

**STUDI KOMPARASI KEBAHAGIAAN SPIRITUAL
LANSIA YANG MEMILIKI TRAUMA DENGAN LANSIA YANG TIDAK MEMILIKI
TRAUMA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT BUDI LUHUR
YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta u
ntuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Starta I**

Oleh:

**Yuliya Isti Rohkani
Nim 16250005**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

Dosen Pembimbing Skripsi:

**Drs. H. Suisyanto, M.Ag.
NIP 195607041986031002**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2021



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-193/Un.02/DD/PP.00.9/01/2021

Tugas Akhir dengan judul : STUDI KOMPARASI KEBAHAGIAAN SPIRITUAL LANSIA YANG MEMILIKI TRAUMA DENGAN LANSIA YANG TIDAK MEMILIKI TRAUMA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT BUDI LUHUR YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : YULIYA ISTIROHKANI
Nomor Induk Mahasiswa : 16250005
Telah diujikan pada : Jumat, 22 Januari 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Drs. H. Suisyanto, M.Pd
SIGNED

Valid ID: 601289b13ef6c



Penguji II

Abidah Muflihah, S.Th.I., M.Si
SIGNED

Valid ID: 605b34ade8621



Penguji III

Noorkamilah, S.Ag., M.Si
SIGN

Valid ID: 605adcc8b569f



Yogyakarta, 22 Januari 2021
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 605bf1307dcb



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Laksda Adisucipto Telp. (0274)515856
Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Yuliya Istirohkani
NIM : 16250005
Judul Skripsi : Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Kesejahteraan Sosial.

Dengan ini kami mengharapkan agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 12 Januari 2021
Pembimbing

Drs. H. Suisyanto, M.Ag.
NIP 195607041986031002



Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si
NIP 198305192009122002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yuliya Istirohkani
Nim : 16250005
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **“Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia Yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur “** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme da tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tat cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggung jawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 12 Januari 2021

Yang menyatakan



Yuliya Istirohkani
NIM. 16250005

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga :

Nama : Yuliya Istirohkani
NIM : 16250005
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa foto yang akan dicantumkan dalam ijazah dan transkrip nilai adalah foto berjilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, apabila terjadi kekeliruan terhadap ijazah dan transkrip nilai, maka saya siap mempertanggungjawabkan sesuai hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 12 Januari 2021
Yang menyatakan,



Yuliya Istirohkani
NIM. 16250005

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan karya kecil ini kepada:

- Orangtua saya yakni Bapak Sunarto dan Ibu Subiyati, serta Kakak laki-laki yaitu Indri Setiawan serta kakak ipar yaitu Dewi Mega Puspa Sari, sekaligus sahabat dan teman terbaik saya di tanah rantau yaitu Dian Ayu Rokhmawai, Siti Rohanah dan Annas Ruly yang telah memberikan semangat serta dukungan agar saya dapat segera menyelesaikan skripsi.
- Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Dunia ini kejam, jika bukan dirimu sendiri yang menolongmu

Tidak akan ada yang mau melakukannya

Jadi lebih baik persiapkan dirimu mulai dari sekarang”

Huang Renjun



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti sampaikan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan kenikmatan-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta”. Shalawat serta salam selalu kita sanjung kan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa menjadi suri teladan bagi umat manusia.

Hasil penelitian ini mengajarkan bahwa kebahagiaan merupakan sesuatu yang tidak berubah-ubah, akan tetapi harus diakui bahwa manusia dapat mengalami banyak perubahan karena orang yang paling bahagia hidupnya dapat ditimpa cobaan yang berat. Peneliti menyadari bahwa menyelesaikan skripsi ini terdapat orang-orang yang selalu memberikan semangat, bimbingan serta arahan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menimba ilmu dan menyelesaikan program studi pada strata 1.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memfasilitasi peneliti dalam mencari ilmu maupun menyelesaikan kelengkapan administrasi skripsi.

3. Ketua Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah membantu memberikan arahan dan kelancaran dalam peneliti.
4. Bpk. H. Suisyanto, M.Ag., selaku Dosen Pembimbing Skripsi selaiug inspirator bagi peneliti untuk memahami dan meneliti tentang lansia. Terima kasih juga atas waktu, tenaga, ketegasan serta kesabarannya dalam membimbing peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Abidah Muflihati, S.Th., M.Si., selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah membimbing serta memantau peneliti dari awal semester hingga akhir.
6. Bapak dan Ibu Dosen Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah memberikan ilmu, pengalaman,, serta nasehat sehingga peneliti dapat menyelesaikan mata kuliah dari semester 1 hingga semester VIII dengan baik.
7. Bapak Sunarto dan Ibu Subiyati yaitu orang tua yang telah memberikan semangat serta doa tiada henti-hentinya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.
8. Ketua Pengurus Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur beserta jajarannya yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta.
9. Segenap Pengurus Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian serta melakukan wawancara dan juga observasi di Panti.

10. Bapak Sumardi dan Ibu Srihartinnovmi selaku Pekerja Sosial yang sudah membimbing peneliti menyelesaikan skripsi hingga akhir.
11. Teman-teman Prodi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkata 2016 serta teman di Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang menjadi teman baik peneliti selama perkuliahan dan di luar perkuliahan.
12. Sahabat terbaik yang selalu mendengarkan keluh kesah dan selalu ada untuk peneliti di tanah rantau yaitu Dian Ayu Rokhmawati, dan Nadhifa Maizia H
13. Teman terbaik peneliti di kosan dari awal masuk menjadi maba hingga sampai akhir yaitu Siti Rohanah.
14. Teman terbaik setanah perantauan yang tidak pernah lelah untuk mengingatkan untuk segera menyelesaikan skripsi serta membantu dalam suka dan duka dalam pengerjaan skripsi.
15. Teman-teman Praktik Pekerja Sosial (PPS) Generalis (Dian, Nadhifa, Novianto, dan Dani Akhiri) yang telah menjadi teman baik selama 3 bulan untuk menjalankan program mikro, mezzo dan makro serta belajar memahami kepribadian manusia satu sama lain.

Yogyakarta, 12 Januari 2021

Peneliti,



Yuliya Istirohkani

NIM. 1625000

ABSTRAK

Yuliyah Istirohkani, 16250005, Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi luhur Yogyakarta.

Penelitian ini menjawab pertanyaan tentang bagaimana perbedaan dan persamaan kebahagiaan spiritual antara lansia yang memiliki trauma dengan lansia yang tidak memiliki trauma. Pertanyaan tersebut berangkat dari sebuah masalah, setiap manusia memiliki trauma tersendiri dalam kehidupannya, begitu pula dengan lansia yang tinggal di BPSTW Budi Luhur bahwa trauma yang dirasakan lansia berbeda-beda dalam setiap permasalahan, akan tetapi setiap manusia mempunyai cara untuk menyikapi traumanya tersebut.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe pendekatan fenomenologi deskriptif. Obyek dari penelitian ini berupa kebahagiaan spiritual lansia yang memiliki trauma, sedangkan subjeknya dibagi menjadi dua Peneliti yaitu responden berupa lansia dan informan berupa pekerja sosial di Panti. Pengumpulan data dengan menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Setelah data terkumpul, kemudian diolah dan ditarik kesimpulan. Pemeriksaan keabsahan data menggunakan teknik triangulasi data berupa triangulasi sumber dan tringulangi metode.

Hasil penelitian menunjukkan: kunci utama kebahagiaan ditandai dengan 4 karakteristik yaitu menghargai dirinya sendiri, optimis, terbuka dan mampu mengendalikan dirinya. Namun sebagian besar lansia belum memiliki ke 4 karakteristik tersebut dalam dirinya. Semua lanjut usia bahagia tinggal di Panti, namun tidak semua lansia bisa merasakan kebahagiaan spiritual. Trauma yang dirasakan oleh lansia berdampak bagi kehidupannya salah satunya kurang mampu untuk mengendalikan dirinya sendiri, sehingga menyebabkan mereka menjaga jarak dengan orang lain.

Kata Kunci: kebahagiaan, Spiritualitas, Lansia, Trauma.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Kajian Pustaka.....	8
F. Kerangka Teori.....	11
G. Metode Penelitian.....	32
H. Teknik Pengumpulan Data	35
I. Sistematika Pembahasan	40

BAB II BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA (BPSTW) UNIT BUDI LUHUR YOGYAKARTA

A. Sejarah.....	41
B. Letak geografis.....	44
C. Visi dan Misi.....	45
D. Tugas dan Fungsi	47
E. Program Pelayanan Sosial	48
F. Struktur Organisasi.....	50
G. Prosedur Penerimaan dan Pelayanan	54
H. Keadaan Pembina Keagamaan, Karyawan dan Kelayan	55
I. Sarana Pelayan dan Fasilitas	60
J. Jadwal Kegiatan Lansia.....	66

BAB III PERBEDAAN DAN PERSAMAAN KEBAHAGIAAN SPIRITUAL ANTARA LANSIA TRAUMA DENGAN LANSIA TIDAK TRAUMA

A. Deskripsi Subjek	68
1. Lansia Trauma.....	70
2. Lansia Tidak Trauma	77
B. Persamaan dan Perbedaan	81
1. Persamaan	81
a. Menghargai dirinya sendiri.....	81
b. Optimis	85
c. Terbuka.....	86
d. Mampu mengendalikan dirinya	90
2. Perbedaan	92
a. Menghargai dirinya sendiri.....	92
b. Optimis	96
c. Terbuka.....	97
d. Mampu mengendalikan dirinya	98

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan	106
B. Saran	107

DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN	113



DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 1.1: PLANG NAMA BPSTW UNIT BUDI LUHUR	43
GAMBAR 1.2: DENAH LOKASI	45
GAMBAR 1.3: KEGIATAN PENGAJIAN RUTINAN	56
GAMBAR 1.4: LANSIA LAKI-LAKI MENGIKUTI PENGAJIAN	57
GAMBAR 1.5: LANSIA PEREMPUAN MENGIKUTI PENGAJIAN.....	57
GAMBAR 1.6: GAMBAR WISMA.....	63
GAMBAR 1.7: GEDUNG POLIKLINIK DAN PEKERJA SOSIAL.....	64
GAMBAR 1.8: GEDUNG AULA DAN KANTOR.....	65
GAMBAR1.9: GEDUNG KETERAMPILAN	65
GAMBAR 2.0: MUSHOLA	66

