

**KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA
(STUDI DI DESA CATURTUNGAL, DEPOK, SLEMAN,
YOGYAKARTA)**



Oleh:
Khoerul Bakhri
17200010014

TESIS

**Diajukan kepada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Arts (M.A.)
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam**

**YOGYAKARTA
2021**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-833/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2021

Tugas Akhir dengan judul : **KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA**
(STUDI DI DESA CATURTUNGAL, DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KHOERUL BAKHRI
Nomor Induk Mahasiswa : 17200010014
Telah diujikan pada : Selasa, 28 Desember 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 61e77a878d9c1

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ramadhanita Mustika Sari
SIGNED



Valid ID: 61e778d8064d6

Penguji II

Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.
SIGNED



Valid ID: 61e8b806ca00b

Penguji III

Dr. Moh. Mufid
SIGNED



Valid ID: 61e8cfdda54ef

Yogyakarta, 28 Desember 2021

UIN Sunan Kalijaga

Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khoerul Bakhri, S. Sos
NIM : 17200010014
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan Dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 18 Desember 2021

Saya yang menyatakan,



Khoerul Bakhri

NIM. 17200010014

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khoerul Bakhri, S. Sos
NIM : 17200010014
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 18 Desember 2021

Saya yang menyatakan,



Khoerul Bakhri

NIM. 17200010014

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Direktur Program Pascasarjana
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA (STUDI DI DESA CATURTUGGAL,
DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA)**

Yang ditulis oleh:

Nama : Khoerul Bakhri

NIM : 17200010014

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts (M.A)

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 18 Desember 2021
Pembimbing



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dr. Nina Mariani Noor, SS., M. A
NIP. 19760611 000000 2 301

ABSTRAK

Khoerul Bakhri: Kebermaknaan Hidup Lansia, Tesis, Program studi Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021.

Penelitian dilakukan atas latar belakang guna mendeskripsikan hal-hal yang mempengaruhi kebermaknaan hidup lanjut usia yang masih aktif bekerja atau beraktivitas, hal-hal yang menciptakan lanjut usia senantiasa bertahan dalam pekerjaannya serta mendeskripsikan kebermaknaan hidup lansia yang masih aktif bekerja. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif pendekatan fenomenologis dengan metode pengumpulan data observasi, wawancara, serta metode yang digunakan buat memastikan subjek dalam studi ini yakni purposive sampling sebagaimana kualifikasi yang sudah ditentukan. Dengan jumlah informan yakni 5 orang lanjut usia berlandaskan kriteria yang sudah ditentukan.

Hasil penelitian menunjukkan Lansia merasakan kehidupan yang bermakna dengan menerima lingkungan kerjanya secara mandiri tidak terikat secara instansi diumur mereka yang sudah tua. Ini ditandai dengan subjek yang mendalami makna hidup secara mendalam, ini ditunjukkan bahwa hidupnya adalah untuk bekerja, bekerja hanya untuk mendapatkan apa yang menjadi cita-citanya yakni hidup mandiri. Walaupun penghasilannya tidak seberapa, ia akan merasa puas dan senang ketika melakukan aktivitas, jika ia dapat membantu orang lain, ia akan merasa puas dan berarti.

Kata Kunci: Kebermaknaan Hidup, Aktivitas, Lanjut Usia

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini penulis persembahkan kepada:

Almamaterku tercinta Pascasarjana

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Ayahanda dan Ibunda tercinta, Slamet Riyadi dan Soimah yang telah
mencurahkan kasih sayang, Do'a, dan semangat yang tiada henti.

Saudara: Silfia Safingah, Novi Indriani



MOTTO

“Hidup adalah Pelajaran tentang Kerendahan Hati”



KATA PENGANTAR

Pertama-tama tiada kata lain selain mengucapkan syukur atas terselesaikannya tesis berjudul **“Kebermaknaan Hidup Lansia”** sebagai salah satu syarat mencapai gelar *Magister of Arts* (M.A) Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Kedua*, penulis berharap hasil penelitian selama lebih dari dua tahun ini dapat bermanfaat secara keilmuan, perkembangan literatur konseling Islam serta mampu memantik para akademisi untuk tergerak mengembangkan topik terkait Kebermaknaan Hidup Lansia.

Ketiga, penulis menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak akan berhasil tanpa ada bantuan dari pihak lain. Oleh karenanya, melalui tulisan singkat ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S. Ag., M. A., selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta stafnya.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S. Ag., M. Ag., selaku direktur program pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Nina Mariani Noor, SS., M. A., selaku Ketua Program Studi dan jajarannya, sekaligus selaku Pembimbing tesis yang sabar dalam membimbing, tulus memberikan arahan, motivasi, dan ilmu yang bermanfaat sehingga tesis ini terselesaikan. Dan atas segala kebijaksanaanya memudahkan urusan administrasi sampai perkuliahan selesai.
4. Segenap dosen yang pernah mengampu mata kuliah peneliti. Terima kasih atas curahan ilmu pengetahuan, motivasi dan inspirasi

sehingga peneliti mempunyai cara pandang dan pola pikir baru.

