

PENGARUH TAWAKAL DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KEMATIAN PADA INDIVIDU DEWASA MADYA

Fawwaz Ahmad Fauzan, Universitas Islam Indonesia, 20915005@students.uii.ac.id
Qurotul Uyun, Universitas Islam Indonesia
Magister Psikologi Profesi, Universitas Islam Indonesia

Abstract

Death anxiety can appear in various age spans, including in the middle adulthood stage. During this period, many changes in conditions occurs such as physical, family, work and health, all of which can cause death anxiety. **Objective:** This study aims to examine the roles of Tawakal (trusting in God's plan) and social support as the predictors of death anxiety in middle adult individuals. **Method:** The data were collected by involving 200 subjects with the age criteria of 40-60 years and being Muslim. The measuring instruments used included the Tawakal Scale, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support, and the Arabic Death Anxiety Scale in Indonesia version. Filling in the scale was carried out online using Google forms. The data analysis method used was multiple regression purposely to determine the effect of Tawakal (X1) and social support (X2) on death anxiety (Y). Also, additional analysis was also carried out, i.e. a correlation test between the three variables to see the correlation between aspects of the variables of death anxiety, Tawakal, and social support. **Results:** Regression test analysis showed that Tawakal and social support together were able to significantly predict death anxiety in adult individuals with the F value of 13.395, ($p = 0,00$; $p < 0,05$). The Tawakal variable had a stronger predictive power for anxiety death with a predictive power of 27% ($p = 0,00$; $p < 0,05$), while the social support variable had a significant effect with a predictive power of 15% ($p = 00,0$; $p < 0,05$).

Keywords: Middle adulthood, death anxiety, Tawakal, social support.

Abstrak

Kecemasan kematian dapat muncul di berbagai rentang usia termasuk pada tahap periode dewasa madya. Pada periode tersebut terjadi banyak perubahan kondisi seperti fisik, keluarga, pekerjaan, dan kesehatan yang dapat menjadi penyebab munculnya kecemasan kematian. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran tawakal dan dukungan sosial sebagai prediktor terhadap kecemasan kematian pada individu dewasa madya. **Metode:** Metode pengumpulan data pada penelitian ini melibatkan sebanyak 200 subjek dengan kriteria berusia 40-60 tahun dan beragama Islam. Alat ukur yang digunakan diantaranya skala Tawakal, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, dan *Arab Scale Death Anxiety* versi bahasa Indonesia. Pengisian skala dilaksanakan secara daring menggunakan *google formulir*. Metode analisis data yang digunakan yaitu regresi berganda yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh tawakal (X1) dan dukungan sosial (X2) terhadap kecemasan kematian (Y). Selain itu dilakukan juga analisis tambahan yaitu uji korelasi antara ketiga variabel untuk melihat korelasi antar aspek dari variabel kecemasan kematian, tawakal, dan dukungan sosial. **Hasil:** Analisis uji regresi

menunjukkan bahwa tawakal dan dukungan sosial bersama-sama dapat memprediksi kecemasan kematian pada individu dewasa secara signifikan dengan nilai $F = 13.395$, ($p = 0,00$; $p < 0,05$). Variabel tawakal memiliki daya prediksi yang lebih kuat terhadap kecemasan kematian dengan daya prediksi 27% ($p = 0,00$; $p < 0,05$), sedangkan variabel dukungan sosial juga memiliki pengaruh signifikan dengan daya prediksi 15% ($p = 0,00$; $p < 0,05$).

Keywords: Dewasa madya, kecemasan kematian, tawakal, dukungan sosial

PENDAHULUAN

Kematian adalah tahapan yang pasti dialami oleh seluruh makhluk hidup, begitu juga dengan manusia (Merizka, Khairani, Dahlia, & Faradin, 2019). Sebagaimana Allah ta'ala berfirman yang artinya "*Bahwa tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati, kemudian hanyalah kepada Kami kamu dikembalikan*" (QS : Al-Ankabut : 57). Firman Allah ta'ala tersebut menunjukkan bahwa kematian tidak terpaku pada individu dengan usia tertentu melainkan siapapun manusia akan mengalami fenomena kematian. Kematian menjadi bagian dari kehidupan, sehingga memahami keniscayaan kematian sangat penting bagi kehidupan (Sinoff, 2017). Saat individu memiliki perasaan cemas atau takut terhadap sesuatu yang berhubungan dengan kematian atau kematian itu sendiri maka dapat diistilahkan sebagai kecemasan kematian (Sinoff, 2017).

Kecemasan kematian biasanya dialami secara subjektif pada saat individu memikirkan hal-hal yang berkaitan dengan kematian sehingga muncul pikiran, perasaan, dan kondisi emosi yang tidak menyenangkan (Templer, 1970). Kecemasan kematian digambarkan sebagai suatu emosi yang kompleks atau kondisi psikologis meliputi pikiran, rasa takut, dan kecemasan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kematian seperti perasaan kesepian, kerusakan fisik, kesedihan akibat kehilangan diri sendiri,

kemarahan yang ekstrem, dan rasa putus asa terhadap sesuatu yang tidak bisa dikontrol (Firestone & Catlett, 2009). Kecemasan kematian juga meliputi ketakutan akan rasa hampa, kehilangan sesuatu yang dicintai, dan proses kematian yang akan datang (Archentari & Siswati, 2014; Ardias & Purwari, 2019).

Bebagai hal yang secara spesifik dicemaskan atau ditakuti oleh individu dalam konteks kecemasan kematian diantaranya kematian pribadi dan kematian orang yang dicintai (Menzies, Sharpe, & Dar-Nimrod, 2019). Selain itu ketidaktahuan dan ketidakpastian kapan dan bagaimana kematian akan terjadi, serta proses kematian yang dapat disertai dengan penderitaan membuat individu merasa tidak tenang atau cemas (Menzies dkk., 2019; Jin, Zeng, Cong, An, & Zheng, 2023).

Terdapat beberapa manifestasi dari kecemasan kematian yang dapat muncul pada individu diantaranya gelisah, sulit tidur, bingung, was was, atau perasaan tidak nyaman (Rahman, Kirana, & Anggraini, 2020). Selain itu secara spesifik kecemasan yang muncul mengarah pada pergantian waktu yang cepat, peristiwa rasa sakit pada proses kematian, dan kehidupan setelah kematian, yang dapat menyebabkan individu cenderung berpikir negatif, pesimis, dan kehilangan gairah hidup (Pasaribu, Tarigan, & Maghfirah, 2022).