

MAKNA HIDUP DAN ARTI KEBAHAGIAAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA NIRWANA PURI SAMARINDA

Rama Bahkrুদ্ধinsyah¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This research about the meaning of life and the meaning of happiness in the elderly at Nirwana Puri Samarinda's Panti Werdha aims to find out how the meaning of life and the meaning of happiness in the elderly in the orphanage. The elderly who are in the orphanage will certainly experience various changes in their lives so that it will have an impact on the meaningfulness of the life of the elderly. The meaningfulness of life is the most important thing to support the process of finding the meaning of happiness while living his life in an orphanage. Researchers used qualitative research methods with a phenomenological approach. The respondents involved in this study used a purposive sampling technique, the data collection method used interviews and observations of 8 elderly subjects at the nursing home and 1 counselor as a supporting informant. The results of this study indicate that 7 out of 8 elderly subjects have a meaning of positive life that can lead them to find the meaning of happiness in living their lives in the orphanage. On the subject SN is known to be able to accept his existence and he feels fit to live in an orphanage. The subject of MR stated that he felt more comfortable and did not feel lonely. While the AM subject is known to himself feeling living in an orphanage only expecting help from others and making himself useless. On the subject of ST, he felt more appropriate to be in an orphanage and could accept all the events in his nature. MS subjects felt that his life was not difficult anymore. The SW subject stated that he was better off at the orphanage and felt at ease. On the subject DN he feels more valuable. RH subject is also known that he feels he is not lonely and does not bother his adoptive parents anymore and has a guarantee in his old age.*

Keywords: *Meaning of Life, Happiness, Elderly.*

ABSTRAK. Penelitian ini mengenai makna hidup dan arti kebahagiaan pada lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah makna hidup serta arti kebahagiaan pada lansia di panti tersebut. Lansia yang berada di panti tentu akan mengalami berbagai macam perubahan dalam kehidupannya sehingga akan berdampak pada kebermaknaan hidup lansia tersebut. Kebermaknaan hidup merupakan hal yang terpenting untuk menunjang proses penemuan arti kebahagiaan saat menjalani kehidupannya di panti. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Responden yang di libatkan pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi terhadap 8 subjek lansia di panti werdha dan 1 orang konselor sebagai informan pendukung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 7 dari 8 subjek lansia memiliki makna hidup positif yang dapat membawanya untuk menemukan arti kebahagiaan dalam menjalani kehidupannya di panti tersebut. Pada subjek SN diketahui dapat menerima keberadaannya dan dirinya merasa cocok tinggal di panti. Subjek MR menyatakan bahwa dirinya merasa lebih nyaman dan tidak merasa kesepian. Sedangkan subjek AM diketahui dirinya merasa tinggal di panti hanya mengharapkan bantuan dari orang lain dan membuat dirinya tidak berguna. Pada subjek ST dirinya merasa lebih pantas berada di panti dan dapat menerima segala peristiwa yang di alaminya. Subjek MS merasa hidupnya tidak kesusahan lagi. Subjek SW menyatakan dirinya lebih baik berada di panti dan merasa tenang. Pada subjek DN dirinya merasa lebih berharga. Subjek RH juga diketahui dirinya merasa dirinya tidak kesepian dan tidak merepotkan orang tua angkatnya lagi serta mempunyai jaminan di masa tuanya.

Kata kunci: Makna Hidup, Kebahagiaan, Lansia.

¹ Email: ramabahkrুদ্ধin@gmail.com

PENDAHULUAN

Dewasa akhir (late adulthood) atau dalam arti lanjut usia, biasanya merujuk pada tahap siklus kehidupan dewasa akhir yang dimulai pada usia 60 tahun. Menurut Fatimah (2010) mengatakan bahwa penuaan merupakan perubahan yang berhubungan dengan waktu yang dimulai sejak lahir dan berlanjut sepanjang hidup. Dengan bertambahnya umur lansia pada umumnya lebih mudah mengalami berbagai macam masalah psikologis, salah satunya ialah lansia mengalami kesepian, dan cenderung merasa tersisihkan dari orang lain. Kesepian merupakan suatu masalah yang dapat memberikan dampak negatif yang akan mempengaruhi psikologis lansia tersebut Winningham & Pike (2008).

Kejadian hidup ataupun peristiwa-peristiwa yang merugikan merupakan penentu utama penyakit-penyakit psikiatrik pada lansia. Kehilangan teman-teman dan orang-orang yang dicintai menyebabkan terjadinya isolasi sosial atau dengan kata lain lansia cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya. Kehilangan anak, atau pasangan merupakan faktor risiko penting lansia mengalami depresi.

Depresi menurut Davison, Neale & Kring (2012) merupakan kondisi emosional yang menggambarkan perasaan sedih, tidak berarti, menarik diri dari lingkungan sosial, tidak dapat tidur, kehilangan selera makan, kehilangan minat dalam aktifitas keseharian. Dengan berjalannya waktu, kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia akan mengalami penurunan. Hoyer & Roodin (2003) menyebutkan bahwa sekitar 15% lansia mengalami kesulitan-kesulitan besar dalam penyesuaian diri terhadap pengunduran diri. Hal ini mengakibatkan lansia sering mengalami berbagai masalah-masalah didalam kehidupannya dari segi kesehatan secara jasmani maupun rohani.