5. Terima kasih yang tidak putus kepada orang tua atas doa dan dukungan materi dan non materi demi kelancaran studi putranya.
6. Tanpa terkecuali, 5 Lansia atas kerelaanya meluangkan waktu untuk dimintai kisahnya demi tuntasnya penulisan tesis ini.
7. Terima kasih yang tak terkira kepada Prof. Dr. Azam Syukur R, SHI., M.Si., MA, dan Nurul Fithriyah AL, S. Pd.I., M. Pd.I yang selalu memotivasi peneliti untuk menyelesaikan studinya.
8. Almamater tercinta dan dewan asatidz Pondok Pesantren Al-Kamal, Kuwarasan, Kebumen.

Semoga dukungan dan bantuan yang telah diberikan kepada peneliti menjadi amal baik. *Keempat*, menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari kata sempurna oleh karenanya penulis mohon maaf atas segala kekurangan serta secara terbuka menerima segala kritik saran yang membangun.

Yogyakarta, 17 Desember 2021

Penulis



Khoerul Bakhri

NIM. 17200010014

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I.	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	9
D. Kajian Pustaka	10
BAB II. Kerangka Teoritis	13
1. Tinjauan Tentang Aktivitas	13
2. Kebermaknaan Hidup	14
1) <i>The Freedom of life</i>	14
2) <i>The Will to Meaning</i>	15
3) <i>The Meaning of Life</i>	16
BAB III. Metode Penelitian.....	19
1. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian.....	19
a. Sejarah Fenomenologi	19
b. Tujuan Fenomenologi.....	23
c. Karakteristik Fenomenologi	23
d. Tahap-tahap Penerapan Fenomenologi.....	25
e. Keuntungan Fenomenologi.....	26
f. Kelemahan Fenomenologi	27

2. Sumber Data	29
3. Teknik Pengumpulan Data	30
4. Analisis Data	32
5. Sistematika Pembahasan	33
BAB IV Kebermaknaan Hidup, Karakteristik Perkembangan Lansia	
A. Kebermaknaan Hidup	34
1. Psikologi	34
2. Psikologi Islam	36
B. Karakteristik dan Perkembangan Lansia	38
1. Penyesuaian diri terhadap perubahan fisik	39
2. Penyesuaian Lansia terhadap kondisi Psikis	42
3. Perkembangan Interaksi Sosial	43
4. Perkembangan Psikososial Lansia	43
5. Perkembangan Kognitif Lansia	44
6. Penerimaan diri Lansia	45
7. Kesepian pada Lansia	49
8. Kearifan pada Lansia	49
9. Kepuasan Lansia	52
C. Transisi Minat Lansia	53
1. Minat secara Pribadi	53
2. Minat dalam Sosial	55
3. Minat pada Keagamaan	55
4. Minat terhadap Kematian	56
BAB V. KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA DI YOGYAKARTA	
A. Profil Subyek Penelitian	57
B. Mencari Kebermaknaan	62
1. Interaksi Sosial	63
a. Membantu Sesama	64
b. Sharing	66
c. Bergotong Royong	70
2. Independensi	73

a. Bekerja.....	74
b. Investasi.....	77
c. Aset.....	79
3. Religiusitas keberagamaan	81
a. Hubungan Ketuhanan	82
b. Jalinan Silaturahmi.....	84
DIAGRAM KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA	88
BAB VI. PENUTUP	
A. KESIMPULAN	89
B. SARAN.....	90
C. DAFTAR PUSTAKA.....	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97


 STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

BAB I

KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA

(Studi pada Lansia di Desa Caturtunggal, Depok, Sleman Yogyakarta)

A. Latar Belakang

Setiap manusia pastinya ingin menjadi pribadi yang menyenangkan, bermanfaat dan berguna untuk sekitarnya, dan setidaknya untuk dirinya sendiri. Menjadi tua adalah sesuatu yang semua manusia akan alami. Ini adalah proses alami semua makhluk hidup di bumi. Penuaan adalah serangkaian perubahan biologis yang dialami oleh semua manusia pada berbagai waktu dan usia, dan usia tua adalah istilah yang melekat pada tahap akhir dari proses penuaan itu sendiri. Kehidupan semua makhluk hidup pasti memiliki siklus menua, mulai dari proses kelahiran, kemudian tumbuh dan berkembang biak, menjadi tua, dan akhirnya mati.¹

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), keterbatasan lansia adalah: 1). Pada Abad Pertengahan, dari 45 hingga 59 tahun, 2). Lansia berusia antara 60-70 tahun, 3). Usia lanjut, antara 75-90 tahun, dan 4). Sangat tua, lebih dari 90 tahun.² Menurut Menteri Sosial R.I. HUK. 3-1-50/107 Pada tahun 1971, “seseorang dinyatakan sebagai orang jompo atau lanjut usia setelah yang bersangkutan mencapai usia 55 tahun, tidak mempunyai kekuatan untuk menafkahi dirinya sendiri dan memenuhi

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

² Undang-undang nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan lansia.

kebutuhan hidupnya sehari-hari sehingga hanya menerima nafkah dari orang lain”.³

Sepanjang tahun 2000, populasi lansia dunia meningkat pesat menjadi lebih dari 795.000 per bulan. Diperkirakan jumlah ini akan terus berlipat ganda pada tahun 2025 dan akan melebihi 900 juta orang di atas 60 tahun. Dua pertiga dari mereka berada di negara berkembang, termasuk Indonesia.⁴

Pada abad ke-20, telah terjadi dua perubahan besar di banyak bagian dunia. Harapan hidup hampir dua kali lipat, dan tingkat kesuburan turun tajam. Karena pendidikan dan teknologi telah berkembang begitu pesat di abad ini sehingga populasi yang menua akan melebihi jumlah bayi.⁵

Di lain sisi, hal ini merupakan tanda keberhasilan pembangunan negara khususnya di bidang kesehatan, di satu sisi juga akan berdampak pada pelayanan sosial yang diperoleh lansia itu sendiri. Angka Beban Tanggungan (ABT) penduduk pada kelompok usia produktif (15-64 tahun). Untuk kelompok usia non produktif (<15 dan >65 tahun), kita dapat melihat besarnya beban ekonomi yang harus ditanggung.⁶

Lansia dianggap sebagai sekelompok orang yang tidak dapat lagi melakukan banyak hal atau tidak dapat melakukan banyak hal di usia lanjut, yang membuat *stereotip* yang terbentuk di masyarakat tidak menyenangkan dan dianggap sebagai beban (masalah). Hal inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa mereka merasa kesepian dan merasa hidupnya tidak berarti,

³ Keputusan Menteri Sosial nomor HUK. 3-1-50/107 tahun 1971.

⁴ Kinsella, K., & Velkoff, V. A. (2001). *An aging world*. Washington, DC: Economics and Statistics Administration.

⁵ Dinie Ratri Desiningrum *Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016*, 43-55

⁶ Misnaniarti, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Juli 2017, 8(2), 67-73

yang membuat banyak lansia menarik diri dari kegiatan sosial.⁷ Cartensen menunjukkan dalam Dinie Ratri Desiningrum bahwa para ilmuwan menyatakan bahwa tantangan untuk masa depan adalah membangun dunia yang dapat memenuhi kebutuhan orang tua.⁸ Peneliti berpendapat bahwa ada beberapa hal yang perlu ditelaah lebih lanjut, terutama bagaimana akademisi dan masyarakat lebih memperhatikan kebutuhan lansia dalam memahami kondisi psikologis lansia, sehingga dapat meningkatkan kesehatan mentalnya.

Lanjut usia diharapkan mampu diberdayakan dalam kegiatan-kegiatan pemberdayaan atau pembangunan tentunya dengan melihat fungsi, pengetahuan, kemampuan, keterampilan, pengalaman, usia dan kondisi fisik, serta menjaga tingkat kesejahteraan sosial lansia. Pemberdayaan ini bertujuan untuk memperpanjang usia harapan hidup dan masa produksi lansia. Kemandirian dan kesejahteraan lanjut usia dapat terwujud, sehingga mereka tidak merasa frustrasi dengan kondisi mereka sendiri ketika sudah tua.

Contoh peningkatan usia harapan hidup adalah peningkatan jumlah lansia. Efek dari peningkatan jumlah lansia, seperti keluhan penyakit, kesepian, stres psikologis, dan kebosanan. Sebagai contoh menambahnya usia harapan hidup yakni bertambahnya jumlah orang tua. Akibat yang terjadi karena pertambahan jumlah lansia: keluhan penyakit, kesedihan, ketegangan mental, dan kelelahan. Pada tahun 1971 jumlah lansia mencapai angka 5,31

⁷ *Ibid*, 329

⁸ Dinie Ratri Desiningrum *Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016*, 43-55

juta orang, pada tahun 1996 bertambah menjadi 13,3 juta orang, tahun 2020 jumlah lansia mengalami peningkatan 28,82 juta orang.⁹

Salah satu daerah yang memiliki tingkat perpindahan penduduk yang tinggi adalah Yogyakarta. Yogyakarta merupakan salah satu kabupaten/kota dengan harapan hidup tertinggi di Indonesia, yaitu dari 76 tahun untuk wanita dan 74 tahun untuk pria, sehingga secara langsung mempengaruhi jumlah lansia di Yogyakarta. Perkiraan pada tahun 2025 jumlah lansia mencapai angka 20%.¹⁰ Pada tahun 2020 jumlah lansia di Kota Yogyakarta mencapai 20% dari jumlah penduduk, sehingga Yogyakarta menempati salah satu urutan tertinggi sebagai kota dengan jumlah lansia terbanyak di Indonesia.¹¹