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

TABEL 2.1: STRUKTUR ORGANISASI	51
TABEL 2.2: PROSEDUR DAN PELAYANAN.....	54
TABEL 2.3: JENIS KELAMIN	58
TABEL 2.4: BERDASARKAN AWAL WILAYAH	58
TABEL 2.5: JENIS AGAMA	59
TABEL 2.6: JUMLAH USIA	59
TABEL 2.7: LAMA TINGGAL	59
TABEL 2.8: SARANA DI BPSTW UNIT BUDI LUHUR	60
TABEL 2.9: PRASARANA DI BPSTW UNIT BUDI LUHUR	61
TABEL 3.0: KEGIATAN HARIAN LANSIA.....	67

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia tiap hari terus berkembang dimulai dari bayi yang baru lahir yang baru lahir sampai menggapai masa berusia akhir. Umur 60 tahun ialah periode pertumbuhan manusia dari masa berusia akhir ataupun lanjut usia yang berakhir dengan kematian. Lanjut usia ialah tahap lanjut dari proses kehidupan, dan diisyaratkan dengan penyusutan badan untuk menyesuaikan diri.¹ Proses menua ialah suatu proses natural yang diiringi terdapatnya penyusutan keadaan raga, psikologis ataupun sosial yang saling berhubungan. Kondisi ini dapat menimbulkan gangguan kesehatan umum ataupun kesehatan mental terutama pada lansia.

Ketika para lansia tidak dapat menemukan solusi untuk semua masalah mereka, masalah psikologis akan muncul. Berpikir negatif tentang diri sendiri serta terhadap orang-orang ialah salah satu alasan merasa tidak bahagia. Mereka berpikir bahwa hidup sendiri itu buruk, dan mereka merasa bertambah tua tanpa keluarga atau kerabat.²

¹ Vera Destarina, Agrina dan Yulia Irvani Dewi. *Gambaran Spiritualitas Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khotimah Pekan Baru*. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau. JOM PSIK VOL. 1 NO 2 OKTOBER 2014. Hlm 1

² David D. Burns, M. D. *Mengapa Kesepian. Program Baru yang Telah diuji Secara Klinis untuk Mengatasi Kesepian*. ed. Ardy Handoko (Jakarta, 1988). Hlm 7

Pada tahun 1998 Pemerintah mengeluarkan kebijakan mengenai kesejahteraan lansia yang digunakan hingga kini. Kebijakan tersebut tertuang dalam UU No 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, dimana pada ayat 1 disebutkan bahwa kesejahteraan adalah suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial baik material maupun spiritual yang diliputi oleh rasa keselamatan, kesulitan dan ketentraman lahir batin yang memungkinkan bagi setiap warga negara untuk mengadakan pemenuhan kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial yang sebaik-baiknya bagi diri, keluarga serta masyarakat dengan menjunjung tinggi hak dan kewajiban asasi manusia sesuai dengan Pancasila.³

Jumlah lansia terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2015 presentase penduduk lanjut usia di dunia mencapai 12,3%, 11,6% di Asia dan 8,1% di Indonesia. Presentase tersebut diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2025 menjadi 14,9% di dunia, 15% di Asia dan 11,1% di Indonesia. Presentasi penduduk lanjut usia menunjukkan bahwa baik secara global, Asia dan Indonesia dari tahun 2015 sudah memasuki era penduduk menua karena jumlah penduduknya yang berusia 60 tahun keatas melebihi angka 7%³. Indonesia terdapat 19 provinsi yang memiliki struktur penduduk tua. Tiga provinsi dengan presentase lanjut usia terbesar adalah DI Yogyakarta 13,81%, Jawa Tengah 12,59% dan Jawa Timur 12,25%.⁴

³ Siti Nurhidayati dan Rini Agustini, *Kebahagiaan Lansia ditinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritual*, Jurnal soul, Vol. 5, No. 2, September 2012. Hlm 16

⁴ Febriyanti H, Nurmasari W, A Fahmy AT, Deny YF. *Hubungan Status Gizi dan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia*, JOURNAL OF NUTRITION COLLEGE, Volume 8, Nomor 4, Tahun 2019, Hlm 274

Menurut Ericson, usia tua ditandai dengan adanya integritas diri atau kepuasan.⁵ Jika prestasi seorang lansia memenuhi standar yang telah ditetapkan sendiri pada waktu masih muda, sehingga jarak antara diri mereka yang sebenarnya serta keadaan pribadi ideal kecil, maka mereka akan mengalami integritas diri dan kebahagiaan, serta merasakan kepuasan diri dan pencapaian mereka. Disisi lain, harapan bahwa mereka gagal tertanam pada masa mudanya, dan mereka yang berkecil hati karena menyadari bahwa peluang pencapaian tujuan mereka semakin berkurang dari tahun ke tahun akan merasa kecewa dan tidak bahagia.⁶

Seperti halnya yang sudah disebutkan sebelumnya bahwa, usia tua merupakan masa perkembangan terakhir dari siklus kehidupan manusia, yang diartikan disini bukan hanya perkembangan fisik, tetapi juga perkembangan psikologis dan sosial. Seorang yang sudah mencapai usia lanjut merasa terpuruk dengan kehidupannya yang baru, sehingga membutuhkan persiapan sosial dan psikososial untuk menghadapi kemungkinan - kemungkinan baru yang akan muncul. Menjadi tua tidaklah mudah dan membutuhkan persiapan mental, spiritual, dan sosial.

Lansia ialah tahap terakhir kehidupan manusia. Menghadapi masa tersebut sebagian lanjut usia tinggal bersama keluarganya dan sebagian lagi hidup sendirian karena pasangannya telah meninggal dunia dan tidak memiliki sanak saudara sama

⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta, Erlangga, 1990. Hlm. 442

⁶ *Ibid.*, Hlm. 442

sekali, sehingga mereka memilih untuk tinggal di Panti. Pada era sekarang ini, kegiatan ekonomi telah mengalami perubahan perilaku sosial budaya di masyarakat, seperti anak yang telah berkeluarga memisahkan diri dari orang tuanya sehingga menyebabkan komunikasi yang semakin berkurang, pemberian perawatan terhadap orang tua menurun dan kurangnya perhatian anak terhadap lansia (orang tua).

Salah satu contohnya terutama pada masyarakat yang mempunyai perekonomian menengah keatas cenderung meningkatnya pergeseran dalam melakukan perawatan lansia (orang tua) yang seharusnya keluargalah yang merawatnya melainkan beralih ke lembaga-lembaga berbayar seperti Panti Jompo bahkan secara sengaja anaknya memasukan orang tuanya ke dalam Panti dengan alasan sibuk bekerja sehingga tidak ada yang merawat ketika di rumah, dan juga permasalahan-permasalahan lainnya yang menyebabkan lansia lebih memilih untuk tinggal di Panti daripada tinggal bersama dengan keluarganya, hal tersebut disebabkan trauma pada masa lalunya. .

Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta menjadi pilihan lain bagi para lansia untuk menghabiskan masa tuanya. Lansia yang tinggal di Panti berasal dari latar belakang yang berbeda-beda, ada yang berasal dari keluarga mampu, berasal dari jalanan yang tidak diketahui keluarganya dan kemudian diurus serta diayomi oleh Pemerintah. Ada juga lansia yang datang sendiri untuk tinggal di Panti. Saat lanjut usia memutuskan untuk tinggal di Panti, berarti dia akan menghadapi lingkungan baru yang belum pernah ia tinggali sebelumnya. Oleh karena itu, agar para lansia dapat hidup bahagia, perlu dilakukan penyesuaian di Panti. Balai Pelayanan Sosial

Tresna Werdha Unit Budi Luhur merupakan rumah yang dirancang khusus untuk para lansia terlantar dan sudah tidak mampu menunjang kehidupannya, namun di Panti tersebut masih terdapat beberapa lansia yang masih sehat dan masih mampu untuk bekerja, tetapi karena tidak memiliki tempat tinggal serta memiliki rasa malas untuk mencari pekerjaan lansia tersebut memilih untuk tinggal di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur sampai akhir hayatnya.⁷

BPSTW Unit Budi Luhur merupakan rumah untuk lansia yang memiliki kondisi yang tidak beruntung dikehidupannya, lansia yang masuk di BPSTW sudah tentu lansia yang memiliki masalah dan setiap masalah yang dirasakan oleh lansia berbeda-beda. Peneliti disini berfokus untuk meneliti lansia yang memiliki trauma terutama yang memiliki trauma psikologis. Trauma psikologis merupakan jenis kerusakan jiwa, stres yang terjadi sebagai akibat dari peristiwa traumatis.

Seperti salah satu lansia yang berinisial SM beserta istrinya, ia tinggal di BPSTW Budi Luhur bukan karena kemauannya sendiri namun karena sengaja di masukan oleh anak tirinya. Anak dari istrinya tersebut tidak mau merawat mereka karena sibuk bekerja selain itu anaknya keberatan bila orang tuanya terus menerus tinggal bersamanya, apalagi kondisi istri SM sudah tidak melakukan apa-apa. Kejadian tersebut membuat trauma tersendiri bagi SM, dengan kondisi yang semakin tua dan juga kondisi fisik yang semakin lemah ia harus merawat istrinya. Selain itu ada juga sebagian lansia yang tinggal

⁷ Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada saat melakukan PPS (Praktikum Pekerjaan Sosial) pada bulan Oktober – Desember 2019

di Panti karena kemauannya sendiri seperti halnya lansia yang berinisial KS, ia tinggal di Panti karena tidak memiliki tempat tinggal sehingga memutuskan untuk tinggal di Panti BPSTW. Seperti yang dipaparkan oleh KS salah satu lanjut usia, yakni: “Aku tinggal disini wes suwi mbak, suami saya wes ninggal ora due omah juga, nek tinggal ro adek kandung gak enak saya jadi tinggal disini aja enak akeh koncone”.⁸

Lanjut usia yang tidak mempunyai trauma bukan berarti tidak mempunyai trauma sama sekali namun peneliti disini melihat trauma yang dirasakannya tidak terlalu berat dibandingkan dengan lanjut usia yang mempunyai trauma yang lebih berat. Permasalahan - permasalahan yang dirasakan membuat trauma tersendiri untuk lanjut usia, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti serta membahas tentang trauma yang dimiliki lansia yaitu tentang trauma psikologis. Selain itu juga keadaan trauma yang dimiliki lansia menyebabkan kondisi fisik yang semakin lemah dan membuat keadaan psikologis yang terganggu.

Setiap manusia tentu mempunyai traumanya sendiri-sendiri dikehidupannya, akan tetapi setiap manusia mempunyai cara untuk menyikapi trauma tersebut. Seperti yang telah terjadi pada tingkat usia lain dalam kurun waktu kehidupan seseorang, tingkat kebahagiaan dimasa lanjut usia tergantung dipenuhi atau tidaknya tiga A kebahagiaan (*tree A's of happiness*) yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (kasih sayang) dan

⁸ Hasil wawancara dengan KS saat melakukan PPS (Praktikum Pekerja Sosial) di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur, pada tanggal 4 November 2019.

achievement (prestasi).⁹ Apabila seseorang tidak bisa memenuhi ketiga A tersebut, hal itu sulit kalau tidak ingin dikatakan, tidak mungkin bagi seseorang usia lanjut untuk bahagia. Isen menuturkan kalau orang yang berbahagia cenderung lebih bersahabat, mempunyai kemampuan sosial yang baik relatif suka membantu dan memiliki kontrol diri yang lebih baik.¹⁰ Sikap dan karakteristik seseorang tidak mudah untuk diubah, masih ada lansia yang sudah sadar untuk mendekati kepada Tuhan, namun mereka masih kurangnya hubungan antar manusia yang menyebabkan lansia susah untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan fenomena diatas, banyak hal yang membuat peneliti tertarik untuk memahami makna kebahagiaan spiritual pada lansia, dan faktor-faktor yang mendorong lansia untuk bangkit dari masa lalunya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah peneliti dapat merumuskan sebagai berikut: bagaimana perbedaan dan persamaan kebahagiaan spiritual antara lansia yang memiliki trauma dengan lansia yang tidak memiliki trauma?

⁹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, Hlm. 442

¹⁰ Wahyu Rahardjo, *Kebahagiaan Sebagai Proses Pembelajaran*, Jurnal Penelitian Psikologi, No.2, Volume 12, Desember 2007. Hlm 135

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini ialah: untuk menggambarkan kebahagiaan spiritualitas pada lansia yang memiliki trauma dan yang tidak memiliki trauma.

D. Manfaat Penelitian

Dari tujuan yang dipaparkan diatas, diharapkan penelitian dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu untuk menambah pengetahuan dan wawasan yang berkaitan dengan trauma pada lansia dan memberikan sumbangan pemikiran bagi mahasiswa program studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang berkaitan dengan hubungan kebahagiaan spiritual.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pelayanan lansia untuk memperoleh kebahagiaan spiritual serta menjadi bahan pertimbangan bagi semua pihak yang terkait, baik lembaga, instansi dan pihak yang bertanggung jawab serta sebagai bahan informasi bagi referensi penelitian dan bahan masukan terhadap penelitian selanjutnya.

E. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan pencarian data mengenai penelitian kebahagiaan, spiritual dan trauma tergolong banyak. Maka penulis berusaha untuk menunjukkan keaslian penelitian dengan melihat penelitian yang sudah ada dan relevan, seperti:

Pertama, Ananda Ruth Naftali dkk, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*, Buletin Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, vol. 25. No. 2 2017. Penelitian ini dijelaskan bahwa kesehatan spiritual dan kesiapan lansia dalam menghadapi kematian dipengaruhi oleh makna hidup, konsep agama dan ketuhanan, interaksi sosial, konsep sehat sakit kesejahteraan dan spiritual, serta kesiapan menghadapi kematian, sedangkan ketidaksiapan lansia dalam menghadapi kematian dipengaruhi oleh perbuatan yang dilakukan semasa lansia hidup maupun faktor keluarga seperti masih ingin hidup lebih lama bersama keluarga.¹¹

Kedua, Penelitian dilakukan oleh Siti Nurhidayah dan Rini Agustini (2012) dengan judul “Kebahagiaan Lansia di Tinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritual”. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan wawancara, observasi dan pemberian kuesioner. Adapaun hasil penelitian tersebut ditemukan dukungan sosial memiliki korelasi positif dengan kebahagiaan. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kebahagiaan lansia di Desa Mekarsari dengan di PSTW “Budhi Dharma” Bekasi. Dukungan sosial memiliki pengaruh nyata positif terhadap kebahagiaan lansia.¹²

Ketiga, Hilda Dewi Isnaeni (2012), dengan judul “Kebahagiaan Lansia yang Tinggal di Panti Werdha”. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yaitu

¹¹ Ananda Ruth Naftali dkk, *Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian*. Buletin Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Vol. 25, No. 2 2017. 12

¹² Siti Nurhidayah dan Rini Agustini, *Kebahagiaan lansia ditinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritual*, jurnal soul, Vol. 5, 2, September 2012. Hlm 16

melakukan wawancara dan observasi kepada subjek untuk mendapatkan data yang lebih mendalam. Hasil dari wawancara dan observasi menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti werdha bahagia. Hal ini karena para lansia merasa kebutuhan sehari-hari yang sudah tercukupi, kegiatan sehari-hari yang sudah terjadwal dan setiap tahun diadakan piknik dan lomba bagi warga panti.¹³

Keempat, Lailul Ilham (2016), skripsi dengan judul “Penanganan Perempuan Korban Trauma Masa Lalu Di Lembaga Kiprah Perempuan (KIPPER) Yogyakarta”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Tujuannya untuk mengetahui metode penanganan pada perempuan korban trauma masa lalu yang dilaksanakan di lembaga KIPPER serta implikasinya terhadap korban pasca penanganan. Dalam mengidentifikasi implikasi, peneliti menentukan tiga aspek pada kondisi korban sebagai tolak ukur, pertama : aspek psikologis, kedua:aspek emosi, ketiga:aspek kognitif. Penelitian menunjukkan degradasi moral, kasus kekerasan marak terjadi dan menimpa masyarakat dari berbagai kalangan. Korban kekerasan tersebut mayoritas dialami kaum perempuan dan perempuan sebagai objek kekerasan berakibat pada terganggunya kestabilan fungsi psikologi, bahkan sampai mengakibatkan trauma dan membutuhkan penanganan efektif

¹³ Hidla Dewi Isnaeni, *Kebahagiaan Lansia yng Tinggal di Panti Werdha*, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012

dan cepat supaya tidak sampai fatal akibat keterlambatan penanganan sehingga korban dapat sembuh dan beraktifitas sebagaimana pada umumnya.¹⁴

Berdasarkan hasil tinjauan pustaka, maka terdapat persamaan dan perbedaan. Persamaan dari penelitian diatas yaitu sama – sama membahas tentang lansia dan persamaan lokasi yang berada di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur. Sedangkan untuk perbedaannya yaitu penelitian ini berfokus kepada kebahagiaan spiritualitas lansia yang memiliki trauma dengan lansia yang tidak memiliki trauma.

F. Kerangka Teori

Berkaitan dengan permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini, maka teori-teori yang dijadikan acuan dan landasan sebagai kerangka teoritik adalah sebagai berikut:

1. Lansia

a. Pengertian Lanjut Usia

Lansia merupakan kondisi fisik yang rata-rata telah menurun sehingga berbagai penyakit rentan menyerang, seiring bertambahnya usia terkadang orang berpikir bahwa mereka berada diakhir hidup mereka menunggu, usia tua merupakan tahapan terakhir dari siklus hidup seseorang.¹⁵ Menurut WHO (*World Health Organization*) melakukan perubahan yakni menetapkan pembagian umur

¹⁴ Lailul Ilham, Skripsi, *Penanganan Perempuan Korban Trauma Masa Lalu DI Lembaga Kiprah Perempuan (KIPPER) Yogyakarta*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016.

¹⁵ Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2002), hlm. 106

yang baru. Apabila dibanding dengan penggolongan usia menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia kategori usia dari WHO jauh lebih sederhana.

WHO (*World Health Organization*) menggolongkan umur dengan pembagian sebagai berikut:

- 1) kanak-kanak di bawah umur usia 0 – 17 tahun
- 2) Pemuda usia 18 – 65 tahun
- 3) Separuh baya usia 66 hingga 79 tahun
- 4) Orang tua usia 80 – 90 tahun
- 5) Orang tua berumur panjang ialah umur 100 tahun ke atas.

Masa tua merupakan suatu peran yang tidak banyak dilakukan oleh setiap orang, hal tersebut sangat dibutuhkan kehormatan dan penghargaan yang diberikan dari keluarga dan masyarakat kepada lansia supaya dirinya merasa tidak tersisihkan.¹⁶ Lanjut usia mengalami perubahan fisik dan psikologis yang menentukan sampai taraf tertentu.

b. Perubahan pada Lansia

Perubahan fisik yang dirasakan lansia pada umumnya yakni perubahan pada sistem kekebalan tubuh cenderung menurun. Perubahan sistem kulit dapat dengan mudah menyebabkan kerusakan kulit, perubahan elastisitas pembuluh darah arteri pada sistem kardiovaskular akan memperburuk kerja jantung,

¹⁶ Rosita, “*Stressoe Sosial Biologi Lansia Panti Werdha dan Lansia tinggal Bersama Keluarga*”, *Biokultur*, Vol.1 No.1 Januari 2012, Hlm. 44

menurunkan metabolisme hati dan ginjal, serta menurunkan penglihatan dan kemampuan pendengaran.

