

SUBJECTIVE WELL-BEING DAN KECEMASAN MENGHADAPI KEMATIAN PADA LANSIA

SUBJECTIVE WELL-BEING AND DEATH ANXIETY AMONG ELDERLY PEOPLE

Dian Veronika Sakti Kaloeti dan Sri Hartati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,

Jl. Prof.Sudarto, SH, Tembalang, Semarang, 50277, Indonesia

Email: veronikasakti@gmail.com

No. Handphone: 081227121671

ABSTRAK

Kecemasan hadir dalam kehidupan manusia dalam berbagai jenis dan tingkatan, serta level perkembangan terutama pada masa lanjut usia (lansia). Salah satunya adalah kecemasan menghadapi kematian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan subjective well-being dan kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Sebanyak 40 lansia dengan rentang usia 60-74 tahun, berdomisili di Semarang terlibat dalam penelitian ini. Hasil analisis regresi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara subjective well-being dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia, semakin tinggi subjective well-being yang dimiliki oleh lansia maka semakin rendah kecemasannya akan kematian. Lebih lanjut, subjective well-being mampu memprediksi 10.4% kecemasan terhadap kematian. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa lansia dengan subjective well-being rendah memiliki kecemasan kematian yang tinggi, dan demikian sebaliknya. Hal menarik yang kemudian muncul dari penelitian ini adalah lansia dengan subjective well-being tinggi dapat saja memiliki kecemasan kematian yang tinggi. Lansia yang menerima keterbatasan kondisi dirinya serta memiliki penilaian positif terhadap kehidupannya, akan memandang kematian sebagai bagian dan proses yang wajar dalam kehidupan serta menunjukkan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang tidak menerima keterbatasan yang dimilikinya.

Kata kunci: subjective well-being, kecemasan menghadapi kematian, lansia

ABSTRACT

The presence of anxiety in human life is shown in various types, levels, as well as developmental stage levels especially in the elderly. One of the forms of anxiety is death anxiety. The purpose of this study was to investigate the relationship between subjective well-being and death anxiety among elderly people. Forty elderly with aged between 60–74 years and resided in Semarang were involved in this study. Regression analyses indicated there was significant relationship between subjective well-being and death anxiety among elderly people, where the high of elderly's subjective well-being then the low of death anxiety level. Further, subjective well-being could predicted 10.4% of the death anxiety. Cross tabulation showed elders with low subjective well-being had high death anxiety, and vice versa. The interesting thing emerged from this study was elders with high subjective well-being could have high death anxiety. Elders who have been able to accept their limitations also have positive evaluation regarding their lives, will perceived death as a normal process and part of life. Also showed the lower level of death anxiety compare than their counterparts.

Keywords: subjective well-being, death anxiety, elderly

Proses menua adalah proses alami, terjadi penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis dan sosial yang saling berhubungan. Proses perubahan atau penurunan tersebut berpotensi menimbulkan kecemasan-kecemasan pada lanjut usia (lansia), diantaranya kecemasan dalam menghadapi kematian. Oleh Schultz (Bryant, 2003) disebutkan bahwa beberapa ahli menyarankan untuk menggunakan istilah kecemasan apabila merujuk kepada seperangkat perasaan yang akan muncul ketika memikirkan tentang kematian.

Kecemasan terhadap kematian dapat muncul pada lansia saat terdapatnya ketidakpastian tentang adanya kehidupan setelah kematian, akan kehilangan orang-orang yang dicintai, serta kesendirian (*isolating experience*). Penelitian Drolet (Bryant, 2003) menyimpulkan bahwa lansia lebih memiliki *sense of symbolic immortality* (pemahaman tentang ketidakabadian) dibandingkan dengan remaja hingga mereka yang termasuk usia dewasa pertengahan (*mid-age life*).

