

“MAKNA KEBAHAGIAAN PADA ADIYUSWA PRIA

YANG MELAJANG DAN HIDUP SENDIRI”

INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS

Oleh :

Barbieditya Eramega

15010116120039

ABSTRAK

Adiyuswa merupakan sebuah tahap perkembangan periode akhir sebagai penutup dalam rentang kehidupan manusia, dimana individu telah melewati masa-masa menyenangkan yang telah beranjak jauh. Lajang merupakan sebuah kondisi lansia pria atau wanita yang berada dalam suatu masa yang mana bersifat menetap, serta merupakan sebuah keputusan dalam kehidupan lasnia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendalami pengalaman dan makna kebahagiaan adiyuswa pria yang melajang dan hidup sendiri. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan model analisis IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *indepth interview* atau wawancara semi-terstruktur. Partisipan pada penelitian ini berjumlah tiga orang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Tema super-ordinat yang terdapat pada penelitian yaitu (1) kondisi psikologis yang membatasi diri, (2) alasan melajang, (3) pandangan dalam menjalani hidup, (4) cara menghadapi permasalahan hidup, (5) usaha penerimaan diri, (6) kegiatan untuk mengisi waktu luang, (7) interaksi dengan lingkungan sosial, dan (8) pengalaman bekerja yang menyenangkan. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa ketiga subjek mengartikan makna kebahagiaan di masa adiyuswa dengan mensyukuri kehidupannya saat ini dan melakukan kegiatan yang menyenangkan. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa ketiga subjek mengartikan makna kebahagiaan di masa adiyuswa dengan mensyukuri kehidupannya saat ini dan melakukan kegiatan yang menyenangkan. **Kata kunci : Adiyuswa, Lajang, *Interpretative Phenomenological Analysis*.**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepanjang rentan kehidupan manusia, setiap individu yang hidup di dunia ini pasti akan melewati perjalanan perkembangan hidup mulai dari bayi hingga tua (adiyuswa), bahkan sampai menemui akhir hidup mereka. Terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai oleh setiap individu di setiap tahap perkembangan yang dilalui, namun jika individu tersebut mengalami kesulitan atau tidak dapat menjalankan dengan baik tugas perkembangan tersebut maka akan berpengaruh pada kebutuhan tahap perkembangan selanjutnya. Utamanya saat individu sudah berada di tahap perkembangan adiyuswa, maka mereka seharusnya sudah selesai dalam menjalankan tugas perkembangan dari bayi hingga dewasa. Hurlock (2009) menjelaskan bahwa salah satu tugas perkembangan manusia pada tahap dewasa awal yaitu memulai kehidupan baru bersama dengan pasangan untuk membentuk suatu keluarga. Berdasarkan teori tersebut dijelaskan bahwa tugas perkembangan yang seharusnya dilaksanakan individu saat memasuki tahap dewasa yaitu memiliki pasangan hidup untuk membentuk sebuah keluarga. Saat tugas ini belum dapat terpenuhi di masa dewasa, maka dapat berpengaruh disaat mereka memasuki tahap selanjutnya yaitu adiyuswa. Manusia yang sudah berada pada lanjut usia pasti akan mengalami penurunan baik pada kemampuan fisik maupun kognitif. Menjadi tua merupakan suatu proses yang secara alami terjadi kepada seseorang yang sudah melewati tiga

tahap sebelumnya, yaitu kanak-kanak, remaja maupun dewasa menurut Syarif (dalam Sakti 2018). Penduduk lanjut usia di Indonesia diperkirakan akan terus menerus meningkat. Septiningsih dan Na'imah (2012) data yang didapatkan pada tahun 1970 jumlah penduduk yang mencapai umur 60 tahun ke atas berjumlah sekitar 5,31 juta orang atau 4,48% dari total penduduk Indonesia. Pada tahun 1990 jumlah tersebut meningkat hampir dua kali lipat yaitu menjadi 9,9 juta jiwa. Berdasarkan data yang didapatkan dari statistik penduduk lanjut usia oleh BPS (2019) dalam rentan waktu hampir lima dekade (1971-2019) ditemukan bahwa presentase jumlah adiyuswa di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat yaitu sebanyak 9,6%. Dimana jumlah adiyuswa wanita lebih banyak satu persen dibandingkan dengan adiyuswa pria. Seorang adiyuswa sangat membutuhkan dukungan dari sebuah keluarga untuk keberjalanan hidupnya. Namun pada era saat ini, jumlah individu yang mengambil keputusan untuk tidak menikah juga bertambah hingga ia memasuki usia dewasa baik karena faktor lingkungan, pengalaman, tuntutan agama maupun pandangan seseorang akan pernikahan. Di Indonesia sendiri, hasil sensus penduduk pada tahun 2010 yang dilaporkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa perempuan berusia 30-54 yang belum menikah berjumlah 1,418,689 orang atau sekitar 4,1% dari total jumlah perempuan Indonesia dalam rentang usia yang sama berdasarkan data BPS *online* (dalam Septiana dan Syafiq, 2013). Darmawan (dalam Sutoyo, 2009) mengungkapkan 3 masalah pokok psikologis yang dialami para lanjut usia, (1) masalah yang disebabkan oleh perubahan hidup dan kemunduran fisik yang dialami oleh lanjut usia, (2) lanjut usia sering mengalami kesepian yang