Menurut Kuntjoro, lansia memiliki enam tipe kepribadian yakni sebagai berikut:¹⁷

1) Tipe kepribadian konstruktif

Individu ini memiliki integrasi yang baik, menikmati hidupnya, memiliki toleransi yang tinggi dan fleksibel. Tipe kepribadian ini mengalami sedikit gejolak, tenang dan mantap sampai sangat tua. Tipe kepribadian konstruktif merupakan tipe ideal, tidak pernah menghadapi masalah yang membahayakan dirinya sehingga hidupnya terlihat stabil dan lancar. Pada usia lanjut, tipe kepribadian ini dapat menerima kenyataan bahwa memasuki usia pensiun dapat menerima dengan suka rela dan tidak menjadikannya sebagai suatu permasalahan.

2) Tipe kepribadian mandiri

Tipe kepribadian ini memiliki prinsip “jangan menyusahkan orang lain” tetapi membantu orang lain itu penting. Pada masa lanjut usia tipe kepribadian ini kecenderungan mengalami *post power syndrome*, apalagi jika pada masa lanjut usia tidak diisi dengan aktivitas yang bisa memberikan otonomi. Sedangkan tipe kepribadian yang tidak memiliki sindrome ialah mereka yang biasanya sudah menyiapkan diri sebelum pensiun.

¹⁷ Azizah, L.M. *keperawatan Lanjut Usia*. Jakarta, Graha Ilmu, 2011. Hlm. 4

3) Tipe kepribadian tergantung

Tipe ini umumnya dipengaruhi oleh kehidupan keluarga, jika kehidupan keluarga harmonis, hingga pada masa lanjut usia tidak bergejolak. Tipe ini pada saat mengalami pensiun biasanya tidak mempunyai inisiatif, pasif tetapi masih tahu diri dan dapat diterima masyarakat.

4) Tipe kepribadian bermusuhan

Tipe kepribadian inilah yang tidak disukai orang, karena perilakunya cenderung semaunya sendiri, galak, sewenang-wenang dan sebagainya. Lanjut usia pada tipe ini setelah memasuki lansia tetap merasa tidak puas dengan kehidupannya, banyak kemauan yang tidak diperhitungkan sehingga menyebabkan kegagalan, selalu mengeluh dan curiga.

5) Tipe kepribadian defensive

Tipe ini selalu menolak bantuan, emosi tidak terkendali, bersifat kompulsif aktif. Mereka khawatir menjadi tua dan tidak menyenangkan masa pensiun. Ciri-ciri orang dengan kepribadian defensif memiliki prinsip kuat dalam mempertahankan pendapatnya, lebih memilih melakukan pekerjaannya sendiri tanpa dibantu orang lain. Orang yang mempunyai tipe ini memiliki sifat tertutup, sulit untuk bicara dan keras kepala.

6) Tipe kepribadian kritik diri

Tipe kepribadian ini ditandai dengan penyesalan diri dan mengkritik dirinya sendiri. Pada lansia, tipe ini biasanya terlihat sengsara, karena perilakunya sendiri sulit dibantu orang lain atau cenderung membuat susah

dirinya. Selalu menyalahkan diri, tidak memiliki ambisi dan merasa korban diri keadaan.

Menurut Hurlock mengelompokkan beberapa ciri-ciri manusia lanjut usia ialah sebagai berikut:¹⁸

1) Perubahan fisik

Perubahan fisik pada lanjut usia berbeda pada tiap-tiap orang meskipun umurnya sama, namun pada biasanya perubahan fisik tersebut dapat digambarkan dengan beberapa perubahan antara lain sebagai berikut:

a. Perubahan pada penampilan.

Perubahan penampilan pada lanjut usia tidak muncul secara serempak, tetapi tanda-tanda seperti pada daerah kepala dan tanda-tanda ketuaan pada wajah, perubahan-perubahan pada daerah tubuh dan perubahan pada persendian, perubahan-perubahan tersebut membawa kearah kemunduran fisik pada lanjut usia.

b. Perubahan pada bagian tubuh.

Perubahan pada bagian ini dapat dilihat melalui perubahan sistem syaraf bagian otak, sehingga perubahan tersebut menyebabkan menurunnya kecepatan belajar dan menurunnya kemampuan intelektual

¹⁸ Supriadi. *Lanjut Usia dan Permasalahannya*. Jurnal PPKn & Hukum. Vol. 10 No. 2 Oktober 2015 Hlm., 87

yang menyebabkan mudah sering lupa atau pikun dan kembali berpikir serta bertindak seperti anak kecil.

c. Perubahan pada fungsi fisiologis

Perubahan fungsi fisiologis ini biasanya tingkatan denyut nadi serta konsumsi oksigen lebih bermacam-macam, meningkatnya tekanan darah, berkurangnya kandungan *creatine* dan terjadinya penurunan jumlah waktu tidur. Karena beberapa perubahan tersebut, manusia lanjut usia mengalami kemunduran dari segi fisiknya, misalnya seperti mudah lelah, fisik yang tidak kuat seperti dahulu kala dan lain sebagainya.

d. Perubahan pada pasca indra

Pada lanjut usia, fungsi seluruh organ pengindraan kurang memiliki sensitivitas dan efisiensi kerja, seperti penglihatan, pendengaran, perasa, penciuman, perubahan dan sensitivitas pada rasa sakit, contohnya seperti sering mengeluh kalau makanannya tidak sesuai dengan lidahnya, penglihatan yang kabur membuat lansia tidak bisa melihat dengan jelas dengan jarak yang jauh.

e. Perubahan seksual

Perubahan lanjut usia terlihat setelah berhentinya reproduksi, pada biasanya hal ini terjadi bisa wanita memasuki usia lanjut dengan terjadinya monopause dan klimaterik pada laki-laki.

2) Perubahan mental

Pada biasanya perilaku sering kali ditemukan pada hampir setiap lanjut usia ialah keinginan berumur panjang dengan sedapat mungkin tenaganya dihemat, mengharapkan senantiasa diberikan peranan dalam masyarakat, ingin tetap berwibawa dengan mempertahankan hak dan hartanya, ingin meninggal secara terhormat.¹⁹ Mental ataupun psikis pada lanjut usia bisa berupa sikap yang semakin egosentrik, mudah curiga, bertambah pelit atau tamak jika memiliki sesuatu. Mayoritas lanjut usia mempunyai kesehatan yang lumayan baik, terutama mereka yang mempunyai kesehatan gaya hidup sehat serta pada waktu masa mudanya sudah terjaga pola hidup sehat sehingga menyebabkan pada masa lansia juga diterapkan demikian. Namun kebanyakan memiliki kondisi kronis, tetapi biasanya tidak membatasi aktivitas kehidupan sehari-hari.

2. Kebahagiaan Spiritualitas

Hamka mengatakan bahwa bahagia adalah suatu yang tidak terdefinisi. Setiap orang mempunyai perbandingan dalam memandang kebahagiaan, Hamka mengatakan jika kebahagiaan seperti ini sesuatu yang dicari semua orang, sayangnya banyak orang yang tersesat lantaran tidak ketahui bahagia itu apa. Beberapa orang berkata kalau kebahagiaan itu posisinya pada harta, akan tetapi

¹⁹ Nugroho HW. *Komunikasi dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, Cetakan 1: 2009

orang yang berpikir seperti ini lah orang yang putus asa yang berasal dari hari yang kecewa. Jika kebahagiaan diartikan maka tujuan hidup harus tercapai, karena kebahagiaan adalah harapan semua orang.²⁰

Kebahagiaan mengacu pada keadaan bahagia, yang ditandai dengan keadaan relatif tetap, disertai dengan keadaan emosional kebahagiaan universal, mulai dari kegembiraan menempuh kehidupan serta adanya kemauan alami untuk melanjutkan kondisi ini. Dari perspektif ini, kebahagiaan pada dasarnya berkaitan dengan kondisi mental seseorang. Untuk memperoleh kebahagiaan, manusia akan berusaha semaksimal mungkin untuk memperoleh kebahagiaan, karena kebahagiaan adalah cita-cita tertinggi manusia.²¹ Kehidupan yang bermakna dan bahagia yang diinginkan sebagian orang adalah hal yang sulit, itulah sebabnya karena mereka hidup dalam bayang-bayang ketakutan. Bahkan jika mereka mengatakan bahwa mereka hidup bahagia, sebenarnya kebahagiaan itu masih jauh dari cukup.

Kebahagiaan yang Hamka sebutkan sebelumnya yakni pencarian kebahagiaan tidaklah dari luar namun dari dalam. Kebahagiaan yang tidak pernah datang seringkali merupakan ketiadaan. Orang seperti ini seringkali penuh dengan keraguan, kecemburuan, putus asa, penuh kegembiraan, dan lupa bahwa hidup

²⁰ Arrasyid. *Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka*. Refleksi, Volume 19, Nomor 2, juli 2019. Hlm 208

²¹ *Ibid.*, hlm 208

berputar. Merasa kecewa saat ada bahaya, sehingga lupa bahwa kebahagiaan terletak diantara dua kesulitan, dan kesulitan terletak diantara dua kesenangan.²²

Kebahagiaan dalam bahasa Arab disebut *Sa'adah* tidaklah akan didapat kalau tidak ada perasaan qana'ah. Tidaklah berlebih untuk mengatakan bahwa bahagia ialah qana'ah dan qana'ah ialah bahagia. Hamka mengartikan "qana'ah" sebagai menerima atau merasa cukup. Qana'ah mengandung lima unsur ialah: menerima apa adanya, memohon kepada Tuhan tambahan yang pantas dan berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, bertawakal kepada Tuhan, tidak tertarik oleh tipu daya dunia.²³

Hamka berpendapat bahwa penghayatan dan pengalaman nilai-nilai spiritual Islam bersifat personal dan subyektif dan nilai-nilai tersebut juga harus diterapkan dalam kehidupan bermasyarakat. Nilai-nilai spiritual tersebut antara lain: takwa, tawakal yang berupa sikap aktif dan melakukan ikhtiar semaksimal dan seoptimal mungkin, ikhlas, takut, taubat, ridha, syukur, sabar dan juga istiqamah.²⁴

Semua orang akan bahagia, tetapi tidak semua orang akan bahagia. Myers ialah seorang psikiater yang berhasil melakukan solusi kebahagiaan bagi manusia

²² Prof. DR Hamka, *Tasawuf Modern*. (Jakarta: Republika Penerbit, 2015), hlm 45

²³ Prof. DR Hamka, *Tasawuf Modern*, hlm. 146

²⁴ Novi Maria Ulfah, *Etika Dalam Kehidupan Modern: Studi Pemikiran Sufistik Hamka*. Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf Volume 2 Nomor 1 2016, hlm 100

modern, orang yang bahagia selalu memiliki empat karakteristik dalam hidupnya, yakni sebagai berikut:²⁵

a) Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai diri mereka sendiri. Mereka setuju dengan pernyataan seperti “saya adalah orang yang menyenangkan” jadi, orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi untuk menyetujui pernyataan seperti diatas. Orang yang bahagia ialah orang yang bisa menghargai dirinya sendiri, memaafkan dirinya sendiri atas apa yang dilakukan pada masa lalu, mengakui kesalahannya dan memperbaiki kehidupannya dimasa depan.

b) Optimis

Orang yang optimis percaya bahwa hal-hal yang baik memiliki penyebab yang permanen dan hal-hal yang buruk bersifat sementara, sehingga mereka akan berusaha semaksimal mungkin pada setiap kesempatan agar individu tersebut dapat mengalami peristiwa baik lagi.²⁶ Sedangkan orang yang pesimis menyerah disegala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

c) Terbuka

²⁵ David, G. Myers, *Psikologi Sosial*. (Jakarta, Salemba Humanika. 2012), hlm. 20

²⁶ Seligman, M.E.P., Penerjemaah Nukman Y.e., *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, Penerbit Mizan, 2005, hlm 121

Umumnya orang yang bahagia sering kali tampak terlihat lebih terbuka kepada orang lain dan lebih senang membantu orang lain yang membutuhkan bantuannya. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang tergolong *extrovert* dan mudah bersosialisasi dengan orang lain sebenarnya memiliki rasa bahagia yang lebih besar.

d) Mampu mengendalikan diri

Orang yang bahagia mengendalikan hidup mereka. Mereka merasa memiliki kekuatan, sehingga mereka bisa bekerja lebih baik dimana saja. Kunci utama kebahagiaan adalah merasa bahagia yang ditandai dengan keempat karakteristik diatas.

Menurut Syamsi bahwa kebahagiaan tidak terletak pada apa yang kita miliki, tetapi pada kemampuan untuk menggunakannya dengan baik dan tepat. Kebahagiaan bukan terletak pada apa yang kita inginkan, tapi pada manfaat yang bisa diperoleh dari kebahagiaan. Mengikuti petunjuk Allah adalah jalan kebahagiaan.²⁷

Kebahagiaan tidak hanya menjadi kajian psikologi semata, akan tetapi menjadi kajian dimensi kehidupan lainnya, termasuk agama islam. Terdapat dalam kitab Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 201 yang didalamnya menjelaskan bahwa Islam menempatkan kebahagiaan sebagai salah satu tujuan hidup manusia, ini tercermin dari lafaz doa yang senantiasa diucapkan orang Islam, yakni memperoleh

²⁷ Dr. Hasan Syamsi, *Menuju Kebahagiaan*, (Jakarta, Qisthi Press, 2006), hlm. 3

kebahagian hidup di dunia dan kebahagiaan di akhirat. Agama Kristen dan Yahudi juga sama, kedua agama tersebut menegaskan bahwa kebahagiaan itu diperoleh dengan cara mengakui bahwa hidup berasal dari dan miliki Tuhan, pernyataan tersebut terdapat dalam Alkitab Pengkhotbah yaitu 2:24-25, dan dalam Alkitab Ibrani dan perjanjian lama. Serta dalam Alkitab Kristen Psalm 128 menjelaskan bahwa kebahagiaan itu ketika orang takut kepada Tuhan dan melangkah sesuai jalannya.²⁸

Penelitian Koenig, George dan Siegler tahun 1998 dalam Hefner pada tahun 2008 menunjukkan bahwa agama dan spiritualitas ialah sumber daya yang sering digunakan oleh orang lanjut usia ketika menghadapi kesedihan, kesepian dan kehilangan. Tingkat spiritualitas pada lansia setelah mencapai 70 tahun, maka pada usia tersebut di mana penyesalan serta tobat berfungsi dalam penebusan doa-doa. Tobat serta pengampunan bisa mengurangi kecemasan yang timbul dari rasa bersalah ataupun ketidaktaatan serta meningkatkan keyakinan serta kenyamanan pada tahap awal iman. Hal ini memungkinkan para lansia memiliki pemahaman baru tentang kehidupan yang berhubungan dengan orang lain dan penerimaan yang positif terhadap kematian.²⁹

²⁸ Wahidin. *Journal Of Innovative counseling: Theory, Practice & Research*. Vol.1, No. 1, Januari 2017, hlm 58

²⁹ Vera Desrarina, Agrina dan Yulia Irvani D. *Gambaran Spiritualitas Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekan Baru*. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau. JOM PSIK VOL.1 NO.2 Oktober 2014, hlm 3

Sejalan dengan teori SQ (*Spiritual Quotient*) yang mengulas tentang kebahagiaan sejati (*the true happiness*) terletak pada kebahagiaan spiritual (*spiritual happiness*) yaitu kebahagiaan yang membuat hati dan jiwa seorang menjadi senang, tenang, dan penuh kedamaian yang menuju pada kualitas hidup seorang.³⁰

Menurut Hamid, spiritual ialah aspek yang didalamnya mencakup aspek-aspek yang meliputi fisik, psikologi dan sosial.³¹ Tidak hanya itu, spiritualitas juga memiliki dua dimensi, yakni antara dirinya dengan orang lain dan lingkungan (*hablumminannas*) dan dirinya dengan Tuhan (*habluminallah*). Spiritualitas ialah ikatan yang mempunyai dimensi - dimensi yang berupaya melindungi keharmonisan serta keselarasan dengan dunia luar menghadapi stres emosional, penyakit fisik dan kematian.

Ketika menyebut *hablumminannas* maka menyebut perbuatan yang berkaitan dengan sesama manusia, misalnya semacam berbuat baik, aturan berpakaian serta bertingkah laku, hidup bertetangga. Nilai yang berhubungan dengan hubungan dirinya dengan manusia (*hablumminannas*) ialah nilai yang mengatur hak dan kewajiban dalam hubungan dan bertujuan untuk mencapai kehidupan yang harmonis. Nilai tersebut termasuk masalah muamalah (hal-hal yang termasuk urusan bermasyarakat). Menurut Munsir, masalah ini sangat dalam

³⁰ Sukidi. *Rahasia Sukses Hidup Bahagia Kecerdasan Spiritual mengapa SQ lebih Penting dari pada IQ dan EQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama: 2004

³¹ *Ibid.*, Hlm 3

kehidupan sehari-hari karena menyangkut tanda-tanda dalam kehidupan sosial, seperti masalah ekonomi, tolong-menolong, pernikahan, pergaulan antara laki-laki dan perempuan, dan lain-lain.³² Contoh akhlak *hablumminannas* dalam kehidupan sehari-hari ialah saling membantu, menghilangkan rasa dendam dan toleransi satu sama lain serta hidup rukun antar tetangga.

Sedangkan spiritual dalam bentuk *habluminallah* (hubungan antara manusia dengan Tuhannya) diwujudkan melalui sholat, puasa, haji, doa, bersyukur atas nikmat Tuhan serta berbagai macam ibadah yang lain. Secara garis besar spiritualitas merupakan rohani (spiritual) dan terwujud dalam berpikir, merasa, berdoa dan berkarya.³³

Bentuk cara manusia untuk menjalankan ikatan hubungan baik dengan Allah dengan cara seperti tidak berprasangka kurang baik kepada Allah, menghilangkan watak sombong, tamak, iri hati dan sifat-sifat kurang baik yang lain, senantiasa berniat ikhlas ketika beribadah karena Allah serta lain sebagainya, hal-hal yang baik dijalankan supaya dekat dengan Allah. ketika seseorang mengingat Allah maka Allah juga ingat dengan hambanya, seperti rumus timbal balik, dalam hukum timbal balik tersebut Allah lebih banyak membalasnya, hanya saja yang perlu dipahami bahwa rumus timbal balik ini Allah sangat luat biasa memberikan yang lebih dari

³² Amri Marzali. *Hablumminannas: Nilai-nilai Keislaman dan Praktiknya Dalam Pergaulan Antar Ikhwan dan Akhwat pada Organisasi Forum Lingkar Pena Makassar Andi Batar A Isra*. Jurnal Ethografi Indonesia. Vol. 1. No.2 Desember 2016. Penerbit: Departemen Antropologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasuddin, hlm 70

³³ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), hlm. 331

yang diinginkan paling utama hal kebaikan, sedangkan dalam hal kejelekan Allah tidak menambahnya.