Kecemasan akan kematian ditandai oleh kecemasan perpisahan, kesendirian, meninggalkan orang-orang terdekat dan meninggalkan dunia (Langner, 2002). Gardner Murphy (dalam Langner, 2002) mengidentifikasi sikap-sikap yang mengarah pada kecemasan pada kematian yaitu: (a) Kematian adalah akhir dari segala-galanya; (b) Hilangnya kontrol atas diri sendiri; (c) Perpisahan dengan orang yang dicintai; (d) Ketidakberdayaan; (e) Ketakutan akan hukuman (neraka, akhir zaman); (f) Ketakutan atas sesuatu yang akan menimpa orang yang ditinggalkan; (g) Perasaan gagal misalnya: tugas-tugas yang belum diselesaikan, keinginan dan harapan yang belum terpenuhi.

Kastenbaum (Bryant, 2003) menjelaskan beberapa bentuk kehilangan yang diderita oleh individu yang meninggal dunia, yaitu kehilangan pengalaman, kehilangan hak atas tubuh, kehilangan interaksi dengan orang-orang yang dikasihi dan masih menggantungkan hidupnya pada individu, kehilangan kesempatan untuk mewujudkan mimpi dan keinginan diri. Hoelter dan Hoelter (Bryant, 2003) memaparkan delapan dimensi dari kecemasan akan kematian yaitu kecemasan akan proses menuju mati, kematian dini, meninggalkan orang terdekat, fobia akan hal-hal yang berhubungan dengan kematian, kecemasan akan dihancurkan, tubuh setelah kematian, ketidakberdayaan, dan ketakutan akan bertemu orang yang telah meninggal.

Sejalan dengan hal tersebut Florian dan Mikulincer (Bryant, 2003) mengajukan tiga komponen kecemasan terhadap kematian yaitu :

- a. Komponen intrapersonal; berhubungan dengan pengaruh yang ditimbulkan terhadap tubuh dan pikiran, seperti kecemasan akan pemenuhan kebutuhan, tujuan pribadi.
- b. Komponen interpersonal; berhubungan dengan efek kecemasan terhadap hubungan interpersonal individu.

- c. Komponen transpersonal; hal ini berhubungan dengan diri transendental, kecemasan akan hukuman di akhirat serta situasi yang harus dijalani setelah meninggal (kehidupan setelah kematian).

Usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan kematian pada diri seseorang. Individu yang berusia dewasa pertengahan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi terhadap kematian, hal ini disebabkan kecemasan terhadap kesiapan dan kemampuan finansial orang-orang terdekat (pasangan dan anak) ketika mereka meninggal dunia. Namun, Roth (Bryant, 2003) memberikan pandangan bahwa sebenarnya kelompok lansia-lah yang paling memiliki kecemasan menghadapi kematian, namun cenderung ditekan (*repress*), karena lingkungan sosial, dan budaya membentuk pemahaman bahwa lansia merupakan kelompok yang seharusnya sudah mencapai level kebijaksanaan, sehingga tidak seharusnya mereka mengalami kecemasan ketika berbicara tentang kematian.

Bagi kalangan lanjut usia, kematian merupakan suatu fakta dalam kehidupan yang sudah berada didepan mata. Kecemasan yang terjadi pada lansia diasumsikan lebih kepada perasaan harus meninggalkan pasangan hidup dan keluarga (Bryant, 2003). Situasi ini disimpulkan oleh Brirelli (2002), bahwa tingkat kecemasan menghadapi kematian bervariasi dalam berbagai rentang umur. Hal lain yang diprediksi memengaruhi adalah religiusitas, dukungan sosial dan harga diri.

Lansia yang memiliki keharmonisan dalam hidupnya, mendapatkan dukungan emosional dan pengertian dari lingkungan sosial akan mengurangi kecemasannya dalam menghadapi kematian. Kondisi ini akan membantu lansia untuk dapat mengembangkan pandangan positif terhadap apa yang telah mereka capai, jika demikian ia akan merasa lebih utuh dan puas, sehingga ia akan lebih dapat menerima dirinya dengan positif. Lansia yang memandang dirinya secara positif akan merasa nyaman, damai dan bahagia. Lebih lanjut, Erikson memandang masa lansia sebagai tahapan integritas versus keputusasaan (*ego-integrity versus despair*), dimana lansia pada tahapan ini melakukan penilaian terhadap pengalaman dan pencapaiannya dan menerima apabila terjadi ketidaksesuaian antara tujuan yang diinginkan dengan pencapaiannya, serta menerima keadaannya saat ini dan kematian yang akan menjelang (Papalia, Olds & Feldman, 2009). Apabila lansia berhasil melewati masa ini maka akan muncul kepuasan (*ego-integrity*), namun apabila gagal maka akan merasakan keputusasaan (*despair*).