Dalam berbagai masalah yang timbul tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lansia. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007).

Terdapat fenomena yang terjadi pada lansia yang berada di panti werdha, seperti yang kita ketahui hidup di panti werdha tentunya akan jauh dari keluarga, selain itu lansia akan merasa jenuh dan kesepian (Baron dan Byrne, 2005). Kesepian merupakan masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia yang berada di panti. Jauh dari keluarga, saudara atau kerabat terdekat merupakan salah satu faktor yang menyebabkan lansia merasa kesepian. Selain itu perubahan peran didalam keluarga akan mengakibatkan lansia merasa tidak ada yang memberi perhatian secara khusus, keluarga dan anak-anak akan menjadi sibuk dengan urusannya sendiri sehingga tidak banyak waktu untuk mengurus orang tuanya dan pada akhirnya pihak keluarga menitipkan orang tuanya di panti jompo. Perpindahan dari rumah ke panti menyebabkan lansia akan jauh dari keluarga atau sanak saudara sehingga hal ini akan membuat lansia kesepian. Penyebab tersebut selaras dengan apa yang dikatakan oleh Baron & Byrne (2005) bahwa perpindahan ke lokasi baru dapat menimbulkan kesepian.

Diperoleh fakta yang diketahui bahwa lansia yang berada di Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda sebanyak 120 orang dengan sebaran umur dari 60-70 tahun sebanyak 62 orang sedangkan sebaran umur 71 tahun ke atas sebanyak 58 orang. Dari hasil wawancara dan observasi bahwa para lansia tersebut lebih memilih tinggal di panti werdha, hal ini dikarenakan lansia tidak mempunyai keluarga dan lansia merasa tidak cocok dengan keluarganya atau keluarga tidak sanggup untuk merawatnya. Selain itu tinggal di panti werdha membuat lansia mempunyai banyak teman sehingga lansia tidak merasa kesepian. Adanya perawatan serta pelayanan yang baik membuat lansia merasa diperhatikan, aman dan nyaman selama tinggal di panti werdha tersebut.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada pemuda di Yunani oleh Kleftras & Psarra (2012) bahwa makna hidup mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dapat mempengaruhi persepsi individu dalam hal-hal yang berarti pada tujuan atau peristiwa yang di jalannya sehingga akan berpengaruh pada kondisi kesehatan, penyesuaian psikologis serta tingkat kesejahteraan individu tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kebermaknaan hidup individu tersebut maka akan menimbulkan persepsi positif bagi tingkat kesehatan pribadi mereka bahwa segala peristiwa yang

dialaminya memiliki makna yang berarti dalam hidupnya, sebaliknya jika individu tidak dapat menemukan makna dalam hidupnya maka akan menimbulkan persepsi negatif seperti cemas, takut, jenuh, bosan yang pada akhirnya akan menimbulkan depresi.

Sedangkan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Gracia & Alandete (2015) pada Mahasiswa di Spanyol menunjukkan bahwa makna hidup menjadi perasaan yang kuat dari pribadi yang dipahami dengan cara eudaimonic (Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 1996, 2008), dan dapat disimpulkan bahwa hidup yang bermakna adalah perasaan berharga dan masuk akal, merasa puas dengan apa yang telah dilakukan, dan memiliki tujuan dalam hidup. Hal ini merupakan sumber eudaimonic dari kesejahteraan pribadi. Sedangkan eudaimonic adalah kesejahteraan psikologis yang mencakup berupa pertumbuhan pribadi yang mengembangkan kemampuan sebagai bukti positif dari fungsi psikologis (Keyes, 2006; Ring, Hofer, McGee, Hickey, & O'Boyle, 2007; Ryan & Huta, 2009).

Bastaman (2007) mengatakan bahwa orang yang menghayati hidupnya bermakna menunjukkan kehidupan yang penuh dengan semangat, terarah, mempunyai tujuan, mampu beradaptasi, ramah dalam bergaul dengan tetap menjaga identitas diri dan apabila dihadapkan pada suatu penderitaan ia akan tabah dan menyadari bahwa ada hikmah di balik penderitaan. Dalam hal ini makna hidup adalah hal-hal yang dipandang penting, benar, dan beres, serta memberikan nilai khusus hingga dapat dijadikan tujuan hidup seseorang. Apabila berhasil ditemukan dan terpenuhi, maka kehidupannya akan menjadi lebih berarti dan dapat menimbulkan perasaan bahagia.

Sedangkan Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dan tenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta

merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang.

