

BAB II

ACUAN TEORITIK

2.1 Makna Hidup

2.1.1 Definisi Makna Hidup

Bastaman mendefinisikan makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose of life*).

Frankl mendefinisikan makna hidup ini merupakan sesuatu yang unik dan khusus, artinya, kebermaknaan hidup seseorang hanya bisa dipenuhi oleh yang bersangkutan, hanya dengan cara itulah seseorang tersebut bisa memiliki arti yang bisa memuaskan keinginan orang tersebut untuk mencari makna hidup. Krisnamurti (Mark dalam Lucky) mendefinisikan makna hidup sebagai pengalaman paling berarti ketika seseorang mengenal dirinya melalui *self-observation*, membebaskan dirinya, dan mencapai kesadaran dengan mencintai dan memaafkan diri sendiri.

Bila sebuah makna hidup berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (*happiness*) dan makna hidup ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, keadaan bahagia, dan penderitaan. Ungkapan seperti “Makna dalam Derita” (*Blessing in Disguise*) menunjukkan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup tetap dapat ditemukan. Bila hasrat ini dapat dipenuhi maka kehidupan yang dirasakan berguna, berharga, dan berarti (*meaningful*) akan dialami. Sebaliknya bila hasrat ini tidak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan tidak bermakna (*meaningless*).

Jadi, makna hidup ialah sesuatu hal yang dimiliki seseorang dan sangat berarti dalam kehidupannya, yang bersifat unik karena pada setiap individu memiliki cara pandangnya tersendiri dalam memaknai kehidupannya.

Pengertian mengenai makna hidup menunjukkan bahwa dalam makna hidup terkandung juga tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi. Mengingat antara makna hidup dan tujuan hidup tidak dapat dipisahkan, maka untuk keperluan praktis pengertian “makna hidup” dan “tujuan hidup” disamakan.

2.1.2 Karakteristik Makna Hidup

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas, perlu dipahami beberapa sifat khusus dari makna hidup.

a. Unik

Makna hidup itu sifatnya unik, pribadi dan temporer, artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. Mungkin pula apa yang dianggap penting dan bermakna pada saat ini bagi seseorang, belum tentu sama bermaknanya bagi orang itu pada saat lain. Dalam hal ini makna hidup seseorang dan apa yang bermakna bagi dirinya biasanya sifatnya khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain, serta mungkin pula dari waktu ke waktu berubah.

b. Spesifik dan Nyata

Dalam artian makna hidup benar-benar dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari-hari, serta tidak perlu selalu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak-filosofis, tujuan-tujuan idealistis, dan prestasi-prestasi akademis yang serba menakjubkan. Mengingat keunikan dan kekhususannya itu, makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapapun, melainkan harus dicari, dijajaki, dan ditemukan sendiri. Orang-orang lain hanya dapat menunjukkan hal-hal yang mungkin berarti, akan tetapi pada akhirnya terpulang pada orang yang ditunjuki untuk menentukan apa yang dianggap dan dirasakan bermakna. Dalam hal ini orang yang ditunjuki seakan-akan hanya membantu memperluas

cakrawala pandangan mengenai kemungkinan-kemungkinan menemukan makna hidup, menunjukkan hal-hal yang merupakan sumber-sumber makna hidup, serta membantu untuk lebih menyadari tanggung jawab memenuhi tujuan-tujuan hidup yang harus dicapainya dan kewajiban-kewajiban yang masih harus dipenuhi.

c. Pedoman dan Arah

Sifat lainnya dari makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan “menantang” kita untuk memenuhinya. Dalam hal ini begitu makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, kita seakan-akan terpanggil untuk melaksanakan dan memenuhinya, serta kegiatan-kegiatan kita pun menjadi lebih terarah kepada pemenuhan itu. Demikianlah makna hidup dengan sifat-sifat yang unik, spesifik dan temporer serta fungsinya sebagai pedoman dan pengarah kegiatan-kegiatan kita.

2.1.3 Sumber-sumber Makna Hidup

Makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri, seberapa pun buruknya kehidupan tersebut. Makna hidup tidak saja dapat ditemukan dalam keadaan-keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dapat ditemukan dalam penderitaan sekalipun, selama kita mampu melihat hikmah-hikmahnya. Tanpa bermaksud menentukan hidup seseorang, dalam kehidupan ini terdapat tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup di dalamnya apabila nilai-nilai ini diterapkan dan dipenuhi. Ketiga nilai (*values*) ini adalah *creative values*, *experiential values*, dan *attitudinal values*.

A. Creative Values (nilai-nilai kreatif)

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 merupakan salah satu contoh dari

kegiatan berkarya. Melalui karya dan kerja kita dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna. Bekerja itu dapat menimbulkan makna dalam hidup, secara nyata dapat kita alami sendiri apabila kita adalah seorang yang telah lama tak berhasil mendapat pekerjaan, kemudian seorang teman menawarkan suatu pekerjaan, walaupun gajinya ternyata tidak terlalu besar, besar kemungkinan kita akan menerima tawaran itu, karena kita akan merasa berarti dengan memiliki pekerjaan daripada tidakmemiliki sama sekali.

Sehubungan dengan itu perlu dijelaskan pula bahwa pekerjaan hanyalah merupakan sarana yang memberikan kesempatan untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup. Makna hidup tidak terletak pada pekerjaan, tetapi lebih bergantung pada pribadi yang bersangkutan, dalam hal ini sikap positif dan mencintai pekerjaan itu serta cara bekerja yang mencerminkan keterlibatan pribadi pada pekerjaannya.

B. *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan)

Experiential values yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya. Tidak sedikit orang-orang yang merasa menemukan arti hidup dari agama yang diyakininya, atau ada orang-orang yang menghabiskan sebagian besar usianya untuk menekuni suatu cabang seni tertentu. Cinta kasih dapat dijadikan pula seseorangmenghayati perasaan berarti dalam hidupnya. Dengan mencintai dan merasa dicintai, seseorang akan merasakan hidupnya penuh dengan pengalaman hidup yang membahagiakan. Dalam hal-hal tertentu mencintai seseorang berarti menerima sepenuhnya keadaan orang itu seperti apa adanya serta benar-benar dapat memahami sedalam-dalamnya kepribadiannya dengan penuh pengertian. Cinta kasih senantiasa menunjukkan kesediaan untuk berbuat kebajikan sebanyak-banyaknya kepada orang yang dikasihi, serta ingin menampilkan diri sebaik mungkin di hadapannya.

