI berada di RPSBM Kota Pekalongan karena ditinggalkan oleh istri dan anaknya akibat penyakit struk yang diderita selama tujuh tahun. Sebelum terkena struk, lansia AI bekerja sebagai seorang supir. Penyakit struk tersebut membuat lansia AI tidak bisa bekerja.

Lansia AI mulai mengalami kecemasan menghadapi kematian sejak beliau belum masuk ke RPSBM, yang artinya lebih dari 7 bulan yang lalu. Berikut pemaparan Lansia AI mengenai kecemasan menghadapi kematian yang dialami:

“Udah lama nduk. Dari sebelum saya di RPSBM. Karena tidak pernah sholat kali ya nduk.”⁸⁹

Lansia AI menyampaikan bahwa ada dua faktor yang menurutnya menyebabkan kecemasan menghadapi kematian. Pertama adalah faktor usia dengan kondisi fisik yang sering sakit. Sedangkan yang kedua adalah karena hidup sendirian, sudah tidak ada lagi anggota keluarga yang peduli pada dirinya. Berikut pemaparan lansia AI mengenai faktor yang penyebab kecemasan menghadapi kematian:

“Mungkin karena simbah kan sudah tua, sudah sering sakit-sakitan nduk. Kadang kalau malam-malam itu perutnya

⁸⁹ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan 23 Juli 2022

sakit dan kepala pusing. Di tambah simbah hidup di sini sendirian, kalau tiba-tiba meninggal kan gak ada yang tau, nanti mati siapa yang ngurusin, siapa yang ngasih doa. Tapi alhamdulillahnya setelah disini diabetes simbah mulai normal soalnya makannya bergizi dan dijaga.”

Pernyataan yang diungkapkan lansia AI tersebut juga dinyatakan oleh petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan:

“Simbah-simbah disini semuanya sering sakit mba. Ya namanya juga sudah tua, jadi wajar kalau sering sakit. Biasanya simbah-simbah ini ngeluh kepalanya pusing atau perutnya sakit, lalu dari kami diberikan obat sampai sembuh.”⁹⁰

Kemudian mengenai apa yang subjek rasakan baik dari segi fisik, kognitif, perilaku, maupun afektif ketika mengalami kecemasan menghadapi kematian adalah sebagai berikut:

“Kalau ingat mati itu jantung deg-degan, keluar keringat dingin, kepalanya pusing, terus lemas nduk. Kalau ditanyain mati mikirnya jadi kemana-mana, jadi gak bisa konsentrasi. Rasanya yaa gelisah, suka khawatir sama masalah-masalah kecil.”

“Iya simbah sering lupa sama sesuatu. Yaa namanya juga sudah tua nduk.”

“Simbah-simbah di sini itu ngomongnya sering kenceng-kencengan, debat-debat masalah sepele, gak suka simbah. Berisik, ganggu.”⁹¹

Berdasarkan observasi, Lansia AI juga cenderung menunjukkan sikap menghindar dan lebih suka menyendiri. Dari pemaparan tersebut, diketahui bahwa subjek A merasakan

⁹⁰ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 juli 2022

⁹¹ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan 23 Juli 2022

kecemasan menghadapi kematian dari segi fisik, kognitif, afektif dan perilaku.

b. Lansia kedua (KI)

Lansia kedua yang menjadi subjek merupakan seorang perempuan berinisial KI yang sudah berada di RPSBM selama empat tahun. Lansia KI berusia 76 tahun. Latar belakang subjek masuk ke RPSBM adalah karena hidup sebatang kara dan sudah tidak mempunyai apa-apa. Lansia KI menderita penyakit katarak.

Lansia KI mulai mengalami kecemasan menghadapi kematian sejak tiga bulan yang lalu. Berikut pemaparan lansia KI mengenai kecemasan menghadapi kematian yang dialami:

“Udah hampir tiga bulan mungkin, nduk. Mungkin karena kondisi saya yang sering sakit-sakitan belakangan ini jadi sering keinget mati, terus jadi takut.”⁹²

Lansia KI menyampaikan bahwa faktor yang menurutnya menyebabkan kecemasan menghadapi kematian adalah masih sedikitnya kesiapan dan perbekalan untuk kehidupan akhirat, serta usia yang semakin tua dengan kondisi fisik yang sering sakit. Berikut pemaparan lansia KI mengenai faktor yang penyebab kecemasan menghadapi kematian yang dialami:

“Semua orang kan inginnya meninggal dalam keadaan khusnul khotimah. Amit-amit jangan sampai simbah mati dalam keadaan buruk. Tapi gimana kalau ternyata amalan simbah itu masih sedikit, bekalnya masih kurang. Sholatnya simbah kan masih bolong-bolong. Simbah takut nanti

⁹² KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

disiksa disana. Simbah kan sudah tua, udah sering sakit, ibarat kata simbah itu tinggal nungguin kapan tanggalnya aja.”⁹³

Kemudian mengenai apa yang subjek rasakan baik dari segi fisik, kognitif, perilaku, maupun afektif ketika mengalami kecemasan menghadapi kematian adalah sebagai berikut:

“Kalau ingat mati simbah itu deg-degan, terus kepalanya pusing, sama keringet dingin. Simbah juga makannya gak begitu doyan. Kadang karena lauknya, juga kadang memang gak napsu makan.”

“Iya simbah sering mimpi buruk jadi kadang sulit tidur. Sering khawatir sama masalah kecil juga.”

