

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia dalam hidupnya mengalami suatu proses perkembangan. Ia berkembang sejak dilahirkan hingga meninggal dunia. Dalam proses perkembangan itu, berbagai tahap perkembangan sudah dilaluinya, mulai dari perkembangan anak-anak sampai perkembangan lanjut usia (lansia).

Proses menua adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Ada beberapa faktor yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan jiwa lansia yaitu penurunan kondisi fisik misalnya tenaga berkurang, kulit keriput, gigi rontok, dan tulang semakin rapuh. Penurunan fungsi dan potensi seksual hal ini sering kali berhubungan dengan berbagai gangguan fisik seperti gangguan jantung, gangguan metabolisme, vaginitis, kekurangan gizi, baru selesai operasi, penggunaan obat-obat tertentu, dan faktor psikologis yang menyertai lansia seperti rasa malu, sikap keluarga dan masyarakat yang kurang menunjang serta diperkuat tradisi dan budaya, masalah kesehatan jiwa lainnya seperti cemas, depresi dan pikun (e-psikology; H. Zainuddin Sri Kuntjoro, 2002)

Dalam masyarakat kita, sering dijumpai pengertian dan mitos yang salah kaprah mengenai Lansia. Salah kaprah adalah anggapan dan pandangan yang keliru

namun tetap diucapkan dan dipraktikkan secara keliru. Salah kaprah yang sering kita temui dalam masyarakat misalnya Lansia sukar menerima informasi baru, tidak produktif dan menjadi beban masyarakat, lemah, jompo, ringkih, dan sakit-sakitan. Padahal dalam kenyataannya Lansia lebih tahu berita baru dari pada orang-orang lain dan sangat senang menyampaikan berita baru tersebut kepada kawan-kawannya, maupun kepada yang lebih muda. Bagi lansia adanya informasi baru berarti menstimulasi fungsi kognitifnya, fungsi afektifnya dan fungsi psikomotoriknya yang membuat syaraf-syaraf otaknya tetap berfungsi secara normal. Biasanya para lansia memainkan perannya sebagai orang-orang yang bekerja tanpa mendapat bayaran namun memiliki arti yang sangat penting dalam masyarakat karena sumbangan ide-ide dan nasehatnya. Dalam proses penuaan sendiri mereka sering menemukan cara-cara yang tepat dan bijaksana dalam mengatasi tantangan yang dihadapi. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan jika dalam banyak kasus, lansia seringkali merupakan penasehat yang jitu untuk mengatasi masalah-masalah sosial dalam kehidupan masyarakat bahkan banyak lansia yang masih gagah, masih mampu bekerja keras bahkan banyak yang masih memiliki jabatan penting dalam suatu lembaga. Dalam hal ini yang dirugikan adalah para lanjut usia, karena dapat merupakan cap buruk dari masyarakat terhadap Lansia sehingga mereka merasa tidak berguna, tidak dihormati dan tidak dicintai (e-Psikologi ; H. Zainuddin D. Kuntjoro, M.Psi).

Makna hidup secara khusus di dalam Psikologi dibahas dalam psikologi Eksistensial-Humanistik dalam pendekatan logoterapi yang dikemukakan oleh Victor Emile Frankl, seorang Neuropsikiater yang merupakan suatu corak khusus dalam psikoterapi. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan *values* khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (H.D Bastaman; 2007). *Values* adalah nilai-nilai yang dipegang seseorang untuk menemukan makna hidup. Dalam kehidupan ini terdapat tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung *values* yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup apabila *values* itu diterapkan dan dipenuhi. Ketiga *values* ini adalah *Creative values* yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab, menekuni suatu pekerjaan dan meningkatkan keterlibatan pribadi terhadap tugas serta berusaha untuk mengerjakannya dengan sebaik-baiknya. Kedua *Experience values* yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Ketiga *Attitudinal values* yaitu *values* bersikap, yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan.