C. *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap)

Attitudinal values yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan kebaranian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakan lagi, seperti sakit yang tak dapat disembuhkan, kematian, dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal. Perlu dijelaskan di sini dalam hal ini yang diubah bukan keadaannya, melainkan sikap (attitude) yang diambil dalam menghadapi keadaan yang tak mungkin diubah atau dihindari, sikap yang tepatlah yang masih dapat dikembangkan. Sikap menerima dengan penuh ikhlas dan tabah dalam hal tragis yang tak mungkin dielakan lagi dapat mengubah pandangan kita dari yang semula diwarnai penderitaan semata-mata menjadi pandangan yang mampu melihat makna dan hikmah dari penderitaan itu. Penderitaan memang dapat memberikan dan guna apabila kita dapat mengubah sikap terhadap penderitaan itu menjadi lebih baik lagi. Ini berarti bahwa dalam keadaan bagaimanapun (sakit, nista, dosa, bahkan maut) arti hidup masih tetap dapat ditemukan, asalkan saja dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya.

2.1.4 Proses Penemuan Makna Hidup

Bastaman (1996) menemukan tahapan dalam menemukan makna hidup :

2.1.4.1 *Tahap Derita (Peristiwa tragis, penghayatan tanpa makna)*

Suatu situasi dimana individu mengalami penderitaan yang tidak bisa dirubah dan dihindari. Pada situasi penderitaan ini individu belum mampu dengan mudah dalam menemukan makna hidupnya. Penghayatan hidup tanpa makna akan menimbulkan perasaan hampa, gersang, tak merasa memiliki tujuan hidup, merasa hidupnya tidak berarti, bosan dan apatis. Penghayatan hidup tanpa makna dapat dikarenakan kurang berfungsinya naluri serta memudarnya nilai-nilai keyakinan.

Tahap derita terjadi pada pencapaian tugas perkembangan usia madya salah satunya adalah menjalin hubungan dengan lawan jenis dan membangun ikatan dan membentuk keluarga kecil (Hurlock, 2004). Pada tahap ini penemuan makna masih

sulit ditemukan karena sikap yang muncul adalah denial atau perasaan untuk terus berusaha dalam mencari pasangan.

2.1.4.2 Tahap penerimaan Diri (Pemahaman diri, perubahan sikap)

Proses penerimaan diri tidak dapat berjalan secara instan namun dapat diperoleh dari hasil perenungan, konsultasi dan mendapat pandangan dari orang lain yang ahli atau berpengalaman, belajar dari pengalaman sebelumnya, atau dari hasil peningkatan keyakinan terhadap pencipta-Nya.

Pemahaman diri pada dasarnya membantu memperluas dan mendalami beberapa aspek kepribadian dan corak kehidupan seseorang, dengan tujuan menyadari kesadaran pada saat ini, termasuk bakat, kemampuan, dan bakat positif yang selama ini. Mengenali dan memahami sendiri hal-hal tersebut sangat bermanfaat untuk dapat mengembangkan potensi-potensi dan segi-segi positif serta mengurangi segi-segi negatif masing-masing pribadi, memahami sumber dan pola dari masalah-masalahnya, serta lebih menyadari apa yang sebenarnya didambakan selama ini. Manfaat lain dari usaha ini adalah untuk lebih menyadari kebaikan yang dimiliki. Teknik pemahaman diri dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain.

Mengambil sikap yang tepat atas kondisi tragis dan kegagalan-kegagalan yang telah terjadi dan tidak dapat dielakan lagi. Peristiwa-peristiwa demikian dapat memberikan pelajaran dan pengalaman yang berharta, bahkan dapat menimbulkan makna dan hikmah, apabila berhasil mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya atau memandng dari sudut lain (Bastaman, 2007).

2.1.4.3 Tahap penemuan Makna Hidup (Penemuan makna dan penentuan tujuan hidup)

Makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri, yang kemudian akan ditetapkan sebagai tujuan hidup. Mereka yang menunjukkan hidup bermakna,

menunjukkan corak kehidupan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka benar-benar menghargai hidup dan kehidupan karena mereka menyadari bahwa hidup dan kehidupan karena mereka menyadari bahwa hidup dan kehidupan itu senantiasa menawarkan makna yang harus mereka penuhi.

2.1.4.4 Tahap Realisasi Makna (Keterikatan diri, kegiatan terarah dan penemuan makna hidup)

Kemampuan untuk menentukan tujuan pribadi dan menemukan makna hidup merupakan tantangan untuk memenuhinya secara tanggung jawab. Langkah selanjutnya yaitu membuat komitmen diri dapat berupa pengembangan bakat, kemampuan dan keterampilan.

2.1.4.5 Tahap kehidupan Bermakna (Penghayatan Bermakna, kebahagiaan)

Kebahagiaan merupakan ganjaran dari usaha menjalankan kegiatan-kegiatan yang bermakna, sedangkan kekayaan dan kekuasaan merupakan salah satu sarana untuk dapat menunjang kegiatan-kegiatan bermakna dan mungkin dapat menjadikan hidup ini lebih berarti. Dengan demikian, hidup yang bermakna adalah corak kehidupan yang sarat dengan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna, yang apabila hal itu terpenuhi akan menimbulkan perasaan-perasaan bahagia dalam kehidupan individu.

2.1.5 Teknik Menemukan Makna Hidup

Menurut Bastaman (2007) terdapat lima teknik dalam menemukan makna hidup, yaitu :

2.1.5.1 Pemahaman Diri

Teknik ini pada dasarnya membantu memperluas dan mendalami beberapa aspek kepribadian dan corak kehidupan seseorang, dengan tujuan menyadari keadaan diri sendiri pada saat ini, termasuk bakat, kemampuan, dan sifat-sifat positif yang selama ini masih terpendam dan belum dikembangkan serta menyadari apa yang didambakan selama ini.

Dengan teknik pemahaman diri ini, seseorang menjajaki sendiri beberapa aspek kehidupan pribadi, antara lain mengenali kebaikan-kebaikan dan kelemahan-kelemahan pribadi (tubuh, penampilan, sifat, bakat, pemikiran) dan lingkungannya (keluarga, tetangga, pekerjaan, dan lain-lain) itu menyadari keinginan-keinginan masa kecil, masa remaja, dewasa, masa lanjut usia, dan keinginan-keinginan pada waktu sekarang merumuskan secara lebih jelas cita-cita dan hal-hal yang diinginkan dimasa mendatang.