Kebahagiaan yang sifatnya lebih menetap dibanding suasana hati, dikenal dengan istilah *subjective well-being* (Diener & Suh, 1997). *Subjective well-being* merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya yang ditunjukkan dalam kepuasan terhadap kehidupannya yang dimiliki dan kecenderungan lebih sering dirasakannya perasaan yang menyenangkan (afek positif).

dibanding perasaan yang tidak menyenangkan (afek negatif). Lansia yang mengalami kondisi tersebut akan mencapai kepuasan hidup dan *sucessfull aging*. Penjelasan mengenai *subjective well-being* sering dikaitkan dengan kebahagiaan dan kondisi-kondisi yang menyertai. Topik ini meliputi studi mengenai sifat positif yang diarahkan ke masa lalu (seperti kesejahteraan, kesenangan, kepuasan); diarahkan ke masa depan (seperti optimisme, harapan, spiritualitas) dan diarahkan ke saat ini (seperti kegembiraan, kelegaan, konsentrasi, kesenangan, semangat yang meluap-luap, dan kerukunan). *Subjective well-being* sering diartikan sebagai kebahagiaan tapi dalam praktik, *subjective well-being* lebih ilmiah digunakan daripada kebahagiaan. Terkadang kedua istilah tersebut digunakan secara bergantian, tetapi *subjective well-being* dianggap lebih luas dan didefinisikan sebagai sisi afektif seseorang (suasana hati dan emosi) dan evaluasi kognitif kehidupan mereka (Lyubomirsky, King, & Diener 2005).

Diener dan Biswas-Diener (2002), mendefinisikan *subjective well-being* sebagai semua tipe evaluasi, baik positif maupun negatif yang dibuat seseorang mengenai kehidupannya. *Subjective well-being* ini mencakup evaluasi kognitif kehidupan yang dialami (*reflective cognitive evaluations*) dan reaksi afektif terhadap kejadian yang dialami individu. Evaluasi kognitif dilakukan saat seseorang memberikan evaluasi secara sadar dan menilai kepuasan mereka terhadap kehidupan secara keseluruhan (kepuasan hidup) atau penilaian evaluatif mengenai aspek-aspek-aspek khusus dalam kehidupan mereka misalnya: kepuasan kerja, minat (*interest*), dan hubungan (*engagement*).

Reaksi afektif dalam *subjective well-being* yang dimaksud adalah reaksi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidupnya yang meliputi emosi yang menyenangkan (misalnya, rasa senang (*joy*) dan emosi yang tidak menyenangkan (misalnya rasa sedih (*sadness*)). *Subjective well-being* merupakan istilah yang terdiri dari dua komponen utama, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Masing-masing komponen dalam *subjective well-being* bersifat independen, sehingga seseorang dapat memiliki komponen afektif yang tinggi dan komponen kognitif yang rendah maupun sebaliknya. Oleh karena itu, perlu dipahami komponen-komponen *subjective well-being* secara terpisah (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). Dengan kata lain, seseorang dapat dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi dengan meningkatkan afek positif dan meminimalkan afek negatif. Sebagai contoh, seseorang dapat memiliki *subjective well-being* yang tinggi dengan melakukan aktivitas yang meningkatkan kepuasan walaupun aktivitas tersebut membosankan atau dari aktivitas tersebut hanya dirasakan sedikit afek positif.

