

MAKNA SEBUAH EKSISTENSI PADA LANSIA:

Studi Pada Lansia di Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta



**Oleh:
Abdul Qadir Jaelani
NIM:17200010020**

TESIS

**Diajukan Kepada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Arts
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan dan Koseling Islam**

YOGYAKARTA

2019

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi tua merupakan sesuatu yang pasti akan di alami oleh semua manusia. Hal ini merupakan proses alami pada semua makhluk hidup dimuka bumi. Menjadi tua (*aging*) merupakan sebuah rangkaian proses perubahan biologis yang dialami seluruh manusia pada semua tingkatan waktu dan umur, sementara lanjut usia (*old age*) merupakan istilah yang disematkan untuk sebuah tahap akhir dari sebuah proses penuaan itu sendiri. Semua makhluk hidup pasti memiliki siklus dalam kehidupannya menuju tua yang diawali dengan proses kelahiran kemudian tumbuh berkembang biak menjadi tua dan pada akhirnya akan meninggal.¹

Menurut undang-undang nomer 13 tahun 1998 seseorang disebut lanjut usia ketika sudah mencapai usia 60 tahun yang kemudian dibedakan menjadi dua golongan yaitu lansia potensial jika mampu melakukan pekerjaan atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa, dan lansia tidak potensial jika tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.²

Sepanjang tahun 2000, populasi orang tua di dunia tumbuh pesat lebih dari 795.000 jiwa setiap bulannya, kemudian diperkirakan jumlah itu akan terus bertambah lebih dari dua kali lipat pada tahun 2025. Akan terdapat lebih

¹ Siti partini Sudirman, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta, Gadjah Mada University Press, 2011), Hlm.1

² Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia

dari 900 juta jiwa orang yang berusia di atas 60 tahun dan dua pertiga jumlah tersebut berada di negara berkembang termasuk Indonesia.³

Pada abad ke-20 terjadi dua perubahan besar pada daerah-daerah di berbagai dunia dimana harapan hidup meningkat hampir dua kali lipat dan tingkat kesuburan turun secara dramatis karena pada abad ini pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi begitu pesat sehingga populasi orang yang menua akan lebih banyak daripada kelahiran bayi.⁴ Di satu sisi hal ini merupakan indikator keberhasilan dari pencapaian pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan namun di sisi lain akan berdampak pada kurang maksimalnya pelayanan sosial yang bisa di dapatkan oleh lansia. Akan terjadi peningkatan Angka Beban Tanggungan (ABT) penduduk kelompok usia produktif (umur 15-64 tahun) terhadap kelompok usia tidak produktif (usia <15 tahun dan >65 tahun), yang mencerminkan besarnya beban ekonomi yang harus ditanggung.⁵

Lansia pada umumnya dipandang sebagai kelompok manusia yang sudah tidak bisa untuk melakukan banyak hal di usia senjanya, sehingga stereotipe yang berkembang di masyarakat akan lanjut usia yang kurang begitu menyenangkan dan dianggap lebih banyak merepotkan. Hal ini menjadi salah satu penyebab mereka merasa kesepian dan merasa tidak memiliki makna dalam hidupnya sehingga banyak dari lansia menarik diri dari kegiatan sosial

³ Kinsella, K., & Velkoff, V. A. (2001). *An aging world*. Washington, DC: Economics and Statistics Administration.

⁴ Dinie Ratri Desiningrum *Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016*, 43-55

⁵ Misnaniarti, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Juli 2017, 8(2):67-73

yang ada.⁶ Cartensen dalam Dinie Ratri Desiningrum menyebutkan bahwa para ilmuwan mengatakan tantangan masa depan adalah untuk membangun dunia yang responsif terhadap kebutuhan-kebutuhan orang tua.⁷ Maka dari itu peneliti sebagai salah satu orang yang berkonsetrasi di bidang bimbingan dan konseling melihat beberapa hal yang perlu untuk dieksplorasi lebih lanjut salah satunya adalah bagaimana para akademisi dan masyarakat pada umumnya melihat lebih jauh terhadap kebutuhan lansia berkaitan dengan pemahaman terhadap kondisi psikologis dari lansia itu sendiri agar jaminan terhadap kesejahteraan secara psikologis juga dapat terpenuhi pada lansia selain penyediaan infrastruktur yang memadai oleh pemerintah pusat sampai ke daerah.

Salah satu kota yang memiliki sebaran penduduk lansia yang begitu tinggi adalah Yogyakarta. Yogyakarta yang dalam hal ini menjadi salah satu daerah/kota dengan angka harapan hidup paling tinggi di Indonesia yaitu berkisar pada 76 tahun untuk perempuan dan 74 tahun bagi laki-laki sehingga angka harapan hidup yang tinggi tersebut secara langsung berpengaruh terhadap jumlah lansia di Yogyakarta cukup tinggi pula. Perkiraan angka nasional pada tahun 2025 persentase jumlah lansia akan mencapai 20 persen.⁸ Akan tetapi jika melihat tren peningkatan lansia pada 2020 kota Yogyakarta sudah bisa menyentuh angka 20 persen dari jumlah penduduk yang ada

⁶ *Ibid*, Hlm.329

⁷ Dinie Ratri Desiningrum *Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016*, 43-55

⁸ Diakses di laman Harian merapi.com, *Angka harapan hidup tinggi, jumlah Lansia di Yogya Meningkat* (24 Juli 2018), pada tanggal 04 Juli 2019, pukul 14.30 WIB

sehingga Yogyakarta dikategorikan menjadi kota dengan jumlah penduduk lansia tertinggi di Indonesia.⁹

Kota Yogyakarta selain sebagai kota yang memiliki jumlah penduduk lansia tertinggi di Indonesia yang disebabkan oleh angka harapan hidup yang tinggi pula (tertinggi di Indonesia) juga merupakan kota yang dicirikan dengan kondisi masyarakatnya yang sarat akan pemaknaan terhadap nilai-nilai budaya dan tradisi serta nilai-nilai agama yang terus dijalankan beriringan. Pemaknaan terhadap nilai-nilai luhur yang ada akan berdampak pada perilaku hidup masyarakat dalam keseharian. Hal ini nampak pada keramah-tamahan masyarakat Yogyakarta yang bisa kita temukan saat berinteraksi secara langsung¹⁰, terlebih lagi saat berinteraksi dengan kelompok masyarakat yang sudah menginjak usia senja atau lanjut usia. Beberapa penelitian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Arif Aulia¹¹ dan Anistya Wulandari,¹² menyebutkan bahwa ada korelasi yang positif antara pemaknaan hidup pada nilai-nilai luhur yang ada terhadap perilaku masyarakat Yogyakarta. Bastaman mengatakan bahwa lansia yang memiliki tujuan hidup dan memaknai kehidupan digambarkan sebagai orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaan yang dialami serta akan menjalaninya dengan tenang seperti juga diungkapkan dalam penelitian oleh Puspita

⁹ Daiakses pada laman Merdeka.com , *Jumlah Penduduk Lansia di Yogyakarta tertinggi di Indonesia* (7 Februari 2014) dan pada laman Republika.co.id, *Jumlah Lansia di Yogya Capai 15 Persen dari total penduduk* (05 Mei 2017) berita diakses pada tanggal 04 Juli 2019 pukul 14.35 WIB.

¹⁰ Sukma Adi Galuh Amawidyati & Muhana Sofiaty Utami, *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi UGM, Vol 34, No 2, tahun 2007, 164-176.

¹¹ Arief Aulia Rahman, *Jurnal Akademia*, Vol 19, No 01, Januari-Juni 2014, 90-116.

¹² Anistya Wulandari Pratomo, Laftiah, Luthfi Fathan Dahriyanto, *Jurnal Intuisi* Vol 6, no 2, tahun 2014, 74-78.

