

## MAKNA KEBAHAGIAAN PADA LANSIA DI KELURAHAN KAIRAGI DUA

**Veren V. Rumagit**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : 17101045@unima.ac.id

**Jofie H.Mandang**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : jofiemandang@unima.ac.id

**Gloridei L. Kapahang**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : glorideykapahang@unima.ac.id

**Abstrak :** Makna kebahagiaan adalah bagaimana seseorang dapat memaknai dan menikmati kehidupan dengan bersyukur dengan apa yang terjadi dalam kehidupan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Makna Kebahagiaan Pada Lansia Di Kelurahan Kairagi Dua. Dengan menggunakan teori dari Hurlock (1980) untuk melihat aspek kebahagiaan di masa usia lanjut tergantung terpenuhinya tiga A kebahagiaan (*Three A's of Happiness*), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihian) dan *achievement* (prestasi/pencapaian).. Hasil penelitian menunjukkan subjek merasa bahagia sesuai teori dari Hurlock (1980), dan bahwa subjek sudah menerima kehidupannya yang sekarang. Bahkan dari pengalaman dari masa lalu subjek sekarang lebih memaknai kebahagiaannya di masa tua dan banyak bersyukur dengan apa yang Tuhan berikan dalam kehidupannya sekarang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu orang, dengan pengambilan sampel yaitu menggunakan *key person*. Teknik pengumpulan data yang di gunakan adalah wawancara semistruktur dan observasi. Meskipun subjek banyak mengalami kesusahan namun subjek dapat mengatasinya.

**Kata Kunci :** Makna, Kebahagiaan, lansia

**Abstract:** *The meaning of happiness is how someone can interpret and enjoy life by being grateful for what is happening in their lives. This study aims to determine the meaning of happiness in the elderly in the village of Kairagi Dua. By using the theory of Hurlock (1980) to see aspects of happiness in old age depending on the fulfillment of the three A's of Happiness, namely acceptance, affection and achievement. The results of the study show the subject feels happy according to the theory of Hurlock (1980), and that the subject has accepted his current life. Even from experiences from the past, the subject now gives more meaning to his happiness in old age and is very grateful for what God has given him in his present life. This study uses a qualitative phenomenological research method. Subjects in this study amounted to one person, with sampling that is using a key person. Data collection techniques used are semi-structured interviews and observation. Although the subject experienced many difficulties, the subject was able to overcome it.*

**Keyword :** *Meaning, Happiness, elderly*

## PENDAHULUAN

Pada dasarnya semua orang ingin memiliki kehidupan yang bahagia semua hal akan dilakukan dengan berbagai cara agar mendapatkan kebahagiaan. Semua orang juga pasti menginginkan jika pada masa tua mereka akan hidup bahagia. Dalam psikologis lansia akan merasakan bahagia ketika mendapatkan dukungan sosial yang akan membuat lansia merasa sangat nyaman, tenteram, dan damai dalam menjalani kehidupannya (Suardiman, 2011).

Stuart dan Sundeen (dalam Tamher & Noorkasiani, 2012) menjelaskan bahwa dengan adanya dukungan dari keluarga adalah hal yang paling penting untuk membantu individu menyelesaikan masalahnya, dengan adanya dukungan yang telah diberikan oleh keluarga kepada lansia maka pasti akan timbul rasa percaya diri yang tinggi, berani dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi. Hal ini sangat dimungkinkan karena di lingkungan rumah para lanjut usia memperoleh dukungan dari anggota keluarganya.

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan sejak tahun 2020, di peroleh hasil jika lanjut usia tinggal dalam lingkungan keluarga yang merawat mereka dengan penuh kasih sayang maka akan membuat mereka terlihat bahagia. Sebaiknya jika berada pada keluarga yang tidak merawat dengan baik maka lanjut usia akan terlihat tidak bahagia dan mempengaruhi kondisi fisik serta emosional mereka.

Dalam setiap fase kehidupan memiliki banyak faktor atau sumber-sumber yang dapat dimanfaatkan oleh individu guna untuk mencapai kebahagiaan (Hurlock, 2002).

Haditono (1993) mengatakan bahwa sebuah keharmonisan antara individu dengan orang terdekat maupun lingkungannya, perasaan nyaman dan damai yang di rasakan dalam lingkungan keluarga dapat memberikan kebahagiaan dan ketenteraman dalam hati anggota keluarga tersebut terlebih khusus di rasakan oleh lansia. Akan tetapi sebaliknya, jika lingkungan keluarga tidak lagi bisa memberikan kenyamanan, kehangatan dan penerimaan sosial yang baik terhadap lansia, maka bisa jadi yang muncul adalah depresi.