Pavot dan Diener (dalam Linley & Joseph, 2004) menyatakan bahwa faktor budaya turut mempengaruhi *subjective well-being*. Maulina (2014) dalam penelitiannya mengenai *subjective well-being*

pada lansia bersuku Jawa mengungkapkan bahwa pencapaian kondisi *subjective well-being* diidentikkan dengan perasaan menyenangkan, rasa syukur, berkumpul dengan keluarga, mempunyai hubungan emosional yang baik serta terjalin keakraban dan keharmonisan. Di saat lansia masih dapat berkumpul dengan keluarganya dan merasa mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya, hal ini akan menimbulkan kepuasan dan mendorong munculnya kebahagiaan (Purnama, 2009). Dalam perspektif masyarakat Jawa, harmoni tercapai dengan adanya kerukunan yaitu kondisi selaras, tenang dan tentram, dan bersatu untuk saling membantu (Magnis-Suseno, 2003). Kondisi harmonis akan mewujudkan kesejahteraan dan kebahagiaan (Endraswara, 2003).

Paparan di atas kemudian memunculkan pertanyaan penelitian yaitu : Apakah ada hubungan antara *subjective well-being* dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia? Hipotesis yang diajukan adalah: Adanya hubungan negatif antara *subjective well-being* dan kecemasan menghadapi kematian pada lansia. Semakin tinggi *subjective well-being* yang dimiliki oleh lansia maka semakin rendah kecemasan menghadapi kematian yang dirasakannya, demikian sebaliknya.

Metode Penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*, dengan teknik *convenience sampling*. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 40 lansia yang mengikuti kelompok adiyuswa X di Semarang. Lansia yang berusia 60-74 tahun, tidak memiliki gangguan kesehatan yang berat dan atau gangguan kejiwaan merupakan karakteristik partisipan penelitian, serta dapat membaca dan menulis. Proses pengisian skala dilakukan dengan mendampingi setiap subjek ketika mengisi skala, serta membacakan instruksi pengerjaan dan aitem-aitem dalam skala. Hal ini dilakukan untuk mengantisipasi kesalahan dalam mengisi skala.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *subjective well-being* yang terdiri dari dua komponen, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif (Diener, 2004). Pengukuran *subjective well-being* dilakukan dengan menjumlahkan skor dari kedua komponen *subjective well-being* yang diukur melalui dua sub skala yang terpisah. Komponen kognitif dalam *subjective well-being* meliputi aspek kepuasan hidup secara menyeluruh dan aspek kepuasan terhadap domain-domain kehidupan individu. Komponen kognitif diukur dengan sub skala kognitif yang bertujuan untuk mengetahui kepuasan subjek terhadap kehidupannya yang terdiri dari kepuasan hidup secara menyeluruh dan kepuasan terhadap domain-domain kehidupan. Komponen afektif dalam *subjective well-being* diukur dengan subskala afektif yang bertujuan mengetahui frekuensi dirasakannya afek positif dan afek negatif.

Skor skala afektif *subjective well-being* diperoleh dari keseimbangan afek positif dan afek negatif. Apabila skor afek positif yang diperoleh subjek lebih tinggi daripada afek negatif maka skor sub skala afektif yang diperoleh pun tinggi namun, apabila skor afek negatif lebih tinggi daripada skor afek positif, maka skor sub skala afektif yang diperoleh pun rendah. Skor total skala *subjective well-being* diperoleh berdasarkan penjumlahan dua sub skala *subjective well-being* yaitu sub skala kognitif *subjective well-being* dan sub skala afektif *subjective well-being*. Skala *subjective well-being* dalam penelitian ini berjumlah 22 aitem dengan sub skala kognitif terdiri dari 4 aitem ($\alpha = 0,856$) dan sub skala afektif yang terdiri dari 18 aitem ($\alpha = 0,912$).

Skala kecemasan terhadap kematian berjumlah 25 aitem ($\alpha = 0,896$) dikembangkan dari 3 komponen kecemasan terhadap kematian yaitu komponen intrapersonal, komponen interpersonal, dan komponen interpersonal (Florian & Mikulincer, dalam Bryant, 2003).

Analisis data penelitian menggunakan metode statistik analisis regresi sederhana dan tabulasi silang dengan menggunakan program komputer Statistic Packages for Social Science (SPSS) versi 23.0.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data demografi pada tabel 1, rata-rata partisipan penelitian berusia 64.83 tahun ($SD=3.79$), 62.5% berjenis kelamin perempuan, dan 57.5 % berstatus menikah. Selanjutnya hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *subjective well-being* berkorelasi dengan kecemasan menghadapi kematian ($r_{xy} = -0.322$; $p < 0.05$). Arah hubungan negatif antara *subjective well-being* dengan kecemasan terhadap kematian memiliki arti bahwa semakin positif penilaian individu terhadap kehidupannya, maka semakin rendah kecemasan terhadap kematian, dan demikian sebaliknya. Koefisien determinasi menunjukkan nilai sebesar 0.104 yang memiliki arti bahwa dalam penelitian ini *subjective well-being* mempunyai sumbangan efektif sebesar 10.4% terhadap kecemasan terhadap kematian, dan 89.6% ditentukan oleh faktor lain yang tidak disertakan dalam penelitian ini.

Rentang nilai dan kategori skor partisipan penelitian untuk variabel *subjective well-being* dapat dilihat pada tabel 2, lebih dari separuh partisipan lansia ($n=24$, 60%) berada pada kondisi *subjective well-being rendah*. Status kecemasan menghadapi kematian seperti yang terlihat pada tabel 3 menunjukkan kondisi kecemasan yang tinggi ($n=25$, 62.5%). Selanjutnya, hasil tabulasi silang dari kategori variabel *subjective well-being* dan kecemasan menghadapi kematian, menunjukkan 24 partisipan lansia yang memiliki *subjective well-being rendah*, 16 (66.7%) orang diantaranya tergolong memiliki kecemasan menghadapi kematian yang tinggi. Kemudian, 13 lansia dengan

subjective well-being tinggi, sebanyak 5 (38.5%) orang memiliki kecemasan kematian yang rendah dan 8 (61.5%) orang dengan kecemasan yang tinggi. Lansia dengan *subjective well-being tinggi*, sebanyak 2 (66.7%) orang memiliki kecemasan kematian yang sangat rendah dan 1 (33.3%) orang memiliki kecemasan kematian yang tinggi.

Analisis tambahan menunjukkan tidak ada perbedaan *subjective well-being* dan kecemasan terhadap kematian pada lansia laki-laki dan lansia perempuan, lansia yang berstatus menikah dengan lansia yang telah ditinggal mati pasangan hidupnya.

Kondisi lansia sering diasosiasikan dengan menurunnya fungsi kognitif, kesehatan, ekonomi dan dukungan sosial (Iandkk, 2009). Hal-hal tersebut akan mempengaruhi *subjective well-being* lansia. Namun, lansia yang menerima keterbatasan kondisi dirinya, akan memandang kematian sebagai bagian dan proses yang wajar dalam kehidupan serta menunjukkan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang tidak menerima keterbatasan yang dimilikinya (Neimeyer, Wittkowski, & Moser, 2004). Fortner, Neimeyer dan Rybarczyk (2000) menyatakan bahwa lansia yang mengalami sakit penyakit, masalah psikologis dan integritas ego yang rendah akan memengaruhi penilaian dirinya. Penilaian negatif akan menyebabkan *subjective well-being* yang dimiliki menjadi rendah. Salah satu penilaian atau evaluasi yang erat terkait kondisi lansia adalah pandangan terhadap kematian. Kesejahteraan subjektif yang rendah akan memengaruhi kecemasan kematian pada lansia (Missler, Stroebe, Geurtsen, Mastenbroek, Chmoun, & van der Houwen, 2012). Kecemasan menghadapi kematian dalam penelitian ini tergolong tinggi. Kekhawatiran lansia tentang hal-hal yang berkaitan dengan kematian, seperti kehilangan orang-orang terdekat, menderita kesakitan atau penderitaan, dan mempunyai keinginan atau rencana yang belum terwujud juga akan memengaruhi dan semakin menguatkan kondisi kecemasan yang dimiliki. Hasil penelitian ini juga mendukung pernyataan Roth (Bryant, 2003) bahwa lansia sebenarnya yang paling memiliki kecemasan menghadapi kematian dibandingkan kelompok usia lain, namun cenderung ditekan (*repress*), dikarenakan norma lingkungan dan kultur yang membentuk pemahaman bahwa lansia merupakan kelompok yang seharusnya sudah mencapai level kebijaksanaan, sehingga tidak seharusnya mengalami kecemasan ketika berbicara tentang kematian.