Harapan,¹³ Yuniar Indriana,¹⁴ Ayu Andini¹⁵ dan Arimbi Kanisah,¹⁶. Lansia yang memiliki tujuan hidup yang jelas dan memaknai setiap kehidupannya akan dihormati dan menjadi panutan keluarga dan lingkungannya, ia bersedia membagi pengalaman-pengalamannya yang bermanfaat. Dalam usia yang sudah lanjut ia selalu memiliki harapan dirinya akan lebih baik dan bersedia memperbaiki diri. Hasratnya ingin menjadi orang yang berguna dan bermanfaat sebanyak-banyaknya pada lingkungan sekitarnya dan tentu saja berusaha meningkatkan hubungan spiritualitas dengan Tuhan.¹⁷

Pengaruh positif dari pemaknaan terhadap nilai-nilai luhur yang dipraktikkan dapat dijadikan landasan juga sebagai pedoman terhadap tujuan hidup dan pemaknaan terhadap kehidupan yang dijalani. Hal ini juga merupakan salah satu ciri orang yang mampu mengaktualisasikan diri menurut Maslow dimana ia mampu mentransendensikan diri dengan nilai-nilai dari budayanya.¹⁸ Tujuan hidup (*Purpose of Life*) dan kebermaknaan hidup (*The Meaning of Life*) merupakan refleksi dari eksistensi sebagai seorang manusia.¹⁹ Hal inilah yang menjadi pembeda antara manusia dari bentuk-bentuk kehidupan lainnya. Manusia menyadari keberadaannya bahkan

¹³ Puspita Harapan, Febriana Sabrian & Wasito Utomo, Jom Psik, Vol. 1, No. 2 Oktober 2014, 1-9.

¹⁴ Yuniar Indriana, Ika Febrian, Andrewinata, Annisa Intannirian, Jurnal Psikologi Undip, Vol 8, No 2, Oktober 210, 87-96.

¹⁵ Ayu andini & Supriyadi, Jurnal Psikologi Udayana, Vol 1, No 1, tahun 2013, 129-137.

¹⁶ Arimbi Kanisah Putri & Hamidah, Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Volume 1, No 02, Juni 2012.

¹⁷ H.D Bastaman, Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007) hlm.213-214

¹⁸ Hendro Setiawan, *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2017) hlm.177

¹⁹ Siti Sulandari, Dicka Martyastanti, Ridma Mutaqwarohmah, Jurnal Indegenous, vol.11, No.1, Mei 2009, 58-68

mempertanyakan keberadaan dirinya sehingga ia memiliki tujuan hidup yang jelas dan mencari makna dalam kehidupan yang dijalani dengan berperan untuk dirinya secara pribadi, keluarga serta lingkungan sosialnya.²⁰ Hal tersebut merupakan manifestasi dari eksistensi sebagai manusia dan khususnya sebagai lansia.²¹

Selanjutnya tujuan hidup yang jelas bukan berarti tidak ada rintangan dan ujian oleh karenanya pemaknaan terhadap kehidupan tidak hanya didapat dari pengalaman-pengalaman hidup menyenangkan dan menggembirakan. Masyarakat Jawa yang dalam hal ini Lansia di Yogyakarta seperti yang dikatakan di atas memiliki falsafah hidup yang didapat dari pemaknaan terhadap nilai-nilai luhur secara turun-temurun seperti *mikul dhuwur mendhem jero* (menjunjung tinggi budaya leluhur dan belajar dari pengalaman hidup).²² Atau juga sika *nerimo/narima* yang juga dijadikan sebagai falsafah hidup.²³ Viktor Emile Frankl²⁴ menegaskan bahwa manusia juga dapat mengambil makna dari pengalaman pahit yang dialami dalam hidupnya. Hal ini ia tuangkan dalam bukunya yang terkenal *Man's Search for Meaning* dimana ia bercerita panjang lebar tentang kekejaman dan penderitaan di kamp tentara Nazi Jerman selama beberapa tahun.²⁵ Manusia memang memiliki kapasitas untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan

²⁰ H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*, hlm. 54

²¹ Eko Sriyanto, *Jurnal Kawistara*, Vol 2, No 1 April 2012, 73-86.

²² Janmo Dumadi, *Mikhul Dhuwur Mendhem Jero: Menyelami Falsafah dan Kosmologi Jawa*, (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2011), hlm.XI

²³ Budiono Hrusantoto, *Simbolisme Jawa*, (Yogyakarta: Penerbit Ombak, 2008), hlm.126

²⁴ Viktor Emile Frankl adalah pencetus dari salah satu pilar psikologi yaitu logoterapi

²⁵ Viktor Emile Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Fourth Edition, (Boston: Bacon Press, 1992).

berbagai peristiwa tragis yang dialami.²⁶ Seperti kata Soren Kierkegaard,²⁷ hidup bukan hanya sekedar apa yang dipikirkan namun hidup adalah bagaimana seseorang memaknainya.²⁸ Oleh karena itu hal ini ingin peneliti lihat pada lansia yang ada di daerah Yogyakarta pada umumnya dengan mengajukan rumusan masalah sebagai berikut:

B. Rumusan Masalah

Aktivitas apa yang membuat lansia merasa bermakna?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan penelitian ini tidak lepas dari rumusan masalah yang telah disebutkan sebelumnya yaitu untuk mengetahui apa saja yang lansia lakukan agar hidup mereka terasa bermakna kemudian bagaimana para lansia memaknai kehidupan dari pengalaman kurang menyenangkan yang dialami. Dengan begitu peneliti berharap hasil dari penelitian ini bisa berguna di masa yang akan datang bagi para akademisi dan masyarakat pada umumnya agar lebih memahami lansia terutama dari segi psikologis lansia secara umum.

D. Kajian Pustaka

Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh peneliti dari berbagai sumber yang ada, maka untuk lebih mudahnya peneliti meklasifikasikan sumber-sumber yang ada kedalam beberapa kategori sesuai kecenderungan yang dirasa searah dengan apa yang peneliti bahas terkait dengan dua variabel

²⁶ Vika Maris Nurani dan Sulis MariYasih, *Gambaran Makna Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa*, Jurnal Psikologi, Vol.11, No.1, Juni 2013

²⁷ Abaye Soren Kierkegaard merupakan salah seorang filfuf eksistensialis atau banyak yang menyebutnya sebagai pemberi ilham pada aliran filsafat eksistensialisme, berbeda dari para eksistensialis lainnya Kierkegaard begitu menekankan puncak pemikirannya pada masalah ketuhanan dan religiusitas.

²⁸ Fuad Husen, *Kita dan Kami*, (Jakarta:PT. Bulan Bintang, 1973) hlm.24

utama penelitian yaitu pemaknaan hidup lansia dan atau sebagai refleksi dari keeksistensiannya sebagai seorang manusia. Untuk lebih jelasnya peneliti akan menguraikan hal-hal yang terkait sebagai berikut:

1. Kebermaknaan Hidup Lansia

Seperti yang di ungkapkan oleh Anistya Wulandari Pratomo mengatakan bahwa kebermaknaan hidup menurut lansia adalah ketika ia merasa berguna dalam kesehariannya yang tentunya bersumber dari interaksi sosial yang dilakukan sehingga dengan begitu lansia akan merasakan suasana hati yang positif dan perasaan yang menyenangkan.²⁹

Adapun dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Defi Ardia Ningsih mengungkapkan bahwa, lansia merasakan kehidupan yang bermakna dengan menerima keadaan mereka bekerja menjadi seorang pemulung di umur mereka yang sudah tua, bersyukur dan tabah serta merasakan kebahagiaan di dalam kehidupan yang dipengaruhi oleh pengalaman kehidupan yang selalu dalam penderitaan, kesabaran, dan faktor lingkungan yang mayoritas sebagai pemulung.