Suardiman (2011) mengatakan bahwa lanjut usia memiliki tiga kebutuhan hidup yaitu, kebutuhan rasa aman pada dirinya, kebutuhan rasa memiliki dan dimiliki dan kebutuhan aktualisasi diri. Memasuki lanjut usia, bukanlah hal mudah yang dapat diterima oleh seseorang dengan perubahan, penurunan dan permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang biasa terjadi pada lanjut usia terkait dengan masalah ekonomi, kesehatan, sosial, psikologis, ketidak berdayaan, ketidak berguna, dan ketidak bahagiaan (Pornamasari, 2016).

Fenomena yang biasa terjadi di masyarakat pada saat ini bagi orang tua yang berusia 60an ke atas mereka ingin lebih dekat dengan keluarga lebih ingin menghabiskan waktu dengan keluarga.

Berdasarkan fenomena yang terjadi dari pengamatan awal peneliti yang temukan di lingkungan tempat tinggal peneliti ada beberapa faktor yang membuat lansia berkurang kebahagiaannya di antara lain lansia yang istri/suaminya telah meninggal dunia, masalah kesehatan, tidak akur dengan keluarga, keluarga tidak mengurus dengan baik atau kurang

perhatian dari keluarga dan keluarga menelantarkan lansia.

Keluarga juga merupakan salah satu contoh faktor psikologis yang membuat lansia bahagia di masa tua dan masih banyak lagi faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan lansia selain keluarga.

Dalam penelitian ini juga peneliti memakai pendekatan budaya yaitu budaya yang ada di Kelurahan Kairagi Dua. Alasan peneliti memakai pendekatan budaya di karenakan lansia yang tinggal di Desa dan lansia yang tinggal di Kota terutama di Kelurahan Kairagi Dua menurut pandangan peneliti aktivitas sehari-hari mereka itu berbeda. Salah satu contoh, lansia yang tinggal di Desa masih banyak yang bertani dan menghabiskan waktu atau aktivitas sehari-hari mereka, mereka habiskan di kebun atau di ladang.

Sedangkan lansia yang tinggal di Kota terutama lansia yang akan menjadi subjek peneliti yang tinggal di Kelurahan Kairagi Dua tidak bertani dan aktivitas sehari-hari walaupun kebanyakan tinggal dirumah, akan tetapi lansia yang berada di lokasi penelitian juga memiliki aktivitas keagamaan. Seperti contohnya ibadah di gereja, ibadah lanjut usia antar wilayah, tingkat jemaat. Ada juga ibadah kolom, kaum ibu dan rukun-rukun keluarga.

Sesuai dengan penjelasan sebelumnya, maka peneliti ingin mengetahui tentang makna kebahagiaan pada lansia di kelurahan kairagi dua berdasarkan “Tiga A Kebahagiaan ”(Three A’s of Happiness), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihian) dan *achievement* (prestasi/pencapaian) yang dikemukakan oleh Hurlock (1980). Bagaimana lansia menerima diri sendiri; Bagaimana lansia

menunjukkan kasih sayang kepada orang lain; Dan sejauh mana lansia puas dengan pencapaian mereka.

## **METODE**

Pada penelitian ini penulis memakai penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Fenomenologi berusaha mencari pemahaman bagaimana manusia mengkonstruksi makna dan konsep penting dalam kerangka intersubektivitas (pemahaman kita mengenai dunia dibentuk oleh hubungan kita dengan orang lain (Kuswarno, 2009). Pendekatan fenomenologi tersebut digunakan sesuai dengan tujuan dari fenomenologi itu sendiri yakni menangkap sedekat mungkin bagaimana lanjut usia memaknai kebahagiaan di masa tua.

Cara memperoleh informan dalam penelitian ini yaitu dilakukan dengan cara *key person*. Pada penelitian ini, peneliti memperoleh informan penelitian melalui cara *key person* karena sebelumnya peneliti sudah memahami informasi awal tentang subjek penelitian sehingga peneliti memakai *key person* untuk melakukan wawancara. Pada pendekatan penelitian ini, peneliti memakai pendekatan fenomenologi yaitu di mana untuk memaknai suatu peristiwa dan interaksi manusia pada situasi tertentu. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah :Lansia dini (60-70 tahun)

Subjek dalam penelitian ini yaitu lansia Wanita yang berumur 66 Tahun yang sudah menjanda 17 tahun lamanya, dan subjek berdomisili di Kairagi Dua.

