

**GAMBARAN KEBAHAGIAAN LANSIA DALAM MENJALANI
KEHIDUPAN DIPANTI WERDHA HARAPAN IBU SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memenuhi Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

CATELIA RIFQI LESTARI

NIM 2104046090

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2025

DEKLARASI KEASLIAN



DEKLARASI KEASLIAN
KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan Prof. Hamka Km. 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Hal : Nilai Bimbingan

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UTN Walisongo
Di Semarang

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami beritahukan, setelah kami membimbing skripsi mahasiswa/mahasiswi:

Nama	: Catelia Rifqi Lestari
NIM	: 2104046090
Jurusan	: Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas	: Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi	: GAMBARAN KEBAHAGIAAN LANSIA DALAM MENJALANI KEHIDUPAN DIPANTI WERDHA HARAPAN IBU SEMARANG

Oleh peneliti dan tidak berisi materi yang penuh ditulis oleh orang lain atau telah diterbitkan oleh orang lain. Demikian juga, skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran yang berasal dari orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan sebagai bahan rujukan peneliti.

Semarang, 7 Juli 2025
Deklator


Catelia Rifqi Lestari
NIM : 2104046090

HALAMAN PENGESAHAN



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Prof. Hamka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Skripsi Saudara Catelia Rifqi Lestari
NIM 2104046090 telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan
Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal 26 Mei 2025.

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam
Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Ketua Sidang

Sekretaris Sidang



Dr. H. Sulaiman
NIP. 197306272003121003

Ernawati, S.Si., M.Stat.
NIP. 199310062019032025

Penguji I

Penguji II

Fitriyati, S.Psi., M.Si.
NIP. 196907252005012002

Oti Jembarwati, S.Psi., M.A.
NIP. 197505082005012001

Pembimbing I

Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si.
NIP. 197903042006042001

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**GAMBARAN KEBAHAGIAAN LANSIA DALAM MENJALANI KEHIDUPAN
DIPANTI WERDHA HARAPAN IBU SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memenuhi Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

CATELIA RIFQI LESTARI

NIM 2104046090

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2025**

Semarang, 7 Juli 2025

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si.
NIP. 197903042006042001

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lampiran : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo

Di Semarang

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Setelah melalui proses bimbingan dan adanya koreksi serta perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Catelia Rifqi Lestari
NIM : 2104046090
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : **GAMBARAN KEBAHAGIAAN LANSIA DALAM MENJALANI KEHIDUPAN DIPANTI WERDHA HARAPAN IBU SEMARANG**

Dengan ini, kami mohon dengan hormat agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Demikian persetujuan skripsi ini kami sampaikan. Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Semarang, 7 Juli 2025 Pembimbing


Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si.
NIP. 197903042006042001

MOTTO HIDUP

“ Tidak ada mimpi yang terlalu tinggi dan tidak ada mimpi yang patut diremehkan. Lambungkan setinggi yang kau inginkan dan gapailah dengan selayaknya yang kau harapkan”

(Maudy Ayunda)

“ Kejarlah mimpimu setinggi bintang dilangit, tapi rendahkanlah hatimu serendah Mutiara di dasar laut”

(Catelia Rifqi Lestari)

TRANSLITERASI

Transliterasi dalam Bahasa Arab adalah peralihan huruf abjad satu ke yang lainnya dan menerjemahkan huruf arab ke dalam huruf latin sampai perangkatnya. Dalam penulisan ini selalu berpedoman dengan menggunakan “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang diputuska oleh Menteri Agama dan Menteri Kebudayaan RI tahun 1987.

Berikut penjelasan transliterasi Arab-Latin:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	ṡ	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kho	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ro	R	Er
ز	Zay, zayy atau za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Shod	ṣ	Es (dengan titik di bawah)

ض	Dhod	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Tho	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Zho	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	Ain	’	Koma terbalik (di atas)
غ	Ghoin	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qof	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
ها	Ha’	H	Ha
ء	Hamzah	“	Apostrof
ي	ya	Y	Ye

2. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

متعددة	ditulis	<i>Muta’addidah</i>
عدة	ditulis	<i>‘iddah</i>

3. *Tā’marbūtah*

Semua *tā’marbūtah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata aslinya.

حكمة	ditulis	ḥikmah
عَلَّة	ditulis	‘illah
كرامة الأولياء	ditulis	karāmah al-auliya’

4. Vokal Pendek dan Penerapannya

اَ	Fatḥah	ditulis	A
إِ	Kasrah	ditulis	i
أُ	Ḍammah	ditulis	u

فَعَلَ	Fatḥah	ditulis	<i>fa‘ala</i>
ذَكَرَ	Kasrah	ditulis	<i>ẓukira</i>
يَذْهَبُ	Ḍammah	ditulis	<i>yazhabu</i>

5. Vokal Panjang

1. fathah + alif	ditulis	<i>ā</i>
جَاهِلِيَّة	ditulis	<i>jāhiliyyah</i>
2. fathah + ya’ mati	ditulis	<i>ā</i>
تَنْسَى	ditulis	<i>tansā</i>
3. Kasrah + ya’ mati	ditulis	<i>ī</i>
كَرِيم	ditulis	<i>karīm</i>

4. Dammah + wawu mati	ditulis	<i>ū</i>
فروض	ditulis	<i>furūd</i>

6. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ai</i>
بينكم	ditulis	<i>bainakum</i>
2. fathah + wawu mati	ditulis	<i>au</i>
قول	ditulis	<i>qaul</i>

7. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنتُمْ	ditulis	<i>A'antum</i>
أُعدت	ditulis	<i>U'iddat</i>
لَننْشْكُرْكُمْ	ditulis	<i>La'in syakartum</i>

8. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf Qomariyyah maka ditulis dengan menggunakan huruf awal “al”.

القرآن	ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf Syamsiyyah ditulis sesuai dengan huruf pertama Syamsiyyah tersebut.

السَّمَاء	ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشَّمْس	ditulis	<i>Asy-Syams</i>

9. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذو الفروض	ditulis	<i>Żawi al-furūd</i>
أهل ال سنة	ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman Tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah yang maha pengasih dan penyayang, bahwa atas taufiq dan hidayah-Nya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi berjudul “Gambaran Kebahagiaan Lansia dalam Menjalani Kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang”, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Dr. H. Mokh. Sya’roni, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
3. Ibu Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si. selaku ketua jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Royanulloh, M.Psi,T. selaku sekretaris jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan mengarahkan dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Ernawati, M.Stat. selaku Wali Dosen yang selalu membimbing penulis selama proses perkuliahan.
7. Pada Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah memberikan berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
8. Kepada ibu Sri Rejeki selaku sekretaris di panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Serta para lansia yang bersedia meluangkan waktu dalam pengambilan data pada skirpsi ini.

9. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Martoyo dan Ibu Hartini yang selalu mendoakan , memberikan dukungan secara moril dan material, sehingga saya dapat bertahan sampai saat ini.
10. Kepada kakak penulis, Wahyu Haryo Utomo yang membantu dalam penyusunan skripsi ini, serta adik penulis , Annisa Tri Destiarini yang banyak menghibur penulis.
11. Kepada diri saya sendiri Catelia Rifqi Lestari, terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap memilih berusaha dan meyakinkan dirimu sendiri sampai titik ini, walau kadang sering merasa putus asa atas apa yang sedang diusahakan belum tercapai. Terima kasih untuk tidak memutuskan menyerah selama penyusunan skripsi ini, selanjutnya semoga selalu berbahagia di berbagai proses yang akan dijalankan dan jangan lupa untuk merayakan hal- hal kecil yang selalu berhasil dilalui.
12. Kepada seseorang yang tak kalah penting yang tidak bisa saya sebutkan namanya. Terima kasih atas segala dukungan yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, dan juga sudah menjadi tempat berkeluh kesah, dan selalu memberikan semangat disaat- saat penulis ingin menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada sahabat - sahabat saya leira limushidayah, annisa melati, Alvina fitriya dewi, inggrid ervita yang selalu menjadi tempat bercerita dan memberikan semangat dan dukungan kepada saya.
14. Kepada teman – teman saya Irfa Yuhanida, Naufal Rusdi, Agustin Khoirunisa yang telah menemani proses penyusunan skripsi ini, menemani dan selalu mensupport disaat penulis merasa down dan stuggle dalam penyusunan skripsi ini.
15. Kepada Kelas TP- B 2021 atas support selama proses perkuliahan.
16. Kepada keluarga besar Teater Metafisis untuk segala suka duka dan pengalamannya.
17. Dan kepada berbagai pihak yang berperan secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis dimasa perkuliahan dan proses penyusunan Skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skirpsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti yang sebenarnya, namun penulis berharap semoga skirpsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 10 April 2025

Penulis



Catelia Rifqi Lestari

NIM: 2104046090

DAFTAR ISI

DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
NOTA PEMBIMBING	v
MOTTO HIDUP	vi
TRANSLITERASI.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	xii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
ABSTRAK	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Metode penelitian.....	8
1. Jenis penelitian dan pendekatan.....	8
2. Lokasi penelitian.....	8
3. Subjek Penelitian	8
4. Sumber Data.....	9
5. Teknik Pengumpulan Data.....	9
6. Teknik Analisis Data.....	11
7. Teknik Keabsahan Data	12
8. Sistematika Penulisan	13
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Kebahagiaan.....	15
1. Pengertian Kebahagiaan.....	15
2. Aspek – aspek Kebahagiaan	17
3. Karakteristik Orang yang Bahagia	19
4. Faktor- faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan.....	20

B. Lansia.....	21
1. Pengertian Lansia.....	21
2. Tugas Perkembangan Lansia	22
3. Ciri- ciri Lansia	23
4. Klasifikasi Lansia.....	23
5. Karakteristik Lansia	23
6. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	24
BAB III PENYAJIAN DATA PENELITIAN	27
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian Panti Werdha Harapan Ibu	27
1. Sejarah Panti Werdha Harapan Ibu	27
2. Letak Geografis.....	28
3. Visi dan Misi Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang.....	29
4. Tugas dan Fungsi Pokok Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang.....	29
B. Profil dan Latar Belakang Subjek Penelitian	30
1. Gambaran Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalani Kehidupan di Panti	32
BAB IV ANALISIS DATA.....	40
A. Gambaran Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalankan Kehidupan Di Panti Werdha Harapan Ibu.....	40
BAB V	49
PENUTUP.....	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN- LAMPIRAN	54
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	72

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Aspek Kebahagiaan	44
Tabel 4. 2 Hambatan Kebahagiaan	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Pedoman Wawancara	54
Lampiran 1. 2 Hasil Wawancara.....	55
Lampiran 1. 3 Surat Penelitian.....	69
Lampiran 1. 4 Dokumentasi.....	71

ABSTRAK

Catelia Rifqi Lestari (2104046090), Gambaran Kebahagiaan Lansia dalam Menjalani Kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

Lansia yang tinggal di panti seringkali mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologis, serta keterbatasan hubungan sosial yang berdampak pada kesejahteraan emosional mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang lansia yang tinggal di panti berdasarkan kriteria tertentu, seperti usia di atas 65 tahun, mampu berkomunikasi, serta sehat secara fisik dan psikis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan lansia sangat dipengaruhi oleh faktor relasi sosial, penerimaan diri, aktivitas bermakna, dan dukungan lingkungan panti. Meskipun sebagian lansia mengalami kesedihan karena jauh dari keluarga, mereka tetap berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan panti melalui keterlibatan dalam kegiatan sehari-hari dan menjalin hubungan sosial yang harmonis. Kegiatan seperti olahraga, kajian keagamaan, dan kehadiran mahasiswa dinilai mampu menumbuhkan perasaan bahagia. Selain itu, sikap ikhlas dalam menerima kenyataan hidup menjadi kunci utama dalam membentuk ketenangan batin pada lansia. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kebahagiaan lansia di panti tidak hanya bergantung pada kondisi fisik, tetapi juga pada dukungan sosial dan spiritua

Kata kunci : Kebahagiaan, Lansia, Panti Sosial

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang berakhlak mulia, menjunjung tinggi nilai-nilai agama dan budaya, menghargai peran dan kedudukan lansia dalam keluarga dan masyarakat. Seiring berjalannya waktu, kehidupan seseorang akan mengalami pertambahan usia dan perubahan sesuai dengan hukum kodrat manusia yang secara umum dikenal dengan istilah “menua”.¹ Pada hakikatnya, setiap individu akan mengalami fase dewasa akhir dengan rentang usia 60 tahun ke atas. Usia lanjut merupakan suatu fase proses kehidupan yang ditandai dengan semakin melemahnya kemampuan tubuh dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Lansia adalah seseorang yang berusia di atas 60 tahun yang sudah tidak mampu lagi memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari.

Lanjut usia (lansia) menurut Hurlock merupakan periode terakhir dalam rentang kehidupan seseorang.² Menua merupakan proses alamiah yang pasti dialami oleh setiap manusia. Tahap lanjut usia merupakan siklus akhir dari kehidupan manusia. Pada tahap ini lansia akan mengalami perubahan kondisi fisik dan psikis, terutama penurunan kesehatan pada berbagai fungsi dan kemampuan yang sebelumnya dimiliki. Pada masa lanjut usia terdapat pula masa senang, gembira, dan bertanya-tanya, namun juga terdapat masa pikun, depresi, dan putus asa. Ada beberapa dampak dari menurunnya fungsi kognitif yaitu dementia, alzheimer, dan parkinson yang akan berdampak pada menurunnya interaksi sosial, sehingga lansia merasa terasing dari lingkungan sosial dan merasa tidak berguna.³ Akibat dari penurunan tersebut, maka dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. Namun tidak semua lansia dapat merasa dikelilingi oleh keluarga, sebab menurunnya fungsi fisik dan psikis yang dialami lansia menyebabkan anggota

¹ E B Hurlock, ‘Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Masa Rentang Kehidupan’, *Terjemahan: Istiwidayanti Dan Soewarjono*). Jakarta: Erlangga, 2008.

² E.B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, 5th edn (Erlangga, 2015).

³ G. Feist, J and Feist, *Theories of Personality*, ketuju (salemba Humanika, 2010).

keluarga enggan untuk tinggal bersama lansia, sehingga tidak sedikit lansia yang terlantar dan harus tinggal di panti sosial. Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan persentase penduduk lanjut usia di Indonesia sebesar 10,48% pada tahun 2022. Jumlah lanjut usia yang terlantar di negeri ini cukup tinggi. Di mana sebanyak 2,1 juta lanjut usia terlantar. Bahkan sebanyak 1,8 juta lanjut usia juga berpotensi terlantar. Kondisi ini harus mendapat perhatian serius agar jumlah lanjut usia terlantar dapat ditekan.⁴ Selain itu ditahap lanjut usia memerlukan perhatian khusus dari orang-orang terdekat. Keluarga menjadi orang paling dekat dengan lanjut usia baik pasangan maupun anak – anaknya. Namun, tak jarang ada beberapa kasus bahwa keluarga dari lanjut usia terkadang tidak dapat memberikan perhatian yang maksimal kepada lanjut usia dikarenakan berbagai alasan. Namun yang ditemukan pada pra penelitian yang dilakukan di panti werdha harapan ibu adalah lansia sudah tidak memiliki keluarga, anak ataupun pasangan dikarenakan meninggal. Ada juga yang memiliki alasan kabur dari rumah karena merasa tidak nyaman dengan suasana rumah. Beberapa alasan yang sudah dipaparkan diatas, kadang membuat mereka harus berusaha keras untuk menyesuaikan diri dengan segala situasi yang ada pada panti.

Padahal, mereka kerap kali mengalami stres, karena terlalu banyak memikirkan kebebasan yang akan hilang, bagaimana kualitas pelayanan dan fasilitas yang ada di panti jompo.⁵ Keluarga seharusnya menjadi lingkungan terdekat bagi individu lanjut usia dan menjadi faktor penting dalam meraih kebahagiaan.⁶ Pernyataan tersebut sejalan dengan Arahan Direktur Sosial Lanjut Usia Kementerian Sosial, Tuti Haryati yang menyampaikan bahwa panti jompo merupakan pilihan terakhir, tinggal bersama keluarga merupakan pilihan yang paling tepat karena lanjut usia atau lansia ingin dimengerti dan dihargai. Perubahan tersebut menuntut lansia untuk

⁴ Sarnita Sadya, 'Persentase Penduduk Lansia Di Indonesia Menurun Pada 2022', 2022 <<https://dataindonesia.id/varia/detail/persentase-penduduk-lansia-di-indonesia-menurun-pada-2022>>.

⁵ Jhon W Santrock, *Life_Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, 5th edn (Erlangga, 2002).

⁶ Natal Pasrah Lase and Devy Leonardo Richard Souisa, 'Peran Keluarga Bagi Orang Usia Lanjut', *Sunderman: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 14.2 (2021), pp. 87–96.

mampu beradaptasi dengan situasi sosial secara total dan sukarela, mampu menerima kondisi dan perubahan kehidupan agar terhindar dari permasalahan emosional hingga permasalahan psikologis yang serius.

Menurut Suardiman dalam bukunya yang berjudul “Psikologi Lansia” lansia memiliki tiga kebutuhan hidup yaitu kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa memiliki, dan kebutuhan aktualisasi diri.⁷ Dalam Islam, kebahagiaan sejati mencakup kehidupan dunia dan akhirat. Seorang Muslim tidak akan mencapai kebahagiaan hakiki jika hanya mengejar kesenangan duniawi sambil melupakan kehidupan akhirat yang kekal. Konsep ini sangat baik karena memberi motivasi kepada manusia untuk selalu berbuat baik dan tetap optimis, tidak hanya untuk hari ini tapi juga untuk masa depan yang abadi. Dengan memadukan kebahagiaan dunia dan akhirat, Islam mengajarkan keseimbangan. Kita boleh menikmati hidup di dunia, tapi tidak boleh lupa beramal untuk bekal di akhirat. Pemikiran seperti ini membangun harapan dan semangat, karena kebahagiaan sejati tidak berakhir di dunia, tetapi terus berlanjut hingga kehidupan setelah kematian⁸

Dalam pandangan Islam juga kebutuhan hidup lansia juga diatur dalam surat Al-Isra ayat 23 yang berisi tentang kewajiban anak untuk memberikan perhatian dan menjaga kehormatan orang tua sangatlah penting, agar fisik dan psikisnya tetap terjaga dengan baik. Seseorang yang memasuki usia lanjut bukan berarti terbebas dari tugas-tugas perkembangan melainkan melakukan penyesuaian terhadap berkurangnya kekuatan dan kesehatan, menata kembali kehidupan, memasuki masa pensiun dan menyesuaikan diri dengan peran sosial.⁹ Lansia akan merasa berhasil dan merasa Bahagia adalah lansia yang mampu menyelesaikan tugas perkembangan dengan baik dan sebaliknya apabila lansia yang gagal melakukan tugas

⁷ Siti Partini Suardiman, *‘Psikologi Lanjut Usia’*, Yogyakarta: Gadjah Mada University, 2011.

⁸ Mudhofir Abdullah, *Mukjizat Tafakur (Cara Sukses Merengkuh Kebahagiaan Dan Puncak Spiritualita)*.

⁹ John W Santrock, *‘Life-Span Development (Edisi 13 Jilid 1)’*, Jakarta: Erlangga, 2012, pp. 1–2.

perkembangan akan merasa tidak Bahagia dalam hidupnya, putus asa dan akan kesulitan menjalani tugas- tugas berikutnya.¹⁰

Kebahagiaan sering kali digunakan secara bergantian dengan istilah kesejahteraan untuk menggambarkan aspirasi subjektif akan kepuasan dan kebahagiaan.¹¹ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kebahagiaan adalah keadaan batin atau perasaan senang, tenteram jiwa dan raga, yang artinya adalah memperbaiki penglihatan seseorang. Menurut Hurclock, ada beberapa kondisi penting yang dapat menunjang kebahagiaan pada lansia, yaitu: terpenuhinya kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan lain-lain yang dianggap penting bagi kehidupannya (seperti beribadah, mewujudkan hubungan sosial yang harmonis, diperhatikan oleh lingkungan, sehat jasmani, dan lain-lain).¹² Kebahagiaan memiliki makna yang berbeda bagi setiap individu. Ada beberapa faktor yang memengaruhi kebahagiaan, di antaranya hubungan yang dekat dan saling mendukung, jaringan sosial, kebiasaan berpikir positif, serta melakukan dan terlibat dalam berbagai aktivitas.¹³ Menurut Ibnu Qayyim, kebahagiaan ada tiga jenis, yakni kebahagiaan yang datangnya dari luar diri manusia, yang terkait dengan harta dan jabatan, kemudian kebahagiaan jasmaniah adalah kebahagiaan yang terkait dengan kondisi tubuh individu, dan kebahagiaan hakiki adalah kebahagiaan yang muncul dari dalam jiwa, ruh, dan hati yang sifatnya tidak berubah dalam situasi apa pun.

Cahyawati mengatakan lansia yang tinggal di panti jompo memiliki sisi positif dan negatif. Sisi positifnya adalah lansia dapat bersosialisasi dengan teman sebayanya yang dapat memberikan kesenangan, hal ini juga dapat menutupi rasa kesepian yang biasa dialami oleh lansia. Namun, sisi negatifnya adalah lansia dapat merasa tersisih atau merasa diabaikan oleh keluarga yang telah menitipkannya di panti jompo.

¹⁰ Renata Evangelista Tavares, *'Healthy Aging From The Prespective of The Elderly'*, Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2017.

¹¹ Tavares, *'Healthy Aging From The Prespective of The Elderly'*.

¹² E.B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (2007).

¹³ David G Myers, *'Psikologi Sosial'*, Jakarta: Salemba Humanika, 2012, pp. 189–229.

Berdasarkan hasil wawancara pra riset yang dilakukan di panti, informasi yang didapat dari pengurus di panti Werdha Harapan Ibu Semarang dapat diketahui bahwa para lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu Semarang Sebagian besar datang atas kehendak keluarganya dengan alasan tidak ada yang mengurus karena kesibukan. Adapun beberapa lansia lainnya yang tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang dikarenakan keadaan, dengan alasan tidak memiliki keluarga ataupun sudah hidup dijalan.

Dari berbagai latar belakang dan permasalahan yang dialami lansia yang tinggal di Panti Harapan Ibu Semarang, hingga akhirnya membuat lansia menerima keadaannya dengan ikhlas dan bahagia menjadi suatu hal yang menarik untuk diteliti. Lansia dengan segala pengalaman hidup yang telah mereka lalui tentu memiliki pandangan serta sikap yang berbeda-beda tentang hidupnya yang akan dibahas dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti memandang penting untuk mengetahui keikhlasan dan kebahagiaan pada lansia di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang yang meliputi bagaimana gambaran keikhlasan dan Kebahagiaan lansia yang tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran keikhlasan dan kebahagiaan lansia dalam menjalankan kehidupan di panti?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian yang telah dijelaskan diatas, Adapun tujuan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Menggambarkan keikhlasan dan kebahagiaan lansia dalam menjalankan kehidupan dipanti

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambahkan kajian khazanah pada jurusan tasawuf dan psikoterapi, serta memperkaya hasil penelitian yang telah ada, dan dapat memberikan pemaparan mengenai

gambaran kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan dipanti lansia werdha harapan ibu.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi seluruh masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menambahkan pemahaman kepada masyarakat mengenai kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan dan narasumber bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait Kebahagiaan.

E. Tinjauan Pustaka

Dalam penulisan skripsi ini peneliti menggali informasi dari penelitian-penelitian sebelumnya sebagai bahan perbandingan, baik mengenai kekurangan atau kelebihan yang sudah ada. Sudah banyak yang meneliti menggunakan tema kebahagiaan pada lansia, namun sejauh ini, peneliti belum menemukan penelitian yang bersangkutan langsung dengan gambaran kebahagiaan lasia dalam menjalani kehidupan di panti Werdha Harapan Ibu. Dalam hal ini peneliti mencantumkan beberapa penelitian yang relevan dengan judul skripsi yang sedang peneliti bahas.

Pertama, Cica Yuliana (2019) Penelitian dengan judul “Tingkat Kebahagiaan Lansia”. D3 TA, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia. Penelitian ini menganalisis tingkat kebahagiaan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bandung dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan jumlah responden lansia sebanyak 20 orang. Alat ukur yang digunakan adalah Gratitude Scale versi Indonesia dari Oxford Happiness Inventory dengan teknik purposive sampling. Hasil analisis menyatakan bahwa tingkat kebahagiaan cukup tinggi karena secara tidak langsung ada tempat tinggal bagi mereka.

Kedua, Firli Ariska dan Wiwien Dinar Pratisti, 2022 Penelitian ini berjudul “Kebahagiaan Lansia yang Tinggal di Panti Jompo”. Jurnal Vol. 5 No. 2 Juli-Desember 2022, halaman 1023-1038, Penelitian ini bertujuan untuk

mendesripsikan seberapa bahagianya lansia yang tinggal di panti jompo. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua subjek merasa bahagia tinggal di panti jompo dan semua subjek mengartikan kebahagiaan sebagai perasaan gembira dan puas. Hal ini dikarenakan subjek bebas melakukan aktivitas yang disukainya, baik yang berhubungan dengan kegiatan keagamaan maupun aktivitas lain yang bersifat pribadi, semua kebutuhan termasuk kesehatan subjek terjamin, subjek memiliki banyak teman dan subjek memiliki harapan positif terhadap masa depannya.

Ketiga, Octaviana Timorisa Aruan, Putu Ayu Sani Utami, Meril Valentine Manangkot dan Putu Ayu Asri Dayamanti, 2024 Penelitian ini berjudul “ Gambaran Tingkat Kebahagiaan Lansia yang Tinggal pada Panti Sosial Tresna Werdha Di Provinsi Bali”. Jurnal Vol.12 No.5 Oktober 2024, halaman 534- 544, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kebahagiaan lansia yang tinggal di PSTW Provinsi Bali. Metode penelitian menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian ini adalah lansia yang tinggal di PSTW Wana Seraya dan PSTW Jara Mara Pati dengan menggunakan teknik pengambilan sampel purposive sampling sejumlah 40 lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Oxford Happiness Questionnaire. Sebagian besar lansia merupakan lansia madya dengan rentang usia 70-79 tahun sebanyak 42,5%. Lansia paling banyak berjenis kelamin perempuan (62,5%). Sebagian besar lansia tidak bersekolah (45%), tidak memiliki penghasilan (65%), masih memiliki keluarga (52,5%), mayoritas beragama Hindu (75%), sehat (62,5%), serta merupakan janda/duda (67,5%). Hasil penelitian menunjukkan mayoritas lansia tidak bahagia (52,5%) dan paling banyak berada di PSTW Jara Mara Pati (40%). Peran perawat yang dapat dilakukan terhadap penemuan penelitian ini adalah pemberian advokasi hasil untuk dapat meningkatkan tingkat kebahagiaan lansia secara keseluruhan di PSTW. Rekomendasi peneliti untuk peneliti selanjutnya adalah mencari tahu tingkat kebahagiaan lansia berdasarkan spesifikasi penyakit yang diderita lansia.

F. Metode penelitian

1. Jenis penelitian dan pendekatan

Pada penelitian ini, menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk mengeksplorasi atau memotret situasi sosial secara menyeluruh dan mendalam. Pendekatan ini berfokus pada fenomena sosial, dengan menggumpulkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari subjek penelitian dan perilaku yang sedang diamati.¹⁴ Dengan pendekatan deskriptif kualitatif, analisis data yang diperoleh (berupa kata-kata, gambar atau perilaku), dan tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka statistik, melainkan dengan memberikan paparan atau penggambaran mengenai situasi atau kondisi yang diteliti dalam bentuk uraian naratif. Pemaparannya harus dilakukan secara objektif agar subjektivitas peneliti dalam membuat interpretasi dapat dihindarkan.

2. Lokasi penelitian

Lokasi yang digunakan untuk mendapatkan data dari penelitian ini berada pada Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

3. Subjek Penelitian

Menurut Creswell, jumlah subjek penelitian berkisar antara 3 sampai 10 orang, atau sampai tidak ada lagi data baru. Subjek penelitian adalah individu penting yang memberikan informasi tentang fenomena dan situasi sosial yang diamati. Istilah subjek penelitian merujuk pada individu yang memiliki data kunci dalam penelitian.¹⁵

Penelitian ini menggunakan 3 subjek penelitian dengan pemilihan subjek berdasarkan rekomendasi dari pihak panti berdasarkan kriteria tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

Adapun kriteria Subjek penelitian dalam penelitian ini meliputi :

1. lansia yang tinggal di panti werdha harapan ibu semarang.

¹⁴ Lexy J Moleong, 'Metodologi Penelitian Kualitatif (Revisi)', *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*, 2017, pp. 102–7.

¹⁵ creswell jhon, *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*, ed. by saifuddin zuhri qudsy (pustaka pelajar, 2015).

2. Usia minimal 65 Tahun.
3. Beragama muslim.
4. Dapat berkomunikasi dengan baik.
5. Sehat secara fisik dan sehat jasmani.
6. Bersedia memberikan informasi secara terbuka sesuai kebutuhan penelitian.

4. Sumber Data

Data merupakan sekumpulan fakta yang diperlukan dalam kegiatan penelitian. Sumber data merupakan data yang sudah dianalisa dari informasi-informasi yang sudah di kumpulkan. Adapun sumber data yang biasa diperoleh, di klasifikasikan menjadi dua yaitu:

a. Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang langsung didapat dari orang yang memiliki sumber data yang dibutuhkan.¹⁶ Sumber data primer pada penelitian ini adalah data yang diambil dari tiga orang lansia yang berada pada panti Werdha Harapan Ibu yang diambil berdasarkan wawancara langsung.

b. Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data yang diperoleh seseorang peneliti secara tidak langsung dari sumber (objek riset, namun lewat sumber lain, yaitu membaca, melihat atau dengan metode yang lainnya.¹⁷ Dalam penelitian ini , data sekunder adalah semua bentuk data yang dapat mendukung data primer. Diantaranya dokumentasi, buku-buku yang relevan, riset sebelum yang dapat menopang dalam penelitian ini.

5. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang efektif dalam penelitian, di mana pewawancara berbicara langsung kepada informan.¹⁸

¹⁶ Sugiyono Sugiyono, 'Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D', *Alfabeta Bandung*, 2010, pp. 170–82.

¹⁷ Adi Kusuma Stuti and Ahmad Mustamir Khoirun, 'Metode Penelitian Kualitatif', *Karya Tulis Ilmiah*, 59 (2019), pp. 1–171.

¹⁸ Sugiyono, 'Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D'.

Metode ini digunakan untuk studi pendahuluan dalam mengidentifikasi masalah yang perlu diteliti, serta untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam dari responden tentang suatu topik. Wawancara memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data kualitatif yang kaya, yang sulit diperoleh melalui metode lain seperti kuesioner atau survei.

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang melibatkan percakapan antara dua pihak. Dalam proses ini, pewawancara mengajukan pertanyaan, sedangkan informan memberikan jawaban. Metode ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam dan relevan mengenai topik yang diteliti. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data yang akurat, jujur, dan dapat dipertanggung jawabkan. Dengan menggunakan wawancara, peneliti berharap dapat menggali informasi yang sesuai dengan fokus penelitian dan memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai isu yang diteliti yaitu gambaran kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di panti werdha Harapan Ibu Semarang.

b. Observasi

Setiap orang dapat melakukan observasi dalam bentuk sederhana, sampai pada tingkatan observasi paling kompleks.¹⁹ Observasi atau pengamatan merupakan aktifitas pencatatan fenomena yang dilakukan secara sistematis. Menurut riyanto observasi penelitian ada berbagai jenis, pada penelitian ini peneliti menggunakan observasi non-partisipan.²⁰ Observasi non partisipan merupakan metode observasi di mana peneliti hanya bertindak mengobservasi tanpa ikut terjun melakukan aktivitas seperti yang dilakukan sumber data atau suatu kelompok yang sedang diteliti, baik kehadirannya diketahui atau tidak.²¹ Pada penelitian ini, penelitian ini menggunakan teknik observasi untuk melihat

¹⁹ John M Johnson, *'Doing Field Research'* (The Free Press, 1975).

²⁰ Rianto Adi, *Metodologi Penelitian Sosial Dan Hukum* (Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2021).

²¹ Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi Kuantitatif Dan Kualitatif: Edisi Kedua* (Prenada Media, 2022).

dan mengamati perilaku subjek dalam mengikuti kegiatan dipanti warga harapan ibu Semarang.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan kejadian masa lalu. Dokumentasi biasanya berupa tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang. Dalam buku Samiaji Sarosa, Esterberg mengatakan bahwa dokumentasi merupakan segala sesuatu yang bersifat material dalam bentuk tertulis yang dibuat oleh manusia. Dokumen yang dimaksud adalah segala catatan yang berupa catatan di atas kertas (hardcopy) maupun secara elektronik (softcopy). Dokumentasi dapat berupa buku, artikel media massa, catatan harian, manifesto, undang-undang, notulen, blog, halaman web, foto, dan lain-lain.²² Pada penelitian ini, dokumentasi berasal dari arsip panti, foto serta video yang berasal dari berbagai sumber. Dokumentasi digunakan untuk mencocokkan antara data- data tertulis yang sudah ada dengan keterangan dari informan.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah upaya untuk mengorganisasikan data, memilah – milah data untuk diolah. Menemukan pola dan menemukan apa yang penting, apa yang perlu dipelajari untuk mengambil suatu kesimpulan menjadi data yang valid.²³ Teknik analisis data juga merupakan kegiatan yang merujuk pada peninjauan atau pengujian sistematis terhadap sesuatu sebagai upaya untuk mengetahui bagian-bagiannya, hubungan antara bagian-bagiannya, dan hubungan bagian-bagian tersebut dengan keseluruhan.

Adapun Langkah -langkah dalam analisis data kualitatif yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu:

a. Reduksi data (data Reduction)

Reduksi data adalah proses merangkum, memilah dan memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal yang penting, lalu mencari tema dan pola nya.

²² Samiaji Sarosa, '*Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar*', Jakarta: Indeks, 2012.

²³ Lexy J Moleong, '*Metodologi Penelitian Kualitatif*', (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), Cet', Ke-13, H, 111 (2017).

Dengan demikian data yang telah di reduksi akan memberikan gambaran yang jelas untuk mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data berikutnya dan mencarinya bila diperlukan.

Data hasil penelitian yang harus direduksi yaitu, data hasil wawancara dengan ke tiga lansia yang tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang, penjelasan dari pekerja yang ada di panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Serta, data hasil observasi lansia dalam mengikuti segala kegiatan yang ada di panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

b. Penyajian data

Penyajian data adalah pendeskripsian sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data kualitatif disajikan dalam bentuk teks naratif. Dan dalam tahapan ini peneliti akan menyajikan data yang sesuai dengan gambaran Ikhlas dan kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan dipanti.

c. Verifikasi dan Penegasan kesimpulan

Verifikasi dan konfirmasi simpulan yaitu menarik simpulan dan melakukan verifikasi. Simpulan yang ditarik dapat menjadi pemicu bagi peneliti untuk lebih memperdalam proses observasi dan wawancara. Verifikasi peneliti secara kualitatif dapat menjaga dan menjamin keabsahan dan keandalan hasil temuan. Pada tahap ini peneliti dapat menarik simpulan sesuai dengan rumusan masalah yang ada yaitu gambaran tentang kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

7. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi merupakan teknik pengecekan keabsahan data dengan memanfaatkan sesuatu selain data untuk pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut. Terdapat tiga model triangulasi, antara lain: triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi teori. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi sumber dan Triangulasi Teknik. Triangulasi sumber dilakukan

dengan cara memeriksa data yang telah diperoleh dari beberapa sumber.²⁴ Dalam teknik ini, penulis akan membandingkan data yang diperoleh dari beberapa informan. Triangulasi sumber ini terdiri dari pengurus panti dan para lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu. Triangulasi teknik merupakan teknik pengujian kredibilitas data dengan cara pengecekan data pada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Pada awalnya, peneliti menggunakan metode wawancara untuk memperoleh data, kemudian menggunakan metode observasi dan dokumentasi untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar dan valid.²⁵ Penulis akan melakukan observasi terhadap sikap lansia dalam mengikuti kegiatan di panti . Kemudian penulis akan melakukan wawancara kepada lansia untuk memperoleh data yang valid. Dan selain itu penulis melakukan wawancara dengan subjek penelitian lainnya untuk memastikan data yang valid dan juga melakukan wawancara dengan pengurus Panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

8. Sistematika Penulisan

Untuk lebih memahami dan memudahkan dalam mengkaji penelitian ini, maka disusunlah dalam suatu kerangka penelitian yang runtut agar lebih mudah dipahami. Berikut ini adalah penjelasan penulis mengenai urutannya: Bab Satu yaitu pendahuluan, pada bab ini akan diuraikan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, metode penelitian (meliputi jenis penelitian, sumber dan jenis data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data), serta sistematika penulisan skripsi.

Bab Kedua, membahas mengenai landasan teori, didalam bab dua ini berisi tinjauan mengenai beberapa hal. Pertama, terdapat pembahas mengenai definisi Kebahagia, aspek – aspek kebahagiaan,Karakteristik Orang yang bahagia, dan faktor - faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Kedua, memaparkan tentang definisi Lansia, ciri- ciri lansia, klasifikasi lansia,

²⁴ Sugiyono, *'Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D'*.

²⁵ Sugiyono, *'Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D'*.

karakteristik lansia, dan perubahan yang terjadi pada lansia. Keempat, menguraikan tentang hubungan ikhlas dan kebahagiaan.

Bab Ketiga, Pada bab tiga ini menguraikan tentang gambaran umum, dan sejarah berdirinya panti Werdha Harapan Ibu, letak geografis, visi dan misi serta tugas dan fungsi pokok panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Selain itu, bab ini juga akan menguraikan tentang gambaran kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di panti Werdha Harapan Ibu Semarang.

Bab keempat, memuat mengenai analisis pembahasan hasil penelitian mengenai gambaran kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di panti werdha Harapan Ibu Semarang.

Bab kelima adalah bab terakhir yang berisikan penutup. Bab lima berisi tentang kesimpulan dari isi dan hasil dari penelitian skripsi yang telah diteliti dan dianalisis. Dibalik ini juga berisi tentang saran-saran kepada berbagai pihak baik yang masuk didalam skripsi ini maupun pembaca nantinya serta harapan dari penliti terhadap pembahasan yang ada pada bab - bab sebelumnya.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Pada dasarnya semua manusia memiliki fitrah bawaan alami untuk Bahagia yang artinya kebahagiaan adalah Sesuatu hal yang memang melekat dengan manusia. Manusia merupakan makhluk yang paling baik dan sempurna dibanding dengan makhluk lainnya, diciptakan dengan berbagai kelebihan dan kesempurnaa, maka dari itu kebahagiaan sudah seharusnya dimiliki oleh setiap manusia. Kebahagiaan secara etimologis memiliki arti suatu keadaan senang, tentram, terlepas dari keadaan yang menyusahkan.²⁶ Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Bahagia memiliki arti keadaan atau perasaan senang tentram (bebas dari segala yang menyusahkan), Kesenangan, ketentraman hidup atau keberuntungan.

Kebahagiaan dalam Islam merupakan tujuan utama yang ingin dicapai oleh setiap muslim, baik di dunia maupun di akhirat. Islam mengajarkan bahwa hidup bahagia tidak hanya tentang kenyamanan materi atau kesuksesan duniawi, tetapi juga tentang kedamaian batin dan kedekatan dengan Allah.

Seorang muslim tidak akan dianggap benar-benar bahagia jika ia hanya mengejar kesenangan duniawi dan melupakan akhirat. Kebahagiaan sejati datang ketika seseorang mampu menyeimbangkan urusan duniawi dan akhirat, menjalani hidup sesuai ajaran Islam, dan selalu ingat bahwa hidup di dunia ini hanya sementara.²⁷ Dalam Al-Qur'an, sering disebutkan kata *aflaha* atau *falah* yang berarti kebahagiaan, keberhasilan, dan kemakmuran. Islam mengajarkan kedamaian dan kebahagiaan, tidak hanya untuk kehidupan di dunia, tetapi juga kehidupan di akhirat. Kebahagiaan menurut Islam mencakup kebahagiaan lahir dan spiritual, yaitu ketenangan hati dan kesejahteraan hidup.²⁸

²⁶ Warsito Poespoprodjo, *Filsafat Moral: Kesusilaan Dalam Teori Dan Praktek* (Remadja Karya, 1988).

²⁷ Mudhofir Abdullah, *Mukjizat Tafakur (Cara Sukses Merengkuh Kebahagiaan Dan Puncak Spiritualita)*.

²⁸ Teuku Eddy Faisal Rusydi, 'Psikologi Kebahagiaan' (Progresif Books, 2007), p. 9.

Imam Al-Ghazali menyatakan bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir setiap makhluk hidup. Dalam karyanya yang berjudul *Kimia Sa'adah*, beliau menjelaskan pentingnya pengenalan diri sebagai langkah awal untuk mencapai kebahagiaan. Dengan memahami diri sendiri, individu dapat mengetahui apa yang benar-benar dapat membawa kebahagiaan. Dalam *Kimia Sa'adah*, Imam Al-Ghazali mengidentifikasi beberapa karakter dalam diri manusia yang mempengaruhi kebahagiaan.²⁹

Dalam ajaran Islam, kebahagiaan adalah tujuan hidup manusia. Imam Al-ghozali dalam karyanya yang berjudul *kimia as-sa'adah* (kimia kebahagiaan) mengatakan bahwa kebahagiaan ditempuh melalui pengenalan diri sendiri sebagai kunci untuk menuju suatu kebahagiaan. Pengenalan diri bukan hanya sekedar dari perkataan saja namun menyadari dan mengetahui bahwa manusia terdiri dari jasad dan hati atau roh.³⁰ pengetahuan mengenal wujud dan sifat-sifatnya merupakan kunci untuk mengetahui tentang tuhan yang selanjutnya menuju kebahagiaan.³¹

Menurut seligman kebahagiaan merupakan konsep psikologis yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu. Ia mengatakan kebahagiaan yang sesungguhnya merupakan hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memiliki emosi apapun. Menurutnya kebahagiaan terbagi menjadi perasaan positif yang ditunjukkan pada masa lalu, masa sekarang, dan masa depan. Emosi kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan dan kedamaian termasuk kedalam emosi positif masa lalu. Sedangkan untuk emosi masa depan adalah optimism, harapan, keyakinan, kepercayaan. Dan untuk emosi kegembiraan, ketenangan, kerianan, semangat yang meluap-luap, rasa senang dan kebahagiaan termasuk dalam emosi positif dimasa depan.³²

Veenhover mengatakan Kebahagiaan adalah segala evaluasi kehidupan secara keseluruhan yang mencakup semua keteria yang ada dalam pemikiran

²⁹ Zaitur Rahem, 'Menggali Paradigma Pendidikan Berkeadaban Dari Kitab *Ayyuha Al-Walad Dan Kimiatus Saâ Adah*', Jurnal Islam Nusantara, 2.1 (2020), pp. 60–71.

³⁰ Haidar Bagir, *Al-Ghazali, Kimia Kebahagiaan* (Mizan, 1991).

³¹ Haidar Bagir, *Al-Ghazali, Kimia Kebahagiaan*.

³² Martin E P Seligman, 'Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif/Oleh Martin EP Seligman', Penerjemah: Eva Yulia Nukman, 2005.

seseorang,tetang bagaimana rasa hidup yang baik,sejauh mana hidup telat memenuhi ekspektasi, dan bagaimana hidup yang menyenangkan dapat tercipta dan tercapai.³³

Menurut Aristoteles, kehidupan yang baik adalah kehidupan yang bahagia. Dengan kata lain, "baik" berarti "bahagia." Ia menjelaskan bahwa kehidupan yang bahagia adalah kehidupan yang sempurna, karena kehidupan tersebut mencakup semua hal yang baik seperti kesehatan, kekayaan, persahabatan, pengetahuan, kebajikan, dan kemuliaan. Semua hal yang baik ini merupakan bagian dari kebahagiaan, dan manusia mencarinya untuk mencapai kebahagiaan sejati.³⁴

Aristoteles juga mengatakan bahwa eksistensi harapan-harapan yang ingin dicapai untuk mencapai kepuasan dalam hidup merupakan tujuan utama dari kebahagiaan.³⁵

2. Aspek – aspek Kebahagiaan

Martin Seligman berpendapat bahwa aspek- aspek kebahagiaan (happiness) ada lima antara lain:³⁶

a. Relasi sosial yang positif

Untuk membangun relasi yang positif diperlukan dukungan sosial yang membuat individu mampu untuk meminimalisir masalah – masalah psikologis, memiliki kemampuan untuk memecahkan permasalahan adaptif dan membuat individu menjadi sehat secara fisik maupun non fisik.

b. Keterlibatan penuh

Keterlibatan penuh disini adalah individu mampu mengikuti berbagai aktifitas hanya sebagai bentuk tanggung jawab , tetapi juga mampu melakukan aktifitas- aktifitas lain yang di senangi seperti hobi. Yang mana dalam pelaksanaanya tidak hanya fisik saja namun mampu melibatkan hati dan pikiran secara penuh.

³³ Ruut Veenhoven and others, *Happiness in Nations: Subjective Appreciation of Life in 56 Nations 1946–1992*. (Erasmus University Rotterdam, 1993).

³⁴ Jalaluddin Rakhmat, *Meraih Kebahagiaan* (Simbiosis Rekamata Media, 2006).

³⁵ Haidar Bagir, *Al-Ghazali, Kimia Kebahagiaan*.

³⁶ Sunedi Sarmadi, *‘Psikologi Positif’*, Yogyakarta: Titah Surga, 2018, pp. 27–35.

c. Penemuan makna dalam keseharian

Penemuan makna yang dimaksud adalah bagaimana seseorang mampu mendapatkan manfaat yang positif dalam melakukan sesuatu hal sehingga dalam beraktivitas dapat menimbulkan perasaan Bahagia pada seseorang tersebut.

d. Optimis

Optimis dalam hal ini ialah seseorang mampu menumbuhkan pikiran yang positif mengenai hal-hal seperti masa depan, yang akan memberikan keuntungan dalam berbagai hal seperti, Kesehatan, umur Panjang dan keberhasilan lainnya. Individu yang selalu optimis tentu akan lebih memiliki control yang baik dalam hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan. Selain itu individu tersebut akan mengevaluasi dirinya secara positif sehingga lebih optimis dalam menghadapi suatu hal sehingga memunculkan perasaan Bahagia dan menemukan kepuasan dalam hidupnya.

e. Resiliensi

Orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Ketahanan diri yang dimaksud adalah bagaimana seseorang mampu untuk bangkit dari hal-hal yang tidak menyenangkan yang datang dikehidupan. Seseorang yang Bahagia tidak hanya dapat menyelewati hal-hal yang kurang menyenangkan, namun juga mampu untuk melakukan pencegahan dalam hal apapun. Sehingga seseorang yang memiliki ketahanan diri mampu menetralkan emosi negative menjadi energi positif.

Menurut Carr, kebahagiaan terdiri dari dua aspek, yaitu aspek *afektif* dan *kognitif*. Aspek afektif berkaitan dengan perasaan, seperti senang, gembira, dan bahagia. Sedangkan aspek kognitif berkaitan dengan kepuasan terhadap berbagai hal dalam kehidupan, seperti pekerjaan, hubungan, atau kondisi hidup. Dengan demikian, kebahagiaan mencerminkan pengalaman emosi positif yang dirasakan seseorang sepanjang hidupnya. Agar seseorang bisa lepas dari masa lalu yang menyakitkan, cara yang efektif adalah dengan memaafkan dan bersyukur. Menurut

Seligman, memaafkan bukan berarti melupakan, tetapi membiarkan kenangan itu tetap ada tanpa lagi merasakan sakit yang sama.³⁷

3. Karakteristik Orang yang Bahagia

Setiap orang memiliki peluang untuk mencapai kebahagiaan, namun tidak semua orang benar-benar memilikinya. David G. Myers, seorang ahli psikologi, melakukan penelitian mengenai cara manusia modern meraih kebahagiaan. Ia mengidentifikasi empat ciri utama yang dimiliki oleh orang-orang yang bahagia:³⁸

a. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia umumnya memiliki pandangan positif terhadap dirinya. Mereka merasa diri mereka berharga dan menyenangkan, serta memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

b. Optimis

Orang yang optimis percaya bahwa kejadian baik bersifat permanen, sementara kejadian buruk hanya sementara. Pandangan ini mendorong mereka untuk tetap berusaha dalam berbagai situasi. Sebaliknya, orang yang pesimis cenderung menyerah ketika menghadapi kegagalan, bahkan dalam hal-hal yang tidak terkait.

c. Terbuka

Individu yang bahagia cenderung lebih ramah, mudah bersosialisasi, dan terbuka. Studi menunjukkan bahwa orang yang ekstrover dan memiliki hubungan sosial yang baik cenderung lebih bahagia dibandingkan mereka yang tertutup.

³⁷ A Carr, 'Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths, 27 Church Road', Hove, East Sussex, 2004.

³⁸ David G Myers, 'The Pursuit of Happiness: Discovering the Pathway to Fulfillment, Well-Being, and Enduring Personal Joy', (No Title), 1993.

d. Mampu mengendalikan diri

Orang bahagia biasanya merasa memiliki kontrol atas hidup mereka. Mereka yakin dengan kemampuan diri dan sering kali lebih sukses dalam pendidikan maupun pekerjaan.

4. Faktor- faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan

Seligman menguraikan factor -faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan, yaitu sebagai berikut:³⁹

a. uang

Seligman menyebutkan bahwa penilaian seseorang terhadap uang dapat mempengaruhi kebahagiaannya lebih dari,pada uang itu sendiri para peneliti membandingkan kebahagiaan orang di negara kaya dan miskin. Hasilnya, di negara miskin, kekayaan meningkatkan kebahagiaan, sedangkan di negara kaya, kekayaan kurang berpengaruh. Penilaian terhadap uang juga mempengaruhi kebahagiaan.

b. Perkawinan

Seligman mengatakan pernikahan berkaitan dengan kebahagiaan,karena dapat mempengaruhi umur dan penghasilan.

c. Kehidupan sosial

Orang-orang yang sangat bahagia berbeda dari yang tidak bahagia karena mereka memiliki kehidupan sosial yang kaya dan memuaskan. Mereka lebih sedikit menghabiskan waktu sendiri dan lebih banyak bersosialisasi. Kehidupan sosial yang aktif membuat mereka lebih terbuka dan mendatangkan kebahagiaan.

d. Emosi Negatif

Kebahagiaan tertinggi terkadang muncul setelah kita terbebas dari rasa ketakutan dan emosi negatif. Survei oleh Norman Bradburn menemukan bahwa orang dengan banyak emosi negatif mengalami sedikit emosi positif, dan

³⁹ M E Seligman and P Flourish, '*A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*', New York, 2025.25 (2011), p. 119.

sebaliknya. Namun, ini tidak berarti bahwa seseorang tidak akan merasakan kesedihan dalam hidupnya.

e. Kesehatan

Faktor kesehatan adalah faktor objektif yang baik tapi tidak selalu berkaitan dengan kebahagiaan. Bagian yang penting dalam hidup yang sehat adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita.

f. Pendidikan

Meskipun pendidikan bisa meningkatkan penghasilan, itu tidak selalu menjamin kebahagiaan. Untuk orang kaya, pendidikan tidak berpengaruh pada kebahagiaan. Namun, bagi yang berpenghasilan rendah, pendidikan dapat membantu meningkatkan kebahagiaan melalui pendapatan yang lebih baik.

g. Jenis kelamin

Faktor jenis kelamin tidak selalu berhubungan dengan kebahagiaan. Emosi laki-laki dan perempuan hampir sama, tetapi perempuan bisa lebih bahagia dan sedih.

h. Agama atau Religiusitas

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa keimanan memiliki pengaruh positif secara psikologis. Orang yang religius cenderung lebih sedikit terlibat dalam penyalahgunaan obat, kejahatan, dan bunuh diri. Mereka juga lebih bahagia dan puas dengan hidup dibandingkan yang tidak religius. Keimanan meningkatkan harapan dan optimisme, membantu melawan keputusasaan.

B. Lansia

1. Pengertian Lansia

Proses penuaan merupakan proses alamiah yang terjadi pada semua makhluk hidup. Laslett (Caselli dan Lopez, 1996) menyatakan bahwa penuaan merupakan suatu proses perubahan biologis yang terus menerus dialami oleh manusia pada segala usia dan masa, sedangkan lanjut usia merupakan istilah untuk tahap akhir dari proses penuaan. Semua makhluk hidup memiliki siklus hidup menuju usia tua yang diawali dengan proses kelahiran, kemudian tumbuh menjadi dewasa dan bereproduksi, kemudian menjadi tua dan akhirnya meninggal. Usia lanjut merupakan masa yang tidak dapat dihindari oleh siapapun, apalagi bagi mereka

yang dikaruniai umur panjang. Yang dapat dilakukan oleh manusia adalah menghambat proses penuaan tersebut agar tidak terlalu cepat, karena pada hakikatnya dalam proses penuaan terjadi pemangangan atau kemunduran.⁴⁰

Bila ditanya kapan seseorang dianggap lanjut usia, definisinya ada dua kategori usia, yaitu usia kronologis dan usia biologis. Di Indonesia, usia pensiun 56 tahun dianggap lanjut usia. Namun, undang-undang menyebutkan usia 60 tahun ke atas dianggap paling tepat atau paling tepat sebagai usia lanjut.

Hurlock berpendapat bahwa perkembangan manusia yang disebut tahap akhir terbagi menjadi usia lanjut awal yang berkisar antara 60-70 tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia 70 tahun hingga akhir hayat manusia. Orang tua muda atau lanjut usia (usia 65 hingga 74 tahun) dan orang tua lanjut usia atau lanjut usia (75 tahun ke atas) dan orang tua lanjut usia (85 tahun ke atas) dari orang lanjut usia yang lebih muda.⁴¹

J.W.Santrock memiliki dua perspektif mengenai definisi lansia atau lanjut usia yaitu, perspektif orang barat dan perspektif orang Indonesia. Orang barat, seseorang dikatakan lanjut usia adalah orang yang berumur 65 tahun ke atas. Sedangkan perspektif orang Indonesia, orang lanjut usia adalah orang yang berumur lebih dari 60 tahun. Karena usia 60 tahun menjadi usia maksimal kerja di Indonesia, sebab jika lebih dari usia tersebut mulai menunjukkan tanda-tanda Penuaan.⁴²

Proses menua adalah penurunan bertahap kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri, sehingga mereka tidak dapat menahan luka atau infeksi.

2. Tugas Perkembangan Lansia

Hurlock, mengatakan bahwa sebagian besar tugas perkembangan lanjut usia lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang daripada kehidupan orang lain. Adapun tugas perkembangan lanjut usia adalah:⁴³

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.

⁴⁰ Siti Partini Suardiman, *Psikologi Usia Lanjut* (Gadjah Mada University Press, 2016).

⁴¹ Elizabeth B Hurlock, 'Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti Dkk', *Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga*, 2010.

⁴² Santrock, *Life_Span Development: Perkembangan Masa Hidup*.

⁴³ Hurlock, 'Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Masa Rentang Kehidupan'.

- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya income (penghasilan) keluarga.
- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes

3. Ciri- ciri Lansia

Menurut pendapat Oktora & Purnawan ada beberapa ciri – ciri lansia diantaranya:⁴⁴

Usia lanjut merupakan masa kemunduran: motivasi sangat berperan dalam kemunduran usia lanjut. Usia lanjut yang motivasinya rendah dalam beraktivitas akan mempercepat kemunduran fisik, sedangkan usia lanjut yang motivasinya tinggi akan memperlambat kemunduran fisik.

- a. Penyesuaian diri yang buruk pada usia lanjut: Perilaku yang buruk terhadap usia lanjut membuat mereka cenderung mengembangkan konsep diri yang buruk, yang pada akhirnya memicu perilaku yang buruk.

Akibatnya, perilaku yang buruk membuat penyesuaian diri usia lanjut menjadi semakin buruk.

4. Klasifikasi Lansia

Klasifikasi lansia menurut Burnside dalam Nugroho:⁴⁵

- a. Young old (usia 60-69 tahun)
- b. Middle age (usia 70-79 tahun)
- c. Old-old (usia 80-89 tahun)
- d. Very old-old (usia 90 tahun ke atas)

5. Karakteristik Lansia

Menurut Bustan, ada beberapa karakteristik lansia yang perlu diketahui untuk mengetahui adanya masalah kesehatan lansia, yaitu :⁴⁶

- a. Jenis Kelamin

Lansia perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

⁴⁴ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.

⁴⁵ Wahyudi Nugroho, *'Konsep Keperawatan Gerontik & Geriatrik'*, Jakarta: EGC, 2012.

⁴⁶ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.

b. Status Perkawinan

Status pasangan yang masih lengkap atau belum lengkap akan berdampak pada kesehatan lansia, baik secara fisik maupun psikologis.

c. Gaya Hidup

Kondisi pasangan, tinggal sendiri, bersama istri atau suami, tinggal bersama anak atau keluarga lain.

d. Kondisi Kesehatan

Pada kondisi sehat, lansia cenderung melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, namun jika sakit cenderung dibantu atau bergantung pada orang lain.

e. Kondisi Ekonomi

Pada dasarnya lansia membutuhkan biaya yang tinggi untuk kelangsungan hidupnya, namun karena lansia sudah tidak produktif lagi, pendapatan lansia menurun sehingga tidak semua kebutuhan lansia terpenuhi.

6. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia

Pada lansia banyak terjadi perubahan pada dirinya, hal ini dapat disebut dengan perubahan yang terjadi pada lansia, diantaranya :

1) Perubahan Fisik Lansia

a. Perubahan umum pada penampilan saat lansia.⁴⁷

Memiliki gigi palsu atau kehilangan gigi menyebabkan bentuk mulut berubah. Lansia kehilangan gigi mereka seiring bertambahnya usia. Proses mastikasi akan mengalami kesulitan di rongga mulut ketika banyak gigi yang hilang pada lansia. Rambut menipis, kaku, dan berwarna putih atau abu-abu.

1) Perubahan umum fungsi indrawi pada usia lanjut

a. Penglihatan.

Perubahan yang terjadi pada indera penglihatan lansia menunjukkan adanya penurunan ketajaman penglihatan dan penurunan kecepatan adaptasi terhadap perubahan cahaya. Dengan mengecilnya pupil dan menurunnya kejernihan lensa, cahaya yang diterima retina pun berkurang. Menurut Kline dan Schieber,

⁴⁷ Hurlock, *'Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti Dkk'.*

retina lansia usia 65 tahun hanya mampu menerima cahaya sebanyak yang diterima pada usia 20 tahun.

b. Pendengaran.

Sebanyak 75% penduduk usia 75 hingga 79 tahun mengalami berbagai gangguan pendengaran, dan 15% penduduk usia di atas 65 tahun mengalami ketulian yang umumnya disebabkan oleh cangkang telinga (koklea).⁴⁸

c. Perasa

Tunas perasa di lidah dan pipi berhenti berkembang, merubah alat perasa seiring bertambahnya usia.

d. Penciuman

Seiring bertambahnya usia, daya penciuman menjadi kurang tajam.

e. Perabaan

Sentuhan kulit menjadi lebih sensitif karena kulit menjadi lebih kering dan keras.

2) Perubahan umum fungsi motorik pada usia lanjut

Perubahan kemampuan motorik meliputi penurunan kekuatan, kekakuan otot, dan gemetar.

3) *Andropause* (Pada Laki-Laki) dan *Menopause* (Pada Perempuan)

Menopause adalah kondisi yang dialami perempuan saat haid berhenti permanen setelah ovarium tidak aktif. Rata-rata perempuan mengalami menopause pada usia 51,5 tahun, dengan rentang usia 45-55 tahun. Di sisi lain, andropause, meskipun kurang dikenal, terjadi pada laki-laki dan berkaitan dengan penurunan fisik serta gairah seksual. Istilah "andropause" berasal dari bahasa Yunani yang berarti berhentinya fungsi laki-laki.

a. Kesehatan lansia

Masalah kesehatan pada lansia seringkali sulit karena penurunan fungsi fisik dan kerentanan terhadap penyakit. Ini melibatkan aspek psikologi, sikap, tingkah laku, dan interaksi sosial. Kondisi fisik juga terpengaruh, seperti

⁴⁸ *Psikologi Perkembangan* Desmita, 'Remaja Rosdakarya' (Bandung, 2009).

kesedihan dan kesepian, yang menghambat aktivitas. Inkontinensia merupakan masalah umum yang sering dialami lansia.

b. Perubahan Psikis Pada Lansia

Pikun (Demensia) sering diolah menjadi lelucon, menciptakan pandangan negatif tentang seseorang. Di bidang medis, "demensia" menggambarkan kondisi pikun, yang menyulitkan aktivitas sehari-hari akibat hilangnya kemampuan kognitif dan memori.

c. Perkembangan Spiritual

Sebuah penelitian menemukan bahwa lansia yang dekat dengan agama memiliki kepuasan hidup, harga diri, dan optimisme yang lebih tinggi. Kebutuhan spiritual penting untuk ketenangan batin, terutama bagi orang tua. "Semua penyakit ada obatnya kecuali penyakit tua," kata Rasulullah. Oleh karena itu, religiusitas mempengaruhi kesehatan fisik dan mental.

BAB III

PENYAJIAN DATA PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian Panti Werdha Harapan Ibu

1. Sejarah Panti Werdha Harapan Ibu

Hakikat pembangunan nasional adalah mewujudkan manusia seutuhnya dan meningkatkan kesejahteraan seluruh rakyat Indonesia. Berkaitan dengan hal tersebut, Dharma Wanita Satu Kota Semarang turut serta dalam penyelenggaraan program-program sosial yang bertujuan untuk meningkatkan taraf hidup menuju masyarakat adil dan makmur sesuai dengan Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945. Panti Wredha terdiri dari dua kata, yaitu Panti dan Wredha. Kata Wredha diambil dari bahasa Jawa Kuno yang berarti ‘tua’. Sebutan lain dari Panti Wredha adalah Panti Werdha. Panti Wredha merupakan suatu tempat yang diperuntukkan bagi para lanjut usia dari berbagai latar belakang kehidupan. Di antara berbagai alasan yang mendorong mereka memilih tinggal di panti werdha adalah keinginan agar tidak mengungkit keluarganya atau kondisi yang memaksa mereka untuk tinggal di sana karena telah kehilangan sanak saudara atau telah ditelantarkan oleh anak cucunya. Mereka harus menerima kenyataan dan menjalani kondisi tersebut di masa tuanya. Program sosial Dharma Wanita Satu Kota Semarang pada bulan Agustus 1983 adalah menjadi wali bagi para lanjut usia yang diasuh di Panti Asuhan Transit Margo Widodo yang menampung 70 orang lanjut usia dan mendirikan Yayasan Harapan Ibu pada tanggal 11 September 1985 di bawah naungan Dharma Wanita Satu Kota Semarang.

Sejak Panti Wredha berdiri pada tahun 1994, tempat ini terletak di Panti Persinggahan Margo Widodo di Jalan Raya Tugu Km 09 Semarang, tepatnya di Jalan Raya Beringin Kulon, Kelurahan Gondoriyo, Kecamatan Ngaliyan Semarang. Jumlah lansia yang tinggal di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang terus meningkat dari tahun ke tahun, sedangkan daya tampung yang ada semakin sedikit. Saat Walikota Pak Tresno Widodo menjabat, dibangun gedung dengan kapasitas lebih besar yang terletak di Desa Gondoriyo, Kecamatan Ngaliyan. Gedung ini berlokasi di Jalan Beringin Rt 01 Rw 07,

Kelurahan Gondoriyo, Kecamatan Ngaliyan. Pada tahun 1995, gedung ini resmi dibuka dan dihuni oleh para lansia hingga saat ini.⁴⁹

Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang merupakan panti jompo yang diperuntukkan bagi para lansia berusia 55 tahun ke atas. Dalam rangka memberikan pelayanan kesejahteraan sosial, Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang bertujuan untuk membantu para wanita lansia yang tidak dapat menikmati masa tuanya dengan nyaman, karena tidak semua keluarga atau masyarakat mampu memberikan perawatan yang dibutuhkan oleh orang tuanya karena berbagai permasalahan sosial, terutama dalam konteks kehidupan keluarga atau lingkungan sekitar.⁵⁰

2. Letak Geografis

Secara geografis lokasi Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan di Semarang terletak di Desa Gondoriyo, Kecamatan Ngaliyan, kawasan Semarang Barat, tepatnya di Jalan Beringin Rt 01 Rw 07. Panti asuhan ini didirikan pada tahun 1955 oleh Walikota Semarang saat itu, Bapak Trisno Suharto. Tujuan didirikannya Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang adalah untuk menyediakan hunian bagi para lansia yang tidak mempunyai tempat tinggal. Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang dibangun di atas lahan seluas 3.744 meter persegi dengan batas sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara Kelurahan Wonosari
- b. Sebelah Selatan Kelurahan Wates
- c. Sebelah Barat Kelurahan Podorejo
- d. Sebelah Timur Kelurahan Bringin

Gondoriyo merupakan kelurahan yang penduduknya sebagian besar berprofesi sebagai karyawan, sehingga setiap orang sibuk dengan kegiatannya masing-masing. Sehingga jarang sekali ada warga sekitar yang berinteraksi dengan pengurus panti asuhan. Namun masyarakat sekitar memiliki sifat yang ramah dan baik hati karena banyak yang berpendidikan dan banyak terdapat lembaga keagamaan seperti pondok pesantren dan perguruan tinggi agama yang

⁴⁹ Wawancara dengan wiwik selaku pembimbing panti , 27 Februari 2025

⁵⁰ Wawancara dengan wiwik selaku pembimbing panti, 28 Oktober 2024

berada di Kecamatan Ngaliyan. Kondisinya yang jauh dari kota dan dikelilingi oleh perkebunan membuat para lansia bisa tenang dan nyaman karena jauh dari keramaian dan kebisingan kendaraan. Kecamatan Ngaliyan merupakan salah satu kecamatan di Kota Semarang yang berada di wilayah Semarang Barat, berada pada ketinggian sekitar 400 meter di atas permukaan laut. Wilayahnya merupakan daerah perbukitan yang terdiri dari pemukiman penduduk dan areal persawahan.⁵¹

3. Visi dan Misi Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang

Visi Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang adalah mewujudkan kesejahteraan sosial bagi lanjut usia dan menjamin kehidupan yang wajar baik jasmani maupun rohani. Misi Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang adalah pertama, mewujudkan mutu dan standar pelayanan kesejahteraan sosial. Kedua, mengoptimalkan pelayanan kesejahteraan sosial dengan sarana dan prasarana yang ada. Ketiga, membina dan mengembangkan kerjasama dalam upaya kesejahteraan sosial dengan lanjut usia, lembaga masyarakat, dan pemerintah..⁵²

4. Tugas dan Fungsi Pokok Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang

Tugas pokok Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang adalah melayani dan merawat para lanjut usia yang ditampung di sana tanpa menanggung biaya apapun seperti kebutuhan sehari-hari, sandang, pangan, papan dan kesehatan disediakan setiap saat sesuai jadwal yang telah ditetapkan. Untuk lebih jelasnya peneliti jelaskan sebagai berikut:

Tugas Sebagai pusat pelayanan dalam upaya sebagai berikut:

- a. Memberikan tempat tinggal, perawatan, pelatihan, kesehatan dan asuransi jiwa bagi para lanjut usia atau lanjut usia terlantar.
- b. Mengusahakan potensi dan kemampuan lanjut usia sesuai dengan kondisi, bakat dan keterampilan yang dimilikinya.
- c. Menyelenggarakan kegiatan kreatif seperti olah raga, kesenian dan rekreasi.

⁵¹ Document panti, 20 Februari 2025

⁵² Document panti, 20 Februari 2025

- d. Memberikan pendidikan mental spiritual.
- e. Sebagai pusat informasi.

B. Profil dan Latar Belakang Subjek Penelitian

Peneliti melakukan wawancara dengan tiga orang lansia yang ada pada panti Wedha Harapan Ibu Semarang. Untuk mengetahui latar belakang kehidupan mereka serta menganalisis sesuai dengan informasi yang dibutuhkan.

a. Subjek I

Nama : S

Tempat, Tanggal lahir: 10 Oktober 1944

Jenis kelamin : Perempuan

Usia : 80

Agama : Islam

Latar belakang :

S merupakan salah satu lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu. S tinggal di panti Werdha harapan ibu sejak tahun 2021 terhitung sampai saat ini sudah 5 tahun tinggal di panti Werdha Harapan Ibu, dengan alasan sudah tidak memiliki keluarga. S anak ke 3 dari 5 bersaudara yang kebetulan semua saudara kandungnya sudah meninggal. S tidak memiliki anak dan suami pasalnya sudah bercerai sejak 4 tahun setelah menikah. Sebelum tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu ia tinggal Bersama keponakannya yang ada di Jakarta, S mengatakan bahwa dibawanya ia ke Panti Werdha harapan ibu ini karena sudah tidak ada yang mengurusnya dikarenakan kesibukan keponakannya tersebut.

“awalnya saya membantu usaha keponakan saya yang punya usaha cetring, mungkin karena dianggapnya sudah tua jadi kasihan kalo masih harus berkerja , jadi dibawa kesini”.⁵³

b. Subjek II

Nama : SH

Tempat, Tanggal lahir : 15 Februari 1952

Jenis kelamin : Perempuan

Usia : 72

⁵³ Wawancara dengan S, 15 Januari 2025

Agama : Islam

Latar Belakang :

SH merupakan salah satu lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu. SH tinggal dipanti Werdha harapan ibu sejak tahun 2021, Penyebab atau alasan masuknya SH di panti di karenakan pergi dari rumah karena tidak diperlakukan baik oleh besan dan menantunya. Akhirnya iya memilih untuk kabur dari rumah untuk berniat untuk mencari saudaranya di kedungmundu semarang, yang ternyata sudah meninggal. Sesampainya disana pak RT menyarankan untuk dibawa ke panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Awalnya ia takut karena dibawa dengan polisi namun akhirnya mau untuk dibawa kesana. Sampai sekarang sebelum ada yang tahu keberadaannya di panti, dan ia juga tidak memberikan informasi ke sanak saudaranya.

“Saya pergi dari rumah karena tidak betah, dan saya kabur untuk mencari adik- adik saya , tapi ternyata sudah meninggal. Akhirnya pak RT kasihan dengan saya makanya dibawa kesini. Saya juga tidak memberitahukan jika saya di panti ini, jadi tidak ada yang menjenguk saya setiap bulan puasa. Saya hanya menitipkan pesan kepada orang- orang yang kebetulan datang ke panti”.⁵⁴

c. Subjek III

Nama : J

Tempat, Tanggal lahir : 1940

Jenis kelamin : Perempuan

Usia : 84

Agama : Islam

Latar Belakang :

J merupakan salah satu lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan ibu. J juga merupakan lansia yang paling lama tinggal dipanti, terhitung sudah 12 tahun ia tinggal disana. Alasan mengapa J tinggal dipanti karena dari dulu ia selalu giat dalam bekerja, sehingga sering ikut kerja dimanapun. terakhir ia ikut tinggal Bersama salah satu orang yang dulu sering mempekerjakannya. J menyebutnya ibu *nyai* dan bapak *nyai*, tapi semenjak pak *nyai* sakit dan stroke dan tidak ada yang

⁵⁴ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

bisa menjaganya ia dibawa ke panti werdha harapan Ibu, yang kebetulan anak dari bapak Nyainya bekerja di panti itu juga.

“saya dulu kerja dimana aja yang bisa saya kerjakan, pas dirumah itu kebetulan dekat saya bapak Nyai saya suruh bantu- bantu. Karena waktu itu bapak sempat jatuh stroke makanya saya dibawa kesini, dulu masih ada anaknya kerja disini”.⁵⁵

J juga menceritakan pengalamannya yang banyak sekali selama 12 Tahun ia tinggal dipanti. Bahkan dulu ia juga dilibatkan dalam memasak untuk lansia yang lain. Ia selalu melakukan tugas piketnya secara sadar, bahkan sampai tidak ada yang sempat mengingatkan untuk bersih- bersih karena dia sudah akan melakukan tugasnya duluan.

“saya dulu juga ikut membantu petugas memasak dan bersih- bersih disini mba, sampe- sampe petugas tidak pernah mengingatkan saya untuk piket karena saya udah biasa membantu dan saya melaksanakannya sendiri tanpa harus disuruh”.⁵⁶

1. Gambaran Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalani Kehidupan di Panti

a. Subjek S

Subjek S mengatakan bahwa kebahagiaan baginya adalah bisa berkumpul lagi dengan keluarganya. Ia merasa sangat rindu karena sudah dua tahun terakhir keluarganya tidak datang ke Panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Sebelumnya, keluarganya biasa berkunjung sekali dalam setahun saat bulan puasa. *“Menurut saya bahagia saya itu kalo bisa bertemu lagi sama keluarga saya mba, soale udah 2 puasa ini ndak kesini.”*

Hal yang membuat S semakin sedih adalah kenyataan bahwa jarak rumah keluarganya dengan panti tidak terlalu jauh. Mereka masih berada dalam satu wilayah, tapi tetap saja belum sempat menjenguknya. Meskipun begitu, S tetap berusaha memahami keadaan keluarganya. Ia mendengar bahwa keponakannya sedang bekerja di Kalimantan, sehingga mungkin tidak bisa pulang. *“Saya sedih kenapa dekat tapi kok belum berkunjung, tapi saya dengar sekarang dia kerja di Kalimantan.”*

Saat ditanya soal kebahagiaan, S mengatakan bahwa perasaannya biasa saja. Ia tidak merasa sangat bahagia, tapi juga tidak merasa terlalu sedih. S merasa senang jika banyak mahasiswa yang datang ke panti. Mahasiswa- mahasiswa tersebut sering mengadakan kegiatan seperti olahraga, kajian

⁵⁵ Wawancara dengan J, 15 Januari 2025

⁵⁶ Wawancara dengan J, 15 Januari 2025

agama, meronce, karaoke, dan kegiatan lainnya. Menurutnya, kegiatan-kegiatan itu membuat pikirannya lebih tenang.

Namun, ada juga hal yang membuat S kurang bahagia. Ia merasa bahwa makanan di panti kadang terasa hambar dan tidak cocok dengan selernya. Meski begitu, ia tidak pernah marah atau membuang makanan. Ia tetap makan dengan menambahkan bumbu agar rasanya lebih enak. Ia berkata, *“Kalau makanannya hambar mba, tidak sesuai lah sama saya.”* Sebagai cara untuk mengatasi rasa tidak cocok itu, S punya kebiasaan menambahkan sambal atau garam sendiri pada makanannya. Ia berkata, *“Biasanya kalau misal sop atau sayur bening gitu saya buat sambel kecap mba, kalo misal kurang asin aja ya paling ditambah- tambahin garam atau masako.”* Dengan cara ini, ia bisa menikmati makanan tanpa harus menyusahkan pihak panti.

S juga menceritakan bahwa saat pertama kali tinggal di panti, ia perlu waktu untuk menyesuaikan diri. Ia harus mengenal teman-teman baru yang tinggal di panti dan menerima berbagai perbedaan sikap. Meskipun tidak semua orang bersikap baik, ia tetap berusaha menjaga hubungan yang baik dan tidak membuat masalah. Untuk membuat dirinya betah, S berusaha ikut semua kegiatan yang diadakan di panti. Ia merasa kegiatan-kegiatan seperti kerja bakti dan gotong royong membantu mengisi waktu dan membuat pikirannya lebih tenang. Ia juga mulai terbiasa dengan jadwal harian yang ada di panti.

Ia menjelaskan bahwa kunci agar bisa menyesuaikan diri di panti adalah dengan membuat pikirannya tenang dan menerima keadaan. Ia berkata, *“Saya menyesuaikan dengan pikiran yang selalu dibuat tenang dan membiasakan diri untuk tinggal bersama disini. Saya ya bersih-bersih, saling bergotong-royong di sini sesuai jadwal.”*

b. Subjek SH

Subjek SH menjelaskan bahwa makna kebahagiaan baginya adalah saat bisa berkumpul bersama anak dan cucunya. Ia sangat ingin bertemu dengan keluarganya, namun ia menyadari bahwa keluarganya belum mengetahui bahwa saat ini ia tinggal di Panti Werdha Harapan Ibu. Karena itu, ia tidak pernah memaksakan keinginannya. SH berkata, “Saya kepengennya ya bertemu anak dan cucu saya, tapi karena mereka belum tau kalau saya disini, jadi kalau missal ingat ya alhamdulillah. Kalaupun nanti saya dipanggil duluan ya saya ngapapa.”

Meskipun belum bisa bertemu keluarganya, SH tetap merasa cukup bahagia tinggal di panti. Menurutnya, suasana di panti sudah mulai membuatnya nyaman karena ia memiliki teman-teman yang bisa diajak berbagi cerita. Ia merasa tidak sendirian, dan keberadaan orang lain di sekitarnya sangat membantunya menjalani hari-hari. Selain itu, SH merasa terhibur dengan adanya mahasiswa yang sering datang ke panti. Para mahasiswa ini biasanya melakukan berbagai kegiatan dan juga mendengarkan cerita dari para lansia. SH merasa kedatangan mahasiswa seperti memiliki teman baru yang membuatnya lebih bersemangat. Ia berkata, “Setiap mahasiswa yang kesini juga hiburan dan teman untuk saya kadang menceritakan apa yang saya rasakan.”

Hal yang paling membahagiakan bagi SH adalah karena ia secara tidak sengaja bertemu kembali dengan teman masa kecilnya di panti. Teman lamanya itu menjadi tempat curhat, selalu mendengarkan keluh kesahnya, dan juga sering membantunya dalam banyak hal. SH merasa sangat terbantu dan merasa tidak terlalu kesepian. SH juga mengaku bahwa terkadang ia mengalami kesulitan, terutama dalam hal keuangan. Karena tidak ada keluarga yang menjenguk dan memberinya uang saku, ia sampai pernah menukarkan baju baru yang diberikan pihak panti untuk mendapatkan sedikit uang. Hal itu ia lakukan demi bisa memenuhi kebutuhan pribadi yang tidak terpenuhi. Ia juga merasa khawatir karena sering merasa dibicarakan diam-diam oleh beberapa teman di panti. Perasaan ini

membuatnya tidak nyaman dan kadang merasa tidak tenang. Namun, ia tetap mencoba bersabar dan menenangkan diri. Ia berkata, “Saya sering takut kalau ada yang membicarakan saya diam – diam.” SH juga menceritakan bahwa hidup di rumah dan di panti sangat berbeda. Ketika masih tinggal di rumah, ia tinggal bersama anak dan menantu. Tapi, ia sering merasa tidak dihargai dan bahkan mengalami tekanan secara batin. Ia bahkan tidur di dekat kandang sapi dan hanya diberi makanan saat menantunya sudah tidur.

Karena pengalaman kurang menyenangkan di rumah, SH merasa bahwa tinggal di panti adalah pilihan yang lebih baik. Meskipun tidak tinggal bersama keluarga, ia merasa lebih tenang karena ada yang merawat dan menyediakan tempat tinggal yang layak. Ia bersyukur karena masih ada tempat yang mau menerima dirinya. Meskipun begitu, SH tetap merasa sedih karena kadang terlalu memikirkan hal-hal kecil. Ia takut jika teman-temannya membicarakan dirinya atau menjauh darinya. Perasaan ini membuatnya mudah khawatir, meski ia sadar bahwa mungkin teman-temannya tidak benar-benar berniat buruk. Dalam kesehariannya, SH juga sering membantu teman-temannya jika sedang sakit, seperti mengerok atau memijat. Namun, saat ia sendiri sakit, ia merasa tidak mendapat perhatian atau perlakuan yang sama. Meski sempat kecewa, SH tetap berpikir positif. “Bukannya saya pamrih mba, tapi kalau giliran saya yang sakit pada ng mau bantu,” ujarnya. Ia mengerti bahwa teman-temannya juga sudah lanjut usia dan mungkin lupa atau tidak mampu membantu.

Menurut SH kebahagiaan adalah apabila dapat berkumpul bersama anak dan cucunya, namun karena keberadaanya panti tidak diketahui oleh keluarganya ia tidak pernah memaksakan apa yang menjadi keinginannya tersebut. Ia juga menjelaskan hal lain yang membuat ia sudah merasa bahagia tinggal dipanti

Werdha Harapan Ibu yaitu bertemu dengan teman masa kecilnya yang secara kebetulan juga berada dipanti tersebut.

“Saya kepengennya ya bertemu anak dan cucu saya, tapi karena mereka belum tau kalau saya disini, jadi kalau missal ingat ya alhamdulillah. Kalaupun nanti saya di panggil duluan ya saya ngapapa”.⁵⁷

SH mengungkapkan bahwa ia sudah bahagia tinggal di panti Werdha Harapan ibu karena disini sudah punya teman- teman yang bisa diajak bercerita dan juga kadang mahasiswa- mahasiswa yang datang cukup menghiburnya disini.

“Saya sudah mulai nyaman hidup disini Bersama teman- teman saya, dan mungkin akan hidup dan mati disini. Setiap mahasiswa yang kesini juga hiburan dan teman untuk saya kadang menceritakan apa yang saya rasakan”.⁵⁸

SH secara kebetulan bertemu dengan teman masa kecilnya yang selalu membantu dan menjadi tempat berkeluh kesahnya selama dipanti .S merasa kesulitan dikarenakan terkadang merasa kekurangan uang, kadang ia sampai menukarkan baju baru yang diberikan panti untuk mendapatkan uang.

“saya kalau tidak ada dia engga tau bagaimana, dia selalu membantu saya, karena saya engga ada yang menjenguk dan dia yang selalu mendengarkan keluh kesah saya. Saya sering takut kalau ada yang membicarakan saya diam – diam ”.⁵⁹

SH mengatakan perbedaan kehidupan di rumah dengan di panti pasti ada. Jika dirumah kumpul dengan keluarga , namun kurangnya banyak kepikiran akan sikap dari anak, menantu dan mertua yang dirasa tidak berperilaku baik terhadap SH. Sedangkan yang dirasakan SH Ketika dipanti adalah rasa syukur karena masih ada yang mau menampung dan merawat. Hanya saja terkadang ia terlalu memikirkan hal- hal sepele sehingga ia selalu merasa bahwa ia sedang dibicarakan oleh teman- temannya.

“Perbedaannya si cuma kalau dirumah enakya kumpul bareng keluarga, tapi ya gitu mba saya selalu tekanan banyak pikiran,saya itu tidurnya sebelahan sama kandang sapi. Kalau menantu saya udah tidur biasanya saya dibangunin anak saya dimasakin mie mba,

⁵⁷ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

⁵⁸ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

⁵⁹ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

makanya saya engga betah. Kalau dipanti saya takut sama temen-temen yang suka ngomongin saya”.⁶⁰

SH juga mengatakan bahwa ia sering membantu teman-temannya kalau membutuhkan bantuan seperti *ngerokin* dan *memijat* jika temannya sedang sakit. Namun ia merasa jika posisinya yang sedang sakit ia tidak mendapatkan perlakuan yang sama.

“Bukannya saya pamrih mba, tapi Ketika mereka yang sakit saya mau bantu ngerokin atau mijetin mba tanpa imbalan apapun. Tapi kalau giliran saya yang sakit pada nga mau bantu, tapi saya mikirnya Namanya udah pada tua mungkin lupa”.⁶¹

c. Subjek J

Menurut informan J definisi bahagia menurutnya ialah memiliki hubungan baik dengan lingkungan yang ada disekitarnya. ia selalu mencari cara agar pikirannya tenang salah satunya adalah dengan bersih-bersih dan membantu pengurus. Ia juga senang jika banyak mahasiswa yang memberikan kegiatan baru, karena menurut J dengan adanya mahasiswa mbah- mbah yang ada disana jadi tera rah dan tidak bertengkar. *“Ya saya bahagia mba, kalau mulai nda tenang pikirannya saya rewang- rewang berdih-bersih , bergerak aja biar ndak bosen. Senang juga nek ada mahasiswa gitu jadi nga berantem mba, coba kalo nga ada duhh kadang hal kecil aja buat bertengkar”*.⁶²

Informan J percaya bahwa kebahagiaan tercipta ketika ia bisa menjalin hubungan baik dengan orang-orang di sekitarnya. Menurutnya, hidup di panti akan lebih menyenangkan jika semua penghuni saling memahami dan membantu. Karena itu, J selalu berusaha menjaga sikap dan memperbaiki hubungan dengan lingkungannya.

Agar pikirannya tetap tenang dan tidak bosan, J suka menyibukkan diri. Ia sering membantu pengurus panti membersihkan atau mengerjakan tugas ringan. Baginya, melakukan hal bermanfaat membuat hati lebih tenang. Ia bilang, “Kalau pikiran tidak tenang, saya cari kerjaan seperti bersih-bersih atau

⁶⁰ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

⁶¹ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

⁶² Wawancara dengan J, 27 februari 2025

bergerak agar tidak bosan.” J juga senang ketika ada mahasiswa yang datang ke panti untuk beraktivitas bersama lansia. Menurutnya, kehadiran mahasiswa membuat suasana lebih hidup dan mengurangi pertengkaran antarpenghuni. Ia berkata, *“Senang kalau ada mahasiswa, jadi tidak mudah bertengkar. Kalau tidak ada, hal kecil saja bisa jadi masalah.”*

Hubungan J dengan teman-teman di panti sangat baik. Ia dikenal ramah dan suka menolong. Ia sering membantu lansia lain yang tidak bisa berjalan, seperti mengambilkan makanan atau minuman. Semua ia lakukan dengan tulus tanpa mengharap balasan. J menyadari tidak semua orang di panti bisa langsung akrab dengannya. Ada yang sudah dekat, ada juga yang masih asing. Namun, ia tetap berusaha mendekati mereka perlahan. Ia paham, beberapa lansia sulit mendengar, sehingga kadang salah paham jika tidak menanggapi panggilan. Sikap peduli J juga terlihat dari kebiasaannya menukar lauk dengan teman yang tidak bisa makan makanan tertentu. Ia rela memberi miliknya demi kenyamanan orang lain. Hal ini menunjukkan empati dan kepeduliannya yang besar. Meski hidup di panti punya banyak tantangan, J tetap menemukan kebahagiaan dari hal-hal kecil. Seperti ngobrol dengan teman, membantu sesama, atau ikut kegiatan bersama mahasiswa. Baginya, itu semua cukup untuk membuat hari-harinya bermakna. menjadi sosok yang disukai banyak penghuni panti karena sikapnya yang aktif dan peduli. Ia membuktikan bahwa kebahagiaan tidak harus datang dari hal besar, tapi bisa dari niat tulus untuk saling membantu. Ia juga selalu berusaha menghindari konflik dengan memahami kondisi teman-temannya. Misalnya, tidak marah jika ada yang tidak menanggapi panggilan karena gangguan pendengaran. Baginya, kesabaran adalah kunci hubungan harmonis. Melalui sikapnya, J mengajarkan bahwa kebahagiaan bisa ditemukan dalam kesederhanaan. Dengan menjaga hubungan baik dan saling membantu, hidup di panti pun terasa lebih berarti dan menyenangkan.

Menurutnya hubungannya dengan teman-teman di panti sangat baik, bahkan ia sering melayani lansia- lansia yang sudah tidak bisa berdiri untuk mengambil makanan dan hal lainnya. J mengatakan ia memiliki teman dekat

dan ada yang tidak terlalu dekat, namun ia selalu berusaha untuk pelan-pelan memahami setiap lansia yang ada di panti.

“Saya disini banyak yang sudah dekat tapi ada juga yang belum kenal, tapi saya pelan - pelan itu deketin biar kenal, Namanya udah tua ya jadi kadang itu ada mbah- mbah yang sudah tidak mendengar kalo dipanggil pasti dikira engga mau nyaut malah dikira sengaja. Saya juga kadang membantu mengambilkan makanan dan minuman kalau mbah yang sudah engga bisa jalan”.⁶³

Hal ini juga dibuktikan dengan adanya hasil observasi yang di lakukan peneliti bahwa subjek J membantu petugas dalam melayani para lansia di panti, bahkan ia rela menukarkan lauknya untuk temannya jika temannya tidak bisa memakan lauk yang diberikan pada hari itu.⁶⁴

⁶³ Wawancara dengan J, 15 Januari 2025

⁶⁴ Observasi Subjek J, 15 Januari 2025

BAB IV

ANALISIS DATA

A. Gambaran Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalankan Kehidupan Di Panti Werdha Harapan Ibu

Kebahagiaan bagi lansia yang tinggal di panti sosial merupakan aspek penting yang erat kaitannya dengan kesejahteraan psikologis dan emosional mereka. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa setiap lansia memiliki definisi kebahagiaan yang berbeda-beda sesuai dengan pengalaman hidup dan latar belakangnya. Subjek S, SH, dan J menunjukkan bahwa makna kebahagiaan dipengaruhi oleh kebutuhan emosional, hubungan sosial, dan keterikatan spiritual. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada definisi tetap tentang kebahagiaan, melainkan persepsi subjektif masing-masing individu. Ketiga subjek menunjukkan respons yang unik terhadap lingkungan panti Werdha Harapan Ibu, baik dalam hal penerimaan diri maupun hubungan dengan orang lain. Mereka mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan panti Werdha Harapan Ibu dengan cara yang berbeda-beda sesuai dengan karakter dan pengalaman hidup mereka. Hal ini menunjukkan bahwa lansia memiliki daya adaptasi yang kuat dalam menghadapi perubahan lingkungan sosial dan emosional. Kebahagiaan mereka tidak hanya bergantung pada kondisi fisik mereka, tetapi juga pada dukungan sosial dan makna hidup. Oleh karena itu, pemahaman yang utuh tentang kebahagiaan lansia sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang nyaman dan mendukung di panti sosial.

Seligman berpendapat kebahagiaan merupakan konsep psikologis yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu. Ia mengatakan kebahagiaan yang sesungguhnya merupakan hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memiliki emosi apapun.⁶⁵ Setiap individu dapat mengartikan kebahagiaan dengan cara yang berbeda-

⁶⁵ Seligman, *Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif*/Oleh Martin EP Seligman.

beda. secara subjektif ketiga subjek penelitian memiliki pemahaman tersendiri dalam mendefinisikan kebahagiaan. Subjek S mendefinisikan kebahagiaan sebagai momen ketika ia dapat bertemu kembali dengan keluarga, terutama keponakan yang telah lama tidak mengunjunginya. Seperti yang ia sampaikan pada saat wawancara *“Kebahagiaan menurut saya ya kalau saudara saya menjenguk kesini dan cita-cita saya tercapai mba”*. Ia mengaku bahwa dua tahun terakhir tidak ada satu pun anggota keluarga yang datang menjenguknya ke panti. Padahal jarak tempat tinggal keluarganya masih dalam wilayah yang sama dengan lokasi panti. Hal ini menimbulkan rasa kecewa dan sedih dalam dirinya karena merasa diabaikan. Meskipun demikian, ia tetap mencoba menyesuaikan diri dan mencari kebahagiaan melalui kegiatan-kegiatan yang dilakukan di panti. *“Saya sedih kenapa dekat tapi kok belum berkunjung, tapi saya dengar sekarang dia kerja di kalimantan. Mungkin karena itu mba jadi ndak bisa jengukin saya, yaa semoga nanti bisa kesini setelah pulang”*.⁶⁶ Subjek S mengaku merasa terhibur dengan kehadiran mahasiswa yang sering mengadakan aktivitas bersama lansia seperti senam, kajian Islam, meronce, dan karaoke. *“Saya bersyukur kadang ada anak- anak mahasiwa disini buat nga jenuh lagi mba”*.⁶⁷ Kegiatan tersebut mampu mengalihkan pikirannya dari rasa sepi dan kesendirian yang sering dirasakannya. Ia juga aktif mengikuti jadwal piket dan gotong royong sebagai bentuk partisipasinya dalam kehidupan panti. Kebahagiaan baginya merupakan kombinasi antara harapan bertemu keluarga dan kenyamanan hidup di panti. Ia berusaha menciptakan rasa bahagia dari hal-hal sederhana seperti menambahkan bumbu pada makanan agar lebih sesuai selera. *“Biasanya kalau misal sop atau sayur bening gitu saya buat sambel kecap mba, kalo misal kurang asin aja ya paling ditambah- tambahin garam atau masako”*.⁶⁸

Sementara itu, subjek SH memandang kebahagiaan sebagai keinginan untuk bisa berkumpul kembali dengan anak dan cucunya. *“kebahagiaan saya*

⁶⁶ Wawancara dengan S, 15 Januari 2025

⁶⁷ Wawancara dengan S, 15 Januari 2025

⁶⁸ Wawancara dengan S, 15 Januari 2025

ya kalau bisa bertemu dengan anak dan cucu saya yang lama tidak bertemu”.⁶⁹ Namun karena tidak ada satu pun dari keluarganya yang mengetahui keberadaannya di panti, harapan itu belum dapat terwujud. Ia tidak memaksakan keadaan dan memilih untuk menerima takdir hidupnya saat ini. *“Saya kan disini belum ada yang tau keluarga, kalau mau ditemuin ya alhamdulillah walaupun ndak ya nga apa-apa. Saya udah nyaman disini “*.⁷⁰ Rasa syukur tetap ia rasakan karena mendapat tempat tinggal yang layak dan teman-teman yang bisa diajak berbagi cerita. *“Saya belajar buat ikhlas karena bagaimanapun saya dibawa kesini masih untung semua hal dikasih, saya tidak tahu nasib saya kalau masih diluar sana, saya tidak memiliki uang sama sekali. Bersyukur saya dibawa kesini masih bisa menikmati semua ini”*.⁷¹ Ia merasa cukup terhibur dengan kehadiran mahasiswa yang sering datang ke panti dan mengajaknya beraktivitas. Selain itu, keberadaan teman masa kecilnya di panti menjadi sumber dukungan emosional yang sangat berarti baginya. Namun, SH juga menghadapi tantangan seperti keterbatasan keuangan dan kesehatan yang kadang membuatnya merasa tidak nyaman. Ia bahkan pernah menukar baju pemberian panti untuk mendapatkan uang guna membeli keperluan pribadi. Dalam kondisi seperti itu, SH merasa sangat terbantu oleh temannya yang selalu mendukung, khususnya dalam hal keuangan dan kebutuhan dasar lainnya. *“saya kalau tidak ada dia engga tau bagaimana, dia selalu membantu saya, karena saya engga ada yang menjenguk dan dia yang selalu mendengarkan keluh kesah saya. Saya sering takut kalau ada yang membicarakan saya diam – diam ”*.⁷² Meski hidupnya tidak mudah, SH tetap berusaha untuk ikhlas dan bersyukur atas apa yang dimilikinya saat ini.

Subjek J adalah lansia yang telah tinggal paling lama di Panti Werdha Harapan Ibu, yaitu selama dua belas tahun. Ia memandang kebahagiaan sebagai ketenangan pikiran dan hubungan sosial yang harmonis. *.”Kebahagiaan saya*

⁶⁹Wawancara dengan S, 27 Februari 2025

⁷⁰ Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

⁷¹ Wawancara dengan SH, 27 Februari 2025

⁷² Wawancara dengan SH, 15 Januari 2025

kalau pikiran saya tenang, sama saya tu seneng gitu mba kalau nga ada masalah sama orang lain".⁷³ J memiliki cara tersendiri untuk menjaga ketenangan batin, yaitu dengan membaca surat Al-Ikhlas dan dua kalimat syahadat sebagai amalan yang diajarkan oleh neneknya. *"Saya bisa tenang ya mergae baca amalan yang di suruh nenek saya mba. Baca surat al-ikhlas biasanya sama 2 kalimat syahadat"*.⁷⁴ Ia meyakini bahwa pikiran yang tenang akan membawa pada keikhlasan dalam menjalani hidup di masa tua. Selama tinggal di panti, ia menunjukkan sikap positif dan aktif dalam membantu kegiatan sehari-hari seperti memasak dan membersihkan lingkungan. Ia dikenal sebagai sosok yang mandiri dan penuh semangat, bahkan sering mengingatkan teman-temannya untuk ikut menjaga kebersihan. Hubungannya dengan lansia lain sangat baik, ia bahkan membantu teman-temannya yang kesulitan mengambil makanan atau berjalan.⁷⁵ Kehadirannya menjadi penyemangat bagi penghuni panti lainnya. Ia juga merasa bahagia saat mahasiswa datang ke panti karena suasana menjadi lebih hidup dan menyenangkan. Menurut J, bahagia itu sederhana: ketika hidup dijalani tanpa beban dan ada orang-orang yang saling peduli.

Dari keterangan masing-masing subjek diatas jika dikaitkan dengan dengan teori kebahagiaan dari martin Seligman, yaitu relasi sosial yang positif, keterlibatan penuh, penemuan makna, optimisme dan resiliensi.⁷⁶ Maka kelima aspek tersebut dapat ditemukan dalam kehidupan para subjek yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu Semarang. Aspek pertama adalah relasi sosial yang positif. Dari hasil wawancara dan observasi di dapat bahwa ketiga subjek berhubungan baik dengan sesama penghuni panti dan mahasiswa yang datang membawa kebahagiaan tersendiri. Aspek kedua adalah keterlibatan penuh dalam kegiatan. Ketiga subjek terlibat aktif dalam kegiatan seperti bersih-bersih, memasak, atau mengikuti senam dan kajian. Aspek ketiga adalah

⁷³ Wawancara Dengan J, 27 Februari 2025

⁷⁴ Wawancara Dengan J, 27 februari 2025

⁷⁵ Observasi Subjek J, 15 Januari 2025

⁷⁶ Sarmadi, *'Psikologi Positif'*.

penemuan makna dalam keseharian. Meskipun hidup mereka tidak lagi dalam lingkup keluarga, mereka menemukan makna baru melalui kegiatan sosial dan ibadah. Aspek keempat adalah optimisme. Subjek S dan J menunjukkan pandangan positif terhadap masa depan, meskipun kenyataannya tidak mudah. Aspek kelima adalah resiliensi, atau kemampuan untuk bangkit dari kesulitan. Subjek SH, meski pernah mengalami perlakuan buruk dari keluarga, tetap bisa menyesuaikan diri dan merasa bersyukur.

Tabel 4. 1 Aspek Kebahagiaan

Aspek Kebahagiaan (Seligman)	Subjek S	Subjek SH	Subjek J
Positive Relationship	Menyesuaikan diri dengan teman dan pengurus, ikut kegiatan bersama, walau masih merasa kesepian karena rindu keluarga	Berteman dengan teman lama di panti, merasa didukung dan dihargai, meskipun kadang merasa dibicarakan teman	Menjalin hubungan harmonis dengan semua penghuni panti, suka membantu sesama lansia, dan menjaga suasana damai
Engagement (Keterlibatan)	Aktif mengikuti kegiatan panti: senam, kajian agama, karaoke, dan kerja bakti	Terlibat dalam kegiatan panti, kadang membantu teman yang sakit	Sangat aktif membantu petugas dan lansia lain, seperti bersih-bersih dan melayani lansia lain

Meaning (Makna Hidup)	Menemukan makna melalui penerimaan dan rutinitas di panti, meski tetap berharap dikunjungi keluarga	Menerima keadaan hidup di panti, mensyukuri fasilitas yang ada, dan menyadari keterbatasan dalam hidup keluarga	Merasa hidupnya bermakna dengan membantu orang lain dan menjaga ketenangan panti
Optimism (Optimisme)	Masih berharap bisa bertemu keponakan meski jarang dikunjungi, berusaha tetap berpikir positif tentang alasan ketidakhadiran keluarga	Tidak memaksakan harapan bertemu keluarga, tetapi tetap berharap dan pasrah pada takdir	Sangat optimis, tidak banyak mengeluh, dan selalu mencari sisi baik dari situasi
Resilience (Ketahanan Diri)	Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan panti meski rindu keluarga, mencari kebahagiaan sederhana dari makanan dan kegiatan bersama	Bertahan meskipun tidak ada yang menjenguk, bahkan rela menukar baju untuk kebutuhan pribadi, menerima nasib	Mampu mengatasi konflik sosial kecil, memahami kondisi lansia lain, dan sabar jika terjadi kesalahpahaman

		dengan sabar dan ikhlas	
--	--	----------------------------	--

Namun, beberapa hambatan juga mempengaruhi tingkat kebahagiaan lansia tersebut. Hambatan pertama adalah rasa rindu terhadap keluarga yang belum bisa terobati, seperti yang dialami oleh S dan SH. Kedua, keterbatasan ekonomi juga menjadi beban, khususnya bagi SH yang harus memikirkan cara mendapatkan uang untuk membeli kebutuhan pribadi. Ketiga, kondisi kesehatan yang menurun juga menjadi faktor penghambat, terutama bagi lansia yang sudah mengalami sakit kronis atau gangguan mobilitas. Hambatan sosial seperti prasangka atau perasaan dikucilkan juga bisa memengaruhi kestabilan emosional mereka. Hal ini sempat dirasakan oleh SH yang mengaku merasa dibicarakan secara diam-diam oleh teman-temannya.

Tabel 4. 2 Hambatan Kebahagiaan

Faktor	Subjek S	Subjek SH	Subjek J	Analisis Singkat
Relasi Sosial	Cukup aktif	Terbatas & pasif	Sangat aktif	Relasi sosial mendukung kebahagiaan, J paling unggul.
Keuangan	Cukup stabil	Sulit & bergantung	Stabil, dibantu keluarga	Keuangan stabil mendukung kenyamanan emosional.
Kesehatan	Baik	Sering nyeri	Baik	Kesehatan mendukung aktivitas dan kemandirian.
Spiritualitas	Moderat	Rendah	Tinggi	Spiritualitas tinggi cenderung memunculkan ketenangan.

Namun, ketiga subjek menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi hambatan tersebut dengan sikap ikhlas dan kesabaran. Mereka tidak menjadikan masalah itu sebagai alasan untuk putus asa. Bahkan, beberapa dari mereka memilih untuk fokus membantu orang lain agar tetap merasa berguna. Hambatan ini menunjukkan bahwa kebahagiaan bukan berarti bebas dari masalah, tetapi bagaimana seseorang mampu menyikapi masalah tersebut dengan bijaksana.

Dalam konteks kebahagiaan menurut Islam, Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa kebahagiaan sejati tidak hanya berasal dari aspek duniawi, tetapi juga dari aspek spiritual. Dalam bukunya *Kimiya as-Sa'adah*, beliau menekankan pentingnya pengenalan diri dan penerimaan takdir Allah sebagai jalan menuju kebahagiaan hakiki.⁷⁷ Dari ketiga subjek, hanya Subjek J yang menunjukkan kedekatan spiritual secara konsisten melalui kegiatan ibadah seperti puasa sunnah dan membaca amalan harian. J juga tampak lebih stabil secara emosional dan tidak tergantung pada kehadiran keluarga untuk merasa bahagia. Sementara itu, Subjek S dan SH masih sangat bergantung pada hubungan emosional dengan keluarga sebagai sumber utama kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa dimensi spiritual belum menjadi pondasi utama dalam kebahagiaan mereka. Oleh karena itu, pendekatan spiritual dan keagamaan perlu lebih ditekankan dalam pembinaan lansia di panti. Dengan pendekatan ini, diharapkan lansia mampu menemukan kedamaian batin dan ketenangan yang bersifat lebih permanen.

Dari hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor seperti relasi sosial, kegiatan positif, dan pengelolaan emosi memiliki peran besar dalam membentuk kebahagiaan lansia. Dukungan lingkungan seperti teman, pengurus panti, dan mahasiswa menjadi elemen penting dalam memperkuat emosi positif mereka. Meskipun ada keterbatasan, lansia tetap mampu beradaptasi dan menciptakan ruang kebahagiaan di tengah keterbatasan tersebut. Keberadaan kegiatan rutin di panti juga menjadi media efektif untuk

⁷⁷ Abu Hamid Al-Ghazali, *'Kimiya' al-Sa 'Adah*, Jakarta: Zaman, 2001.

menumbuhkan semangat dan rasa kebersamaan. Selain itu, pengakuan akan peran mereka di lingkungan panti, seperti membantu sesama atau aktif dalam kegiatan, menumbuhkan rasa berharga dan berguna. Hal ini sangat penting karena banyak lansia merasa kehilangan peran ketika memasuki usia lanjut. Kegiatan yang memberikan kesempatan untuk berkontribusi dapat menumbuhkan makna hidup.

Dengan demikian, pemenuhan aspek psikologis dan sosial sangat penting untuk meningkatkan kebahagiaan lansia. Oleh karena itu, pengelola panti perlu terus meningkatkan program yang bersifat partisipatif dan memberdayakan lansia. Secara keseluruhan, gambaran kebahagiaan lansia di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang menunjukkan bahwa meskipun berada dalam kondisi yang tidak ideal, mereka tetap mampu menemukan arti kebahagiaan dalam hidupnya. Ketiga subjek memperlihatkan bahwa kebahagiaan bukan hanya tentang kemewahan atau keberadaan keluarga, tetapi lebih pada bagaimana mereka menyikapi kehidupan saat ini. Kebahagiaan dapat ditemukan dalam bentuk hubungan yang harmonis, aktivitas yang bermakna, dan kedamaian batin yang lahir dari penerimaan atas kondisi yang ada. Bahkan di tengah keterbatasan, lansia masih mampu membangun rasa optimisme dan keikhlasan. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam terhadap kebutuhan emosional dan spiritual lansia sangat diperlukan. Hal ini akan membantu menciptakan pendekatan yang lebih holistik dalam merawat dan mendampingi lansia. Panti sosial bukan hanya tempat tinggal, tetapi juga menjadi ruang tumbuh dan berkembang bagi para lansia. Maka penting bagi semua pihak untuk terus mendukung kesejahteraan emosional dan spiritual mereka. Dengan demikian, lansia dapat menutup perjalanan hidupnya dalam damai, bahagia, dan penuh makna.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran kebahagiaan lansia dalam menjalani kehidupan di panti Werdha Harapan Ibu Semarang, maka didapat kesimpulan sebagai berikut :

Kebahagiaan lansia di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang dipengaruhi oleh berbagai faktor, faktor psikologis dan spiritual. Menurut analisis hasil, lansia merasa bahagia jika memiliki hubungan sosial yang baik, terlibat dalam kegiatan bermakna, mampu menemukan makna hidup, berpikir positif, dan kuat menghadapi masalah. Meskipun beberapa lansia merasakan kesedihan karena jauh dari keluarga, mereka berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan baru melalui partisipasi dalam aktivitas seperti senam, kajian keagamaan, dan interaksi dengan mahasiswa. Kehadiran mahasiswa dan kegiatan yang mereka adakan menjadi sumber hiburan dan semangat baru bagi para lansia, membantu mengurangi rasa kesepian dan monotonnya kehidupan sehari-hari.

Selain itu, sikap ikhlas dan pasrah terhadap takdir menjadi kunci utama dalam mencapai ketenangan batin. Lansia yang memiliki kedekatan dengan nilai-nilai spiritual, seperti rajin beribadah dan bersyukur, cenderung lebih stabil secara emosional. Mereka mampu menghadapi tantangan hidup di panti dengan lebih tenang dan tidak mudah terpengaruh oleh konflik kecil dengan sesama penghuni. Hal ini sejalan dengan pandangan Imam Al-Ghazali dalam kitab *Kimiya as-Sa'adah*, yang menekankan bahwa kebahagiaan sejati berasal dari ketenangan jiwa dan penerimaan terhadap ketentuan Allah.

Namun, terdapat beberapa hambatan yang memengaruhi kebahagiaan lansia, seperti keterbatasan ekonomi, kondisi kesehatan yang menurun, serta perasaan dikucilkan atau tidak dipahami oleh teman-teman di panti. Beberapa lansia bahkan harus berjuang untuk memenuhi kebutuhan

pribadi karena tidak memiliki keluarga yang rutin memberikan bantuan finansial. Meskipun demikian, mereka menunjukkan ketahanan diri dengan tetap berpikir positif dan mencari solusi, seperti saling membantu sesama penghuni panti.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka penulis memberikan saran kepada berbagai pihak antara lain:

1. Bagi panti Werdha Harapan Ibu Semarang dapat meningkatkan program kegiatan yang melibatkan lansia secara aktif seperti Keagamaan, keterampilan, atau rekreasi untuk memperkuat rasa memiliki dan kebahagiaan.
2. Bagi keluarga lansia mampu mempertahankan komunikasi dan kunjungan rutin kepanti untuk memenuhi kebutuhan emosional lansia, meskipun mereka tinggal di luar rumah.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat memanfaatkan variabel lain yang berkaitan dengan Kebahagiaan untuk menyempurnakan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Rianto, *Metodologi Penelitian Sosial Dan Hukum* (Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2021)
- Al-Ghazali, Abu Hamid, 'Kimiya'al-Sa 'Adah', *Jakarta: Zaman*, 2001
- Carr, A, 'Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths, 27 Church Road', *Hove, East Sussex*, 2004
- creswell jhon, *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*, ed. by saifuddin zuhri qudsy (pustaka pelajar, 2015)
- Desmita, Psikologi Perkembangan, 'Remaja Rosdakarya' (Bandung, 2009)
- Feist, J and Feist, G., *Theories of Personality*, ketuju (salemba Humanika, 2010)
- Haidar Bagir, *Al-Ghazali, Kimia Kebahagiaan* (Mizan, 1991)
- Hurlock, E.B, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (2007)
- , *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, 5th edn (Erlangga, 2015)
- Hurlock, E B, 'Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Masa Rentang Kehidupan', *Terjemahan: Istiwidayanti Dan Soewarjono*. *Jakarta: Erlangga*, 2008
- Hurlock, Elizabeth B, 'Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Istiwidayanti Dkk', *Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga*, 2010
- Jalaluddin Rakhmat, *Meraih Kebahagiaan* (Simbiosis Rekamata Media, 2006)
- Johnson, John M, 'Doing Field Research' (The Free Press, 1975)

- Kriyantono, Rachmat, *Teknik Praktis Riset Komunikasi Kuantitatif Dan Kualitatif: Edisi Kedua* (Prenada Media, 2022)
- Lase, Natal Pasrah, and Devy Leonardo Richard Souisa, 'Peran Keluarga Bagi Orang Usia Lanjut', *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 14.2 (2021), pp. 87–96
- Moleong, Lexy J, “‘Metodologi Penelitian Kualitatif,(Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), Cet’, *Ke-13, H*, 111 (2017)
- , 'Metodologi Penelitian Kualitatif (Revisi)', *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*, 2017, pp. 102–7
- Mudhofir Abdullah, *Mukjizat Tafakur (Cara Sukses Merengkuh Kebahagiaan Dan Puncak Spiritualita)*
- Myers, David G, 'Psikologi Sosial', *Jakarta: Salemba Humanika*, 2012, pp. 189–229
- , 'The Pursuit of Happiness: Discovering the Pathway to Fulfillment, Well-Being, and Enduring Personal Joy', *(No Title)*, 1993
- Nugroho, Wahyudi, 'Konsep Keperawatan Gerontik & Geriatrik', *Jakarta: EGC*, 2012
- Poespoprodjo, Warsito, *Filsafat Moral: Kesusilaan Dalam Teori Dan Praktek* (Remadja Karya, 1988)
- Rahem, Zaitur, 'Menggali Paradigma Pendidikan Berkeadaban Dari Kitab Ayyuha Al-Walad Dan Kimiatus Saâ€™™ Adah', *Jurnal Islam Nusantara*, 2.1 (2020), pp. 60–71
- Rusydi, Teuku Eddy Faisal, 'Psikologi Kebahagiaan' (Progresif Books, 2007), p. 9
- Sadya, Sarnita, 'Persentase Penduduk Lansia Di Indonesia Menurun Pada 2022', 2022 <<https://dataindonesia.id/varia/detail/persentase-penduduk-lansia-di-indonesia-menurun-pada-2022>>

- Santrock, Jhon W, *Life_Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, 5th edn (Erlangga, 2002)
- Santrock, John W, 'Life-Span Development (Edisi 13 Jilid 1)', *Jakarta: Erlangga*, 2012, pp. 1–2
- Sarmadi, Sunedi, 'Psikologi Positif', *Yogyakarta: Titah Surga*, 2018, pp. 27–35
- Sarosa, Samiaji, 'Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar', *Jakarta: Indeks*, 2012
- Seligman, M E, and P Flourish, 'A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being', *New York*, 2025.25 (2011), p. 119
- Seligman, Martin E P, 'Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif/Oleh Martin EP Seligman', *Penerjemah: Eva Yulia Nukman*, 2005
- Stuti, Adi Kusuma, and Ahmad Mustamir Khoirun, 'Metode Penelitian Kualitatif', *Karya Tulis Ilmiah*, 59 (2019), pp. 1–171
- Suardiman, Siti Partini, 'Psikologi Lanjut Usia', *Yogyakarta: Gadjah Mada University*, 2011
- , *Psikologi Usia Lanjut* (Gadjah Mada University Press, 2016)
- Sugiyono, Sugiyono, 'Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D', *Alfabeta Bandung*, 2010, pp. 170–82
- Tavares, Renata Evangelista, 'Healthy Aging From The Prespective of The Elderly', *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, *Rio de Janeiro*, 2017
- Veenhoven, Ruut, Joop Ehrhardt, Monica Sie Dhian Ho, and Astrid de Vries, *Happiness in Nations: Subjective Appreciation of Life in 56 Nations 1946–1992*. (Erasmus University Rotterdam, 1993)

LAMPIRAN- LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA

A. Daftar Pertanyaan untuk pengurus di panti werdha Harapan Ibu Semarang

1. alasan para lansia masuk di panti ini apa bu biasanya?
2. Berapa Jumlah lansia yang ada disini?
3. kalau baru masuk lansia pada memberontak atau bagaimana bu?
4. Apakah ada kegiatan keagamaan di panti bu?
5. Apakah para lansia melaksanakan ibadah karena kesadaran atau ada perintah dari panti?
6. Apakah lansia disini merasa bahagia dengan kegiatan yang ada?
7. apakah kesulitan yang dialami dalam menghadapi Lansia?

B. Daftar Pertanyaan untuk Lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu

1. Ceritakan alasan atau penyebab masuk panti Wedha Harapan Ibu!
2. Ceritakan perasaan dan pengalaman apa yang dirasakan saat masuk panti!
3. Bagaimana perasaan Mbah saat melakukan ibadah?
4. Bagaimana perasaan Mbah saat membantu orang lain?
5. Bagaimana hubungan Mbah dengan teman- teman yang ada disini?
6. Apakah Mbah memiliki teman dekat dipanti?
7. Bagaimana perasaannya kalau ada kegiatan di panti?
8. Apa saja yang sudah didapatkan selama berkegiatan di panti Werdha Harapan Ibu?

9. Apakah selama tinggal di panti Mbah sudah merasa bahagia, dan ceritakan hal yang membuat bahagia dan membuat tidak bahagia?
10. Menurut mbah kebahagiaan itu apa sih?
11. Menurut Mbah Ikhlas itu apa?
12. Apakah mbah sudah merasa ikhlas, dan apa yang membuat Mbah merasa Ikhlas?
13. Menurut mbah apakah ada hubungan ikhlas dengan kebahagiaan yang mbah alami?
14. Bagaimana pemaknaan bahagia dan ikhlas menurut mbah?

Lampiran 1. 2 Hasil Wawancara

Hasil Wawancara dengan pengurus di panti werdha Harapan Ibu Semarang

1. alasan para lansia masuk di panti ini apa bu biasanya?

Panti disini menampung orang- orang yang terlantar, ada yang hasil nemu dijalan, masyarakat yang tidak punya tempat tinggal, ada yang jadi pembantu trus di masukan disini, yang bener bener ndal puya keluarga, kadang ada lemparan dari panti lain. Ada anak yang ndak mau ngurus bener-bener kaya buang pitek aja gitu.

2. Berapa Jumlah lansia yang ada disini?

Ada 27 orang tapi yang bisa mengikuti kegiatan 21, karena kondisi yang sudah ndak bisa jalan atau lagi sakit.

3. kalau baru masuk lansia pada memberontak atau bagaimana bu?

Ohh biasanya yang disini harus dipastikan kesehatannya, saya cek KTPnya harus di pastikan KTP Semarang, kalau memberontak ya pasti ini dibawake among jiwa dulu dibawa ke dinsos.

4. Apakah ada kegiatan keagamaan di panti bu?

Kalau yang muslim, Ya biasanya tahlilan bersama, ngaji bersama, ada ustazahnya biasanya kalau ada mahasiswa uin disuruh ngisingaji gitu. Jangkanya 1 minggu sekali. Kalau non ya mahasiswa yang non saya suruh ngisi.

5. apakah para lansia melaksanakan ibadah karena kesadaran atau ada perintah dari panti?

Ada yang sholat ada yang engga. Kalau sholat kan masalah kesadaran ya mba, mau di paksa kalau belum sadar ya masih belum mau. Ada juga yang sudah menjalankan 5 waktu ada juga engga. Kalau yang udah bisa 5 waktu Dasarnya waktu muda itu sudah melaksanaka sholat 5 waktu, kalau udah terbiasa ya pasti ada kesadaran buat sholat

6. Apakah lansia disini merasa bahagia dengan kegiatan yang ada?

Ohh iya bahagia sekali mereka mba. Saya bagi piket- piket ada yang bersih- bersih, bantu bantu piket nyapu dan lain- lain. ada kegiatan yang di adakan mahasiswa cukup membantu

7. apakah kesulitan yang dialami dalam menghadapi Lansia?

Biasanya pada bertengkar ndak nurut gitu, nek dibilangin ndak nurut bikin jengkel.

Hasil wawancara dengan Lansia yang tinggal di panti Werdha Harapan Ibu Semarang

Subjek S

CRL: Perkenalkan saya catelia mbah, mahasiwa uin walisongo. Sebelumnya izin ya mbah dengan mbah siapa ini ? usianya berapa mbah?

S: Saya sumiati, lahirnya tanggal 10 bulan 10 tahun 1944 berarti kalo sekarang ya 80 tahun mba.

CRL: Boleh diceritakan mbah awal masuk panti itu tahun berapa dan alasannya apa mbah?

S: Saya disini kurang lebih sudah 5 tahun, masuk 2021 waktu itu, yang bawa keponakan saya. Karena mungkin saya sudah tua, sudah ndak boleh kerja ndak boleh kemana-mana. Saya kan dulunya membantu buat kueh brownis pesenan- pesenan dirumah ponaka saya di Jakarta. Saya sebenarnya nga mau mba diajak kesini tapi ya gimana lagi saya ikut ponakan saya. Saya udah ndak punya saudara sudah pada meninggal, saya anak ketiga ndak punya anak , sudah cerai lama sama suami saya. Dia ndak setia kok, selingkuh mbah.

CRL: berarti masih sering di jenguk keluarga mbah?

S: biasanya iya setiap bulan puasa, tapi satu tahun kemarin ndak dijenguk. Katanya ponakan saya udah kerja di Kalimantan mungkin karena jauh, semoga nanti tahun ini dateng kesini.

CRL: bisa diceritakan nga mbah selama 5 tahun ini apa yang dirasakan di panti? Udah dapat pengalaman apa aja?

S: ya mengikuti kegiatan aja yang diadakan, banyak kegiatan kalau ada mahasiswa kadang ada olahraga bersama, diajarin buat manik- manik sama merajut kemarin. Banyak lah kegiatannya. Saya paling piket aja sesuai jadwal yang udah dibuat gitu aja sih mba nyapu , ngepel.

CRL: Selama disini ada ndak kegiatan keagamaan mbah?

S: ada, setiap jumat ada kultum gitu mba. Kalau sholat saya masih sering sholat di deket ranjangnya sendiri sendiri. Kalau puasa juga ada sholat traweh bareng- bareng.

CRL: kalau lagi sholat gitu apay ag dirasain mbah? Apa karena rutinitas gitu aja mba?

S: Saya sholat dari waktu mud amba, kalau sekarang ya palingan ada yang lupa-lupa gitu bacaannya. Kalo abis sholat ya melaksanakan kewajiban mba sama Allah, diterima atau engga namanya udah tua sebisa-bisanya aja mba.

CRL: selama disini punya teman deket mbah?

S: biasa aja sih , paling ngobrol gitu biasa.

CRL: hubungannya baik semua mbah sama teman- teman yang ada di panti?

S: baik semua, nga ada yang gimana- gimana. Ada yang dekat ada yang belum kenal juga karena kan saya baru disini.

CRL: pernah di gimana- gimanain teman- teman nga mbah awal- awal disini?

S: awalnya susah nyesuaiinnya apalagi orang banyak gini, pasti ada aja pas awal- awal tapi setelah itu ya ndak lagi.

CRL: mbah sendiri suka membantu temen- temennya apa pernah dibantu apa selama disini?

S: ya kalau disini biasanya kan gotong royong itu bersih- bersih panti, paling saya kalau apa-apa saya sama temen saya itu.

CRL: Perasaan mbah lebih suka disini atau dirumah aja?

S: Disini suka kalau banyak mahasiswa ramai, banyak kegiatan ada yang ngajak ngobrol, cerita gitu. Nek saya sebenarnya ya suka dirumah lebih produktif tapi ya gimana, kalau ada pilihan saya mau keluar dari sini .

CRL: kalau lagi kepikiran pengen pulang biasanya mbah ngapain mbah?

S: saya biasanya ditenangin dulu pikirannya,biasanya shola tabis itu cerah pikirannya.

CRL: awal penyesuaian apa yang dilakukan mbah?

S: awal ya pelan- pelan , pikirannya selalu dibuat tenang sama dibiasakan.

CRL: tadi semisal ada pilihan lain dari pada disini mbah mau kemana?

S: engga tau ya kalau sekarang,soalnya udah disini ya udah dijalani aja.

CRL: kalau ditanya udah bahagia mbah bahagia ndak mbah?

S: kalau saya dibuat sedang- sedang aja mba, terlalu bahagia juga engga,nga bahagia juga engga. Udah nyaman disini, yang penting saling membantu.

27 Februari 2025

CRL: bagaimana perasaan mbah saat ini,apakah sudah merasa bahagia tinggal di panti?

S: setengah – setengah mba, kurang bahagia.

CRL: Menurut mbah bahagia itu apa si?

S: ya bahagia menurut saya ketika di kunjungi keluarga.

CRL: menurut mbah orang yang bahagia itu yang bagaimana?sebab-sebab

S: yang bahagia ya yang terakbul cita-citanya,melakukan hal dengan tulus dan terlaksana apa yang dia mau.

CRL: apa yang membuat mbah bahagia tinggal disini dan apa yang membuat tidak bahagia tinggal di sini?

S: kembalinya kekeluarga kalao yang buat nga bahagia itu makanannya kurang sesuai.kalau saya sekarang saya tambah bumbu- bumbu sendiri biar sesuai sama yang sama mau. Makanya siap sedia kaya Masako, garam gula gitu.

CRL: bagaimana pemaknaan kebahagiaan menurut mbah? Atau hikmah apa yang didapat?

S: kalo saya ya jadi bahagia dan senang untuk mengikuti segala kegiatan dan aktivitas yang ada di panti.

CRL: apakah mbah sudah merasa ikhlas tinggal di panti?

S: belum bisa ikhlas , karena ndak betah. Pngen keluar dari sini.

CRL: menurut mbah ikhlas itu apa?

S: ikhlas menurut saya ya pasrah emm memasrahkan diri dari pikiran dengan beribadah gitu kalo saya.saya disini belum sepenuhnya ikhlas, berusaha ikhlas. Kalau disini jenuh banget rasanya ya pngen pulang aja, pngen punya kegiatan kaya dulu.

Subjek SH

CRL: Perkenalkan saya catelia mbah, mahasiwa uin walisongo. Sebelumnya izin ya mbah dengan mbah siapa ini ? usianya berapa mbah?

SH: Saya mbah Sri Harianti, lahirnya tanggal 15 februari 1952 , sekarang 73 tahun asli semarang udah 5 tahun di panti

CRL: Boleh diceritakan mbah awal masuk panti itu tahun berapa dan alasannya apa mbah?

SH: Saya pergi dari rumah anak saya yang ada di temanggung, karena tidak cocok dengan menantu akhirnya pergi ke tempat mencari saudara yang pada tinggal di kesung mundu, ternyata udah pada meninggal. Kemudian saya dibawa Pak RT ke sini awalnya saya takut dibawa karena bayangannya panti jompo itu seram. Awalnya saya tidak langsung di bawa kesini sempat di bawa ke among jiwo dulu baru ditaruh disini. Saya 3 bersaudara, adik- adik sudah meninggal. Saya punya 3 anak.

CRL: bagaimana perasaan mbah selama disini?

SH: yaa dijalani, apa adanya. Kalau suka susah mau makan beli jajan suka dikasih sama mbah jarmiatun. Karena ya belum ada saudara yang tau kalau saya di panti.

CRL: selama di panti berarti belum ada yang menjenguk mbah?

SH: nga pernah belum ada mba, karena yang pertama saya ada masalah sama besan saya, saya disuruh tidur di dekat kendang kambing.niat saya kan pergi untuk mencari saudara saya

CRL: bisa diceritakan nga mbah selama 5 tahun ini apa yang dirasakan di panti? Udah dapat pengalaman apa aja?

SH: saya disini ya jalani aja bener- bener apa adanya kalau ada yang ngasih ya diterima kalau engga ya udah. Makan disini juga, makan apa adanya aja.

CRL: Selama disini ada ndak kegiatan keagamaan mbah?

SH: ya kalau rutinan ada, atau kalau ada mahasiswa itu ada juga.

CRL: kalau lagi sholat gitu apa yang dirasain mbah? Apa karena rutinitas gitu aja mba?

SH: saya masih melaksanakan ibadah puasa dan ibadah sholat sebisanya soalnya dulu ibunya agamanya belum islam, tapi katolik. Terus pas ibu saya meninggal minta buat didoain jadi sama masuk islam biar bisa doain ibu saya. Saya kalau puasa ya diajakin sama mbah jar itu yang puasanya masih terus dijalani.

CRL: disini kesulitannya apa mba?

SH: susah nya ya nga boleh keluar – keluar kadang pengen lihat jalan keluar gitu pasti nga boleh. Kesulitan nya nga ndak punya uang, karena ndak ada yang ngasih. Kadang kalau pengen jajan itu utang dulu mba besok kalau ada uang baru bayar. Kadang ya baju dari panti yang baru di tuker uang biar dapet uang mba. Kadang kalau mau beli obat susah, kadang selalu dikasi mba jarmilatun. Saya kalau ndak ada mba jar ya ndak tau mba.

CRL: selama disini punya teman dekat mbah?

SH: punya teman dekat di panti,mbah jarmilatun itu temen masa kecil saya. Yang kebetulan ketemudi panti ini

CRL: hubungannya baik semua mbah sama teman- teman yang ada di panti?

SH: kadang ya suka berantem gara- gara hal sepele, yahh namanya udah tua y amba ngomongnya suka seenaknya.

CRL: perbedaan yang dirasakan saat dirumah sama di panti ada ndak mbah?

SH: kalau dirumah kan ada anak kumpul keluarga, kalau disini harus menyesuaikan ada temen yang cerewet galak gitu. kalau masalah makan ya ndak papa diterima, kalau beli obat itu yang susah, karena kaki saya kan lagi sakit ada yang bantu ya alhamdulillah, kalau bisa ya di balas saling tolong menolong.

CRL: pernah di gimana- gimanain teman- teman nga mbah awal- awal disini?

SH: yaa pernah ada yang pukul kaki saya, tapi saya ya ngagepnya itu dia engga sengaja

CRL: mbah sendiri suka membantu temen- temennya apa pernah dibantu apa selama disini?

SH: kalau saya seringnya kalau misal ada teman yang minta kerok ada yang minta pijet pasti saya bantu mba

CRL: mbah selama disini sering ndak dikasih sama tamu yang dateng?

SH: Kadang mba, kadang dikasi kadang engga, kalau semisal dikasi nya lewat kantor susah kalau mau mintanya. Kalau saya udah mepet ya minta sama mahasiswa mba. Susahnya kalau mau puasa tu sahur nya gimana puasa sunah senin kemis biasanya.

CRL: bagaimana perasaannya kalau ada mahasiswa disini mbah?

SH: senang sekali mba kalau ada mahasiswa, banyak ngobrol. Kalau ndak ada mahasiswa ya malah saya tidur terus

CRL: bagaimana perasaan mbah kalau abis menolong teman?

SH: saya senang mba mrmbasnya dan tidak pernah meminta imbalan, tapi kalau pas saya yang butuh itu malah kaya gitu, tapi saya mikir ya sudah namanya sudah tua pasti lupa.

CRL: kalau mbah dikasi pilihan mau keluar mbah mau gimana?

SH: pengennya ya ketemu anak, tapi anak nya malah kaya gitu. Yaa gimana-gimana saya hidup mati disini mba. Saya juga udah merasa nyaman disini enak disini, ndak kebanyakan pikiran.

CRL: kalau lagi kepikiran pengen pulang biasanya mbah ngapain mbah?

SH: biasanya ya berdoa sebisanya, yaa bercerita berkeluh kesah sama mahasiswa.

CRL: kalau ditanya udah bahagia mbah bahagia ndak mbah?

SH: bahagia say amba, bisa kumpul sama temannya, mahasiswa buat hiburan. Susahnya Cuma satu kalau mau butuh sesuatu mau minta temen ya ndak enak.

CRL: kalau ditanya ikhlas , sudah ikhlas ndak mbah?

SH: ikhlas banget mba, saya dari pada diluar ndak punya uang. Disini semua udah dikasi makan, minum, jadi sangat bersyukur mba.

27 februari 2025

CRL: bagaimana perasaan mbah saat ini,apakah sudah merasa bahagia tinggal di panti?

SH: bahagia mba aku nek kene. Tinggal makan tapi ya kadang berantem sama temennya masalah sepele, susahnya itu kalau mau beli obat ndak ada uang.

CRL: Menurut mbah bahagia itu apa si?

SH: saya pengennya ketemua anak cucu, seumpama anak cucu saya ingat saya alhamdulillah. Karena belum tau saya disini

CRL: menurut mbah orang yang bahagia itu yang bagaimana?sebab-sebab

SH: punya temen dekat buat keluh kesah, ada uang lah buat beli obat, makanan terjamin

CRL: apa yang membuat mbah bahagia tinggal disini dan apa yang membuat tidak bahagia tinggal di sini?

SH: yang buat bahagia makanan semua terjamin walaupun apa adanya. Banyak temennya ada mahasiswa. Kalau yang ndak senengnya masih ada teman yang suka bertengkar dan kadang niat baik yang selalu disalah artikan.

CRL: bagaimana pemaknaan kebahagiaan menurut mbah? Atau hikmah apa yang didapat?

SH: jadi bisa berjalan sesuai alur dan bisa lebih berteman dengan teman-teman di panti.

CRL: apalah mbah sudah merasa ikhlas tinggal di panti?

SH: sudah ikhlas mba, walaupun mau diambil sama gusti Allah ndak papa.

CRL: menurut mbah ikhlas itu apa?

SH: pasrah sama Allah ,kalaupun keluarga mau ada niat kesini atau tidak ya sudah terserah sekarang.

CRL: menurut mbah sri ada nga sih hubungan ikhlas dan kebahagiaan?

SH: ada,kalau udah ikhlas itu pasrah jadi plong gitu dan jadi nga gampang tersulut emosi.

Bagaimna mbah dalam memaknai keikhlasan atau hikmah apa yang didapat dari penerapan ikhlas?

SH: hatinya tenang, jadi bisa mengikuti kegiatan dengan baik, . mahasiswa jadi bisa dijadikan tempat bercerita. Kadang ada yang merusak rasa ikhlas saya yaitu kalau ada orang yang sudah ngasih malah diungkit- ungkit dicarita- certain ke orang orang.

Subjek J

CRL: Perkenalkan saya catelia mbah, mahasiwa uin walisongo. Sebelumnya izin ya mbah dengan mbah siapa ini ? usianya berapa mbah?

J: namine Jarmiatun udah ndak inget itu lahirnya umurnya 84

CRL: Boleh diceritakan mbah awal masuk panti itu tahun berapa dan alasanya apa mbah?

J: dulu saya kerja dihotel ikut pakde, pernah masak juga dihotel. Terus saya suruh pulang ke apaa itu namanya, rumah suruh emm bantu- bantu rumah pa kyai sebelah rumah, jadi kaya bantu bantu rumah pa kyai sama bu nyai , terus malahan bapak nnyainya jatuh kepleset pas mau bersihin toren air ap aitu penempungan air lah. Jadi kena struk , akhirnya ya ndak ada yang ngrususin disuruh sama anak-anaknya pak kyai buat ke panti.

CRL: bagaimana perasaan mbah selama disini?

J: ya seneng, sebenarnya saya lebih seneng disini, soalnya kalau di rumah itu kerja terus capek nga ono mandekke, riwa- riwi kerja aapa saja.

CRL: selama di panti berarti belum ada yang menjenguk mbah?

J: masih sering sodara yang menjenguk, kakak saya juga masih sering kasih uang.

CRL: bisa diceritakan nga mbah selama 5 tahun ini apa yang dirasakan di panti? Udah dapat pengalaman apa aja?

J: ya banyak, bantu-bantu ikut kegiatan yang ada sama mahasiswa .

CRL: Selama disini ada ndak kegiatan keagamaan mbah?

J: ada, biasanya kalo jumat ada ceramah gitu mba

CRL: mbah apakah masih melaksanakan ibadah selama di panti ?

J: masih sholat, puasa itu pasti setiap senin dan kamis.

CRL: disini kesulitannya apa mba?

J: ndak ada, Kesehatan juga aman ndak pernah rasain apa- apa

CRL: selama disini punya teman dekat mbah?

J: semuanya temen, pelan- pelan mulai kenal- kenal gitu.

CRL: hubungannya baik semua mbah sama teman- teman yang ada di panti?

J: ada yang dekat banget ada yang yang engga, tapi pelan-pelan mulai tahu. Namanya udah sepuh ada aja yang buat salah faham, kadang kita e dipanggil ndak denger ya dibilang ndak mau nyauti . dulu semua itu baik- baik aja, semenjak ada salah satu itu yang seringa du domba.makdute kita udah tua harusnya diem nenangin pikir. Ini malah masih suka adu- adu aja.

CRL: mbah sendiri suka membantu temen- temennya apa pernah dibantu apa selama disini?

J: Iya membantu mba, karena ya senang aja. Kasihan kalo ndak ada yang ngebantu, dari dulu kan kenal penjaga disini jadi dari dulu suka bantu dapur. Saya dulu juga bantu masak mbak tapi sekarang ndak boleh.

CRL: mbah selama disini sering ndak dikasih sama tamu yang dateng?

J: Iya sering dikasih, sampe kadang di fitnah teman- teman itu , padahal saudara saya kalo kesini pasti juga bawa-bawain gula, teh, kopi jadi untuk apa saya mau niat sombong gitu.

CRL: bagaimana perasaannya kalau ada mahasiswa disini mbah?

J: senang sekali , iya ikutin aja acaranya. Lebih hidup

CRL: bagaimana perasaan mbah kalau abis menolong teman?

J: senang aja mba, kadang kasihan kalo ndak dibantu gitu mba. Walau kadang saya suka di fitnah sama yang lain dituduh cari perhatian, ya saya biarin aja ndak saya gatekno. Kadang saya sering bantu petugas ya dibilangin cari muka gitu ya uwes ben saya yang penting niatnya bantu.

CRL: pernah ada kepikiran pengen pulang ndak mba? Kalau lagi pikiran gitu biasanya apa yang dilakuin?

J: Saya udah pasrahin urusan yang diluar sama keluarga say amba, udah percaya aja, jadi saya disini udah pasrah dan fokus sama kehidupan saya. Saya tapi kalau dipanggil duluan sama Allah belum siap mba, saya punya janji sama bapaknya Sri untuk aqiqahin, jadi nanti kalo saya dapet kiriman dari kakak saya , dikumpulin dulu biar bisa nyembeleh kambing buat aqiqah.

CRL: dari 12 tahun apa yang dirasakan mba? Apakah sudah merasa bahagia?

J: Kalau saya berusaha membuat pikiran saya sesuai apa yang saya percayai, jalanin aja semuanya, ndak usah mengikuti atau mendengarkan orang lain atau pikiran orang lain.

CRL: kalau ditanya udah bahagia mbah bahagia ndak mbah?

J: bahagia , bersyukur saya bisa mengontrol pikiran saya, biar ndak terlalu mendengarkan omongan orang lain, kalau ndak gitu saya ya jadi ndak tenang mbak.

CRL: kalau ditanya ikhlas , sudah ikhlas ndak mbah?

J: Ikhlas aja, kalau ada yang cari masalah saya iyain aja, kadang saya becindain balik biar ndak jadi berantem, kalau ndak gitu ya pasti rebut.

27 Februari 2025

CRL: Apakah mbah sudah merasa bahagia tinggal dipanti?

J: sudah, bahagianya karena banyak kegiatan anak- anak, kalau ndak saya cape dengerin suara temen- temen pada bertengkar mba.

CRL: Menurut mbah kebahagiaan itu apa sih?

J: Saling menjaga ndak berantem, banyak temen.

CRL: menurut mbah orang yang bahagia itu yang bahagaimana?

J: Bisa senang pikirannya, ndak ada pikiran jeleknya.

CRL: apa yang membuat mbah merasa bahagia tinggal di panti dan apa yang membuat mbah tidak bahagia?

J: bahagia itu kalau rame mba, ada mahasiwa banyak kegiatan jadi ndak pada rebut gitu, ndak bahagiaannya iya itu tadi mba ada yang suka mengadu domba, buat rebut temen- temen yang lain.

CRL: Apakah mbah sudah merasa Ikhlas tinggal di panti?

J: sudah ikhlas, sudah lama juga jadi sudah bisa menerima, dan disini juga ndak terpaksa.

CRL: Menurut mbah Ikhlas itu apa?

J: Ikhlas ya pikirannya bebas dari pikiran – pikiran yang jelek dan tenang

CRL: apa yang membuat mbah merasa ikhlas?

J: terbiasa , sama pikiran selalu dibuat tenang, kalau lagi sumpek banyak yang berantem biasanya, membaca alaman yang di ajarkan nenek say aitu, surat ikhlas, baca 2x syahadat itu mba.

CRL: Menurut mbah apakah Ikhlas ada hubuungannya dengan kebahagiaan yang mbah alami?

J: ada, kalau udah ikhlas kan pasti tenang , ndak kemana mana pikirannaya jadi seneng.

CRL: apa yang dapat dimaknai dari ikhlas dan kebahagiaan?

J: Saya jadi bisa berfikir positif kaya ndak peduli sama yang diomongin orang lain lah, missal bantu ya udah bantu mau dibilang apa yang terserah saya ndak peduli niatnya bantu aja.

CRL: kalo manfaatnya kebahagiaan mbah?

J: pikirannya padang gitu mba jadi seneng.

Lampiran 1. 3 Surat Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Prof. Hamka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : 0001/Un.10.2/D.1/KM.00.01/1/2025
Lamp : Proposal Penelitian
Hal : Permohonan Izin Penelitian

2 Januari 2025

Yth.

**Ketua Panti werdha Harapan Ibu bringin ngalihan
di Semarang**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : CATELIA RIFQI LESTARI
NIM : 2104046090
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : Peran Ikhlas Terhadap Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalani kehidupan di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang
Tanggal Mulai Penelitian : 13 Januari 2025
Tanggal Selesai : 31 Maret 2025
Lokasi : Panti werdha Harapan Ibu bringin ngalihan

Bersama ini kami lampirkan Proposal Penelitian dan Instrumen Pengumpulan data yang bersangkutan.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan



SRI PURWANINGSIH

Tembusan:

- Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (sebagai laporan)



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Prof. Hamka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : 4165/Un.10.2/D.1/KM.00.01/9/2024
Lamp : Proposal Penelitian
Hal : Permohonan Izin Penelitian

26 September 2024

Yth.

**Pimpinan Panti werdha Harapan Ibu
di Semarang**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : CATELIA RIFQI LESTARI
NIM : 2104046090
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : Peran Ikhlas Terhadap Kebahagiaan Lansia Dalam Menjalani Kehidupan dipanti
Tanggal Mulai Penelitian : 1 Oktober 2024
Tanggal Selesai : 30 November 2024
Lokasi : Panti werdha Harapan Ibu

Bersama ini kami lampirkan Proposal Penelitian dan Instrumen Pengumpulan data yang bersangkutan.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan



SRI PURWANINGSIH

Tembusan:

- Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (sebagai laporan)

** Surat ini telah disahkan secara elektronik, untuk cek kesesuaian surat ini silakan scan QRCode di atas.*

Lampiran 1. 4 Dokumentasi



Gambar 1 Wawancara dengan subjek J, selaku lansia yang tinggal di panti



Gambar 2 Wawancara dengan subjek S, selaku lansia yang tinggal di panti



Gambar 3 Wawancara dengan subjek SH, selaku lansia yang tinggal di panti



Gambar 4 Sesi menyanyi bersama persatuan salah satu SMP di Semarang

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Catelia Rifqi Lestari
2. Tempat & Tanggal Lahir : Kota Tengah, 20 Juni 2002
3. NIM : 2104046090
4. Alamat Rumah : Dusun Awiluar, RT 01, RW 03, kecamatan Kedungeja, Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah
5. No. HP : 081215916070
6. Email : cateliarifqi@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. TK pelita Hati
 - b. SD Negeri 04 Jatiroto
 - c. SMP Negeri 1 Kayen
 - d. SMP Negeri 1 Kayen