

Lansia Rindu Bahagia: Kajian Keluarga Jawa Kelompok Lansia SUCI Banyumanik Semarang

Ayudya Amelia, Af'idatul Lathifah, Mudjahirin Thohir

Program Studi Antropologi Sosial, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro
Jl. Prof Soedharto, SH. Tembalang Semarang – 50275
Email: ayudyaamelia19@gmail.com

Abstract

Happiness is the right of all human beings, children, adults and parents, they have the right to be happy with different sizes of happiness. This difference in the size of happiness is because each individual has different experiences and life patterns so that the assessment of the expected happiness is also different. The research "Elderly Miss Happy (Case Study: Javanese Family in the SUCI Elderly Group RW 06 and RW 07 Banyumanik District Semarang)" uses symbolic interaction theory. The problem of this research is what and how to measure the happiness of the Javanese ethnic elderly and in what way they endeavor it and what is gained from this happiness, starting from seeing experiences and life patterns, hopes for happiness to the reality of realized happiness. This research uses a phenomenological method. Phenomenology is a method to finding the meaning behind the phenomenon being revealed. Besides that, it also uses qualitative data, primary data sources and secondary data. Primary data sources are from observations and interviews while secondary data sources are from previous research and books.

The results of this study are: (1) the measure of elderly happiness is measured by the elderly's meaning of their life experiences. Being a part of the SUCI's group is positioned as a substitute with children and being happy with other elderly people, (2) when they are aware of their old age, life choices are more oriented towards the happiness of the end of their life and after their death. The method taken is to deepen religious knowledge. They find happiness in the SUCI group because in this group they can more intensively carry out religious activities. This means that the needs of elderly are gathering each others because of the warm interactions between the elderly. The argument given is the awareness that their children have high mobility, causing the family to be busier and less concerned about the elderly so that the elderly who live with the family feel less family support. The relentless nature of Javanese elderly prefers to reduce conflict causes they not to ask their family first, for attention and try to find happiness outside the home. Happiness is present when the elderly join the SUCI elderly group.

Keywords: *Happiness, Javanese Elderly Group, Symbolic Interactionism Theory*

1. Pendahuluan

Kebahagiaan dapat diartikan sebagai hasil dari penilaian diri terhadap kepuasan hidup yang ada pada dirinya. Hal ini akan dengan kemunculan emosi dan aktivitas positif di dalam sebagian besar waktu yang digunakan dalam kehidupan diri sendiri apakah berada dalam keseimbangan,

diukur dari empat aspek utama yaitu material, intelektual, emosional dan spiritual. Material meliputi kecukupan untuk memenuhi biaya hidup sehari-hari, intelektual meliputi pendidikan yang memadai untuk jenjang pemenuhan aktualisasi diri, emosional meliputi kemunculan emosi-emosi positif dalam hidup seseorang dan spiritual meliputi kepuasan secara batin seseorang dalam segi religi. Pemahaman faktor kebahagiaan berbeda-beda sehingga hanya sendirilah yang dapat mendeskripsikan dan menilai konsep kebahagiaan tersebut secara tepat. Perbedaan pandangan hidup karena situasi dan kondisi masing-masing generasi berimplikasi pada bentuk pemaknaan dan tolak ukur kebahagiaan yang berbeda. Alasan yang dianggap masuk akal oleh orang tua dan berbeda dengan kebutuhan generasi anak muncul menjadi permasalahan, begitupula sebaliknya.

Orang tua dalam hal ini lansia¹ mengalami perubahan sosial dan psikologis dalam hidupnya. Perubahan sosial dan psikologis ini disebabkan karena perubahan fisik dalam tubuh lansia (Maryam dkk, 2008), yaitu mengalami kemunduran fungsi organ tubuh tidak dapat bekerja secara maksimal karena kondisi tersebut maka orang tua pada usia lanjut memiliki konsep kebahagiaan yang berbeda dengan konsep kebahagiaan generasi yang lebih muda.