Dalam penelitian ini agar supaya menjadi acuan maka peneliti memerlukan pengambilan data yang sesuai, guna untuk menunjang jalannya proses analisis data yaitu : Observasi, wawancara dan dokumentasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Semua orang yang hidup di dunia ini pasti menginginkan kehidupan yang bahagia, terlebih khusus dalam penelitian ini adalah seorang lansia dini yang kisaran usia (60-70 tahun), menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998. Di dalam penelitian ini kita akan melihat bagaimana lansia dini yang memaknai kebahagiaannya di masa tua.

Subjek merupakan seorang lansia yang menjadi pusat perhatian di tempat tinggal subjek. Karena subjek adalah lansia yang biasa di katakana cerewet akan tetapi memiliki tingkat kepedulian atau sosial yang tinggi. Walaupun memiliki kondisi ekonomi di bawah rata-rata, seperti dalam hasil observasi subjek mengatakan bahwa subjek merasakan sakit hati karena tidak memiliki biaya untuk menyekolahkan anak-anaknya. Yang dimana semua orang tua pasti menginginkan masa depan anak-anak mereka bahagia dengan menimbah ilmu dengan bersekolah.

Dalam penelitian ini juga peneliti memakai pendekatan budaya yaitu budaya yang ada di Kelurahan Kairagi Dua. Alasan peneliti memakai pendekatan budaya di karenakan lansia yang tinggal di Desa dan lansia yang tinggal di Kota terutama di Kelurahan Kairagi Dua menurut pandangan peneliti aktivitas sehari-hari mereka itu berbeda.

Salah satu contoh, lansia yang tinggal di Desa masih banyak yang bertani dan menghabiskan waktu atau aktivitas sehari-hari mereka, mereka habiskan di kebun atau di ladang. Sedangkan lansia yang tinggal di Kota terutama lansia yang akan menjadi subjek peneliti yang tinggal di Kelurahan Kairagi Dua tidak bertani

dan aktivitas sehari-hari walaupun kebanyakan tinggal dirumah.

Bisa di lihat dari hasil penelitian ini subjek walaupun tidak sama seperti kebanyakan lansia di desa, yang banyak menghabiskan waktu mereka untuk bertani, namun subjek memaknai kebahagiaan di masa lansia subjek dengan melakukan aktivitas-aktivitas yang positif contohnya : pergi ke persekutuan ibadah, membantu tetangga dan memberikan kasih sayang kepada keluarganya.

Menurut Hurlock (1980) untuk melihat aspek kebahagiaan di masa usia lanjut tergantung terpenuhinya tiga A kebahagiaan (*Three A's of Happiness*), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasih) dan *achievement* (prestasi/pencapaian). Bagaimana mereka menerima diri sendiri; Bagaimana mereka menunjukkan kasih sayang kepada orang lain; Dan sejauh mana lansia puas dengan pencapaian mereka.

Subjek juga merupakan lansia yang pada masa mudanya banyak hal yang tidak berjalan sesuai dengan keinginannya, cita-cita dan harapannya juga. Subjek banyak memendam keinginannya di masa muda karena kondisi ekonomi keluarganya di bawah rata-rata, sehingga subjek dan kakak beradik subjek tidak meneruskan untuk menimbah ilmu setinggi-tinggi mungkin.

Biaya sekolah subjek pada masa lalu juga di biyai oleh om subjek sehingga subjek banyak memendam harapannya untuk melanjutkan sekolah.

Sebagai seorang lansia mereka membutuhkan perhatian khusus dari semua keluarga, anak-anak, cucu-cucu serta cece-cece yang ada. Dimasa tua mereka, mereka tidak mengingini banyak hal yang mereka inginkan adalah kasih sayang dan juga perhatian

dari keluarga. Tak hanya itu, sebagai seorang lansia mereka ingin banyak berinteraksi dengan tetangga-tetangganya walaupun hanya duduk dan bercerita.

Pada masa lalu subjek, subjek banyak memendam keinginan untuk dirinya sendiri maupun untuk anak-anaknya. Oleh karena itu banyak sekali harapan dan cita-cita subjek yang terpendam. Subjek juga awalnya belum menerima akan kematian suaminya. Subjek merasa seakan hidup sudah tidak ada gunanya lagi.

Karena subjek berpikir dengan kondisi ekonomi di bawah rata-rata dan juga sekarang suaminya sudah meninggal, subjeklah yang akan menggantikan posisi suaminya sebagai kepala keluarga. Namun, secara perlahan subjek pun mulai menerima dan bangkit dari keterpurukan.

Subjek merupakan seorang yang banyak bersyukur dengan apa yang terjadi dalam kehidupannya. Walaupun dalam keadaan yang terpuruk dan juga kondisi ekonomi yang bisa dikatakan di bawah rata-rata, subjek tidak pernah berhenti bersyukur dengan apa yang Tuhan berikan dalam kehidupan subjek.

Subjek juga merupakan lansia yang rajin pergi ke rumah ibadah, pergi ke rukun keluarga, dan ibadah-ibadah lainnya. Subjek membangun komunikasi dengan tetangga-tetangganya dengan sangat baik, sehingga tetangga subjek tidak pernah menutup mata, telinga mereka di saat subjek dalam keadaan susah atau memerlukan bantuan.

Walaupun subjek kebanyakan menghabiskan waktu dirumah saja, namun tetangga-tetangganya sesekali pada sore hari datang untuk bersantai dan bercerita bersama. Subjek juga tidak pernah membiarkan atau

mengabaikan jika ada tetangga-tetangga yang memerlukan bantuan.

Hubungan yang dibangun subjek dengan tetangga-tetangganya sangat erat sehingga sudah seperti keluarga sendiri. Di saat subjek sakit, membutuhkan bantuan, sedang dalam keadaan yang susah, kadang kala kehabisan sandang dan pangan, tetangga-tetangga subjek selalu ada untuk subjek di karenakan anak-anak subjek tinggal jauh dari subjek.

Ada anak bungsu yang tinggal dengan subjek namun karena sudah menikah otomatis lebih banyak menghabiskan waktu untuk bekerja dan tinggal bersama dengan suaminya. Anak-anak subjek yang tinggal jauh dari subjek walaupun kehidupan ekonomi yang rata-rata yang selalu memberikan perhatian walaupun hanya dari via telephone yang dulunya subjek banyak memendam harapan dan sakit hati karena tidak mampu untuk menyekolahkan anak-anaknya ke jenjang yang lebih tinggi.

Namun sekarang subjek sudah bahagia karena semua anak-anaknya sudah memiliki kehidupan masing-masing bersama keluarga kecil mereka walaupun tinggal jauh dari subjek.

Subjek merupakan lansia yang rajin bekerja, sehingga pencapaian yang di dapatkannya membuat subjek bahagia di masa tua karena pernah membuka rumah makan kecil-kecilan walau dalam jangka waktu yang pendek karena kendala ekonomi. Dan subjek juga subjek bangga dengan dirinya sendiri, karena pandai memasak.

Dengan kehidupan yang Tuhan berikan kepada subjek, subjek selalu bersyukur dan selalu mengucapkan terima kasih kepada Tuhan, karena masih bisa memberikan nafas kehidupan kepada subjek hingga masih boleh bernafas sampai saat ini, dan

juga masih bisa merasakan perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya sebagai seorang lansia, dengan memutih rambutnya dan kulit yang mulai berkeriput.

Subjek merupakan lansia dini yang menerima dirinya sebagai seorang lansia. Subjek juga walaupun hidup dalam kekurangan, subjek tidak pernah lupa untuk saling mengasihi dan memberi kepada yang membutuhkan. Selalu berbuat baik, tidak pernah lupa untuk beribadah kepada Tuhan, saling tolong menolong dan yang paling penting selalu mengucapkan syukur.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memandang hidupnya bahagia dengan terpenuhinya aspek kebahagiaan dari Hurlock yaitu tiga A kebahagiaan (*Three A's of Happiness*), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasih) dan *achievement* (prestasi/pencapaian).

#### A. *Acceptance* (penerimaan)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan menerima dirinya sebagai seorang lansia dan menerima kehidupan yang telah diberikan Tuhan kepadanya. Dalam hasil penelitian subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan menerima dirinya sebagai seorang lansia, rambutnya memutih, kulit berkeriput, tenaga sudah tidak lagi seperti dulu, dan menerima bahwa subjek sudah menjada selama 17 tahun, dan juga menerima semua keadaan fisik dan ekonomi.

#### B. *Affection* (pengasihanan/kasih sayang)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan memberikan kasih sayang kepada keluarga dan orang-orang

terdekat, dan juga merasakan kasih sayang yang di berikan dari keluarga dan orang terdekat subjek. Dalam hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek adalah orang yang sangat ramah dan sangat menyanyang dengan memberikan kasih sayang kepada keluarga dan orang terdekatnya dengan tulus, dan juga orang keluarga dan orang terdekat subjek selalu memberikan kasih sayang kepada subjek dengan tulus.

#### C. *Achievement*

(prestasi/pencapaian)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan bersyukur dengan napa yang telah di capainya di masa lalu maupun sekarang. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pada subjek sangat bersyukur dengan napa yang telah di capainya baik di masa lalu maupun di masa sekarang, dengan kerja keras dan juga semangat yang tak pernah patah subjek bersyukur dengan napa yang di capainya.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek sudah menerima kehidupannya yang sekarang. Bahkan dari pengalaman dari masa lalu subjek sekarang lebih banyak bersyukur dengan apa yang Tuhan berikan dalam kehidupannya sekarang. Walaupun hidup dalam kondisi ekonomi yang bisa dikatakan dibawah rata-rata, namun subjek tidak pernah kehabisan sandang dan pangan.

Subjek juga merupakan seorang yang selalu mengucapkan syukur dalam segala hal dengan memberi, membantu orang yang

dalam kesusahan. Subjek juga merupakan lansia dini yang menerima dirinya sebagai seorang lansia, dengan menikmati proses penuaan rambut menjadi putih dan kulit yang mulai berkeriput dan juga pergi keibadah-ibadah persekutuan lansia.

Subjek sangat memaknai arti dari kebahagiaan lansia yang terjadi di dalam kehidupannya. Dalam penelitian ini peneliti memakai teori dari Hurlock untuk melihat aspek kebahagiaan di masa usia lanjut dengan terpenuhinya tiga A (*Three A's of Happiness*), yaitu *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihanan) dan *achievement* (prestasi/pencapaian).

#### A. *Acceptance* (penerimaan)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan menerima dirinya sebagai seorang lansia dan menerima kehidupan yang telah diberika Tuhan kepadanya. Dalam hasil penelitian subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan menerima dirinya sebagai seorang lansia, rambutnya memutih, kulit berkeriput, tenaga sudah tidak lagi seperti dulu, dan menerima bahwa subjek sudah menjada selama 17 tahun, dan juga menerima semua keadaan fisik dan ekonomi.

#### B. *Affection* (pengasihanan/kasih sayang)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan memberikan kasih sayang kepada keluarga dan orang-orang terdekat, dan juga merasakan kasih sayang yang di berikan dari keluarga dan orang terdekat subjek. Dalam hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek adalah orang yang

sangat ramah dan sangat menyanyang dengan memberikan kasih sayang kepada keluarga dan orang terdekatnya dengan tulus, dan juga orang keluarga dan orang terdekat subjek selalu memberikan kasih sayang kepada subjek dengan tulus.

#### C. *Achievement*

(prestasi/pencapaian)

Bagaimana subjek memaknai kebahagiaan di masa lanjut usia dengan bersyukur dengan napa yang telah di capainya di masa lalu maupun sekarang. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pada subjek sangat bersyukur dengan napa yang telah di capainya baik di masa lalu maupun di masa sekarang, dengan kerja keras dan juga semangat yang tak pernah patah subjek bersyukur dengan napa yang di capainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E.B. (2002). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan edisi kelima. (Istiwidyanti & Sudjarwo. Terjemahan). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatakan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta. Erlangga. 1980
- Haditono, S.R. (1993). Psikogerontologi. Diktat Kuliah Psikologi. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Kuswarno, Engkus. 2009. Fenomenologi (*fenomena pengemis kota bandung*). Bandung : Widya Padjadjaran.
- Republik Indonesia. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13

tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia 1998.

- Suardiman, P, S. (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Tamher, S., Noorkasiani. (2012). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Pornamasari, R, D. (2016). *Kebahagiaan (happiness) Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Partisipasi Aktivitas Keagamaan*. Skripsi. Surakarta : Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta