

METODE DALAM MENEMUKAN KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI WERDHA BANDA ACEH

Sarah Cut Putri¹; Khairani²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
e-mail: cutputrisarah0410@gmail.com; Khairani_ppk07@yahoo.com

ABSTRAK

Kebermaknaan hidup merupakan suatu kondisi dimana seseorang dapat menghayati kehidupan yang bersifat khusus, unik, bebas dalam memilih sikap, bertanggung jawab atas pilihan yang telah diambil. Kebermaknaan hidup tidak berasal dari luar diri seseorang. Kebermaknaan hidup diciptakan oleh individu itu sendiri dari keyakinan dalam diri sehingga manusia berjuang untuk mengaktualisasikan dirinya bahkan seharusnya manusia membuktikan dirinya untuk merealisasikan potensi-potensi yang dimiliki. Adapun bagian dari metode dalam menemukan kebermaknaan hidup adalah pemahaman pribadi, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalaman tiga nilai dan ibadah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif*. Responden dalam penelitian ini adalah lanjut usia sebanyak 52 orang yang diperoleh dengan metode *total sampling*. Alat pengumpulan data berupa kuesioner dengan cara wawancara terpimpin. Hasil pengolahan data menunjukkan metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia berada pada kategori baik dengan jumlah 27 responden (51,9%). Hasil pengolahan data metode pemahaman pribadi berada pada kategori baik (55,8%), metode bertindak positif berada pada kategori baik (59,6%), metode pengakraban hubungan berada pada kategori baik (57,7%), metode pendalaman tiga nilai berada pada kategori baik (51,9%), dan metode ibadah berada pada kategori baik (90,4%). Diharapkan bagi Dinas Sosial agar tetap mempertahankan serta lebih meningkatkan kepedulian terhadap lanjut usia yang berada di Panti Werdha Banda Aceh sehingga lanjut usia dapat meningkatkan metode dalam menemukan kebermaknaan hidup.

Kata Kunci : Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup, Lansia

ABSTRACT

Meaningfulness of life is a condition where someone can live a life that is special, unique, free in choosing attitudes, responsible for the choices that have been made. It does not come from outside of a person yet it is created by an individual from a belief in her/himself that as a human being to actualize her/himself and even humans should prove themselves to realize the potentials. Some parts of the method in discovering the meaningfulness of life are personal understanding, acting positively, familiarizing relationships, deepening the three values, and worship. This study was meant to know the method of finding meaningful life of elderly who live in Panti Werdha Banda Aceh. This was a descriptive study. There were 53 elderly chosen as research respondents which were selected through total sampling technique. The data collection tool used to obtain the data was questionnaire which was formulated as guided interview. The results of data analysis revealed that the method used in finding meaningfulness of elderly life was in good category with the number of 27 respondents (51.9%). The result of data processing method of personal understanding was also in good category (55.8%), positive acting method in good category (59.6%), method of intimacy of relation was in good category (57.7%), deepening of three values was in good category (51.9%), and the method of worship was in good category (90.4%). Based on these findings, it is expected that the Social Service Department to maintain and encourage the awareness for elderly who are sheltered in Panti Werdha Banda Aceh so that they can improve the method in finding a more meaningful life.

Keywords : Methods in finding a meaningful life, Elderly

PENDAHULUAN

United Nations (2015) menyebutkan 9901.000.000 orang yang berusia 60 tahun atau lebih, yang mewakili atas 12% dari jumlah populasi global. Pada tahun 2050 populasi lansia diproyeksikan lebih dari 2 kali lipat di tahun 2015, yaitu mencapai 2.1 milyar. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia. Berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2010, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 18,1 juta jiwa (7,6% dari total penduduk). Pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa (Kemenkes, 2015). Jumlah lanjut usia di Aceh mengalami peningkatan dari 171.100 jiwa pada tahun 2010, menjadi 175.000 jiwa pada tahun 2011 (Badan Pusat Statistik Aceh, 2013).