Kota Yogyakarta dicirikan dengan kondisi masyarakat yang sarat makna tentang nilai-nilai budaya, tradisi serta nilai-nilai agama yang berjalan secara beriringan. Hal ini terlihat pada keramahan masyarakat Yogyakarta yang kita temui saat berinteraksi secara langsung¹², terlebih saat kita berinteraksi dengan masyarakat yang sudah lanjut usia. Penelitian Arif Aulia¹³ dan Anistya Wulandari¹⁴ menyatakan bahwasanya ada korelasi atau hubungan positif antara pemaknaan hidup nilai-nilai luhur terhadap perilaku masyarakat.

⁹ Nawawi, *Sehat dan Bahagia di Usia Senja*, (Yogyakarta: Dianloka, 2009), 9

¹⁰ Diakses di laman Harian merapi.com, *Angka harapan hidup tinggi, jumlah Lansia di Yogya Meningkat* (24 Juli 2018), pada tanggal 3 Desember 2021, pukul 02.10 WIB

¹¹ Diakses 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 3 Desember 2021 pukul 03.46 WIB.

¹² Sukma Adi Galuh Amawidyati & Muhana Sofiaty Utami, *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi UGM, Vol 34, No 2, tahun 2007, 164-176.

¹³ Arief Aulia Rahman, *Jurnal Akademia*, Vol 19, No 01, Januari-Juni 2014, 90-116.

¹⁴ Anistya Wulandari Pratomo, Laftiah, Luthfi Fathan Dahriyanto, *Jurnal Intuisi* Vol 6, no 2, tahun 2014, 74-78.

Seperti yang dikatakan oleh Bastaman, orang tua yang memiliki goal dalam hidup dan memaknai hidup digambarkan sebagai individu yang mengakui dan memiliki pandangan positif terhadap pendewasaan yang mereka alami dan akan menjalaninya dengan tenang. Orang tua yang memiliki alasan yang jelas untuk menjalani hidup dan memberikan arti penting bagi kehidupan ia akan dianggap dan menjadi contoh yang baik bagi keluarga dan lingkungannya, dan ia akan berbagi pengalaman-pengalaman yang bermanfaat bagi sekitarnya. Diusianya yang sudah lanjut umumnya memiliki harapan bahwa akan lebih baik dan siap untuk memperbaiki diri. Keinginannya untuk menjadi seorang individu yang berharga dan bermanfaat untuk lingkungan sekitarnya dan berusaha untuk memperbaiki hubungan yang mendalam dengan Tuhan.¹⁵

Dampak positif dari pentingnya nilai-nilai luhur yang diamalkan dapat dijadikan sebagai dasar untuk menjadi pedoman hidup. Ini juga salah satu ciri individu yang dapat mengaktualisasikan diri mereka sendiri menurut Maslow di mana mereka dapat mentransendensikan diri dengan nilai-nilai dari budayanya.¹⁶ Tujuan hidup (*Purpose of Life*) dan makna hidup (*The Meaning of Life*) merupakan refleksi dari eksistensi sebagai individu.¹⁷

Ketidaktermampuan hidup terkadang muncul dengan membuat kompensasi, misalnya melarikan diri ke minuman keras, obat-obatan, seks,

¹⁵H. D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007), 213-214

¹⁶ Hendro Setiawan, *Manusia Utuh: sebuah kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2017), 177

¹⁷Siti Sulandari, Dicka Martyastanti, Ridma Mutaqwarohmah, *Jurnal Indegenous*, vol.11, No.1, Mei 2009, 58-68

dan perjudian.¹⁸ Bahaya hidup tanpa tujuan dan makna tidak hanya mempengaruhi keadaan fisik individu tetapi juga mengganggu kejiwaan mereka. Setiap individu harus menemukan pentingnya tujuan hidup, karena dengan hal itu akan menjadi lebih jelas dan terkoordinasi hidupnya. Titik temu makna hidup yang dialami oleh seorang individu sangatlah vital. Sebuah temuan David Philip mengungkap bahwa meningkatnya angka bunuh diri di kalangan remaja disebabkan oleh kehampaan jiwa, jiwa yang kosong dan hampa adalah cerminan bahwa seseorang belum menemukan makna hidupnya.¹⁹ Rutinitas sehari-hari yang dialami dengan jiwa yang tidak terisi tidak akan memberikan kebahagiaan. Penjelasan ini cukup untuk menunjukkan bahwa arti penting dalam memaknai hidup ini sangat penting, sehingga sudah sepatutnya setiap individu berusaha keras untuk mendapatkannya..

Kebermaknaan hidup seseorang dapat berubah dengan bergulirnya waktu. kebermaknaan hidup dapat dilihat dari siksaan (penderitaan), cinta, atau keahlian. Setiap orang sebenarnya perlu menjaga hidupnya karena masih ada sesuatu yang pantas diperjuangkan, khususnya makna hidup. Frankl menyatakan bahwa setiap individu pada akhirnya akan membahas apa pentingnya hidup itu. Pencarian akan kebermaknaan merupakan titik fokus dari kepribadian manusia. Keinginan yang berarti adalah kekuatan inspirasional yang penting dalam diri orang.

¹⁸ Koeswara, *Psikologi Eksistensial: Suatu Pengantar*, (Bandung: PT. Eresco, 1987), 43.

¹⁹ Alfian, I,N, & Dewi R.S, "Perbedaan Tingkat kebermaknaan Hidup Remaja Akhir Pada Berbagai Status Identitas Ego dengan Jenis Kelamin Sebagai Kovariabel," *Jurnal Penelitian Terhadap Mahasiswa Madura di Surabaya*, Insan Media Psikologi., Vol.5 No.2 (Februari 2012), 87- 109.

Dalam menghadapi keadaan usia yang semakin tua, lanjut usia dapat mengakui keadaan mereka apa adanya dan dapat menghadapi keadaan kondisi baru perubahan dalam diri mereka dan keadaan mereka saat ini. Oleh karena itu, diharapkan orang yang lebih tua akan benar-benar dapat mengisi hari-hari mereka dengan baik, bermanfaat dan selanjutnya dapat mewujudkan diri mereka sesuai dengan pekerjaan baru yang mereka lakukan. Penyesuaian diri ini berlangsung terus-menerus mengikuti pola yang tetap dan diperhitungkan.²⁰

Kehidupan yang bermanfaat dapat diandalkan untuk menjadi pilihan guna membantu yang tua menemukan pentingnya hidup mereka. Produktif bukan berarti lanjut usia harus menghasilkan atau menciptakan sesuatu yang baru, akan tetapi produktif yang dapat membantu lansia melakukan hal-hal atau kegiatan yang membuatnya menjadi bermanfaat.

Aktivitas adalah pengerahan energi atau kondisi gerakan manusia untuk dapat mengatasi masalah kehidupan, tindakan juga merupakan indikasi kesehatan karena seseorang mengerjakan sesuatu kegiatan seperti berjalan dan bekerja.²¹ Setiap manusia mempunyai kesempatan yang sama dalam melakukan aktivitas tanpa terkecuali, karena sebuah aktivitas akan menjadikan manusia yang mempunyai nilai dan tujuan hidup (*purpose of life*) dan kebermaknaan hidup (*meaning of life*).

²⁰ FJ. Monks, dkk, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2002), 352

²¹ Kusmana, D, *Olahraga untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung* (Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2006), 55

Hal ini menjadi pembeda antara manusia dari makhluk hidup lainnya. Manusia sadar keeksistensiannya bahkan mempertanyakan keberadaan dirinya sehingga ia memiliki tujuan hidup yang jelas dan mencari makna dalam kehidupan yang dijalani dengan berperan untuk dirinya sendiri, keluarga serta lingkungan.²² Hal ini merupakan aktualisasi dari keberadaannya sebagai manusia dan khususnya sebagai lansia.²³

Tujuan hidup yang jelas bukan berarti tanpa adanya gangguan dan cobaan akibatnya sejatinya pemaknaan kehidupan bukan dapat dilihat hanya dari pengalaman hidup yang memuaskan dan menyenangkan. Pada masyarakat lansia di Yogyakarta memiliki falsafah hidup dalam memaknai kehidupan: *mikul dhuwur mendhem jero* (memuliakan budaya pendahulu dan meneladani pengalaman hidup).²⁴ Sikap *nerimo/narima* yang dijadikan falsafah hidup.²⁵ Manusia bisa menukil makna dari pengalaman getir yang dialami dalam hidupnya.²⁶ Seperti kata Soren Kierkegaard,²⁷ hidup bukan hanya sekedar apa yang dipikirkan namun hidup adalah bagaimana seseorang memaknainya.²⁸ Oleh karena itu peneliti berkeinginan melihat fenomena pada

²²H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*, 54

²³Eko Sriyanto, Jurnal Kawistara, Vol 2, No 1 April 2012, 73-86.

²⁴Janmo Dumadi, *Mikhul Dhuwur Mendhem Jero: Menyelami Falsafah dan Kosmologi Jawa*, (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2011), 11

²⁵Budiono Hrusantoto, *Simbolisme Jawa*, (Yogyakarta: Penerbit Ombak, 2008), 126

²⁶Viktor Emile Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Fourth Edition, (Boston: Bacon Press, 1992).

²⁷Abaye Soren Kierkegaard merupakan salah seorang filsuf 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.

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

lansia yang ada di daerah Yogyakarta pada umumnya dengan mengajukan rumusan masalah sebagai berikut:

B. Rumusan Masalah

- a. Apa arti kebermaknaan hidup bagi Lansia?
- b. Aktivitas apa yang membuat lansia merasa bermakna?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas penelitian tersebut bertujuan untuk:

- a. Mengetahui aktivitas seperti apa yang dapat membuat lansia menjadi bermakna.
- b. Mengetahui bagaimana aktivitas mempengaruhi tingkat kebermaknaan hidup lansia.

2. Kegunaan Penelitian

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian diarahkan memberikan manfaat dalam pengembangan Khazanah keilmuan bimbingan dan konseling (khususnya), serta memperluas jangkauan atau integrasi keilmuan konseling dengan disiplin ilmu psikologi sebagaimana dalam penelitian ini.

b. Secara Praktis

Kepada para praktisi atau mahasiswa bimbingan dan konseling, temuan penelitian ini dapat menjadi aspek penting yang perlu dipahami serta dapat menjadi dasar layanan konseling terhadap lansia.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka digunakan untuk mengkaji masalah yang hendak diangkat dalam penelitian ini yang pernah dibahas peneliti lain, kemudian ditinjau persamaan dan perbedaannya. Kajian pustaka meliputi jurnal, majalah, buku, skripsi. Oleh karena itu, dengan adanya kajian pustaka ini, peneliti dapat menghindari penulisan yang sama dengan penelitian yang sebelumnya. Dari hasil penelusuran terhadap beberapa literatur yang dilakukan peneliti, maka terdapat hasil penelitian dan tulisan terdahulu yang mengungkapkan dan memiliki keterkaitan dengan topik penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan Andriyan²⁹ dan Irma Rumtianing³⁰ menyatakan bahwa para lansia di UPT PSTW Magetan di Ponorogo merasa senang dan bahagia karena di panti tersebut mereka merasa diperhatikan dan terawat. Upaya yang panti jompo lakukan untuk membantu lansia untuk menemukan kebermanaan hidup adalah dengan melalui kegiatan-kegiatan yang sudah diprogramkan dalam setiap harinya dan memasukan pemahaman tentang kehidupan serta agama sehingga lansia mampu dan menemukan kebermanaan hidupnya.

²⁹ Andriyan, Kebermanaan Hidup Lansia, Jurnal Rosyada: Islamic Guidance and Counseling, Vol 1. No. 1 2020

³⁰ *Ibid.*

Penelitian yang dilakukan oleh Yenny Marlina Nathalia Napitupulu. Yang mengkaji bahwa lansia atau lanjut usia dapat lebih meningkatkan aktivitas sehari-hari dimasa tuanya agar terhindar dari rasa kesepian menghadapi masa tua, dengan banyaknya aktivitas sehari-hari yang dilakukan misalnya dengan menggerakkan badan sembari membersihkan rumah atau mendengarkan musik dipagi hari mampu meningkatkan *successful aging* atau keberhasilan usia lanjutnya. Berdasarkan uji statistik atau uji hipotesis dan penjabaran diatas, maka dapat diketahui bahwa aktivitas sehari-hari memiliki hubungan dengan tingkat *successful aging* atau tingkat keberhasilan masa tua lansia, sehingga dapat diketahui bahwa pentingnya melakukan berbagai aktivitas sehari-hari disela-sela rutinitas menghadapi fase akhir dari kehidupan membuat lansia mampu terus berpikir positif menghadapi ketuaannya dan melakukan rutinitas positif akan membawa lansia pada *successful aging* yang diinginkan. setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, akan memudahkan subjek untuk mengetahui pentingnya melakukan aktivitas sehari-hari yang bermanfaat bagi kesehariannya dan tetap semangat serta memiliki kesehatan mental yang baik dalam menjalani fase kehidupan usia lanjutnya.³¹

Seperti yang diungkapkan oleh Anistya Wulandari Pratomo menyatakan kebermanaan hidup menurut lansia ialah ketika ia merasa berguna dalam kesehariannya yang sumbernya dari interaksi sosial, sehingga lansia akan

³¹Yenny Marlina Nathalia Napitupulu, "Hubungan Aktivitas Sehari-Hari Dan Successful Aging Pada Lansia," *Jurnal Psikologi*, Universitas Brawijaya Malang, No. 10, (Oktober 2013).

merasakan suasana yang positif dan perasaan yang senang.³² Marisa Reni Santoso, Stefani Virlia Wijaya³³ kualitas spiritualitas lansia yang baik juga meningkatkan tingkat kebermaknaan hidup lansia. Sejalan dengan itu interaksi sosial dengan lingkungan sekitar merupakan faktor yang mempengaruhi pemaknaan hidup lansia, dan lansia dapat merasakan kebermaknaan dalam hidupnya.³⁴

Dari berbagai sumber penelitian pada kajian pustaka di atas peneliti belum melihat adanya bahasan tentang lansia yang memfokuskan penelitian pada peran aktivitas yang menjadikan hidup lansia lebih bermakna.



³² Anistya Wulandari Pratomo, dkk, Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol.6, No.2 tahun 2014

³³ Marisa Reni Santoso, dkk, Gambaran Makna Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha, Jurnal Psibernetika Vol. 7 No. 1 April 2014

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

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Lansia memiliki cara tersendiri dalam memenuhi kebutuhannya. Cara yang ditempuh untuk memenuhi kebutuhannya tersebut merupakan ekspresi agar ia tetap bisa bereksistensi. Eksistensi dalam hal ini dapat diterjemahkan sebagai kebermaknaan yang dirasakan saat melakukan berbagai aktivitas. Lansia juga cukup mampu memahami arti hidup dan telah menemukan alasan yang selalu mendorong lansia untuk tetap meneruskan hidup. Besarnya lansia yang telah mencapai kebermaknaan hidup terjadi karena mampu menghayati setiap aktivitas dan kegiatan-kegiatan yang ia jalani. Melalui aktivitas yang mereka lakukan dan kegiatan yang mereka ikuti, hidup terasa lebih berharga dan bermakna karena masih ada sesuatu yang masih bisa mereka lakukan. Apa yang dijalani lansia di Desa Caturtunggal adalah keputusan yang didasari atas rasa tanggung jawab pribadi yang tinggi. Melakukan sebuah pekerjaan dengan penuh tanggung jawab merupakan bukti bahwa seseorang telah mampu menghayati hidupnya.

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. 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 makhluk lainnya.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dan hasil eksplorasi peneliti tentang Kebermaknaan Hidup Lansia. Maka peneliti menyarankan dan berharap adanya penelitian lebih lanjut mengenai tema-tema terkait dengan Kebermaknaan Hidup Janda Lansia, Kebermaknaan Hidup Lansia yang hidup di Panti, dan kegiatan yang dilakukan di Panti. Tentunya dengan pendekatan sosio-kultural yang mungkin lebih tepat diterima oleh lansia. Karena dalam penelitian ini peneliti khususnya hanya meneliti subjek yang menyandang status duda dan hidup sendiri di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agnesia Priska L Kelen, Farida Hallis dan Rronasari Mahaji Putri, *Tugas Keluarga dalam Pemeliharaan Kesehatan dengan Mekanisme Koping Lansia*, Jurnal Care Vol.4, No.1, 2016.
- Alfian, I,N, & Dewi R.S, “Perbedaan Tingkat kebermanaknaan Hidup Remaja Akhir Pada Berbagai Status Identitas Ego dengan Jenis Kelamin Sebagai Kovariabel,” *Jurnal Penelitian Terhadap Mahasiswa Madura di Surabaya*, Insan Media Psikologi, Vol.5 No.2 Februari 2012.
- Andriyan, Kebermanaknaan Hidup Lansia, Jurnal Rosyada: Islamic Guidance and Counseling, Vol 1. No. 1 2020.
- Anggriany, N. Motif Sosial dan Kebermanaknaan Hidup Remaja Pagaram, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi. Program Psikologi fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, No. 21, Tahun XI Maret 2006.
- Anistya Wulandari Pratomo, dkk, Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol.6, No.2 tahun 2014.
- Aprillia, Yessie, *Hipnostetri*, Jakarta; Gagas Media, 2010.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Baltes, p.b, dan Staudinger, U.M, *Wisdom; Metaheuristik (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence*. American psychologist, 55, 2000.

- Baltes, p.b, dan Staudinger, U.M, *Wisdom; Metaheuristik (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence*. American psychologist, 2000.
- 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.
- Berk, Laura E., *Live span development; dari masa dewasa awal sampai menjelang ajal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2012.
- Birren & Schaie, *Hand Book of The Psychology of Aging*, Six Edition, California: Elsevier Acedemic Press, 2006.
- Ciptoprawiro, Abdullah, *Filsafat Jawa*, Jakarta: Balai Pustaka, 1986
- Decker, D.L, *Social Gerontology: An Introduction to the Dynamics of Aging*, Boston: Little, rown, and Co, 1980.
- Departemen Kesehatan RI. 1998. *Pedoman pembinaan Kesehatan Usia lanjut Bagi petugas Kesehatan II Materi pembinaan*.
- Desiningrum, Dinie Ratri, *Jurnal Psikologi Undip Vol.15 No.1 April 2016*.
- Diane E. Papalia, Olds dan Ruth, *Human Development, Perkembangan Manusia*, edisi 10, Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2009.
- Diener, Christie Napa Scollon, and Rhichard E. Lucas, *The Evolving Concep of Subjective Well-being: The Multifaceteded Nature of Happiness*, Advaces in Cell Aging and Gerontology, Vol. 5, 2003.