“Simbah ini gak sabaran nduk. Apalagi di sini ada yang suka nyanyi suaranya keras, nyalain radio suaranya kenceng. Simbah sering keganggu.”⁹⁴

Berdasarkan observasi, lansia KI juga menunjukkan menunjukkan sikap menghindar, suka menyendiri, dan bermalas-malasan serta kurang bersemangat dalam kegiatan sehari-hari. Dari pemaparan tersebut, dapat diketahui bahwa lansia KI merasakan kecemasan menghadapi kematian dari segi fisik, kognitif, afektif, dan perilaku.

c. Lansia ketiga (SH)

Lansia ketiga yang menjadi subjek merupakan seorang perempuan berinisial SH yang sudah berada di RPSBM selama dua tahun. Lansia SH berusia 65 tahun. Latar belakang subjek masuk ke RPSBM adalah karena hidup sebatang kara. Beliau tidak mempunyai anak.

⁹³ KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

⁹⁴ *Ibid*

Lansia SH mulai mengalami kecemasan menghadapi kematian sejak lima bulan yang lalu. Berikut pemaparan lansia SH mengenai kecemasan menghadapi kematian yang dialami:

“Mungkin sekitar lima bulanan ini nduk kalau ingat mati itu bawaannya takut.”⁹⁵

Lansia SH menyampaikan bahwa faktor yang menurutnya menyebabkan kecemasan menghadapi kematian adalah karena kondisi fisik yang sering sakit dan masih sedikitnya bekal untuk akhirat. Berikut pemaparan lansia SH mengenai faktor yang penyebab kecemasan menghadapi kematian yang dialami:

“yaa karena udah tua terus sering sakit-sakitan, nduk. Ini kepala sering muter-muter rasanya. Simbah juga sholatnya masih bolong-bolong. Apalagi kalau sakit simbah gak sholat, nduk. Itu yang bikin takut. Takut amal simbah masih sedikit tapi udah dipanggil.”⁹⁶

Kemudian mengenai apa yang subjek rasakan baik dari segi fisik, kognitif, perilaku, maupun afektif ketika mengalami kecemasan menghadapi kematian adalah sebagai berikut:

“Jantung deg-degan nduk, keringat dingin, ini jari-jari rasanya dingin, kepalanya pusing, lemes. Simbah sulit tidur, gelisah nduk. Simbah juga takut ditinggal sendiri sama pelupa. Perasaannya jadi lebih was-was sama gak sabaran.”⁹⁷

Berdasarkan observasi, lansia SH juga menunjukkan menunjukkan sikap menghindar dan bermalas-malasan. Dari pemaparan tersebut, diketahui bahwa lansia SH merasakan

⁹⁵ SH, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 Juli 2022

⁹⁶ *Ibid*

⁹⁷ *Ibid*

kecemasan menghadapi kematian dari segi fisik, kognitif, afektif dan perilaku.

2. Kecemasan menghadapi kematian lansia setelah melakukan koping religius

a. Lansia pertama (AI)

Setelah melakukan koping religius, kecemasan terhadap kematian dapat diatasi dengan baik dan terdapat perubahan-perubahan yang signifikan. Berikut merupakan pemaparan lansia AI setelah mengimplementasikan koping religius:

“Alhamdulillah badan rasanya lebih sehat nduk, lebih semangat buat perbanyak ibadah. Mulai lebih sering ngobrol sama lansia lain, sholat wajib sama sunnahnya tak usahain gak bolong. Perasaannya juga jadi lebih tenang dan stabil, mikirnya selalu positif, gak khawatir lagi sama sesuatu yang sepele, dan gak takut sama mati lagi.”⁹⁸

b. Lansia kedua (KI)

Setelah melakukan koping religius, kecemasan terhadap kematian dapat diatasi dengan baik dan terdapat perubahan-perubahan yang signifikan. Berikut merupakan pemaparan lansia KI setelah mengimplementasikan koping religius:

“Badan jadi lebih sehat, sekarang lebih berusaha untuk sering keluar kamar dan interaksi sama lansia lain. Sholat dan dzikir alhamdulillah lancar terus gak bolong-bolong lagi. Jadi lebih sabar, perasaannya juga jauh lebih tenang.”⁹⁹

c. Lansia ketiga (SH)

⁹⁸ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

⁹⁹ KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

Setelah melakukan koping religius, kecemasan terhadap kematian dapat diatasi dengan baik dan terdapat perubahan-perubahan yang signifikan. Berikut merupakan pemaparan lansia SH setelah mengimplementasikan koping religius:

“Badan kaya lebih seger ya nduk. Semakin sering sholat sama dzikir, sering keluar kamar buat berbaur sama lansia lain, perasaannya gak was-was lagi, pikirannya jadi lebih sering mikir positif, dan gak takut ditinggal sendiri.”¹⁰⁰

C. Implementasi Koping Religius Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia di RPSBM Kota Pekalongan

Koping religius merupakan salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian pada subjek. Peneliti menggali data dengan wawancara dan observasi yang mendalam terkait strategi dan bentuk koping religius yang digunakan. Berikut ini peneliti paparkan data mengenai koping religius yang didapatkan dari beberapa subjek.

1. Lansia pertama (AI)

Berikut merupakan gambaran koping religius yang digunakan oleh lansia AI dalam penelitian ini.

a. Strategi koping religius

- 1) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

¹⁰⁰ SH, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 Juli 2022

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia AI bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia AI menyampaikan:

“Saya lebih mendekatkan diri sama Allah dan banyak berdoa semoga cemas ini dihilangkan.”¹⁰¹

2) *Self directing* (mengambil sikap pemecahan masalah aktif)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia AI mengambil sikap pemecahan masalah aktif dengan melakukan beberapa upaya, seperti yang disampaikan berikut ini:

“Saya juga harus belajar nerimo. Kalau saya berdoa dan sholat tiap hari tapi saya belum ikhlas diberi cemas seperti ini kan sama saja tidak sembuh.”

b. Aspek-aspek coping religius

1) *Benevolent Religious Reappraisal* (mendefinisikan kembali stresor melalui agama secara baik dan menguntungkan)

Lansia AI merasakan dan menyadari bahwa masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami membawa hikmah tersendiri dalam hidupnya. Lansia AI menyampaikan:

“Saya diberi takut sama mati mungkin biar jadi lebih sering sholat. Karena kepikiran tentang mati jadi saya lebih sering ingat Allah.”¹⁰²

¹⁰¹ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

¹⁰² *Ibid*

2) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia AI bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia AI menyampaikan:

“Ya walaupun saya sudah lebih mendekati diri sama Allah dan banyak berdoa semoga cemas ini dihilangkan, tapi ya saya juga harus belajar nerimo. Kalau saya berdoa dan sholat tiap hari tapi saya belum ikhlas diberi cemas seperti ini kan sama saja tidak sembuh.”