Para lansia yang memaknai hidupnya lebih kearah *Creative values*, dalam kesehariannya mereka masih bekerja sehingga mereka bisa mengisi penuh harinya dengan aktivitas seperti menanam tanaman dan menjual tanaman, ada juga yang melakukan aktivitas menari. Kalau mereka yang memaknai hidupnya lebih kearah *Experience values* dalam kesehariannya dengan cara menemui sesamanya dengan

segala keunikan dan dalam ketunggalannya masing-masing maksudnya dengan menampilkan diri apa adanya tanpa menyembunyikan sesuatu. Mereka yang memaknai hidupnya lebih kearah *Attitudinal values* dalam kesehariannya mereka lebih tabah dalam menerima segala hal dan menunjukkan keberanian untuk menghadapi hal-hal baru. Dari setiap lansia terdapat ketiga *values* untuk memaknai hidup ini tetapi mana dari ketiga *values* tersebut yang lebih mempengaruhi mereka untuk menjalani hidupnya itulah yang merupakan *values* mereka untuk memaknai hidup.

Bagi Lansia menemukan makna merupakan hasratnya untuk menjadi orang yang berguna dan memberikan manfaat sebanyak-banyaknya bagi lingkungan sekitarnya. Lansia bermakna dihormati dan menjadi panutan bagi keluarga dan lingkungannya serta bersedia membagi pengalaman-pengalamannya yang bermanfaat. Lansia yang hidupnya bermakna dapat dilihat dari penerimaan dan sikap positifnya terhadap ketuaan serta menjalaninya dengan tenang. Ia mampu hidup mandiri dan tak terlalu tergantung pada keluarga, apalagi membebaninya (H.D. Bastaman, 2007). Dengan hidup sendiri pun lansia dapat menemukan makna dengan pemahaman diri, bertindak positif, pengakraban hubungan, penghayatan *values*, dan ibadah.

Menurut Eksistensialisme dalam kehidupan manusia dengan adanya kebersamaan dengan orang lain maka manusia dapat menemukan hidupnya bermakna dan kesepian sebagai kemungkinan manusia yang selalu ada. Di dalam kesepian, individu mengalami keputusan hubungan dengan sesama, alam, dan dengan Tuhan

sehingga dia tinggal sendiri di dalam individualitasnya dan berhubungan hanya dengan dirinya sendiri sehingga menemukan dirinya tidak berdaya, tidak berharga dan kehilangan gairah hidup(Koswara,1992).

Berdasarkan survei yang didapat dari hasil wawancara dengan lansia yang tinggal di kelurahan Cicendo sebanyak 3 orang. AD berusia 67 tahun merasa kalau dirinya lebih bahagia setelah tidak tinggal bersama anaknya hanya bersama istrinya dan seorang pembantu, hal ini karena ketika tinggal bersama dengan anak ia merasa tidak bebas sedangkan tinggal sendiri seperti saat ini ia dapat bebas melakukan aktivitasnya. TS berusia 65 tahun tinggal sendiri setelah istrinya meninggal dunia dan anak-anaknya sudah berumah tangga, ia tetap beraktifitas seperti biasa, ia memiliki sebuah usaha kecil yang dijalaninya sehingga setiap hari sibuk mengurus pekerjaannya. WA berusia 69 tahun tinggal sendiri, terkadang anak dan cucunya berkunjung di akhir pekan, ia mengisi hari dengan bercocok tanam karena ia menikmati kegiatannya itu dan di sore hari berkunjung kerumah teman atau pergi berolahraga di gelanggang olahraga bersama teman. Bagi para lansia ini yang tinggal di rumah sendiri tidak bersama anak dan cucu, mereka merasa lebih leluasa untuk melakukan segala kegiatan yang diinginkan. Mereka dapat melakukan hal-hal yang mereka senangi misalnya berkumpul bersama teman-teman, melakukan kegiatan bersama dan bernostalgia tentang masa-masa sewaktu mereka muda dulu.

Daerah yang dijadikan penelitian adalah kelurahan Cicendo Bandung, karena pada daerah ini kurang lebih seperempat dari komunitas adalah lansia yang tidak tinggal bersama anaknya dan kebanyakan dari mereka masih tetap beraktivitas

misalnya dengan mengikuti kegiatan menyanyi bersama dengan teman-teman mereka dan ada juga yang melakukan kegiatan olahraga bersama atau melakukan kegiatan sesuai dengan hobi mereka dimana mereka dapat menemukan kesenangan.