Sumner (dalam Veenhoven, 2006) menggambarkan bahwa kebahagiaan sebagai jenis sikap positif terhadap kehidupan, dimana sepenuhnya merupakan bentuk dari kepemilikan komponen kognitif dan afektif. Aspek kognitif dari kebahagiaan terdiri dari suatu evaluasi positif terhadap kehidupan, yang diukur baik melalui standar atau harapan, dari segi afektif kebahagiaan terdiri dari apa yang kita sebut secara umum sebagai suatu rasa kesejahteraan (sense of well being), menemukan kekayaan hidup, atau perasaan puas terhadap hal-hal yang telah tercapai. Hal ini sesuai dengan teori perkembangan Erikson (dalam, Santrock, 2007), dimana lansia berada pada tahap perkembangan yang terakhir yaitu integritas ego versus keputusasaan (ego integrity versus despair). Dalam tahap ini individu bercermin pada masa lalu dan menyimpulkan bahwa ia telah menjalani hidup dengan baik, atau sebaliknya menyimpulkan bahwa hidupnya belum dimanfaatkan dengan baik. Lansia dapat mengembangkan pandangan positif pada tahap-tahap perkembangan sebelumnya yang akan memunculkan gambaran kehidupan yang dimanfaatkan dengan baik hingga menimbulkan kepuasan dalam hidupnya sedangkan lansia yang mengembangkan pandangan secara negatif maka akan memunculkan keraguan atau keputusasaan.

Timbulnya berbagai macam masalah tersebut membuat lansia kehilangan arah tujuan dalam hidupnya hingga tidak jarang lansia cenderung mengalami kehilangan makna hidupnya. Hal ini mempengaruhi pula pada kebahagiaannya, rendahnya makna hidup yang dimiliki membuat lansia mengalami kehampaan dalam hidupnya sehingga lansia akan sulit untuk mencapai kebahagiaannya. Bahagia tersebut merupakan suatu bentuk usaha dari tercapainya kepuasan dalam hidupnya Furnham (2008). Dalam hal ini penemuan makna dalam kehidupan merupakan hal yang terpenting khususnya bagi lansia yang berada di panti werdha. Rendahnya makna hidup yang dimiliki lansia akan menimbulkan kehampaan hidup, kesepian, rasa bosan, rasa putus asa, dan kehilangan minat dalam aktifitas keseharian atau dengan kata lain hal ini disebut Bastaman (2007) dengan gangguan neurosis noogenik atau gangguan perasaan yang akan menimbulkan depresi dan berdampak pada sulitnya mencapai kebahagiaannya.

Sedangkan lansia yang dapat menjadikan hidupnya bermakna akan dapat membawanya pada tujuan hidup ke arah yang positif sehingga akan menimbulkan kepuasan dalam hidup yang akan membawanya pada suatu arti kebahagiaan.

TINJAUAN PUSTAKA

Makna Hidup

Bastaman (2007) mengartikan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dipandang penting, benar, dan beres, serta memberikan nilai khusus hingga dapat dijadikan tujuan hidup seseorang. Apabila berhasil ditemukan dan terpenuhi, maka kehidupannya akan menjadi lebih berarti dan dapat menimbulkan perasaan bahagia.

Menurut Chaplin (2006) dalam kamus psikologi makna mempunyai arti sebagai sesuatu yang diharapkan atau sesuatu yang menunjukkan pada sesuatu istilah tertentu. Dengan demikian makna hidup dapat diartikan sebagai sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

Arti Kebahagiaan

Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dan tenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang.

Furnham (2008) juga menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan dan kepuasan dalam hidup atau yang dikenal dengan istilah *subjective well-being* dalam psikologi positif (Luthans, 2006). *Subjective well-being* merupakan bagian dari happiness, istilah happiness dan *subjective well-being* ini juga sering digunakan bergantian (Diener & Biswas, 2008). *Subjective well-being*

menunjukkan kepuasan hidup dan evaluasi terhadap domain-domain kehidupan yang penting seperti pekerjaan, kesehatan, dan hubungan dengan orang lain. Selain itu juga termasuk emosi positif mereka, seperti keceriaan dan keterlibatan, selain itu terdapat emosi yang negatif, seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan. Dalam hal ini kebahagiaan adalah nama yang diberikan untuk pikiran dan perasaan yang positif terhadap hidup seseorang (Diener & Biswas, 2008).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenology yang menggunakan metode wawancara bentuk tidak terstruktur berdasarkan aspek makna hidup dan arti kebahagiaan serta observasi dengan menggunakan format behavioral checklist terhadap 8 subjek lansia dan 1 orang konselor sebagai informan pendukung. Responden yang di pilih menggunakan teknik purposive sampling yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifatsifat yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat populasi yang memenuhi tujuan-tujuan yang telah diterapkan. Ciri-ciri subjek dalam penelitian ini adalah sehat secara mental, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, tidak memiliki gangguan komunikasi, dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh. Analisis data yang digunakan adalah mengorganisasikan data, membaca dan membuat memo data, mendeskripsikan data, pengodean data, mengklasifikasi data, menafsirkan data, menyajikan dan memvisualisasikan data.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengangkat tema Makna Hidup dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda, hal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah kebermaknaan hidup pada lansia serta bagaimanakah arti kebahagiaan lansia selama berada di panti tersebut. Seperti yang diketahui tentunya tinggal di panti akan jauh dari keluarga, selain itu lansia akan mengalami perubahan peran didalam keluarga, kehilangan pasangan hidup, anak-anak, sanak saudara, dan kerabat terdekat membuat lansia merasa tidak ada yang

memberikannya perhatian secara khusus sehingga pada akhirnya lansia tersebut memilih untuk tinggal di panti werdha tersebut.

Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa perpindahan ke lokasi baru dapat menimbulkan kesepian. Kesepian merupakan suatu masalah yang dapat memberikan dampak negatif yang akan mempengaruhi psikologis lansia tersebut. Wittingham & Pike (2008), hal ini akan membuat lansia merasa terisihkan hingga menyebabkan lansia cenderung mengalami isolasi sosial atau menarik diri dari lingkungan sekitar. Dalam hal ini sesuai dengan yang dikatakan pada Hardywinoto & Setiabudhi (2005) bahwa terdapat teori penarikan diri yang menjelaskan kemiskinan yang diderita lansia dan menurunnya derajat kesehatan mengakibatkan seorang lansia secara perlahan-lahan menarik diri dari pergaulan di sekitarnya. Dengan demikian makna hidup yang positif sangat berperan penting untuk menimbulkan perasaan berharga dan puas yang akan menimbulkan perasaan bahagia dalam menjalani kehidupan di dalam panti werdha tersebut. Bastaman (2007) mengartikan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dipandang penting, benar, dan beres, serta memberikan nilai khusus hingga dapat dijadikan tujuan hidup seseorang. Apabila berhasil ditemukan dan terpenuhi, maka kehidupannya akan menjadi lebih berarti dan dapat menimbulkan perasaan bahagia.

Jika individu tersebut memaknai hidupnya secara negatif maka akan menimbulkan persepsi negatif seperti cemas, takut, jenuh, bosan yang pada akhirnya akan menimbulkan depresi. Namun jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan memunculkan persepsi positif pada diri individu bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki nilai khusus yang berarti dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dalam hal ini akan menimbulkan rasa bahagia, Kleffaras & Psarra (2012). Sedangkan Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga macam

yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dan tenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang.

Peneliti melakukan wawancara terhadap 8 orang subjek lansia berinisial SN, MR, AM, ST, MS, SW, DN, RH dan 1 orang Konselor berinisial MN sebagai informan pendukung. Dari hasil wawancara terhadap subjek SN diketahui telah berusia 72 tahun, subjek berada di panti sejak tahun 2011 hingga sekarang. Subjek tidak memiliki sanak saudara, subjek hanya memiliki paman yang berada di Surabaya dan suami yang kemudian cerai karena tidak mempunyai anak, subjek sempat merasa kecewa karena sudah menikah sebanyak 4 kali namun tetap tidak dikaruniai anak. Subjek berada di panti berawal dari keprihatinan rekan sepekerjanya yang melihat subjek sudah berusia lanjut serta tidak mempunyai suami ataupun sanak saudara sehingga rekan subjek tersebut menyarankan agar subjek tinggal di panti werdha.

Diketahui subjek SN di panti ingin mendapatkan fasilitas yang dibutuhkan subjek secara layak. Dengan kondisi subjek yang sudah renta dan tidak mempunyai suami serta sanak saudara membuat subjek juga ingin mendapatkan perawatan serta perhatian secara khusus yang di butuhkan oleh subjek agar di masa tuanya dirinya tidak terlantar. Kemudian daripada itu dengan kondisi subjek yang sudah renta dan tidak dapat bekerja lagi serta tidak mempunyai keluarga subjek menyatakan lebih "enak" berada di panti, hal ini dikarenakan subjek mendapatkan fasilitas yang dibutuhkan subjek sehingga subjek merasa masa tuanya lebih terjamin.

Kemudian pada subjek MR diketahui berusia 62 tahun, subjek menyatakan bahwa baru satu tahun berada di panti dengan meminta sendiri kepada kelurahan untuk dapat tinggal di panti tersebut. Sebelum berada di panti subjek tinggal sendirian tidak mempunyai anak dan subjek juga tidak mempunyai suami karena sudah lama meninggal,

subjek juga menyatakan tidak ingin kawin lagi karena takut dikecewakan.

Subjek menyatakan bahwa tinggal di panti atas dasar keputusan subjek MR sendiri, hal ini dikarenakan subjek yang hidup sendiri sehingga tidak ada yang merawat subjek ketika sakit, subjek juga menyatakan selama hidup sendiri yang memperhatikan subjek hanyalah tetangga subjek yang selalu memberikan perhatian dengan memberikan obat ketika subjek sakit. Mengingat dirinya hanya sendiri dengan keberadaannya di panti subjek bertujuan untuk mendapatkan perhatian sehingga dirinya tidak mengalami kesulitan dalam mendapatkan perawatan secara medis. Dengan demikian subjek merasa lebih nyaman berada di panti karena menurut subjek sesuai dengan kondisi subjek yang memang membutuhkan perawatan serta ada yang memperhatikan subjek ketika subjek sakit.

Subjek AM diketahui asli Gorontalo dan berusia 72 tahun, subjek berada di panti sudah 2 tahun, subjek juga menyatakan sudah bercerai dengan istri sedangkan anak berada di Bontang. Ketika berada di panti subjek AM diketahui mempunyai keinginan untuk dapat bekerja dan menghasilkan uang sendiri, namun dengan demikian subjek merasa selama berada di panti subjek tidak mempunyai kemampuan untuk memenuhi keinginannya tersebut. Dalam hal ini subjek merasa bosan dengan keberadaannya di panti, selain itu subjek mengatakan hanya berharap agar dapat diperhatikan layaknya "keluarga" selama tinggal di panti tersebut.

Pernyataan subjek AM tersebut ditambahkan pula dengan adanya pernyataan pada Konselor berinisial MN sebagai informasi pendukung dimana MN mengatakan bahwa subjek memang ingin pulang ke Balikpapan namun pihak panti tidak dapat memenuhi keinginan subjek AM tersebut, hal ini dikarenakan pihak panti tidak menemukan keberadaan keluarga yang dimaksudkan subjek AM tersebut. MN juga mengatakan bahwa subjek AM merasa masih mempunyai keluarga sehingga dirinya tidak seharusnya berada di panti dan menurut MN subjek AM tidak mempunyai kreatifitas yang menjadikan dirinya berguna selama berada di panti sehingga dengan demikian subjek AM merasa dirinya terasa bosan dan tidak berguna selama berada di panti.

Subjek ST diketahui berumur 79 tahun dan berasal dari Samboja. Subjek mengaku tidak

mengenal orang tua kandungnya, subjek hanya mempunyai orang tua angkat yang mengurusnya dari kecil. Selama berada di panti subjek ST menyatakan dirinya tidak mempunyai keinginan ataupun pengharapan lagi dalam hidupnya, hal ini karena subjek ST merasa semua sudah tercukupi dalam hidupnya. Subjek juga mengatakan tujuan subjek untuk tinggal di panti adalah untuk mendapatkan tempat tinggal dan ketika sakit mudah berobat, selain itu subjek juga tidak ingin merepotkan anak-anaknya sehingga menurut subjek berada di panti merasa lebih aman dengan adanya perhatian serta perawatan.

Dengan latar belakang subjek bekerja sebagai pelaut subjek mengakui penghasilannya lebih dari cukup. Dengan demikian subjek menyatakan merasa puas dengan hidup yang di jalannya, pernyataan tersebut atas dasar kesadaran subjek yang menganggap dirinya sudah "puas" dalam menjalani berbagai macam peristiwa dalam hidupnya hingga akhirnya subjek ST berada di panti merasa hidupnya lebih baik serta terjamin. Adapun dengan pernyataan subjek ST dengan kepuasan dalam hidupnya, menurut subjek ST berada di panti dapat mempunyai banyak teman dan fasilitas tempat tinggal di rancang khusus untuk lansia mengingat dirinya mempunyai kekurangan fisik, hal ini membuat subjek merasa nyaman dalam menjalani aktifitasnya secara mandiri.

Sadar dirinya yang mempunyai kekurangan, subjek kerap melakukan aktifitasnya secara mandiri, hal ini dikarenakan subjek merasa ingin menunjukkan bahwa kekurangan yang dimilikinya tidak membuatnya patah semangat dalam menjalani aktifitasnya dan subjek juga menunjukkan bahwa dirinya masih dapat berguna. Dalam hal ini di dukung dengan adanya penelitian yang dilakukan Naing di Myanmar (et,al. 2010) bahwa sebagian besar lansia memiliki kondisi kesehatan (aktivitas hidup sehari-hari) hanya membutuhkan bantuan, mereka melakukan kegiatan sehari-hari oleh diri mereka sendiri dan hanya seperempat memiliki penyakit kronis, dan lebih dari setengah (57%) menderita penyakit akut. Hal ini dapat mempengaruhi kemandirian dan menyebabkan pikiran negatif dan juga mempengaruhi kualitas hidup. Namun adanya dukungan dari keluarga, temanteman dan tetangga, mereka tidak mengalami kesepian dan memiliki harga diri yang baik dan dapat menghadapi masalah mereka.

Pada subjek MS diketahui telah berusia 70 tahun, subjek berasal dari Tulung Agung (Jawa), di Kalimantan subjek tinggal di Balikpapan, ketika berada di Balikpapan subjek bekerja sebagai “tukang urut” sementara suaminya sudah meninggal dunia dan anaknya menderita penyakit Stroke. Keberadaan subjek di panti berawal dari ajakan salah satu pegawai panti yang prihatin kepada subjek yang kini tinggal sendirian sehingga pegawai tersebut menyarankan agar tinggal di panti.

Kemudian pada subjek MS menyatakan sebelum berada di panti subjek mencari penghasilan sendiri dengan menjadi tukang pijat panggilan, hal ini dikarenakan suami subjek yang sudah meninggal dunia sehingga subjek mencari penghasilannya sendiri. Namun subjek mengakui tenaganya sudah tidak kuat lagi untuk mencari penghasilan, Hal inilah yang membuat subjek dapat menerima keberadaannya di panti karena subjek merasa di panti lebih “aman” dan terjamin.

Subjek berinisial SW telah berusia 80 tahun, subjek berasal dari Banjarmasin (Kalimantan Selatan) namun subjek menetap di Bontang karena pekerjaan. Subjek menyatakan tinggal di panti adalah sebuah pilihan yang terbaik hal ini dikarenakan atas kesadaran subjek yang merasa bahwa tidak ada yang memperhatikan subjek dan mengurus subjek. Subjek SW mengatakan nyaman tinggal di panti, menurut subjek di panti sudah terpenuhinya kebutuhan pokok subjek sehingga subjek merasa hidupnya lebih aman dan terjamin pada masa tuanya.