3) *Religious purification* (mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius)

Dalam usaha pembersihan spiritual guna mengatasi kecemasan menghadapi kematian, subjek melakukan beberapa amalan-amalan yang ia tujukan kepada Allah SWT seperti sholat, dzikir, puasa, dan berdoa. Berikut pemaparan subjek:

“Alhamdulillah saya sholat wajib sama sunnah lancar terus, nduk. Saya dzikiran juga kalau habis sholat. Ikut puasa kalo bulan ramadhan, sama banyakin doa ke gusti Allah. Saya juga tiap hari tak usahain ikut sholat subuh di luar RPSBM buat dengerin ceramah pagi di mushola.”¹⁰³

Pernyataan yang diungkapkan lansia AI tersebut juga dinyatakan oleh petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan:

¹⁰³ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

“Simbah AI sholat sama dzikirannya rajin, saya liat gak pernah bolong.”¹⁰⁴

- 4) *Religious Helping* (dukungan spiritual dan kenyamanan sesama)

Subjek berusaha untuk membina hubungan yang baik dengan sesama kelayan lansia lainnya. Seperti pernyataan subjek:

“Ya di sini mencoba berbaur dan saling ngingatin yang baik-baik aja nduk.”

- 5) *Seeking Spiritual Support* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih Allah SWT)

Subjek memiliki keinginan dalam kenyamanan dan ketentraman hidupnya, dan hal tersebut sudah ia peroleh ketika berada di RPSBM Kota Pekalongan.

“Saya terimakasih sekali sama gusti Allah yang masih mau menolong saya lewat RPSBM. Kalau tidak ada RPSBM, mungkin saya sekarang hidup dijalan nduk.”¹⁰⁵

- 6) *Seeking Support from clergy or members* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih saudara seiman dan alim ulama)

Lansia AI mengakui bahwa kehadiran guru/ustadz sangat penting dan sangat berpengaruh bagi hidupnya.

Seperti pernyataan beliau:

¹⁰⁴ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 juli 2022

¹⁰⁵ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

“Ustdaz penting banget nduk. Ini dulu saya kakinya gak bisa jalan karena struk, terus ketemu pak ustdaz dan dinasehatin suruh tahajud terus, saya lakuin alhamdulillah 25 hari sholat tahajud jadi bisa jalan lagi. Saya juga ikut terus kalau ada ceramah di RPSBM soalnya kita masih butuh dibimbing.”¹⁰⁶

Hal tersebut ditegaskan oleh pernyataan petugas:

“iya memang simbah AI selalu ikut kalau ada bimbingan rohani dari DEPAG.”¹⁰⁷

7) *Religious forgiving* (mencari pertolongan agama dengan membiarkan pergi setiap kemarahan dan sakit hati)

Lansia AI memutuskan untuk memaafkan semua orang yang membuatnya sakit hati agar hatinya menjadi lapang. Berikut pernyataan lansia AI:

“Saya berusaha minta maaf dan memaafkan siapapun yang pernah buat saya sakit hati nduk biar lega. Karena saya juga ingin dimaafkan segala dosanya kalau tiba-tiba suatu saat diambil nyawanya.”¹⁰⁸

2. Lansia kedua (KI)

a. Strategi koping religius

1) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

¹⁰⁶ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

¹⁰⁷ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara pribadi, Pekalongan, 23 juli 2022

¹⁰⁸ AI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 Juli 2022

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia KI bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia KI menyampaikan:

“Kalau lagi cemas ingat mati ya saya dzikir nduk.”¹⁰⁹

2) *Self directing* (mengambil sikap pemecahan masalah aktif)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia KI mengambil sikap pemecahan masalah aktif dengan melakukan beberapa upaya, seperti yang disampaikan berikut ini:

“Saya juga tanya-tanya ke pak ustdaz gimana biar gak takut kalau ingat mati.”

b. Aspek-aspek coping religius

1) *Benevolent Religious Reappraisal* (mendefinisikan kembali stresor melalui agama secara baik dan menguntungkan)

Bagi subjek, agama merupakan sesuatu yang sangat penting dan paling utama. Pemikiran subjek yang dulu berbeda dengan sekarang karena telah mendapat arahan dan pencerahan sehingga pikirannya lebih positif.

“Gak lagi nyalahin Allah atau tanya kenapa Allah kasih saya takut mati, tapi sekarang mikirnya mungkin ini cara Allah biar saya deket lagi.”¹¹⁰

2) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

¹⁰⁹ KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

¹¹⁰ *Ibid*

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia KI bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia KI menyampaikan:

“Kalau lagi cemas ingat mati ya saya dzikiran nduk. Saya juga tanya-tanya ke pak ustdaz gimana biar gak takut kalau ingat mati.”

3) *Religious purification* (mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius)

Dalam usaha pembersihan spiritual guna mengatasi kecemasan menghadapi kematian, subjek melakukan beberapa amalan-amalan religius yaitu sholat, dzikir, puasa dan berdoa.