Berdasarkan fakta bahwa terdapat kesenjangan antara teori Eksistensialisme yang mengatakan bahwa dengan kebersamaan manusia dapat lebih menghayati pengalaman dalam dirinya dan menemukan makna hidup dan karena kesepian maka manusia akan menemukan dirinya tidak berdaya, tidak berharga dan kehilangan gairah hidup dengan fakta bahwa ada lansia yang dapat menghayati hidupnya bermakna dengan tinggal di rumah sendiri tanpa anak dan cucu dan tidak merasa kesepian, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana makna hidup lansia yang tinggal di rumah sendiri. Penelitian yang akan dilakukan adalah studi kasus dengan maksud untuk mengetahui lebih jelas dan lebih dalam mengenai makna hidup dari lansia.

1.2 Identifikasi Masalah

Berkaitan dengan hal diatas maka yang ingin diteliti adalah bagaimana makna hidup lansia yang tinggal di rumah sendiri di kelurahan Cicendo, Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

Dimaksudkan untuk mengetahui *values* mana yang paling dominan (diantara *Experience values*, *Creative values*, dan *Attitudinal values*).

Tujuannya adalah mengetahui secara mendalam penghayatan Subyek terhadap masing-masing *values* dalam proses menemukan makna hidupnya.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Ilmiah

- Sebagai implikasi teoritis pada bidang Psikologi perkembangan guna menambah pengetahuan dan pemahaman khususnya yang berkaitan dengan gambaran makna hidup lansia yang tinggal di rumah sendiri.
- Sebagai bahan referensi kepada peneliti lain yang tertarik untuk meneliti mengenai makna hidup pada lansia dan mendorong dikembangkannya penelitian-penelitian yang berhubungan dengan topik tersebut.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Untuk para lansia merefleksikan diri mereka sehingga mereka sadar bahwa hidup mereka sungguh indah untuk dijalani dengan berbagai macam aktivitas bersama dengan orang-orang yang mereka sayangi dan mendukung mereka.
- Untuk para lansia sebagai bahan informasi yang dapat mereka gunakan dalam menjalani masa tua mereka sehingga hari-hari tua mereka bermakna.
- Untuk dewasa awal sebagai upaya preventif mempersiapkan diri dalam menghadapi masa tua sehingga nantinya mereka dapat menjalani hidup lebih bermakna.

- Untuk keluarga para lansia sebagai sumber informasi untuk mereka dapat lebih memberi dukungan kepada para lansia dalam menjalani kehidupannya.

1.5 Kerangka Pemikiran

Manusia dalam hidupnya melewati tahap-tahap perkembangan, mulai dari lahir hingga dewasa lalu meninggal dunia. Pada tahap-tahap perkembangan tersebut, manusia melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya termasuk membina relasi dengan manusia lain. Hal ini dikarenakan predikat manusia sebagai makhluk sosial yang keberadaannya tergantung pada keberadaan orang lain. Menurut Eksistensialisme, kebersamaan merupakan essensi kehidupan manusia. Kebersamaan bukanlah sesuatu yang semata-mata ada, melainkan sesuatu yang memiliki makna, dijalani oleh manusia dan ditandai dengan adanya hubungan kerja sama, saling membantu dan saling mengembangkan diri (Heidegger dalam Koswara, 1992).

Kebersamaan sebagai essensi kehidupan manusia terbentuk sejak manusia lahir. Dengan semakin bertambahnya usia maka kebersamaan manusia semakin luas ruang lingkupnya, dari mulai hanya sebatas perkenalan dan berteman hingga menjadi suatu hubungan keintiman seperti ikatan pernikahan dengan cinta dan membentuk suatu keluarga. Dengan berjalannya waktu manusia melalui tiap tahap perkembangannya hingga memasuki masa lanjut usia. Manusia memasuki masa lanjut usia sebagai akhir tahap perkembangan dari suatu rentang kehidupannya. Dalam rentang kehidupannya manusia memaknai hidup sesuai dengan usianya. Dalam tahap perkembangan lansia,

Duvall & Miller (1985) mengemukakan bahwa salah satu tugas perkembangan lansia adalah menemukan makna hidup. Makna hidup ini dalam psikologi Eksistensialisme humanistik dibahas dalam pendekatan Logoterapi yang dikemukakan oleh Victor Emile Frankl (Corey, 1988).

Proses penuaan yang dialami oleh manusia merupakan sesuatu yang tidak bisa dihindari. Kebersamaan didapat dengan hubungan manusia dengan lingkungan sekitarnya dan lingkungan yang terkecil adalah keluarga. Namun pada kenyataannya, tidak semua lansia dapat hidup bersama dengan keluarganya (anak-cucu). Banyak diantara mereka yang hidup di panti dan ada juga yang tinggal sendiri. Tinggal sendiri tidak bersama keluarga dan orang lain memungkinkan terjadinya kesepian.

Kesepian menurut eksistensialisme adalah sebagai kemungkinan manusiawi yang selalu ada atau bisa dialami dan tidak akan pernah terhapus sama sekali. Kesepian bersumber pada kekosongan jiwa dan dialami individu-individu dengan berbagai bentuk perasaan yang menyertainya. Di dalam kesepian, individu mengalami putusnya hubungan dengan sesama, dengan alam, dan dengan Tuhan sehingga dia tinggal sendirian di dalam individualitasnya dan berhubungan hanya dengan dirinya sendiri. Kesepian dapat menyebabkan manusia menemukan dirinya tidak berdaya, tidak berharga dan kehilangan gairah hidup. Maka dengan tinggal sendiri tidak dengan keluarga, dapat menghalangi manusia untuk memaknai hidupnya.

Frankl (1967) membuat tiga asumsi ketika memandang dan memahami manusia dalam pencarian makna hidup. Ketiga asumsi itu mengungkapkan bahwa manusia,

yang pertama bebas untuk berkehendak (*the freedom to will*). Kebebasan ini sifatnya bukan tak-terbatas. Manusia sekalipun dianggap sebagai makhluk yang memiliki berbagai potensi luar biasa, tetapi sekaligus memiliki juga keterbatasan dalam aspek ragawi (tenaga, daya tahan, stamina, usia), aspek kejiwaan (kemampuan, keterampilan, kemauan, ketekunan, bakat, sifat, tanggung jawab pribadi), aspek sosial budaya (dukungan lingkungan, kesempatan, tanggung jawab sosial, ketaatan pada norma), dan aspek kerohanian (iman, ketaatan beribadah, cinta kasih). Kebebasan manusia pun bukan merupakan kebebasan dari (*freedom from*) bawaan biologis, kondisi Psikososial, dan kesejarahannya, melainkan kebebasan untuk menentukan sikap (*freedom to take a stand*) terhadap kondisi-kondisi tersebut, baik kondisi lingkungan maupun kondisi diri sendiri.

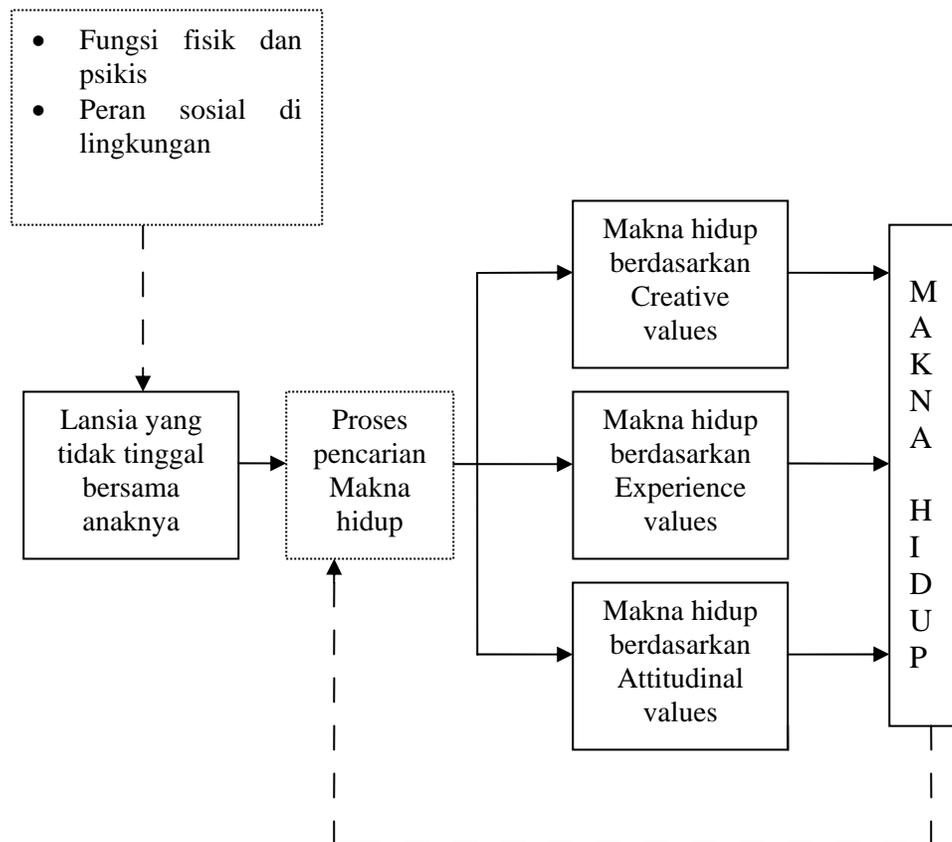
Kedua, hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*). Setiap orang pasti menginginkan bagi dirinya suatu cita-cita dan tujuan hidup yang penting dan jelas yang akan diperjuangkan dengan penuh semangat, sebuah tujuan hidup yang menjadi arahan segala kegiatannya. Keinginan untuk hidup bermakna memang benar-benar merupakan motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang mendorong setiap orang untuk melakukan berbagai kegiatan seperti kegiatan bekerja dan berkarya agar hidupnya dirasakan berarti dan berharga. Sebagai motivasi dasar manusia, hasrat untuk hidup bermakna ini mendambakan diri kita menjadi seseorang pribadi yang berharga dan berarti (*being somebody*) dengan kehidupan yang sarat dengan kegiatan-kegiatan yang bermakna pula. Oleh karena itu maka kehendak untuk hidup bermakna merupakan ciri keberadaan manusia yang tidak pernah selesai. Manusia akan selalu

berada dalam proses pencarian makna. Menurut para eksistensialis mungkin ini adalah satu-satunya alasan mengapa manusia masih bertahan hidup. Frankl menekankan bahwa makna itu berada diluar dari manusia dan bersifat objektif, walau demikian makna juga *bervalues* subjektif dalam arti bahwa makna itu khas dan unik, sebab setiap individu memiliki cara sendiri untuk menemukan makna dari apa yang dialaminya.

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

Pemaknaan yang dilakukan manusia menurut Frankl (1967) dapat dilihat dari *values* apa yang mereka pegang untuk mendapatkan pemaknaan itu. Ada tiga *values*, pertama dengan *Creative values* adalah kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab, menekuni suatu pekerjaan dan meningkatkan keterlibatan pribadi terhadap tugas serta berusaha untuk mengerjakannya dengan sebaik-baiknya, yang bagi lansia dapat berupa menjawab tantangan yang muncul dalam hidupnya, dan bagi mereka yang hidup sendiri mereka dapat melakukan aktivitas dengan bekerja bagi mereka yang masih bekerja dan bagi mereka yang sudah pensiun dapat melakukan kegiatan dalam lingkungan sekitarnya misalnya menjadi pengurus lingkungan. Kedua dengan *Experience values* yaitu keyakinan dan penghayatan akan *values-values* kebenaran,

kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih, yang bagi lansia dapat berupa merasa dicintai dan mencintai, menekuni cabang seni tertentu. Ketiga dengan *Attitudinal values* yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan, bagi lansia yang tidak tinggal bersama anaknya mereka dengan menerima keadaan-keadaan yang tidak menyenangkan dengan lapang hati misalnya dengan ditinggal oleh pasangan maupun kurangnya waktu bersama dengan keluarga, menurut Frankl ini adalah *values* yang tertinggi karena dalam keadaan kehilangan pun baik kehilangan kreativitas maupun kehilangan penerimaan manusia tetap dapat menemukan makna.



Bagan 1.1 Skema kerangka pemikiran.

I.6 Asumsi

- Lansia yang tidak tinggal bersama anaknya sedang berada dalam proses pencarian makna hidup.
- Lansia yang tidak tinggal bersama anaknya berpeluang menemukan makna hidup atau membuat hidupnya bermakna dengan penerapan *valuesnya* sendiri dalam menghayati kehidupannya sampai nafasnya yang terakhir.
- Makna hidup lansia diperoleh melalui tiga *values* yaitu *Creative values*, *Experimental values* dan *Attitudinal values*.
- Faktor yang mempengaruhi makna hidup lansia adalah penurunan fungsi fisik dan psikis serta penurunan peran sosial di lingkungan.