

GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI WERDHA

Marisa Reni Santoso

Stefani Virilia Wijaya

ABSTRACT

The meaning of life is important and valuable for everyone, including the elderly. The elderly regarded as a period of decline began to occur where the signs of aging , such as wrinkles, graying hair, illness, and so on. In addition to physical changes, the elderly also experience psychological changes, such as less emotionally stable, depression, loneliness, and so on. These things can affect the elderly in meaning life.

This study aims to determine how the image of the meaning of life in the elderly living in nursing homes. This study used a qualitative approach with two elderly subjects living in nursing homes X , Jakarta. Data was collected through interviews and observation techniques and the results were analyzed using content analysis. The results of this study are aspects forming of the meaning of life in the elderly are subjective, some interpret his life by linking the religious aspect, but there is also that to make sense of his life by linking the family aspect .

Keywords: *elderly, meaning of life, the meaning of life aspects*

A. LATAR BELAKANG

Manusia dalam hidup akan mengalami perkembangan yang bertahap, mulai dari periode prenatal hingga lanjut usia (lansia) dan meninggal. Hal-hal yang terjadi di setiap tahap perkembangan manusia akan memberikan pengaruh terhadap individu itu sendiri, termasuk pula dalam tahap perkembangan lansia. Lansia adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 1990). Lansia merupakan hal yang akan dihadapi oleh semua orang ketika mengakhiri usia madya sehingga ada perubahan-perubahan khas yang dialami oleh lansia.

Menurut Hurlock (1990), sebagian besar perubahan kondisi fisik yang terjadi pada usia lanjut terjadi ke arah yang memburuk, seperti misalnya mengerasnya tulang-tulang, menumpuknya garam mineral dan modifikasi pada susunan organ tulang bagian sehingga bisa mengakibatkan tulang mengapur dan mudah retak/patah (osteoporosis). Sedangkan menurut Santrock (2004), empat macam kondisi kronis yang menyebabkan menurunnya kesehatan pada lansia adalah arthritis, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan, dan kondisi jantung. Selain perubahan fisik yang terjadi, lansia juga mengalami perubahan sosial dan ekonomi. Perubahan sosial ditandai dengan perubahan peran dan meninggalnya pasangan/kerabat/teman-teman sedangkan perubahan ekonomi ditandai dengan ketergantungan secara finansial pada dana pensiun dan penggunaan waktu luang sebagai seorang pensiun (Hurlock, 1990).

Perubahan-perubahan di atas yang kadangkala menyebabkan keluarga tidak memberikan tempat bagi lansia. Hawari (dalam Cahyawati, 2004) menjelaskan bahwa keberadaan lansia masih menjadi beban bagi keluarga dan masyarakat sehingga mendorong sebagian masyarakat untuk menempatkan lansia di panti werdha ('tempat huni untuk orang lanjut usia'). Soepangat (dalam Cahyawati, 2004) menambahkan bahwa lansia yang tinggal di panti werdha memiliki sisi positif dan negatif. Sisi positifnya adalah sosialisasi di lingkungan dengan rekan/teman usia sebaya dapat memberikan kesenangan pada lansia sehingga bisa menutupi rasa kesepian yang biasanya dialami mereka. Namun sebaliknya, lansia juga bisa merasa tersisihkan atau tidak dianggap oleh keluarga yang menitipkan mereka di sana.

Perasaan kesepian dan tersisihkan yang dirasakan oleh lansia bisa mempengaruhi bagaimana ia memaknai dirinya dan pengalaman hidup yang sudah pernah dilaluinya. Persoalan makna hidup (Bastaman, dalam Cahyawati, 2004) memiliki arti yang penting karena kosongnya makna hidup akan membuat orang tidak tahan terhadap penderitaan dan tidak memiliki harga diri yang kokoh. Proses ini dikatakan tidak mudah karena membutuhkan pemahaman mendalam tentang makna hidup dan penghayatan diri yang positif.

Persoalan makna hidup pada lansia terutama pada lansia yang tinggal di panti werdha menjadi isu yang menarik untuk diteliti. Lansia dengan segala perubahan khas yang dialami oleh mereka dan segala pengalaman hidup yang pernah mereka lalui mengembangkan makna hidup tersendiri yang bisa dibahas dalam penelitian ini. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah *“Bagaimana makna hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha?”*

B. TUJUAN PENELITIAN

Secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran makna hidup pada lansia yang tinggal di Panti Werdha.