Menurut al-Ghazali kebahagiaan (*sa'adah*) ialah sesuatu tingkatan keadaan yang timbul bertepatan dengan “keyakinan seseorang terhadap Allah” di dalam usaha pemenuhan hati, ialah pengetahuannya tentang Allah swt. Melalui keahlian serta pengalaman terhadap hukum-hukum Allah di dalam ciptaan-Nya, Al-Ghazali mengatakan bahwa tujuan akhlak mulia ialah kebahagiaan dimasa depan. Menurut buku Mizan, Al-Ghazali juga mengatakan bahwa kebahagiaan hakiki yang sebenarnya yakni kebahagiaan akhirat. Kebahagiaan selain itu adalah semu, terlebih kebahagiaan dunia yang tidak membantu tujuan akhirat. Walaupun manusia terkadang membuat pembenaran akan suatu yang bisa mengantarkan manusia kepada kebaikan serta kebahagiaan, namun kebahagiaan akhiratlah yang benar dari segala tujuan.³⁴

Kebahagiaan mudah ditemukan diantara orang-orang yang tidak egois, diantara orang-orang ini mereka selalu mensyukuri hidup mereka dengan berbagi kebahagiaan dengan sesamanya. Jika semua ini dilakukan dengan ikhlas tanpa dan tanpa keinginan untuk memaksa dan pamer, disitulah kebahagiaan spiritual akan muncul dan dirasakan, meskipun usianya semakin lanjut disaat fisik dan otaknya semakin menurun. Sesungguhnya ia akan senantiasa mendapatkan kebahagiaan

³⁴ Aboebakar Aceh, *Sejarah Filsafat*, (Kelantan Malaysia: Pustaka Aman, 1976), hlm. 192.

hidup dalam bentuk dan kualitas lain yang justru lebih tinggi.³⁵ Maka oleh karena itu definisi kebahagiaan yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pendapat myers yang dimana kunci kebahagiaan adalah merasa bahagia ditandai dengan 4 karakteristik yakni: menghargai diri sendiri, optimis, terbuka dan mampu mengendalikan diri.

Manusia yang ideal ialah manusia yang bisa mencapai kebahagiaannya, baik bahagia secara fisik, emosional, intelektual, estetik, moral serta spiritual. Pada dasarnya setiap orang memiliki tahapan kebahagiaan yang berbeda-beda, namun untuk memperoleh kebahagiaan itu berbeda-beda. Semakin bijaksana seseorang maka akan semakin tinggi fokus kebahagiaannya. Tahap tertinggi dari itu semua yakni kebahagiaan spiritual.

3. Trauma

a. Pengertian Trauma

Trauma ialah suatu peristiwa atau perilaku abnormal yang disebabkan oleh stres atau cedera fisik. Trauma juga diartikan sebagai perasaan yang mengalami suatu peristiwa kejadian ataupun rangkaian kejadian berbahaya secara fisik dan psikis, seseorang yang membuatnya tidak lagi merasa aman, dan membuatnya

³⁵ Komaruddin Hidayat, *Psikologis Kebahagiaan*, Diterbitkan oleh Penerbit Noura Books (PT Mizan Publika), Jagakarsa, Jakarta Selatan 12620, desember 2015, hlm 105

merasa tidak berdaya dan peka dalam menghadapi bahaya³⁶. Reaksi jangka pendek yang biasa terjadi pada seseorang yang mengalami trauma adalah *shock* serta penolakan. Sebaliknya reaksi jangka panjang pada penderita trauma meliputi emosi yang tidak terduga. Misalnya selalu teringat kejadian pada masa lalu, hubungan yang tegang bahkan gejala-gejala fisik, seperti pusing dan mual.

Pengalaman trauma dapat menyebabkan berbagai dampak ringan maupun berat, seperti korban menjadi takut untuk melakukan suatu hal. Ketakutan tersebut disebabkan karena korban mengalami kejadian yang sama, dapat dikatakan ketakutan ini pada tahap awal tidak wajar. Padahal, rasa takut akibat trauma biasanya menjalar ke segala macam hal. Misalnya, orang yang pernah mengalami musibah bencana gunung meletus akan merasa takut dengan suara gemuruh. Trauma tidak memandang usia, bisa anak-anak, remaja maupun lansia. Begitu pula dengan lansia yang berada di BPSTW Unit Budi Luhur yaitu sengaja di masukan oleh oleh anak kandungnya tidak mau merawatnya ketika masa tuanya, serta konflik dengan anaknya sendiri dari kejadian tersebut menyebabkan trauma psikis dan kejiwaan di dalam diri lansia tersebut.

b. Paska Trauma

Gangguan tekanan pikiran paska trauma yakni gangguan jiwa seseorang, terjadi setelah orang tersebut mengalami pengalaman traumatis dalam hidup atau

³⁶ Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak dan Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010), hlm 16

peristiwa yang mengancam keselamatan jiwanya. Kondisi ini ditandai dengan suasana perasaan pilu, sedih, gelisah dan perasaan yang lain.

c. Faktor Penyebab Trauma

1) Faktor Internal

Trauma ialah salah satu jenis penyakit jiwa, akibat ketidakmampuan seseorang mengatasi persoalan hidup yang dialaminya, sehingga yang bersangkutan bertingkah secara kurang wajar. Berikut ini penyebab yang mendasari timbulnya trauma pada diri seseorang:³⁷

- a) Kepribadian yang lemah dan kurangnya percaya diri dapat membuat orang bersangkutan merasa rendah diri.
- b) Konflik sosial budaya yang disebabkan oleh perbedaan norma antara dirinya dan masyarakat.
- c) Kesalahpahaman yang menyebabkan reaksi berlebihan terhadap kehidupan sosial dan juga sebaliknya terlalu rendah. Proses - proses yang diambil oleh seseorang dalam menghadapi kekalutan mental sehingga mendorongnya ke arah positif.

2) Faktor Eksternal (fisik)

Adapun faktor eksternal tersebut, ialah:

- a) Faktor orang tua dalam kehidupan keluarga dan kehidupan sosial, terjadinya penganiayaan yang menyebabkan luka atau trauma fisik.

³⁷ Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma: Strategi...*, hlm: 58

- b) Kejahatan atau perbuatan yang tidak bertanggungjawab yang mengakibatkan trauma fisik dalam bentuk luka badan dan organ pada tubuh korban.

d. Jenis – Jenis Trauma

Chaplin membagi beberapa istilah yang berkaitan dengan trauma yakni sebagai berikut:³⁸

- 1) Trauma psikologis ialah suatu kejadian peristiwa ataupun pengalaman yang tidak biasa yang terjadi secara spontan (tiba-tiba) tanpa kemampuan untuk mengontrolnya (*loss control and loass helpsness*) dan biasanya merusak fungsi ketahanan psikologis individu tersebut, dan dapat menyerang individu secara menyeluruh baik fisik maupun psikis.
- 2) Trauma delirium (*delirium traumatik*) merupakan gangguan jiwa yang membuat individu mengalami kebingungan dan menurunkan kesadaran terhadap lingkungan sekitarnya. Keadaan delirium yang disebabkan luka pada otak bersamaan dengan penyakit mental atau fisik.
- 3) Trauma neurosis atau disebut dengan psikoneurosis yakni suatu gangguan yang terdapat pada jiwa seseorang yang disebabkan oleh pengalaman yang sangat menyakitkan hati dan menyebabkan individu mengalami depresi.

³⁸ Dr. Kusmawati Hatta, M.PD. *TRAUMA DAN PEMULIHANNYA (Suatu Kajian Berdasarkan Kasus Pasca Konflik dan Tsunami)*. Diterbitkan oleh: Dakwah Ar-Raniry Press, Banda Aceh. Edisi 1 Tahun 2016, hlm 32

Gangguan mental bersifat keluhan dan gejala emosional, pemikiran dan perilaku yang mengganggu sejahtera dan kelancaran hidup.

- 4) Trauma psychosis yakni suatu keadaan psikosis yang ditimbulkan oleh luka diotak.

Dari ke empat jenis trauma yang telah dipaparkan diatas, peneliti disini hanya memfokuskan trauma psikologis dan trauma neurosis sebagai bahan penelitian skripsi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit. Hasil dari pengamatan peneliti mengamati bahwa lansia yang berada di Panti semuanya bermasalah, namun setiap individu lansia memiliki kejadian yang berbeda-beda. Trauma tersebut membuat kondisi mentalnya terganggu, salah satunya yaitu anaknya tidak mau menerimanya dan tidak mau merawat masa tuanya sehingga dimasukkan oleh anaknya ke Panti.

Trauma bisa saja melanda siapa saja yang mengalami suatu peristiwa yang luar biasa. Gangguan trauma pasca konflik dengan anak kandungnya sendiri serta ditelantarkan anaknya secara sengaja hanya bisa dialami oleh beberapa lansia saja, tidak semua lansia bisa merasakan kejadian tersebut secara bersamaan. Orang yang mengalami gangguan pasca traumatik berada pada keadaan stress yang berkepanjangan, yang dapat berakibatkan munculnya gangguan otak, berkurangnya kemampuan intelektual, gangguan emosional, maupun kemampuan sosial.

Dalam keadaan normal, respon amigdala seseorang stabil (tidak terlalu cepat dan juga tidak terlalu lambat). Berbeda dengan orang yang mengalami trauma karena peristiwa yang sangat mengejutkan dan menyakitkan, respon amigdala terjadi terlalu cepat dan memberikan isyarat tanda bahaya berlebihan. Sehingga dengan kasus yang kecil saja akan dipersepsikan sebagai sesuatu yang mengancam.

Trauma psikologis berasal dari stress dan merupakan respon fisiologis terhadap rangsangan yang tidak menyenangkan. Stress jangka panjang meningkatkan resiko kesehatan mental yang kurang baik serta gangguan mental yang dapat dikaitkan dengan sekresi glukokortikoid dalam jangka waktu yang lama. Stres ialah salah satu luka psikologis yang akan memberkas hingga waktu yang tidak dapat ditentukan oleh siapa pun, stres juga dapat mempengaruhi aspek psikologis, mental, fisik, perilaku dan lingkungan. Trauma juga merupakan salah satu jenis trauma psikologis yang sangat berbahaya bagi kehidupan masyarakat, terutama kehidupan lanjut usia dan dapat yang dapat mengakibatkan menurunnya emosional dan perilaku. Trauma terjadi dalam kehidupan individu yang sering mengalami peristiwa yang traumatis.³⁹

³⁹ *Ibid.*, hlm 3

G. Metode Penelitian

Agar peneliti menggunakan data yang valid untuk memperoleh hasil yang maksimal maka diperlukan suatu metode untuk mendukung penelitian ini, dan metode yang digunakan peneliti dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tipe pendekatan fenomenologi deskriptif. Metode fenomenologi ialah analisis deskriptif dan introspektif mendalam dari berbagai bentuk kesadaran dan pengalaman langsung yang meliputi duniawi, konseptual, moral, estetis dan religius, secara sistematis berdasarkan pengalaman dan pengolahan pemahaman, dengan cara menangkap fenomena atau gejala yang memancar dari objek yang diteliti. Menurut Husserl, fenomenologi ialah studi filosofis tentang pengalaman manusia. Manusia mengalami pengalaman hidup mereka dalam sebuah kesadaran.⁴⁰

Metode fenomenologis mencoba memahami kondisi manusia sebagaimana diwujudkan dalam situasi yang konkret dan realistis, dan berfokus pada pengalaman manusia.⁴¹ Tujuan utama penelitian fenomenologi ialah menghasilkan gambaran yang jelas, akurat dan sistematis, serta menjelaskan makna dari hal-hal yang diteliti melalui data deskriptif.⁴² Penelitian ini menggunakan pengalaman masa lalunya

⁴⁰ O. Hasbiansyah, *Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi.*, Mediator, Vol.9 No.1 Juni 2008

⁴¹ Subandi, *Psikologi Dzikir*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2009), hlm 10

⁴² *Ibid.*, hlm 60

para lanjut usia dan dengan menguji mereka secara sadar melalui perasaan dan persepsi yang dimiliki orang bersangkutan. Selain itu pendekatan kualitatif ialah memahami, artinya peneliti tidak hanya memahami sifat dari fenomena yang diteliti sehingga pemahaman menjadi tujuan dari penelitian kualitatif.⁴³

Tujuan penelitian kualitatif ialah untuk memahami apa yang tersembunyi dibalik fenomena yang tidak dapat dipahami. Metode kualitatif diharapkan dapat memberikan suatu penjelasan secara rinci tentang fenomena tersebut.⁴⁴ Apabila subjek peneliti dapat menangkap pancaran tersebut secara profesional, maksimal dan bertanggung jawab, maka akan memperoleh berbagai refleksi dari objek dan gejala tersebut berupa mimik, pantomimik, ucapan, tingkah laku, perbuatan dan sebagainya.⁴⁵

Pertimbangan penulis menggunakan peneliti ini adalah untuk mengungkapkan pengalaman subjek (trauma) terkait makna kebahagiaan spiritual pada lansia yang tinggal di BPSTW Unit Budi Luhur. Tujuannya untuk memahami makna dibalik data yang terlihat karena gejala sosial yang sering tidak bisa dipahami berdasarkan apa yang diucapkan dan dilakukan orang. Setiap perkataan dan perilaku

⁴³ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif* (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), hlm 18

⁴⁴ Affifudin & Beni Ahmad Soebani, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung, Pustaka Setia, 2012), hlm 59

⁴⁴ Basrowi dan Suandi, *Mehamami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2008), hlm 8

⁴⁵ Affifudin & Beni Ahmad Soebani, *Metode Penelitian*, hlm 59

seseorang memiliki makna tertentu.⁴⁶ Alasan mengapa peneliti menggunakan metode fenomenologi adalah untuk fokus pada pengalaman subjek manusia, pengalaman yang menyebabkan trauma terhadap masa lalu individu serta memahami arti peristiwa.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Unit budi Luhur Yogyakarta di Jl. Kasongan No. 223, Kajen, Bangunjiwo, Kec. Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55184.

3. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian ialah benda, hal atau orang tempat data untuk *variable* penelitian melekat dan yang dipermasalahkan.⁴⁷ Penelitian ini menggunakan *purposive sampling* untuk mengidentifikasi subjeknya dan peneliti menggunakan teknik ini untuk pertimbangan tertentu saat pengambilan sampelnya.⁴⁸ Materi pertimbangan penentuan subjeknya yaitu bahwasanya informasi dan data yang dibutuhkan dalam penelitian dapat digali dari informan - informan tersebut, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan. Sesuai dengan fokus penelitian, maka sampel yang dijadikan peneliti yaitu berjumlah 3 orang lansia yang memiliki trauma dan 3 orang lansia yang tidak

⁴⁶ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2005), hlm. 22

⁴⁷ *Ibid.*, hlm 88

⁴⁸ *Ibid.*, hlm 97

memiliki trauma, serta 2 orang pekerja sosial di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta.

H. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data untuk membangun gambaran mendalam tentang fenomena yang diteliti peneliti menggunakan beberapa metode yaitu sebagai berikut:

a. Observasi

Penelitian ini dilakukan kurang lebih selama 3 bulan yakni mulai tanggal 03 Oktober 2019 – 20 Desember 2019 dan dilakukan penelitian ulang pada tanggal 10 November 2020 – 11 Desember 2020 dengan menggunakan metode observasi (pengamatan), yakni teknik pengumpulan data yang mengharuskan peneliti turun langsung ke lapangan untuk mengamati hal-hal yang berkaitan dengan ruang, tempat, perilaku, beda, peristiwa serta perasaan. Namun tidak semua perlu diamati, hanya hal-hal yang berkaitan serta relevan dengan data yang dibutuhkan.⁴⁹

Jenis observasi yang dilakukan dalam penelitian ini ialah observasi tidak terstruktur yakni observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi, dilakukan secara acak sehingga tidak memerlukan penjadwalan yang tetap. Penelitian ini menggunakan observasi pasif, dimana peneliti datang ke tempat subjek penelitian namun tidak ikut terlibat dalam kegiatan yang dilakukan oleh subjek penelitian.

⁴⁹ Djunaedi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hlm 164

b. Wawancara

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti yakni wawancara terstruktur, wawancara struktur ialah wawancara yang dilakukan dengan menyusun daftar pertanyaan untuk diajukan kepada informan.⁵⁰ Peneliti ingin mengetahui dengan pasti tentang kebahagiaan spritual lansia yang berada di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta dan juga wawancara yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan dan kondisi saat wawancara, termasuk karakteristik sosial budaya (agama, suku, gender, usia, tingkat pendidikan, pekerjaan dan sebagainya) informan yang dihadapi.⁵¹

Pemilihan narasumber berdasarkan pada subjek penelitian dan beberapa narasumber yang mendukung untuk penguatan data, untuk mendapatkan data maka peneliti mewawancarai beberapa informan yaitu: 6 lansia, pekerja sosial dan 2 perawat. Namun karena pada masa pandemi ini maka dilakukan perubahan pada pemilihan informan, yakni peneliti hanya mewawancarai 6 lansia sebagai subjek, dan 2 Pekerja Sosial di BPSTW Budi Luhur Yogyakarta.

c. Dokumentasi

Dokumentasi ialah metode yang digunakan peneliti untuk menelusuri data historis.⁵² Peneliti menggunakan metode ini untuk memperoleh data tentang

⁵⁰ Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm109

⁵¹ M. djunaidi Ghony Fauzan Al Manshur, *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hlm 196

⁵² M. Burhan Bungin. *Penelitian Kualitatif: komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*. (Jakarta: Penerbit Kencana PT Fajar Interpretama Mandiri, Cetakan ke-9 2017), hlm 202

geografis, struktur organisasi, keadaan para lansia, keadaan karyawan, keadaan sarana dan prasarana serta jumlah dan nama-nama lansia di Panti Balai Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta. Dalam melakukan penelitian menggunakan alat yakni *handphone* untuk merekam percakapan dengan narasumber primer dan narasumber lain serta mengambil gambar dan video kegiatan.

Setelah memperoleh data, dilakukan analisis data dan validasi data sebagai berikut:

1. Teknik Analisis Data

Menurut Miles dan Huberman ada tiga macam kegiatan dalam analisis data kualitatif, yaitu:⁵³

a. Reduksi Data

Reduksi data ialah proses pemilihan, dengan menitikberatkan pada proses penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang ditulis dari catatan - catatan di lokasi peneliti. Reduksi data tersebut bertujuan untuk menajamkan, mengklasifikasikan, mengarahkan, menghapus data yang tidak perlu dan mengatur data agar kesimpulan dapat dengan mudah diambil.⁵⁴ Reduksi data ini terus berjalan selama peneliti

⁵³ Samiaji Sarosa, *Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar* (Jakarta: Indeks, 2012), hlm 307

⁵⁴ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial: Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Yogyakarta: UII Press, 2007), hlm 130

melakukan penelitian di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta, sehingga laporan lengkap dan tersusun rapi.

b. Penyajian Data

Penyajian data ialah kumpulan informasi terstruktur dan memberikan kemungkinan untuk menarik kesimpulan dan membuat keputusan. Peneliti mampu memahami apa yang terjadi dan apa yang harus dilakukan berdasarkan pemahaman yang didapat dari penyajian data. Peneliti juga berperan sebagai penganalisis dengan melihat apa yang terjadi dan menentukan, apakah akan menarik kesimpulan yang benar atau terus melangkah melakukan analisis yang berguna.⁵⁵

c. Penarikan kesimpulan/Vertifikasi

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif ialah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Penemuan bisa dalam bentuk uraian atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau justru masih gelap sehingga setelah diteliti dengan jelas, dapat berupa hubungan interaktif, hipotesis atau teori.⁵⁶ Dalam penelitian ini menarik kesimpulan berupa catatan, mencari serta penjelasan alur sebab akibat dan proposi.

⁵⁵ Samiaji Sarosa, *Penelitian Kualitatif....*, hlm, 308

⁵⁶ *Ibid.*, hlm, 312

2. Teknik Validasi Data

Validasi ialah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan kemampuan yang dapat dilaporkan oleh penulis. Bentuk yang digunakan dalam keabsahan data yakni triangulasi data.

Triangulasi yakni pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu. Pengecekan atau keabsahan data tersebut merupakan salah satu cara untuk membandingkan data yang diperoleh dengan keadilan data tersebut.⁵⁷ Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber, dengan peneliti membandingkan informasi yang diperoleh dari satu sumber dengan sumber lain. Menggali satu sumber yang sama dengan teknik yang berbeda dan menentukan waktu yang berbeda.⁵⁸ Dalam penelitian di BPSTW Unit Budi Luhur dapat dilakukan langkah triangulasi data yaitu sebagai berikut:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan selama di Panti BPSTW Unit Budi Luhur dengan hasil wawancara dari pekerja sosial.

⁵⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm. 170.