Pada saat proses perkembangan lanjut usia menjadi individu yang berarti dalam hidup tampak sangat penting. Lanjut usia harus bisa melewati masa tua dengan tenang dan harus bisa menerima. (Suprpto, 2013 dalam Kaharingan, et al, 2015). Hal tersebut dapat membuat lanjut usia terpengaruh dalam memaknai kehidupan. Kebermaknaan hidup lanjut usia berkaitan dengan persepsi terhadap kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan fungsi fisik yang baik, psikologis, kesehatan, hubungan dengan orang lain dan aktivitas sosial. Dengan memiliki makna hidup maka individu lanjut usia dapat meningkatkan semangat hidup dan menumbuhkan dasar kesejahteraan (Kaharingan, et al, 2015).

Lansia yang tinggal di panti jompo terdapat banyak fenomena yang terjadi, seperti yang kita ketahui bahwa tinggal di panti jompo akan membuat lansia jauh dari keluarga, serta membuat jenuh dan kesepian bagi lansia. Bisa juga diakibatkan oleh perubahan peran di dalam keluarga sehingga menyebabkan lansia merasa tidak ada yang memberi perhatian secara khusus, keluarga dan anak-anak tidak mempunyai waktu yang cukup untuk mengurusnya dikarenakan mempunyai pekerjaan sendiri sehingga lansia dititipkan di panti jompo. Perpindahan ke lokasi baru akan membuat lansia kesepian (Baron dan Byrne, 2005 dalam Bahkrudinsyah, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Bahkrudinsyah (2016) dengan judul Makna Hidup Dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia di Panti Werdha Nirmana Puri Samarinda menunjukkan hasil bahwa makna hidup 7 dari 8 orang lansia memiliki nilai positif terhadap makna hidup sehingga memperoleh arti kebahagiaan dalam menjalani kehidupan di panti tersebut.

Dari berbagai penelitian tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa walaupun lansia yang sudah banyak yang memiliki nilai positif terhadap makna hidup, terdapat juga lansia yang kadang-kadang masih kehilangan arah dan tujuan hidup dan merasakan hampa. Hal tersebut sejalan dengan teori Victor E. Frankl (1964 dalam bastaman, 2007), yaitu menjelaskan apabila suatu keinginan dapat terpenuhi maka seseorang akan merasa berguna, berharga serta berarti. Sebaliknya apabila keinginan tersebut tidak terpenuhi maka akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan tidak berguna.

Di Panti Werdha Banda Aceh sudah pernah dijalankan kegiatan-kegiatan seperti melakukan ibadah bersama, berkumpul dan olahraga bersama namun belum pernah ada penelitian terkait metode yang dipilih oleh lansia dalam memaknai hidupnya. Untuk itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana Metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh”.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif menggunakan desain *descriptive* yang dilaksanakan pada 3-7 Juli 2017 di Panti Werdha Banda Aceh. Sampel dalam penelitian ini adalah 52 lansia yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara terpimpin menggunakan kuesioner yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Data diolah dengan langkah-langkah: *editing, coding, transferring, dan tabulating*.

Penelitian dilakukan setelah mendapatkan surat lulus uji etik dari Komite Etik Fakultas Keperawatan

Universitas Syiah Kuala yang bertujuan untuk melindungi dan menjamin kerahasiaan responden. Analisa data terdiri dari analisa univariat. Analisa univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari setiap variabel.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 52 responden, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Data Demografi	f	%
1.	Usia		
	Lansia akhir	12	23,1
	Manula	40	76,9
2.	Jenis kelamin		
	Laki-laki	16	30,8
	Perempuan	36	69,2
3.	Pendidikan terakhir		
	Tidak sekolah	32	61,5
	Tamat SD	9	17,3
	Tamat SMP	5	9,6
	Tamat SMA	4	7,7
	Tamat PT	2	3,8
4.	Lama tinggal		
	< 5 Tahun	22	42,3
	> 5 Tahun	30	57,7

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa umumnya lansia yang tinggal di Panti Werdha berusia manula (56-65 tahun), berjenis kelamin perempuan, tidak pernah bersekolah dan telah tinggal di panti selama > 5 tahun.

Tabel 2. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh

No	Katagori	f	%
1.	Baik	27	51,9
2.	Kurang baik	25	48,1

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia di Panti Werdha Banda Aceh berada pada katagori baik yang ditujukan dengan frekuensi 27 orang (51,9%).

Tabel 3. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari Pemahaman Pribadi

No	Katagori	F	%
1.	Baik	29	55,8
2.	Kurang Baik	23	44,2

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari pemahaman pribadi pada 52 responden berada pada katagori baik yang ditujukan dengan frekuensi 29 orang (55,8%).

Tabel 4. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari Bertindak Positif

No	Katagori	f	%
1.	Baik	31	59,6
2.	Kurang Baik	21	40,4

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari bertindak positif pada 52 responden berada pada katagori baik yang ditujukan dengan frekuensi 31 orang (59,6%).

Tabel 5. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari Pengakraban Hubungan

No	Katagori	F	%
1.	Baik	30	57,7
2.	Kurang Baik	22	42,3

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari pengakraban hubungan pada 52 responden berada pada katagori baik yang ditujukan dengan frekuensi 30 orang (57,7%).

Tabel 6. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari Pendalaman Tiga Nilai

No	Kategori	f	%
1.	Baik	27	51,9
2.	Kurang Baik	25	48,1

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari pendalaman tiga nilai pada 52 responden berada pada kategori baik yang ditunjukkan dengan frekuensi 27 orang (51,9%).

Tabel 7. Metode dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari Ibadah

No	Kategori	f	%
1.	Baik	47	90,4
2.	Kurang Baik	5	9,6

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh ditinjau dari ibadah pada 52 responden berada pada kategori baik yang ditunjukkan dengan frekuensi 47 orang (90,4%).

Tabel 8. Persentase Metode yang Digunakan Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Banda Aceh dalam Menemukan Kebermaknaan Hidup

No	Metode	persentase
1.	Pemahaman pribadi	55,8
2.	Bertindak positif	59,6
3.	Pengakraban hubungan	57,7
4.	Pendalaman tiga nilai	51,9
5.	ibadah	90,4

Berdasarkan tabel 8 dapat dilihat bahwa metode dalam menentukan kebermaknaan hidup pada umumnya digunakan oleh lansia yang tinggal di Panti Werdha Banda Aceh adalah pada metode ibadah.

PEMBAHASAN

Metode dengan Pemahaman Pribadi

Metode pemahaman pribadi menunjukkan bahwa lansia dapat mengurangi kelemahan-kelemahan dirinya sendiri dan dilanjutkan dengan memutuskan kekuatan untuk meningkatkan kelebihan-kelebihan yang dimiliki dan mengoptimalkan potensi diri, oleh sebab itu perlu terus ditingkatkan agar dapat mempertahankan pemahaman pribadi pada lansia.

Menurut Safaria (2005) terdapat beberapa hal yang perlu diperoleh melalui pemahaman pribadi, salah satunya adalah mengenali keunggulan-keunggulan serta kelemahan-kelemahan pribadi, baik berupa penampilan, bakat, sikap, maupun pemikiran, dan mengenali lingkungan seperti keluarga, tetangga dan rekan kerja. Dengan demikian, lansia dalam penelitian ini sudah mampu menjalankan metode pemahaman pribadi dalam kehidupannya seperti sudah mengetahui dalam mengubah kondisi menjadi lebih sehat sudah menjadi tugasnya walaupun selama ini kemauannya dalam menjaga kesehatan hanya karena mengikuti peraturan.

Dalam teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), memahami diri sangat bermanfaat untuk meningkatkan potensi-potensi dan segi-segi positif serta meminimalkan segi-segi negatif setiap individu, pada semua masalah dapat dipahami sumber dan polanya serta apa yang didambakan selama ini. Selain itu bermanfaat juga untuk hal yang sering hilang dalam perhatian kita tentang memahami semua kebaikan yang kita miliki serta kita terima selama ini. Dalam penelitian ini sebagian dari lansia masih belum mampu menentukan sendiri kegiatan yang akan dilakukan, sehingga dalam hal ini maka perlu dilakukan peningkatan potensi-potensi. Dan segi-segi positif agar lanjut usia bisa lebih memaknai kehidupannya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ariyani (2013), menunjukkan bahwa alasan lansia tinggal di panti werdha mempengaruhi tingkat keberhasilan adaptasi yang dilakukan. Alasan yang mendorong seorang lansia untuk tinggal di panti werdha berbeda - beda pada setiap individu, bagi yang tinggal di panti werdha

karena keinginan sendiri beralasan bahwa tidak ingin merepotkan keluarga yang sibuk dan merasa dengan tinggal di panti werdha maka akan mendapat pelayanan yang lebih baik. Sedangkan lansia yang tinggal di panti werdha bukan karena keinginannya cenderung tidak bisa menerima keberadaannya. Dalam penelitian ini sebagian besar lansia masih tidak bisa menumbuhkan kekuatan diri ketika mengalami masalah sulit karena sebagian dari lansia tersebut belum bisa menyesuaikan dirinya walaupun sudah lama tinggal di panti Werdha tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan lanjut usia dalam penelitian ini dapat mengoptimalkan potensi diri sehingga mencapai kesuksesan dalam mengubah diri menjadi lebih sehat. Walaupun sebagian dari lansia tersebut belum mampu menentukan sendiri kegiatan apa yang akan dilakukannya serta lansia sebagian belum bisa menumbuhkan kekuatan dirinya ketika menghadapi masalah selama tinggal di panti werdha.

Metode dengan Bertindak Positif

Metode bertindak positif menunjukkan bahwa lansia dalam penelitian ini umumnya dapat menumbuhkan kebermaknaan hidup dengan memilih tindakan-tindakan nyata yang benar-benar dapat dilakukan secara wajar tanpa memaksakan diri dan memperhatikan reaksi-reaksi spontan dari lingkungan terhadap usaha untuk bertindak positif

Menurut Safaria (2005) bertindak positif seperti melakukan keinginan yang bermanfaat, olahraga, mengikuti ceramah, berwiraswasta, menulis buku atau membina hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain. Terdapat contoh-contoh tindakan positif antara lain mudah untuk memberi senyuman, memuji orang lain, menolong dengan sukarela, menyampaikan salam, ataupun sering memberi hadiah kecil seperti makanan, kue dan lain-lain. Selain itu tindakan positif juga berupa datang tepat waktu, berteman, melakukan kegiatan ibadah dan membaca buku-buku. Dalam penelitian ini, lansia hanya sebagian besar tidak melakukan olahraga di pagi hari, hal tersebut disebabkan lansia jarang melakukannya sehingga merasa berat untuk melakukan hal tersebut, serta sebagian

lansia juga kurang peduli dan menolong dengan sesama. Sehingga perlu ditingkatkan lagi dalam hal ini.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Romadhoni & Setyawati (2013), menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup, dimana semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, begitu juga sebaliknya semakin rendah penyesuaian dirinya maka semakin rendah kebermaknaan hidupnya. Dengan demikian, lansia dalam penelitian ini sebagian sudah mampu menjalankan metode bertindak positif dalam kehidupannya seperti sebagian dari lansia tersebut senang memberikan pujian kepada orang lain serta senang mengikuti kegiatan ibadah yang dilakukan di panti werdha tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan lanjut usia dalam penelitian ini dapat memilih tindakan-tindakan nyata yang benar-benar dapat dilakukan secara wajar tanpa memaksakan diri dan memperhatikan reaksi-reaksi spontan dari lingkungan terhadap usaha untuk memberikan pujian kepada orang lain, serta melakukan ibadah yang telah diadakan di panti. Walaupun sebagian besar dari lansia tidak melakukan olahraga di pagi hari serta kurang peduli antar sesama.

Metode dengan Pengakraban Hubungan

Terjadinya pengakraban hubungan yang baik pada lansia di Panti Werdha tidak hanya disebabkan karena kehidupan sosial namun juga terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti lama tinggal, sebagaimana terdapat pada tabel 5.1 lama tinggal lansia > 5 tahun yaitu 57,5%.

Sebagai makhluk sosial manusia tidak akan terlepas dari individu yang lainnya. Semuanya disebabkan karena manusia memiliki kebutuhan afiliasi yaitu kebutuhan untuk selalu memperoleh kasih sayang dan penghargaan dari orang lain (Safaria, 2005). Dalam teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), mendekatkan hubungan baik dengan pribadi-pribadi tertentu seperti anggota keluarga, teman, rekan kerja. Maka akan memperoleh hasil yang saling percaya, saling membutuhkan satu sama lainnya dan juga saling menolong

sesama. Dengan demikian, lansia dalam penelitian ini sebagian besar sudah bisa menjalani hubungan baik dengan teman disebabkan mereka yakin akan menumbuhkan rasa saling percaya, suka menjaga hubungan baik dengan orang lain serta selalu menjaga perasaan kedekatan dengan teman-teman selain menjaga kelancara komunikasi.

Terlepas dari peran manusia sebagai makhluk sosial manusia juga hendaknya membina hubungan dengan sang pencipta. Cara membina hubungan yang dekat dengan sang pencipta adalah melalui kegiatan ritual keagamaan, misalnya shalat, berdzikir, membaca Al-quran, ke mesjid dan lain sebagainya (Safaria, 2005). Dalam pengakraban hubungan, tidak hanya kelancaran komunikasi yang diutamakan akan tetapi perasaan kedekatan yang harus senantiasa dijaga serta dikembangkan, sehingga dengan demikian akan mengikat dan memberikan makna tersendiri bagi setiap individu (Bastaman, 2007). Dengan demikian, lansia dalam penelitian ini sudah menumbuhkan rasa saling percaya dengan cara menjalin hubungan baik dengan teman, sehingga tentram, damai, merasa selalu dilindungi

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Romadhoni & Setyawati (2013), ada hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup, dimana semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, begitu juga sebaliknya semakin rendah penyesuaian dirinya maka semakin rendah kebermaknaan hidupnya. Dalam penelitian ini, dapat dilihat lansia sudah menjalankan hubungan baik dengan orang lain dan diartikan lansia dalam penelitian ini sudah dapat menyesuaikan dirinya, maka kebermaknaan hidup lansia sudah tinggi ataupun baik.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa, lanjut usia dalam penelitian umumnya sudah bisa menjalani hubungan baik dengan teman karena mereka yakin dengan itu maka akan menumbuhkan rasa saling percaya, lansia juga suka menjaga hubungan baik dengan orang lain, serta selalu menjaga perasaan kedekatan dengan teman-teman selain menjaga kelancara komunikasi. Lansia menganggap dengan menjalin hubungan

baik dengan teman, maka akan merasa tentram, damai, merasa selalu dilindungi. dapat diartikan lansia dalam penelitian ini sudah dapat menyesuaikan dirinya, maka kebermaknaan hidup lansia sudah tinggi ataupun baik.

Metode dengan Pendalaman Tiga Nilai

Metode pendalaman tiga nilai menunjukkan bahwa lansia pada penelitian ini sudah menemukan makna hidup dengan sumber dari usaha-usaha lansia untuk memahami dengan baik dari nilai kreatif, nilai penghayatan dan nilai bersikap.

Menurut teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), pendalaman nilai-nilai berkarya atau kreatif merupakan suatu kegiatan berkarya, mencipta, bekerja serta melaksanakan tugas dan kewajiban dengan sebaik-baiknya dan diikuti oleh tanggung jawab penuh. Contoh dari kegiatan berkarya yaitu meningkatkan keikutsertaan diri terhadap tugas dan menekuni suatu pekerjaan serta berusaha melaksanakan tugas tersebut dengan sebaik-baiknya. Melalui hal tersebut, seseorang dapat menemukan arti hidup dan menikmati kehidupan secara bermakna. Dalam penelitian ini, lansia umumnya telah melakukan tugas dan kewajiban yang telah diberikan kepadanya, walaupun sebagian lansia dalam penelitian ini masih kurang membuat sesuatu yang berguna untuk orang lain.

Dalam teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), juga mengatakan selain nilai berkarya terdapat juga nilai-nilai penghayatan, yang mana lansia bisa mencoba mengamati, memahami, meyakini, menyimak dan menghayati semua nilai-nilai yang ada dalam kehidupan, seperti halnya kebenaran, kebijakan, keindahan, keimanan serta cinta kasih sehingga dapat menimbulkan perasaan kepuasan, ketenangan serta bermakna. Dalam penelitian ini, sebagian lansia sudah berkorban untuk orang yang dicintai, serta umumnya lansia dalam penelitian ini beranggapan dengan mencintai orang lain maka akan membuat hidup lebih berarti.

Selain itu dalam teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), juga mengatakan selain nilai-nilai kreatif dan nilai-nilai penghayatan terdapat juga nilai-nilai bersikap, pada awalnya memberikan

kesempatan pada semua orang untuk mengambil sikap yang terbaik atas kondisi tragis dan semua kegagalan yang telah terjadi serta yang tidak dapat dihindari. sehingga dapat memberikan pembelajaran serta pengalaman berharga bagi seseorang, serta apabila seseorang berhasil mengambil sikap yang tepat maka akan menimbulkan hikmah dan makna tersendiri. Dalam penelitian ini, umumnya lansia sudah mengambil sikap terbaik atas masalah yang telah terjadi dalam kehidupan, serta meyakini bahwa semua sakit yang dialaminya selama ini merupakan salah satu penghapusan doa yang telah didalkukan selama hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa, lanjut usia dalam penelitian ini umumnya telah melakukan tugas dan kewajiban yang telah diberikan kepadanya, walaupun sebagian lansia dalam penelitian ini masih kurang membuat sesuatu yang berguna untuk orang lain. Lansia pada penelitian ini juga senang berkorban untuk orang yang dicintai, serta umumnya lansia dalam penelitian ini beranggapan dengan mencintai orang lain maka akan membuat hidup lebih berarti. Selain itu lansia sudah mengambil sikap terbaik atas masalah yang telah terjadi dalam kehidupan, serta meyakini bahwa semua sakit yang dialaminya selama ini merupakan salah satu penghapusan doa yang telah didalkukan selama hidupnya.

Metode dengan Ibadah

Metode ibadah menunjukkan bahwa lansia dalam penelitian ini umumnya dapat menentukan kebermakaan hidup dengan menjalankan apa yang diperintah dan menjauhi apa yang dilarang oleh sang pencipta maka akan memberikan warna bahagia, ketentraman serta terasa bermakna bagi kehidupan.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Widaya (2014), yaitu responden yang mendapatkan pelatihan dzikir akan mengalami peningkatan kebermakaan hidup lebih tinggi daripada responden yang tidak mendapatkan pelatihan dzikir. Dalam penelitian ini, lansia sudah meyakini akan keberadaan sang pencipta sehingga mendorong lansia untuk mengadakan kegiatan keberagamaan.

Lansia dalam penelitian ini umumnya sudah menjalankan ibadah karena mereka menganggap bahwa dengan demikian maka hidup akan tenang.

Menurut teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007), menjalankan apa yang diperintah dan menjauhi apa yang dilarang oleh sang pencipta. Dalam menghadapi masalah kehidupan seseorang menganggap bahwa memperoleh bimbingan dan petunjuk oleh sang pencipta jika melakukan ibadah yang khusyuk sehingga merasakan perasaan tentram, tabah serta mantap. Menjalani hidup sesuai norma-norma agama memberikan warna bahagia serta terasa bermakna bagi kehidupan seseorang. Dalam penelitian ini, lansia menganggap bahwa menjalankan kegiatan ibadah merupakan salah satu cara mendekatkan diri dengan sang pencipta. Sehingga lansia dalam penelitian ini sudah umumnya memiliki metode ibadah dalam menentukan kebermakaan dalam kehidupannya, selain itu lansia dalam penelitian ini juga bersyukur atas umur yang di berikan, karena dengan demikian lansia tersebut akan terus bisa beribadah kepada Sang Pencipta.

Teori Frankl (1946 dalam bastaman, 2007) juga mengatakan ketika seseorang berada dalam kesedihan, kesusahan serta kepedihan yang mempersulit seseorang, di saat itu akan muncul kedekatan dengan Sang Maha Pencipta, seseorang akan merasa ada kekuatan Maha Besar yang akan menolong saat berada dalam kesulitan. Dalam penelitian ini, lansia umumnya mengatakan bahwa ketika ada masalah maka Sang penciptalah yang menolongnya baik itu masalah kecil maupun masalah besar.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa, lanjut usia dalam penelitian ini umumnya sudah menjalankan ibadah karena dengan itu akan membuat hidupnya tentram. Dengan umur yang diberikan oleh Sang Pencipta, lansia bisa terus menjalankan perintah-Nya. Lansia umumnya menganggap bahwa dengan melakukan kegiatan ibadah maka akan menjadi salah satu cara mendekatkan dirinya dengan Sang Pencipta, serta sang penciptalah yang akan menolongnya ketika sedang ada masalah.