Kemudian pada subjek berinisial DN diketahui telah berusia 67 tahun, subjek berasal dari Pamalang (Jawa Tengah), subjek menyatakan bahwa berada di Kalimantan pada awalnya karena mengikuti Transmigrasi pada tahun 1985 bersama keluarga yang kemudian tinggal di Kota Bangun dan bekerja sebagai Petani. Pada tahun 2000 subjek mengaku di tinggal pergi oleh istrinya beserta anaknya. Dengan kondisi subjek yang hanya tinggal sendirian dan tidak ada yang memperhatikan kemudian tetangga subjek menyarankan agar tinggal di panti saja dan pada akhirnya subjek meminta tetangganya tersebut untuk di antar ke panti.

Pernyataan subjek DN didukung dengan ungkapan pada informan pendukung berinisial MN sebagai konselor panti bahwa subjek DN tidak mempunyai keluarga dan tempat tinggal sehingga subjek DN disarankan untuk tinggal di panti, selama

berada di panti subjek DN mendapatkan fasilitas agar dapat berkebun. Setelah berada di panti subjek pun merasa puas dalam menjalani hidupnya, hal ini dikarenakan subjek dapat menjalani aktifitasnya yang juga merupakan bagian dari hobinya yaitu berkebun, selain itu subjek juga mendapatkan dukungan yang diberikan panti sehingga subjek dapat menghasilkan uang untuk memenuhi kebutuhan tambahannya selama tinggal di panti.

Adapun keterangan pada subjek RH diketahui telah berusia 70 tahun, subjek berasal dari Depok (Jawa Barat), subjek berada di panti sudah 1,5 tahun. Kemudian diketahui alasan subjek berada di panti karena orang tua angkatnya yang sudah renta dan tidak sanggup mengurusnya, namun demikian subjek mengakui tidak ingin menambahkan beban yang pada akhirnya akan menyusahkan orang tua angkatnya tersebut, hal inilah yang membuat tujuan subjek berada di panti ingin mendapatkan tempat tinggal dan ada yang merawat di masa tuanya sehingga subjek tidak lagi merepotkan orang tua angkatnya yang juga tidak memiliki kemampuan.

Adanya fasilitas berupa tempat tinggal, pakaian, makanan, serta diadakannya berbagai macam kegiatan yang dikhususkan untuk penghuni panti tersebut merupakan bentuk dukungan sosial. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu (Sarafino, 2006), dengan diberikan dukungan sosial, subjek akan merasa diperhatikan dan dapat menjalani aktifitas keseharian selama tinggal di panti dengan tenang, aman, dan nyaman. Demikian hal ini lansia yang berada di panti tersebut akan menerima keberadaannya dengan konsep diri positif yang dimiliki dan dengan kesadaran diri terhadap lingkungan barunya untuk dapat menempatkan dirinya dengan lingkungan fisik dan sosialnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Soltani, Mahmoudabad, Sharifabad, Fallahzadeh, & Jafari (2015) pada lansia di kota Yazd bahwa dengan peningkatan dukungan sosial dapat mempengaruhi kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan berpengaruh pada kondisi kesehatan lansia.

Dengan konsep diri, subjek dapat menilai bagaimana keadaan dirinya sendiri sehingga dengan konsep diri tersebut akan memunculkan kesadaran diri untuk dapat menempatkan dirinya terhadap lingkungan sosialnya yang baru. Dukungan sosial

yang diberikan membuat lansia merasa berharga dan diperhatikan secara khusus sehingga dalam hal ini akan berdampak pada penemuan makna hidup yang positif yang mengantarkan pada arti kebahagiaan di masa tuanya. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hosseinian, Hajbaghery, & Amirhosravi, (2013) pada lansia di Bandar Abbas yang mengatakan bahwa dukungan sosial sangat berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup untuk memenuhi kebutuhan fisik dan mental lansia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan maka diperoleh data mengenai makna hidup dan arti kebahagiaan pada lansia di panti Werdha Nirwana Puri Samarinda dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Subjek SN memiliki makna hidup yang positif. Ia mampu menjadikan segala peristiwa yang dialaminya mempunyai nilai khusus yang dapat dijadikan pembelajaran dalam hidupnya. Subjek juga dapat menerima keberadaannya untuk tinggal di panti tersebut karena subjek merasa tidak mempunyai sanak saudara yang memperhatikannya sehingga dalam hal ini subjek merasa lebih baik untuk tinggal di panti. Sadar dirinya sudah tua dan tidak kuat lagi untuk bekerja dalam memenuhi kebutuhannya sehari-hari merupakan satu alasan yang membuat subjek merasa lebih baik tinggal di panti tersebut. Adanya fasilitas yang diberikan panti membuat subjek merasa tercukupi dan lebih aman dalam menjalani hidup di usianya yang semakin tua sehingga subjek menyatakan dapat merasa bahagia di usianya yang semakin tua.
2. Pada subjek MR juga memiliki makna hidup yang positif. Subjek menyadari bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk mengurus dirinya sendiri karena subjek MR tidak mempunyai anak dan sudah bercerai dengan suami sehingga dengan tinggal di panti membuat subjek merasa hidupnya lebih terjamin. Subjek juga menyadari bahwa hidupnya hanya “sementara” dan dirinya mengakui lebih mendekatkan diri dengan Tuhan. Subjek merasa beruntung karena dirinya dapat di terima untuk tinggal di panti sehingga subjek dapat terpenuhi

kebutuhan yang diinginkannya dan berada di panti subjek tidak merasa kesepian karena mempunyai banyak teman yang sama dengan dirinya sehingga dalam hal ini subjek menyatakan dapat menemukan kebahagiaan terhadap dirinya dengan hidupnya yang merasa lebih terjamin di masa tuanya.

3. Adapun pada subjek AM yang diketahui bahwa dirinya memiliki makna hidup yang negatif. Hal ini diketahui bahwa dalam menyikapi kehidupannya di panti, subjek cenderung merasa tidak berguna karena dirinya tidak dapat bekerja lagi. Subjek juga merasa selama hidupnya selalu susah dan sekarang tinggal di panti jauh dari keluarga dan tidak bebas. Sehingga dalam hal ini subjek cenderung merasa tidak bahagia dan merasa bosan dalam menjalani kehidupannya di panti tersebut.
4. Subjek ST diketahui mempunyai makna hidup yang positif. Ia mampu menjadikan peristiwa yang di jalannya dapat dijadikan pembelajaran dalam kehidupannya di masa yang akan datang. Menderita penyakit akut Diabetes yang menyebabkan kehilangan kaki kirinya tidak membuat subjek merasa putus asa. Subjek berpandangan bahwa peristiwa yang dialaminya tersebut merupakan sebuah “teguran” yang diberikan Tuhan terhadap dirinya sehingga subjek merasa dengan masih diberikan kesempatan untuk hidup maka subjek ST mempergunakan sisa hidupnya sebaik mungkin untuk memperbaiki dirinya tersebut. Menurut subjek dirinya tinggal di panti tidak mengalami kesulitan dalam menjalani aktifitasnya dengan hanya memiliki satu kaki, hal ini dikarenakan subjek mendapatkan fasilitas yang dibutuhkannya. Selain itu subjek merasa nyaman dalam menjalani aktifitasnya di dalam panti karena panti sudah menyediakan fasilitas seperti rumah, kamar tidur, kamar mandi yang dikhususkan untuk lansia penyandang cacat sehingga subjek merasa tidak mengalami kesulitan dalam menjalani aktifitasnya secara mandiri. Merasa dirinya diperhatikan dengan diberikan fasilitas yang khusus membuat dirinya merasa bahagia karena dirinya merasa tercukupi dan merasa diperhatikan dengan kondisi subjek yang mempunyai kekurangan fisik tersebut.

5. Pada subjek MS diketahui memiliki makna hidup yang positif hal ini berdasarkan pada adanya kemampuan subjek untuk membuat dirinya berguna selama tinggal di panti dengan membantu membersihkan klinik kesehatan panti tersebut. Sadar dirinya yang sudah tidak kuat lagi untuk bekerja subjek merasa tinggal di panti akan lebih aman karena dirinya mendapatkan perhatian sehingga tidak susah lagi untuk berobat ketika sakit. Subjek juga merasa bahagia karena dirinya dapat berguna dan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungan sekitarnya sehingga subjek merasa lebih berharga.
6. Diketahui subjek SW juga memiliki makna hidup yang positif. Ia mampu menerima keberadaannya di panti karena subjek merasa kebutuhannya sudah terpenuhi. Subjek juga mampu menjadikan nilai khusus dalam segala peristiwa yang dialaminya sebagai suatu ujian dalam hidup. Pada masa tuanya yang hanya berada di panti, subjek mengaku tidak mempunyai pengharapan khusus dalam kehidupannya pada masa yang akan datang melainkan subjek hanya ingin fokus untuk beribadah dan mendekati diri dengan Tuhan sehingga dalam hal ini subjek merasa lebih tenang.
7. Sedangkan pada subjek DN memiliki makna hidup yang positif yang diketahui bahwa subjek merasa tercukupi dan dapat menerima keberadaannya di panti tersebut karena subjek membutuhkan adanya tempat tinggal dan perawatan terhadap dirinya. Dengan diberikannya fasilitas pendukung untuk berkecukupan membuat subjek merasa bahagia dalam menjalani aktifitasnya di panti tersebut sehingga dalam menjalani aktifitasnya subjek tidak merasa kesepian dan dapat mendapatkan uang dari hasil berkecukupan tersebut. Dalam hal ini subjek lebih merasa dapat berguna pada masa tuanya dan subjek merasa dapat bahagia dengan adanya dukungan yang diberikan panti tersebut.
8. Pada subjek RH juga memiliki makna hidup yang positif yang diketahui bahwa subjek lebih memilih tinggal di panti karena tidak mau merepotkan orang tua angkatnya tersebut. Subjek mengakui tinggal di panti merasa nyaman karena subjek dapat memiliki banyak teman sehingga subjek tidak merasa kesepian. Adanya perhatian yang diberikan panti membuat subjek merasa

terjamin dalam menjalani hidup di usia tuanya. Subjek juga mengakui tidak pernah mengalami stress karena subjek dapat menikmati keberadaannya di panti tersebut. Dalam hal ini didasari oleh adanya perhatian serta fasilitas yang layak yang diberikan panti terhadap dirinya dan dengan mempunyai banyak teman yang juga memperhatikan dirinya membuat subjek merasa bahagia.