C. TINJAUAN TEORI

1. Pengertian Makna Hidup

Makna hidup adalah hal yang dianggap penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (Frankl, 2003). Makna hidup apabila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga. Kehidupan yang sehat merupakan kehidupan yang penuh makna. Makna hidup dapat berbeda antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya.

Bastaman (2006) menjelaskan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dipandang penting, benar, didambakan, dan memberikan nilai khusus serta dapat dijadikan tujuan hidup seseorang. Kekurangan makna hidup dapat menjadi salah satu penyebab depresi karena individu tidak mampu mengarahkan dirinya kepada makna-makna tertentu yang pasti serta tidak mampu menyesuaikan diri dan mengatasi permasalahannya.

2. Aspek-Aspek Makna Hidup

Aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur tinggi-rendahnya makna hidup antara lain (Crumbaugh & Maholic, 1964; dalam Koeswara, 1987) :

- a. **Tujuan hidup**, yaitu sesuatu yang menjadi pilihan, memberi nilai khusus dan dijadikan sebagai tujuan/sasaran dalam hidup.
- b. **Kepuasan hidup**, yaitu penilaian seseorang terhadap hidupnya, sejauh mana kepuasan terhadap aktivitas-aktivitas yang dijalankan.
- c. **Kebebasan**, yaitu perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab
- d. **Sikap terhadap kematian**, yaitu bagaimana pandangan dan kesiapan seseorang dalam menghadapi kematian.
- e. **Pikiran tentang bunuh diri**, yaitu bagaimana pemikiran seseorang tentang masalah bunuh diri
- f. **Kepantasan hidup**, yaitu pandangan seseorang mengenai apakah ia merasa sesuatu yang dialaminya pantas atau tidak.

3. Proses Pencapaian Makna Hidup

Proses keberhasilan mencapai makna hidup adalah tahap-tahap pengalaman dan kegiatan seseorang dalam mengubah penghayatan hidupnya dari tidak bermakna menjadi bermakna. Tahap-tahap pencapaian makna hidup dibagi menjadi 5 tahap (Bastaman, 1996) :

- a. Tahap derita (peristiwa tragis, penghayatan tanpa makna)
Tahap dimana individu berada dalam kondisi hidup yang tak bermakna, misalnya berada dalam peristiwa tragis atau kondisi yang tidak menyenangkan.
- b. Tahap penerimaan diri (pemahaman diri, perubahan sikap)
Tahap ini ditandai dengan munculnya kesadaran diri untuk mengubah kondisi menjadi lebih baik lagi.
- c. Tahap penemuan makna hidup (penemuan makna dan penentuan tujuan hidup)
Adanya kesadaran akan nilai-nilai berharga dalam hidup yang kemudian ditetapkan sebagai tujuan hidup.
- d. Tahap realisasi makna (keikatan diri, kegiatan terarah dan penemuan makna hidup)

Tahap ini ditandai dengan peningkatan semangat hidup dan gairah kerja yang kemudian diikuti dengan membuat komitmen diri untuk melakukan berbagai kegiatan yang lebih terarah.

- e. Tahap kehidupan bermakna (penghayatan bermakna, kebahagiaan)

Pada tahap ini timbul perubahan kondisi hidup yang lebih baik dan pengembangan penghayatan hidup yang bermakna (berbahagia).

D. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian dalam penelitian ini diambil dari Panti werdha “X” di Jakarta. Jumlah subyek penelitian adalah 2 orang yang terdiri dari lansia perempuan dan lansia laki-laki. Subjek penelitian diambil dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling* karena subjek dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti (Patton, 2002).

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi dan wawancara. Untuk menganalisis data penelitian ini menggunakan teknik *content analysis*, yaitu melalui deskripsi terhadap fenomena, kajian terhadap tema-tema yang muncul sampai interpretasinya (Poerwandari, 2011).