- Dumadi, Janmo, *Mikhul Dhuwur Mendhem Jero: Menyelami Falsafah dan Kosmologi Jawa*, Yogyakarta: Pura Pustaka, 2011.
- Efendi Hariandja, Marihot Tua, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Jakarta: PT Grasindo, 2002).
- Erich Fromm, *Man for Him Self*, New York: Holt, Rineheart and Winston, 1964.
- Faniyah, Iyah, *Investasi Syariah: dalam Membangun Ekonomi Indonesia*, Yogyakarta: Deep Publish, 2017.
- 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. 1963 dalam Ofra Mayseless dan Einat Keren, “Finding a Meaningful Life as a Developmental Task in Emerging Adulthood: The Domains of Love and Work Across Cultures”, *Emerging Adulthood Sage Publications*, 2014.
- _____, *Man’s Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Fourth Edition, Boston: Bacon Press, 1992.
- Halomoan Tamba, dan Arifin Setio *Koperasi: Teori dan Praktik*, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2001.
- Hananto, Sigit, *A Socio economic profile of Elderley Indonesia* , Jakarta: Biro Pusat statistik, 1999.
- Harlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta:Erlangga 2002.
- 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.
- Keputusan Menteri Sosial nomor HUK. 3-1-50/107 tahun 1971.
- Kinsella, K, & Velkoff, V. A, *An aging world*, Washington, DC: Economics and Statistics Administration, 2001.
- Koeswara, *Psikologi Eksistensial: Suatu Pengantar* Bandung: PT. Eresco, 1987.
- Kusmana, D, *Olahraga untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung* Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2006.
- Laftiah, Luthfi Fathan Dahriyanto, Anistya Wulandari Pratomo, *Jurnal Intuisi* Vol 6, no 2, tahun 2014.
- Leo Michel Abrami, “The Importance of Meaning in Positive Psychology and Logotherapy”, *Logotherapy and Existential Analysis*, Vienna: Springer, Vol. 1, 2016.
- Makhfudli, dan Ferry Efendi, *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2009.
- Marisa Reni Santoso, dkk, *Gambaran Makna Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha*, *Jurnal Psibernetika* Vol. 7 No. 1 April 2014.
- Misnaniarti, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Juli 2017.
- Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Cet.ke-24 Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007.
- Monks, FJ., dkk, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagianannya*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2002.

- Muhana Sofiati Utami & Sukma Adi Galuh Amawidyati, *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi UGM, Vol 34, No 2, tahun 2007.
- Nadia Sekar Asih, 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 Candradiwa*, Vol 4 No.1 Juni 2015.
- Nawawi, *Sehat dan Bahagia di usia senja*, Yogyakarta: Dianloka, 2009.
- P, Anoraga, *Psikologi Industri dan Sosial*. Jakarta: Pustaka Jaya, 1995.
- Papalia et al, Diane E., *Human development; psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana. 2008.
- Purnama, Akhmad, *Kepuasan Hidup dan Dukungan Sosial Lanjut Usia*, Yogyakarta: B2P3KS Press, 2009.
- Rahman, Arief Aulia, *Jurnal Akademia*, Vol 19, No 01, Januari-Juni 2014.
- Sanjaya, Anang, *Hubungan Interaksi Sosial dengan Kesepian Pada Lansia*, Vol.1, No.3 2012.
- Setiawan, Hendro, *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*, Yogyakarta: PT. Kanisius, 2017.
- Sihotang, Kasdin, *Filsafat Manusia 'upaya membangkitkan humanisme''*, Yogyakarta; penerbit Kanisius, 2009.
- Siti Fatimah Siregar dkk, *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, Vol.2, No.6, 2013.
- Siti Sulandari, Dicka Martyastanti, Ridma Mutaqwarohmah, *Jurnal Indegenous*, vol.11, No.1, Mei 2009.

- Sobur, Alex, *Psikologi Umum*; dalam lintasan sejarah. Bandung:Pustaka Setia.2003.
- 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.
- Sriyanto, Eko, Jurnal Kawistara, Vol 2, No 1 April 2012.
- Sudirman, Siti partini, *Psikologi Usia Lanjut* (Yogyakarta, Gadjah Mada University Press), 2011.
- Sumanto, *Kajian Psikologi Kebermaknaan Hidup*, Jurnal Buletin Psikologi, Vol.14, No.2, 2006.
- _____, *Psikologi Umum*, Yogyakarta: CAPS, 2014.
- Undang-undang nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia.
- Upton, Peney, *Psikologi Perkembangan*, terj. Noermalasari Fajar Widuri, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012.
- Velkoff, V. & A Kinsella, K.,. *An aging world*. Washington, DC: Economics and Statistics Administration. 2001.
- Yuli, R. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. (T. Ari, Ed.). Jakarta: Cv.Trans Info Media, 2014.