Saran

1. Pada pembimbing panti agar dapat meningkatkan berbagai macam kegiatan yang diselenggarakan di Panti khususnya kegiatan keterampilan menjahit dan menyulam.
2. Kepada kepala panti untuk meningkatkan kualitas pelayanan sarana dan prasarana panti khususnya pada poli klinik dapat menyediakan alat kesehatan yang lengkap dan obat-obatan sesuai yang di butuhkan pada lansia.
3. Untuk dokter diadakannya jadwal rutin kunjungan khususnya pada dokter spesialis Jantung, Paru, THT (Telinga, Hidung, dan Tenggorokan) dan dokter kejiwaan.
4. Pada pengurus panti dapat lebih memperhatikan kondisi fasilitas-fasilitas yang sudah rusak khususnya lampu, kursi, atap yang bocor, serta ruangan yang tidak terpakai dapat dipergunakan untuk berbagai macam kegiatan atau dapat menambah tampungan jumlah lansia yang ingin masuk di panti tersebut.
5. Untuk perawat panti dapat lebih memperhatikan serta menjaga kebersihankebersihan di sekitar masing-masing wisma khususnya kebersihan kamar, tempat tidur, pakaian, serta kebersihan lansia itu tersendiri.
6. Bagi konselor dapat memberikan dukungan sosial khususnya dukungan informasional berupa pemberian nasehat-nasehat dan dukungan emosional dengan memberikan rasa empati dan perhatian terhadap lansia.
7. Pada subjek penelitian di harapkan agar dapat mengikuti peraturan yang di terapkan di panti khususnya dalam mengikuti kegiatan olah raga, keagamaan, dan membuat kerajinan tangan. Selain itu subjek penelitian di harapkan dapat melakukan kegiatan kreatif agar terciptanya rasa berguna dalam dirinya.

8. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperkaya data wawancara secara mendalam dan dapat membangun hubungan interpersonal dengan subjek penelitian. Selain itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan tidak pada jumlah sampel yang besar, melainkan pada kasus-kasus tipikal sesuai kekhususan masalah penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A & D. Byrne. (2005). Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Bastaman, H.D. (2007). Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna hidup dan Meraih Hidup Bermakna. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Biswas, M.A., Diener, E.D & Dean, .U (2007). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and cognitive evaluations of life. Annual Revision Psychological Journal. Vol. 54. Page : 403 – 25.
- Davison, G.C, Neale, J.M., Kring, A.M. (2012). Psikologi Abnormal. Jakarta: Rajawali Pers. Penerjemah: Noermalasari Fajar.
- Frankl, V.E. (2004) Mencari Makna Hidup: Mans Search For Meaning. Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.
- Furnham (2008). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. Psychotherapy and Psychosomatics. Vol 65. Page : 14-23.
- Gracia. J., & Alandete (2015). Does Meaning in Life Predict Psychological WellBeing. The European Journal of Counselling Psychology. Vol. 3. Page : 8998.
- Hoyer, W.J. And Roodin, P.A., (2003). Adult Development and Aging. 5th ed. Newyork: McGraw-Hill.
- Keyes, C. L. M. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. Social Indicators Research. Vol. 77. Page : 1-10.
- Kleftaras & Psarra (2012). Meaning in Life, Psychological Well-Being and Depressive Symptomatology: A Comparative Study. Journal Psychology. Vol. 3. Page : 337-345.
- Naing, M, M., Nanthamongkolchai, S., & Munsawaengsub, C. (2010). Quality of Life of the Elderly People in Einme Township Irrawaddy Division, Myanmar. Asia Journal of Public Health. Vol. 1. Page : 4-10.
- Ring, L., Höfer, S., McGee, H., Hickey, A., & O'Boyle, C. A. (2007). Individual quality of life: Can it be accounted for by psychological or subjective wellbeing?. Social Indicators Research. Vol. 82. Page : 443-461.
- Sarafino, E.P. 2006. Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. 5th
- Seligman, M.E.P (2005). Positive Psychology Progress: Empirical validation of interventions. Psychological Science. Vol 7. Page : 186-189.
- Shukla & Kiran (2013). Subjective Happiness among the Elderly across Various Groups. Journal Of Humanities And Social Science. Vol. 13, page : 46-49.
- Veenhoven, R. (2006). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. Journal of Happiness Studies. Vol 14. Page: 141-146.
- Winningham, R. G. dan N. L. Pike. (2008). A cognitive intervention to enhance institutionalized older adults social support networks and decrease loneliness. Journal of Aging & Mental Health. Vol 11. Page : 716 – 721.