E. HASIL

E.1. Hasil Analisis Responden Pertama

Nama : E.K
Usia : 66 tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Tidak Menikah
Agama : Katholik
Lama di Panti : 3 tahun

Teori/Konsep	Kategori	Bukti	Kesimpulan
Aspek-aspek makna hidup : a. Tujuan hidup , yaitu sesuatu yang menjadi pilihan, memberi nilai khusus serta menjadi	Tujuan Hidup	“...Oma sekarang lebih bahagia, ...oma kembali bersemangat kayak dulu lagi dan sekarang oma sudah senang karena sudah punya agama yang	Pada tahap usia dewasa akhir, E.K. terlihat bahagia dan menikmati hidupnya karena ia sudah memiliki agama yang sesuai dengan pilihan hidupnya. Tujuan

<p>tujuan dalam hidup.</p> <p>b. Kepuasan hidup, yaitu penilaian seseorang terhadap hidupnya.</p> <p>c. Kebebasan, yaitu perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab.</p> <p>d. Sikap terhadap kematian, yaitu pandangan dan kesiapan menghadapi kematian.</p> <p>e. Pikiran tentang bunuh diri, yaitu pemikiran tentang masalah bunuh diri.</p> <p>f. Kepantasan hidup, yaitu pandangan seseorang tentang hidupnya (pantas/tidak).</p>		<p><i>memang sesuai dengan oma...</i></p> <p><i>"...lebih medekatkan diri ke Tuhan kali yah soalnya kan kita uda umur, pekerjaan sudah tidak ada lagi, jadi ya mungkin lebih medekatkan diri ke Tuhan, banyak berbuat amal aja. Intinya sekarang lebih medekatkan diri ke religius.</i></p>	hidupnya saat ini adalah mendekatkan diri kepada Tuhan.
	Kepuasan Hidup	<p><i>"...puas dong, harus mengucap syukur sama Tuhan atas apa yang telah diberikan. Dulu bisa kerja, bisa tinggal sama mama...menurut oma tinggal di panti jompo sudah tua dengan hasil pensiun sendiri ini jauh lebih baik. Lagian di sini juga orangnya ramah dan oma tinggal terima beres, oma mau jalan sama opa di sini juga dibolehin..."</i></p>	E.K. terlihat puas dengan apa yang sudah dicapainya di masa mudanya, seperti pekerjaan dan keluarga. Meskipun saat ini tinggal di panti werdha, ia tetap merasa puas dan bersyukur karena masih memiliki lingkungan yang bisa menerima dirinya.
	Kebebasan	<p><i>"...iya, lagian di sini bebas oma masih bisa keluar jalan-jalan atau ke tempat saudara juga..."</i></p> <p><i>"...jadi oma memang ga mau menikah...karena aku ini orangnya gak mau repot, kan kalau nikah kita harus melayani suami dan anak jadi aku lebih suka gini aja..."</i></p> <p><i>"...oma mau jalan sama oma opa di sini juga dibolehin..."</i></p>	E.K. mengambil keputusan untuk tidak menikah karena ia merasa bahwa pernikahan bisa mengekang kebebasannya. Ia pun merasa tidak terkekang tinggal di panti werdha karena ia masih bisa melakukan aktivitas-aktivitas yang ia sukai secara bebas.
Sikap terhadap Kematian	<p><i>"...oma akhirnya menarik ucapan oma yang bilang ke Tuhan bahwa ambillah sekarang karena sangat merepotkan orang dan menyakitkan, oma minta maaf di ruang doa sama</i></p>	E.K menyikapi kematian dengan ikhlas dan penuh kesiapan dimana ia menyerahkan semua kehidupannya ke tangan Tuhan.	

		<i>Tuhan dan oma bilang lagi sama Tuhan terserah Engkau mau memberiku umur berapa hingga menurutMu itu memang batasku...</i>	
	Pikiran tentang bunuh diri	<i>"...Oma sekarang lebih bahagia, ...oma kembali bersemangat kayak dulu lagi dan sekarang oma sudah senang karena sudah punya agama yang memang sesuai dengan oma..."</i>	Pikiran tentang bunuh diri tidak muncul karena E.K sangat menikmati hidupnya dan bahagia dengan kehidupannya yang ia jalani saat ini.
	Kepantasan Hidup	<i>"...memang di dunia ini ada orang-orangterpilih yang tidak menikah bukan karena tidak laku ya, karena memang mendapat karunia dari Tuhan. Dan oma merasa bersyukur oma masuk dalam salah satunya, pasti ada maksud Tuhan seperti ini..."</i> <i>"...oma sekarang lebih bahagia, tidak ada rasa tidak ikhlas lagi. Oma kembali bersemangat kayak dulu lagi dan sekarang oma sudah senang karena sudah punya agama yang memang sesuai dengan oma..."</i>	E.K. memandang bahwa hidup yang ia jalani hingga saat ini adalah hidup yang wajar dan pantas, artinya tidak ada hal-hal yang ia sesalkan karena ia adalah orang yang memandang hidup dengan positif dan menjalaninya dengan penuh semangat.

E.2. Hasil Analisis Responden Kedua

- Nama : W
 Usia : 72 tahun
 Jenis Kelamin : Laki-Laki
 Status : Tidak Menikah
 Agama : Budha
 Lama di Panti : 4 tahun

Teori/Konsep	Kategori	Bukti	Kesimpulan
Aspek-aspek makna hidup : g. Tujuan hidup , yaitu sesuatu yang menjadi pilihan, memberi nilai khusus serta menjadi tujuan dalam hidup. h. Kepuasan hidup , yaitu penilaian seseorang terhadap hidupnya. i. Kebebasan , yaitu perasaan mampu mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab. j. Sikap terhadap kematian , yaitu pandangan dan kesiapan menghadapi kematian. k. Pikiran tentang bunuh diri , yaitu pemikiran tentang masalah bunuh diri. l. Kepantasan hidup , yaitu pandangan seseorang tentang hidupnya (pantas/tidak).	Tujuan Hidup	<i>"...akunya sendiri ga terlalu memiliki target ke depanlah.."</i>	W terlihat kurang memiliki tujuan hidup yang pasti sehingga ia cenderung mengikuti arus kehidupan akan membawanya kemana.
	Kepuasan Hidup	<i>"...saya sih puas yah sama hidup saya, saya cukup bangga bisa sampai S2 dan setelah itu pun saya mendapatkan pekerjaan yang enak..."</i> <i>"...sekarang pun saya puas. Saya tidak perlu bekerja, tinggal mengurus mama..."</i>	W cukup puas dengan kehidupan yang sudah ia jalani karena sudah mendapatkan apa yang ia inginkan dan saat ini ia ingin berfokus untuk menjaga ibunya.
	Kebebasan	<i>"...saya tidak merasa terkurung di sini, saya masih bisa lihat saudara saya, saya masih bisa ajak mama jalan keluar...saya selalu melihat bb, baca buku, atau artikel dan koran. Banyak yang bisa saya sibukkan"</i>	Meskipun tinggal di Panti Werdha, W tetap merasa bebas dan bisa memilih aktivitas-aktivitas yang ingin ia lakukan.
	Sikap terhadap Kematian	<i>"...semua yang diciptakan dan dilakukan oleh Tuhan pasti bisa untuk dijalankan..."</i> <i>"...jadi kalau sekarang saya hanya ingin mengurus mama. Berbakti kepada mama karena kan dulu saya di Singapura dan London jarang ketemu mama. Jadi sekarang saatnya untuk berbakti..."</i>	W belum terlalu memikirkan tentang kematian karena fokusnya saat ini adalah berbakti kepada ibunya dan mengurus ibunya dengan baik.
	Pikiran tentang bunuh diri	<i>"...sekarang pun saya puas. Saya tidak perlu bekerja, tinggal mengurus mama..."</i>	W merasa puas menjalani kehidupannya saat ini sehingga pikiran tentang bunuh diri tidak terlintas dalam benak W karena saat ini fokus utamanya adalah menjaga ibunya

	Kepantasan Hidup	<p><i>"...dan karena itu saya merasa kesal dan marah. Ya coba kamu pikir kita udah memiliki umur, dia pecat kita di usia yang susah mau cari kerja bagus. Cari kerja kan juga susah ya. Saya waktu itu sempat depresi selama 1 bulan..."</i></p> <p><i>"tapi setelah itu opa bisa ketemu jalannya walau susah yah. Kamu juga harus gitu harus bisa menemukan..."</i></p>	<p>dengan baik.</p> <p>W sempat mengalami depresi karena menurutnya pemutusan hubungan kerja yang dilakukan terhadap dirinya adalah hal yang tidak pantas namun masa-masa tersebut berhasil ia lewati.</p>
--	------------------	--	--

F. PEMBAHASAN

Pada tahap dewasa akhir atau yang biasa disebut lansia (lanjut usia), baik subyek E.K maupun subyek W sama-sama memiliki makna hidup yang positif. Hal ini terlihat dari mereka cukup puas dengan pengalaman-pengalaman hidup yang sudah mereka lalui, merasa bebas dan tanpa tekanan melakukan aktivitas-aktivitas yang mereka sukai, bersikap terbuka dan ikhlas terhadap kematian, tidak pernah terlintas pikiran-pikiran tentang bunuh diri, serta merasa bahwa pengalaman-pengalaman hidup yang mereka jalankan adalah hal yang wajar dan merupakan takdir Tuhan.

Di samping kesamaan-kesamaan tersebut ternyata mereka memaknai kehidupan dengan cara yang berbeda. E.K lebih mengaitkan makna hidupnya dengan lebih mendekatkan diri pada Tuhan sedangkan W lebih mengaitkan makna hidupnya dengan berbakti kepada ibunya. Hal ini menunjukkan bahwa makna hidup setiap individu berbeda-beda dan sifatnya subyektif, tergantung pada pengalaman-pengalaman hidup yang telah mereka lalui. Seperti misalnya, subyek E.K merasa bahwa hidupnya adalah anugerah dari Tuhan sehingga ingin fokus untuk beribadah dan mendekatkan diri pada Tuhan sedangkan subyek W merasa bahwa selama masih muda kurang dekat dengan ibunya sehingga

kesempatan bersama ibunya harus ia manfaatkan sebaik-baiknya sebelum ibunya tiada. Selain itu, subyek E.K lebih terlihat memiliki tujuan hidup yang jelas sedangkan subyek W terlihat tidak memiliki tujuan hidup yang terlalu jelas. Secara umum, baik E.K maupun W sama-sama dapat memaknai hidupnya dengan cukup baik.

G. SIMPULAN

Simpulan dalam penelitian ini adalah kedua lansia memiliki makna hidup yang berbeda, terutama pada aspek-aspeknya. Subyek E memaknai hidupnya dengan lebih mendekatkan diri pada Tuhan (aspek religiusitas) dimana ia sudah cukup puas dengan pengalaman-pengalaman hidup yang sudah pernah dilaluinya dan saat ini ia hanya ingin selalu berserah pada Tuhan. Sedangkan subyek W lebih memaknai hidupnya dengan menghabiskan waktu bersama ibunya (aspek berbakti pada orang tua) dimana ia ingin fokus untuk merawat ibunya.

H. SARAN

Bagi Panti Werdha “X” di Jakarta, dapat lebih memperhatikan kondisi para lansia di sana terutama mereka yang mengalami perasaan-perasaan negatif, seperti kesepian, merasa tersisih, depresi, dan sebagainya. Pihak Panti dapat mengadakan layanan konseling bagi para lansia untuk membantu mengurangi perasaan-perasaan negatif yang mereka rasakan sekaligus membantu menyelesaikan permasalahan mereka dan mendorong untuk pencapaian makna hidup.

Bagi peneliti selanjutnya, melakukan analisis yang lebih mendalam terhadap lebih dari 2 orang lansia sehingga bisa diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan juga mengembangkan dengan mengaitkan pada faktor yang lain, misalnya faktor kepribadian

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E.B. (1990). Psikologi Perkembangan. (Ed. Ke-5). Jakarta : Erlangga
- Bastaman, H.D. (1996). Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis. Jakarta : Paramadina
- Frankl, V.E. (2003). Logoterapi : Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi. Terjemahan Murtadlo. Yogyakarta: Kreasi Wacana
- Koeswara, E. (1987). Psikologi Eksistensial : Suatu Pengantar. Bandung: Eresco
- Santrock, J.W. (2004). Life-Span Development. (Ed. Ke-10). New York: McGraw-Hill
- Poerwandari E.K. (2011). Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia. (Ed. Ke-4). Jakarta: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Patton, M.Q. (2002). Qualitative Evaluation and Research Methods. Newbury Park: Sage Publications
- Cahyawati, C. (2004). Perbedaan Makna Hidup Pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Dengan yang Tinggal Bersama Keluarga. Bekasi: Naskah Publikasi.