

GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA BEBERAPA KALANGAN MASYARAKAT DI INDONESIA (SEBUAH KAJIAN LITERATUR)

Haiza Sri Qori'ah, Yuninda Tria Ningsih

Universitas Negeri Padang

***e-mail:* haizasri.qoriah@yahoo.com**

***Abstract: Description of Meaning in Life for Indonesian People's (A Literature Review).** The meaning in life was important's aspect by who make them as a purpose in life due to live the life that can give some happiness. The purpose in this literature review has to describe how the meaning in life for some people in Indonesia. The article used the literature review methods that due to reviewing some journal article for getting informations. The results of the literature review that to looking for meaning in life had some different among Indonesian people, it happened because of differences in situations and processes that have been carried out. And then, to looking for meaning in life for every Indonesian people also influenced by some factor such as social support, worship, building a relationship, experiences, proffesion, motivation, and positive action. The influential factor about looking for meaning in life among Indonesian people is the social support.*

***Keywords :**Description, meaning in life, Indonesian people's*

Abstrak: Gambaran Makna Hidup pada Beberapa Kalangan Masyarakat di Indonesia (Sebuah Kajian Literatur). Makna hidup adalah suatu hal yang di pandang penting oleh seseorang yang dijadikan sebagai tujuan dalam menjalankan tugas kehidupannya yang dapat menimbulkan perasaan bahagia atau menyenangkan. Tujuan kajian literatur ini adalah untuk menggambarkan bagaimana makna hidup pada beberapa kalangan masyarakat di Indonesia. Metode penelitian yang di lakukan dengan pendekatan kajian literatur yaitu mengkaji jurnal atau artikel penelitian yang sebelumnya sudah ada. Hasil dari kajian literatur ini bahwa dalam pencarian makna hidup setiap manusia atau masyarakat di Indonesia berbeda, hal ini terjadi karena adanya perbedaan keadaan dan proses yang dilalui. Selain itu, pencarian makna hidup setiap masyarakat di Indonesia juga dipengaruhi oleh banyak faktor seperti dukungan sosial, ibadah, pengakraban hubungan, pengalaman, pekerjaan, motivasi, dan bertindak postif. Faktor yang sangat berpengaruh dalam penemuan makna hidup masyarakat di Indonesia yaitu dukungan sosial.

Kata Kunci : Gambaran, makna hidup, masyarakat Indonesia.

PENDAHULUAN

Konsep makna hidup pertama kali diperkenalkan oleh Viktor Frankl seorang ahli logoterapi lewat bukunya *Man's Search for Meaning* pada tahun 1985. Secara implisit maupun eksplisit makna hidup digunakan dalam disiplin ilmu baik psikologi maupun ilmu lainnya (Fridayanti, 2013). Frankl (2003) berpendapat bahwa makna hidup merupakan suatu makna yang dapat ditemukan pada kehidupan, baik dalam keadaan yang menyenangkan maupun penderitaan, namun makna hidup tidak diberikan oleh orang lain tetapi ditemukan oleh diri sendiri.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2017), makna hidup merupakan salah satu dimensi penyusun indeks kebahagiaan di Indonesia. Indeks pada masing-masing dimensi penyusun kebahagiaan antara lain, 1) indeks dimensi kepuasan hidup sebesar 21,07; 2) indeks dimensi perasaan sebesar 68,59; 3) indeks dimensi makna hidup sebesar 72,23. Pada indeks dimensi makna hidup menunjukkan angka di atas 50 artinya bahwa semakin baik penduduk dalam memaknai hidup dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Terdapat indikator pada dimensi makna hidup yaitu, a)

tujuan hidup, merupakan indikator yang memiliki indeks tertinggi sebesar 75,85; b) pengembangan diri merupakan indeks yang terendah sebesar 64,15. Pada indikator di atas dapat disimpulkan bahwa pada umumnya penduduk Indonesia telah merasa optimis dengan masa depannya, namun untuk tingkat pengembangan diri seperti, pengetahuan, keterampilan dan sebagainya masih relatif rendah (Cahyaningtya et al., 2017).

Kebutuhan yang tidak dapat terpenuhi pada dasarnya manusia mengalami suatu penderitaan dalam menjalankan kehidupannya (Priatama, Supenawinata, & Hidayat, 2019). Konsep penting dari makna hidup yaitu, bagaimana cara seseorang dalam mengatasi tantangan pada kehidupannya dengan memaksimalkan potensi keunikannya (Fridayanti, 2013). Priatama et al (2019) mengatakan salah satu situasi yang dapat menemukan makna hidup bagi manusia adalah ujian hidup, agar manusia senantiasa memiliki jiwa yang sabar, bersyukur, sehingga penghayatan kehidupan yang tidak bermakna menjadi bermakna.

Makna hidup dapat dijadikan sebagai pedoman dan memberikan arahan pada seseorang dalam menjalankan kehidupan

sehari-hari, sehingga tujuan hidup terlihat lebih jelas (Wijayanti & Lailatushifah, 2012). Tujuan hidup dan makna hidup merupakan suatu kesatuan yang saling berhubungan dan mempengaruhi (Burhan, Fourianalistyawati, & Zuhroni, 2014). Makna hidup sangat penting bagi seseorang untuk memahami bagaimana hakikat dan tujuan hidup di dunia (Atsniyah & Supradewi, 2019)

Seseorang dapat menemukan makna hidup walaupun dihadapkan pada nasib yang tidak dapat dirubah dan yang tidak memiliki harapan (Frankl, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati (2016) pada insan pasca *stroke* menunjukkan bahwa dua dari tiga subjek mencapai kebermaknaan hidup melalui penghayatan pada penyakit *stroke* yang dengan cara memaknai penyakit *stroke* yang diderita sebagai teguran dan takdir yang diberikan Allah SWT yang merupakan suatu hikmah bagi kehidupan kedua subjek. Adanya faktor yang mendukung baik internal maupun eksternal yaitu pola berpikir, pola sikap, kepercayaan, ibadah, hubungan sosial, pengalaman, dan kebudayaan dapat membantu subjek menemukan makna hidupnya.

Pentingnya makna hidup bagi seseorang berguna untuk bagaimana cara memahami hakikat dan tujuan hidup di dunia.

Tidak ada karakteristik yang khusus untuk mencapai kehidupan yang bermakna (Atsniyah & Supradewi, 2019). Arti makna hidup bagi setiap orang berbeda tergantung bagaimana seseorang melihat dan mengartikannya (Bahkrudinsyah, 2016). Menurut Bastaman (2007) makna hidup merupakan suatu hal yang penting, berharga, dan benar serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Makna hidup dapat diwujudkan dalam sebuah kehidupan dengan cara berguna bagi orang lain, anak, istri, dan keluarga, namun kebermaknaan hidup dapat berkurang jika dalam kondisi merasa tidak berarti, perasaan hampa, kurangnya inisiatif dan minat, serta munculkan pikiran untuk bunuh diri (Arista, 2017). Pencarian kebermaknaan hidup berkaitan dengan visi kehidupan, harapan, dan alasan untuk hidup (Siddik, Oclaudya, Ramiza, & Nashori, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Argo, Karyono, & Kristiana (2014) menunjukkan bahwa dalam memaknai kehidupan sebagai manusia harus berguna untuk orang lain, saling berbagi, tidak menganggap rendah orang lain serta menjunjung tinggi solidaritas terhadap sesama manusia.

Berdasarkan pemaparan di atas artikel ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana makna hidup pada berbagai kalangan masyarakat di Indonesia. Artikel ini

memiliki manfaat sebagai berikut, (1) memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu psikologi dan ilmu pengetahuan lainnya, (2) masyarakat lebih tahu dalam memaknai kehidupannya.

METODE

Artikel ini menggunakan metode penelitian kajian literatur. Kajian literatur merupakan suatu penelitian kepustakaan yang didapatkan melalui penelusuran berbagai buku, jurnal dan terbitan lainnya yang dapat mendukung topik penelitian (Marzali, 2016). Kajian literatur pada penelitian ini dilakukan pada artikel terkait Gambaran Makna Hidup pada Beberapa Kalangan Masyarakat di Indonesia. Semua studi atau artikel penelitian yang meneliti dan mengkaji faktor-faktor atau aspek-aspek makna hidup beberapa kalangan masyarakat di Indonesia dipertimbangkan untuk ditinjau dalam kajian literatur ini.

Tujuan kajian literatur ini antara lain, 1) menulis sebuah karya ilmiah dengan mengkaji topik terbaru yang di butuhkan bagi yang membuat karya ilmiah berkaitan dengan topik tersebut, 2) memperkaya wawasan dan membantu menemukan metode dan teori yang digunakan tentang topik yang ada dipenelitian. Sumber data dari kajian literatur ini yaitu, buku-buku, jurnal, laporan kebijakan, dan dokumen pemerintah. Prosedur pengumpulan

data pada kajian literatur ini yaitu, dengan menggunakan kata kunci dalam pencarian materi yang akan digunakan dalam kajian literatur, kemudian membaca, meringkas dan menyusun bahan materi yang telah didapatkan (Marzali, 2016).

Pencarian data pada kajian literatur ini dimulai dari data base elektronik *Google Scholar* dan *Indonesian Publication Index* (IPI). Pencarian tersebut menggunakan kata kunci “gambaran makna hidup”, “makna hidup”. Makna hidup adalah hal yang di anggap penting, benar, dan diyakini serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup (Bastaman, 2007). Hasil pencarian yang dilakukan terkait makna hidup disetiap basis data yaitu, *Google Scholar* (308.000 artikel), dan *Indonesian PublicationIndex* (88 artikel).

Pada kajian literatur ini penulis mengkaji dan meyeleksi beberapa artikel yang ditemukan pada *data base* elektronik diatas dengan menggunakan kriteria inklusi dan eklusi. Kriteria inklusi dalam kajian literatur ini yaitu, (1) artikel penelitian yang asli, (2) artikel di terbitkan oleh prosding psikologi, (3) penelitian dilakukan dalam rentang waktu (2010-2020), (4) artikel diterbitkan dalam bahasa indonesia maupun bahasa inggris. Kriteria eklusi dalam kajian literatur ini yaitu, (1) mengkaji tentang makna hidup, dan (2) penelitian melibatkan masyarakat Indonesia.

Pada kajian literatur ini, peneliti mengkaji artikel sebanyak 13 artikel. Poin penting dalam mengkaji artikel yang peneliti gunakan yaitu nama penulis, tahun publikasi (2010-2020), tujuan penelitian, subjek penelitian, metode penelitian, dan serta hasil penelitian yang terkait dengan makna hidup. Selain itu, artikel yang digunakan dalam kajian literatur ini merupakan prosiding psikologi yang mengkaji tentang makna hidup dengan metode kualitatif dan kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kajian literatur ini mengkaji artikel yang sesuai dengan kriteria penulisan yaitu nama penulis, tahun publikasi, tujuan penelitian, subjek penelitian, metode penelitian, dan hasil penelitian yang terkait dengan makna hidup. Hasil kajian literatur dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1
GAMBARAN KEBERMAKNAAN HIDUP ORANG DENGAN HIV/AIDS (ODHA) SERTA TINJAUANNYA MENURUT ISLAM
Riri Fitria Burhan, Endang Fourianalistyawati, Zuhron, 2014

TUJUAN	Untuk mengetahui gambaran makna hidup pada ODHA
METODE	Kualitatif dengan pendekatan studi kasus
SUBJEK	Individu dengan HIV/AIDS (ODHA) berusia 20-39 tahun (N=3)
PROSES	Penerimaan terhadap penyakit, penyakit yang diderita merupakan ujian dari Allah SWT, memotivasi diri sendiri untuk merubah hidup yang lebih baik, bekerja untuk memenuhi segala kebutuhan keluarga serta membantu sesama ODHA, subjek merasa bahagia dapat memenuhi kebutuhan keluarga
HASIL	Ketiga subjek memaknai kehidupannya dengan perubahan sebelum dan sesudah didiagnosa ODHA yang dipengaruhi oleh dukungan sosial

Tabel 2
MAKNA HIDUP SANTRI PENGABDIAN PONDOK PESANTREN NURUL AMAL
Lia Atsniyah dan Ratna Supradewi, 2019

TUJUAN	Untuk mengetahui makna hidup pada santri pengabdian
METODE	Kualitatif dengan pendekatan deskriptif.
SUBJEK	Santri pengabdian mahasiswa aktif di perguruan tinggi (N=3)
PROSES	Subjek memahami dirinya, menghayati setiap kehidupannya yang dilalui sebagai santri pengabdian, bersikap baik dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan, mengetahui harapan dan tujuan yang akan dicapai selama pengabdian, dapat membahagiakan orang tua
HASIL	Dalam pencapaian makna hidup semua subjek menggunakan metode yang sama yaitu pemahaman diri, bersikap positif, pengakraban hubungan, dan ibadah

Tabel 3
KEBERMAKNAAN HIDUP MANTAN *PUNKERS*: STUDI KUALITATIF FENOMENOLOGIS

Abi Risa Bayu Argo, Karyono, Ika Febrian Kristiana, 2014

TUJUAN	Mendeskripsikan gambaran makna hidup pada mantan <i>punkers</i>
METODE	Kualitatif dengan metode fenomenologi
SUBJEK	Mantan <i>punkers</i> berjenis kelamin laki-laki dengan rentang waktu keanggotaan 4 tahun (N=2).
PROSES	Tidak ada kenyamanan di dalam komunitas, subjek mulai menyadari tentang kebutuhan hidupnya, tidak ingin di pandang buruk oleh masyarakat yang hanya bisa main-main dalam kehidupan, subjek kembali fokus pada pendidikan, setelah itu subjek bekerja sebagai wirausahawan dan PNS, kemudian subjek memiliki harapan untuk mengembangkan usahanya dan mendirikan sekolah untuk masyarakat kurang mampu
HASIL	Makna hidup yang didapatkan oleh mantan <i>punkers</i> dipengaruhi oleh kehidupan sebelum masuk <i>punk</i> , disaat sudah masuk komunitas <i>punk</i> , dan setelah keluar dari komunitas <i>punk</i> .

Tabel 4
MAKNA HIDUP PADA WANITA DEWASA MADYA YANG BELUM MENIKAH

Dwi Rahmalia, 2018

TUJUAN	Untuk mengetahui makna hidup wanita madya yang belum menikah
METODE	Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi
SUBJEK	Wanita usia madya yang belum menikah (N=3).
PROSES	Menerima dan ikhlas dengan keadaan yang masih belum menikah diusia yang matang, meningkatkan religiusitas, fokus untuk membahagiakan orang tua, tidak memperdulikan stigma negatif yang diberikan masyarakat serta meyakini bahwa rencana Allah SWT lebih indah
HASIL	Ketiga subjek memaknai hidupnya dengan hidup mandiri secara keuangan, membahagiakan orang tua, dan meyakinkan diri kepada Tuhan bahwa rencana-Nya lebih indah

Tabel 5
MAKNA HIDUP DAN ARTI KEBAHAGIAAN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA NIRWANA PURI SAMARINDA

Rama Bakhruddinsyah, 2016

TUJUAN	Untuk mengetahui makna hidup dan arti kebahagiaan pada lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda
METODE	Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi
SUBJEK	Lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda, laki-laki dan perempuan, serta tidak ada gangguan dalam komunikasi (N=8)
PROSES	Menerima keberadaannya tinggal di panti, menjadikan setiap peristiwa yang terjadi di dalam kehidupan sebagai pembelajaran di masa akan datang, merasa nyaman dengan fasilitas yang diberikan panti, membuat hidupnya berguna bagi orang lain di usia yang sudah tua, subjek merasakan bahagia karena berguna bagi orang lain
HASIL	Makna hidup pada 7 dari 8 orang subjek positif yaitu dengan membawa subjek kepada kehidupan yang bahagia selama berada di panti. Sedangkan 1 subjek memiliki makna hidup yang negatif yaitu merasa tidak bahagia menjalani kehidupan hal ini disebabkan karena subjek tidak dapat bekerja lagi, merasa tidak berguna, jauh dari keluarga, serta merasa bosan dengan kehidupan di panti.

Tabel 6
KEBERMAKNAAN HIDUP DAN RELIGIUSITAS PADA MANTAN NARAPIDANA KASUS
PEMBUNUHAN
 Dwi Arista, 2017

TUJUAN	Untuk mengetahui fase makna hidup dan religiusitas dalam mencapai kehidupan yang bahagia pada mantan narapidana
METODE	Kualitatif dengan pendekatan
SUBJEK	Mantan narapidana kasus pembunuhan berusia lanjut (N=3)
PROSES	Subjek menerima keadaan setelah bebas yaitu istri menikah kembali dan subjek mendapatkan perlakuan diskriminatif dari masyarakat, memahami kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, , tidak ingin mengulang kesalahan di masa lalu, berbuat baik kepada semua orang, subjek membuka bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga, dan subjek merasakan kebahagiaan serta ketenangan dalam menjalankan kehidupan
HASIL	Dalam menemukan makna hidup semua subjek harus melalui tahapan makna hidup yaitu tahap penderitaan, tahap penerimaan diri, tahap penemuan makna hidup, tahap realisasi makna hidup, dan tahap kebahagiaan. Dalam proses untuk menemukan makna hidup yang bahagia religiusitas sangat mempengaruhi kehidupan semua subjek

Tabel 7
GAMBARAN PENCARIAN MAKNA HIDUP PADA WANITA DEWASA MUDA YANG
MENGALAMI KEMATIAN SUAMI MENDADAK
 Alfa Restu Mardhika, 2013

TUJUAN	Untuk mengetahui gambaran makna hidup pada wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak
METODE	Kualitatif dengan pendekatan studi kasus instrinsik
SUBJEK	Wanita yang kematian suami secara mendadak berusia dewasa muda, serta usia pernikahan kurang dari 5 tahun (N=3)
PROSES	Membutuhkan waktu yang cukup lama untuk kembali memaknai hidup, menjadi orang yang lebih baik, menjadi dewasa, serta memotivasi diri untuk selalu siap dalam menghadapi ujian kehidupan di masa yang akan datang
HASIL	Terdapatnya perbedaan dalam penghayatan makna hidup bagi ketiga subjek, hal ini disebabkan perbedaan dukungan, pekerjaan dan motivasi dari orang sekitar serta aktifitas yang subjek lakukan

Tabel 8
PENEMUAN MAKNA HIDUP PADA INSAN PASCA *STROKE*
 Adjeng Pudji Rachmawati, 2016

TUJUAN	Untuk mengetahui bagaimana gambaran dalam menemukan makna hidup pada insan pasca <i>stroke</i>
METODE	Kualitatif dengan pendekatan studi kasus
SUBJEK	Insan pasca <i>stroke</i> berusia 45-54 tahun yang mengalami kelumpuhan (N=3)
PROSES	Terserang penyakit <i>stroke</i> , menyadari pola hidup yang selama ini tidak sehat dan tidak peduli terhadap nasehat keluarga, tahap penemuan makna hidup dengan tidak menyalakan kesempatan yang diberikan Allah SWT, penyakit yang diderita memberika

hikmah untuk hidup disiplin, tidak beranggapan sepele dengan penyakit yang diderita, tahap realisasi makna dengan mengubah pola hidup, melakukan terapi, dan mengontrol pola makan, tahap kehidupan bermakna ketiga subjek memberikan penghayatan kepada kehidupannya

HASIL Dua orang subjek dapat mencapai kebermaknaan hidup dengan mengubah kondisi penderitaan baik secara fisik dan mental menjadi penghayatan kehidupan yang bermakna. Sedangkan satu subjek tidak dapat mencapai kebermaknaan hidup, hal ini disebabkan adanya pengaruh negatif dari penyakit *stroke* sehingga menyebabkan subjek tidak dapat mengubah kondisi menjadi lebih bermakna

Tabel 9

MAKNA DIBALIK SENI TRADISIONAL: STUDI FENOMENOLOGIS KEBERMAKNAAN HIDUP SENIMAN SUNDA

Rezza Pahruraji Priatama, Anwar Supenawinata, Ila Nurlaila Hidayat, 2019

TUJUAN	Untuk mengetahui gambaran makna hidup pada seniman
METODE	Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi
SUBJEK	Seniman Sanggar Bandungmooi berjenis kelamin laki-laki (N=2)
PROSES	Mengerjakan segala sesuatu yang memberikan manfaat untuk diri sendiri dan orang lain, merasa nyaman dengan pekerjaan sebagai seni, dapat berbagi ilmu dengan orang lain
HASIL	Terdapat perbedaan dalam memaknai hidup bagi kedua subjek dalam menjalankan profesinya sebagai seni peran. Namun kedua subjek tetap memegang teguh dengan makna hidupnya dalam menjalankan profesinya walaupun terdapat konsekuensinya dengan menyingkapi kondisi hidup lebih positif

Tabel 10

ANALISIS SUMBER-SUMBER KEBERMAKNAAN HIDUP NARAPIDANA YANG MENJALANI HUKUMAN SEUMUR HIDUP

Siska Marlina Lubis, Sri Maslihah, 2012

TUJUAN	Untuk mengetahui sumber makna hidup pada narapidana yang divonis hukuman seumur hidup
METODE	Kualitatif dengan pendekatan studi kasus
SUBJEK	Narapidana yang divonis hukuman seumur hidup dan sudah menjalani dua tahun masa hukuman dilembaga pasyarakatan Klas 1 Suka miskin Bandung (N=1)
PROSES	Menerima dan menjalani hukuman yang merupakan konsekuensi dari perbuatannya, melakukan kegiatan yang sama setiap harinya, mendapatkan cinta dan kasih sayang dari keluarga dan orang terdekat di dalam penjara, bersikap positif
HASIL	Subjek dapat menemukan makna hidupnya melalui nilai kreatif, penghayatan dan bersikap

Tabel 11

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA ANAK PIDANA DI BALI

A.A. Sagung Suari Dewi dan David Hizkia Tobing, 2014

TUJUAN	Untuk mengetahui makna hidup anak pidana di Lembaga Pasyarakatan Anak Klas
---------------	--

METODE	II B Karangasem
SUBJEK	Kualitatif dengan pendekatan fenomenologis
PROSES	Anak pidana di Bali yang berusia 16-20 tahun (N=6)
HASIL	Menerima kondisi yang saat ini dijalani di dalam penjara, tetap bersyukur dengan apa yang telah terjadi pada kehidupannya, mengambil manfaat dengan semua yang sudah terjadi, berserah diri kepada Allah SWT, serta berusaha untuk melakukan apapun yang terbaik untuk hidupnya
HASIL	Dalam pencapaian makna hidup bagi subjek terdapat enam aspek yang mana salah satunya aspek kepastian hidup sangat terlihat pada subjek yaitu dengan tidak memikirkan kepentingan pribadi tetapi mengusahakan kebahagiaan keluarga

Tabel 12
KEBERMAKNAAN HIDUP ODHA DITINJAU DARI KEIKHLASAN DAN DUKUNGAN SOSIAL

Irman Nuryadin Siddik, Karina Oclaudya, Kiki Ramiza, dan Fuad Nashori, 2017

TUJUAN	Untuk mengetahui bagaimana hubungan antara ikhlas dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada orang dengan HIV/AIDS
METODE	Kuantitatif
SUBJEK	ODHA berjenis kelamin 41 laki-laki dan 31 perempuan (N=75)
PROSES	Ikhlas dalam menerima dan menjalani keadaan sebagai ODHA, beribadah dengan meninggalkan segala larangan-Nya agar mendapatkan keridhoan dari Allah SWT
HASIL	Terdapat korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan keikhlasan dan dukungan sosial pada orang dengan HIV/AIDS

Tabel 13
KEBERMAKNAAN HIDUP DAN KECEMASAN TERHADAP KEMATIAN PADA ORANG DENGAN DIABETES MELITUS

Ari Wijayanti dan Siti Fatmah Lailatushifah, 2012

TUJUAN	Untuk menguji bagaimana hubungan antara kebermaknaan hidup dengan kecemasan antara kematian pada orang dengan diabetes
METODE	Kuantitatif
SUBJEK	Individu dengan diabetes melitus yang pasien rawat jalan pada RSUD Wonosari (N=30)
PROSES	Selalu optimis menjalankan kehidupan, memberikan makna setiap peristiwa yang dilalui, mengisi waktu dengan kegiatan yang bermanfaat, bermanfaat bagi orang lain, serta melakukan ibadah
HASIL	Terdapat hubungan negatif antara kebermaknaan hidup dengan kecemasan terhadap kematian pada orang dengan diabetes melitus. Semakin tinggi tingkat kebermaknaan hidup, semakin rendah tingkat kecemasan terhadap kematian. Sedangkan semakin rendah kebermaknaan hidup semakin tinggi tingkat kecemasan kematian. 26 subjek memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi, 4 subjek memiliki makna hidup yang sedang

Pembahasan

Makna hidup dapat ditemukan melalui suatu pekerjaan, sesuatu yang di alami atau yang terjadi, dan bagaimana cara untuk meyingkapi suatu penderitaan yang tidak mungkin dapat dihindari (Frankl, 2018). Berdasarkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa setiap subjek memiliki kesamaan dalam tahap-tahap penemuan makna hidupnya yaitu, melalui tahapan derita, penerimaan diri, penemuan makna hidup, dan realisasi kehidupan bermakna seperti, subjek merasa tidak berdaya dengan keadaan yang terjadi, kemudian selang beberapa waktu subjek mulai bisa menerima keadaan yang terjadi hal ini terjadi karena adanya keikhlasan yang disertai dengan ibadah, lalu subjek mulai menyadari adanya hal yang paling berharga untuk dijadikan tujuan hidup, setelah itu munculnya semangat untuk berubah ke arah yang lebih baik, dan subjek dapat menemukan makna hidup yang penuh bahagia. Bastaman (1996) mengemukakan ada lima tahapan dalam menemukan makna hidup. Pertama tahap derita, dimana individu dalam keadaan hidup yang tidak bermakna seperti, subjek merasakan sakit fisik setelah menggunakan narkoba suntik, subjek terserang penyakit *stroke*, dan subjek mendapatkan tekanan dari hukuman seumur hidup yang diterima akibat perbuatannya. Kedua tahap penerimaan diri,

dimana adanya kesadaran individu untuk merubah keadaan yang disebabkan oleh ibadah, dan pengalaman yang dilalui seperti, subjek memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dengan keinginan untuk terus belajar, dan subjek menerima penyakit *stroke* yang diderita merupakan rencana dari Allah SWT. Ketiga tahap penemuan makna hidup, dimana adanya kesadaran individu terhadap nilai dan hal yang berharga yang dapat dijadikan sebagai tujuan hidupnya melalui nilai kreatif, penghayatan, dan bersikap seperti, subjek tidak ingin mengulang kesalahannya dimasa lalu yaitu tindak pembunuhan, jika ada masalah subjek ingin menyelesaikan masalah dengan cara yang baik. Keempat tahap realisasi makna, dimana adanya semangat individu untuk melakukan kegiatan atau pekerjaan sehingga individu dapat membuat komitmen dalam hal yang dilakukannya, seperti subjek membuka lahan perkebunan, dan mengubah pola hidup menjadi yang baik. Kelima tahap kehidupan bermakna, dimana adanya perubahan keadaan hidup yang lebih baik dengan mengembangkan penghayatan hidup yang bermakna yaitu kebahagiaan seperti, subjek merasakan kebahagiaan dan ketenangan dalam menjalani hidup.

Hasil kajian jurnal pada tabel di atas menunjukkan adanya persamaan dalam tahap-

tahap pencarian makna hidup, selain itu adanya perbedaan proses yang dilalui setiap individu dalam menemukan makna hidup. Perbedaan dari prosesnya yaitu, dimana keadaan yang dialami setiap subjek berbeda seperti berada di penjara, di panti, di asrama, dan dalam keadaan sakit. Frankl (2018) mengatakan bahwa makna hidup dapat berbeda antara satu manusia dengan manusia yang lain, perbedaan itu terjadi setiap hari, bahkan hitungan jam, hal ini terjadi karena adanya perbedaan pada tantangan dan permasalahan yang muncul setiap waktu.

Makna hidup dapat ditemukan melalui proses kehidupan, tetapi makna hidup tidak bisa berjalan sendiri tanpa ada yang membantu, salah satunya faktor. Setiap manusia memiliki makna hidup yang berbeda, hal ini terjadi karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhi makna hidup. Menurut Bastaman (2007) faktor yang mempengaruhi makna hidup seseorang yaitu, pemahaman diri, pemahaman sikap, dukungan sosial, dan ibadah. Perbedaan dalam proses pencarian makna hidup pada subjek penelitian, hal ini dipengaruhi oleh faktor seperti, pertama dukungan sosial (Burhan, Fourianalistyawati & Zuhroni, 2014; Bahkruddinsyah, 2016; Mardhika, 2013; Rachmawati, 2016; Priatama, Supenawinata, & Hidayat, 2019; Dewi & Tobing, 2014; dan Siddik, Oclaudya,

Ramiza & Nashori, 2017), kedua ibadah (Atsniyah & Supradewi, 2019; Rahmalia, 2016; Arista, 2017; Rachmawati, 2016; Siddik et al., 2017; Wijayanti & Lailatushifah, 2012), ketiga pengakraban hubungan (Atsniyah & Supradewi, 2019; Rahmalia, 2016; dan Wijayanti & Lailatushifah, 2012), keempat bertindak positif (Rachmawati, 2016; Wijayanti & Lailatushifah, 2012), kelima pengalaman (Argo, Karyono & Kristiana, 2014), keenam pekerjaan (Mardhika, 2013; dan Rachmawati, 2016), ketujuh motivasi (Mardhika, 2013).

Berdasarkan paparan diatas faktor-faktor yang mempengaruhi makna hidup dapat diuraikan sebagai berikut, pertama dukungan sosial dapat mempengaruhi makna hidup karena hadirnya orang-orang terdekat yang dapat dipercayai dan selalu ada disaat yang dibutuhkan. Kedua, ibadah dimana dapat memberikan ketenangan, ketabahan dan membimbing setiap dalam melakukan tindakan. Ketiga, pengakraban hubungan dimana adanya hubungan yang baik dengan orang-orang terdekat yang dapat memberikan cinta, kasih sayang, dan saling membantu sama lain. Keempat, bertindak positif dimana dapat individu menerapkan perilaku yang baik dan bermanfaat bagi semua orang seperti menolong tanpa pamrih (Bastaman, 2007). Kelima, pengalaman dimana dapat membuat

individu menjadi pribadi yang matang, yang kuat, dan dapat belajar dari masa lalu untuk menjadi yang lebih baik. Keenam, pekerjaan dimana individu dapat menemukan makna hidupnya dari aktivitas pekerjaan yang dilakukannya dengan menjadikan dirinya sebagai yang penting dan memiliki tujuan. Ketujuh, motivasi digunakan individu untuk mewujudkan keinginannya menjadi orang yang berguna untuk orang lain (Frankl, 2003).

Penderitaan tidak selalu diperlukan dalam pencarian makna hidup pada manusia, tetapi ada situasi yang membuat manusia tidak lagi memiliki kesempatan untuk menikmati pekerjaan dan hidup. Makna hidup merupakan sesuatu yang tanpa syarat, mencakup potensi penderitaan yang tidak dapat dihindari. Keyakinan dan harapan akan masa depan yang lebih baik maka seseorang akan dapat menemukan makna hidupnya. Ketika makna hidup berhasil ditemukan maka akan menciptakan kehidupan yang penuh arti dan kebahagiaan yang didapatkan bagi yang menemukan makna hidup itu sendiri, sehingga makna hidup dapat dijadikan sebagai tujuan dari kehidupan (Bastaman, 2007).

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa proses dalam pencarian atau menemukan makna hidup pada setiap

manusia berbeda, hal ini terjadi karena adanya perbedaan keadaan disetiap kehidupan manusia. Selain itu dalam proses pencarian makna hidup dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain, dukungan sosial, ibadah, pengakraban hubungan, pengalaman, pekerjaan, motivasi, dan bersikap positif. Faktor yang sangat mempengaruhi dalam penemuan makna hidup yaitu, dukungan sosial. Tidak hanya perbedaan, persamaan tahap-tahap dalam menemukan makna hidup manusia yaitu, tahap derita, tahap penerimaan diri, tahap penemuan makna, tahap realisasi makna, dan tahap kehidupan bermakna. Apabila makna hidup tersebut dapat dipenuhi maka akan menimbulkan kebahagiaan, akan tetapi jika tidak terpenuhi akan merasakan hidup tanpa makna atau ketidak bahagiaan dalam menjalankan kehidupan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Secara garis besar kajian literatur ini menemukan bahwa, riset-riset di Indonesia mendefinisikan makna hidup dengan sudut pandang yaitu, setiap orang memiliki makna hidup, makna hidup dapat ditemukan dimana saja dan dalam keadaan apapun baik penderitaan atau bahagia, arti makna hidup yang sebenarnya berbeda setiap manusia, dan

faktor yang mempengaruhi makna hidup berbeda setiap manusia.

Saran

Berdasarkan hasil temuan dari kajian literatur ini, peneliti menyarankan:

1. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat tema yang sama dengan penelitian yang peneliti lakukan, maka disarankan untuk melakukan penelitian yang mendalam yaitu

dengan subjek dan daerah yang berbeda karena makna hidup setiap manusia berbeda.

2. Diharapkan agar penelitian dengan kajian literatur ini dapat dikembangkan khususnya di jurusan psikologi. Karena kajian literatur ini akan menambah wawasan bagi mahasiswa terkait konstruk psikologi yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Argo, A. R., Karyono, & Kristiana, I. F. (2014). Kebermaknaan hidup mantan punkers: studi kualitatif fenomenologis. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol 13(1), 93-101.
- Arista, D. (2017). Kebermaknaan hidup dan religiusitas pada mantan narapidana kasus pembunuhan. *Jurnal Psikoborneo*, Vol 5 No 3, 602-619.
- Atsniyah, L., & Supradewi, R. (2019). Makna hidup santri pengabdian pondok pesantren nurul amal. *Konferensi ilmiah mahasiswa unisula (KIMU) 2*, 361-366.
- Bahkrudinsyah, R. (2016). Makna hidup dan arti kebahagiaan pada lansia di panti werdha nirwana puri Samarinda. *Ejournal Psikologi*, Vol 4 Nomor 4, 431-445.
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi: psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bastaman, H. (1996). *Meraih hidup bermakna*. Jakarta: Paramadina.
- Burhan, R. F., Fourianalistyawati, E., & Zuhroni. (2014). Gambaran kebermaknaan hidup orang dengan HIV/AIDS (ODHA) serta tinjauannya menurut islam. *Jurnal Psikogenesis*, Vol 2(2), 110-122.
- Cahyaningtyas, A., Tenrisana, A. A., Triana, D., Prastiwi, D. A., Nurcahyo, E. Hi., Jamilah., ... Aminiah, N. (2017). *Indeks Kebahagiaan*. Diambil kembali dari Badan Pusat Statistik: Diperoleh dari file:///C:/Users/ACER/Downloads/Indeks%20Kebahagiaan%202017.pdf
- Dewi, A. S., & Tobing, D. H. (2014). Kebermaknaan hidup pada anak pidana di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol 1 No 2, 322-334.
- Frankl, V. (2003). *Logoterapi: terapi psikologi melalui pemaknaan*

- eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Frankl, V. (2018). *Man's search for meaning*. (rev. ed.). Jakarta Selatan: Noura Books.
- Fridayanti. (2013). Pemaknaan hidup (meaning in life) dalam kajian psikologi. *Psikologika*, Vol 18 (2), 189-198.
- Lubis, S. M., & Maslihah, S. (2012). Analisis sumber - sumber kebermaknaan hidup narapidana yang menjalani hukuman seumur hidup. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol 11 (1), 28-39.
- Mardhika, A. R. (2013). Gambaran pencarian makna hidup pada wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami mendadak. *Jurnal Psikogenesis*, Vol 1, 107-115.
- Marzali, A. (2016). Menulis kajian literatur. *Jurnal Etnosia*, Vol 01 (02), 27-36.
- Priatama, R. P., Supenawinata, A., & Hidayat, I. N. (2019). Makna hidup dibalik seni tradisonal: studi fenomenologis kebermaknaan hidup. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, Vol 2 Nomor 1, 43-64.
- Rachmawati, A. P. (2016). Penemuan makna hidup pada insan pasca stroke. *Jurnal Psikologi Ulayat*, Vol 3 (2), 181-194.
- Rahmalia, D. (2018). Makna hidup pada wanita dewasa madya yang belum menikah. *Kognisi Jurnal*, Vol 3(1).
- Siddik, I. N., Oclaudya, K., Ramiza, K., & Nashori, F. (2017). Kebermaknaan hidup ODHA ditinjau dari keikhlasan dan dukungan sosial. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, Vol 2 (2), 199-211.
- Wijayanti, A., & Lailatushifah, S. N. (2012). Kebermaknaan hidup dan kecemasan terhadap kematian pada orang dengan diabetes melitus. *Insight*, Vol 10 (1), 49-63.