Tabel 1. Data demografi partisipan penelitian

	<i>f</i> (%)
Usia	M = 64.83; SD = 3.79
60-65	36 (65)
66-73	14 (25)
Jenis kelamin	M = 1.63; SD = 0.49
Laki-laki	15 (37.5)
Perempuan	25 (62.5)
Status pernikahan	M = 1.43; SD = 0.50
Menikah	23 (57.5)
Cerai mati	17 (42.5)

Tabel 2. Rentang nilai dan kategori skor partisipan penelitian untuk variabel *subjective well-being*

Rentang nilai variabel <i>subjective well-being</i> (M=76.03, SD=6.053)	Kategori skor	<i>f</i> (%)
66.95 < X ≤ 76.03	Rendah	24 (60%)
76.03 < X ≤ 85.11	Tinggi	13 (32.5%)
85.11 < X	Sangat tinggi	3 (7.5%)

Tabel 3. Rentang nilai dan kategori skor partisipan penelitian untuk variabel kecemasan menghadapi kematian

Rentang nilai variabel kecemasan menghadapi kematian (M=29.73, SD=4.172)	Kategori skor	<i>f</i> (%)
23.47 ≤ X	Sangat rendah	3 (7.5)
23.47 < X ≤ 29.73	Rendah	11 (27.5)
29.73 < X ≤ 35.99	Tinggi	25 (62.5)
35.99 < X	Sangat tinggi	1 (2.5)

Subjective well-being dalam penelitian ini memberi kontribusi sebesar 10,4% terhadap kecemasan terhadap kematian. *Subjective well-being* yang merupakan penilaian kognitif dan afektif individu atas kehidupannya. Ketika individu merasa tidak puas dengan kondisi yang telah dan sedang dijalani, maka akan mempengaruhi penilaian dirinya terhadap kehidupannya. Ketidakpuasan ini tercermin pada rendahnya kondisi *subjective well-being* partisipan penelitian.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lansia dengan *subjective well-being* rendah memiliki kecemasan kematian yang tinggi, dan demikian sebaliknya. Hal menarik yang kemudian muncul dari penelitian ini adalah lansia dengan *subjective well-being* tinggi dapat saja memiliki kecemasan kematian yang tinggi. Kondisi tersebut dapat terjadi dikarenakan lansia meerasa masih ada tugas-tugas yang belum terselesaikan. Wawancara lanjutan menunjukkan meskipun secara keseluruhan subjek merasa puas dengan kondisi hidup pribadi saat ini, namun subjek memohon pada Tuhan agar diberikan umur yang panjang dan kesehatan

supaya dapat melihat keluarganya berhasil. Menurut subjek, keberhasilan untuk membawa serta melihat keluarga terutama anak dan cucu berhasil (*mentas*) akan membawa kepuasan hidup menyeluruh bagi subjek. Apabila keinginan tersebut sudah terjadi, maka subjek menganggap tugasnya sudah selesai di dunia.

Lansia sesuai dengan pengelompokan usianya, telah menjalani kehidupan yang berisi berbagai macam peristiwa dan pengalaman hidup. Pengalaman yang dimiliki diharapkan dapat membawa lansia pada kondisi kebijaksanaan. Baltes dan Staudinger (2000) memaparkan bahwa kebijaksanaan merupakan keahlian individu dalam mengatur dan memaknai kehidupannya. Melalui kebijaksanaan yang dimiliki, lansia bersikap lebih terbuka dan siap bila kematian datang menjemput mereka. Lebih lanjut, Baltes dan Staudinger (2000) menyatakan bahwa lansia dengan *subjective well-being* tinggi adalah lansia yang mampu melakukan adaptasi terhadap perubahan-perubahan yang dialami, memiliki emosi positif, dan tidak merasa kesepian. Religiusitas dan spiritualitas juga terkait erat dengan lansia dan dapat meningkatkan *subjective well-being* (Inglehart, 2010), kebahagiaan pada lansia (Krause, 2003; Brown & Tierney 2009), dan menurunkan kecemasan menghadapi kematian (Taghiabadi, dkk., 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *subjective well-being* dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia ($r_{xy} = -0.322$; $p < 0.05$). Semakin positif penilaian lansia terhadap kehidupannya, maka semakin rendah kecemasan terhadap kematian, dan demikian sebaliknya. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa lansia dengan *subjective well-being* rendah memiliki kecemasan kematian yang tinggi, dan demikian sebaliknya. Hal menarik yang kemudian muncul dari penelitian ini adalah lansia dengan *subjective well-being* tinggi dapat saja memiliki kecemasan kematian yang tinggi. Disamping itu mayoritas partisipan penelitian berada pada kondisi *subjective well-being* rendah ($n=24$, 60%) dan status menghadapi kecemasan pada kematian yang tinggi ($n=25$, 62.5%).