Masyarakat Jawa memiliki sikap menghormati orang tua dan hadir sebagai sistem yang sudah dibangun sejak berada di dalam lingkungan keluarga. Kewajiban seorang anak harus membantu dan merawat orangtua di hari tuanya merupakan sebuah nilai yang diwajibkan hadir dalam Keluarga Jawa (Santoso, 2010). Seiring berjalannya waktu dan perubahan zaman, keluarga etnis Jawa juga mengalami peningkatan tuntutan hidup dan mobilitas penduduk yang semakin tinggi dan berimplikasi pada pola hidup anak yang berbeda. Anak memilih untuk memberikan orang tua mereka rumah sendiri beserta pembantunya, atau bahkan menitipkan orang tua mereka di panti wredha sebagai bentuk antisipasi rasa ketidakmampuan untuk mengurus dan melayani orang tua mereka di saat sibuk memenuhi tuntutan hidup yang semakin besar. Hal ini dapat berpengaruh pada kebahagiaan orang tua usia lanjut sebab kebutuhan emosional orang tua dapat terbentuk dari hubungannya dengan anak atau *genetical* dan hubungannya dengan teman atau dalam topik permasalahan ini anggota kelompok lansia SUCI.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologis sehingga akan menghasilkan data deskriptif mengenai tolak ukur kebahagiaan lansia etnis Jawa saat ini dan dengan cara apa mereka memperoleh kebahagiaan itu. Penelitian yang dihasilkan adalah data deskriptif yang berupa kata-kata lisan dari informan dan perilaku yang diamati. Untuk mengetahui tolak ukur kebahagiaan lansia etnis Jawa saat ini dan bagaimana mereka memperoleh kebahagiaan tersebut, peneliti menggali sumber-sumber data informasi yang dapat memahami dimensi-dimensi kebahagiaan dan mencari faktor-faktor yang bisa mempengaruhi kebahagiaan lansia melalui kelompok lansia SUCI (Sesama Usia Lanjut Ceria Indonesia) yang berlokasi di RW 06 dan RW 07 Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode fenomenologis, fenomenologis adalah studi penelitian dimana peneliti terlibat dalam situasi fenomena yang diteliti sehingga peneliti dapat mengenali subjek dan merasakan apa yang dialami subjek dalam kehidupan sehari-hari atau merasakan apa yang *native* rasakan. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini yaitu studi pustaka, observasi partisipasi dan wawancara yang menghasilkan data primer berasal dari 4 key

¹Usia lanjut (lansia) adalah individu yang berusia diatas 60 tahun, pada umumnya memiliki tanda-tanda terjadinya penurunan fungsi-fungsi biologis, psikologis, sosial, ekonomi (BKKBN, 1995 dalam Mubarak, 2006).

informan (lansia), dan beberapa keluarga lansia (anak, cucu dan saudara), tetangga serta kerabat lansia dan data sekunder yang berasal dari literatur yang relevan.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Kehidupan Sehari-Hari Lansia Jawa Anggota Kelompok Lansia SUCI

Kelompok lansia SUCI merupakan kelompok perkumpulan yang mewadahi para lansia di RW 06 dan RW 07 Kecamatan Banyumanik Kelurahan Banyumanik Semarang untuk tetap berkegiatan dan mengisi waktu luang mereka. Mengisi waktu luang dengan suatu kegiatan positif dapat memenuhi salah satu kebutuhan dasar lansia. Seorang lansia merasa hidup, terbebas dari rutinitas kegiatannya yang membosankan, membutuhkan teman serta afeksi dari seseorang sehingga tidak merasa kesepian merupakan kebutuhan dasar lansia yang diharapkan untuk terwujud. Kebutuhan dasar lansia tidak dapat terwujud apabila kurangnya usaha dari individu (lansia) dan unit sosial utama lansia yaitu keluarga. Ketika unit sosial dirasa tidak dapat mewujudkan kebutuhan dasar lansia maka akan dibutuhkan unit sosial lain dalam mewujudkan kebutuhan dasar tersebut. Kehidupan rutinitas sehari-hari anggota kelompok lansia SUCI selain ikut dalam kegiatan yang dilaksanakan SUCI setelah diobservasi oleh peneliti terlihat pola rutinitas yang hampir serupa, yang membedakan hanya adanya aktifitas tambahan berupa hobi masing-masing dalam kehidupan mereka. Terdapat sekitar 97% lansia etnis Jawa di dalam kelompok lansia SUCI, karena latar belakang etnis yang sama mereka pun memiliki pola kehidupan yang hampir serupa. Rutinitas lansia sehari-hari hanya diisi dengan kegiatan memenuhi kebutuhan diri (mandi, makan, tidur), kegiatan keagamaan, kegiatan berdasarkan hobi dan kegiatan sosial.

Anggota kelompok lansia SUCI tidak hanya aktif melakukan kegiatan sosial, namun juga kegiatan keagamaan. Aktifitas lansia dalam kegiatan keagamaan menurut penelitian dapat membawa efek positif bagi psikologis selain itu juga adanya kelompok agama yang simpatik akan memberi dukungan emosional dan membawa gaya hidup sehat secara fisik serta psikologis bagi seseorang (Carr, 2004). Kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan keagamaan sering dijadikan pilihan lansia untuk mengatasi emosi negatifnya (stres, depresi dan kesepian). Pilihan lansia yang lebih memilih jalur keagamaan untuk menentramkan diri disebabkan di umur yang semakin tua, lansia banyak berfikir tentang ajal dan akhirat bukan duniawi lagi sehingga pilihan untuk semakin dekat pada Tuhan masing-masing adalah sebagai upaya sugesti diri agar ketika ajal menjemput maka lansia akan ditempatkan di surga karena perbuatannya yang didasari oleh agama. Salah satu informan yang peneliti wawancarai yaitu Ibu Endang Midayati (65) menuturkan bahwa membaca al-qur'an dan buku yasin dapat menghilangkan sedih dan masalahnya bahkan beliau merasa tenang sehingga tidak berpikir hal yang negatif.

Kondisi psikologis seseorang berhubungan dengan emosi individu tersebut. Terdapat dua macam emosi yang muncul pada diri seseorang yaitu emosi positif dan emosi negatif. Penelitian dari Norman Bradburn (Seligman, 2002) menyatakan bahwa individu yang lebih banyak mengalami emosi negatif maka akan mengalami sedikit emosi positif dan sebaliknya. Kebahagiaan sendiri mengacu pada emosi yang bersifat positif (Diener & Ryan, 2009). Lansia Jawa sendiri memiliki regulasi emosi yang baik. Regulasi emosi ini cenderung dibentuk oleh pola asuh, sosialisasi dan budaya (Ratnasari & Suleeman, 2017). Budaya Jawa sendiri menanamkan norma-norma kehidupan untuk mencegah timbulnya emosi negatif yang dapat memicu konflik. Selain itu, adanya kebiasaan menggunakan prinsip hormat untuk mencegah ketegangan dalam komunikasi menjadi budaya dalam suku Jawa (Suseno, 1984). Lansia Jawa terbiasa dengan budaya meredam emosi untuk mencegah

ketegangan dan konflik, sehingga banyak dari mereka lebih memilih tidak terlalu ekspresif menampakkan emosinya. Hal ini berlaku pula pada perempuan lansia Jawa yang cenderung lebih suka *ngode*² daripada berbicara langsung apa yang sedang dirasakannya.

Hubungan sosial yang terjalin baik antara lansia dengan keluarga akan memberikan dukungan keluarga yang cukup baik secara moril dan material pada lansia. Dukungan keluarga pada lansia merupakan sebuah bentuk perawatan keluarga untuk lansia. Dukungan sosial dari keluarga ini semakin diperlukan ketika seseorang mengalami penurunan fungsi secara fisik dan mental. Dukungan keluarga ini dapat mengurangi dan menyembuhkan stres pada lansia sebab dapat mengeluarkan masalah-masalah atau emosi negatif yang menimpa lansia. Menurut hasil observasi peneliti, jumlah lansia perempuan di Komplek RW 06 dan 07 Banyumanik, Kota Semarang lebih banyak daripada lansia laki-laki yaitu sejumlah 59,02%. Kondisi lansia janda yang tinggal dengan keluarga atau anak (tiga generasi) lebih banyak bergantung pada anak. Mobilitas anak yang semakin tinggi dan semakin sibuk membuat mereka kurang memperhatikan orang tuanya (lansia) sehingga lansia yang tinggal bersama anak cenderung kesepian.

Lansia yang tinggal di kompleks RW 06 dan 07 Kecamatan Banyumanik, Semarang memiliki sumber ekonomi dan penghasilan sekitar Rp. 1.000.000 keatas dari berbagai sumber yaitu dana pensiun, dana tabungan, dana upah kerja dan dana *transferan* keluarga, sehingga dapat dikatakan penghasilan lansia di kompleks RW 06 dan RW 07 Banyumanik Semarang mencukupi atau cukup untuk biaya hidup lansia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari.

3.2. Lansia Jawa Kelompok SUCI Kurang Mendapatkan Dukungan Keluarga

Lansia yang tinggal bersama dengan anak cenderung mendapatkan perawatan yang cukup baik namun kualitas waktu bersama dengan keluarga yang didapatnya justru kurang sebab adanya kesibukan dari kegiatan anaknya dalam bekerja atau mengurus keluarga intinya sehingga lansia yang tinggal bersama anak ini cenderung merasa kesepian. Sedangkan lansia yang tinggal di rumah sendiri dengan penghasilan berasal dari dana pensiun atau dana bulanan dari anak terbiasa hidup mandiri dan tidak terlalu bergantung pada anak sebab mereka biasa memenuhi kebutuhan sehari-harinya tanpa bergantung pada siapa-siapa namun tetap memerlukan dukungan dari keluarga dan orang lain. Ketika lansia Jawa merasa kesepian namun anak dan keluarga lain sedang sibuk, mereka tidak mau menuntut secara langsung untuk diberi waktu bersama lebih banyak karena adanya perasaan *ewuh* atau *pekewuh*³ sehingga lansia Jawa cenderung mencari kesibukan di luar rumah.

Penelitian pada beberapa anggota dari kelompok lansia SUCI (lansia Jawa) menunjukkan bahwa alasan mereka bergabung dalam kelompok lansia SUCI ini agar dapat aktif berkegiatan dan bersosialisasi di lingkungannya setiap minggu. Kondisi ini menggambarkan kecenderungan para lansia tersebut mencari kebahagiaan di luar rumah yang dapat membuat lansia merasa lebih tenang, tidak kesepian serta nyaman dengan lingkungannya. Hal ini merupakan usaha lansia dalam memperoleh kebahagiaannya. Perlu adanya dukungan keluarga di setiap aktifitas lansia dalam kegiatan sosial kelompok semacam ini dirasa dapat meningkatkan kebahagiaan lansia. Bergabungnya lansia dengan kelompok lansia SUCI merupakan salah satu upaya lansia RW 06 dan RW 07 Banyumanik Semarang agar dapat merealisasikan kebutuhannya dan merupakan jalan tengah agar pemahaman lansia dengan pemahaman orang-orang disekitarnya bisa selaras dan interaksi yang dilakukan keduanya memunculkan simbol kebahagiaan. Ketika lansia membutuhkan orang lain untuk membantu merealisasikan kebutuhan hidupnya, unit sosial utama yaitu keluarga

²*Ngode* atau memberi kode

³*Ewuh* atau *pekewuh* adalah kata dari bahasa Jawa yang artinya merasa tidak enak atau tidak nyaman.

merupakan unit sosial pertama yang seharusnya membantu lansia merealisasikan kebutuhan hidup tersebut. Keluarga pada dasarnya tetap berusaha memberikan pelayanan yang dibutuhkan oleh lansia dalam merealisasikan kebutuhan hidupnya, namun adanya tuntutan mobilitas yang tinggi justru terkadang menjadikan pemahaman orang-orang disekitar lansia atas pemenuhan kebutuhan hidup lansia berbeda dan tidak sinkron dengan yang diharapkan oleh lansia. Orang-orang disekitar lansia memiliki pemahaman bahwa kebahagiaan lansia dapat diperoleh dari kesejahteraan hidup lansia (material) saja dan hal ini tidak sesuai dengan pemahaman lansia atas kebahagiaan sehingga terjadi ketidaksinkronan pemahaman antar pelaku interaksi kebudayaan.

Salah satu pelaku kebudayaan dalam interaksi antara lansia dan orang disekitarnya diharuskan mengalah sebagai jalan tengah agar dapat menghasilkan simbol kebudayaan dan interaksi yang dilakukan oleh mereka dapat selaras. Peneliti melihat peran lansia yang lebih mengalah agar tercipta interaksi yang sinkron antar lansia dengan orang-orang disekitarnya. Lansia mencoba berusaha menyingkronkan interaksi yang ada dengan usaha lain yaitu dengan memenuhi kebutuhan sehari-harinya melalui unit sosial lain dalam penelitian ini kelompok lansia SUCI. Lansia Jawa yang merasa *ewuh* atau *pekewuh* ini tidak akan menuntut langsung keluarga (unit sosial utama) sehingga mereka lebih memilih untuk berusaha merealisasikan dengan cara lain (bergabung dengan kelompok lansia SUCI).