disebabkan oleh putusnya hubungan dengan orang-orang yang paling dekat dan disayangi., (3) *Post Power Syndrom*, hal ini banyak dialami lanjut usia yang baru saja mengalami pensiun, kehilangan kekuatan, penghasilan dan kebanggaan. Masalah psikologis yang mungkin dialami adiyuswa disaat mereka memutuskan untuk melajang tidak memengaruhi fakta yang kini terjadi bahwa jumlah adiyuswa yang melajang dari tahun ke tahun semakin meningkat menurut Nanda (dalam Dani dan Aryono, 2019). Hal ini dipengaruhi juga bahwa tidak semua adiyuswa yang memutuskan untuk melajang pasti merasa kesepian, mereka juga dapat merasakan kebahagiaan walaupun mereka tidak memiliki pasangan. Keputusan yang telah diambil seseorang tidak pasti membatasi seseorang untuk merasakan kebahagiaan.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia Bab 1 Pasal 1 menyebutkan bahwa Lanjut Usia merupakan individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Pengertian lajang menurut Saxton (dalam Kurniati, dkk., 2013) yaitu sebuah kondisi individu pria atau wanita yang berada dalam suatu masa di mana bersifat sementara atau jangka pendek, namun juga bisa bersifat menetap atau jangka panjang serta merupakan sebuah keputusan dalam kehidupan. Kesimpulan yang dapat diambil dari pengertian tersebut yaitu adiyuswa lajang adalah individu pria/wanita yang telah mencapai usia 60 tahun keatas dan berada pada suatu masa yang bersifat jangka panjang. Kebahagiaan (*happiness*) merupakan perasaan yang bersifat subjektif dirasakan oleh setiap individu yang mengalaminya. Argley (1987) dan Lu (1995) (dalam Grimaldy, Nirbayaningtyas, dan Haryanto, 2017) menyebutkan bahwa

happiness merupakan suatu pengalaman emosional yang bersifat positif seperti perasaan bahagia, senang dan merasa puas pada setiap hal yang telah terjadi pada kehidupannya. Medley (dalam Hakim dan Hartati, 2017) menyatakan bahwa adiyuswa yang merasakan bahagia dapat lebih siap dan sadar untuk terikat dengan berbagai kegiatan dibandingkan dengan adiyuswa yang tidak merasa bahagia. Pernyataan yang didapat dari Hurlock (dalam Hakim dan Hartati, 2017) bahwa setiap periode kehidupan memiliki faktor-faktor atau sumber-sumber tertentu yang dapat dimanfaatkan oleh individu untuk mencapai sebuah kebahagiaan. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Hartati dan Primasari, dkk. (dalam Hakim dan Hartati, 2017) mengenai sumber-sumber yang dapat memicu kebahagiaan, yaitu relasi dengan orang lain, prestasi, penggunaan waktu luang, uang dan religiusitas. Berdasarkan pemaparan sebelumnya, tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu mengetahui kebahagiaan pada oleh adiyuswa yang melajang dan hidup sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Diponegoro dan Mulyono (2015) menemukan bahwa faktor-faktor psikologi yang dapat memengaruhi kebahagiaan pada adiyuswa suku Jawa di Klaten yaitu adanya penghasilan, usia, agama yang dianut, budaya, perasaan bersyukur kepada Tuhan, adanya aktivitas fisik, hubungan sosial yang baik, mudah memaafkan, kualitas hidup yang baik, silaturahmi dengan keluarga, merasa sehat, memiliki pasangan dan anak, berhubungan baik dengan anak cucu dan menantu, serta berhubungan baik dengan saudara. Selain itu terdapat 13 afek yang memengaruhi kebahagiaan lanjut usia yaitu merasa senang, dapat sabar, suasana tenang, optimis dalam hidup, merasa

ayem tenteram, trenyuh, mendapatkan dan memberikan perhatian, bersemangat, tidak dendam, santai, sopan, senang menolong/memberi, dan tidak takut meninggal/pasrah kepada takdir di usia tua. Pada penelitian lain yang diteliti oleh Hakim dan Hartati (2017) mengenai sumber-sumber kebahagiaan adiyuswa ditinjau dari dalam dan luar tempat tinggal panti jompo mendapatkan hasil bahwa sumber utama kebahagiaan adiyuswa yang tinggal di rumah berasal dari keluarga sedangkan sumber kebahagiaan adiyuswa yang tinggal di panti jompo berasal dari aktivitas dan kegiatan yang diadakan panti untuk pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Pertiwi (2017) mengenai kebahagiaan pada lanjut usia ditinjau dari keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari menemukan hasil bahwa semakin adiyuswa terlibat dalam aktivitas sehari-hari maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan adiyuswa, untuk alasan mengapa adiyuswa memilih beraktivitas rutin atau menjadi produktif agar hidupnya tidak mudah bosan, tidak bergantung pada orang lain, merasa sehat dan bahagia. Terdapat beberapa hal yang memengaruhi aktivitas sehari-hari yaitu umur dan status perkembangan, kesehatan fisiologis, fungsi kognitif, fungsi psikososial, tingkat stres, ritme biologi, status mental, dan pelayanan kesehatan Hardywinoto (dalam Pertiwi, 2017).

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya yang pernah mendalami mengenai kebahagiaan dan adiyuswa, masih belum banyak ditemukan penelitian yang mengacu khusus pada sumber kebahagiaan yang dirasakan oleh adiyuswa yang belum pernah menikah atau melajang. Pada penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa sumber utama kebahagiaan adiyuswa yang tinggal di rumah

yaitu keluarga terutama dari anak cucu dan menantu. Sementara, pada adiyuswa yang memutuskan untuk tidak memiliki pasangan maka akan kesulitan juga untuk memiliki keturunan.

Menurut uraian di atas, penelitian ini akan menjelaskan mengenai kehidupan seorang adiyuswa yang memutuskan untuk melajang dalam menemukan sumber kebahagiaan (*happiness*) dalam menjalankan kehidupannya dan persiapan dalam menghadapi hari tua.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pemaparan yang telah dikemukakan di atas, peneliti mengajukan pertanyaan dalam penelitian ini, yaitu “bagaimana makna kebahagiaan (*happiness*) pada adiyuswa pria yang melajang dan hidup sendiri?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui makna kebahagiaan (*happiness*) pada adiyuswa pria yang melajang dan hidup sendiri. Pada penelitian ini kebahagiaan (*happiness*) di definisikan sebagai perasaan subjektif yang menyenangkan dan memberikan rasa puas tanpa adanya suatu tekanan.

D. Signifikansi Penelitian

1. Signifikansi Teoretis

- (a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi terutama pada bidang psikologi positif dan psikologi perkembangan selama rentang kehidupan pada masa adiyuswa.

- (b) Memberikan gambaran dan pengetahuan mengenai pengalaman adiyuswa yang tidak menikah dan hidup sendiri.
- (c) Menjadi salah satu sumber referensi bagi kalangan akademisi yang membutuhkan informasi dengan tema yang sama.

2. Signifikansi Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna:

(a) Bagi partisipan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu partisipan untuk dapat lebih mengenai dirinya sendiri, proses-proses psikologis yang dialaminya, serta kebahagiaan (*happiness*) yang ia alami.

(b) Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi peneliti tentang makna kebahagiaan (*happiness*) pada adiyuswa yang tidak menikah dan hidup sendiri.

(c) Bagi masyarakat

Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat berbagi pengalaman seorang adiyuswa pria yang melajang serta memberikan pengetahuan mengenai faktor individu untuk tidak menikah.

(d) Bagi akademisi

Memberikan sumbangan referensi dan kajian dalam penelitian bidang psikologi positif dan psikologi perkembangan selama rentang kehidupan terutama pada adiyuswa yang melajang dan hidup sendiri