Mengenali dan memahami sendiri hal-hal tersebut sangat bermanfaat untuk mengembangkan potensi-potensi dan segi-segi positif serta mengurangi segi-segi negatif masing-masing pribadi, memahami sumber dan pola dari masalah-masalahnya, serta lebih menyadari apa sebenarnya yang didambakan selama ini. Manfaat lain dari usaha ini adalah untuk lebih menyadari kebaikan-kebaikan yang kita miliki dan kita terima selama ini, yang sering luput dari perhatian kita. Bahkan dilupakan dan tidak disyukuri.

Teknik pemahaman diri dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan langsung orang lain, misalnya dengan jalan merenungkan pengalaman-pengalaman sendiri, menimbang-nimbang kebajikan dan kesalahan-kesalahan yang telah kita lakukan, mempelajari kembali buku harian, menyimak kesan-kesan orang lain terhadap diri kita, dan sebagainya.

2.1.5.2 Bertindak Positif

Teknik ini dapat dikatakan sebagai kelanjutan dari teknik terkenal “berpikir positif” dari Norman Vincent Peale. Dengan berpikir positif kita menanamkan dalam pikiran kita hal-hal yang serba baik dan bermanfaat dengan harapan terungkap dalam perilaku nyata, sedangkan dalam teknik bertindak positif kita benar-benar mencoba

menerapkan hal-hal yang baik itu dalam perilaku dan tindakan nyata sehari-hari. Dengan demikian, perbedaan antara kedua teknik itu terletak dalam penekanannya saja, berpikir positif lebih menekankan pada pikiran dan imajinasi, sedangkan teknik bertindak positif menekankan pada tindakan nyata yang mencerminkan pikiran dan sikap yang baik dan positif itu.

2.1.5.3. Pengakraban Hubungan

Sebagai makhluk sosial manusia sejak semula ada di lingkungan sesama manusia dan hadir sebagai anggota suatu kebersamaan manusia. Dimensi sosial merupakan suatu hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia.

Teknik pengakraban hubungan menganjurkan agar seseorang membina hubungan yang akrab dengan orang tertentu (keluarga, teman, rekan sekerja, dan sebagainya), karena dalam hubungan yang akrablah seseorang merasa diperlukan dan memerlukan orang lain, dicintai dan mengasihi orang lain dengan tulus tanpa mementingkan dirinya sendiri. Dalam hubungan keakraban seseorang merasa berharga dan bermakna, baik bagi dirinya sendiri, maupun bagi orang lain. Melalui metode ini makna hidup akan muncul dalam perasaan bersahabat dan keakraban. Mengenai teknik pengakraban hubungan, yang dipentingkan bukan saja kelancaran komunikasi, tetapi terutama *perasaan kedekatan* yang harus senantiasa dipelihara dan dikembangkan, karena penghayatan itulah yang mengikat dan memberikan arti khusus bagi masing-masing pihak.

2.1.5.4. Pendalaman Catur-Nilai

Pendalaman catur-nilai ialah usaha untuk memahami benar-benar empat ragam nilai yaitu nilai-nilai berkarya (*creative values*), nilai-nilai penghayatan (*experiential values*), nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*), dan nilai-nilai pengharapan (*hopeful values*). Dalam logo terapi keempat nilai ini dianggap sebagai sumber makna-makna hidup.

2.1.5.5. Pendalaman Nilai-nilai Berkarya

Nilai ini intinya memberikan sesuatu kebajikan dan kemanfaatan pada kehidupan. Kegiatan berkarya yang paling kelihatan adalah bekerja. Sebenarnya kegiatan-kegiatan bekerja tidak dengan sendirinya memberikan makna bagi orang yang melakukannya, karena sebenarnya bekerja hanya memberikan kesempatan untuk mendapatkan makna. Makna dari kegiatan berkarya lebih terletak pada sikap, cara dan hasil kerjanya, yakni kecintaan dan dedikasi terhadap pekerjaan serta kesungguhan dalam mengerjakannya. Kegiatan yang dilakukan dengan cara demikian lazimnya menghasilkan karya dengan kualitas terbaik.

2.1.5.6. Pendalaman Nilai-nilai Penghayatan

Teknik ini menyarankan kepada kita untuk mencoba mengamati, menyimak, memahami, meyakini, dan menghayati berbagai nilai-nilai yang ada dalam kehidupan, seperti keindahan, kebenaran, kebajikan, keimanan, dan cinta kasih. Menghayati nilai-nilai ini dapat menimbulkan kepuasan, ketenangan, dan perasaan bermakna. Menyimak kata-kata mutiara dan ucapan-ucapan para seniman besar dan utusan Tuhan, meyakini kebenaran yang terkandung dalam kitab suci, menikmati pemandangan indah, mencintai seseorang, merupakan kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan nilai-nilai penghayatan.

2.1.5.7. Pendalaman Nilai-nilai Bersikap

Pendalaman nilai-nilai bersikap pada dasarnya kesempatan kepada seseorang untuk mengambil sikap yang tepat atas kondisi tragis dan kegagalan-kegagalan yang telah terjadi dan tidak dapat dielakkan lagi. Peristiwa-peristiwa demikian sekurang-kurangnya dapat memberikan pelajaran dan pengalaman berharga bagi seseorang, bahkan dapat menimbulkan makna dan hikmah, apabila ia berhasil mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya atau memandangnya dari sudut lain.

2.1.5.8 Pendalaman Nilai-nilai Pengharapan

Pengharapan adalah keyakinan akan terjadinya perubahan yang lebih baik di masa mendatang. Kondisi kejiwaan orang yang masih memiliki harapan jauh berbeda daripada orang yang sama sekali tidak memilikinya. Orang yang memiliki harapan sikapnya optimis dan bersemangat menyongsong masa depan, tujuan hidupnya pun lebih jelas dan tingkah lakunya pun terarah ke masa depan serta tabah menghadapi keadaan saat ini yang mungkin penuh penderitaan. Orang berpengharapan akan menemukan makna dalam hidupnya, sekalipun ia ada dalam penderitaan. Sebaliknya mereka yang hilang harapan cenderung menjadi putus asa dan “terperangkap” dalam penderitaan saat ini dan seakan-akan tertutup pikirannya terhadap berbagai kemungkinan solusi. Arti dan tujuan hidupnya menjadi tidak jelas dan tidak jelas pula apa yang diinginkan dan apa yang akan dilakukannya. Hidup tanpa harapan sama dengan hidup tanpa makna yang merupakan awal dari kehampaan hidup. Makna hidup terkandung dalam harapan itu sendiri, yakni dalam keyakinan adanya harapan, ketabahan menghadapi keadaan saat ini dan sikap optimis menyongsong masa depan.