Rata-rata anggota kelompok lansia SUCI sebagai sebuah kelompok atau komunitas, mereka memiliki rasa *community sentiment*. Unsur-unsur *community sentiment* menurut Mac Iver (1970: 143) adalah unsur seperasaan yang muncul karena tindakan anggota dalam komunitasnya dan mengidentifikasi dirinya dengan kelompok dikarenakan adanya kesamaan kepentingan, unsur sepenanggungan yang diartikan sebagai kesadaran akan peranan dan tanggung jawab anggota komunitas di dalam kelompoknya dan adanya unsur saling memerlukan atau rasa saling ketergantungan terhadap komunitas baik secara fisik maupun psikologi. Perasaan *community sentiment* antar anggota kelompok lansia SUCI inilah yang membantu sesama lansia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya disaat keluarga tidak atau kurang mampu merealisasikan. Melalui kelompok lansia SUCI, mereka saling membantu antar lansia karena adanya rasa *community sentiment* sesama anggota kelompok lansia untuk memenuhi kebutuhan mereka yang kurang dapat terealisasi.

Interaksi lansia dengan keluarga tetap berlangsung namun menyesuaikan dengan pemahaman kebahagiaan dari persepektif keluarga. Lansia tetap dapat merealisasikan pemahaman kebahagiaannya namun melalui unit sosial lain yaitu kelompok lansia SUCI sehingga muncul simbol pemaknaan kebahagiaan menurut lansia berdasarkan interaksi-interaksi yang dilakukan lansia dengan orang-orang disekitarnya.

3.3. Makna Kebahagiaan Lansia

Lansia merupakan tahapan terakhir dari perkembangan sehingga mereka akan menyimpulkan kehidupan masa lalunya dan melanjutkan kehidupannya dengan memaknai pengalaman masa lalunya itu. Pemaknaan atas pengalaman masa lalu dapat dimaknai dengan emosi positif ataupun emosi negatif. Ketika pengalaman hidup masa lalunya di maknai positif maka hal tersebut dapat membawa emosi dan persepsi positif di diri lansia, dan ketika pengalaman hidup masa lalunya di maknai secara negatif maka hal ini dapat membawa emosi dan persepsi negatif (menjadi masalah bagi lansia) dan mempengaruhi pemaknaan hidup lansia tersebut. Pemaknaan pengalaman hidup lansia mempengaruhi konsep kebahagiaan pada lansia. Makna dari kehidupan menurut Chaplin (2006) memiliki arti sebagai harapan individu atas sesuatu hal atau dapat dikatakan

sebagai arah tujuan hidup atau pengharapan dalam hidup seseorang agar dapat dianggap bermakna bagi individu tersebut.

Tolak ukur impian kebahagiaan lansia pun berbeda dengan individu kategori usia dibawahnya tergantung pada kebutuhan yang diinginkan. Kebutuhan dari diri (ego) lansia dikelompokkan oleh Weinberg menjadi empat bagian yaitu: (1) standar kehidupan dan tempat tinggal yang layak, (2) hubungan sosial dan kegiatan di setiap waktu untuk mengatasi kesunyian, (3) pemeliharaan kesehatan, dan (4) pencegahan terhadap kerusakan atas kehidupannya di usia lanjut (Sumarnonugroho, 1984:111).

Pemaknaan lansia atas kebahagiaan menjadi faktor terbentuknya konsep kebahagiaan. Pemaknaan ini berasal dari pengalaman lansia semasa hidupnya. Lansia berada di tahap akhir dari perkembangan sehingga pengalaman yang dimilikinya dirangkum dan dijadikan pelajaran dalam sisa hidupnya. Rata-rata informan dalam penelitian ini mengatakan bahwa hidup bagai roda yang berputar (ada kesulitan dan ada kebahagiaan) sehingga penting untuk selalu bersyukur dengan kehidupan yang dijalani. Lansia SUCI berusaha memproduksi ulang symbol-simbol kebahagiaan yang seharusnya mereka lakukan di masa lalunya dan sesuai falsafah Jawa dengan melihat pengalaman hidupnya yang terjadi di masa lalu sehingga tidak muncul penyesalan atas hidupnya yang lalu dan merasa Bahagia serta berharga dalam menjalani sisa hidupnya.