“Kembali lagi nduk, yang penting sholat, dzikiran, sama berdoa. Puasa kalau bulan ramadhan.”¹¹¹

Pernyataan subjek KI dibenarkan oleh petugas:

“Simbah KI juga sering sholat sama dzikiran. Beliau juga ikut puasa kalau bulan ramadhan.”¹¹²

4) *Religious Helping* (dukungan spiritual dan kenyamanan sesama)

Motivasi dan dukungan berupa doa dan masukan-masukan dari sesama kelayan juga merupakan sesuatu yang penting bagi subjek agar tetap optimis menjalani kehidupan. Seperti pernyataan subjek:

“Saya itu sama warga sini (RPSBM) sering saling nasehatin kalau apapun yang terjadi ya di terima saja, ikhlas, pasrah. Kalau dikasih takdir tuanya hidup seperti ini ya mau

¹¹¹ *Ibid*

¹¹² Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 juli 2022

bagaimana lagi. Untung-untung ada RPSBM yang mau menampung.”¹¹³

- 5) *Seeking Spiritual Support* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih Allah SWT)

Subjek mencari keamanan dan kenyamanan hidupnya melalui perilaku-perilaku yang menunjukkan bahwa dia mencintai Allah yaitu dengan menjalan peraturan yang ada di agama. Subjek percaya bahwa dirinya akan menjadi lebih baik jika dia mentaati aturan agama islam tersebut.

“Kalau taat sama agama insyaallah hidup saya lebih baik. Terbukti memang benar. Saya sering sholat fisik lebih sehat, hati lebih tenang.”¹¹⁴

- 6) *Seeking Support from clergy or members* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih saudara seiman dan alim ulama)

Selain kenyamanan dan keamanan yang diperoleh dari Allah, subjek juga mengharapkan hal tersebut dari sesama muslim.

“Saya selalu ikut ceramah di sini soalnya biar dikasih doa sama wejangan dari pak ustdaz.”¹¹⁵

Pernyataan tersebut dibenarkan oleh petugas:

“Benar mba, simbah KI selalu ikut ceramah atau pengajian dari DEPAG.”¹¹⁶

¹¹³ KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

¹¹⁴ *Ibid*

¹¹⁵ KI, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli 2022

3. Lansia ketiga (SH)

a. Strategi koping religius

1) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia SH bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia SH menyampaikan:

“Sayanya banyak dzikiran, berusaha mikir positif, sama sering sholat tapi saya juga tetep berdoa minta sama Allah semoga cemasnya dihilangkan.”¹¹⁷

2) *Self directing* (mengambil sikap pemecahan masalah aktif)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia SH mengambil sikap pemecahan masalah aktif dengan melakukan beberapa upaya, seperti yang disampaikan berikut ini:

“Kalau kepala pusing dan lemas karena ingat mati kadang saya minum obat, minta sama petugas. Tapi kadang juga tak biarin, cuma minum air putih sambil dzikiran.”

b. Aspek-aspek koping religius

1) *Benevolent Religious Reappraisal* (mendefinisikan kembali stresor melalui agama secara baik dan menguntungkan)

¹¹⁶ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, wawancara pribadi, 25 Juli 2022

¹¹⁷ SH, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, wawancara pribadi, 27 Juli 2022

Lansia SH merasakan dan menyadari bahwa masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami membawa hikmah tersendiri dalam hidupnya. Lansia SH menyampaikan:

“Takut mati bikin saya ingat akhirat. Dulu saya mikirnya dunia terus. Sekarang pikiran buat persiapan ke akhiratnya gimana.”¹¹⁸

2) *Collaborative religious coping* (Bekerja sama dengan Tuhan dalam memecahkan masalah)

Dalam mengatasi masalah kecemasan menghadapi kematian yang dialami, lansia SH bekerja sama dengan Tuhan dalam pemecahannya. Lansia SH menyampaikan:

“Sayanya banyak dzikiran, berusaha mikir positif, sama sering sholat tapi saya juga tetep berdo'a minta sama Allah semoga cemasnya dihilangkan.”

3) *Religious purification* (mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius)

Dalam usaha pembersihan spiritual guna mengatasi kecemasan menghadapi kematian, subjek melakukan beberapa amalan-amalan religius yaitu sholat, dzikir, dan berdo'a, dan membaca asmaul husna.

“Saya berusaha sholat lima waktu, dzikiran, sama berdo'a. Saya gak bisa ngaji soalnya matanya blur buat baca, jadi saya kadang cuma baca asmaul husna.”¹¹⁹

Pernyataan subjek SH dibenarkan oleh petugas:

¹¹⁸ SH, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 Juli 2022

¹¹⁹ *Ibid*

“Bener mba simbah SH ya sholat sama dzikirannya rajin.”¹²⁰

4) *Religious Helping* (dukungan spiritual dan kenyamanan sesama)

Subjek berusaha untuk membina hubungan yang baik dengan sesama kelayan lansia lainnya. Seperti pernyataan subjek:

“Ya di sini harus hidup rukun nduk, kalau ndak rukun artinya gak bersyukur. Ya walaupun karakternya kadang ada yang bentrok, tapi warga sini sudah tak anggap seperti keluarga sendiri, karena banyak dari kita yang hidup sebatang kara, yang masih ada keluarga tapi gak diakui juga ada. Jadi ya kita harus hidup rukun di sini. Saling ngingatin.”¹²¹

5) *Seeking Spiritual Support* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih Allah SWT)

Dalam hal ini, subjek yakin Allah pasti akan menolong hambanya dan Allah punya rencana yang indah untuk tiap hambanya.

“Simbah percaya entah itu penyakit atau kesusahan apapun yang Allah kasih pasti karena Allah punya rencana yang bagus dibaliknya nduk. Cuma kitanya aja yang kadang gak ngerti jadi ngeluh terus.”¹²²

6) *Seeking Support from clergy or members* (mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih saudara seiman dan alim ulama)

¹²⁰ Uswatun Khasanah, Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 juli 2022

¹²¹ SH, Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 Juli 2022

¹²² *Ibid*

Selain kenyamanan dan keamanan yang diperoleh dari Allah, subjek juga mengharapkan hal tersebut dari sesama muslim.