Metode dalam Kebermaknaan Hidup Lansia

Metode dalam kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa lansia sudah bisa menentukan makna yang didapatkan ketika lansia mencoba untuk membuat nilai-nilai personal serta berfungsi sebagai motivasi yang ditemukan dengan metode pemahaman pribadi, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalaman tiga nilai dan ibadah

Menurut teori Frankl (1946 dalam Bastaman, 2007), makna hidup merupakan sesuatu yang dianggap benar, penting dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang sehingga pantas dijadikan tujuan dalam kehidupan. Apabila kehidupan individu memiliki makna maka kehidupan dari individu tersebut akan memuaskan dan mampu mengatasi kesulitan dan masalah dalam hidupnya. Makna yang diberikan adalah makna pribadi, dalam hal ini tidak seorang pun yang diuntungkan oleh pencapaian tujuan mereka dan keinginan mereka berhenti pada diri mereka sendiri. Akan selalu berubah akan tetapi tidak pernah hilang. Dengan demikian, lansia pada penelitian ini sudah memiliki makna dalam kehidupannya sehingga kehidupannya sudah memuaskan dan sudah mampu mengatasi kesulitan serta masalah dalam hidupnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2011) di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran menunjukkan hasil bahwa penelitian ini masuk dalam kriteria sedang. Hal ini berarti lanjut usia telah menemukan kebermaknaan hidup tetapi kadang-kadang masih kehilangan arah dan tujuan hidup dan merasakan hampa. Dalam penelitian ini, sebagian besar lanjut usia sudah dapat menentukan makna dalam kehidupannya walaupun dengan cara yang berbeda antara satu dengan yang lain. Penelitian ini juga sejalan juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bahkrudinsyah (2016) di Panti Werdha Samarinda menunjukkan hasil bahwa makna hidup 7 dari 8 orang lansia memiliki nilai positif terhadap makna hidup sehingga memperoleh arti kebahagiaan dalam menjalani kehidupan di panti tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa, lanjut usia dalam

penelitian ini sudah menemukan makna dalam kehidupan, yang membedakan hanyalah metode yang dipakai berbeda-beda antara lansia. Sehingga hasil yang diperoleh pun berbeda-beda.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan pada tanggal 3 – 7 Juli 2017 terhadap 52 responden mengenai metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di Panti werdha Banda Aceh dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa umumnya lansia dapat: Menemukan kebermaknaan hidup dengan metode pemahaman pribadi dalam katagori baik (55,8%), metode bertindak positif dalam katagori baik (59,6%), metode pengakraban hubungan dalam pada katagori baik (57,7%), metode pendalaman tiga nilai dalam katagori baik (51,9%), metode ibadah dalam katagori baik (90,4%) dan menentukan kebermaknaan hidup dengan menggunakan semua metode secara baik (51,9%).

Bagi Dinas Sosial agar tetap mempertahankan serta lebih meningkatkan kepedulian terhadap lanjut usia yang berada di Panti Werdha Banda Aceh, Bagi lanjut usia agar dapat meningkatkan kemampuan diri untuk meningkatkan lagi metode dalam menemukan kebermaknaan hidup dan Bagi penelitian selanjutnya agar dapat melakukan penelitian terkait metode dalam menemukan kebermaknaan hidup lansia dengan cara yang lebih kompleks, sehingga hasil yang didapatkan sesuai dengan yang diharapkan.

REFERENSI

- Ariyani, A, M. (2013). Proses adaptasi lansia di panti werdha Hargo Dedali Surabaya. Vol. 3, No. 2.
- Badan Pusat Statistik Aceh. (2013). Jumlah lanjut usia dan umur harapan hidup lansia.
- Bahkrudinsyah, R. (2016). Makna hidup dan arti kebahagiaan pada lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda. Vol. 4, No, 4: 431-445. *eJournal Psikologi*
- Bastaman, H. D. (2007). Logoterapi : Psikologi untuk menemukan makna

- hidup dan meraih hidup bermakna.
Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). Pelayanan dan Peningkatan Jumlah Usia Lanjut.
- Kurniawan, W. & Widyana, W. (2014). Pengaruh pelatihan dzikir terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada mahasiswa, Vol. 6, *Jurnal Intervensi Psikologi*
- Rohmah, N. (2011). *Studi deskriptif tentang tingkat kebermaknaan hidup pada Lanjut Usia yang Tinggal di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran.*
- Romadhoni, M & Setyawati. (2013). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penderita Penyakit Ginjal Kronik Di Rsud Banyumas, ISSN: 1693-1076.
- Safaria, T. (2005). Pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua. Graha ilmu.
- United Nations. (2015). *Goal 3; Ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages. United Nations.*