3.3.1. Ekspektasi Kebahagiaan Lansia

Lansia digambarkan sebagai individu yang mengalami proses penuaan dengan usia yang bertambah sehingga kondisi fisik dan non fisik secara alamiah juga mengalami penurunan produktifitas bahkan dapat dikatakan tidak lagi mampu memenuhi kebutuhannya (Ishak, 2013). Ketika kebutuhan lansia dapat terealisasi dan terpenuhi, maka akan memberikan kesejahteraan bagi lansia. Kesejahteraan dalam studi ini adalah saat kebutuhan sehari-hari lansia dapat terpenuhi. Kebutuhan hidup yang diperlukan oleh lansia antara lain adalah kebutuhan pangan dengan gizi seimbang karena penurunan fungsi fisiologis, kebutuhan pemeriksaan rutin, tempat tinggal yang bersih dan sehat sebagai penunjang kesehatan lansia, lingkungan yang aman dan kebutuhan bersosialisasi dengan orang lain sebagai bentuk aktualisasi diri.

3.3.2. Realitas dari Ekspektasi Kebahagiaan Lansia

Realitanya tidak semua harapan akan terwujud. Tolak ukur harapan kebahagiaan lansia tidak semuanya dapat direalisasikan, tergantung pada kondisi, usaha dan kesanggupan individu. Ketika kebutuhan lansia terwujud maka mereka akan merasa Bahagia dan puas, namun ketika kebutuhan tidak atau kurang terwujud maka mereka menyerah, menerima atau berusaha untuk tetap mewujudkannya. Terkadang muncul emosi negatif seperti kesulitan hingga sakit ketika kebutuhan tidak atau kurang terwujud. Lansia perlu penyesuaian diri dengan kondisi ini, apabila lansia tidak dapat menyesuaikan diri maka mereka akan merespon dengan emosi negatif (depresi).

Perlu bantuan dari orang lain untuk lansia merealisasikan kebutuhan hidupnya karena situasi dan kondisi lansia yang mengalami banyak penurunan fungsi secara fisiologis dan biologis sehingga menghambat kemampuan diri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya tanpa bantuan orang lain. Ketika unit sosial utama lansia yaitu keluarga tidak mampu membantu merealisasikan kebutuhannya maka perlu unit sosial lain yang diharapkan mampu membantu lansia merealisasikan kebutuhan hidupnya tersebut seperti kelompok lansia SUCI.

4. Simpulan

Pola kehidupan dan pengalaman hidup lansia mempengaruhi pemaknaan kebahagiaan lansia. Pola kehidupan lansia didasari oleh kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan oleh lansia dalam menjalani kehidupan sehari-harinya seperti kebutuhan makanan dengan gizi yang baik, kebutuhan pemeriksaan kesehatan secara rutin, tempat tinggal yang sehat dan bersih agar kesehatan lansia terjaga, kondisi rumah yang aman bagi lansia dan kebutuhan untuk bersosialisasi dengan orang lain sebagai bentuk aktualisasi diri. . Perlunya usaha secara materiil dan tindakan agar kebutuhan lansia dapat terpenuhi. Kebutuhan lansia dapat direalisasikan secara materiil dengan sumber ekonomi atau penghasilan yang berasal dari beragam antara lain dana pensiun, dana tabungan bekerja dan dana pemberian keluarga atau *transferan*. Lansia akan merasa sumber ekonomi atau penghasilannya cukup atau tidak untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, tergantung pada kebiasaan mereka dalam kehidupan sehari-hari dan beban tanggungan yang perlu di biayainya (anak yang masih belum bekerja, istri dan sebagainya).

Tahap lansia merupakan tahap perkembangan terakhir seseorang dalam hidupnya, sehingga mereka akan menyimpulkan pengalaman hidupnya yang lalu untuk melanjutkan sisa hidupnya. Pengalaman hidup lansia juga mempengaruhi konsep kebahagiaan mereka. Pengalaman hidup memberikan evaluasi diri lansia semasa hidupnya. Evaluasi diri inilah yang memberi pemaknaan atas bagaimana dan mengapa lansia hidup selama ini. Pemaknaan ini dijadikan standar harapan para lansia atas kebahagiaan yang diinginkan dalam sisa hidupnya. Rata-rata informan penelitian ini yang merupakan lansia kelompok SUCI memaknai hidupnya untuk tetap bersyukur atas kehidupannya sebab dalam kehidupan pasti ada kesulita serta kebahagiaan yang tidak dapat diprediksi kapan akan datang. Makna dari kehidupan lansia memiliki harapan yang dijadikan tujuan hidup dan pengharapan hidup bagi lansia. Lansia SUCI berusaha memproduksi ulang simbol-simbol kebahagiaan yang seharusnya mereka lakukan di masa lalunya dan sesuai falsafah Jawa dengan melihat pengalaman-pengalaman hidup yang terjadi di masa lalunya sehingga tidak muncul rasa menyesal atas hidupnya yang lalu dan merasa bahagia serta berharga dalam menjalani sisa hidupnya.

Realitanya tidak semua harapan akan terwujud, semua tergantung situasi, usaha dan kesanggupan lansia dalam merealisasikannya. Ketika harapan lansia terwujud dan teralisasi maka mereka akan bahagia dan puas. Ketika harapan lansia kurang terwujud atau tidak terwujud maka lansia akan menyerah, merima, berusaha untuk tetap mewujudkan harapan tersebut atau bahkan muncul emosi negatif (sakit dan depresi) karena lansia tidak dapat menerima harapannya yang tidak terwujud. Penting untuk lansia dapat menyesuaikan diri dengan situasi tersebut agar mereka dapat melanjutkan hidupnya dengan emosi positif (bahagia).

Lansia yang bergabung dalam kelompok lansia SUCI menunjukkan adanya bentuk penyesuaian diri berupa usaha mewujudkan harapan yang tidak atau kurang terwujud dengan cara lain. Harapan lansia atas dukungan keluarga dirasa kurang terealisasi sebab tingginya mobilitas keluarga dalam memenuhi kebutuhan keluarga intinya. Perubahan pola hidup masyarakat sekarang berdampak pada ketidaksingkronan pemahaman atas kebahagiaan lansia dengan keluarga (anak lansia) sehingga hal ini mempengaruhi interaksi antara dua pihak.

Lansia Jawa anggota kelompok lansia SUCI mencoba berusaha menyelaraskan interaksi yang ada dengan usaha lain yaitu memenuhi kebutuhannya melalui unit sosial selain keluarga (kelompok sosial atau komunitas lansia SUCI). Lansia Jawa mengerti mobilitas anak-anak dan keluarganya yang semakin tinggi sehingga mereka mampu memahami keadaan keluarganya yang kurang dapat membantu lansia dalam memenuhi kebutuhannya dalam permasalahan ini adalah

dukungan keluarga. Melalui kelompok lansia SUCI, antar anggota lansia saling membantu dalam memenuhi kebutuhan yang mereka perlukan karena adanya perasaan *community sentiment*. Sesama anggota kelompok lansia SUCI paham dan mengerti apa yang sebenarnya dibutuhkan oleh lansia untuk bertahan hidup dengan bahagia sebab mereka memiliki nasib yang sama yaitu sebagai manusia di tahap perkembangan akhir atau lansia. Interaksi antar lansia dan keluarga tetap terjadi namun pemahaman kebahagiaan antar keduanya berbeda tapi saling menyesuaikan.

Referensi

- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Carr, A. 2004. "Positive Psychology: New World For Old" . *Irish Psychologist* Vol 30 No.
- Diener, ed & Ryan, Katherine. 2009. "Subjective Well Being: a General Overview. *South African Journal of Psychology* Vol. 39 (4) Tahun 2009, hlm 107-135.
- Ishak, F.F.J.S. 2013. "Hubungan Antara Rasa Syukur Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lanjut Usia". *Jurnal Psikologi* Vol. 01 No. 10 Tahun 2013. Universitas Brawijaya.
- Mac Iver. 1970. *Community, Society and Power*. London: The University of Chicago Press.
- Maryam S, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. 2017. "Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi". *Jurnal Psikologi Sosial* Vol. 15 No. 01, hlm 35-46.
- Santoso, I.B. 2010. *Nasehat Hidup Orang Jawa*. Yogyakarta: Diva Press.
- Seligman, M.E.P. 2002. *Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Sumarmonugroho, T. 1984. *Sistem Intervensi Kesejahteraan Sosial*. Yogyakarta: PT. Hanindita.
- Suseno, F.M. 1984. *Etika Jawa*. Jakarta: PT Gramedia. 11, hlm 278-279.