

**PENERIMAAN DIRI LANJUT USIA (LANSIA) TANPA KELUARGA  
DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL  
DI DESA PADANGSARI MAJENANG CILACAP JAWA TENGAH**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos)

**Disusun Oleh :**

**Sirbini**

**NIM. 1717101086**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO  
TAHUN 2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sirbini  
NIM : 1717101086  
Jenjang : S-1  
Fakultas/Prodi : Dakwah/Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : **Penerimaan Diri Lanjut Usia (Lansia) tanpa Keluarga dalam Mewujudkan Kesejahteraan Spiritual di Desa Padangsari Majenang**

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri kecuali bagian-bagian dirujuk sumbernya. Hal-hal yang bukan karya dalam skripsi ini, diberi tanda cutasi dan ditunjukkan di dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini, apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 14 Januari 2021

IAIN PURWOKERTO



Sirbini  
NIM.1717101086



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO**

Alamat : Jl. Jend. A. Yani No. 40 A Purwokerto 53126  
Telp : 0281-635624, 628250, Fax : 0281-636553, www.iainpurwokerto.ac.id

**PENGESAHAN**

Skripsi Berjudul:

**PENERIMAAN DIRI LANJUT USIA (LANSIA) TANPA KELUARGA  
DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL  
DI DESA PADANGSARI MAJENANG CILACAP JAWA TENGAH**

yang disusun oleh Saudara: **Sirbini**, NIM. **1717101086**, Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Bimbingan dan Konseling**, Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto, telah diujikan pada tanggal: **22 Januari 2020**, dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos.)** pada sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing,

Nur Azizah, S.Sos.I, M.Si.

NIP 19810117 200801 2 010

Sekretaris Sidang/Penguji II,

Ahmad Muttaqin, S.Ag, M.Si.

NIP 19791115 200801 1 018

Penguji Utama,

Nurma Ali Ridlwan, M.Ag.

NIP 19740109 200801 1 003

**IAIN PURWOKERTO**

Mengesahkan,

Tanggal 11 Februari 2021

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.

NIP 19691219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah  
IAIN Purwokerto  
di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb,*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Sirbini  
NIM : 1717101086  
Fakultas : Dakwah  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : **Penerimaan Diri Lanjut Usia (Lansia) tanpa Keluarga dalam Mewujudkan Kesejahteraan Spiritual di Desa Padangsari Majenang.**

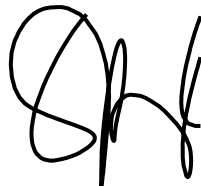
Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

# IAIN PURWOKERTO

Purwokerto, 14 Januari 2021

Pembimbing,



**Dr. Henie Kurniawati, S.Psi., M.A. Psikolog**  
**NIP. 19790530 200701 2 019**

## **MOTTO**

إحالتك الاعمال على وجود الفراغ من رعونات النفس

Menunda amal-amal kebaikan hingga kamu memiliki waktu luang adalah suatu tanda jiwa yang belum matang.

**(Ibn Athaillah)**



## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirobbil'alamiin...*

Dengan segala nikmat, karunia dan ridho Allah SWT skripsi ini mampu terselesaikan.

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orangtua tercinta, Bapak Warsono dan Ibu Tholingah yang telah memberikan cinta, kasih sayang, dukungan serta tidak henti-hentinya mendoakan agar putrimu menjadi orang yang sukses dan menjadi orang yang selamat di dunia dan di akhirat.
2. Segenap keluarga besar dan seluruh kerabat yang senantiasa mendoakan, memberi semangat dan motivasi demi keberhasilan untuk meraih kesuksesan.
3. Teman-teman Bimbingan Konseling Islam, semoga selalu diberikan semangat belajar untuk meraih kesuksesan.



**IAIN PURWOKERTO**

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah, penulis panjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah serta inayah-Nya, sehingga dengan bekal kemampuan yang minim penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada Baginda Nabi Agung Muhammad SAW, salah satu Nabi yang diharapkan syafa'atnya. Berkenaan dengan selesainya skripsi yang berjudul: **PENERIMAAN DIRI LANJUT USIA (LANSIA) TANPA KELUARGA DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DI DESA PADANGSARI MAJENANG.**

Penulis menyadari banyak pihak yang terlibat dan telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. K.H. Moh Roqib, M.Ag. Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
2. Prof. Dr. K.H. Abdul Basit, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
3. Nur Azizah, S.Sos.I. M.Si., Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
4. Dr. Henie Kurniawati, S.Psi., M.A. Psikolog Dosen pembimbing yang memberikan motivasi serta bimbingan dan arahnya kepada penulis dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Segenap Dosen dan Staf Administrasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
6. Segenap pemerintah Desa Padangsari Kecamatan Majenang yang telah memeberikan izin penelitian dan sudah banyak membantu kelancaran penelitian ini.
7. Kedua orangtua tercinta, Bapak Warsono dan Ibu Tholingah yang selalu mendoakan untuk putramu. Terimakasih untuk doa, motivasi serta semua perjuangan dan pengorbanan demi putramu ini untuk terus menuntut ilmu.

8. Guruku Abah Mudlofar Kholil Ad-Darojat yang selalu membimbing penulis baik dzohir maupun batin untuk dapat menyelesaikan tulisan ini.
9. Teman-teman ngopi Bapak Iwan Setiawan, Yudo Subekti, Ahmad Saefudin, Kang Syukur, Kang Mamad, Kang Aris yang telah mendukung untuk mencapai titik puncak dalam penulisan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman Bimbingan Konseling Islam angkatan 2017, Ilham Nur Yahya, Widiyanto Kusnandar, Yazid, Tosim, Ngatiyatul, Mak Fia, Iqoh Maulina, dan semua sahabat BKI B yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu terimakasih atas doa dan dukungan kalian semua.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Tak ada kata yang dapat penulis ungkapkan untuk menyampaikan rasa terimakasih sebanyak-banyaknya, melainkan doa semoga amal baik dan segala bantuan, motivasi yang telah diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang lebih dari Allah Swt. Amiin yaa Robbal'alamiin.

Purwokerto, 14 Januari 2021.



**IAIN PURWOKERTO**  
Sirbini  
NIM 1717101086



**PENERIMAAN DIRI LANJUT USIA (LANSIA) TANPA KELUARGA  
DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DI DESA  
PADANGSARI MAJENANG**

**Sirbini**

**1717101086**

**ABSTRAK**

Lansia yang berhubungan dekat dengan keluarganya mempunyai kecenderungan lebih sedikit untuk merasa kesepian dibanding lansia yang hubungannya jauh. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena penerimaan diri kesendirian lanjut usia (lansia) tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual di desa padangsari majenang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses penerimaan diri lanjut usia (lansia) tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Subjek penelitian adalah lansia yang hidup sendiri/tanpa keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tahap penerimaan diri ini melalui tahap *denial* (penolakan), tahap *anger* (marah), tahap *bergainning* (tawar-menawar), tahap *depression* (depresi), dan tahap *acceptance* (penerimaan). Dari tahap tersebut dapat mewujudkan penerimaan diri apa adanya, tidak menolak diri sendiri apabila memiliki kelemahan dan kekurangan, memiliki keyakinan untuk mencintai diri sendiri dimana seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, dan untuk merasa berharga maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna. Sedangkan tahap pemenuhan kebutuhan kesejahteraan spiritual melalui tahap *religious knowladge* (dimensi pengetahuan), dimana dalam tahap ini subjek dapat menghadirkan diri ditempat ibadah, berpartisipasi dalam aktifitas keagamaan, mengetahui tentang ibadah dan teologi ibadah. Kemudian tahap *religious effect* (dimensi konsekuensi), dimana subjek dapat menolong orang yang sedang kesulitan dan mendermakan hartanya. Adapun yang menjadi faktor terbentuknya kesejahteraan spiritual meliputi hubungan dengan diri sendiri, hubungan dengan orang lain, hubungan dengan lingkungan dan hubungan dengan transenden.

**Kata Kunci:** Penerimaan Diri, Lanjut Usia (Lansia), Kesejahteraan Spiritual

## ***ABSTRACT***

Elderly people who have close contact with their families are less likely to feel lonely than elderly people who have long relationships. This research was conducted based on the phenomenon of self-acceptance of the elderly (elderly) without family in realizing spiritual welfare in the village of Padang Sari Majenang. The purpose of this research is to find out how the process of self-acceptance of the elderly without family in realizing spiritual well-being. This research uses a qualitative method approach with the type of field research. The research subjects were elderly people living alone / without family. The results showed that this stage of self-acceptance through denial (rejection), anger, bargaining, depression and acceptance. From this stage, self-acceptance can be realized, not rejecting oneself if you have weaknesses and shortcomings, having the belief to love oneself where one does not have to be loved by others and valued by others, and to feel valuable, one does not need to feel right - absolutely perfect. Meanwhile, the stage of fulfilling the needs of spiritual welfare is through the religious knowledge stage (the dimension of knowledge), where in this stage the subject can present himself to a place of worship, participate in religious activities, know about worship and theology of worship. Then the religious effect stage (dimension of consequences), where the subject can help people who are in trouble and donate their assets. As for the factors in the formation of spiritual well-being include relationships with oneself, relationships with other people, relationships with the environment and relationships with transcendentals.

**Keywords:** Self-acceptance, Elderly, Spiritual Well-being



# **IAIN PURWOKERTO**

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	5
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Kajian Pustaka.....	8
G. Sistematika Penulisan.....	10
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
<b>IAIN PURWOKERTO</b>	
A. Penerimaan Diri .....	12
B. Kesejahteraan Spiritual .....	15
C. Lansia .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	20
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	21
D. Sumber Data.....	21

E. Metode Pengumpulan Data .....	22
F. Teknik Analisis Data.....	23

**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	24
B. Proses Penemuan Subjek .....	25
C. Gambaran Riwayat Hidup Subjek.....	25
D. Bentuk Penerimaan Diri Lansia .....	27
E. Bentuk Kesejahteraan Spiritual.....	33

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	43
B. Saran.....	44
C. Penutup.....	44

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**PEDOMAN WAWANCARA**

**HASIL WAWANCARA**

**DOKUMENTASI**



**IAIN PURWOKERTO**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Bertambahnya usia sampai titik penuaan dan terjadinya perubahan fisik tidaklah dapat dihindarkan bagi tumbuh kembang manusia. Lansia sendiri mulai kehilangan pekerjaan, arah hidup, hilangnya teman, resiko terjangkitnya penyakit dan kesepian yang menyebabkan hal tersebut memicu terjadinya gangguan mental. Tidak menerima diri dengan apa adanya merupakan gangguan mental yang banyak dijumpai pada lansia akibat proses penuaan.<sup>1</sup>

Selama hampir 50 tahun dari tahun 1971 sampai tahun 2018, kurang lebih dua kali lipat presentasi lansia di Indonesia meningkat. Sebesar 9,27% lansia atau sekitar 24,49 juta orang pada tahun 2018. Persentase dari keseluruhan penduduk berusia diatas 60 tahun mencapai di atas 7%, kondisi ini menunjukkan bahwa Indonesia sedang bertransisi menuju kearah struktur penduduk tua (*ageing population*) karena Fenomena tersebut dapat sangat berarti jika kelompok lanjut usia bisa mandiri, berkualitas, serta dapat berperan dalam pembangunan nasional. Keberadaan penduduk lansia tersebut tersebar diperkotaan dan pedesaan. Lansia dipedesaan pada tahun 2017 mencapai 50,36%, sedangkan diperkotaan sekitar 49,64%. Sedangkan terjadi pergeseran pada tahun 2018, di perkotaan lansia lebih banyak yang tinggal (51,60%) dibandingkan di pedesaan (48,40%). Presentase lansia di Indonesia mayoritas dihuni oleh lansia muda yakni kelompok lansia umur 60 sampai 69 tahun mencapai 63,39%, selebihnya ialah lansia madya yakni kelompok lansia umur 70 sampai umur 79 tahun sebesar 8,69%.

Kurun waktu 5 tahun terakhir, rumah tangga lansia bertambah hampir 3% (dari 24,5% menjadi 27,20%). Dalam artian, satu diantaranya merupakan rumah tangga lansia diantara empat rumah tangga di Indonesia. Berdasarkan

---

<sup>1</sup> Heri Irawan, *Gangguan Depresi pada Lanjut Usia*, CDK-210/Vol. 40 no. 11, Kalimantan Selatan, 2013, hlm. 815.

angka proyeksi, penduduk lansia semakin bertambah tiap tahunnya. Menjadi sebuah perhatian bagi seluruh kalangan, baik keluarga maupun masyarakat di sekitar lingkungan tempat tinggal lansia untuk memberikan perhatian dan dukungan yang lebih.

Mayoritas lansia masih mempunyai pasangan, pada tahun 2018 sekitar 60,87% lansia masih berpasangan. Sekitar 60,25% lansia yang berpasangan ada di perkotaan, sedangkan sekitar 61,53% ada di perdesaan. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, persentase laki-laki yang kawin (82,65%) dua kali lipat lebih banyak dari lansia perempuan yang kawin (41,11%). Hal demikian dapat terjadi karena umumnya lansia laki-laki kurang bisa mengurus kebutuhannya sendiri sehingga memerlukan pasangan untuk dapat membantunya.

Dilihat berdasarkan tipe daerah, lansia di perkotaan lebih banyak yang tinggal dengan anggota keluarga (29,82%) dibandingkan dengan di perdesaan (24,06%). Sedangkan dilihat berdasarkan jenis kelamin, lansia laki-laki lebih banyak yang bersama pasangan (25,19%) dan keluarga (32,33%). Sebaliknya, lansia yang sendiri justru lebih banyak dari kalangan perempuan (13,66%) dan tinggal bersama tiga generasi (48,20%).<sup>2</sup> Oleh karena itu, lansia butuh perhatian serta dukungan dari lingkungan dan keluarga agar mampu mengatasi terjadinya perubahan, selain perubahan fisik dan kondisi mental yang semakin rentan.<sup>3</sup>

Hal tersebut menjadi sebuah keberuntungan bagi lansia dengan adanya anggota keluarga yang masih memperhatikan seperti anak, cucu maupun saudara yang lain, yang selalu membantu dan peduli terhadap permasalahan yang dihadapi lansia. Namun sebaliknya, lansia akan merasa sendiri seperti kurangnya perhatian dari lingkungan, hilangnya pasangan, adanya pasangan akan tetapi belum dianugerahi keturunan, jauhnya anak-anak yang tinggal merantau. Menurut Gunarso, adanya kehangatan keluarga tidak semua orang lanjut usia bisa menikmati di masa tuanya dan para lansia mengalami masalah

<sup>2</sup> Mega Silviliyana, Ika Maylasari...dkk, *Statistik Penduduk Lanjut Usia*, (Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2018), hlm. 14-21.

<sup>3</sup> Heri Irawan, *Gangguan Depresi pada Lanjut Usia*, CDK-210/Vol. 40 no. 11, Kalimantan Selatan, 2013, hlm. 815.

pokok psikologis. Pertama adalah perubahan hidup yang lansia alami dengan terjadinya kemunduran fisik. Kedua, lansia sering mengalami kesepian dengan minimnya komunikasi dengan orang-orang yang paling dekat. Ketiga, post power syndrome, hal ini biasanya dialami oleh lansia yang baru pensiun, minimnya kekuatan dan penghasilan.

Perkembangan hidup individu lanjut usia, juga akan ditandai dengan adanya tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani didalam masa hidupnya. Apabila individu lanjut usia dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan tersebut maka akan merasa berhasil dan merasa bahagia.<sup>4</sup> Sebaliknya, yaitu akan merasakan hidupnya kurang berarti, timbulnya rasa benci, dan penolakan terhadap lingkungan-nya apabila individu lanjut usia berada pada kondisi *despair* (kehilangan harapan). Maka dari itu, penerimaan diri dapat diterima oleh lansia yang merasa bahagia dan tidak berada pada kondisi *despair* (kehilangan harapan).<sup>5</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti melakukan wawancara awal di desa padangsari majenang terkait lansia yang akan diteliti, dimana peneliti menemukan bahwa setiap lansia yang hidup sendiri tanpa keluarga, memiliki cara tersendiri untuk mencapai kesejahteraan spiritualnya. Seperti halnya lansia dengan inisial N yang merasa sejahtera dengan selalu mengikuti kajian-kajian islam di tempat ia tinggal. Berbeda dengan lansia berinisial S yang merasa sejahtera dengan selalu mengikuti majelis dzikir di tempat ia tinggal.