1.1.5.9 Ibadah

Ibadah adalah mendekatkan diri kepada Tuhan dengan cara-cara yang diajarkan oleh-Nya, yaitu agama. Ibadah yang dilakukan secara khusyu sering mendatangkan perasaan tenang, mantap, dan tabah, serta tidak jarang menimbulkan perasaan seakan-akan kita mendapat bimbingan dan petunjuk dalam melakukan suatu perbuatan. Menjalani hidup sesuai dengan norma-norma agama memberikan corak bahagia dan bermakna bagi kehidupan seseorang.

2.1.6 Mengembangkan Hidup Bermakna pada Hari Tua

Dalam psikologi dikenal beragam pendidikan dan pelatihan serta metode pengembangan pribadi. Pengembangan pribadi (*personal growth*) adalah usaha terencana untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif yang semuanya mencerminkan kedewasaan pribadi. Usaha ini dilandasi oleh kesadaran bahwa manusia sebagai *the self determining being* dalam batas-batas tertentu memiliki kemampuan dan kebebasan untuk menentukan hal-hal yang paling baik bagi dirinya sebagai upaya meningkatkan taraf dan kualitas hidup yang lebih baik.

Lansia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan sebagai orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Ia mampu hidup mandiri dan tak terlalu tergantung pada keluarga, apalagi membebani. Hubungan dengan pasangan tetap rukun, demikian pula dengan anak-anak dan sanak familinya. Ia pun memiliki teman dan sahabat serta lingkungan di luar keluarga tempat berkomunikasi dan bergaul. Kondisi kesehatan terjaga dengan baik, demikian pula kesehajahteraannya. Lansia bermakna dihormati dan menjadi panutan keluarga dan lingkungannya, ia bersedia membagi pengalaman-pengalamannya yang bermanfaat. Dalam usianya yang lanjut ia selalu memiliki harapan dirinya akan menjadi lebih baik dan bersedia memperbaiki diri. Hasratnya adalah menjadi orang yang berguna dan memberikan manfaat sebanyak-banyaknya pada lingkungan sekitarnya. Dan tentu saja selalu berusaha meningkatkan iman dan takwanya kepada Tuhan.

Sehubungan dengan itu ada sebuah kegiatan pendidikan yang khusus dirancang bagi mereka yang menjelang atau sudah memasuki masa lanjut usia. Kegiatan ini disebut “Pengembangan Pribadi Lansia Bermakna.”

Kegiatan ini secara umum bertujuan untuk menemukan arti hidup dan mengembangkan kehidupan yang bermakna pada masa tua, dengan tujuan-tujuan khusus:

1. Memahami teknik penurunan kecemasan untuk diterapkan dalam mengurangi stress menyongsong masa tua.

2. Memahami prinsip-prinsip dan teknik-teknik meningkatkan keakraban dalam keluarga dan pergaulan.
3. Menyadari potensi-potensi pribadi dan merealisasikannya dan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat
4. Mampu menyusun rencana pribadi untuk mempersiapkan masa tua.
5. Memahami pentingnya pengetahuan dan penghayatan agama serta pengalamannya.

2.2 Lanjut Usia

2.2.1 Definisi Lanjut Usia

Usia lanjut adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindarkan oleh manusia. Memasuki usia lanjut berarti memasuki kenyataan bahwa keadaan fisik, sosial, ekonomi, dan psikologis serigkali berbeda dengan keadaan sebelumnya, sehingga memerlukan persiapan diri untuk menerima kenyataan dan kesediaan menyesuaikan diri yang cukup tinggi. Penurunan kemampuan fisik dan kemampuan lainnya tanpa persiapan yang baik menyebabkan sebagian penduduk lansia menjadi kurang mandiri dan menjadikan mereka lebih banyak bergantung kepada orang lain dalam beberapa hal (Biro Pusat Statistik, 1997).

Pengertian lanjut usia menurut undang-undang No.13/1998 tentang kesejahteraan lanjut usia yang berbunyi “Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.

Menurut Santrock (2002), ada dua pandangan tentang definisi orang lanjut usia atau lansia, yaitu menurut pandangan orang barat dan orang Indonesia. Pandangan orangbarat menyebutkan bahwa yang tergolong lansia adalah orang yang sudah berumur 65 tahun ke atas, dimana usia ini akan membedakan seseorang masih dewasa atau sudah lanjut usia. Di pihak lain, pandangan orang Indonesia menyebutkan bahwa lansia adalah orang yang berumur 60 tahun ke atas. Pada umur 60 tahun seseorang sudah mulai tampak cirri-ciri ketuaan.

2.2.2 Batasan Umur Lanjut Usia

Rahmade wi, dkk (2003) menyebutkan bahwa secara individu, seseorang dikatakan sebagai lansia jika telah berusia 60 tahun ke atas (di Negara berkembang) yang dikelompokkan lagi menjadi *young old* (60-69), *old* (70-79), dan *old-old* (80 tahun ke atas) atau 65 tahun ke atas (di Negara maju) yang menurut McFadden (2005), diklasifikasikan lagi menjadi *young old* (65-74), *middle old* (75-84 tahun), dan *oldest old* (85 tahun ke atas).

Penggolongan menurut Depkes dikutip dari Kadek (2013), digolongkan menjadi 3 (tiga) kelompok yaitu :

- Kelompok lansia dini (55-64 tahun), merupakan kelompok yang baru memasuki lansia.
- Kelompok lansia (65 tahun ke atas).
- Kelompok lansia resiko tinggi yaitu lansia yang berusia lebih dari 70 tahun.

2.2.3 Tugas Perkembangan Lanjut Usia

Havighurst dan Dovali menguraikan tujuh jenis tugas perkembangan (*Developmental tasks*) selama hidup yang harus dilaksanakan oleh lansia, yaitu :

- Penyesuaian terhadap penurunan kemampuan fisik dan psikis
- Penyesuaian terhadap pensiun dan penurunan pendapatan
- Menemukan makna kehidupan
- Mempertahankan pengaturan hidup yang memuaskan
- Menemukan kepuasan dalam hidup berkeluarga
- Penyesuaian diri terhadap kenyataan akan meninggal dunia
- Menerima dirinya sebagai seorang lansia.

2.2.4 Perubahan Pada Lanjut Usia

Menjadi tua merupakan suatu kepastian yang tidak dapat dihindari, namun pada kenyataannya banyak orang yang yang memikirkan tidak mau menjadi tua. Fenomena

tentang perubahan yang terjadi pada lansia memandang lansia tidak produktif, tidak menarik, sensitif, penurunan daya ingat dan penurunan aktivitas fisik atau lemah.