⁵⁸ Lexy J. moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, Ed. Revisi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hlm 330

I. Sistematika Pembahasan

Peneliti memaparkan hasil penelitian menggunakan alur pemikiran yang sistematis, yakni dengan sistematika sebagai berikut:

Bab I, Berisi pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, teknik pengumpulan data dan sistematika pembahasan.

Bab II, berisi tentang gambaran umum Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta, yang meliputi; sejarah berdirinya panti, letak geografis, visi dan misi, tugas dan fungsi, struktur organisasi, keadaan pembina keagamaan karyawan dan kelayan, program pelayanan sosial, prosedur penerimaan dan pelayanan, jumlah lansia, keadaan sarana pelayanan dan fasilitas yang dimiliki untuk menunjang kegiatan sehari-hari di Panti Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Bab III, Membahas hasil penelitian, tentang deskripsi subjek yang berupa identitas subjek trauma dan tidak trauma. Serta menjelaskan studi komparasi persamaan dan perbedaan yang meliputi 4 karakteristik kebahagiaan yakni: menghargai dirinya sendiri, optimis, terbuka dan mampu mengendalikan dirinya sendiri.

Bab IV, Penutup yang berisi kesimpulan hasil penelitian, dan saran yang di perlukan dan lampiran dokumentasi untuk mendukung penelitian dan sebagai bukti pelaksanaan penelitian.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kebahagiaan spritualitas mudah ditemukan dalam pribadi mereka yang selalu bersyukur hidupnya. Kunci utama kebahagiaan spritualitas ditandai dengan adanya empat karakteristik yaitu: menghargai dirinya sendiri, optimis, terbuka serta mampu mengendalikan dirinya sendiri. Kebahagiaan tidak terletak pada apa yang dimiliki seseorang, tetapi pada cara seseorang menggunakannya dengan baik. Semua subjek merasa bahagia tinggal di Panti, namun hanya satu subjek saja yang memiliki kebahagiaan spritual yakni lansia HR. Kebanyakan orang lanjut usia belum memiliki kebahagiaan spritualitas, mereka masih memiliki sifat yang belum ikhlas terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Seseorang yang memiliki kebahagiaan spritual dimana mereka senantiasa bersyukur hidupnya dengan cara menerima dirinya sendiri dan berbagi kebahagiaan dengan orang disekitarnya, dilakukan dengan tulus tanpa paksaan disitulah letak kebahagiaan spritual akan dirasakan.

Ada beberapa perbedaan dan banyak persamaan antara lansia trauma dengan lansia tidak trauma, misalnya perbedaan lansia SR yang tidak terbuka dengan orang lain lebih sering menyendiri, sedangkan lansia RB memiliki sifat yang mudah bersosialisasi dengan baik sehingga mudah akrab dengan orang - orang dilingkungan sekitarnya. Kemudian untuk persamaan ke lima subjek lansia sama - sama belum bisa menerima dan

menghargai dirinya sendiri serta belum bisa mengendalikan dirinya terutama dalam hal perkataan atau ucapan.

Trauma yang dialami oleh lansia berdampak kurang mampu untuk bisa mengendalikan dirinya sendiri, tidak jarang mereka kurang bisa berinteraksi dengan orang disekitarnya terbayang akan masa lalunya, belum bisa menghargai dirinya sendiri sehingga ketika tinggal mereka tidak. Sebagian besar lansia belum bisa berdamai dengan masalah yang terjadi di masa lalu, seperti yang terjadi dengan WK, SR serta SM, trauma yang dialami oleh mereka masih membekas dalam dirinya sehingga sulit untuk mereka bahagia secara spiritualitas.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian skripsi yang berjudul “Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual antara lansia yang trauma dengan lansia yang tidak trauma di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta”, maka ada beberapa saran yang akan penulis sampaikan kepada:

1. Bagi para lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta, diharapkan kepada semua lansia untuk dapat selalu bersyukur dan selalu bahagia dalam kondisi apapun, serta menjaga kesehatan dengan melakukan hal-hal yang serba positif serta menjaga pola makan yang teratur, olahraga yang teratur, membersihkan lingkungan sekitar tempat tinggal, hidup rukun satu sama lain, selalu meningkatkan ibadah untuk bekal diakhirat kelak serta bisa menerapkan

ilmu agama yang dipelajari di kehidupan di sekitar Panti supaya habluminallah dan habluminannas bisa berjalan sebagai mana mestinya yang diperintahkan oleh Allah.

2. Bagi segenap pegawai di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta, selalu meningkatkan pelayanan yang ada, hendaknya memperhatikan gambaran psikologis dan lebih peka terhadap perasaan lansia, karena bagaimanapun dan apapun alasannya menitipkan orang tua atau lansia ke Panti merupakan hal yang kurang tepat karena pada masa tersebut lansia sangat membutuhkan dukungan dan kasih sayang. Serta lebih sedikit bersikap lebih ramah lagi terhadap lansia dan juga kepada mahasiswa yang sedang melakukan praktikum di BPSTW Unit Budi Luhur.



DAFTAR PUSTAKA

JURNAL DAN SKRIPSI

- Arrasyid. “Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka”, Refleksi, Volume 19, Nomor 2, juli 2019.
- Destarina, Vera, Agrina dan Yulia Irvani Dewi. “Gambaran Spiritualitas Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khotimah Pekan Baru” Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau. JOM PSIK VOL. 1 NO 2, 2014.
- H, Febriyanti, Nurmasari W, A Fahmy AT, Deny YF.2019. “Hubungan Status Gizi dan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia” JOURNAL OF NUTRITION COLLEGE, Volume 8, Nomor 4, 2019.
- Isnaeni, Hidla Dewi Isnaeni. “Kebahagiaan Lansia yng Tinggal di Panti Werdha”, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012
- Lailul Ilham, Skripsi, *Penanganan Perempuan Korban Trauma Masa Lalu DI Lembaga Kiprah Perempuan (KIPPER) Yogyakarta*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta,
- Marzali, Amri. “Hablumminannas: Nilai-nilai Keislaman dan Praktiknya Dalam Pergaulan Antar Ikhwan dan Akhwat pada Organisasi Forum Lingkar Pena Makassar Andi Batar A Isra”. Jurnal Ethografi Indonesia. Vol. 1. No.2 Desember 2016. Penerbit: Departemen Antropologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasuddin.
- Naftali, Ananda Ruth dkk. “Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian”. Buletin Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Vol. 25, No. 2 2017. 12
- Nurhidayah, Siti dan Rini Agustini. “Kebahagiaan lansia ditinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritual”, Jurnal soul, Vol. 5, 2, September 2012.

Rahardjo, Wahyu. "Kebahagiaan Sebagai Proses Pembelajaran", *Jurnal Penelitian Psikologi*, No.2, Volume 12, Desember 2007

Rosita. "Stressoe Sosial Biologi Lansia Panti Werdha dan Lansia tinggal Bersama Keluarga", *Biokultur*, Vol.1 No.1 Januari 2012.

Supriadi. "Lanjut Usia dan Permasalahannya". *Jurnal PPKn & Hukum*. Vol. 10 No. 2 Oktober 2015.

Ulfah, Novi Maria. "Etika Dalam Kehidupan Modern: Studi Pemikiran Sufistik

Hamka", *Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf* Volume 2 Nomor 1, 2016.

Wahidin. "Journal Of Innovative counseling:Theory, Practice & Research", Vol.1, No. 1, Januari 2017.

BUKU

Acheh, Aboebakar Acheh. *Sejarah Filsafat*, Kelantan Malaysia: Pustaka Aman, 1976.

Affifudin & Beni Ahmad Soeban. *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung, Pustaka Setia, 2012.

B, Elizabeth. Hurlock. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 1990.

Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Bungin, M. Burhan Bungin. *Penelitian Kualitatif: komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana PT Fajar Interpratama Mandiri, Cetakan ke-9, 2017.

D, Burns M, David D. *Mengapa Kesepian. Program Baru yang Telah diuji Secara Klinis untuk Mengatasi Kesepian*, Jakarta: ed. Ardy Handoko, 1988.

G, Seligman, M.E.P. Penerjemaah Nukman Y.e. *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, Penerbit: Mizan, 2005.

- Ghony, Djunaidi dan Fauzan Almanshur *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016.
- Ghony, M. djunaidi Ghony Fauzan Al Manshur. *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016.
- Hasbiansyah, O. *Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi*. Mediator, Vol.9 No.1 Juni 2008.
- Hatta, Kusmawati Hatta. *TRAUMA DAN PEMULIHANNYA (Suatu Kajian Berdasarkan Kasus Pasca Konflik dan Tsunami)*. Banda Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press, Banda Aceh. Edisi 1 Tahun 2016.
- Herdiansyah, Haris. *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pers, 2015.
- Hidayat, Komaruddin. *Psikologis Kebahagiaan*, Jakarta Selatan 12620: Penerbit Noura Books PT Mizan Publika, Jagakarsa, Desember 2015.
- Idrus, Muhammad. *Metode Penelitian Ilmu Sosial: Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, Yogyakarta: UII Press, 2007.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002
- M, Azizah L. *keperawatan Lanjut Usia*, Jakarta: Graha Ilmu, 2011.
- Mandatu, Achmanto Mendatu *Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak dan Orang Lain di Sekitar Anda*, Yogyakarta: Panduan, 2010.
- Moeloeng, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*, Ed. Revisi Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012.
- Rakhmat, RakhJalaluddin Rakhmat. *Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Sarosa, Samiaji Sarosa, *Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar*, Jakarta: PT Indeks, 2012.
- Subandi. *Psikologi Dzikir*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2009.
- Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2005.
- Sukidi. *Rahasia Sukses Hidup Bahagia Kecerdasan Spiritual mengapa SQ lebih Penting dari pada IQ dan EQ* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama: 2004.

Syamsi, Hasan. *Menuju Kebahagiaan*, Jakarta: Qisthi Press, 2006.

W, Nugroho H. *Komunikasi dalam Keperawatan Gerontik*, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, Cetakan 1:2009.

INTERNET

Situs resmi profil BPSTW, www.dinsos.jogjaprovo.go.id/bpstw/