Penelitian dengan variabel-variabel seperti spiritualitas, religiusitas, kualitas hidup lansia dan menggunakan pendekatan kualitatif untuk penggalan data mendalam menjadi salah satu saran untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Baltes, P.B., & Staudinger, U.M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestra mind and virtue toward Excellence. *American Psychologists*, 55, 1222-1236
- Brown, P. H., & Tierney, B. (2009). Religion and subjective well-being among the elderly in China. *The Journal of Socio-Economics*, 38(2), 310-319
- Bryant, C.D. (2003). *Handbook of death and dying*. California: Sage Publications, Inc
- Cicirelli, V. G. (2002). The fear of death in older adults: Prediction from terror management theory. *Journals of Gerontology series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 57, 357-366
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Findings on subjective well-being and their implications for empowerment. *Annual Review of Psychology*, 47, 403-411
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicator. *Social Indicators Research*, 40, 189-216
- Endraswara, S. (2003). *Mistik Kejawen: Sinkretisme, Simbolisme, dan Sufisme Dalam Budaya Spiritual Jawa*. Yogyakarta: Penerbit Narasi
- Fortner, B.V., Neimeyer, R. A., & Rybarczyk, B. (2000). Correlates of death anxiety in older adults: A comprehensive review. Dalam A.Tomer (Ed.), *Death attitudes and the older adult*. New York: Brunner Routledge
- Ian, J. D., Corley, J., Gow, A.J., Harris, S.E., Houlihan, L.M., Marioni, R.E., dkk. (2009). Age-associated cognitive decline. *British Medical Bulletin*, 92, 135-152. doi: 10.1093/bmb/ldp033
- Inglehart, R. (2010). Faith and freedom: Traditional and modern ways to happiness. Dalam E. Diener, D. Kahneman, & J. Helliwell (Eds.), *International differences in well-being* Oxford: Oxford University Press.
- Krause, N. (2003). Religious meaning and subjective well-being in late life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58(3), 160-S170
- Langner, T.A. (2002). *Choices for living: Coping with fear of dying*. New York: Kluwer Academic Publishers
- Linley, P.A., & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. New Jersey: John Wiley & Sons. Inc
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, 131, 6, 803-855
- Magnis-Suseno, F. (2003). *Etika Jawa sebuah analisa falsafi tentang kebijaksanaan hidup Jawa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Maulina, (2014). Dukungan sosial dan *subjective well-being* pada lansia bersuku Jawa di Propinsi Jawa Tengah. *Skripsi (tidak diterbitkan)*, Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi, Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Missler, M., Stroebe, M., Geurtsen, L., Mastenbroek, M., Chmoun, S., & van der Houwen, K. (2012). Exploring death anxiety among elderly people: A literature review and empirical investigation. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 64(4), 357-379
- Neimeyer, R. A., Wittkowski, J., & Moser, R. P. (2004). Psychological research on death attitudes: An overview and evaluation. *Death Studies*, 28, 309-340
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2009). *Human development*, 9th Ed. New York: McGraw-Hill
- Taghiabadi, M., Kavosi, A., Mirhafez, S.R., Keshvaei, M., & Mehrabi, T. (2017). The association between death anxiety with spiritual experiences and life satisfaction in elderly people. *Electronic Physician*, 9 (3), 3980-3985. doi: <http://dx.doi.org/10.19082/39>.