“Simbah ikut setiap ada ceramah di sini. Kadang dari radio juga simbah dengerin ceramah. Masih banyak ilmu yang belum simbah tahu.”¹²³

Pernyataan tersebut dibenarkan dengan pernyataan dari petugas:

“Simbah SH sering nyalain radio kenceng banget entah itu dengerin ceramah atau kadang buat dengerin musik. Kalau ada pengajian atau ceramah dari DEPAG juga selalu ikut.”

¹²³ *Ibid*

BAB IV

ANALISIS IMPLEMENTASI KOPING RELIGIUS UNTUK MENGATASI KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA

A. Analisis Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di RPSBM Kota Pekalongan

Kecemasan menghadapi kematian adalah perasaan takut dan khawatir mengenai kematian itu sendiri.¹²⁴ Henderson menyebutkan ada beberapa faktor yang menyebabkan munculnya kecemasan menghadapi kematian, yaitu faktor usia, integritas ego, kontrol diri, religiusitas, dan *personal sense of fulfillment*.¹²⁵ Hal tersebut sejalan dengan data yang peneliti dapatkan di lapangan.

Faktor usia terlihat dari hasil wawancara ketiga subjek yang mengatakan bahwasanya semakin bertambahnya usia mereka, membuat mereka terus memikirkan kematian yang akhirnya memunculkan rasa cemas. Kemudian integritas ego, dimana ketiga subjek merasa tidak utuh karena ditinggalkan oleh keluarga maupun sanak saudara sehingga seperti hidup sendiri di dunia. Kemudian kemampuan kontrol diri yang cenderung rendah, dimana ketiga subjek sulit beradaptasi dengan masalah yang berasal dari luar maupun dalam diri. Kemudian faktor religiusitas, dimana dari hasil wawancara terlihat bahwa ketiga subjek belum konsisten dalam menjalankan agama seperti sholat yang masih bolong bahkan tidak sholat

¹²⁴ Cintami Farmawati, Miftahul Ula, Esti Zaduqisti, *loc.cit*

¹²⁵ Leila Henderson, *loc.cit*

sama sekali . Kemudian *personal sense of fulfillment*, dimana ketiga subjek merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalannya saat ini.

Selain faktor-faktor tersebut, berdasarkan hasil observasi dan wawancara ditemukan juga adanya faktor kondisi fisik yang sering sakit dan kesiapan diri seperti pendapat Hambly (dalam Wijaya & Safitri, 2012).¹²⁶

Subjek KI dan SH menyatakan alasan yang membuatnya cemas ketika memikirkan kematian adalah karena merasa masih sedikitnya kesiapan dan perbekalan untuk akhirat. Dalam perspektif tasawuf, kesiapan diri ini sesuai dengan pendapat Al-Ghazali yang menyatakan bahwasanya manusia dalam ranah bahasan mengingat mati dikategorikan menjadi dua, yaitu mereka yang mengingat mati kemudian cemas karena hatinya masih mencintai dunia yang kemudian membuatnya semakin jauh dari Allah, dan yang kedua adalah mereka yang timbul dihatinya rasa cemas ketika mengingat mati karena merasa perbekalannya untuk akhirat belum banyak sehingga membuat mereka memperbanyak taqwa kepada Allah. Dalam hal ini, subjek KI dan subjek SH termasuk dalam golongan kedua, yaitu golongan orang-orang yang mencemaskan kematian karena masih sedikitnya bekal dan kesiapannya dalam menghadapi kematian.

¹²⁶ F.S Wijaya & R. M Safitri, *loc.cit*

1. Kecemasan Menghadapi Kematian Sebelum Melakukan Koping Religius

Analisis data penelitian menemukan bahwasanya semua lansia yang diteliti mengalami kecemasan dalam aspek fisik, kognitif, perilaku (behavioral), dan afektif sebagai akibat dari adanya kecemasan menghadapi kematian sebelum melakukan koping religius.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek mengalami kecemasan dalam aspek fisik yaitu jantung berdebar, keringat dingin, kepala pusing, lemas, sulit tidur, nafsu makan menurun, dan ujung jari terasa dingin. Kemudian pada aspek kognitif yaitu sulit konsentrasi, pelupa, khawatir tentang sesuatu yang sepele, sering mimpi buruk, dan khawatir ditinggal sendiri. Pada aspek perilaku (behavioral) meliputi menghindar, menyendiri, bermalas-malasan serta kurang semangat dalam aktivitas sehari-hari. Dan pada aspek afektif yaitu mudah terganggu, gelisah, waspada, dan tidak sabar.

Aspek-aspek kecemasan menghadapi kematian yang dirasakan oleh ketiga subjek tersebut sejalan dengan empat aspek kecemasan menghadapi kematian yang menjadi acuan dalam penelitian ini berdasarkan gabungan dari pendapat Nevid dan Stuart, dimana aspek fisik meliputi jantung berdebar, keringat dingin, kepala pusing, ujung-ujung jari terasa dingin,

sulit tidur, dada sesak, nafsu makan menurun atau hilang, gangguan pencernaan, merasa lemas dan badan terasa kaku. Kemudian kondisi perilaku (behavioral) meliputi bermalasan, menghindar dan perilaku dependen. Kondisi kognitif meliputi khawatir tentang sesuatu yang sepele, perasaan takut dengan sesuatu yang akan terjadi di masa yang akan datang, khawatir akan ditinggal sendiri, sulit berkonsentrasi dan ketidakmampuan menghadapi masalah. Kondisi afektif meliputi mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah dan timbul perasaan malu.

2. Kecemasan Menghadapi Kematian Setelah Melakukan Koping Religius

Kondisi ketiga lansia atau subjek yang mengalami kecemasan menghadapi kematian setelah melakukan koping religius bisa dikatakan lebih baik dan sehat dari segi fisik, kognitif, perilaku, dan afektif. Dari segi fisik, ketiga lansia mengatakan lebih merasa segar karena sering melaksanakan sholat dan dzikir, kemudian dari segi kognitif lansia tidak lagi cemas ketika memikirkan tentang kematian serta pola pikir yang lebih positif, dari segi perilaku para lansia tidak lagi bermalasan maupun menyendiri dan berusaha untuk lebih berbaur dengan kelayan lain, dan dari segi afektif emosi

atau perasaan lansia menjadi lebih tenang. Perubahan-perubahan yang dilakukan dengan cara mendekatkan diri kepada Allah tersebut membuat religiusitas lansia meningkat sehingga dari segi spiritualnya pun menjadi lebih baik.

B. Analisis Implementasi Koping Religius Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia Di RPSBM Kota Pekalongan

Pargament (dalam Angganantyo, 2014) selaku pelopor koping religius membagi strategi koping religius menjadi tiga, yaitu *self directing*, *deferring*, dan *collaborative religious coping*.¹²⁷

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek menggunakan strategi koping religius yang sama dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian, yaitu *collaborative religious coping* yang dalam hal ini lansia dan Tuhan bekerja sama sebagai partner dalam memecahkan masalah dan *self directing* dimana lansia atau subjek mengambil sikap pemecahan masalah aktif. Subjek AI mengatasi kecemasan menghadapi kematian dengan cara berdoa dan belajar ikhlas atau menerima kecemasan yang diberikan oleh Tuhan dan senantiasa mendekatkan diri pada-Nya. Subjek KI mengatasi kecemasan menghadapi kematian dengan cara berdzikir dan meminta nasehat pada saudara sesama muslim yang dalam hal ini adalah seorang ustadz. Subjek SH mengatasi kecemasan menghadapi kematian dengan cara berdoa, berdzikir, sholat, berusaha untuk selalu berpikir positif, juga meminum obat atau air putih

¹²⁷ Wendio Angganantyo, *loc.cit*

ketika kepalanya pusing atau lemas akibat kecemasan menghadapi kematian.

Pargament (dalam Utami, 2012) juga membagi koping religius menjadi dua, yaitu koping religius positif dan koping religius negatif.¹²⁸ Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek menggunakan bentuk gabungan koping religius positif dan negatif sebagai cara untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami, hal ini terlihat dari aspek-aspek yang digunakan dalam koping.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek menggunakan aspek-aspek koping religius yang hampir sama dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian, yaitu *benevolent religious reappraisal*, *collaborative religious coping*, *seeking spiritual support*, *religious purification*, *seeking spiritual support from clergy or members*, *religious helping*, dan *self directing religious coping*, sedangkan pada subjek AI terdapat tambahan satu aspek, yaitu *religious forgiving*.

1. *Benevolent religious reappraisal*

Aspek *benevolent religious reappraisal* yaitu menggambarkan stressor melalui agama secara baik dan menguntungkan.¹²⁹

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek mencoba mencari hikmah atau mengharapkan keuntungan dan kebaikan Allah kepadanya dari masalah kecemasan menghadapi kematian yang sedang mereka hadapi.

¹²⁸ Muhana Sofiati Utami, *loc.cit*

¹²⁹ *Ibid*

2. *Collaborative religious coping*

Aspek *collaborative religious coping* yaitu mencari kontrol melalui hubungan kerja sama dengan Tuhan dalam pemecahan masalah.¹³⁰

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek berusaha mengatasi kecemasan menghadapi kematian dengan berbagai usaha yang mereka lakukan disertai meminta pertolongan Allah dan selanjutnya mengembalikan semuanya kepada Allah (pasrah).

3. *Seeking spiritual support*

Aspek *Seeking spiritual support* yaitu mencari kenyamanan dan keamanan melalui cinta kasih Allah.¹³¹

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek mencoba untuk mendekatkan diri pada Allah dan percaya bahwa Allah pasti akan menolongnya.

4. *Religious purification*

Aspek *religious purification* yaitu mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius.¹³²

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek melakukan sholat, dzikir, puasa, dan berdoa sebagai salah satu cara untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian.

5. *Seeking spiritual support from clergy or members*

¹³⁰ Muhana Sofiati Utami, *loc.cit*

¹³¹ *Ibid*

¹³² *Ibid*

Aspek *seeking spiritual support from clergy or members* yaitu mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta kasih saudara seiman dan alim ulama.¹³³

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ketiga subjek senantiasa hadir dalam pengajian yang diadakan oleh DEPAG di RPSBM karena mereka sangat membutuhkan kehadiran guru atau ustadz dalam hidup.

6. *Religious helping*

Aspek *religious helping* yaitu usaha untuk meningkatkan dukungan spiritual dan kenyamanan pada sesama.¹³⁴

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek saling mendukung, memberikan motivasi maupun nasehat kepada sesama kelayan lain agar senantiasa ikhlas pada cobaan yang diberikan oleh Allah.

7. *Religious forgiving*

Aspek *religious forgiving* yaitu mencari pertolongan agama dengan cara membiarkan pergi setiap kemarahan, rasa sakit, dan ketakutan yang berkaitan dengan sakit hati.¹³⁵

Berdasarkan hasil wawancara subjek AI mencoba untuk memaafkan semua orang yang telah membuat sakit hati agar hatinya menjadi lapang.

8. *Self directing religious coping*

¹³³ Muhana Sofiati Utami, *loc.cit*

¹³⁴ *Ibid*

¹³⁵ *Ibid*

Aspek *self directing religious coping* adalah individu mengambil sikap pemecahan masalah aktif dan tidak melibatkan Tuhan secara langsung.¹³⁶

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek melakukan upaya dengan belajar ikhlas atau menerima kecemasan yang diberikan oleh Tuhan, meminta nasehat pada saudara sesama muslim yang dalam hal ini adalah seorang ustadz, dan meminum obat atau air putih ketika kepalanya pusing atau lemas akibat kecemasan menghadapi kematian.

Menurunnya kecemasan menghadapi kematian melalui usaha-usaha coping religius tersebut dapat dilihat melalui pendekatan psikologis. Setiap tingkah laku manusia merupakan manifestasi dari beberapa kebutuhan yang dimilikinya. Dengan kata lain bahwa setiap tingkah laku manusia selalu terarah pada objek atau tujuan yang hendak dicapainya. Kebutuhan-kebutuhan itulah yang mendorong manusia berbuat sesuatu. Kebutuhan akan ketenangan hati mendorong para lansia di RPSBM melakukan coping religius. Dari usaha-usaha melalui praktik atau ritual agama tersebut mendorong meningkatnya religiusitas subjek dan dari segi fisik, perilaku, kognitif dan afektif semakin baik, dan hal tersebut membuktikan bahwa agama memiliki pengaruh terhadap hidup individu.

¹³⁶ *Ibid*

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti uraikan maka dapat diambil kesimpulan bahwa sebelum melakukan koping religius, ketiga lansia di RPSBM Kota Pekalongan yang menjadi subjek penelitian ini merasakan kecemasan fisik, kognitif, perilaku (behavioral) dan afektif sebagai akibat dari kecemasan menghadapi kematian yang dialami. Setelah melakukan koping religius, kondisi kecemasan menghadapi kematian yang dialami ketiga lansia di RPSBM Kota Pekalongan bisa dikatakan lebih baik dan sehat dari segi fisik, kognitif, perilaku (behavioral), dan afektif yang berdampak pada semakin baik pula spiritualitas lansia.

Dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami, ketiga subjek menggunakan strategi koping religius yang sama yaitu *collaborative religious coping* dan *self directing*, dan menggunakan gabungan dari koping religius positif dan negatif sebagai cara untuk mengatasi kecemasan menghadapi kematian yang dialami dengan aspek-aspek koping religius yang digunakan adalah *benevolent religious reappraisal*, *collaborative religious coping*, *seeking spiritual support*, *religious purification*, *seeking spiritual support from clergy or members*, *religious helping*, *religious forgiving* dan *self directing religious coping*.

B. Saran

1. Bagi subjek

Diharapkan para lansia senantiasa menerapkan coping religius untuk mengatasi segala permasalahan yang dihadapi dalam hidup karena melihat banyaknya dampak positif dari coping religius.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk dilakukan penelitian lanjutan mengenai coping religius dengan mencoba metode penelitian yang lain sehingga dapat menghasilkan data yang lebih mendalam, akurat, dan bermanfaat bagi semua pihak.

3. Bagi RPSBM Kota Pekalongan

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi data awal untuk mengetahui bagaimana gambaran kecemasan menghadapi kematian dan coping religius yang digunakan lansia sehingga RPSBM Kota Pekalongan dapat lebih aktif dalam menangani kecemasan menghadapi kematian yang dirasakan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- AI. (2022). Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan. Wawancara Pribadi. Pekalongan. 23 Juli
- Al-Ghazali. (1997). *Mutiara Ihya' Ulumuddin*. Bandung: Mizan
- Amiriddin dan Asikin, Zainal. (2004). *Pengantar Metode Penelitian Hukum*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Angganantyo, Wendio. (2014). "Coping Religius Pada Karyawan Muslim DI Tinjau Dari Tipe Kepribadian". Malang: *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, No. 1, Januari, II
- Anggraini, Erlina. (2015). "Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan". Semarang: *Theologia*, No. 2, Juli, XXVI
- Anjani, Vega Meiryska Dwi. (2019). "Dukungan Sosial Dengan Srategi Koping Religius Pada Janda Polisi (WARAKAWURI)". Semarang: *Intuisi*, No. 3, November, XI
- Annisa, Dona Fitria & Ifdil. (2016). "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia". Padang: *Konselor*, No. 2, Juni, V
- Ardias, Widia Sri dan Purwari, Putri Intan. (2019). "Kecemasan Pada Dewasa Tua (Lansia) Dalam Menghadapi Kematian". Padang: *Adult Learning*, No. 2, Juli, VI

- Arifiati, Ratna Febri & Wahyuni, Endang Sri. (2019). "Peningkatan Sense Of Humor Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia". Salatiga: *Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, No. 2, Desember, I, 2019
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Ashofa, Burhan . (2001). *Metodologi Penelitian Hukum*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bentounes, Syekh Khaled. (2003). *Tasawuf Jantung Islam*. Yogyakarta: Pustaka Sufi
- Fakhiroh, Nailah Zubdiyyatil. (2020). "Konsep Dhikr al-Mawt dalam Perspektif Eskatologi Al-Ghazali". *Skripsi Sarjana Agama*. Surabaya: UIN Sunan Ampel
- Farmawati, Cintami, Ula, Miftahul, Zaduqisti, Esti. (2019). "Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian (Studi Kasus Pada Lansia Terlantar Di RPSBM Kota Pekalongan)". Kudus: *Esoterik*, No. 1, Juni, V
- Florian, V. & Mikulincer, M. (2007). *Existensial and Spiritual Issues in Death Attitude*. United Kingdom: Psychology Press Ltd
- H, Frida Ayu N & P, I.Gst.Ng.Gunadi S. (2020). "Koping Religius Pada Skizofrenia". Surabaya: *Jurnal Psikiatri Surabaya*, No. 1, Desember, VII
- H, Thouless Robert. (2000). *Pengantar Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Press

- Hamidah, Tjitjik. (2020). "Religious Coping Dalam Menghadapi Covid-19".
Jakarta: *Buletin KPIN*, No.7, April, VI
- Henderson, Leila. (2002). *Stroke Panduan Perawatan*. Jakarta: Arcan
- Hidayat, Komarudin. (2015). *Psikologi Kematian*. Jakarta: Penerbit Noura Books
- Ilyas, Muhammad dan Effendi, Zulfan. (2019). "Pengaruh Terapi Islami Terhadap Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian". Padangsidempuan: *Al- Irsyad*, No.1, Juni, I
- Imam al-Ghazali. (1990). *Ihya' Ulumuddin jilid IX*. Semarang: CV. Asy-syifa'
- Imam Al-Ghazali. (2000). *Bekal Menunggu Ajal: terjemahan dari Kitab Ihya Ulumuddin*. Surabaya: Jawara
- Juniarly, Amalia & Hadjam, M. Noor Rochman. (2012). "Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen". Yogyakarta: *Psikologika*, No. 1, Januari, XVII
- Karim, Abdul. (2015). "Makna Kematian dalam Prespektif Tasawuf". Kudus: *Esoterik*, No. 1, Juni, I
- Khairul, dkk. (2021). "Metode Pendekatan Psikologis Dalam Studi Islam". Medan: *Al-Mahyra*, No. 1, April, II
- Khasanah, Uswatun. (2022). Petugas pelayanan khusus lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 23 juli

- KI. (2022). Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 25 Juli
- Kurdi, Muhammad Amin. (2005). *Jalan Ke Surga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Lehto, Rebecca H & Stein, Karen Farchaus. (2009). *Death Anxiety: An Analysis Of An Evolving Concept*. New York: Springer Publishing Company
- Maryam, Siti. (2017). “Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya”. Makassar: *Jurnal Konseling Andi Matappa*, No. 2, Agustus, I
- Masyitoh, Laela. (2007). “Peranan Koping Religius Terhadap Kecemasan Calon TKI”. *Skripsi Sarjana Psikologi*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah
- Mawarpury, Marty, dll. (2021). *Buku Seri Kesehatan Mental Indonesia: Kesehatan Mental Di Indonesia Saat Pandemi*. Aceh: Syiah Kuala University Press
- Moleong. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Morissan. (2012). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Kencana
- Mumbaashithoh, Layli. (2017). “Hubungan Koping Religius Dengan Stres Pada Narapidana Non Residivis Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta”. *Skripsi Sarjana Psikologi*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga

- Muna, Nailal. (2011). "Peranan Rumah Perlindungan Sosial Berbasis Masyarakat (RPSBM) Dalam Upaya Menangani Pembinaan Anak Jalanan Di Kota Pekalongan". *Skripsi Sarjana Pendidikan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Murtiningsih. (2016). "Kematian Menurut Kaum Sufi". Cimahi: *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama*, No. 1, April, XVI
- Muslih, Moh. & Priyanto, Aris. (2020). *Pendidikan Menghadapi Kematian: Sebuah Bekal dan Renungan*. Pekalongan: PT Nasya Expanding Management
- Nadzir, Moh. (1998). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Nevid, Jeffrey S, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Pargament, K.I & Raiya, H. Abu. (2015). "Religious Coping Among Diverse Religion: Commonalities and Divergences". Washington DC: *Psychology Of Religion and Spirituality*, No. 1, Januari, VII
- Peralaiko, Ervina. (2013). "Peranan Koping Religius Terhadap Konflik Peran Ganda Mahasiswa UIN Malang Yang Telah Menikah". *Skripsi Sarjana Psikologi*. Malang: UIN Malik Ibrahim
- Prihwanto, Puji, dkk. (2021). *Konseling Lintas Agama dan Budaya: Strategi Konseling di Era Modern*. Bogor: Guepedia

- Rifa'I, Muh. Khoirul. (2016). "Internalisasi Nilai-Nilai Religius Berbasis Multikultural Dalam Membentuk Insan Kamil". Surabaya: *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, No. 1, Mei, IV
- Rosyad, Rifki. (2021). *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi*. Bandung: Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati
- RPSBM Kota Pekalongan. (2022). Arsip, Juli
- SH. (2022). Kelayan lansia RPSBM Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 27 Juli
- Sihombing, F, Lukman, M, dan Melianingsih, I. (2014). "Variabel Yang Mempengaruhi Kecemasan Kematian Pada Lansia: Sebuah Literature Review". Bandung: *Jurnal Kesehatan "Caring and Enthusiasm"*, No.1, November, III
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi
- Usman, Husain, dkk. (2006). *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Utami, Muhana Sofiati. (2012). "Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif". Yogyakarta: *Jurnal Psikologi*, No. 1, Agustus, XXXIX
- Wicaksono & Meiyanto, S. (2003). "Ketakutan Terhadap Kematian Ditinjau Dari Kebijakan Dan Orientasi Religius Pada Periode Remaja Akhir Yang Berstatus Mahasiswa". Yogyakarta: *Jurnal Psikologi*, No.1, Agustus, XXX

- Wijaya, Fredy Setya & Safitri, Ranni Merli. (2010). "Persepsi Terhadap Kematian dan Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lanjut Usia". Yogyakarta: *Insight*, No. 2, Agustus, VIII
- Wijayanti, A & Lailatushifah, SNF. (2012). "Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Orang Dengan Diabetes Melitus". Yogyakarta: *Insight*, No. 1, Februari, X
- Wijayanti, Ari & Lailatushifah, Siti Noor Fatmah. (2012). "Kebermaknaan Hidup Dan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Orang Dengan Diabetes Melitus". Yogyakarta: *Insight*, No. 1, Februari, X
- Wilandika, Angga. (2019). *Mahasiswa, Religiusitas, dan Efikasi Diri Perilaku Beresiko HIV Kajian Dalam Sudut Pandang Muslim*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia
- Yasinta, Tiyas. (2017). "Koping Religius Pada Individu Yang Mengalami Konversi Agama". *Tesis Master Of Arts*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga