

**“PERAN SPIRITUALITAS PADA LANSIA
DALAM MENGATASI KECEMASAN AKAN KEMATIAN”**

Jessica Januar Chandra

ABSTRAK

Kesadaran akan datangnya kematian menjadi semakin nyata bagi lansia, yang sering kali memicu kecemasan eksistensial, ketakutan akan proses maut, dan keputusan. Menggunakan pendekatan kualitatif dan kerangka epistemologis realisme kritis, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi kematian di kalangan lansia, mengidentifikasi dinamika kecemasan, serta menganalisis spiritualitas sebagai mekanisme koping eksistensial. Wawancara semi-terstruktur dilakukan terhadap empat partisipan lansia (berusia ≥ 60 tahun) di Daerah Istimewa Yogyakarta, dan dianalisis menggunakan analisis tematik reflektif. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh empat tema utama yaitu: 1) Spiritualitas Altruistik dan Integrasi Diri; 2) Regulasi Emosional dan Adaptasi Koping Spiritual; 3) Kapasitas Teologis dan Normalisasi Kematian; dan 4) Kecemasan Moral dan Pertanggungjawaban Eksistensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemaknaan kematian yang damai dan pencapaian *ego integrity* dicapai melalui aktualisasi iman dalam bentuk pengabdian sosial altruistik. Melalui kapasitas teologis dan janji keselamatan, kematian didekonstruksi secara damai melalui metafora “pulang ke rumah Bapa” atau kepatuhan bagi “wayang”. Sebaliknya, spiritualitas yang dijalani secara kaku dapat memicu kecemasan moral dan ketakutan akan neraka. Namun, dalam konteks sosiokultural masyarakat religius di Indonesia, kecemasan ini dikelola secara konstruktif melalui doa, biblioterapi ayat suci, “spasialisasi iman” di rumah, dan dukungan sosial keagamaan komunal. Kesimpulannya, spiritualitas menyeimbangkan kondisi batin lansia antara ketakutan evaluasi moral akhirat dan harapan damai akan sebuah kepulangan yang damai.

Kata kunci: kematian, kecemasan akan kematian, lansia, spiritualitas, integritas ego

***“THE ROLE OF SPIRITUALITY
IN MANAGING DEATH ANXIETY AMONG THE ELDERLY”***

Jessica Januar Chandra

ABSTRACT

Approaching death awareness becomes increasingly real for the elderly, often triggering existential anxiety, fear of dying, and despair. Using a qualitative approach with a critical realism framework, this study aims to explore death perceptions among the elderly, identify anxiety dynamics, and analyze spirituality as an existential coping mechanism. Semi-structured interviews were conducted with four elderly participants (aged $60 \geq$ years) in Yogyakarta and analyzed using reflexive thematic analysis. Four themes were obtained: 1) Altruistic Spirituality and Ego Integration; 2) Emotional Regulation and Adaptive Spiritual Coping; 3) Theological Capacity and Death Normalization; and 4) Moral Anxiety and Existential Accountability. Findings reveal that peaceful death understanding and ego integrity are achieved by actualizing faith into altruistic social devotion. Through the theological certainty of salvation, death is peacefully deconstructed via metaphors like "returning to the Father's house" or obedience as a "puppet" (wayang). Conversely, rigid spirituality may trigger moral anxiety and fear of hell. However, within the Indonesian religious context, this anxiety is constructively managed through prayer, scriptural bibliotherapy, "spatialization of faith" at home, and communal support. In conclusion, spirituality balances the inner state of the elderly between fear of an afterlife moral audit and hope for a peaceful homecoming.

Keywords: death, death anxiety, elderly, spirituality, ego integrity