Penerimaan diri terhadap keadaan yang ada akan menimbulkan kebahagiaan tersendiri bagi seorang lansia. Kebahagiaan yang dirasakan diperoleh dari interaksi sosial yang dilakukan dengan kerabat, teman dekat dan keluarga.³⁰ Pemaknaan hidup dari kebahagiaan yang dirasakan tentu tidak lepas dari dukungan dari lingkungan sosial dan spiritualitas.³¹

2014 ²⁹ Anistya Wulandari Pratomo, dkk, *Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol.6, No.2 tahun

³⁰ Iin Nasri Impisari, *Jurnal Intelektualita*, Vol. 6, No.2, 2017

³¹ Siti Nurhidayah dan Rini Agustini, *Jurnal Soul*, Vol.5, No.2, 2012

Kondisi spiritualitas yang baik juga tidak lepas dari pemaknaan terhadap ajaran agama yang dianut atau religiusitas yang diterjemahkan menjadi laku oleh seseorang.³² Orientasi terhadap nilai-nilai religiusitas yang dianut adalah salah satu ciri kesuksesan dalam menghadapi masa tua atau lansia.³³

Selain itu interaksi sosial dengan lingkungan sekitar juga merupakan faktor yang berpengaruh terhadap pemaknaan hidup oleh lansia, dimana ketika ia masih mampu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya ia merasakan kebermaknaan dalam hidupnya.³⁴ Salah satu ruang yang mampu menyediakan kebutuhan lansia untuk berinteraksi dengan sesama atau kita sepakati dengan interaksi sosial adalah keluarga dimana keluarga memiliki peranan penting terhadap lansia sebagai salah satu sumber pemaknaan hidup melalui interaksi yang dilakukan.³⁵

2. Eksistensi Lansia

Pembahasan mengenai eksistensi manusia sedari dulu hingga saat ini selalu menarik untuk dibicarakan, eksistensi sendiri dapat diartikan sebagai suatu bentuk keberadaan atau bisa dikatakan sebagai cara manusia berada di dunia,³⁶ yang unik dan khas.³⁷ Berkeksistensi berarti hidup secara

³² Yeniar Indriana dkk, Jurnal Psikologi Undip, Vol.10, No.2, Oktober 2011

³³ Paulus Widi Ssetiyartomo, *Successfull Aging ditinjau dari Keberkamaan Hidup dan Orientasi Religius pada Lansia*, Thesis Fakultas Psikologi UGM, 2004.

³⁴ Siti Fatimah Siregar dkk, Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi, Vol.2, No.6, 2013.

³⁵ Ramdani, Jurnal Kopasta, Vol. 2, No. 2 2015

³⁶ Harun Hadiwijono, *Seri Sejarah Filsafat Barat 2* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1980), hlm148.

konkrit, perorangan, dan menemukan diri sendiri sebagai pribadi yang berbeda dari yang lain sehingga tidak mungkin dapat diwakilkan.³⁸ Beberapa penelitian terkait yang juga berbicara mengenai eksistensi manusia diantaranya ditulis oleh Dian Ekawati,³⁹ Armaidly Armawi,⁴⁰ Irfan Ardani,⁴¹ eksistensi kaitannya dengan pendidikan oleh Habibi,⁴² Yoyo Hambali dan Siti Asiah,⁴³ Iman Saifullah dan Hilda Amissyifa.⁴⁴

Sementara itu apa kemudian kaitan eksistensi dan lansia juga diungkap dalam penelitian sebelumnya, dalam hal ini peneliti ingin membuat kategori berkaitan dengan persepsi lansia terhadap kata eksistensi. Ada beberapa kategori yang bisa diterjemahkan sebagai bentuk dari keeksistensian diri seorang lansia diataranya adalah bereksistensi berarti berguna bagi diri sendiri dan sesama⁴⁵; bereksistensi berarti berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya;⁴⁶ bereksistensi berarti menerima

³⁷ Adelbert Snidjer, *Antropologi Manusia Paradoks dan Seruan*(Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2004) hlm.25

³⁸ K. Bertens, *Ringkasan Sejarah Filsafat*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1993) hlm.83

³⁹ Dian Ekawati, *Eksistensialisme*, Jurnal Tarbawiyah, Vol.12, No.01, 2015

⁴⁰ Armaidly Armawi, *eksistensi manusia dalam filsafat sören kierkegaard*, Jurnal Filsafat, Vol.21, No.21, 2011

⁴¹ Irfan Ardani, *Eksistensi Dukun dalam Era Dokter Spesialis*, Jurnal Kajian Sastra dan Budaya, Vol.1, No.2, 2013

⁴² Habibi, *Ilmu dan eksistensi kebahagiaan menurut Al-Ghazali*, Jurnal Dirosat, Vol.1, No.1, 2016, hlm.75-85

⁴³ Yoyo Hambali dan Siti Asiah, *Eksistensi Manusia dalam Filsafat Pendidikan: Studi Komparatif Filsafat Barat dan Filsafat Islam*, Jurnal Turats, Vol.7, No.1, 2011, hlm.41-56

⁴⁴ Iman Saifullah dan Hilda Amissyifa, *Memberdayakan Eksistensi Pesantren*, Jurnal Pendidikan Univ. Garut, Vol.11, No.02, 2017, hlm.124-151

⁴⁵ FebriaYasih, *Pemberdayaan Lansia Melalui Usaha Ekonomi Produktif.*, Jurnal Pemberdayaan Masyarakat, Vol.1 No.1 2017

⁴⁶ Camelia Kristika Pepe dkk, *Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia Di Panti*, Social Work Jurnal, Vol.7, No.1 2017

keadaan diri sebagaimana adanya⁴⁷; dan bereksistensi juga berarti memiliki sikap religiusitas.⁴⁸

Dari berbagai sumber penelitian pada kajian pustaka di atas peneliti belum melihat adanya bahasan tentang lansia yang memfokuskan penelitian pada adanya peran budaya atau nilai-nilai luhur (*local wisdom*) yang kemudian dijadikan falsafah hidup oleh seseorang dalam hal ini lansia yang berada di Yogyakarta sebagai subjek penelitian. Nilai-nilai luhur yang dijadikan falsafah hidup merupakan salah satu hal yang dijadikan dasar dalam memaknai dan menjalani kehidupan.

E. Kerangka Teoritis

Pada sub bab ini peneliti akan menguraikan mengenai kerangka teoritis yang akan peneliti gunakan dalam menganalisis data temuan di lapangan, oleh karena itu peneliti akan menerangkan terlebih dahulu pembahasan mengenai lansia lalu sedikit membahas mengenai teori eksistensi dan kemudian pada kerangka inti akan diuraikan tentang tujuan hidup dan kebermaknaan hidup lansia sebagai bentuk refleksi dari eksistensi diri sebagai manusia. Kemudian peneliti juga akan menyajikan beberapa bahasan mengenai lansia.

1. Tujuan Hidup dan Kebermaknaan Hidup

Seperti yang telah peneliti sebutkan di atas bahwa refleksi dari eksistensi sebagai seorang manusia ialah ketika ia memiliki tujuan hidup

⁴⁷ Eko Sriyanto, *Lanjut Usia: Antara Tuntutan Jaminan Sosial dan Pengembangan Pemberdayaan*, Jurnal Kawistara, Vol.2, No.1, April 2012 hlm.73-86

⁴⁸ Fatma Laili Khoirun Nida, *Zikir Sebagai Psikoterapi Dalam Gangguan Kecemasan Bagi Lansia*, Jurnal Konseling Religi, Vol.5, No.1 Juni 2014

yang jelas dan mampu memaknai kehidupan yang dijalani. Oleh karena itu peneliti akan menguraikan satu per satu mengenai kedua bahasan ini.

a. Tujuan Hidup (*The Purpose of Life*)

Sebagian dari orang memiliki momen-momen ketika ia asyik untuk mengerjakan sesuatu dan fokus untuk melakukan hal tersebut. Yang ingin peneliti katakan disini sebenarnya adalah masing-masing dari kita diberdayakan oleh tujuan yang ingin kita capai tersebut.⁴⁹ Abraham H. Maslow dalam hal ini menetapkan aktualisasi diri sebagai tujuan hidup manusia, yang layak diupayakan seumur hidupnya.⁵⁰ Ada “delapan cara”⁵¹ yang digambarkan oleh Maslow ketika seseorang sudah mengalami aktualisasi diri. *Pertama*, aktualisasi diri berarti mengalami segala sesuatu secara penuh, jelas, apa adanya, objektif dengan penuh konsentrasi dan penerimaan total.⁵² Hal ini berarti seseorang dapat mengalami segala sesuatu apa adanya, dengan segala perhatian terserap total pada apa yang sedang dialami. Mereka melihat realitas kehidupan apa adanya, mereka juga dapat bekerja dengan mengimplementasikan semua potensinya secara penuh. Hal ini disebabkan terutama karena tidak adanya gangguan jiwa.

⁴⁹ William Damon, *Noble Purpose: The Joy of Living Meaningful Life*, (London: Templeton Foundation Press, 2003) hlm.3-4

⁵⁰ Hendro Setiawan, *Manusia Utuh ..* hlm.171

⁵¹ Abraham H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*, (New York: Penguin Compas 1976) hlm.43

⁵² Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature ..* hlm.43

Kedua, aktualisasi diri juga berarti menerima hidup sebagai proses pilihan, (*let us think of life as a process of choice*).⁵³ Aktualisasi adalah sebuah proses yang sedang dan terus berjalan, yang dijalani dengan mengambil setiap keputusan yang membawa pada pertumbuhan hidup. Sebagai proses yang sedang dan terus berjalan, mengimplikasikan bahwa manusia selalu berhadapan dengan keputusan-keputusan yang harus diambil. Aktualisasi diri berarti membuat setiap keputusan sebagai pilihan yang bertumbuh menuju kebaikan. Hal ini merupakan tanda dari pergerakan pengaktualisasian diri. Orang yang mencapai aktualisasi diri memilih kehidupan yang terus bertumbuh dan berkembang. Ia selalu membuka diri untuk selalu belajar dari kehidupan. Kehidupan yang dijalani adalah kehidupan yang terus bergerak ke arah yang lebih baik atau dinamis. Penerimaan diri merupakan prasyarat awal yang harus dimiliki seseorang untuk dapat berkembang dengan sehat. Tidak ada manusia yang dilahirkan sempurna, semua orang punya keterbatasan pada dirinya, bahkan dapat terbatas secara ekstrem seperti: lahir dari keluarga yang sangat miskin, yatim piatu sejak kecil, lahir dengan cacat fisik, lahir ditengah perang yang sedang berkecamuk dll. Akan tetapi penerimaan terhadap kehidupan dapat menetralsir situasi awal yang negatif tersebut, untuk selanjutnya dapat berkembang menuju aktualisasi potensi yang baik. Sudah banyak sekali para ilmuwan dan ahli yang namanya

⁵³ Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature .. hlm.43*

dikenang dunia berawal dari kehidupan yang tragis namun penerimaan terhadap kehidupan mereka sebelumnya menjadi daya juang untuk bangkit. Sehingga dikatakan bahwa orang yang tidak dapat menerima kondisi awal hidupnya tidak bisa berkembang dengan baik.

Ketiga, aktualisasi diri mengimplikasikan bahwa “apa yang ada dalam diri sedang diaktualisasikan.”⁵⁴ diri selalu mendengarkan rangsangan dari dalam lalu kemudian membukakan jalan untuk menunjukkannya jalan keluar untuk muncul ke permukaan. Mengaktualisasikan diri dapat meningkatkan kepekaan terhadap dorongan yang berasal dari dalam diri maupun realitas yang ada di luar. Orang-orang neurosis biasanya menunjukkan hal sebaliknya, mereka cenderung tidak peka terhadap hal-hal yang ada disekitarnya dan rangsangan yang muncul dari dalam dirinya. Orang-orang dengan gangguan neurosis cenderung bereaksi dengan apa yang dikonsepsikan oleh pikiran mereka (sering kali justru konsep yang terdistorsi). Karena itu, mereka menunjukkan reaksi marah, kecewa, dan reaktif akibat dari realitas yang tidak sesuai dengan konsep pemikirannya.

Keempat, “berusaha untuk jujur dengan keadaan, bahkan ketika dalam keraguan.”⁵⁵ Melihat kedalam diri, yang mengimplikasikan pengambilan tanggung jawab. Proses-proses pengambilan tanggung jawab dalam hidup merupakan langkah besar menuju aktualisasi diri. Sebagai konsekuensi dari pilihan hidup untuk

⁵⁴ Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* .. hlm.44

⁵⁵ Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* .. hlm.45

terus bertumbuh dan berkembang menuju kebaikan, orang yang mencapai aktualisasi diri cenderung berani mengambil tanggung jawab dalam segala peristiwa hidupnya. Mereka berani mengakui kesalahan secara terbuka, bahkan mampu menertawakan diri mereka sendiri. Mereka melihat kesalahan dan kekeliruan diri sebagai suatu yang wajar dari proses bertumbuh. Oleh karenanya mereka akan segera bangkit dari kesalahan yang dilakukan untuk memperbaikinya. Hal ini berbeda dengan orang mengalami gangguan neurosis, mereka cenderung menutup-nutupi kesalahan sehingga hal tersebut membelenggu mereka untuk tumbuh. Mereka sibuk menyalahkan orang lain, situasi, mencari kambing hitam dll, untuk menutupi kesalahan mereka sendiri. Sehingga energi mereka dihabiskan untuk hal-hal semacam ini.

Kelima, spontan dalam “memilih menuju pertumbuhan daripada memilih untuk takut”⁵⁶, Maslow menunjukkan bahwa ada dua dorongan psikologis yang muncul dalam kehidupan manusia yaitu dorongan untuk tumbuh dan dorongan untuk takut terhadap perubahan (mencari keamanan). Orang yang memiliki aktualisasi diri memiliki kekhasan untuk memilih dorongan untuk bertumbuh dalam kehidupannya. Sebaliknya, orang yang mengalami neurosis akan memilih untuk bersembunyi dalam benteng yang diciptakannya. Mereka mencari kenyamanan pribadi dalam bentengnya. Mereka

⁵⁶Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* .. hlm.45

justru bereaksi negatif terhadap segala ajakan untuk bertumbuh. Mereka menolak dorongan untuk bertumbuh dengan berbagai alasan yang dikonsepsikan pikirannya (yang cenderung terdistorsi).

Keenam, aktualisasi diri bukan hanya situasi akhir, tetapi juga merupakan “proses pengaktualisasian potensi seseorang setiap waktu dalam segala kondisi.”⁵⁷ Melakukan dan mengeluarkan potensi terbaik disetiap kesempatan. Orang semacam ini akan mengupayakan yang terbaik dalam setiap tindakan dan tidak puas dengan sesuatu yang “asal jadi”. Segala sesuatu cenderung dilakukan dengan mengerahkan segenap kemampuan. Oleh karena itu, potensinya akan selalu berkembang seiring berjalannya waktu.

Ketujuh, “pengalaman puncak” adalah pengalaman yang terjadi pada aktualisasi diri. Itu adalah merupakan ekstasi yang tidak dapat dibeli, tidak dapat dijamin, tidak dapat dikejar. Tapi seseorang dapat mengatur kondisi supaya pengalaman puncak dapat semakin mungkin terjadi. Praktisnya setiap orang dapat mengalami pengalaman puncak, tapi tidak semua orang mengetahuinya. Pengalaman puncak adalah pengalaman paling membahagiakan bagi manusia. Maslow menunjukkan fenomena pengalaman puncak sebagai situasi psikologis yang juga muncul dalam pengalaman religius, pengalaman mistik, yang menjadi inti kehidupan beragama.

⁵⁷ Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature .. hlm.46*

Pencapaian kesehatan psikologis yang optimal juga memunculkan fenomena psikologis yang dapat meningkatkan religiusitas seseorang.

Kedelapan, menemukan jati diri, siapa dirinya, seperti apa dirinya, apa yang ia sukai dan sebaliknya, apa yang baik untuknya dan apa yang buruk, kemana ia akan melangkah dan kemana misinya, merupakan penemuan seseorang pada dirinya sendiri”, yang berarti juga ia memahami kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya. Kesadaran akan kelemahan merupakan langkah awal yang besar menuju pemulihan.

b. Kebermaknaan Hidup (*The Meaning of Life*)

Kehendak untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama setiap orang. Dalam batas-batas tertentu manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab secara pribadi untuk memilih, menentukan, dan memenuhi makna serta tujuan hidupnya.⁵⁸ Pada bagian ini peneliti akan menyajikan kerangka teori dari seorang psikolog kenamaan yang terkenal dengan Logoterapinya yaitu Viktor Emile Frankl dimana konsep logoterapinya didasarkan pada tiga landasan utama yaitu, *The Freedom of Will*, *The Will to Meaning* dan *The Meaning of Life*. Untuk lebih jelasnya peneliti akan menguraikan secara singkat sebagai berikut:

⁵⁸ H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*, hlm. 40

1) *The Freedom of Will* (Kebebasan Berkehendak)

Kebebasan ini sifatnya bukan tak terbatas karena dasarnya manusia adalah makhluk yang terbatas. Manusia yang sekalipun dianggap sebagai makhluk yang memiliki potensi luar biasa juga memiliki keterbatasan dalam berbagai hal seperti keterbatasan ragawi yang mencakup tenaga, daya tahan, stamina usia dan lain sebagainya. Adapun manusia juga memiliki keterbatasan aspek kejiwaan (Kemampuan, keterampilan, kemauan, ketekunan, bakat, sifat, tanggung jawab pribadi), aspek sosial budaya (dukungan lingkungan, kesempatan, tanggung jawab sosial, ketaatan pada norma) dan aspek kerohanian (iman, ketaatan beribadah, cinta kasih). Kebebasan manusia pun bukan merupakan kebebasan dari (*freedom from*) bawaan biologis, kondisi psikososial, dan kesejarahannya. Kebebasan yang dimiliki manusia ialah kebebasan untuk menentukan sikap (*freedom to take a stand*) terhadap kondisi-kondisi tersebut, baik kondisi lingkungan maupun kondisi diri sendiri. Hal ini sesuai dengan salah satu julukan kehormatan manusia sebagai “*The self determining being*”, yang artinya manusia dalam batas-batas tertentu memiliki kemampuan dan kebebasan untuk mengubah kondisi hidupnya guna meraih kehidupan yang lebih berkualitas. Dan satu hal yang terpenting adalah kebebasan ini harus disertai dengan rasa tanggung jawab.

2) *The Will to Meaning* (Hasrat untuk Hidup Bermakna)

Setiap orang menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya, keluarga, lingkungan kerja, masyarakat sekitar dan berharga dimata Tuhan. Setiap orang pasti menginginkan bagi dirinya suatu cita-cita dan tujuan hidup yang penting dan jelas yang akan diperjuangkan dengan penuh semangat, sebuah tujuan hidup yang menjadi arahan segala kegiatannya. Ia mendambakan dirinya sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap dirinya pribadi, serta menjadi orang yang mampu menentukan sendiri apa yang akan dilakukannya dan apa yang terbaik bagi dirinya dan lingkungannya. Ia ingin mencintai dan dicintai orang lain karena dengan demikian ia akan dapat merasakan kebahagiaan dan merasa berarti. Sebaliknya ia tidak ingin menjadi orang yang hidup tanpa tujuan yang jelas karena hal demikian akan menjadikan dirinya tak terarah dan tak mengetahui apa yang diinginkan dan dilakukannya. Ia pun tak menghendaki dirinya merasa serba hampa dan tak berguna dalam kehidupan sehari-hari diwarnai dengan perasaan jemu dan apatis. Itulah sekelumit keinginan manusia dari sekian banyak yang lain yang bila direnungkan ternyata menggambarkan hasrat yang paling mendasar dari setiap manusia yaitu hasrat untuk hidup bermakna. Apabila hasrat ini terpenuhi, kehidupan akan dirasa berguna, dan berarti (*meaningful*).

Keinginan untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang mendorong setiap orang untuk melakukan berbagai kegiatan (bekerja atau berkarya) agar hidupnya dirasakan berarti dan bermakna. Hasrat untuk hidup bermakna merupakan suatu fenomena psikologis yang nyata dan dirasakan pentingnya dalam kehidupan seseorang.⁵⁹ Sebagai motivasi dasar manusia, hasrat untuk hidup bermakna ini mendambakan diri kita menjadi seseorang pribadi yang berharga dan berarti (*being somebody*) dengan kehidupan yang sarat dengan kegiatan-kegiatan yang bermakna pula. Logoterapi (dan psikologi humanistik pada umumnya) mengakui bahwa setiap manusia mampu menentukan dan mengubah “nasib”nya sendiri. Manusia adalah “*the self determining being*” yakni makhluk yang mampu menentukan hidupnya menurut apa yang dianggapnya baik. Secara keseluruhan hal-hal ini terkandung dalam asas-asas logoterapi.

3) *The Meaning of Life* (Makna Hidup)

Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Bila hal itu berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (*happiness*). Makna hidup ada dalam

⁵⁹ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, (London: Hodder and Stoughton, 1977), hlm.100

kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan sebaliknya, keadaan bahagia atau penderitaan yang dialami. Karena bukan hanya kebahagiaan yang dirasakan kemudian menjadi sumber pemaknaan dalam kehidupan sebaliknya rasa sakit dan penderitaan juga merupakan hal yang bisa dijadikan sumber dalam memaknai kehidupan. Dalam hal ini Viktor E. Frankl menyebutnya sebagai *Meaning In Suffering* (makna dalam derita atau hikmah dalam musibah).⁶⁰ Kemudian dalam konteks penelitian ini juga dilihat adanya peran budaya dan nilai-nilai luhur (*Local Wisdom*) yang kemudian dijadikan sebagai pegangan dalam menjalani kehidupan seperti ungkapan *Pengeran Mboten Sare* yang bisa diterjemahkan bahwa Tuhan selalu menemani atau bersama dengan manusia.⁶¹ Atau dalam rumusan yang lain diungkapkan dengan *Dat kang tan kena kinayangapa, cedhak tanpa senggolan, adoh tanpa wangenan* (Tuhan tidak bisa dibayangkan seperti apapun, dekat tidak bersentuhan, jauh tak berbatasan).⁶² Atau juga ungkapan filosofis yang mengaakan *Urip iku ojo digae susah, wayahe seneng yo seneng, wayahe nyambut gawe yo nyambut gawe, wayahe leren yo leren, wayahe ngibadah yo ngibadah* (Hidup jangan dibuat susah, jika waktunya senang ya senang, saatnya kerja ya bekerja, saatnya istirahat ya istirahat, saatnya ibadah ya beribadah,

⁶⁰ H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2007), hlm. 46

⁶¹ Budiono Herusantoto, *Simbolisme Jawa*, (Yogyakarta: Penerbit Ombak, 2008), hlm. 126

⁶² Abdullah Ciptoprawiro, *Filsafat Jawa*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1986), hlm.23

jalankan saja sewajarnya). Falsafah hidup seperti itulah yang kemudian bisa menjadikan seseorang terbiasa dan mampu memaknai lika-liku kehidupan yang dinamis dan tak selalu sesuai dengan yang diinginkan.

Dalam hal ini Viktor E. Frankl mengemukakan lima cara untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna yaitu bagaimana pemahaman terhadap diri sendiri, berperilaku dan bertindak positif, pengakraban hubungan dengan lingkungan sekitar, pendalaman nilai-nilai positif dan kegiatan keagamaan atau lebih spesifik yaitu ibadah.⁶³

Pemahaman Diri: seseorang harus mampu secara objektif dalam menganalisa dan melihat kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya dalam hal ini lansia, sehingga apa yang masih menjadi potensi maupun yang sudah teaktualisasi dapat dibedakan.

Bertindak Positif: mencoba menerapkan dan melaksanakan dalam perilaku dan tindakan-tindakan nyata sehari-hari dari hal-hal yang dianggap baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

Pengakraban Hubungan: meningkatkan hubungan baik dengan pribadi-pribadi tertentu. Semisal anggota keluarga, teman, rekan kerja, tetangga dan orang lain disekitar. Sehingga masing-masing saling mempercayai, merasa saling membutuhkan dan kemudian saling membantu satu sama lain.

⁶³ H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2007), hlm. 214

Pendalaman nilai-nilai positif: berusaha memahami dan menerapkan beberapa nilai-nilai positif yang dianggap sebagai sumber makna hidup yaitu nilai kreatif (kerja dan karya), nilai penghayatan (kebenaran, keindahan, kasih, iman), nilai bersikap (menerima dan mengambil sikap dari segala yang terjadi dalam hidup), dan nilai pengharapan (keyakinan akan perubahan ke arah yang lebih baik).

Ibadah: merupakan salah satu cara seseorang mengaktualisasikan diri yaitu dengan melakukan ritual yang dapat mendatangkan ketenangan dalam dirinya dengan melakukan ibadah sebagai aktivitas yang dianggap dapat mendekatkan diri kepada Tuhan.

2. Makna Hidup dan Kebahagiaan

Makna hidup tidak identik dengan kebahagiaan, kekayaan ataupun kekuasaan meski semua ada hubungannya. Kebahagiaan adalah ganjaran dari usaha menjalankan kegiatan-kegiatan yang bermakna sementara kekayaan dan kekuasaan merupakan sarana yang dapat menunjang kegiatan-kegiatan bermakna dan mungkin pula dapat menjadikan hidup ini lebih berarti. Hidup bermakna adalah corak kehidupan yang sarat akan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna yang apabila itu terpenuhi maka akan berdampak pada kebahagiaan yang dirasakan. William S. Sahakian mengatakan "*by engaging in meaningful activity, a person enjoys happiness as a by product*" dengan kata lain

bahwa kebahagiaan merupakan produk dari kegiatan bermakna yang dilakukan.

F. Metode Penelitian

Pada dasarnya metode adalah instrumen atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data demi tercapainya apa yang menjadi tujuan penelitian. Metode sebagai *guide* dalam penelitian, dimana peneliti ditunjukkan langkah-langkah dan strategi yang akan ditempuh dalam penelitian sehingga rencana penelitian dapat dikerjakan dengan tepat oleh peneliti. Untuk lebih jelasnya peneliti akan menguraikan beberapa hal terkait dengan metode penelitian sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif karena peneliti melihat perlunya untuk memahami fenomena yang ada di lapangan berkaitan dengan apa yang dialami oleh subyek penelitian seperti motivasi, persepsi, motivasi untuk melakukan sesuatu, tindakan serta hal-hal yang berkaitan dengan subyek penelitian secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah yang ada.⁶⁴

Sementara untuk menunjang penelitian kualitatif yang dilakukan peneliti melihat kecocokan untuk menggunakan pendekatan fenomenologis dalam penelitian yang memiliki kecenderungan untuk melihat pengalaman subyek yang dalam hal ini adalah lansia, dimana peneliti ingin melihat

⁶⁴ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Cet.ke-24 (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.6

perspektif pokok (Husserl) lansia kaitannya dengan pemaknaan terhadap keeksistensiannya. Peneliti dalam hal ini juga berusaha untuk memahami arti dari peristiwa yang berkaitan dengan subyek penelitian yang ada.

2. Sumber Data

a) Sumber Primer

Dalam penelitian yang dilakukan peneliti mengambil sample menggunakan teknik *purposive sampling* kemudian berusaha menggali data sesuai dengan kebutuhan kepada sumber utama yaitu lansia yang menjadi subjek untuk dijadikan penelitian. Oleh karenanya peneliti secara langsung melakukan observasi kemudian wawancara secara langsung dengan lansia sebagai subyek penelitian yang dipilih.

Penelitian ini menggunakan partisipan sebanyak 5 (lima) orang yang peneliti rasa cukup memadai dalam melakukan sebuah penelitian kualitatif-fenomenologis. Peneliti dalam hal ini memilih lansia di seputar Desa Purwomartani Kecamatan Kalasan atau yang masih berdomisili di Kabupaten Sleman sebagai partisipan dalam penelitian kemudian menetapkan kriteria partisipan sebagai berikut: *petama*, lansia yang berusia sama atau lebih dari enam puluh tahun. *Kedua*, dapat berkomunikasi dengan baik dan peneliti mengutamakan lansia yang mampu berbahasa Indonesia. *Ketiga*, lansia aktif yang pernah bekerja dan atau masih menggeluti suatu pekerjaan. *Keempat*, lansia tidak berada di panti sosial.

b) Sumber Sekunder

Data sekunder atau data yang diperoleh tidak dari sumber utama atau subyek penelitian diambil seperlunya untuk mendukung data primer yang ada, misalkan dengan mewawancarai pihak-pihak yang mengetahui informasi tentang subyek penelitian, kemudian peneliti juga mengambil rujukan-rujukan terkait untuk lebih memperkaya, memperjelas dan memperkuat data primer.

3. Teknik Pengumpulan Data

a) Observasi

Sebelum peneliti memutuskan untuk fokus melakukan penelitian tentang eksistensi lansia dan bagaimana pemaknaan terhadap hal tersebut terlebih dahulu peneliti melakukan observasi awal dengan mengamati aktivitas-aktivitas keseharian lansia yang peneliti temukan. Setelah memutuskan untuk mengangkat penelitian tersebut peneliti kemudian mencari informasi tentang subyek penelitian yang sekiranya sesuai dengan kriteria yang peneliti sebutkan di atas, setelah itu peneliti mencoba untuk menghubungi subyek secara langsung dengan mendatangi tempat tinggal subyek penelitian atau mendatangi tempat kerja subyek penelitian.

b) Wawancara

Saat seorang peneliti memposisikan diri sebagai pengamat tak diketahui pada tempat-tempat umum, jelas bahwa melihat dan mendengar menjadi alat utama. Kemudian sewaktu peneliti memanfaatkan teknik

wawancara secara mendalam maka bertanya dan mendengarkan adalah hal yang utama untuk dilakukan. Dalam hal ini peneliti juga melakukan hal yang sama yaitu dengan terlebih dahulu melakukan pendekatan baik secara kultural dan emosional terhadap subyek penelitian dengan berbincang-bincang ringan lalu melakukan wawancara yang mendalam mengenai hal atau aktivitas-aktivitas yang dilakukan oleh lansia serta kebermaknaan yang dirasakan saat melakukan aktivitas-aktivitas tersebut. Hal ini peneliti lakukan untuk mendapatkan data sesuai kebutuhan penelitian.

4. Analisis Data

Analisis data kualitatif sebagaimana mestinya yaitu penelitian yang dititik beratkan pada wawancara dan observasi partisipatoris. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis grounded karena tidak adanya hipotesis yang peneliti buat sebelum melakukan penelitian lapangan. Peneliti membuat daftar pertanyaan penelitian tanpa ada hipotesis terlebih dahulu. Oleh karenanya peneliti melihat beberapa literatur *review* penelitian sejenis untuk mengetahui teori yang pernah diaplikasikan dalam penelitian serupa.

Kemudian peneliti melakukan sampling teoritis dari hasil melihat literatur tentang kebermaknaan dan eksistensi lansia tersebut secara terus menerus mulai dari pengumpulan data, mengkodekan dan menganalisis data kemudian memutuskan data-data yang perlu dan juga memutuskan tempat untuk mendapatkan data. Proses pengumpulan data ini peneliti lakukan

dengan di kontrol oleh teori hirarki kebutuhan Abraham H. Maslow dan teori kebermaknaan dari logoterapi Viktor E. Frankl.

Setelah peneliti mengumpulkan data penelitian tentang kebermaknaan sebagai refleksi dari eksistensi lansia peneliti melakukan koding atas data-data yang ada. Hasil koding menunjukkan bahwa ada beberapa hal yang dilakukan oleh lansia untuk tetap mempertahankan eksistensinya atau agar mereka merasa tetap bermakna dalam kehidupan yang dijalani. Setelah wawancara yang dilakukan kepada beberapa lansia dan menyusun konsep tentang beberapa hal yang dilakukan lansia tersebut peneliti selanjutnya membuat kategori atas pernyataan-pernyataan yang dilontarkan oleh subyek penelitian dalam hal ini lansia lalu peneliti lebih dalam mengeksplorasi hubungan-hubungan tiap kategori tersebut serta memastikan bahwa data masuk dalam kategori.

Dari kategori yang telah tersusun tersebut peneliti membuat hipotesis bahwa beberapa hal yang dilakukan lansia agar tetap merasa bermakna dalam kehidupannya adalah dengan mengedepankan Independensi atau masih ingin mandiri dengan memilih untuk bekerja, menabung, berinvestasi dan aset yang telah dipunyai. Kemudian lansia juga melakukan interaksi sosial yang dimanfaatkan untuk *sharing*, membantu sesama dan ikut serta bergotong royong sesuai kemampuan yang ada. Lalu kategori yang terakhir yaitu adanya nilai religiusitas keagamaan yang diimplementasikan dengan menjaga hubungan baik dengan Tuhan, menjalin hubungan silaturrahi dan berderma dalam kehidupannya.

G. Sistematika Pembahasan

Dalam rangka memberikan gambaran singkat mengenai sistematika penyusunan penelitian ini maka peneliti akan menguraikan secara singkat apa yang menjadi pokok bahasan dalam setiap bab dengan rincian sebagai berikut:

Bab I dalam penelitian ini lebih banyak bicara pada tataran yang bersifat teknis seperti latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan dan kegunann penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian yang digunakan oleh peneliti serta sistematika pembahasan.

Bab II dalam hal ini berusaha untuk memberikan gambaran umum tentang subjek penelitian, karakteristik dan kondisi lansia. Bab III merupakan bab inti dari penelitian ini, karena pada bab ini akan dibahas dan dikaji apa yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian yang dilakukan yaitu mengenai apa yang dilakukan oleh lansia untuk tetap bereksistensi atau berbagai hal yang dilakukan oleh lansia dalam memaknai kehidupannya sebagai refleksi keeksistensiannya.

Bab IV adalah bab terakhir dalam penelitian ini dimana peneliti berusaha memberikan kesimpulan dari keseluruhan hasil penelitian yang ada kemudian dalam bab ini juga peneliti akan memberikan saran untuk penelitian selanjutnya demi kemajuan ilmu pengetahuan.

BAB IV

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Lansia ataupun manusia pada umumnya memiliki cara tersendiri dalam memenuhi kebutuhannya. Cara-cara yang ditempuh dalam usaha memenuhi kebutuhannya tersebut merupakan ekspresi agar ia (manusia) tetap bisa bereksistensi. Eksistensi dalam hal ini dapat diterjemahkan sebagai kebermaknaan yang dirasakan saat melakukan berbagai pekerjaan atau aktivitas.

Pengaruh positif dari pemaknaan terhadap nilai-nilai luhur yang dipraktekan dapat dijadikan landasan juga sebagai pedoman terhadap tujuan hidup dan pemaknaan terhadap kehidupan yang dijalani. Peneliti menemukan adanya peran dari nilai-nilai luhur yang dianut sebagai falsafah hidup dalam hal ini falsafah hidup orang-orang Jawa atau dalam hal ini lansia di Yogyakarta yang dijadikan sebagai subjek penelitian seperti ungkapan *Urip Iku Urup* (Hidup itu menyala) yang bisa diartikan dengan hidup itu bukan semata tentang diri sendiri namun lebih dari itu hidup juga tentang orang-orang di sekitar yang bisa merasakan manfaat dengan keberadaan kita. Hal ini juga merupakan salah satu ciri orang yang mampu mengaktualisasikan diri menurut Maslow dimana ia mampu mentransendensikan diri dengan nilai-nilai dari budayanya. Tujuan hidup (*Purpose of Life*) dan kebermaknaan hidup (*The Meanign of Life*) merupakan refleksi dari eksistensi sebagai seorang manusia. Hal inilah

yang menjadi pembeda antara manusia dari bentuk-bentuk kehidupan lainnya. Manusia menyadari keberadaannya bahkan mempertanyakan keberadaan dirinya sehingga ia memiliki tujuan hidup yang jelas dan mencari makna dalam kehidupan yang dijalani baik itu dengan berperan untuk dirinya secara pribadi, keluarga serta lingkungan sosialnya. Hal tersebut merupakan manifestasi dari eksistensi sebagai manusia dan khususnya sebagai lansia.

Oleh karena itu peneliti ingin mengatakan bahwa tujuan hidup lansia terangkum dalam aktualisasi diri seperti dikatakan Abraham Maslow sementara kebermaknaan hidup lansia juga terletak pada tiga falsafah dasar teori kebermaknaan yang utama yaitu, *The Freedom of Will*, (Manusia memiliki kebebasan dalam menentukan sikap) *The Will to Meaning* (Manusia memiliki hasrat atau keinginan menjadi bermakna) dan *The Meaning of Life* (Manusia melakukan aktivitas yang dapat mendatangkan kebermaknaan hidup).

Dari dua pendekatan teori yang digunakan dalam mengkaji lansia di Yogyakarta maka dapat dilihat bahwa konsep aktualisasi diri dari teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow dan konsep kebermaknaan hidup dari Viktor Frankl dapat ditemukan pada lansia di Yogyakarta.

B. SARAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil eksplorasi penulis tentang Makna Sebuah Eksistensi Pada Lansia. Maka penulis menyarankan dan berharap

adanya penelitian lebih lanjut mengenai tema-tema terkait dengan konsep aktualisasi diri lansia yang masih bekerja dan yang tinggal di panti dan juga tema-tema mengenai konsep penerimaan diri pada lansia dengan menggunakan pendekatan sosio-kultural yang mungkin lebih cepat diterima oleh lansia serta tema penelitian tentang hortikultura terapi bagi lansia yang sempat menarik minat peneliti karena sejauh pembacaan yang dilakukan belum ada yang mencobanya di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

A. SUMBER BUKU

- Abidin, Zainal. *Filsafat Manusia: Memahami Manusia Melalui Filsafat*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, Cetakan keenam 2011.
- Anoraga, P. *Psikologi Industri dan Sosial*. Jakarta: Pustaka Jaya, 1995.
- Aprillia, Yessie. *Hipnotetri*, Jakarta, Gagas Media Press, 2010.
- Bastaman, H.D. *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007.
- Berk, Laura E. *Development through the lifespan, Fourth Edition*, Boston;pearson, 2007.
- Bertens, K. *Ringkasan Sejarah Filsafat*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1993.
- Birren & Schaie, *Hand Book of The Psychology of Aging, Six Edition*, California: Elsevier Acedemic Press, 2006.
- Ciptoprawiro, Abdullah. *Filsafat Jawa*, Jakarta: Balai Pustaka, 1986.
- Damon, William. *Noble Purpose: The Joy of Living Meaningful Life*, London: Templeton Foundation Press, 2003.
- Decker, D.L, *Social Gerontology: An Introduction to the Dynamics of Aging*, Boston: Little, rown, and Co, 1980.
- Drijarkara dan A. Bush, *Sejarah Filsafat Yunani*, Yogyakarta:Stensilan, 1975.
- Efendi Hariandja, Marihot Tua. *Manajemen Sumber Daya Manusia*, Jakarta: PT Grasindo, 2002.
- Efendi, Ferry dan Makhfudli, *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2009.
- Fitria A, *Interaksi Sosial dan Kualitas Hidup Lnasia di Pnati Werdha UPT Pelayanan Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Banjai dan Medan*, 2011.

- Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*, London: Hodder and Stoughton, 1977.
- Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy, Fourth Edition*, Boston: Bacon Press, 1992.
- Fromm, Erich. *Man for Him Self*, New York: Holt, Rineheart and Winston, 1964.
- Gerungan, W.A. *Psikologi Sosial*, Bandung, PT. Refika Aditama, 2010.
- Hadiwijono, Harun. *Sari Sejarah Filsafat Barat 2*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1980.
- Hananto, Sigit. *A Socio economic profile of Elderley Indonesia* , Jakarta: Biro Pusat statistik, 1999.
- Herusantoto, Budiono. *Simbolisme Jawa*, Yogyakarta: Penerbit Ombak, 2008.
- Hjelle, L.A. and Ziegler, D.J, *Personality Theories: Basic Assumptions, Research, and Application. 2nd Edition*. Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha, 1981.
- Husen, Fuad. *Kita dan Kami*, Jakarta:PT. Bulan Bintang, 1973.
- Kinsella, K, & Velkoff, V. A, *An aging world*, Washington, DC: Economics and Statistics Administration, 2001.
- Maslow, Abraham H. *Motivation and Personality*, New York: Harper & Row Publisher, Third Edition, 1970.
- _____. *The Farther Reaches of Human Nature*, New York: Penguin Compas 1976.
- Mckin, Donald. *Christian Existentialism dalam Century Encyclopedia Britannica Knowledge*, Michigan: Baker Book Houses Company, 1991.
- Nurani , Vika Maris dan Sulis MariYasih, *Gambaran Makna Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa*, Jurnal Psikologi, Vol.11, No.1, Juni 2013.
- Papalia, Diane E, Olds dan Ruth, *Human Development, Perkembangan Manusia*, edisi 10, Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2009.
- Purnama, Akhmad. *Kepuasan Hidup dan Dukungan Sosial Lanjut Usia*, Yogyakarta: B2P3KS Press.