Untuk mencapai rasa penerimaan diri dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual di desa padangsari majenang pasti membutuhkan proses. Proses penemuan rasa ikhlas yang dialami oleh lansia tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual menjadi sesuatu yang perlu diteliti sebab menjadi lansia tidak hanya dialami oleh beberapa orang saja, melainkan dialami oleh setiap manusia pada umumnya. Oleh karena itu, menjadi hal yang penting dalam sebuah pembelajaran yang harus dimiliki setiap manusia untuk

<sup>4</sup> Endah Puspita Sari, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi, ISSN: 0215-8884, No. 2, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2002), hlm. 74.

<sup>5</sup> Endah Puspita Sari, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi, ISSN: 0215-8884, No. 2, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2002), hlm. 74.

menyiapkan dirinya menghadapi masa lansia agar dapat menjadi lansia yang sehat jasmani maupun rohani sehingga terus menumbuhkan rasa bahagia.

Kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) merupakan suatu hubungan dengan diri, orang lain, lingkungan dan transenden lainnya (Tuhan) yang sesuai dengan eksistensi manusia untuk meningkatkan kesehatan spiritual.<sup>6</sup> Kesejahteraan spiritual secara terus menerus dapat berpengaruh terhadap peningkatan kualitas hidup individu, hal ini dimungkinkan ketika individu sejahtera secara spiritual akan memiliki kemampuan untuk memaknai peluang yang diperoleh dalam hidup sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan dan keyakinan terhadap kekuasaan Sang Pencipta, yang mengatur segala bentuk kehidupan sehingga individu mampu hidup lebih tertata. Hal tersebut akan menumbuhkan sikap positif pada diri seseorang sehingga membuat hidup dengan rasa bahagia. Sikap yang demikian merupakan bagian dari kebutuhan asasi manusia sebagai makhluk yang berTuhan.<sup>7</sup>

Penerimaan diri adalah kesadaran individu terkait adanya kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut.<sup>8</sup> Salah satu karakteristik yang dimiliki oleh individu merupakan bagian yang tidak terpisahkan adalah bentuk dari penerimaan diri, kemudian dinilai sebagai anugerah, sehingga mampu untuk terus dapat menikmati kehidupan. Apapun perubahan yang terjadi dikarenakan proses menua mampu diterima oleh individu yang memiliki penerimaan diri dengan hati lapang.<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> Rully Afrita Harlianty, Annastasia Ediati, *Hubungan Antara Kesejahteraan Spiritual dengan Kepuasan Hidup Pada Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung*, Jurnal Empati, April 2016, Volume 5(2), 261-266, (Semarang: Universitas Diponegoro, 2016), hlm. 262.

<sup>7</sup> Wafi Nikmatu Rohmah, *Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Wellbeing) Remaja Dari Keluarga Single Parent (Studi Fenomenologi pada Mahasiswi dari Keluarga Single Parent di IAIN Tulungagung)*, Skripsi IAIN Tulungagung 2019, hlm. 2.

<sup>8</sup> Hurlock, 1973 mengutip dalam jurnal Endah Puspita Sari, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi, ISSN: 0215-8884, No. 2, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2002), hlm. 74.

<sup>9</sup> Endah Puspita Sari, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi, ISSN: 0215-8884, No. 2, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2002), hlm. 74.



Berdasarkan wawancara awal dengan salah satu perangkat Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap,<sup>10</sup> mengatakan bahwa kondisi lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap, bermacam-macam. Salah satunya jika dilihat dari segi ekonomi mereka mempunyai kehidupan yang pas-pasan.

Lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap mereka juga menyibukan dirinya dengan Bertani, berdagang dan mengikuti kegiatan pengajian rutin di masjid. Di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap ini dapat terlihat penerimaan diri atas kelansiaannya yang tanpa keluarga itu dari semangat yang masih hidup dalam mewujudkan kesejahteraan spiritualnya.

Berdasarkan wawancara awal dengan Kepala Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap, terdapat 20 jumlah lansia. Akan tetapi, penulis mengambil 5 subjek dengan alasan, dari ke 20 jumlah lansia yang ada, penulis mendapatkan 5 subjek yang sesuai dengan pembahasan yang akan dibahas oleh penulis. Yaitu dengan adanya kriteria yang menunjukkan bahwa ke-5 lansia tersebut menerima diri tanpa keluarga yang ditandai dengan adanya ketentraman dalam menjalani hidup, berhubungan baik dengan keluarga yang sama sekali tidak ada/tinggal bersamanya, dan merasa sejahtera dalam menjalankan spiritualnya. Mereka tanpa harus menjadi malu akan keadaannya dan dapat memandang dirinya secara realistis, mereka dapat menerima hidup dengan kesendiriannya tanpa keluarga dan mampu mengenali kelemahan-kelemahan yang dimiliki tanpa harus menyalahkan dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mengambil judul **Penerimaan Diri Lanjut Usia (Lansia) tanpa Keluarga dalam Mewujudkan Kesejahteraan Spiritual di Desa padangsari Majenang Cilacap.**

---

<sup>10</sup> Hasil wawancara dengan Prpto sebagai perangkat desa pada Sabtu 16 November 2019, pukul 17.05 WIB.

## B. Definisi Operasional

Mengantisipasi terjadinya kesalahpahaman dalam memahami judul, maka diperlukan adanya suatu penegasan tentang beberapa istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Penerimaan Diri

Penerimaan diri ialah individu yang mempunyai sikap positif yang ditunjukkan dengan rasa gembira dan puas terhadap dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin.<sup>11</sup>

Penerimaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penerimaan diri lansia yang hidup tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual. Seperti: selalu timbul rasa semangat untuk beribadah dan merasa senang dengan kehidupannya walau tanpa ada keluarga yang hidup bersamanya.

### 2. Lansia

Lansia merupakan periode penutup dari serangkaian proses perkembangan manusia, dimulai dari umur 60 tahun sampai meninggal, yang ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis yang semakin menurun.<sup>12</sup>

Lansia yang dimaksud dalam penelitian ini adalah lansia yang berumur 60 tahun ke atas, yang difokuskan pada lansia Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap.

### 3. Kesejahteraan Spiritual (*Spiritual Wellbeing*)

Kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) adalah proses penguraian sifat ikatan yang dinamis antara individu dan pencipta,

<sup>11</sup> Fitrie Uraningsari & M. As'ad Djalali, *Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Vol. 5, No. 01, Januari 2016, hlm. 21.

<sup>12</sup> Atik Lestari & Niken Hartati, *Hubungan Self Efficacy dengan Subjective Well Being Pada Lansia yang Tinggal di Rumahnya Sendiri*, Jurnal RAP UNP, Vol. 7, No.1, Mei 2016, hlm. 13.

pengembangan diri yang dilakukan dengan sengaja akan mencipta hubungan yang sangat harmonis, hal tersebut dapat terjadi atas dasar kesesuaian antara pengalaman hidupnya yang bermakna, memiliki tujuan dan nilai-nilai kehidupan pribadi. Pengembangan diri ini juga menjadi sebuah tantangan tersendiri, yang dilakukan dengan cara meditasi atau perenungan yang mengarah pada keadaan bahagia yang dirasakan secara internal.<sup>13</sup>

Kesejahteraan spiritual (*piritual wellbeing*) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kesejahteraan spiritual pada lansia yang difokuskan pada lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap.

#### 4. Keluarga

Keluarga dalam sejumlah kamus bahasa Indonesia dan kamus Melayu diartikan dengan sanak saudara; kaum kerabat dan kaum-saudaramara. Arti lain dari keluarga ialah satuan kekerabatan yang sangat mendasar dalam masyarakat.

Dalam literatur Al-Qur'an (Arab) keluarga diistilahkan dengan *al-ahlu* (الاهل) jamaknya *ahluna* dan *ahal* (اهلون، اهل) yang memiliki arti: family, keluarga dan kerabat, seperti terdapat dalam kedua ayat ini:

وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا

*Dan perintahkanlah kepada ahli (keluargamu) supaya mendirikan shalat dan bersabarlah kamu dalam mengerjakannya...(QS. Thaha [20]: 132)*

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا

*Hai orang-orang beriman! "perihalalah dirimu dan keluargamu dari kemungkinan siksaan api neraka...(QS Al-Tahrim [66]: 6)<sup>14</sup>*

Keluarga adalah kelompok kecil menggambarkan dinamika masyarakat secara umum yang mempunyai tujuan satu diraih bersama-

<sup>13</sup> Henie Kurniawati, *Studi Meta Analisis Spiritual Wellbeing dan Quality Of Life*, Seminar Psikologi & Kemanusiaan 2015, hlm. 143.

<sup>14</sup> Muhammad Amin Summa, *Hukum Keluarga Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 15-16.

sama.<sup>15</sup> Keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keluarga lansia yang difokuskan pada lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap.

### C. Rumusan Masalah

Bagaimana penerimaan diri lanjut usia (lanisa) tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual di desa padangsari majenang cilacap ?

### D. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui penerimaan diri lanjut usia (lanisa) tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) di desa padangsari majenang cilacap.

### E. Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dalam memperkaya wawasan tentang teori-teori penerimaan diri lanjut usia (lanisa) tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan Spiritual (*spiritual wellbeing*).

#### b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan bagi masyarakat dapat menambah wawasan pengetahuan yang menjadikan kepedulian terhadap lansia.

**IAIN PURWOKERTO**

---

<sup>15</sup> Hanik Rusdiyana, *Keharmonisan Keluarga Tuna Rungu dan Tuna Wicara*, Jurusan Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga 2017, hlm. 7.

## F. Kajian Pustaka

Beberapa peneliti telah melakukan penelitian sebagai berikut:

*Pertama*, skripsi yang ditulis oleh Nur Afni Rahmatika yang berjudul *Dukungan Keluarga dalam Penerimaan Diri Lansia (Studi Kasus di RT 02/RW 04 Desa Karangsucu Kecamatan Karangmoncol Kabupataen Purbalingga)*.<sup>16</sup>

Tujuan adanya penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana dukungan keluarga dalam penerimaan diri lansia di RT 02 RW 04 Desa Karangsari Kecamatan Karangmoncol Kabupaten Purbalingga. Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Maksud dari kualitatif disini adalah data hasil penelitian yang dikumpulkan bukan berupa angka-angka tapi berupa ungkapan yang bersifat kualitatif yang didapat dengan wawancara, observasi dan dokumentasi yang mana peneliti langsung terjun di lokasi penelitian. Proses penelitiannya yaitu dengan cara melakukan wawancara dengan para lansia dan keluarga dari lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga dalam penerimaan diri lansia adalah keluarga memberikan dukungan kepada lansia berupa kesabaran, perhatian, rasa peduli serta mendukung aktifitas lansia. Dengan adanya dukungan tersebut lansia merasa bahagia dan semiliki semangat untuk menjalani hidupnya

Persamaan penelitian Nur Afni Rahmatika dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada pembahasan penerimaan diri serta subyek yang akan diteliti yang merupakan lansia.

Perbedaannya, jika peneliti terdahulu dalam subyeknya ada dukungan keluarga, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan tidak adanya dukungan dari keluarga.

*Kedua*, skripsi yang ditulis oleh Zulfa Badriyatun Ni'mah yang berjudul *Perilaku Bersyukur Ditinjau dari Kemandirian Lansia (Studi Kasus pada Ibu Siti Asro yang Mengalami Gangguan Tulang Belakang)*.<sup>17</sup> Tujuan dari

---

<sup>16</sup> Nur Afni Rahmatika, *Dukungan Keluarga dalam Penerimaan Diri Lansia (Studi Kasus di RT 02/RW 04 Desa Karangsari Kecamatan Karangmoncol Purbalingga)*, Skripsi Institut Agama Islam Purwokerto, 2017.

<sup>17</sup> Zulfatun Baddriyatun Ni'mah, *Perilaku Bersyukur Ditinjau dari Kemandirian Lansia (Studi Kasus pada Ibu Siti Asro yang Mengalami Gangguan Tulang Belakang)*, Skripsi Institut Agama Islam Purwokerto, 2017.

penelitian tersebut adalah untuk mengetahui perilaku bersyukur yang ditinjau dari kemandirian seorang lanjut usia yang mengalami gangguan pada tulang belakangnya. Penelitian tersebut fokus pada pembahasan terkait perilaku syukur subjek yang ditinjau dari kemandiriannya. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah metode kualitatif, dengan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk perilaku bersyukur dalam penelitian tersebut adalah dengan tetap melaksanakan sholat baik wajib maupun sunnah, membaca alquran, serta berolahraga. Sedangkan kemandirian dalam penelitian tersebut meliputi kemandirian emosi yang ditunjukkan dengan semangat untuk sembuh, kemudian kemandirian intelektual yang ditunjukkan dengan membuat keputusan.

Persamaan penelitian Zulfa Badriyatun Ni'mah dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada kemandirian lansia dalam menjalani rutinitas kehidupan serta subyek yang akan diteliti yang merupakan lansia.

Perbedaan, jika peneliti terdahulu menekankan pada konsep syukur, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan konsep penerimaan diri.

*Ketiga*, jurnal yang ditulis oleh Imam Munandar, Sugianto Hadi, Vita Maryah yang berjudul *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia Yang Ditinggal Pasangan Di Desa Mensere*.<sup>18</sup> Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia ditinggal pasangan di Desa Mensere. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Analisa data yang digunakan adalah uji korelasi spearman rank. Populasi terdiri dari semua lansia yang ditinggal mati pasangan baik laki-laki maupun perempuan, berumur 60 tahun keatas, dan tinggal bersama keluarganya di Desa Mensere dan mengambil sampel sebanyak 35 orang. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 32 lansia (91,40%) mengalami kesepian, sedangkan lansia yang mendapat dukungan baik sebanyak 30 orang (85,70%).

---

<sup>18</sup> Diambil dari <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/491>. diakses pada tanggal 15 Mei 2019. Jam 14.41 WIB.

Hasil uji spearman rank diperoleh koefisien korelasi 0,691 dan nilai sig 2 tailed = 0,000 pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ), dimana nilai sig  $< \alpha$  ( $0,000 < 0,05$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kesepian pada lansia ditinggal pasangan di Desa Mensere.

Persamaan penelitian Imam Munandar, Sugianto Hadi, Vita Maryah dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada pembahasan kurangnya dukungan keluarga serta subyek yang akan di teliti merupakan lansia.

Perbedaan, jika peneliti terdahulu menekankan pada dukungan keluarga terhadap kesepian pada lansia, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan ialah menekankan terhadap kesejahteraan hidup seorang lansia.

#### G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan ini terdiri dari 5 BAB yaitu:

**Bab I. Pendahuluan**, terdiri dari: Latar Belakang Masalah, Definisi Operasional, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, Sistematika Pembahasan.

**Bab II. Landasan Teori**, dalam bab ini akan diuraikan mengenai teori-teori dan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul atau tema yang dibahas dalam skripsi, terdiri dari teori: Penerimaan diri, Kebutuhan afeksi dan Lansia.

**Bab III. Metode Penelitian**, terdiri dari: Pendekatan dan Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, Subyek dan Objek, Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, Metode Analisis Data.

**Bab IV. Penyajian Data dan Analisis Data**, terdiri dari: Gambaran umum lokasi, gambaran umum subyek, penyajian data, analisis data, pembahasan.

**Bab V. Penutup**, terdiri dari: Kesimpulan, Saran-saran dan Penutup.

## BAB II

### PENERIMAAN DIRI DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL LANSIA

#### A. Penerimaan (*Acceptance*)

Penerimaan merupakan dasar bagi setiap orang untuk dapat menerima kenyataan dalam hidupnya dari mulai pengalaman yang baik maupun pengalaman yang buruk. Penerimaan ditandai dengan adanya sikap yang positif, adanya pengakuan atau penghargaan terhadap nilai-nilai individual tetapi menyertakan pengakuan terhadap tingkah lakunya.

Kubler Ross<sup>19</sup> mengatakan bahwa penerimaan (*acceptance*) terjadi bila seseorang mampu menghadapi kenyataan daripada hanya menyerah daripada tidak adanya harapan. Menurutny sebelum mencapai penerimaan seseorang akan melewati beberapa tahapan berikut:

##### 1. Tahap *denial* (Penolakan)

Penolakan merupakan tahap pertama yang dilalui individu yang akan menuju ke sikap penerimaan. Dimana tahap penolakan ini biasanya hanyalah pertahanan sementara individu.

##### 2. Tahap *anger* (marah)

Tahap kedua setelah penolakan adalah tahap marah, dimana individu akan marah terhadap diri mereka maupun terhadap kondisi mereka.

##### 3. Tahap *bergainning* (tawar-menawar)

Pada tahap ketiga ini individu sudah mulai melakukan tawar menawar terkait dengan kenyataan dan masa depannya.

##### 4. Tahap *depression* (depresi)

Selama tahap ini individu mulai memahami kepastian, karena hal tersebutlah individu lebih banyak diam, menolak orang lain dan menghabiskan banyak waktu untuk berduka dan menangis. Pada proses ini

---

<sup>19</sup> Fatihul Mufidatu Z, *Studi Kasus Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri di Desa Banjarsari Kabupaten Tulungagung*, Skripsi Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri, Maulana Malik Ibrahim Malang 2015, hlm. 16-17.



memungkinkan seseorang untuk melepaskan diri dari rasa cinta dan kasih sayang.

### 5. Tahap *acceptance* (penerimaan)

Pada tahap ini individu mulai bisa menerima kenyataan yang terjadi dalam kehidupannya.

Setiap usaha dalam pencapaian penerimaan kenyataan oleh seseorang setidaknya terdapat tahap-tahap tersebut di atas sebelum seseorang telah berhasil dan mampu menerima kenyataan dalam kehidupannya. Bagaimanapun, seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang bagus tidak akan berusaha menghindar atau lari dari kenyataan, namun sebaliknya, ia akan menerima dan juga percaya pada apapun yang terjadi dalam kehidupan dan lingkungannya.

Penerimaan sendiri memiliki kaitan yang erat dengan penerimaan diri, dimana orang yang dapat menerima kenyataan merupakan salah satu karakteristik dari orang yang memiliki penyesuaian diri yang bagus, sementara itu penyesuaian diri yang bagus juga merupakan dampak dari seseorang yang memiliki penerimaan diri yang bagus pula.<sup>20</sup>

## B. Penerimaan Diri

### 1. Pengertian Penerimaan Diri

Hurlock berpendapat bahwa penerimaan diri adalah individu yang dapat hidup dengan segala karakteristik yang ada pada dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri, sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Segala sesuatu yang menyenangkan berada pada apa yang ada di dalam dirinya, sehingga individu selalu mempunyai keinginan

<sup>20</sup> Fatihul Mufidatu Z, *Studi Kasus Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri di Desa Banjarsari Kabupaten Tulungagung*, Skripsi Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri, Maulana Malik Ibrahim Malang 2015, hlm. 18.

untuk terus dapat menikmati kehidupan. Apapun perubahan yang terjadi dengan adanya proses menua dapat diterima oleh individu dengan hati yang lapang.<sup>21</sup>

Penerimaan diri menurut Aryanti adalah individu yang mampu mensiasati segala masukan dan kritikan dari orang lain secara terbuka.<sup>22</sup> Hjelle dan Ziegler menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menyebalkan, dan toleransi terhadap kekurangan/kelemahan diri tanpa harus menjadi sedih atau marah. Individu ini dapat menerima dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan. Jadi, individu yang mampu menerima dirinya adalah individu yang mampu menerima kekurangan dirinya sebagaimana dirinya mampu menerima kelebihan yang terdapat pada dirinya.<sup>23</sup>

Jadi bisa dikatakan bahwa penerimaan diri adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri secara optimal.<sup>24</sup>

## IAIN PURWOKERTO

### 2. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Ciri-ciri penerimaan diri menurut Sheerer adalah sebagai berikut:

- a. Percaya atas kemampuannya untuk dapat menghadapi hidupnya.
- b. Menganggap dirinya sederajat dengan orang-orang lain.

---

<sup>21</sup> Fitrie Uraningsari & M. As'ad Djalali, *Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Vol. 5, No. 01, Januari 2016, hlm. 20-21.

<sup>22</sup> Fitrie Uraningsari & M. As'ad Djalali, *Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Vol. 5, No. 01, Januari 2016, hlm. 21.

<sup>23</sup> Fitrie Uraningsari & M. As'ad Djalali, *Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Vol. 5, No. 01, Januari 2016, hlm. 21.

<sup>24</sup> Fitrie Uraningsari & M. As'ad Djalali, *Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia*, Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Vol. 5, No. 01, Januari 2016, hlm. 21.

- c. Tidak menganggap dirinya sebagai orang hebat atau aneh dan tidak mengharapkan bahwa orang lain mengucilkannya.
- d. Tidak merasa malu dan takut ketika dicela orang lain.
- e. Bertanggung jawab atas perbuatannya.
- f. Memiliki prinsip pola hidupnya sendiri dan tidak ikut-ikutan.
- g. Menilai pujian atau celaan secara objektif.
- h. Tidak menganiaya sendiri dengan kekangan-kekangan yang berlebihan.
- i. Menyatakan perasaannya dengan wajar.<sup>25</sup>

Penerimaan diri antara individu satu dengan yang lain cenderung tidak sama. Jhonson David menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya sebagai berikut:

- a) Menerima diri sendiri apa adanya.

Memahami dan menilai diri sendiri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur. Tergantung pada kemampuan kapasitas intelektualnya seseorang dapat memahami dan menemukan dirinya. Individu tidak cukup mengenal dirinya akan tetapi juga menyadari kenyataan dirinya. Secara beriringan pemahaman diri dan penerimaan

diri tersebut dapat berjalan, semakin dalam pemahaman individu mengenal terhadap dirinya, maka semakin besar pula individu dapat menerima dirinya. Jika denga apa adanya seorang individu mau menerima dirinya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri, dan memberitahu orang lain bahwa mereka seharusnya mau menerima dan menghormati dirinya apa adanya. Individu tersebut juga dapat menerima orang lain dan tidak menuntut bahwa orang lain harus dapat menyamai dirinya. Dalam artian merasa senang terhadap

---

<sup>25</sup> Ani Marni, Rudy Yuniawati, *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Pada Lansia di Panti Wredha Budhu Dharma Yogyakarta*, Empathy, Jurnal Fakultas Psikologi Vol.3, No. 1, Juli 2015, hlm. 3

sesungguhnya apa dan siapa dirinya merupakan penerimaan diri bagi setiap individu.

- b) Tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan.

Sikap diri seseorang terbentuk dari sikap atau respon dari lingkungan. Lingkungan yang sesuai dan menyenangkan bagi setiap individu, cenderung akan dapat mencipta penerimaan diri seseorang. Tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri.

- c) Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.

Yakni seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik dan dapat menilai dirinya sendiri atau dengan orang lain, maka cenderung dapat menerima dirinya dan dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Individu tersebut cenderung memahami diri dan menerima dirinya.

- d) Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.

Stabilnya konsep diri yang dimiliki oleh individu akan melihat dirinya dari waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah. Konsep diri yang tidak stabil, yaitu individu yang memandangi dirinya secara positif pada waktu tertentu dan memandangi dirinya secara negative pada waktu yang lain cenderung akan gagal mendapatkan gambaran yang jelas tentang dirinya. Memandangi diri secara positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang *konstruktive*

(membangun) bagi perkembangan pikiran. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan.<sup>26</sup>

### 3. Faktor-faktor Penerimaan Diri

Menurut Hurlock<sup>27</sup> ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu:

#### a. Pemahaman Diri (*Self Understanding*)

Pemahaman diri (*self understanding*) merupakan persepsi diri yang ditandai oleh *genuiness*, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.

#### b. Harapan yang Realistis

Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.

#### c. Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*)

Ketidak mampuan dalam mencapai tujuan yang realistis dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, peer atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

<sup>26</sup> Wahyuda Dharma Prasetya, *Hubungan Penerimaan Diri dengan Rasa Percaya Diri pada Siswa Kelas X SMAN 1 Grati Pasuruhan*, Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang 2013, Hlm. 16-19.

<sup>27</sup> Vera Permata Sari, Witrin Gamayanti, *Gambaran Penerimaan Diri (self Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia*, Jurnal Ilmiah Psikologi, Juni 2016, Vol. 3, No. 1, hlm. 141-142.

d. Sikap Sosial yang Positif

Jika seseorang telah memperoleh sikap sosial yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial.

e. Tidak Adanya Stress yang Berat

Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia.

f. Pengaruh Keberhasilan

Pengalaman gagal akan menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.

g. Identifikasi dengan Orang yang Memiliki Penyesuaian Diri yang Baik

Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak.

h. Perspektif yang Luas

Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.

i. Konsep Diri yang Stabil

Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara konsisten.

Pembentukan penerimaan diri yang dilakukan oleh individu baik remaja, dewasa maupun lansia terdapat beberapa faktor yang sangat mempengaruhi penerimaan diri setiap individu, dimana pada masing-masing individu tidaklah sama, tergantung pada setiap individu tersebut. Faktor paling besar dalam mempengaruhi penerimaan diri individu adalah lingkungan sekitar, dimana lingkungan sekitar memberikan bayangan individu terhadap dirinya sendiri. Penerimaan diri juga erat kaitannya dengan

kesejahteraan pada setiap individu, dimana semakin individu menerima dirinya maka akan semakin sejahtera hidupnya.

## C. Lansia

### 1. Pengertian Lansia

Lanjut usia yang sering disebut lansia merupakan bagian dari masa perkembangan manusia yang tidak dapat dihindari. Proses menjadi tua pasti akan dialami oleh setiap orang, meningkatnya usia lansia menunjukkan terjadinya penuaan terhadap lansia. Penuaan dapat dilihat dari 3 perspektif, yaitu usia biologis yang berhubungan dengan kapasitas fungsi system organ, usia psikologis yang berhubungan dengan kapasitas perilaku adaptasi, serta usia social yang berhubungan dengan perubahan peran dan perilaku sesuai usia manusia.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas.<sup>28</sup> Sumber lain mengatakan bahwa lansia merupakan waktu yang penuh ketenangan, lansia tidak respons terhadap terapi, kepikunan dan kehilangan memori yang tidak dapat dihindari oleh lansia. Pada lansia juga akan mengalami proses hilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi.<sup>29</sup>

Perubahan fisik tertentu menjadi sebuah tanda bagi setiap individu memasuki fase lansia, ciri-ciri tersebut cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kebahagiaan. Hal tersebut menyebabkan lansia lebih ditakuti daripada usia sebelumnya. Berbagai kegiatan dilakukan oleh para lansia untuk mengisi kehidupannya. Cara paling mudah untuk mengidentifikasi

---

<sup>28</sup> Kementerian Kesehatan RI, *Analisis Lansia di Indonesia*, (Jakarta Selatan: Pusat Data dan Informasi, 2017), hlm. 1.

<sup>29</sup> Constantinides melalui Sunaryo dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Cv, Andi Offset, 2016), hlm. 55

seorang lanjut usia adalah dari penampilan kulitnya. Kulit lansia cenderung kelihatan keriput, kasar dan bintik-bintik dengan pigmen gelap/putih yang biasanya dengan mudah diamati. Kulit seorang lansia lebih mudah terserang gejala-gejala seperti penampilan yang lebih buruk, memar, kehilangan rambut, dan kekeringan. Karena hal-hal tersebut merupakan symbol-simbol perubahan biologis, yang biasanya dinyatakan dalam istilah *negative*.<sup>30</sup>

Dengan bertambahnya usia, sedikit demi sedikit kemampuan fisik mengalami penurunan. Hal ini lah yang disebut proses menua. Usia yang bertambah berpengaruh terhadap kualitas fungsi organ-organ tubuh. Kualitas fungsi-fungsi yang mengalami penurunan adalah:

- a. Integritas sistem saraf yang berakibat menurunkan kualitas koordinasi gerak.
- b. Kecepatan gerak dan reaksi.
- c. Kepekaan rasa gerak.
- d. Kepekaan panca indera.
- e. Daya kontraksi dan elastisitas otot
- f. Fleksibilitas persendian.

Dibandingkan dengan usia sebelumnya, penurunan kemampuan fisik memasuki lansia lebih cepat. Oleh karena itu memiliki suatu rutinitas tertentu dapat menghambat penurunan kualitas fungsi organ-organ tubuh para lansia. Shock dan Norris menemukan bahwa kekuatan otot statis pada lengan dan bahu tetap konstan pada laki-laki sampai dengan umur 70 tahun, hanya setelah itu mulai menurun.<sup>31</sup>

Bernice dan Neugarten dan teman-temannya mengidentifikasi beberapa pola penyesuaian diri yang dilakukan lansia dengan berbagai jenis kepribadian tertentu. Lansia yang ulet dengan kehidupan batin yang cukup, biasanya membuat 3 jenis penyesuaian diri yang memuaskan. *Pertama*, mengadakan reorganisasi, sebagai pengganti kegiatan lama dengan yang baru

<sup>30</sup> Giri Wiaro, *Psikologi Perkembangan Manusia*, (Yogyakarta: Psikosains, 2015), hlm. 128.

<sup>31</sup> Giri Wiaro, *Psikologi Perkembangan Manusia*, (Yogyakarta: Psikosains, 2015), hlm. 129.



(seperti menjadi aktif di rumah ibadah atau masyarakat). *Kedua*, membuat penghususan yang terfokus, dimana mereka hanya memilih satu peran dan memusatkan perhatian pada peran tersebut (seperti berperan sebagai suami yang baik, atau berperan sebagai pelukis yang baik). *Ketiga*, menarik diri dari keterlibatan sosial, yang dengan sengaja meninggalkan semua kegiatan sosial yang sebelumnya aktif diikutinya, tetapi mereka tetap menaruh minat terhadap dunia dan dirinya sendiri.<sup>32</sup>

Sedangkan dalam Al-Quran telah menawarkan untuk mengatasi segala permasalahan yang dihadapi oleh para usia lanjut usia adalah sebagaimana yang tersirat dalam Q.S Al-Hijr (15) ayat 54 yang berbunyi:

قَالَ أَبَشْرًا مُّؤْمِنِي عَلَىٰ أَنْ مَسَّنِيَ الْكِبَرُ فِيمَا كُنْتُمْ تَبْشِرُونَ

Artinya:

*Dia (Ibrahim) berkata: “benarkah kamu memberi kabar gembira kepadaku padahal usiaku telah lanjut, lalu (dengan cara) bagaimana kamu memberi (kabar gembira) tersebut?”*

Ayat di atas menjelaskan agar setiap orang yang telah menginjak usia lansia hendaklah tetap semangat dalam menjalani hidup, dan janganlah mudah putus asa.<sup>33</sup>

## 2. Kriteria Lansia **IAIN PURWOKERTO**

### a. Batasan Umur Lansia

Beberapa pendapat para ahli, Batasan-batasan umur yang mencakup batasan umur lanjut usia adalah sebagai berikut:<sup>34</sup>

- 1) Menurut undang-undang No 13 Tahun 1998 dalam Bab 1 Pasal 1 ayat 2 berbunyi “Lanjut Usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas”.

<sup>32</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 254-255.

<sup>33</sup> Jejen Zainal Mutaqin, *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*, (Semarang: UIN Walisongo, 2017), hlm. Xiv

<sup>34</sup> Sunaryo dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Cv, Andi Offset, 2016), hlm.

- 2) Menurut *World Health Organization* (WHO), usia lanjut dibagi menjadi empat kriteria berikut: usia pertengahan (*middle age*) yaitu 45-49 tahun, lanjut usia (*elderly*) yaitu 60-74 tahun, lanjut usia (*old*) yaitu 75-90 tahun, usia sangat tua (*very old*) yaitu diatas 90 tahun.
- 3) Menurut Dra. Jos Madani (Psikolog UI) terdapat empat fase, yaitu pertama (fase inventus) ialah 25-40 tahun, kedua (fase virillites) ialah 40-45 tahun, ketiga (fase presenium) ialah 55-65 tahun, keempat (fase senium) ialah 65 hingga tutup usia.
- 4) Menurut Prof. Dr. Koesoemanto Setyonegoro masa lanjut usia (*geriatric age*):>65 tahun atau 70 tahun. Masa lanjut usia (*getriatic age*) itu sendiri dibagi menjadi tiga batasan umur, yaitu *young old* (70-75 tahun), *old* (75-80 tahun), dan *very old* (>80 tahun).

Batasan umur lansia pada penelitian ini mengacu pada batasan umur menurut *Word Healt Organization* (WHO), yang usia lanjut usia dibagi menjadi 4 kriteria berikut: usia pertengahan (*middle age*) yaitu 45-49 tahun, lanjut usia (*elderly*) yaitu 60-74 tahun, lanjut usia (*old*) yaitu 75-90 tahun, usia sangat tua (*very old*) yaitu diatas 90 tahun.

### 3. Tipologi Manusia Lanjut Usia

Seperti yang dikemukakan oleh Sunaryo dkk.<sup>35</sup> bahwa terdapat bermacam-macam tipologi manusia lanjut usia di antaranya:

- 1) Tipe mandiri, mereka mengganti kegiatan-kegiatan yang hilang dengan kegiatan-kegiatan baru, selektif dalam mencari pekerjaan, teman pergaulan, serta memenuhi undangan.
- 2) Tipe tidak puas, mereka cenderung memiliki konflik lahir batin, menantang proses penuaan yang menyebabkan hilangnya kecantikan, daya Tarik jasmaniyah, kekuasaan, status, teman yang disayangi, pemaarah, tidak sabar, mudah tersinggung, menuntut, sulit dilayani, dan pengkritik.

---

<sup>35</sup> Sunaryo dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Cv, Andi Offset, 2016), hlm. 65-66.

- 3) Tipe pasrah, lansia dengan tipe ini cenderung menerima dan menunggu nasib baik, mempunyai konsep habis gelap terbitlah terang, mengikuti kegiatan beribadah, ringan kaki, pekerjaan apa saja dilakukan.
- 4) Tipe bingung, mereka cenderung kaget, kehilangan kepribadian, mengasingkan diri, merasa minder, menyesal, pasif, acuh tak acuh.

Pengelompokan lain sebagaimana dikemukakan oleh tipe lain dari lansia adalah sebagai berikut:

- 1) Tipe optimis,
- 2) Tipe konstruktif,
- 3) Tipe independent (ketergantungan),
- 4) Tipe defensive (bertahan),
- 5) Tipe militan dan serius,
- 6) Tipe pemaarah/frustasi (kecewa akibat kegagalan dalam melakukan sesuatu), dan
- 7) Tipe putus asa (benci pada diri sendiri).

Berikut ini merupakan tipe lansia bergantung pada karakter, pengalaman hidup, lingkungan, kondisi fisik, mental, social, ekonominya. Tipe tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Tipe arif bijaksana

Lansia dengan tipe ini adalah kaya dengan hikmah, pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan, dan menjadi panutan.

- 2) Tipe mandiri

Lansia dengan tipe ini mengganti kegiatan yang hilang dengan kegiatan yang baru, selektif dalam mencari pekerjaan, bergaul dengan teman, dan memenuhi undangan.

- 3) Tipe tidak puas

Lansia dengan tipe ini memiliki konflik lahir batin menentang proses penuaan sehingga menjadi pemaarah, tidak sabar, mudah tersinggung, sulit dilayani, pengkritik, dan banyak menuntut.

#### 4) Tipe pasrah

Lansia dengan tipe ini cenderung menerima dan menunggu nasib baik, mengikuti kegiatan agama, dan melakukan pekerjaan.

#### 5) Tipe bingung

Lansia dengan tipe ini cenderung kaget, kehilangan kepribadian, mengasingkan diri, minder, menyesal, pasif, dan acuh tak acuh.

Tipe lansia dalam penelitian ini adalah lansia dengan tipe pasrah, dimana lansia dengan tipe pasrah ini cenderung menerima dan menunggu nasib baik, mengikuti kegiatan agama, dan melakukan pekerjaan.

### 4. Tugas Perkembangan Lansia

Tugas-tugas perkembangan lanjut usia dalam buku berjudul Psikologi Perkembangan adalah sebagai berikut:<sup>36</sup>

- 1) Menyesuaikan diri dengan kondisi fisik dan Kesehatan yang semakin menurun,
- 2) Menyesuaikan diri dengan situasi pension dan penghasilan yang semakin berkurang,
- 3) Menyesuaikan diri dengan kematian dari pasangan hidup,
- 4) Membina hubungan dengan sesama usia lanjut,
- 5) Memenuhi kewajiban-kewajiban sosial dan kenegaraan secara luwes,
- 6) Kesiapan menghadapi kematian.

Sementara dalam sumber lain menyebutkan bahwa tugas-tugas perkembangan lanjut usia adalah sebagai berikut:<sup>37</sup>

- 1) Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan secara bertahap,
- 2) Menyesuaikan diri dengan masa kemunduran/pension dan berkurangnya pendapatan keluarga,

<sup>36</sup> Elfi Yuliani Rochmah, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: STAIN Ponorogo Press, 2005), hlm. 84.

<sup>37</sup> Wiji Hidayati dan Sri Purnami, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: TERAS, 2008), hlm. 159.

- 3) Menyesuaikan diri atas kematian pasangan hidup,
- 4) Menjadi anggota kelompok sebaya,
- 5) Mengikuti pertemuan-pertemuan sosial dan kewajiban-kewajiban sebagai warganegara,
- 6) Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, dan
- 7) Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel.

Dari beberapa macam referensi mengenai tugas perkembangan di atas, peneliti menyimpulkan adanya tugas perkembangan lansia yang ada di desa padangsari majenang adalah sebagai berikut:

- 1) Lansia bisa menyesuaikan diri dengan menurunnya fisik dan proses menua lainnya,
- 2) Lansia bisa menyesuaikan diri atas kematian pasangan hidup,
- 3) Lansia bisa membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan,
- 4) Lansia bisa menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel,
- 5) Lansia bisa memenuhi kewajiban-kewajiban sosial dan kenegaraan secara luwes, dan
- 6) Kesiapan menghadapi kematian.

## 5. Kebutuhan Kesejahteraan Lansia

Dalam teori hierarki menurut Maslow, kebutuhan dasar manusia dibagi dalam lima tingkatan mulai dari yang terendah, yaitu kebutuhan biologis/fisiologis/sex, rasa aman, kasih sayang, harga diri, sampai pada yang paling tinggi yaitu aktualisasi diri. Seseorang akan memenuhi kebutuhan tersebut dari mulai yang paling rendah menuju ke tingkat yang paling tinggi. Berdasarkan teori ini, semakin tua usia individu maka individu tersebut akan mulai berusaha mencapai aktualisasi dirinya. Jika individu telah mencapai aktualisasi diri maka individu tersebut telah mencapai kedewasaan dan kematangan dengan semua sifat yang ada di dalamnya, yaitu otonomi, kreatif, mandiri, dan hubungan interpersonal yang positif.<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> Sunaryo dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, (Yogyakarta: Cv, Andi Offset, 2016), hlm.44-45.

Dalam teori *activity* menurut Cumming dan Henry dalam buku Psikologi Usia Lanjut mengatakan bahwa semakin tua seseorang akan semakin memelihara hubungan sosial, fisik atau emosionalnya. Teori ini berpendapat, bahwa kegiatan adalah esensi hidup sepanjang hidup dan sepanjang umur. Seseorang yang tetap aktif, baik secara fisik, mental maupun sosial akan melakukan penyesuaian yang lebih baik seiring dengan bertambah usianya. Demikianlah, usia lanjut dapat menjaga lebih baik *self image*-nya, kepuasan yang lebih besar, dan dukungan sosial yang lebih, yang hasilnya dapat memenuhi kesejahteraan usia lanjut.<sup>39</sup>

#### **D. Kesejahteraan Spiritual (*Spiritual Wellbeing*)**

Kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) berasal dari dua kata yaitu kesejahteraan dan spiritual. Berdasarkan KBBI sejahtera juga mengandung pengertian aman sentosa, makmur, serta selamat, terlepas dari berbagai gangguan. Keadaan sejahtera dapat digambarkan dalam UU No.6 tahun 1947 yaitu suatu tata kehidupan dan penghidupan sosial material maupun spiritual yang diliputi oleh rasa keselamatan, kesusilaan dan ketentraman lahir batin. Sejahtera yaitu suatu kondisi yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya, suatu keadaan yang serba baik atau suatu kondisi dimana orang-orang dalam keadaan makmur, sehat dan damai.<sup>40</sup>

# IAIN PURWOKERTO

Untuk mendefinisikan spiritual, dimulai dari kata “roh” memiliki akar kata Latin spiritus, berarti nafas, dan paling sering merujuk kepada suatu zat non jasmani dibedakan dari sisi tubuh material. Menurut Buck spiritualitas adalah pengalaman manusia yang berusaha untuk melampaui diri, menemukan makna dan tujuan melalui hubungan dengan orang lain, alam, dan yang Mahatinggi,

<sup>39</sup> Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2011), hlm.176.

<sup>40</sup> Wafi Nikmatu Rohmah, *Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Wellbeing) Remaja Dari Keluarga Single Parent (Studi Fenomenologi pada Mahasiswi dari Keluarga Single Parent di IAIN Tulungagung)*, Skripsi IAIN Tulungagung 2019, hlm. 8.

yang mungkin atau mungkin tidak melibatkan struktur keagamaan atau tradisi.<sup>41</sup> Jadi, kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) adalah segala sesuatu tentang kehidupan batin seseorang dan hubungannya dengan dunia yang lebih luas. Ini mencakup hubungan dengan Tuhan dan hubungan dengan lingkungan termasuk di dalamnya adalah kebahagiaan hidup dan kepuasan.<sup>42</sup>

Terdapat dua aspek pemenuhan kesejahteraan spiritual pada lansia, yakni:<sup>43</sup>

a. *Religious knowledge* (dimensi pengetahuan)

Yaitu dimensi yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama yang ada dalam kitab suci maupun yang lainnya. Sejumlah indikator dalam religiositas diantaranya adalah kehadiran di tempat ibadah, berpartisipasi dalam aktivitas keagamaan, mengetahui tentang ibadah dan teologi beribadah, dan membaca kitab suci. Jadi, lansia paling tidak harus tahu mengenai pokok-pokok dasar pengetahuan tentang ajaran agama yang dianut.

b. *Religious effect* (dimensi konsekuensi)

Yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sosial, seperti mengunjungi tetangga yang sedang sakit, menolong orang yang sedang kesulitan, mendermakan hartanya, dan sebagainya.

Konsep kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) dinyatakan oleh Ellison bahwa keadaan yang mendasari kepuasan dalam hidupnya dan kemampuan mengekspresikan hubungan dirinya dengan pencipta disebut sebagai sejarah spiritualnya. Ditegaskan pula oleh National Interfaith Coalition on Aging (NICA) di Washington mengusulkan kesejahteraan spiritual sebagai

---

<sup>41</sup> Erwin Dwi Firmansyah, *Kesejahteraan Spiritual pada Sufi*, Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2018, hlm. 12-13.

<sup>42</sup> Ketut Andika Priastana...dkk, *Hubungan Spiritual Wellbeing dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia*, NurseLine Journal Vol. 1 No. 2 Nopember 2016 p-ISSN 2540-7937 e-ISSN 2541-464X186, hlm. 186

<sup>43</sup> Ahmad Tegar Sunu Prakoso, *Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Spiritual pada Lanjut Usia (Description Of Spiritual Needs On Elderly)*, Jurnal Ners dan Kebidanan, Vol. 1, No. 3 November 2014, hlm. 199.

penegasan hidup dalam menjalin hubungan khusus dengan Tuhan, diri sendiri, masyarakat dan lingkungan dengan cara memelihara keyakinan, keutuhan untuk bersama dalam kedamaian pribadinya.<sup>44</sup>

Menurut Fisher, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan spiritualitas pada pengembangan beberapa hubungan dengan kesesuaian daerah keberadaan manusia untuk peningkatan kesejahteraan spiritual yang terpenuhi antara lain:

- a. Hubungan dengan diri sendiri, aspeknya: makna, tujuan, nilai-nilai, kesadaran diri, kegembiraan, perdamaian, kesabaran, identitas, dan nilai diri.
- b. Hubungan dengan orang lain, aspeknya: moral, kebudayaan, agama, kedalaman hubungan antar personal, pemaaf, keadilan, cinta, harapan, dan kepercayaan.
- c. Hubungan dengan lingkungan, aspeknya: mempedulikan, pekerjaan (mengurus), hubungan dengan alam, dan puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman.
- d. Hubungan dengan transenden, aspeknya: kepentingan yang sangat pada transenden, kekuatan alam yang mengacu pada rasa yang melampaui ruang dan waktu, kekhawatiran yang sangat, keyakinan, penyembahan, dan ibadah.

## IAIN PURWOKERTO

Sesuai dengan teori itu, kesejahteraan spiritual dapat didefinisikan dalam keadaan yang mencerminkan perasaan, perilaku, dan kognisi pada hubungan dalam 4 domain yang memberikan individu dengan rasa identitas, keutuhan, kepuasan positif, kegembiraan, kecantikan, cinta, sikap positif, rasa hormat, tujuan arah hidup, kedamaian batin dan harmoni.<sup>45</sup>

<sup>44</sup> Henie Kurniawati, *Studi Meta Analisis Spiritual Wellbeing dan Quality Of Life*, Seminar Psikologi & Kemanusiaan 2015, hlm. 142-143.

<sup>45</sup> Erwin Dwi Firmansyah, *Kesejahteraan Spiritual pada Sufi*, Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2018, hlm. 5-6.



## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

#### 1. Pendekatan penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah jenis penelitian lapangan dengan pendekatan analisis kualitatif. Tujuannya adalah untuk memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara penulis dengan fenomena yang diteliti. Penulis menggunakan penelitian kualitatif yaitu dengan pendekatan deskriptif kualitatif yaitu mengumpulkan berbagai informasi dari hasil wawancara dengan sumber yang berkaitan dengan objek penelitian untuk dijadikan bahan referensi dan sumber data.<sup>46</sup> Pada penelitian ini penulis menggunakan studi kasus sebagai salah satu metode pengumpulan data.

#### 2. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan (*Field Research*). Dimana jenis penelitian ini adalah peneliti akan melakukan penelitian lapangan terhadap sikap keikhlasan dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) bagi lansia

### B. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dengan menggunakan penelitian lapangan (*Field Research*) berada di Desa Padangsari Majenang Cilacap Jawa Tengah.

#### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dengan menggunakan penelitian lapangan (*Field Research*) dilaksanakan dari tanggal 02 Desember 2021 sampai 31 Desember 2021.

---

<sup>46</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 10.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

#### 1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki dan mengenai variabel-variabel yang diteliti.<sup>47</sup> Subjek dalam penelitian ini adalah seorang lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap yang berjumlah 5 orang.

#### 2. Obyek Penelitian

Objek penelitian adalah apa yang menjadi titik perhatian atau fokus dari suatu penelitian.<sup>48</sup> Objek penelitian ini adalah penerimaan diri bagi lansia yang hidup tanpa keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual.

### D. Sumber Data

#### 1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data yang didapat dari sumber pertama baik individu maupun perseorangan yang berasal dari sumber asli tanpa melalui perantara.<sup>49</sup> Pada penelitian ini, sumber data primer berasal dari wawancara dengan lansia yang mengenai langsung proses penerimaan diri dalam mewujudkan kesejahteraan spiritualnya.

#### 2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data primer yang telah diolah lebih lanjut dan disajikan baik oleh pihak pengumpulan data primer atau pihak yang lainnya.<sup>50</sup> Dalam penelitian ini data sekunder yang digunakan ialah melalui perpustakaan mengenai pembahasan terkait seperti buku-buku dan jurnal tentang teori penerimaan diri.

<sup>47</sup> Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), hlm. 35.

<sup>48</sup> Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rajawali Press, 2002), hlm. 92.

<sup>49</sup> Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), hlm. 85.

<sup>50</sup> Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998), hlm. 85.

## E. Metode Pengumpulan Data

### 1. Wawancara

Wawancara merupakan cara untuk mengumpulkan data dengan mengadakan tatap muka secara langsung antara orang yang bertugas mengumpulkan data dengan orang yang menjadi narasumber data atau obyek penelitian.<sup>51</sup> Penulis melakukan wawancara secara terstruktur kepada lansia di Desa Padangsari Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap dan mengajukan beberapa pertanyaan terkait dengan penerimaan dirinya.

Berikut ini adalah subjek yang diwawancarai dan waktu pelaksanaan wawancara:

No	Nama Subjek yang Diwawancarai	Waktu Pelaksanaan
1.	Lansia dengan inisial P	02 Desember 2020
2.	Lansia dengan inisial N	08 Desember 2020
3.	Lansia dengan inisial S	17 Desember 2020
4.	Lansia dengan inisial R	22 Desember 2020
5.	Lansia dengan inisial T	31 Desember 2020

Dalam wawancara secara langsung dan mendalam, lansia tidak sadar sedang diinterview, meski begitu jalannya wawancara sesuai dengan apa yang sudah dibuat dalam pedoman wawancara. Jika ada indikasi melenceng dari pembicaraan maka subjek dibawa kembali ke pokok permasalahan tanpa menimbulkan kecurigaan.

### 2. Observasi

Observasi digunakan bila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan responden yang diamatai tidak terlalu besar.<sup>52</sup> Penulis mendapatkan informasi tentang bagaimana seorang lansia menerima hidup sendiri tanpa keluarga. Dalam observasi peneliti tidak hanya mencatat suatu kejadian atau peristiwa mengenai analisis penerimaan

<sup>51</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 317.

<sup>52</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 310.

diri, akan tetapi juga segala hal sesuatu atau sebanyak mungkin hal-hal yang diduga ada kaitannya.

Teknik ini dilakukan dengan cara penulis melakukan observasi secara langsung dengan turun kelapangan untuk melihat dan melakukan pengamatan langsung dan memungkinkan peneliti mampu memahami tentang penerimaan diri bagi lansia yang hidup sendiri tanpa adanya perhatian dari keluarga dalam mewujudkan kesejahteraan hidupnya.

No.	Waktu Pelaksanaan	Informasi yang didapat
1.	Senin, 02 November 2020	Kegiatan subjek P
2.	Rabu, 11 November 2020	Kegiatan subjek N
3.	Selasa, 17 November 2020	Keadaan Subjek S
4.	Kamis, 26 November 2020	Kegiatan Subjek R
5.	Sabtu, 05 Desember 2020	Kegiatan Subjek T

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian sosial untuk menelusuri data historis yang berupa catatan pribadi, surat pribadi, buku harian, laporan kerja, notulen rapat, catatan kasus, rekaman kaset, rekaman video dan lain sebagainya.<sup>53</sup> Dalam metode ini peneliti menggunakan catatan kasus melalui penyampaian langsung dari subjek peneliti.

### F. Teknik Analisis Data

Proses selanjutnya setelah semua data terkumpul dan diolah, kemudian data tersebut dianalisa. Dalam hal ini, penulis menggunakan metode deduktif yaitu berangkat dari pengetahuan yang sifatnya umum, dan hendak menilai suatu kejadian yang sifatnya khusus seperti melihat fakta-fakta dan peristiwa-peristiwa dimulai dari data yang bersifat umum tersebut ditarik kesimpulan yang bersifat

<sup>53</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) Hlm. 329.

khusus.<sup>54</sup> Dalam menganalisis data kualitatif penulis menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

#### 1. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.<sup>55</sup>

#### 2. Penyajian Data

Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, hubungan antar kategori, dan sebagainya, sehingga memudahkan untuk memahami apa yang terjadi.<sup>56</sup>

#### 3. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal masih bersifat sementara, dan akan berubah apabila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Dan mencari pola, tema, hubungan, hal-hal yang sering timbul dan sebagainya yang mengarah kepada sikap penerimaan diri bagi lansia.

# IAIN PURWOKERTO

---

<sup>54</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), Hlm. 153.

<sup>55</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) Hlm. 338.

<sup>56</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) Hlm. 341.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Desa Padangsari adalah Desa hasil Pemekaran Desa Cilopadang pada tahun 1989, yang saat itu Desa Cilopadang dimekarkan menjadi 3 (tiga) desa yaitu Desa Cilopadang merupakan Desa induk adapun Desa hasil pemekarnya adalah Desa Padangjaya dan Desa Padangsari, Desa Padangsari pada mulanya merupakan Desa Persiapan, setelah sarana dan prasarana desa yang merupakan syarat untuk menjadi Desa Definitif terpenuhi maka pada tahun 1992, Desa Persiapan disahkan menjadi desa Definitif oleh Gubernur Jawa-Tengah.

Maka Pada tahun 1993 pertamakalinya di Desa Padangsari dilaksanakan Pemilihan Kepala Desa, yang diikuti oleh 4 (empat) Calon Kepala Desa ,adalah sebagai berikut 1. Dulah Sapari, 2. Sumardi, 3. KH. Burhani, dan 4. Saderun Ahmadi dan yang memperoleh suara terbanyak adalah Sdr DULAH SAPARI.( purna tugas tahun 2002 )

Pada tahun 2002 Pemerintah Desa Padangsari melaksanakan Pemilihan Kepala Desa yang ke dua yang diikuti oleh 4 (empat) Calon Kades, adalah sebagai berikut, 1. Mahmudi 2. Amin, 3. Turiman dan 4. Mahruri dan yang memperoleh suara terbanyak adalah Sdr MAHMUDI ( purna tugas tahun 2007)

Pada tahun 2007 Pemerintah Desa Padangsari melaksanakan Pemilihan Kepala Desa yang ketiga yang diikuti oleh 3 (tiga) Calon Kades adalah sebagai berikut 1. Mustangin 2. Tusiran, 3. Mahmudi dan yang memperoleh suara terbanyak adalah Sdr MUSTANGIN ( purna tugas tahun 2014 )

Pada tahun 2014 - 2016 karena belum melaksnakan Pilkades, maka Sdr SUWARSO, selaku Sekretaris Desa, diangkat untuk menjadi PJ Kepala Desa, sampai dengan bulan Mei 2016.

Maka Pada tanggal 19 bulan April 2016, Pemerintahan Desa Padangsari melaksanakan Pemilihan Kepala Desa yang ke 4 (empat) kalinya yang diikuti oleh 4 ( empat ) Calon kades adalah sebagai berikut 1. Sdr.Daryo, 2. Sdr Fahrudin, 3. Sdr Mustangin, dan 4. Sdr. Mahruri dan yang memperoleh suara terbanyak adalah Sdr MAHRURI. Maka pada Hari Senin tanggal 16 Mei 2016 bertempat di Alun-alun Kabupaten Cilacap, oleh Bupati Cilacap dilantik sebagai Kades Padangsari periode 2016-2022.

## **B. Proses Penemuan Subjek**

Proses penemuan subjek tidaklah sulit, karena peneliti bisa langsung bertanya pada pemerintah desa setempat untuk menemukan subjek penelitian. Beberapa kali melakukan wawancara dengan kepala pemerintah desa membuat peneliti semakin mudah mendapatkan subjek.

## **C. Gambaran Riwayat Hidup Subjek**

### **a. Riwayat Hidup Subjek I (mbah P)**

Mbah P merupakan lansia yang produktif dari masa mudanya, dengan latar belakang pendidikan yang kurang, beliau mampu menghadapi kesulitan hidupnya dengan cara yang realistis. Setelah ditinggal suaminya meninggal, beliau memanfaatkan tanah kecil di belakang rumahnya, dengan cara beliau membuat gedung olah raga (GOR) bulu tangkis yang dimanfaatkan sebagai sarana untuk menyambung hidupnya. Gedung ini juga tidak hanya digunakan untuk olah raga oleh warga sekitar akan tetapi sering juga digunakan untuk majlis sholawat dan tahlil untuk memenuhi kebutuhan spiritualnya.

### **b. Riwayat Hidup Subjek II (mbah N)**

Mabah N merupakan pedagang gorengan di desa setempat yang hidup sendiri sebelum dan setelah ditinggal suaminya meninggal. Beliau mempunyai 4 keturunan yang sudah berumah tangga dan hidup jauh dari mbah N. Oleh karenanya, mbah N dengan berdagang gorengan dapat menyambung hidupnya. Hasil penjualan mbah N tidak hanya digunakan untuk menyambung hidup sendiri, akan tetapi beliau aktif

*mentashorufkan*/memberikan hasilnya kepada mushola setempat untuk kebutuhan kegiatan yang ada, seperti rutinan mujahadah.

c. Riwayat Hidup Subjek III (mbah S)

Mbah S adalah lansia yang hidup sendiri setelah ditinggal suaminya meninggal dunia dan belum dianugerahi keturunan. Beliau hidup sebatang kara di rumah tinggalan suaminya, dan sekotak sawah untuk menghidupinya. Selain sawah dan rumah, suami mbah S juga meninggalkan tanah kepada mbah S. Beberapa tinggalan dari suaminya, mbah S tidak serta merta mempergunakannya sebagai penopang kehidupan, salah satu tinggalannya yang berupa tanah, mbah S menjualnya seharga 25 juta dan diniatkan untuk mendaftar haji pada tahun 2010 dengan total harga pendaftaran sebesar 36 juta. Kemudian, kekurangan dari biaya pendaftaran, mbah S mengais rizki sedikit demi sedikit dari hasil panen sawahnya. Akhirnya pada tahun 2020 mbah S dapat berangkat haji dengan segala jerih payahnya.

d. Riwayat Hidup Subjek IV (mbah R)

Mabah R adalah seorang yang memutuskan hidup sendiri dengan tidak menikah, waktu hidupnya beliau gunakan untuk mengabdikan kepada keluarga ndalem dipondok pesantren dekat rumahnya. Lewat pengabdian tersebut, beliau dapat terus menyambung hidup dengan bahagia. Tidak hanya mencari makan untuk menyambung hidup beliau memutuskan mengabdikan pada gurunya, melainkan agar terus ikut mengaji dan memperdalam keilmuan spiritualnya.

e. Riwayat Hidup Subjek V (mbah T)

Mbah T adalah seorang yang kuat dengan sisa usianya. Beliau hidup sendiri tanpa ada keluarga yang mendampingi. Kepiawaiannya mbah T dalam bidang pijat memijat, beliau memanfaatkan kelebihan tersebut untuk dapat menolong warga sekitar yang membutuhkannya. Dengan begitu mbah T dalam setiap kegiatan memijat, beliau dapat sedikit bisyaroh untuk dapat memenuhi sedikit kebutuhannya.



## D. Tahap Penemuan Penerimaan Diri Lansia tanpa Keluarga di Desa Padangsari

### 1. Penerimaan (*Acceptance*)

#### a. Tahap *denial* (Penolakan)

Penolakan merupakan tahap pertama yang dilalui individu yang akan menuju ke sikap penerimaan. Dimana tahap penolakan ini biasanya hanyalah pertahanan sementara individu. Seperti yang dialami oleh subjek P, dimana mbah P ini menolak keadaan hidupnya setelah ditinggal suaminya. Berikut ini perkataan mbah P:

*Garwo kulo mpun pejah dangu mas, sak sampunipun garwo pejah, lare-lare sami misah, kulo nggih teng ndalem ngaten mas.*  
(suami saya sudah meninggal mas, setelah suami meninggal, anak-anak hidup misah, saya ya dirumah begini mas)  
*Wong kulo mah anu wong bodo mas, SD nggih mboten katam mas*  
(say amah orang bodo mas, SD juga tidak selesai)

Begitu juga dengan mbah N, beliau mengatakan:

*Walah mas, garwo kulo mpun pejah 10 tahun kepungkur, lare-lare mpun sami nggunten butuh piambek-piambek, wong namine lare nggih tetep lare lah mas.*  
(walah mas, suami saya sudah meninggal 10 tahun yang lalu, anak-anak sudah mencari kebutuhan sendiri-sendiri, orang namanya anak ya tetap anak lah mas).

Sedangkan mbah R mengatakan:

*Mah wis dawekekan ya ngapa-ngapa bingung mas...*  
(sudah sendiri mau ngapa-ngapa ya bingung mas...)

# IAIN PURWOKERTO

Sama halnya dengan mbah T, beliau mengatakan:

*Mbien pertama ya bingung mas...*  
(dulu waktu pertama ya bingung mas...)

#### b. Tahap *anger* (marah)

Tahap kedua setelah penolakan adalah tahap marah, dimana individu akan marah terhadap diri mereka maupun terhadap kondisi mereka. Seperti yang dialami oleh mbah N, dimana beliau terlihat marah ketika pertama kali anak-anaknya meninggalkannya sendiri, beliau mengatakan:

*Ya kaya gue mas, wong bocah arep kaya ngapa a ya tetep bocah mas, masa iya aku butuh susu nggo medang ndadak nyadong meng bocah, kan ora mbok mas ?*

(ya begitu mas, orang namanya anak mau bagaimanapun ya tetap anak mas, masa iya saya pengen minum susu harus minta ke anak, kan engga yah mas ?)

Begitu juga mbah P, beliau mengatakan:

*Arep murugi ya tek tanpa, ora murugi ya tek doakna mas*  
(mau menjenguk ya saya terima, tidak menjenguk ya saya doakan mas)

Sedangkan mbah R merasa marah waktu pertama di tinggal suaminya meninggal dan belum mempunyai keturunan, beliau mengatakan:

*Walah mas, kulo dereng diparingi keturunan, dados piambak mpun dangu*  
(walah mas, saya belum mempunyai keturunan, jadi sendiri sudah lama)

Sedangkan mbah S mengatakan:

*ya ra tek tuku mas omongan kaya gue, wong kulo nggih selagine saged obah piambek nggih kulo mboten nate ngarep ngarep piantun lintu mas.*  
(ya tidak saya beli omongan semacam itu mas, orang saya selaginya bisa bergerak sendiri ya saya tidak pernah mengharap pemberian orang lain).

### c. Tahap *bergainning* (tawar-menawar)

Pada tahap ketiga ini individu sudah mulai melakukan tawar menawar terkait dengan kenyataan dan masa depannya. Seperti yang dialami oleh mbah T, yang mulai melakukan tawar menawar dengan dirinya untuk keberlangsungan hidupnya, beliau mengatakan.

*...kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya aweh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas*

(...saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan kepada orang lain, orang saya hanya bisa memijat, ya saya niatkan untuk menolong orang sakit mas)

Sedangkan mbah R mengatakan:

*Ya nah wis dewekan arep ngapa-ngapa bingung mas, mung senenge kit mbien masak, dadi ya tek niatna ngabdi meng ndaleme abah mbok dadi dalane manfaate ngelmu mas*

(sudah sendiri bingung mau ngapain mas, cuma dari dulu saya sukanya memasak, jadi ya saya niatkan untuk mengabdikan di rumah pak yai, siapa tau jadi jalan saya mendapat ilmu yang manfaat mas).

Mbah S mengatakan:

*kulo nggih ikhtiar ngumpulna hasil panen sawah mas, mboten lat tiap ndalu nyadong doa teng pengeran supados saged ziaroh mekkah madinah mas.*

(saya juga ikhtiar mengumpulkan hasil panen sawah mas, tidak lupa setiap malam saya berdoa kepada Yang Kuasa agar saya dapat berziarah mekkah madinah mas).

#### d. Tahap *depression* (depresi)

Selama tahap ini individu mulai memahami kepastian, karena hal tersebutlah individu lebih banyak diam, menolak orang lain dan menghabiskan banyak waktu untuk berduka dan menangis. Pada proses ini memungkinkan seseorang untuk melepaskan diri dari rasa cinta dan kasih sayang. Sesuai dengan keadaan mbah S, pada tahap ini beliau sering memenuhi kebutuhan sendiri, seperti yang beliau katakana:

*iya mas, kadang ya ana gedang apa budin nang karangan mburi umah bisa tek dol apa tek maem dewek mas.*

(iya mas, kadang kalo ada pisang apa singkong di pekarangan belakang rumah ya bisa dijual atau buat makan sendiri mas).

Sedangkan mbah N mengatakan:

*Wong genah aku wis tua mas, arep menggawe abot ya wis ra kuat, paling ya par apalan mekkes nang tanggan (mushola)*  
**IAIN PURWOKERTO**  
 (orang saya sudah tua mas, mau bekerja berat ya sudah tidak kuat, paling sehabis jualan duduk dzikir di mushola)

Mbah P sendiri mengatakan:

*iya mas, wong namung niki tinggalane garwo kulo, nggih kulo ngurip ngurip supados dados manfaate amal jariah, kagem kulo lan nyodaqoih ganjaran teng garwo kulo.*

(iya mas, orang ini cuma tinggalan dari suami saya, ya saya coba untuk menghidupi agar bisa memberi manfaat amal jariah buat saya dan bersodaqoh pahala buat suami saya).

**e. Tahap *acceptance* (penerimaan)**

Pada tahap ini individu mulai bisa menerima kenyataan yang terjadi dalam kehidupannya. Seperti yang mbah R katakan:

*nek siki ya wis biasa mas, ya arep kepriwe yah wong wis ditinggal ya wis, ku bisane ndoakna sing wis langka. Aku sing asih urip ya moga bae bisa gawe bungah nganah ngenah mas.*

(kalo sekarang sih sudah biasa mas, mau gimana lagi orang udah ditinggal ya sudah, saya cuma bisa doain kepada mereka yang sudah tidak ada. Saya yang masih hidup semoga bisa berbuat berbagi kebahagiaan ke semua mas).

Sedang mbah T mengatakan:

*Mbien pertama ya bingung mas, siki mah wis biasa (dulu waktu pertama ya bingung mas, sekarang mah Sudah biasa) ya biasa mas, sing wis ya wis mas, kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya aweh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas.*

(ya biasa mas, yang sudah ya sudah, saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan ke orang lain, orang saya bisanya mijit ya saya niati buat menolong orang sakit mas).

Mbah S mengatakan:

*mpun biasa piambekan teng nggrio, malih anu caket masjid mas, nek bingung langka gawean ya tek niati ngibadah ngresiki masjid mas (sudah bisa sendiri di rumah, dekat masjid juga, kalau bingung tidak ada kerjaan ya saya niatkan ibadah membersihkan masjid mas).*

Mbah P mengatakan:

**IAIN PURWOKERTO**  
*Nggih nguten uripe kulo mas, wong kulo SD wae mboten katam. Nanging nggih mboten saged kulo dados damel kaliah pialutan lintu, wong kulo sehat kok, alhamdulillah mas, ndilalloh keparingan tanah ingkang saged kulo damel lapangan olah raga warga (lapangan bulu tangkis).*

(ya begitulah hidup saya mas, saya SD saja tidak selesai. Tapi saya tidak bisa merepotkan orang lain, orang saya sehat kok, alhamdulillah mas, saya diberi tanah yang bisa saya manfaatkan untuk olah raga warga sekitar).

## 2. Ciri-ciri Penerimaan Diri

### a. Menerima Diri Sendiri Apa Adanya

Memahami diri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Kemampuan seseorang untuk memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya dan kesempatan menemukan dirinya. Individu tidak hanya mengenal dirinya tapi juga menyadari kenyataan dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya. Jika seorang individu mau menerima dirinya apa adanya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri, dan memberitahu orang lain bahwa mereka seharusnya mau menerima dan menghormati dirinya apa adanya. Individu tersebut juga mampu untuk menerima orang lain dan tidak menuntut bahwa mereka harus mencoba untuk menyamai dirinya. Menerima diri sendiri berarti merasa senang terhadap apa dan siapa dirinya sesungguhnya.

Cara menerima diri antara lansia satu dengan yang lain memang berbeda-beda. Sebagaimana yang diakui oleh kelima subjek penelitian sebagai berikut:

Mbah P,

*Nggih ngaten uripe kulo mas, wong kulo SD wae mboten katam. Nanging nggih mboten saged kulo dados damel kalian piantun lintu, wong kulo sehat kok, alhamdulillah mas, namanon kepunggan tanah ingkang saged kulo damel olah raga warga (lapangan bulu tangkis). (ya begitulah hidup saya mas, saya SD saja tidak selesai. Tapi saya tidak bisa merepotkan orang lain, orang saya sehat kok, alhamdulillah mas, saya diberi tanah yang bisa saya manfaatkan untuk olah raga warga sekitar).*

Mbah N,

*ya kaya gue mas, wong bocah arep kaya ngapa a ya tetep bocah mas, masa iya aku butuh susu nggo medang ndadak nyadong meng bocah.*

*(ya begitulah, namanya juga anak, mau bagaimanapun ya tetap anak mas, masa iya saya pengen minum susu harus minta ke anak).*

Mbah S,

*iya mas, kadang ya ana gedang apa budin nang karangan mburi umah bisa tek dol apa tek maem dewek mas.*

(iya mas, kadang kalo ada pisang apa singkong di pekarangan belakang rumah ya bisa dijual atau buat makan sendiri mas).

Mbah R,

*nek siki ya wis biasa mas, ya arep kepriwe yah wong wis ditinggal ya wis, ku bisane ndoakna sing wis langka. Aku sing asih urip ya moga bae bisa gawe bungah nganah ngenah mas.*

(kalo sekarang sih sudah biasa mas, mau gimana lagi orang udah ditinggal ya sudah, saya cuma bisa doain kepada mereka yang sudah tidak ada. Saya yang masih hidup semoga bisa berbuat berbagi kebahagiaan ke semua mas).

Mbah T,

*ya biasa mas, sing wis ya wis mas, kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya aweh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas.*

(ya biasa mas, yang sudah ya sudah, saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan ke orang lain, orang saya bisanya mijit ya saya niati buat menolong orang sakit mas).

Dari beberapa ungkapan lansia yang cenderung menerima diri sendiri apa adanya, peneliti menyimpulkan bahwa kondisi penerimaan diri sendiri apa adanya dapat diperoleh ketika seseorang tidak terlalu memperdulikan keinginan-keinginannya akan tetapi menyadari keadaan sebagai kenyataan.

**b. Tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan.**

Sikap atau respon dari lingkungan membentuk sikap terhadap diri seseorang. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dengan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya. Tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri.

Seperti subjek T yang tidak menolak diri dengan melihat kelebihan yang dia miliki yakni terapi pijat. Subjek T menyadari siapa dirinya dan tidak memperdulikan dirinya di masa lalu. Seperti yang beliau ungkapkan sebagai berikut:

*ya biasa mas, sing wis ya wis mas, kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya awèh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas.*

(ya biasa mas, yang sudah ya sudah, saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan ke orang lain, orang saya bisanya mijit ya saya niati buat menolong orang sakit mas).

*nah duko mas, riyin sering mawon mijeti kancane nek bar jamaah pada jagongan, aku mijet. Jerene pijetane enak, malah nyampe seniki dadi kulina mijet mas hehe.*

(entah gimana mas, dulu saya sering memijat temannya sewaktu habis jamaah sambal dudukan. Katanya pijatannya enak, eh nyampe sekarang jadi biasa memijit)

Mbah R juga memiliki kesamaan dengan mbah T, dimana mbah R dan mbah T sama-sama melihat dan menyadari kelebihanannya. Berbeda dengan mbah T, mbah R mendapatkan sikap yang sesuai dan menyenangkan dengan cara memasak, karena memasak adalah salah satu kesukaan mbah R. seperti yang beliau ungkapkan:

**IAIN PURWOKERTO**

*ya nah wis dewekan arep ngapa napa bingung mas, mang senenge ku mboten masak, dadi ya tek niatna ngabdhi meng ndalame abah mbok dadi dalane manfaate ngelmu mas.*

(sudah sendiri bingung mau ngapain mas, cuma dari dulu saya sukanya memasak, jadi ya saya niatkan untuk mengabdikan di rumah pak yai, siapa tau jadi jalan saya mendapat ilmu yang manfaat mas).

Berbeda dengan mbah P yang mendapat sikap yang sesuai dengan menyenangkan dari lingkungannya dengan cara beliau menanamkan sikap positif kepada diri sendiri bahwa beliau masih dapat berkarya dan bermanfaat bagi orang banyak. Seperti yang dikatakan oleh beliau:

*Nggih ngaten uripe kulo mas, wong kulo SD wae mboten katam. Nanging nggih mboten saged kulo dados damel kalian piantun lintu,*

*wong kulo sehat kok, alhamdulillah mas, ndilalloh keparingan tanah ingkang saged kulo damel lapangan olah raga warga (lapangan bulu tangkis).*

(ya begitulah hidup saya mas, saya SD saja tidak selesai. Tapi saya tidak bisa merepotkan orang lain, orang saya sehat kok, alhamdulillah mas, saya diberi tanah yang bisa saya manfaatkan untuk olah raga warga sekitar).

Sedangkan dari mbah S sendiri lebih melihat kepada beberapa kelemahan yang beliau miliki, seperti beliau merasa sudah berkurang tenaganya sehingga beliau bisa hidup bersosial. Seperti yang beliau ungkapkan:

*iya mas, tapi ya maro karo tanggane, ngurusi tandur nyampe panen dewek wis ra kuat mas, dadi maro karo tanggane.*

(iya mas, tapi bagi dua sama tetangga, ngurusin tanaman sendiri udah ngga kuat, jadi bagi dua sama tetangga).

Lain cerita dengan mbah N yang tidak mengharapkan suatu imbalan apapun dari anak-anaknya, sehingga beliau dapat memenuhi kebutuhannya dengan rasa senang. Seperti yang beliau katakan:

*ya kaya gue mas, wong bocah arep kaya ngapa a ya tetep bocah mas, masa iya aku butuh susu nggo medang ndadak nyadong meng bocah, kan ora mbok mas ?*

(ya begitulah, namanya juga anak, mau bagaimanapun ya tetap anak mas, masa iya saya yang pengen minum susu harus minta ke anak).

- c. **Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.**

Yakni seseorang yang dapat mengidentifikasi dirinya sendiri ataupun dengan orang lain serta memiliki penyesuaian diri yang baik, maka cenderung dapat menerima dirinya dan dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Individu tersebut cenderung memahami diri dan menerima dirinya, karena sesungguhnya seorang individu membutuhkan dirinya sendiri untuk dicintai.

Penyesuaian diri dari ke lima subjek memang berdeda-beda. Terbenturnya kepada suatu keadaan yang membuat dari ke lima subjek



tersebut menyesuaikan dirinya. Seperti halnya yang dialami oleh mbah P, dimana beliau harus menyesuaikan dirinya setelah ditinggal suaminya dan ditinggal oleh empat anaknya dengan cara melihat peluang untuk melakukan kegiatan yang bisa memberi manfaat baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Seperti yang mbah P katakan:

*iya mas, wong namung niki tinggalane garwo kulo, nggih kulo ngurip ngurip supados dados manfaate amal jariah, kagem kulo lan nyodaqoih ganjaran teng garwo kulo.*

(iya mas, orang ini cuma tinggalan dari suami saya, ya saya coba untuk menghidupi agar bisa memberi manfaat amal jariah buat saya dan bersodaqoh pahala buat suami saya).

Berbeda dengan mbah T yang dapat mengidentifikasi dirinya sendiri melalui kesadaran akan kelebihan yang dimilikinya yakni sebagai tukang pijat. Dia dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain. Seperti ungkapan beliau:

*mboten mas, kulo mijet nggih namung sesagede kulo, nek patah tulang, apa nek sakit berat nggih kedah dibekto teng sangkal putung nopo teng rumah sakit. Kulo paling mijet nek awak sami pegel-pegel, masuk angin mas.*

(tidak mas, saya mijat ya cuma sebisanya saya saja, kalo patah tulang apa sakit berat ya sebaiknya dibawa ke spesialis patah tulang atau ke rumah sakit. Saya cuma mijat pegel-pegel, masuk angin mas).

Begitu juga mbah R, yang memiliki kesamaan dengan mbah T. Mbah R dapat mengidentifikasi dirinya sendiri melalui kesadaran akan kelebihan yang dimilikinya yakni sebagai tukang masak. Dia dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain. Seperti ungkapan beliau:

*ya nah wis dewekan arep ngapa ngapa bingung mas, mung senenge kit mbien masak, dadi ya tek niatna ngabdi meng ndaleme abah mbok dadi dalane manfaate ngelmu mas.*

(ya begitulah sudah sendiri mau ngapa-ngapain bingung mas, cuma dari dulu sukanya masak, jadi ya saya niatkan mengabdikan ke ndalemnya abah, siapa tau jadi jalan manfaatnya ilmu mas).

Berbeda halnya dengan mbah S, beliau dapat mengidentifikasi dirinya sendiri melalui kesadaran akan kekurangan yang dimilikinya. Akan tetapi kekurangan yang dipandang oleh mbah S bukanlah membuat beliau menjadi

lemah menjalani hidup, melainkan beliau tambah menerima keadaan. Seperti yang beliau katakan:

*ya ra tek tuku mas omongan kaya gue, wong kulo nggih selagine saged obah piambek nggih kulo mboten nate ngarep ngarep piantun lintu mas.*

(ya tidak saya beli omongan semacam itu mas, orang saya selaginya bisa bergerak sendiri ya saya tidak pernah mengharap pemberian orang lain).

Sedangkan mbah N dapat mengidentifikasi dirinya sendiri melalui kesadaran kemampuan berdikari sendiri dalam menjalani hidup tanpa mau merepotkan anak-anaknya. Seperti yang beliau katakan:

*ya kaya gue mas, wong bocah arep kaya ngapa a ya tetep bocah mas, masa iya aku butuh susu nggo medang ndadak nyadong meng bocah.*

(ya begitulah, namanya juga anak, mau bagaimanapun ya tetap anak mas, masa iya saya pengen minum susu harus minta ke anak).

**d. Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.**

Individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah. Konsep diri yang tidak stabil yaitu individu yang pada waktu tertentu memandang dirinya secara positif dan pada waktu yang lain secara negatif akan gagal mendapatkan gambaran yang jelas tentang dirinya yang seharusnya.

Teori ini sesuai dengan kondisi yang dialami mbah S, dimana beliau melihat dirinya dari waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah. Seperti yang beliau katakan:

*kulo nggih ikhtiar ngumpulna hasil panen sawah mas, mboten lat tiap ndalu nyadong doa teng pengeran supados saged ziaroh mekkah madinah mas.*

(saya juga ikhtiar mengumpulkan hasil panen sawah mas, tidak lipa setiap malam saya berdoa kepada Yang Kuasa agar saya dapat berziarah mekkah madinah mas).

Begitu pula mbah P, yang konstan dalam menjalankan rutinitas majlisnya bersama anak-anak setempat. Seperti yang beliau katakana:

*tiap malam Selasa pon kulo rutinan majlis teng mriki mas, nggih kalih lare-lare alit mriki.*

(setiap malam Selasa pon saya melakukan rutinan majlis disini mas, ya bersama anak-anak kecil sini).

Sedangkan mbah R mempunyai konsep diri yang konstan dilihat dari pergerakannya. Sedangkan dari sisi waktu, beliau masih mempunyai satu langkah lebih maju dimana beliau mempunyai keinginan untuk dapat memiliki usaha warung makan sendiri. Seperti yang beliau ungkapkan:

*kulo pengin gadah warung maem mas, dados mungkin saged dados damele piantun lintu sing mbutuhaken mas, itung itung nggo sangu tinggalan uripku mas.*

(saya pengin punya warung makan mas, jadi nanti bisa mempekerjakan orang yang membutuhkan mas, ya bisa buat tinggalan hidup saya mas).

Dari beberapa penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa setiap individu memiliki cara tersendiri untuk merealisasikan penerimaan dirinya.

#### **E. Tahap Penemuan Kesejahteraan Spiritual Lansia tanpa Keluarga di Desa Padangsari**

Kesejahteraan spiritual merupakan segala sesuatu tentang kehidupan batin seseorang dan hubungannya dengan dunia yang lebih luas. Ini mencakup hubungan dengan Tuhan dan hubungan dengan lingkungan termasuk didalamnya adalah kebahagiaan hidup dan kepuasan.<sup>57</sup>

Terdapat dua aspek pemenuhan kesejahteraan spiritual pada lansia, yakni:<sup>58</sup>

##### **a. *Religious knowledge* (dimensi pengetahuan)**

Yaitu dimensi yang menerangkan seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama yang ada dalam kitab suci maupun

<sup>57</sup> Ketut Andika Priastana...dkk, *Hubungan Spiritual Wellbeing dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia*, NurseLine Journal Vol. 1 No. 2 Nopember 2016 p-ISSN 2540-7937 e-ISSN 2541-464X186, hlm. 186.

<sup>58</sup> Ahmad Tegar Sunu Prakoso, *Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Spiritual pada Lanjut Usia (Description Of Spiritual Needs On Elderly)*, Jurnal Ners dan Kebidanan, Vol. 1, No. 3 November 2014, hlm. 199.

yang lainnya. Sejumlah indikator dalam religiositas diantaranya adalah kehadiran di tempat ibadah, berpartisipasi dalam aktivitas keagamaan, mengetahui tentang ibadah dan teologi beribadah, dan membaca kitab suci. Jadi, lansia paling tidak harus tahu mengenai pokok-pokok dasar pengetahuan tentang ajaran agama yang dianut.

Hal tersebut sesuai dengan keadaan yang dialami oleh subjek N, dimana beliau mengatakan:

*ya nek bar jumaton rutinon muslimaton mas, maca yasin tahlil. Nek malem kemis rutinon berjanjen mas, wong wis tua ya kur melu nunut maring sing pada enom mas.*

(ya kalau habis jumaton rutinon muslimaton mas, membaca yasin tahlil. Kalau malam kamis rutinon al-barzanji mas, orang sudah tua ya ikut-ikut sama yang masih muda mas).

Begitu juga mbah P, beliau mengatakan:

*nggih lapangan niki mboten namung kulo damel olah raga, tiap sesasi pisan kulo damel rutinon majlison, nggih kulo niati ngibadah titip duno kalian rencang-rencang mriki supados saged nglantaraken duno kagem kulo lan keluargo mas.*

(ya lapangan ini tidak hanya buat olah raga, setiap sebulan sekali saya buat rutinon majlison, ya saya niatkan ibadah nitip doa kepada teman-teman sini, supaya bisa mendoakan kepada saya dan keluarga saya mas).

Sedangkan mbah S mengatakan:

*nggih onten mas, sakjane mboten dikhususaken nggih, namung kulo namu thoriqoh naqsabandiah dados kulo diwulang wintu nggih sagede ngaten.*

(ya ada mas, sebenarnya tidak dikhususkan yah, cuma saya ikut thoriqoh naqsabandiah, jadi saya diajarkan dzikir ya saya bisanya begitu)

*nggih biasane kulo maos Subhanalloh wa al-hamdulillah wa laa ilaaha illallohu wa Allohu Akbar wa laa haula wa laa quwwata illa billahi al-aliyi al-adzim.*

(ya biasanya saya membaca *Subhanalloh wa al-hamdulillah wa laa ilaaha illallohu wa Allohu Akbar wa laa haula wa laa quwwata illa billahi al-aliyi al-adzim*).

Mbah R mengatakan:

*...paling nek ana rutinane manaqib Syekh Abdul Qodir Al-jailani kulo kedah tumut manaqiban mas.*

(...paling nanti kalau ada *rutinane* manaqib Syekh Abdul Qodir Al-Jailani saya harus ikut manaqiban mas).

Berbeda halnya dengan mbah T yang dalam hal ini beliau memahami makna kata *bismillahirrohmanirrohim*. Beliau mengatakan:

*mboten mas, kulo nggih namung bismillahirrohmanirrohim nek meh mijet mas, mboten nate enten amalan amalan kados teng tv tv hehe.*

(tidak mas, saya ya cuma *bismillahirrohmanirrohim* kalau mau memijat mas, tidak pernah ada amalan amalan kados teng tv tv hehe).

Dari ungkapan kelima subjek di atas, penulis menyimpulkan bahwa pemenuhan aspek spiritual dalam dimensi pengetahuan yang dilakukan adalah dengan menghadirkan diri di tempat ibadah, berpartisipasi dalam aktivitas keagamaan, mengetahui tentang ibadah dan teologi beribadah.

b. *Religious effect* (dimensi konsekuensi)

Yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sosial, seperti mengunjungi tetangga yang sedang sakit, menolong orang yang sedang kesulitan, mendermakan hartanya, dan sebagainya.

Hal tersebut sesuai dengan keadaan yang dialami oleh subjek T, dimana beliau mengatakan:

**IAIN PURWOKERTO**

*wong aku bisane mje ya tek niati nulung wong lara mas*

(...orang saya hanya bisa memijat, ya saya niatkan untuk menolong orang sakit mas)

Sedangkan mbah S mengatakan:

*mpun biasa piambekan teng nggrio, malih anu caket masjid mas, nek bingung langka gawean ya tek niati ngibadah ngresiki masjid mas*

(sudah bisa sendiri di rumah, dekat masjid juga, kalau bingung tidak ada kerjaan ya saya niatkan ibadah membersihkan masjid mas).

Mbah P mengatakan:

*tiap malem selasa pon kulo rutinane majlis teng mriki mas, nggih kalih lare-lare alit mriki.*

(setiap malam Selasa pon saya melakukan rutinan majlis disi sini mas, ya bersama anak-anak kecil sini).

*nggih nek jumat manis mriki enten rutinan yasin tahlil mas.*  
(ya kalau malam jumat manis di sini ada rutinan pembacaan yasin dan tahlil mas).

Dari ungkapan ketiga subjek di atas, penulis menyimpulkan bahwa pemenuhan aspek spiritual dalam dimensi konsekuensi yang dilakukan adalah dengan menolong orang yang sedang kesulitan, mendermakan hartanya.

Konsep kesejahteraan spiritual (*spiritual wellbeing*) dinyatakan oleh Ellison bahwa keadaan yang mendasari kepuasan dalam hidupnya dan kemampuan mengekspresikan hubungan dirinya dengan pencipta disebut sebagai sejarah spiritualnya. Ditegaskan pula oleh National Interfaith Coalition on Aging (NICA) di Washington mengusulkan kesejahteraan spiritual sebagai penegasan hidup dalam menjalin hubungan khusus dengan Tuhan, diri sendiri, masyarakat dan lingkungan dengan cara memelihara keyakinan, keutuhan untuk bersama dalam kedamaian pribadinya.<sup>59</sup>

Fisher<sup>60</sup> mengatakan, terdapat beberapa faktor dalam peningkatan kesejahteraan spiritual, antara lain:

a. Hubungan dengan diri sendiri

## IAIN PURWOKERTO

Hubungan dengan diri sendiri mencakup beberapa aspek, yakni: makna, tujuan, nilai-nilai, kesadaran diri, kegembiraan, perdamaian, kesabaran, identitas, dan nilai-nilai diri. Beberapa aspek tersebut peneliti temukan dalam subjek penelitian ini, seperti mbah P yang sadar dengan dirinya, dan menemukan nilai-nilai dalam dirinya. Seperti yang beliau katakana:

*Nggih ngaten uripe kulo mas, wong kulo SD wae mboten katam.  
Nanging nggih mboten saged kulo dados damel kalian piantun lintu,  
wong kulo sehat kok, alhamdulillah mas, ndilalloh keparingan tanah*

<sup>59</sup> Henie Kurniawati, *Studi Meta Analisis Spiritual Wellbeing dan Quality Of Life*, Seminar Psikologi & Kemanusiaan 2015, hlm. 142-143.

<sup>60</sup> Erwin Dwi Firmansyah, *Kesejahteraan Spiritual pada Sufi*, Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2018, hlm. 5-6.

*ingkang saged kulo damel lapangan olah raga warga (lapangan bulu tangkis).*

(ya begitulah hidup saya mas, saya SD saja tidak selesai. Tapi saya tidak bisa merepotkan orang lain, orang saya sehat kok, alhamdulillah mas, saya diberi tanah yang bisa saya manfaatkan untuk olah raga warga sekitar).

Sedangkan hubungan dengan diri sendiri bagi mbah N dan mbah S peneliti temukan dalam aspek kesabaran, seperti yang mereka ungkapkan:

Mbah N,

*ya kaya gue mas, wong bocah arep kaya ngapa a ya tetep bocah mas, masa iya aku butuh susu nggo medang ndadak nyadong meng bocah, kan ora mbok mas ?*

(ya begitulah, namanya juga anak, mau bagaimanapun ya tetap anak mas, masa iya saya pengen minum susu harus minta ke anak).

*arep murugi ya tek tanpa, ora murugi ya tek doakna mas, mugi waras slamet ndnuya akherat.*

(mau menjeguk ya saya terima, tidak ya saya doakan mas, semoga sehat dan selamat di dunia dan akhirat).

Mbah S,

*kulo nggih ikhitar ngumpulna hasil panen sawah mas, mboten lat tiap ndalu nyadong doa teng pengeran supados saged ziaroh mekkah madinah mas.*

(saya juga ikhtiar mengumpulkan hasil panen sawah mas, tidak lipa setiap malam saya berdoa kepada Yang Kuasa agar saya dapat berziarah mekkah madinah mas).

## IAIN PURWOKERTO

Berbeda dengan mbah R yang berhubungan dengan diri sendiri melalui aspek kegembiraan dalam pengabdianya kepada gurunya. Seperti yang beliau katakana:

*Alhamdulillah mas, aku nyaman mas, aku ngrasa due keluarga sing gelem nyanggah kebutuhan batinku (spiritualku) mas.*

(alhamdulillah mas, saya nyaman mas, saya merasa punya keluarga yang mau menopang kebutuhan batin (spiritual) saya mas)

Sedangkan bagi mbah T, hubungan dengan diri sendiri yang peneliti temukan ialah dalam aspek perdamaian. Mbah T mampu berdamai dengan

diri sendiri melalui kemampuan yang beliau miliki, yakni memijat. Seperti yang beliau ungkapkan:

*ya biasa mas, sing wis ya wis mas, kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya aweh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas.*

(ya biasa mas, yang sudah ya sudah, saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan ke orang lain, orang saya bisanya mijet ya saya niati buat menolong orang sakit mas).

Hubungan dengan diri sendiri antar individu yang satu dengan yang lainnya terdapat pada aspek yang berbeda, kecuali bagi mbah N dan mbah S.

#### b. Hubungan dengan orang lain

Hubungan dengan orang lain mencakup aspek moral, kebudayaan, agama, kedalaman hubungan antar personal, pemaaf, keadilan, cinta, harapan, dan kepercayaan. Beberapa aspek tersebut peneliti temukan dalam subjek penelitian ini, seperti mbah S yang memenuhi aspek kedalaman hubungan antar personal. Peneliti menemukan aspek tersebut melalui cara mbah S yang selalu berhubungan dengan orang lain dengan cara yang baik. Seperti yang beliau ungkapkan:

*iya mas, tapi ya maro karo tanggane, ngurusi tandur nyampe panenane dewek wis ra kuat mas, dadi maro karo tanggane.*

(iya mas, tapi bagi dua sama tetangga, ngurusin tanaman sendiri udah ngga kuat, jadi bagi dua sama tetangga).

## IAIN PURWOKERTO

Sedangkan mbah P. berhubungan dengan orang lain melalui aspek kebudayaan, agama dan harapan. Seperti yang beliau katakan:

*nggih lapangan niki mboten namung kulo damel olah raga, tiap sesasi pisan kulo damel rutinane majlisane, nggih kulo niati ngibadah titip duno kalian rencang-rencang mriki supados saged nglantaraken duno kagem kulo lan keluargo mas.*

(ya lapangan ini tidak hanya buat olah raga, setiap sebulan sekali saya buat rutinane majlisane, ya saya niatkan ibadah nitip doa kepada teman-teman sini, supaya bisa mendoakan kepada saya dan keluargo saya mas).

*“tiap malem selasa pon kulo rutinane majlis teng mriki mas, nggih kalih lare-lare alit mriki”*



(setiap malam Selasa pon, saya rutin majlis di sini mas, ya bersama anak-anak disini)

*nggih nek Jumat manis mriki enten rutin yasin tahlil mas.*  
(ya kalau malam Jumat manis di sini ada rutin pembacaan yasin dan tahlil mas)

*“hehe cita-cita nopo nggih mas, kulo mah anu wong bodo mas, mung nggadaih hajat ngurip-ngurip tinggalane garwo, lan piwulange guru nggih kedah kulo amalaken, mugi mawon bocah cilikan ngemben gedene dadi bocah sing ngerteni maring wong tua..”*

(hehe cita-cita apa yah mas, saya mah orang bodoh mas, cuma mempunyai keinginan menghidupi tinggalannya suami, dan ajaran guru sebaiknya saya amalkan, semoga saja anak-anak kecil besok besarnya jadi anak yang bisa berbakti kepada orang tua).

Sedangkan mbah N, berhubungan dengan orang lain melalui aspek kepercayaan. Seperti yang beliau katakan:

*ya nek bar jumat rutin muslimatan mas, maca yasin tahlil. Nek malem Kamis rutin berjanjen mas, wong wis tua ya kur melu nunut maring sing pada enom mas.*

(ya kalau habis jumat rutin muslimatan mas, membaca yasin tahlil. Kalau malam Kamis rutin al-barzanji mas, orang sudah tua ya ikut-ikut sama yang masih muda mas).

Sedangkan mbah R, berhubungan dengan orang lain melalui aspek hubungan antar personal dan harapan. Seperti yang beliau katakan:

*ya nah wis dewekan grep ngapain ngapain bingung mas, mung senenge kit mbien masak, dadi ya tek niatna ngabdi meng ndaleme abah mbok dadi dalane manfaate ngelmu mas.*

(sudah sendiri bingung mau ngapain mas, cuma dari dulu saya sukanya memasak, jadi ya saya niatkan untuk mengabdikan di rumah pak yai, siapa tau jadi jalan saya mendapat ilmu yang manfaat mas).

Beda dengan mbah T, berhubungan dengan orang lain melalui aspek cinta. Dimana mbah T merasa ingin menolong sesama dengan kelebihan yang ia miliki. Seperti yang beliau katakan:

*lah mas, kulo mah mboten nate narif ngaten nek mijet mas, nek aweh ya tek tanpa nek ora aweh ya ora papa mas, wong genah wis tek niati nulung karo sapa bae.*

(lah mas, saya tidak pernah ada tarif untuk memijat mas, kalau ada yang kasih ya saya terima, kalau tidak ya udah tidak apa-apa mas, orang saya sudah niatkan untuk menolong kepada siapapun).

Dari ungkapan di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk faktor kesejahteraan spiritual dalam ranah hubungan dengan orang lain yang ada pada kelima subjek ini meliputi aspek kebudayaan, agama, kedalaman hubungan antar personal, cinta dan harapan.

c. Hubungan dengan lingkungan

Hubungan dengan lingkungan mencakup aspek pekerjaan (mengurus), hubungan dengan alam, mempedulikan dan puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman. Mbah S yang memenuhi aspek pekerjaan (mengurus), hubungan dengan alam, dan puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman. Seperti yang beliau katakan:

*iya mas, kadang ya ana gedang apa budin nang karangan mburi umah bisa tek dol apa tek maem dewek mas.*

(iya mas, kadang kalo ada pisang apa singkong di pekarangan belakang rumah ya bisa dijual atau buat makan sendiri mas).

*mboten mas, namung kantong niku mburi umah, riyin tinggalane garwo, kulo sade kagem daftar haji.*

(tidak mas, cuma itu tanah belakang rumah, dulu tinggalannya suami, saya jual untuk daftar haji).

## IAIN PURWOKERTO

Sedangkan mbah P berada pada aspek mempedulikan. Dimana mbah P begitu mempedulikan warga beserta anak-anak sekitar untuk dapat menikmati karya yang beliau ciptakan. Salah satu karya yang beliau ciptakan ialah lapangan bulu tangkis, dimana karya ini mbah P manfaatkan untuk olah raga warga sekitar. Tidak hanya dimanfaatkan untuk olah raga, melainkan juga digunakan sebagai tempat rutin majlis sholawat dan pembacaan yasin tahlil bersama. Seperti yang beliau ungkapkan:

*nggih lapangan niki mboten namung kulo damel olah raga, tiap sesasi pisan kulo damel rutin majlis, nggih kulo niati ngibadah titip*

*dungo kalian rencang-rencang mriki supados saged nglantaraken dungo kagem kulo lan keluargo mas.*

(ya lapangan ini tidak hanya buat olah raga, setiap sebulan sekali saya buat rutinan majlis, ya saya niatkan ibadah nitip doa kepada teman-teman sini, supaya bisa mendoakan kepada saya dan keluarga saya mas).

Sedangkan mbah N berada pada aspek puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman. Peneliti mendapatkan aspek ini melalui perkataan mbah N yakni:

*ya anu seneng bae mas, wong kiyaine nek pengajian jere kon pada ngekehna sholawat, jere men ayem uripe, ya nyatane nek ra maca sedina rasane kaya ana penggawean sing kurang bae mas.*

(ya suka aja mas, orang kiyainya kalo pengajian katanya suruh memperbanyak membaca sholawat, katanya biar nyaman hidupnya, ya kenyataannya kalau sehari tidak membaca rasanya kaya ada yang kurang mas).

Mbah R berada pada aspek pekerjaan (mengurus). Dimana mbah R mengurus keluarga gurunya di pesantren untuk dapat memenuhi kebutuhannya. Seperti yang beliau katakan:

*nang ndalem mah yah paling kur melu ngurusi dapur aku mas, paling nek ana rutinan manaqib Syekh Abdul Qodir Al-jailani kulo kedah tumut manaqiban mas.*

(di ndalem (rumah gurunya) mah paling ikut mengurus bagian dapur mas, paling nanti kalau ada rutinan manaqib Syekh Abdul Qodir Al-jailani saya harus ikut manaqiban mas).

Sedangkan mbah T berada pada aspek mempedulikan. Dimana mbah T begitu peduli terhadap sesama dengan kelebihan pijat yang dimilikinya. Seperti yang beliau katakana:

*ya biasa mas, sing wis ya wis mas, kulo namung mikire sesagede kulo ngurip-ngurip awak dewek sing bisa ya aweh kebecikan marang wong lia, wong aku bisane mijet ya tek niati nulung wong lara mas.*

(ya biasa mas, yang sudah ya sudah, saya cuma berfikir sebisanya saya menghidupi diri sendiri yang bisa memberi kebaikan ke orang lain, orang saya bisanya mijit ya saya niati buat menolong orang sakit mas).

**IAIN PURWOKERTO**

Dari ungkapan di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk faktor kesejahteraan spiritual dalam ranah hubungan dengan lingkungan yang ada pada kelima subjek ini meliputi kesemua aspek, yakni: mempedulikam, pekerjaan (mengurus) hubungan dengan alam, dan puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman.

#### d. Hubungan dengan transenden

Hubungan dengan transenden merupakan cara berfikir tentang hal-hal yang melampaui apa yang terlihat, yang dapat ditemukan di alam semesta. Contohnya, pemikiran yang mempelajari sifat Tuhan yang dianggap begitu jauh, berjarak dan mustahil dipahami.<sup>61</sup>

Hubungan dengan transenden meliputi aspek kepentingan yang sangat pada transenden, kekuatan alam yang mengacu pada rasa yang melampaui ruang dan waktu, kekhawatiran yang sangat, keyakinan, penyembahan, dan ibadah. Pada penelitian ini peneliti menemukan beberapa aspek pada subjek penelitian, seperti pada mbah S yang memuat aspek keyakinan, penyembahan dan ibadah. Mbah S memuat aspek tersebut dengan cara beliau memasuki thoriqoh naqsabandiah yang didalamnya memuat beberapa cara penyembahan dan ibadah dengan keyakinan. Seperti membaca dzikir, doa dan sholat. Seperti yang beliau katakan:

**IAIN PURWOKERTO**  
*nggih anten mas, sajane mboten dikhususkan nggih, namung kulo  
 umum thoriqoh naqsabandiah, dados kulo diwulang wiritae nggih sagede  
 ngaten.*

(ya ada mas, sebenarnya tidak dikhususkan yah, cuma saya ikut thoriqoh naqsabandiah, jadi saya diajarkan dzikir ya saya biasanya begitu)

*nggih biasane kulo maos Subhanalloh wa al-hamdulillah wa laa ilaaha  
 illallohu wa Allohu Akbar wa laa haula wa laa quwwata illa billahi al-  
 aliyi al-adzim.*

(ya biasanya saya membaca Subhanalloh wa al-hamdulillah wa laa ilaaha illallohu wa Allohu Akbar wa laa haula wa laa quwwata illa billahi al-aliyi al-adzim).

<sup>61</sup> <https://id.m.wikipedia.org/Transenden>

Begitu juga dengan mbah N yang memuat aspek keyakinan, penyembahan, dan ibadah. Beliau mengatakan:

*nek dewekan ya kur wiridan se ulieh mas.*  
(kalau sendiri ya cuma dzikir sedapetnya mas)

*ya biasa mas, maca sholawat sebisane aku.*  
(ya biasa mas, membaca sholawat sebisanya aku)

*ya biasa mas, shallallohu 'ala Muhammad.*  
(ya biasa mas, Shollahu 'ala Muhammad).

Tidak berbeda dengan mbah R yang memuat aspek keyakinan, penyembahan, dan ibadah. Mbah R memenuhi aspek tersebut melalui kegiatan rutinan yang dipimpin oleh gurunya dengan cara membaca kitab Nurul Burhani, kitab yang menerangkan riwayat Syekh Abdul Qodir Al-jailani. Seperti yang beliau katakana:

*ya maca kitab manaqibe Syekh Abdul Qodir mas, Nurul Burhani jenenge).*  
(ya maca kitab manaqibe Syekh Abdul Qodir mas, Nurul Burhani namanya).

*wong aku jamane ngaji ra tau nggatekna mas, dadi ya melu nyadong doa melu abaeh men sekalian didoakna mas.*  
(orang saya waktu ngaji tidak pernah memperhatikan mas, jadi ya ikut doanya guru biar sekalian didoakan mas).

*alhamdulillah mas, aku nyaman mas, aku ngrasa due keluarga sing gelem nyanggah kebutuhan batinku (spiritual) mas.*

*alhamdulillah mas, saya nyaman mas, saya merasa punya keluarga yang mau menopang kebutuhan batin (spiritual) saya mas).*

Mbah T sendiri hanya memuat aspek keyakinan, yakni berupa bacaan *Bismillahirrohmanirrohim* yang membuatnya yakin ketika melakukan segala aktifitasnya terutama ketika mau memijat. Seperti yang beliau katakan:

*mboten mas, kulo nggih namung bismillahirrohmanirrohim nek meh mijet mas, mboten nate enten amalan amalan kados teng tv tv hehe.*  
(tidak mas, saya ya cuma *bismillahirrohmanirrohim* kalau mau memijat mas, tidak pernah ada amalan amalan kados teng tv tv hehe).

Sedangkan dari mbah P, memuat aspek keyakinan, penyembahan dan ibadah melalui cara cara melakukan rutinitas keagamaan seperti rutinitas majlis sholawat dan yasin tahlil. Seperti yang beliau ungkapkan:

*nggih lapangan niki mboten namung kulo damel olah raga, tiap sesasi pisan kulo damel rutinan majlisan, nggih kulo niati ngibadah titip duno kalian rencang-rencang mriki supados saged nglantaraken duno kagem kulo lan keluarga mas.*

(ya lapangan ini tidak hanya buat olah raga, setiap sebulan sekali saya buat rutinan majlisan, ya saya niatkan ibadah nitip doa kepada teman-teman sini, supaya bisa mendoakan kepada saya dan keluarga saya mas).

Sesuai dengan teori itu, kesejahteraan spiritual dapat didefinisikan dalam keadaan yang mencerminkan perasaan, perilaku, dan kognisi pada hubungan dalam 4 domain yang pada gilirannya memberikan individu dengan rasa identitas, keutuhan, kepuasan positif, kegembiraan, kepuasan, kecantikan, cinta, rasa hormat, sikap positif, kedamaian batin dan harmoni, dan tujuan arah hidup.<sup>62</sup>



**IAIN PURWOKERTO**

---

<sup>62</sup> Erwin Dwi Firmansyah, *Kesejahteraan Spiritual pada Sufi*, Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2018, hlm. 5-6.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kelima subjek dalam penelitian ini yakni mbah P, mbah N, mbah S, mbah R dan mbah T telah menemukan penerimaan dirinya melalui tahap *denial* (penolakan), tahap *anger* (marah), tahap *bergainning* (tawar-menawar), tahap *depression* (depresi), dan tahap *acceptance* (penerimaan). Dari tahap tersebut dapat mewujudkan penerimaan diri apa adanya, tidak menolak diri sendiri apabila memiliki kelemahan dan kekurangan, memiliki keyakinan untuk mencintainya sendiri dimana seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, dan untuk merasa berharga maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.
2. Adapun tahap pemenuhan kebutuhan kesejahteraan spiritual meliputi:
  - a. *Religious knowledge* (dimensi pengetahuan), dimana dalam tahap ini, subjek menghadirkan diri ditempat ibadah, mengetahui tentang ibadah, dan teologi beribadah.
  - b. *Religious effect* (dimensi konsekuensi), dimana dalam tahap ini, subjek dapat menolong orang yang sedang kesulitan dan mendermakan hartanya.
3. Sedangkan yang menjadi faktor terbentuknya kesejahteraan spiritual kelima subjek penelitian adalah sebagai berikut:
  - a. Hubungan dengan diri sendiri yang mencakup aspek makna, nilai-nilai, tujuan, kesadaran diri, kegembiraan, perdamaian, kesabaran, identitas, dan nilai-nilai diri.
  - b. Hubungan dengan orang lain mencakup aspek moral, kebudayaan, agama, kedalaman hubungan antar personal, pemaaf, keadilan, cinta, harapan, dan kepercayaan.

**LAIN PURWOKERTO**

- c. Hubungan dengan lingkungan mencakup aspek pekerjaan (mengurus), hubungan dengan alam, mempedulikan dan puncak pengalaman yang menimbulkan kekaguman.
- d. Hubungan dengan transenden merupakan cara berfikir tentang hal-hal yang melampaui apa yang terlihat, yang dapat ditemukan di alam semesta.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti memberikan saran yang diharapkan berguna bagi penulis dan pembaca. Selanjutnya, dari adanya penelitian ini diharapkan bagi setiap individu untuk dapat menumbuhkan rasa kasih sayang terhadap diri sendiri maupun orang lain agar tercipta sebuah kesejahteraan hidup baik secara moral maupun spiritual.

## **C. Penutup**

*Alhamdulillahirobbil' alamin*, puji dan syukur sedalam-dalamnya peneliti haturkan kehadiran Allah SWT karena rahmat dan hidayah serta petunjuk-Nya peneliti mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu dengan kerendahan hati peneliti berharap kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini. Peneliti juga berharap dengan adanya skripsi ini semoga memberikan manfaat bagi peneliti secara pribadi dan dapat menjadi sebuah referensi bagi adik-adik mahasiswa terutama mahasiswa Fakultas Dakwah, lebih khususnya Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) sebagai modal awal membuat skripsi yang lebih sistematis.

Peneliti juga menyadari pula bahwa, dengan selesainya skripsi ini, disamping usaha peneliti juga tidak lepas dari bantuan pihak-pihak tertentu. Oleh karena itu peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, semoga segala apa yang telah



diberikan secara ikhlas akan mendapatkan sebaik-baiknya balasan dari Allah SWT. Aamiin.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, Haris K. 2016. *Aktualisasi Keikhlasan dalam Pendidikan; Telaah Atas Novel Laskar Pelangi*. Jurnal Ilmiah AL-Jauhari (JIAJ) Vol. 1 No 1.
- Amalia, Ayu Diah. 2013. *Kesepian dan Isolasi Sosial yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan dari Perspektif Sosiologi*. Informasi Vol. 18. No. 02. Jakarta Timur.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Azwar, Saifudin. 1998. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Firmansyah, Erwin Dwi. 2018. *Kesejahteraan Spiritual pada Sufi*. Skripsi Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Harlianty, Rully Afrita. Ediati, Annastasia. 2016. *Hubungan Antara Kesejahteraan Spiritual dengan Kepuasan Hidup Pada Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung*. Jurnal Empati. Volume 5(2). 261-266. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Irawan, Heri. 2013. *Gangguan Depresi pada Lanjut Usia*. CDK-210/Vol. 40 no. 11. Kalimantan Selatan.
- Kurniawati, Henie. 2015. *Studi Meta Analisis Spiritual Wellbeing dan Quality Of Life*. Seminar Psikologi & Kemanusiaan.
- Lestari, Ati & Hartati, Niken. 2016. *Hubungan Self Efficacy dengan Subjective Well Being Pada Lansia yang Tinggal di Rumahnya Sendiri*. Jurnal RAP UNP. Vol. 7. No.1.
- Marni, Ani & Yuniawati, Rudy. 2015. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Pada Lansia di Panti Wredha Budhu Dharma Yogyakarta*. Empathy. Jurnal Fakultas Psikologi Vol.3, No. 1.
- Munandar, Imam. Hadi, Sugianto. Maryah, Vita. 2017. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia Yang Ditinggal Pasangan Di Desa Mensere*. Nursing News Volume 2. Nomor 2. Malang: Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
- Mutaqin, Jejen Zainal. 2017. *Lansia Dalam Al-Qur'an Kajian Term (Tafsir Asy-Syaikh, Al-Kibar, Al-Ajuz, Ardzal Al-Umur)*. Semarang: UIN Walisongo.

- Ni'mah, Zulfatun Baddriyatun. 2017. *Perilaku Bersyukur Ditinjau dari Kemandirian Lansia (Studi Kasus pada Ibu Siti Asro yang Mengalami Gangguan Tulang Belakang)*. Skripsi Institut Agama Islam Purwokerto.
- Prakoso Ahmad Tegar Sunu. 2014. *Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Spiritual pada Lanjut Usia (Description Of Spiritual Needs On Elderly)*. Jurnal Ners dan Kebidanan, Vol. 1, No. 3.
- Prasetia, Wahyuda Dharma. 2013. Hubungan Penerimaan Diri dengan Rasa Percaya Diri pada Siswa Kelas X SMAN 1 Grati Pasuruhan. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Priastana, Ketut Andika...dkk. 2016. *Hubungan Spiritual Wellbeing dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia*. NurseLine Journal Vol. 1 No. 2. p-ISSN 2540-7937 e-ISSN 2541-464X186.
- Rahmatika, Nur Afni. 2017. *Dukungan Keluarga dalam Penerimaan Diri Lansia (Studi Kasus di RT 02/RW 04 Desa Karang Sari Kecamatan Karangmoncol Purbalingga)*. Skripsi Institut Agama Islam Purwokerto.
- Rohmah, Wafi Nikmatu. 2019. *Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Wellbeing) Remaja Dari Keluarga Single Parent (Studi Fenomenologi pada Mahasiswa dari Keluarga Single Parent di IAIN Tulungagung)*. Skripsi IAIN Tulungagung.
- Rusdiyana Hanik. 2017. *Keharmonisan Keluarga Tuna Rungu dan Tuna Wicara*. Jurusan Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri (IAIN).
- Sari Vera Permata, Gamayanti, Witrin. 2016. *Gambaran Penerimaan Diri (self Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 3, No. 1.
- Siddik, Irman Nuryadin, Oclaudya, Karina ...dkk. 2017. *Kebermaknaan Hidup ODHA Ditinjau dari Keikhlasan dan Dukungan Sosial*. Psikoislamedia Jurnal Psikologi. ISSN:2548-4044. Vol. 2 No. 2. Yogyakarta: UII.
- Silviliyana, Mega. Maylasari, Ika...dkk. 2018. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Summa, Muhammad Amin. 2005. *Hukum Keluarga Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Suryabrata, Sumadi. 1998. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Uraningsari, Fitrie & Djalali, M. As'ad. 2016. Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Persona. Jurnal Psikologi Indonesia* Vol. 5. No. 01.

Wiarso, Giri. 2015. *Psikologi Perkembangan Manusia*. Yogyakarta: Psikosains.

Z Fatihul Mufidatu. 2015. *Studi Kasus Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Kealuarga Tiri di Desa Banjarsari Kabupaten Tulungagung*. Skripsi Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri. Maulana Malik Ibrahim Malang.