2.2.4.1 Perubahan Fisik

Dimasa dewasa akhir, perubahan penampilan fisik yang mulai terjadi di usia pertengahan mulai terlihat jelas. kerutan dan bercak penuaan adalah perubahan yang terlihat paling jelas. ketika bertambah tua, kita juga bertambah pendek. di dewasa akhir, pria dan wanita menjadi lebih pendek karena tulang belakang mengalami penyusutan (Hoyer & Roodin, 2003).

a. Perubahan Penampilan

Bischof mengatakan bahwa, menua berarti “Peralihan dari kacamata bifocal, dan gigi palsu ke kematian.” Pendapat semacam ini menyarankan bahwa kebanyakan tanda-tanda yang paling jelas dari usia lanjut hanyalah perubahan pada wajah. Walaupun wanita dapat menggunakan kosmetik untuk menutupi tanda-tanda ketuaan pada wajah, tetapi selalu banyak ditutupinya, misalnya perubahan yang terjadi pada bagian-bagian lainnya pada tubuh.

b. Perubahan Bagian dalam Tubuh

Perubahan pada sistem saraf (*nervous systems*) yang sangat perlu diperhatikan ialah pada otak. Pada usia lanjut, berat otak berkurang, bilik-bilik jantung melebar sedang pita jaringan *cortical* menyempit. Sistem saraf pusat juga berubah sejak awal periode lanjut. Perubahan ini ketahuan dari menurunnya kecepatan belajar sesuatu, yang diikuti dengan menurunnya kecepatan belajar sesuatu, yang diikuti dengan menurunnya kemampuan intelektual.

c. Perubahan Pancaindra

Pada usia lanjut, fungsi seluruh organ pengindraan kurang mempunyai sensitivitas dan efisiensi kerja dibanding yang dimiliki oleh orang yang lebih muda.

d. Perubahan Seksual

Masa berhentinya reproduksi keturunan (Klimakterik) pada pria dating belakangan dibanding masa menopause pada wanita, dan memerlukan masa

yang lebih lama. Pada umumnya ada penurunan potensi seksual selama usia 60-an, kemudian berlanjut sesuai dengan bertambahnya usia. Seperti masa menopause, masa klimakterik disertai dengan menurunnya fungsi gonadal karena gonadal ialah yang bertanggung jawab terhadap berbagai perubahan yang terjadi selama masa yang terjadi selama klimakterik.

2.2.4.2 *Perubahan Kemampuan Motorik*

Penyebab fisik yang mempengaruhi perubahan-perubahan dalam kemampuan motorik meliputi menurunnya kekuatan dan tenaga yang biasanya menyertai perubahan fisik yang terjadi karena bertambahnya usia, menurunnya kekerasan otot, kekuatan pada persendian, gemetar pada tangan, kepala, dan rahang bawah. Berbagai penyebab psikologis yang mempengaruhi perubahan dalam kemampuan motorik berasal dari merosotnya kesadaran dan perasaan rendah diri kalau dibandingkan dengan orang yang lebih muda dalam arti kekuatan, kecepatan, dan keterampilan. Terdapat bukti latihan fisik dan kesibukan bekerja dapat mencegaah atau paling tidak menghambat kecepatan penurunan kemampuan motorik.

2.2.4.3 *Perubahan Kemampuan Mental*

Baltes dan Schaie member komentar “Selama beberapa dekade yang lalu psikologi tentang lanjut usia lebih dipengaruhi pendapat klise tentang hasil studi para psikolog yang telah memperkuat kepercayaan dalam masyarakat, bahwa dengan kecenderungan tentang menurunnya berbagai hal secara optimal akan timbul kemunduran kemampuan mental.” Berikut adalah perubahan-perubahan yang berkaitan dengan perubahan mental usia lanjut :

a. Belajar

Orang yang berusia lanjut lebih berhati-hati dalam belajar, memerlukan waktu yang lebih banyak untuk dapat mengintegrasikan jawaban mereka, kurang mampu mempelajari hal-hal baru yang tidak mudah diintegrasikan dengan

pengalaman masa lalu, dan hasilnya kurang tepat disbanding orang yang lebih muda.

b. Berpikir dalam Memberi Argumentasi

Secara umum, terdapat penurunan kecepatan dalam mencapai kesimpulan, baik dalam alasan induktif maupun deduktif. Sebagian dari hal ini, merupakan akibat dari sikap yang terlalu hati-hati dalam mengungkapkan alasan yang gradasinya cenderung meningkat sejalan dengan penambahan usia.

c. Kreativitas

Kapasitas atau keinginan yang memerlukan untuk berpikir kreatif bagi orang berusia lanjut cenderung berkurang. Dengan demikian, prestasi kreativitas dalam menciptakan hal-hal penting pada orang berusia lanjut secara umum relatif kurang disbanding mereka yang lebih muda.

d. Ingatan

Orang berusia lanjut pada umumnya cenderung lemah dalam mengingat hal-hal yang baru dipelajari dan sebaliknya baik terhadap hal-hal yang telah lama dipelajari. Sebagian dari ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka tidak selalu termotivasi dengan kuat untuk mengingat-ingat sesuatu, sebagian disebabkan oleh kurangnya perhatian, dan sebagian lagi disebabkan oleh pendengaran yang kurang jelas serta apa yang didengarnya berbeda dengan yang diucapkan orang.

e. Mengingat Kembali

Kemampuan dalam mengingat ulang banyak dipengaruhi oleh faktor usia disbanding pemahaman terhadap objek yang ingin diungkapkan kembali. Banyak orang berusia lanjut yang menggunakan tanda-tanda, terutama symbol visual, suar, dan gerakan (kinestetis), untuk membantu kemampuan mereka dalam mengingat kembali.

f. Mengenang

Kecenderungan untuk mengenang sesuatu yang terjadi pada masa lalu meningkat semakin tajam sejalan dengan bertambahnya usia. Seberapa besar kecenderungan seseorang dalam mengingat kembali masa lalunya terutama tergantung pada kondisi hidup seseorang pada usia lanjut. Makin senang

kehidupan seseorang pada usia, makin kecil waktu yang digunakan untuk mengenang masa lalu dan sebaliknya.

g. Rasa Humor

Pendapat umum yang sudah klise tetapi banyak dipercaya orang, bahwa orang berusia lanjut kehilangan rasa dan keinginannya terhadap hal yang lucu-lucu. Pendapat seperti ini benar dalam hal kemampuan mereka untuk membaca komik berkurang, dan perhatian terhadap komik yang dapat mereka baca dengan bertambahnya usia.

h. Perbendaharaan Kata

Menurunnya perbendaharaan kata yang dimiliki orang berusia lanjut menurun sangat kecil, karena mereka secara konstan menggunakan sebagian besar kata yang pernah dipelajari pada masa anak-anak dan remajanya. Adapun untuk belajar kata-kata pada usia lanjut lebih jarang dilakukan.

i. Kekerasan Mental

Kekerasan mental sangat tidak bersifat universal bagi usia lanjut. Hal ini bertentangan dengan pendapat klise yang mengatakan bahwa orang berusia lanjut mempunyai mental yang keras. Apabila kekerasan mental terjadi selama usia madya, hal ini cenderung menjadi semakin tampak sejalan dengan bertambahnya usia, yang umumnya karena orang berusia lanjut lebih lambat dan lebih sulit dalam belajar daripada yang pernah dilakukan sebelumnya dan mereka percaya bahwa nila-nilai dan cara-cara lama dalam melakukan sesuatu lebih baik daripada cara dan nilai yang baru. Uraian ini merupakan suatu pengertian yang kaku, tetapi lebih merupakan keputusan dengan alasan-alasan yang secara hati-hati disusun dan diungkapkan.

j. Kesehatan

Perubahan terhadap kesehatan dan kekuatan fisik dapat dilihat dari keinginan yang meningkat untuk mencari kegiatan yang dilakukan, duduk terus-menerus, dari menurunnya keinginan terhadap kegiatan yang memerlukan kekuatan fisik dan tenaga.

k. Status Sosial

Orang berusia lanjut dan kelompok sosial yang lebih tinggi biasanya mempunyai tingkat keinginan yang lebih tinggi disbanding yang berasal dari kelompok sosial yang lebih rendah. Mereka yang berasal dari kelompok banyak, terus melakukan keinginan yang telah dikembangkan pada masa awal kehidupannya.

l. Status Ekonomi

Orang berusia lanjut yang tidak mempunyai cukup uang untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya sering menghentikan banyak kegiatan yang penting bagi mereka kemudian memusatkan perhatiannya pada satu kegiatan yang dapat menghasilkan sesuatu, tanpa memerhatikan apakah hal ini penting bagi mereka atau memenuhi kebutuhannya.

m. Tempat Tinggal

Dimana orang berusia lanjut tinggal banyak dipengaruhi oleh pertimbangan apakah keinginan yang biasa mereka penuhi pada masa kehidupan sebelumnya masih dapat dilakukan atau tidak. Apabila mereka tinggal di rumah mereka sendiri dengan anggota keluarganya, maka keinginan yang dahulu biasa mereka lakukan tampaknya dapat diteruskan, disbanding apabila mereka tinggal serumah dengan anaknya yang telah menikah atau tinggal di penampungan pada pensiun.

n. Seks

Wanita, sebagai kelompok, lebih banyak mempunyai minat pada usia tua dibanding pria, seperti yang mereka lakukan selama masa mudanya. Karena hanya sedikit keinginan yang telah mereka kembangkan pada waktu masih muda, maka banyak pria berusia lanjut mengalami kesulitan dalam mengolah keinginannya sesuai dengan banyaknya waktu luang setelah mereka pensiun.

o. Status Pernikahan

Seperti halnya pria dan wanita yang tidak menikah pada masa dewasa dan usia madya yang mempunyai banyak waktu dan uang untuk memenuhi keinginan mereka dibanding yang menikah, begitu juga terjadi pada orang-orang berusia lanjut yang tidak menikah. Beberapa keinginan mereka mungkin hal yang baru, tetapi sebagian besar merupakan bawaan sejak masa muda dahulu.

p. Nilai

Seperti halnya berubahnya nilai, maka nilai keinginan pun selalu berubah pada setiap tingkat usia. Pada usia lanjut, perubahan nilai keinginan lenih umum terjadi dan biasanya mengarah kesikap konservasi. Hal ini mempengaruhi nilai relatif yang mereka canangkan dalam keinginan mereka. Misalnya, orang berusia lanjut mungkin lebih menghargai kontak sosial disbanding melakukan hobi sebagai kompensasi dari kesepian karena kehilangan pasangan.

2.3 Definisi Tidak Menikah

Istilah untuk tidak menikah adalah lajang (kamus besar Indonesia, 2008). Lajang adalah pria atau wanita yang sedang dalam suatu masa yang dapat bersifat *temporary* (sementara) atau jangka pendek, namun juga dapat bersifat permanent (tetap) atau jangka panjang yang merupakan pilihan hidup, Saxton, 1986 dalam, Gracilia dkk, 2013) Menurut Stein (1987, dalam Lia, 2012) melajang merupakan suatu kondisi dimana individu tidak memiliki status pernikahan baik secara hukum maupun agama, serta tidak menjalani kehidupan hubungan suami istri secara terbuka, yaitu tinggal serumah tanpa ada ikatan yang didalamnya tidak terlibat hubungan heteroseksual maupun homoseksual.

Pemamparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tidak menikah merupakan suatu kondisi dimana individu hidup melajang tanpa pasangan dan tanpa ikatan status perkawinan, yang didalamnya tidak terjadi hubungan suami istri secara terbuka yaitu tinggal serumah dan melakukan hubungan suami istri yang merupakan pilihan hidup dari masing-masing individunya.

2.3.1 Faktor yang melatarbelakangi keputusan untuk tidak menikah

Menurut Allen dan Leppert (2009) beberapa alasan seseorang memutuskan untuk tidak menikah yakni :

- Kondisi ekonomi tidak memadai, maka keputusan yang akan diambil adalah menunda atau tidak menikah sama sekali. ekonomi menjadi pertimbangan mendasar dalam menjamin ikatan perkawinan.
- Norma dan keyakinan yang dianut, contoh beberapa agama menganggap pernikahan akan menghambat tugas mulia sebagai pemimpin agama, sehingga ada larangan untuk menikah.
- Ketersediaan pasangan, dimana rasio jenis kelamin tidak seimbang menyebabkan sebagian orang terpaksa tidak menikah. Di Indonesia hasil sensus tahun 2012 jumlah lanjut usia laki-laki yang tidak menikah adalah 0,77% dari persentase jumlah lanjut usia laki-laki sebanyak 6,9% dan jumlah lanjut usia wanita yang tidak menikah adalah 1,03% dari persentase jumlah lanjut usia perempuan sebanyak 8,2%. (Susenas 2012, Badan Pusat Statistik RI).
- Beberapa alasan yang terkait dengan keluarga (misalnya, banyak orang yang tidak menikah untuk memperjuangkan keluarga dari kesulitan ekonomi dan kesulitan-kesulitan yang lain).
- Keterbatasan fisik yang membuat seseorang memiliki konsep diri yang negatif mengenai citra tubuhnya.
- Alasan-alasan pribadi yang sangat kuat mendorong seseorang memilih untuk tidak menikah (misalnya, trauma yang dialami dari lawan jenis).

2.3.2 Permasalahan yang Muncul pada Lansia tidak Menikah

Menurut Lia (2013) terdapat beberapa permasalahan yang sering muncul pada lansia yang tidak memiliki pasangan dan memutuskan untuk tidak menikah diantaranya yakni :

2.3.2.1. Kesepian

Kesepian yang dirasakan oleh lansia diakibatkan oleh kesendirian. Kesendirian ini dapat terjadi pada lansia yang belum pernah menikah atau lansia yang sudah menikah dan mulai ditinggalkan oleh anak-anaknya dan pasangan (Gubrium, 1987 dalam Santrock 2002).

2.3.2.2. Depresi

Gangguan ini sering terjadi pada individu dewasa lanjut, depresi dapat berakibat pada berduka kronis bahkan dapat membangkitkan keinginan untuk bunuh diri, kemungkinan terbesar yang memiliki resiko untuk bunuh diri adalah pria. Kehilangan pasangan dan penurunan kesehatan (Hurlock, 2004).

2.3.2.3 Penurunan Penghasilan

Berdasarkan pemaparan Hurluck (2004) Berkurangnya pendapatan terjadi pada semua individu yang memasuki masa lanjut usia, hal ini diperlukannya lanjut usia untuk dapat melakukan penyesuaian diri. Lebih dari 40% kemiskinan yang terjadi pada lanjut usia yang tinggal sendiri atau ditinggal pasangan (Hurd and Wise, 1989 dalam Santrock, 2002).

2.3.2.4 Ketakutan

Ketakutan menjadi korban kejahatan, penurunan dan keterbatasan fisik pada lanjut usia berkontribusi terhadap perasaan rentan dan ketakutan menjadi korban kejahatan (Santrock, 2002).

2.3.2.5 Dukungan Sosial

Pada lansia dukungan terbesar diperoleh dari pasangan hidup dan keluarga terutama anak, namun bila kondisi itu tidak memungkinkan maka dukungan sosial dapat diperoleh dari komunitas dengan melakukan berbagai aktivitas sosial seperti kegiatan keagamaan, kegiatan sosial atau kegiatan terkait dengan peningkatan kesehatan dengan tujuan agar tepat mendapatkan dukungan sosial (Steinbach, 1992 dalam Santrock 2002).

2.4 Kehidupan Lanjut Usia di Panti Werdha

Panti Werdha kadang disebut sebagai “ruang tunggu tuhan” (Fleming dalam Lucky, 2014). Pandangan kaum lansia tentang panti werdha adalah negatif karena tinggal di panti werdha berarti kehilangan kebebasan mereka dalam berperilaku, mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki mereka dalam berperilaku, dan juga mereka merasa bahwa kematian sudah semakin dekat. Selain itu mereka takut, setelah tinggal di sana anak-anak mereka jarang berkunjung bahkan mereka dilupakan (Appleblum & Phillips: Atchley dalam Lucky, 2014).

Penghuni panti werdha biasanya kehilangan kegiatan yang membuat hidupnya bermakna, mereka merasa terisolasi dari keluarganya, serta hubungan dengan sesama panti werdha tidak akan bahkan cenderung konflik, kesepian, serta berkurangnya kekuatan untuk menentikan apa yang diinginkannya (Higgins dalam Lucky, 2014). Bahkan menurut Tobin dan Liberman (Tri, 2001 dalam Lucky, 2014), banyaknya teman dan kegiatan di panti werdha tidak menjamin penghuninya merasa betah di sana. Orang-orang dan aktivitas di sana memang dapat membantu penghuni panti werdha mengisi waktu, tetapi hal itu tidak dapat menggantikan kemandirian atau hubungan yang akrab dengan orang-orang yang membuat hidupnya berarti.

2.5 Penelitian yang Relevan

A. Lucky Purwantini dengan artikel jurnal yang berjudul “Kebermaknaan Hidup Lansia di Panti Wreda Bekasi”

Penelitian ini bertujuan untuk memahami kebermaknaan hidup lansia yang tinggal di panti wreda. Arti hidup adalah sesuatu yang bermakna dalam individu pada dirinya sendiri untuk hidup mereka. Di usia lanjut, dengan berbagai peristiwa dan pengalaman yang telah terlebih dahulu, diharapkan bahwa individu tersebut akan memiliki makna kehidupan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dalam pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. Dari hasil wawancara dan observasi ditemukan bahwa hidup para lansia di panti wreda di Bekasi belum menemukan makna hidup mereka. Mereka masih dalam tahap proses untuk menemukan makna hidup.

B. Lia Juniarni dengan sebuah Tesis yang berjudul “Studi Fenomenologis Makna Hidup pada Lansia yang Tidak Pernah Menikah”

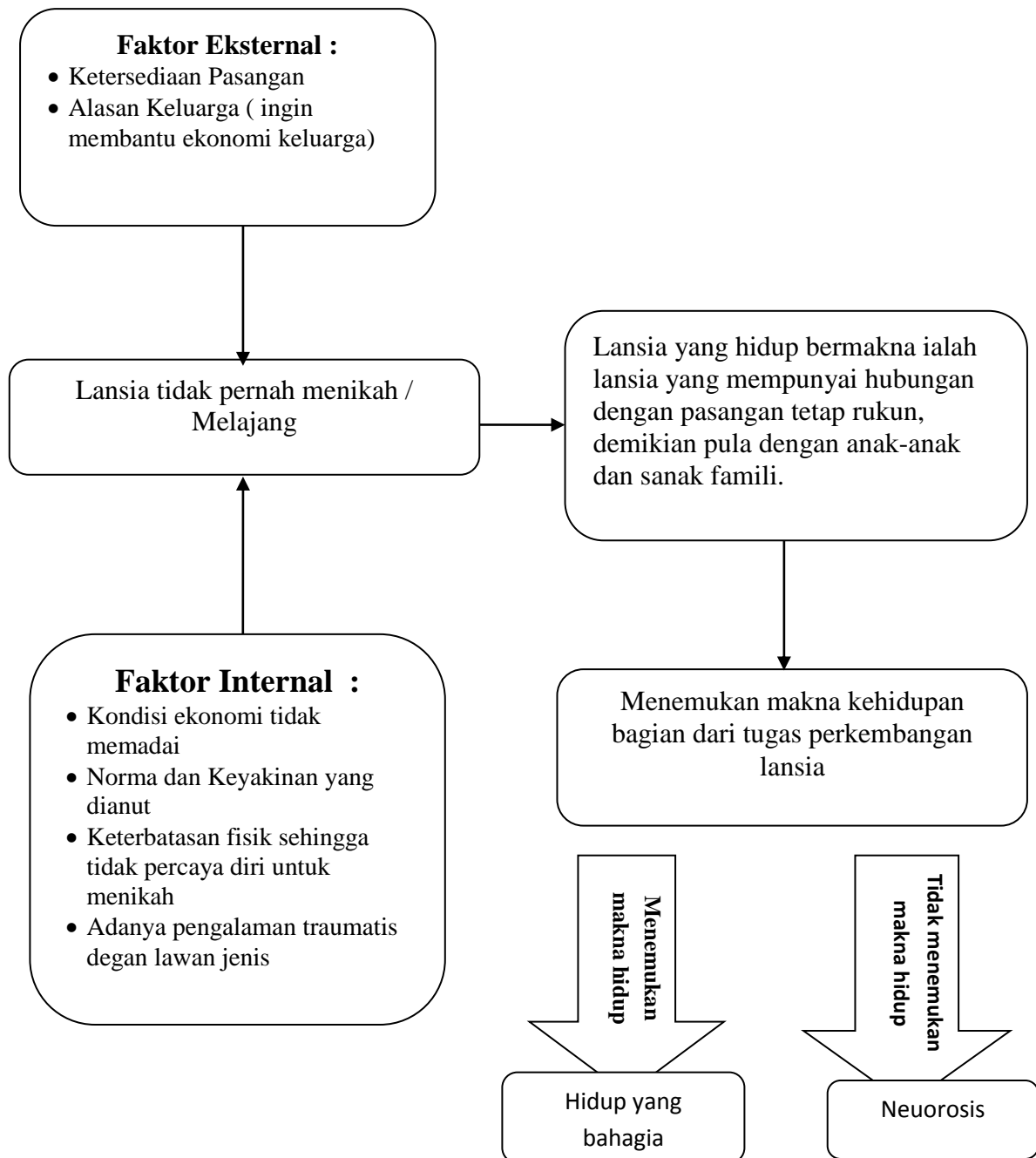
Pernikahan suatu kebutuhan semua individu baik pria maupun wanita dewasa, pernikahan termasuk rangkaian hirarki kebutuhan dasar, kemampuan lansia yang tidak menikah dalam menemukan makna hidup sangat dibutuhkan. Tujuan penelitian ini untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang makna hidup lansia tidak menikah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi, jumlah partisipan sebanyak tujuh orang, tempat penelitian panti wreda di kota Bandung. Hasil penelitian menemukan dua puluh satu kategori dan enam tema yaitu memaknai sebuah pernikahan, alasan tidak menikah, perhatian keluarga tentang pernikahan, konsekuensi psikologis tidak menikah, menerima tidak menikah sebagai ketetapan Tuhan dan hikmah positif tidak menikah.

C. Vera Ukus, Hendro Bidjuni dan Maikel Karundeng dengan artikel jurnal yang berjudul “Pengaruh Penerapan Logoterapi Terhadap Kebermaknaan Hidup Pada Lansia Di Badan Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Paniki Bawah Manado”

Tujuan penelitian ini menganalisis pengaruh pemberian logoterapi terhadap kebermaknaan hidup pada lansia, di Badan Penyantunan Lanjut Usia senjah Cerah, Paniki Bawah Manado. Desain penelitian menggunakan Eksperimen dengan rancangan penelitiin One Group Pretest Posttest. Sampel yaitu 15 responden lanjut usia (kelompok intervensi) akan diberikan penerapan logoterapi sebelum dan sesudah. Pengambilan sampel menggunakan teknik non probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Analisis penelitian menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh logoterapi terhadap kebermaknaan hidup pada lansia dengan nilai $p= 0,005$. Jadi dalam penelitian ini H_a diterima dan H_o ditolak, adanya pengaruh kebermaknaan hidup sebelum dan sesudah dilakukan logoterapi.

2.6 Kerangka Berpikir

Lanjut usia ialah tahapan perkembangan dimana pada tahapan tersebut adalah masa dimana seseorang sudah mulai beristirahat dalam kegiatannya dan menikmati segala hasil kerjanya selama berusia produktif serta berkumpul dengan keluarga seperti pasangan hidup, anak, dan cucu. Selain itu pada lanjut usia individu mengalami beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Pada lanjut usia juga mengalami beberapa perubahan yang menurun dari kondisi ketika masih berusia muda, perubahan tersebut yaitu mulai dari perubahan fisik, motorik, dan mental. Karena beberapa perubahan tersebut maka ketika berusia lanjut seseorang sering merasa dirinya sendiri (kesepian) dan menganggap bahwa dirinya sudah tidak bermanfaat lagi bagi orang-orang, oleh karena itu dibutuhkan beberapa dukungan-dukungan (*supporting*) untuk para lanjut usia. Salah satu dukungan yang sangat berpengaruh ialah dukungan dari pasangan hidup, dukungan dari pasangan hidup pada usia lanjut sangat diperlukan karena dengan adanya dukungan tersebut seseorang dapat menghadapi dan menerima segala perubahan-perubahannya secara bersama dengan pasangannya serta tidak merasa sendiri dalam menjalani hari-hari tuanya. Namun, tidak semua individu dapat memiliki pasangan hidup atau hidup melajang sampai berusia lanjut karena faktor-faktor tertentu seperti kondisi ekonomi tidak memadai, norma dan keyakinan yang dianut, ketersediaan pasangan, alasan keluarga (ingin membantu ekonomi keluarga), keterbatasan fisik sehingga tidak percaya diri untuk menikah, dan adanya pengalaman traumatis dengan lawan jenis. Jika dilihat dari salah satu indikator lansia yang hidup bermakna menurut Bastaman (2007) para lansia yang memiliki hidup bermakna ketika mereka mempunyai hubungan dengan pasangan tetap rukun, demikian pula dengan anak-anak dan sanak famili.



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