- Roswanto, Alim. *Menjadi Diri Sendiri Dalam Eksistensialisme Soren Kierkegaard*, Yogyakarta: IDEA Press, 2008.
- Rukaya, *Aku Bimbingan dan Konseling*, Bogor Barat: Guepedia Publisher, 2019.
- Setiawan, Hendro. *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, Yogyakarta: PT. Kanisius, 2017.
- Setio, Arifin dan Halomoan Tamba, *Koperasi: Teori dan Praktik*, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2001.
- Setiyartomo, Paulus Widi. *Succesfull Aging ditinjau dari Keberkamaan Hidup dan Orientasi Religius pada Lansia*, Thesis Fakultas Psikologi UGM, 2004.
- Sihotang, Kasdin. *Filsafat Manusia: upaya membangkitkan humanisme*, Yogyakarta; penerbit Kanisius, 2009.
- Snidjer, Adelbert. *Antropologi Manusia Paradoks dan Seruan*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2004.
- Sudirman, Siti Partini. *Psikologi Usia Lanjut*, Yogyakarta, Gajah Mada University Press, 2011.
- Suharto, Edi. *Membangun Masyarakat, Memberdayakan Rakyat, Kajian Strategis Pembangunan Kesejahteraan Sosial dan Pekerjaan Sosial*, Bandung: Refika Adiatama, 2005.
- Sumanto, *Psikologi Umum*, Yogyakarta: CAPS, 2014.
- Upton, Peney. *Psikologi Perkembangan, terj. Noermalasari Fajar Widuri*, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012.

B. SUMBER JURNAL

- Adi, Sukma, Galuh Amawidyati & Muhana Sofiati Utami, *Jurnal Psikologi, Fakultas Psikologi UGM*, Vol 34, No 2, tahun 2007, 164-176.
- Andini, Ayu & Supriyadi, *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol 1, No 1, tahun 2013, 129-137.
- Ardani, Irfan. *Eksistensi Dukun dalam Era Dokter Spesialis*, *Jurnal Kajian Sastra dan Budaya*, Vol.1, No.2, 2013

- Armawi, Armaidly. *eksistensi manusia dalam filsafat sören kierkegaard*, Jurnal Filsafat, Vol.21, No.21, 2011.
- Asih, Nadia Sekar, Istar Yuliadi dan Nugraha Arif Karyanta, *Hubungan Antara Konsep Diri dan Religiusitas dengan Kepuasan Hidup pada Lansia di Desa Rendeng Kabupaten Kudus*, Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa, Vol 4 No.1 Juni 2015, hlm 28-39.
- Baltes, p.b, dan Staudinger, U.M, 2000, *Wisdom; Metaheuristik (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence*. American psychologist, 55, 122-126.
- Desiningrum, Dinie Ratri. Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016, 43-55.
- Diener, Christie Napa Scollon, and Rhichard E. Lucas, *The Evolving Concep of Subjective Well-being: The Multifaceted Nature of Happiness*, Advaces in Cell Aging and Gerontology, Vol. 5, 2003 pp.197.
- Ekawati, Dian. Eksistensialisme, Jurnal Tarbawiyah, Vol.12, No.01, 2015.
- Habibi, *Ilmu dan eksistensi kebahagiaan menurut Al-Ghazali*, Jurnal Dirosat, Vol.1, No.1, 2016, hlm.75-85.
- Hambali, Yoyo dan Siti Asiah, *Eksistensi Manusia dalam Filsafat Pendidikan: Studi Komparatif Filsafat Barat dan Filsafat Islam*, Jurnal Turats, Vol.7, No.1, 2011, hlm. 41-56.
- Harapan , Puspita, Febriana Sabrian & Wasito Utomo, Jom Psik, Vol. 1, No. 2 Oktober 2014, hlm. 1-9.
- Impisari, Iin Nasri. Jurnal Intelektualita, Vol. 6, No.2, 2017.
- Indriana, Yuniar, Ika Febrian, Andrewinata, Annisa Intannirian, Jurnal Psikologi Undip, Vol 8, No 2, Oktober 210, 87-96.
- Kelen, Agnesia Priska, Farida Hallis dan Rronasari Mahaji Putri, *Tugas Keluarga dalam Pemeliharaan Kesehatan dengan Mekanisme Koping Lansia*, Jurnal Care Vol.4, No.1, 2016.
- Misnaniarti, Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, Vol. 2, No. 2 Juli 2017, hlm.67-73.

- Nida, Fatma Laili Khoirun. *Zikir Sebagai Psikoterapi Dalam Gangguan Kecemasan Bagi Lansia*, *Jurnal Konseling Religi*, Vol.5, No.1 Juni 2014.
- Nurhidayah, Siti dan Rini Agustini, *Jurnal Soul*, Vol.5, No.2, 2012.
- Pepe , Camelia Kristika dkk, *Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia Di Panti*, *Social Work Jurnal*, Vol.7, No.1 2017.
- Pratomo, Anistya Wulandari, Laftiah, Luthfi Fathan Dahriyanto, *Jurnal Intuisi* Vol 6, no 2, tahun 2014, 74-78.
- Putri, Arimbi Kanisah & Hamidah , *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Volume 1, No 02, Juni 2012.
- Rahman, Arief Aulia. *Jurnal Akademia*, Vol 19, No 01, Januari-Juni 2014, 90-116.
- Ramdani, *Jurnal Kopasta*, Vol. 2, No. 2 2015.
- Saifullah, Iman dan Hilda Amissyifa, *Memberdayakan Eksistensi Pesantren*, *Jurnal Pendidikan Univ. Garut*, Vol.11, No.02, 2017, hlm.124-151.
- Sanjaya, Anang. *Hubungan Interaksi sosial dengan kesepian pada lansia*, *Jurnal Keperawatan Holistik*, vol.1, No.3 2012.
- Siregar, Siti Fatimah dkk, *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, Vol.2, No.6, 2013.
- Sousa, L. & Lyumbomirsky, S, *Life Satisfication, Encylopedia of Women and Gender: Sex Similarities and Differences and the Impact of Society on Gender*, Vol.2, 2001, pp. 667-676.
- Sriyanto, Eko. *Lanjut Usia: Antara Tuntutan Jaminan Sosial dan Pengembangan Pemberdayaan*, *Jurnal Kawistara*, Vol.2, No.1, April 2012 hlm.73-86.
- Sulandari, Siti, Dicka Martyastanti, Ridma Mutaqwarohmah, *Jurnal Indegenous*, vol.11, No.1, Mei 2009, hlm. 58-68.
- Yasih, Febria. *Pemberdayaan Lansia Melalui Usaha Ekonomi Produktif*, *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, Vol.1 No.1 2017.

C. SUMBER LAIN

Departemen Kesehatan RI. 1998. *Pedoman pembinaan Kesehatan Usia lanjut Bagi petugas Kesehatan II*, Materi pembinaan.

[Http://www.betteryou.com](http://www.betteryou.com), pada tanggal 16 Maret 2019, pukul. 20:18

<http://www.Merapi.com>, Angka harapan hidup tinggi, jumlah Lansia di Yogya Meningkat (24 Juli 2018), pada tanggal 04 Juli 2019, pukul 14.30 WIB

<http://www.kanalinfo.web.id>, pada tanggal 20 mei 2019pukul 9:50

<http://www.tirto.id>, pada tanggal 16 maret 2019, pukul.07:30

Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia

Undang-undang Republik Indonesia, nomer 20 tahun 2003.