

COPING LONELINESS PADA WARAKAWURI DI MASA USIA LANJUT

Rifa Rahmawati, Ira Puspitawati, SPsi., Msi

Skripsi, Fakultas Psikologi, 2007

Universitas Gunadarma

<http://www.gunadarma.ac.id>

kata kunci : coping loneliness, warakawuri

Abstraksi :

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui coping loneliness yang dilakukan oleh warakawuri di masa usia lanjut. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah apa loneliness yang dirasakan warakawuri di masa usia lanjut, mengapa warakawuri di masa usia lanjut mengalami loneliness, bagaimanakah coping loneliness yang dilakukan warakawuri di masa usia lanjut, dan mengapa warakawuri memilih melakukan coping loneliness tersebut. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan triangulasi data, pengamat, teori dan metode. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang warakawuri. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dengan pedoman umum dan observasi non participant. Hasil penelitian ini menunjukkan subjek pertama mengalami emotional loneliness yang disebabkan karena ketidakadaan figur kasih sayang yang intim dari anak pada saat anak-anak subjek tidak bersama subjek. Kemudian subjek ke dua dan ke tiga mengalami emotional loneliness karena ketidakadaan figur kasih sayang yang intim dari anak dan ketidakadaan figur kasih sayang yang intim dari suami setelah suami subjek meninggal. Sedangkan bila dilihat berdasarkan waktu lamanya muncul, subjek pertama merasakan loneliness pada situasi tertentu (transient loneliness), yaitu bila anak-anak subjek tidak bersama subjek, kemudian subjek dapat kembali ke kondisi semula dalam waktu yang singkat dan bila ada orang disekeliling subjek. Lalu subjek kedua mengalami loneliness pada situasi tertentu (transient loneliness) yaitu subjek sedang berada di dalam dan di luar rumah sendirian, serta pada waktu malam. Hal ini disebabkan karena subjek teringat dengan suami subjek yang sudah meninggal, pada waktu anak-anak subjek susah diatur, anak-anak tidak berada di rumah, serta ketika subjek melihat pasangan suami istri sedang bergandengan. Subjek dapat kembali ke kondisi semula jika dikelilingi orang lain. Kemudian subjek kedua juga mengalami situasional loneliness karena subjek dapat kembali ke kondisi semula tergantung loneliness yang dihadapi subjek dan jika subjek masalah subjek berat

maka akan susah hilang. Lebih baik jika subjek bisa menangis. Tetapi jika tidak bisa menangis, subjek akan diam seharian. iii iv Kemudian subjek ketiga merasa loneliness pada situasi tertentu (transient loneliness) yaitu bila anak-anak tidak bersama subjek, menjelang puasa, hari-hari besar keagamaan dan waktu pertama kali anak subjek yang terkecil menjalankan pendidikan ABRI. Dan subjek ketiga dapat kembali ke kondisi semula dalam waktu satu hari dan bila dikelilingi orang lain. Kemudian ciri-ciri loneliness yang ditunjukkan oleh subjek pertama yaitu perasaan putus asa, merasa kurang puas, panic dan bosan. Lalu subjek kedua mengalami ciri-ciri loneliness yaitu kurang bahagia, lebih merasa pesimis, merasa kurang puas, kurang bersemangat, bosan, tidak sabar, panik dan emosi. Sedangkan subjek ketiga mengalami ciri-ciri loneliness antara lain putus asa, gelisah, kurang bahagia, merasa kurang puas, bosan, tidak sabar, mengutuk diri sendiri dan emosi. Kemudian di lihat dari penyebab warakawuri mengalami loneliness di masa usia lanjut adalah bahwa subjek pertama mengalami loneliness di masa usia lanjut karena ketidakpuasan membandingkan masa lalu dan sekarang. Karena subjek pertama lebih puas pada masa yang lalu dari pada masa yang sekarang karena suami subjek masih hidup. Kemudian subjek ke dua mengalami loneliness di masa usia lanjut karena subjek ke dua merasakan kurang tersedianya teman akrab setelah suami subjek meninggal dan subjek ke dua merasakan ketidakpuasan membandingkan masa lalu dan sekarang karena subjek ke dua lebih puas pada masa yang lalu pada saat suami subjek masih hidup dan subjek mempunyai teman untuk berbagi. Sedangkan subjek ke tiga mengalami loneliness di masa usia lanjut karena subjek ketiga merasakan kurang tersedianya teman akrab setelah suami subjek meninggal dan subjek ke tiga merasakan ketidakpuasan membandingkan masa lalu dan sekarang karena subjek ke tiga lebih puas pada masa yang sekarang karena anak-anak subjek sudah dewasa. Sedangkan bagaimana coping loneliness yang dilakukan oleh warakawuri di masa usia lanjut yaitu subjek pertama mengalami loneliness ketika anak-anak subjek tidak di rumah. Subjek agar dapat kembali ke kondisi semula biasanya melakukan coping loneliness seperti salat, mengaji, berkebun, menonton tv dan membikin renda. Hal ini menunjukkan subjek melakukan coping loneliness dengan sad pasivity atau distancing dan denial yaitu dengan menonton tv, active solitude atau increased activity yaitu dengan membaca Al-Quran dan mengerjakan sesuatu yang disenangi yaitu berkebun dan merenda, serta mental coping yaitu dengan menjalankan ibadah salat, berdoa, dan v berzikir. Kemudian subjek kedua mengalami loneliness ketika subjek sedang berada di dalam dan di luar rumah sendirian, serta pada waktu malam. Hal ini disebabkan karena subjek teringat dengan suami subjek yang sudah meninggal, lalu subjek juga merasakan loneliness pada waktu anak-anak subjek susah diatur dan anak-anak tidak berada di rumah, serta ketika subjek melihat pasangan suami istri sedang bergandengan. Subjek dapat kembali ke kondisi semula tergantung dari situasi yang subjek sedang hadapi. Coping loneliness yang dilakukan subjek seperti mengerjakan pekerjaan rumah, telepon teman, pergi ke rumah teman, membaca dan mengisi TTS, berpasrah kepada Tuhan YME,

menangis, ikut kegiatan di komplek dan merenung. Jika sedang sendirian di rumah dan anak-anak tidak di rumah biasanya coping loneliness yang dilakukan subjek adalah membereskan rumah, menelepon teman, berkunjung ke rumah teman, membaca dan mengisi TTS, dan ikut kegiatan di komplek. Lalu jika menjelang tidur malam dan teringat suaminya biasanya subjek melakukan coping loneliness dengan membaca. Pada waktu anak-anak subjek susah diatur biasanya subjek melakukan coping loneliness dengan merenung, menangis, berpasrah kepada Tuhan YME dan mengerjakan pekerjaan rumah. Jika mengingat suami pada waktu membimbing anak-anak coping loneliness dengan menangis, dan pasrah kepada Tuhan YME Kemudian ketika subjek melihat pasangan suami istri sedang bergandengan biasanya subjek melakukan coping loneliness dengan berpasrah kepada Tuhan YME. Selain coping loneliness yang sesuai teori di atas, subjek kedua juga melakukan coping loneliness dengan pergi ke kuburan suami jika masalah subjek terlalu berat. Hal ini menunjukkan subjek melakukan coping loneliness dengan sad pasivity atau distancing dan denial yaitu dengan menangis, dan tidak melakukan apa-apa. Lalu active solitude atau increased activity yaitu dengan membaca dan mengisi TTS, serta bekerja bekerja membereskan pekerjaan rumah. Kemudian social contact atau social support network yaitu dengan menelepon, berkunjung ke rumah teman, bergabung dalam kelompok atau organisasi dan ikut dalam kegiatan sosial , serta mental coping yaitu dengan berdoa dan menyerahkan segalanya kepada Tuhan. Sedangkan subjek ketiga mengalami loneliness setelah suami meninggal dan anak-anak tidak ada di rumah karena anak-anak subjek tidak tinggal bersama subjek. Subjek dapat kembali ke kondisi semula dalam waktu satu hari. Coping loneliness yang dilakukan subjek jika mengingat suami adalah salat dan melakukan kegiatan baik itu beres-beres rumah atau kegiatan di vi komplek. Lalu jika anak-anak tidak di rumah, menjelang puasa, hari-hari besar keagamaan coping loneliness yang dilakukan subjek adalah melakukan kegiatan baik itu beres-beres rumah atau kegiatan di komplek. Hal ini menunjukkan subjek melakukan coping loneliness dengan active solitude atau increased activity yaitu dengan bekerja membereskan pekerjaan rumah, kemudian dengan social contact atau social support network yaitu bergabung dengan kelompok atau organisasi dan ikut dalam kegiatan sosial, serta mental coping yaitu dengan melakukan ibadah salat dan mengaji. Lalu alasan warakawuri memilih coping loneliness tersebut adalah, subjek pertama melakukan coping loneliness tersebut karena dengan salat dan mengaji agar dapat lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, dengan berkebun karena memang sudah hobi, kemudian menonton tv untuk isengan dan mengisi waktu luang , serta merenda untuk selingan. Kemudian subjek ke dua melakukan coping loneliness tersebut karena dengan membaca dapat menemani subjek menjelang tidur dan membuat subjek cepat tertidur, dengan merenung agar subjek dapat terhibur, dengan berpasrah kepada Tuhan YME agar hati subjek lega , dengan menangis agar dapat menyalurkan perasaan dan membuat hati lega, dengan mengerjakan pekerjaan rumah agar dapat menghibur subjek, dengan menelepon dan berkunjung ke rumah teman agar

subjek tidak merasa bosan di rumah, dengan ikut dalam kegiatan di komplek agar lonelinessnya hilang dan dengan pergi ke makam suami agar dapat mengeluarkan beban-beban yang ada di subjek. Sedangkan subjek ke tiga melakukan coping loneliness tersebut karena dengan salat dan mengaji dapat membuat hati subjek tenang dan lebih berpasrah kepada Tuhan YME, dengan melakukan kegiatan di rumah atau kegiatan di komplek agar subjek merasa sibuk, melupakan lonelinessnya dan dapat bersama-sama dengan teman-teman subjek.