

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1. Gambaran Wilayah Penelitian

4.1.1. Sejarah Desa

Desa Bubakan berdiri pada zaman penjajahan Belanda yang saat itu menyerang Kraton Kasunanan Surakarta, yang dibuktikan dengan Gusti Mangkunegara I yang lebih dikenal dengan Pangeran Sambernyawa atau Raden Mas Sahid yang diburu para penjajah dan sampai di Desa Bubakan untuk singgah/menempati disana kurang lebih selama 8 tahun. Hingga saat ini petilasan Raden Mas Sahid di Bubakan masih dianggap keramat oleh masyarakat maupun Pura Kasunanan Surakarta yang lebih dikenal dengan sebutan Bubakan Tiban (Punden Windu Sejati)

Setelah Indonesia merdeka pada 1945 Desa Bubakan dipimpin oleh seorang Kepala Desa bernama Bp. Reso Menggolo, dan setelah wafat pada tahun 1956 diadakan pemilihan Kepala Desa Pertama dan terpilih Bp. Wiryo Wiyono. Pada tahun 1956 diadakan Pemilihan Kepala Desa yang kedua dan terpilih Bp. S. Harjo Saroyo. Pada Tahun 1981 Bp. Harjo Saroyo meninggal dunia, sehingga Kepala Desa Dijabat oleh Bp. J. Soekarno (1981 – 1986). Pada 1986 diadakan pemilihan kepala desa ketiga dan terpilih Bp. Hadi Prayitno (1986 – 1994). Setelah itu dalam kurun waktu 8 Tahun terpilih Kepala Desa yaitu Bp Suliyo (1994 – 2002), Bp Hadi Suparmo (2002 – 2012), Bp Maryanto (2012 – 2018), dan Pada tahun 2019 untuk kedua kali nya Bp Maryanto terpilih menjadi Kepala Desa Bubakan Untuk Masa Jabatan 2019 - 2024.

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan tahun 2022).

4.1.2. Geografi Desa

a. Topografi Desa (Kondisi Permukaan Desa)

Secara topografi Desa Bubakan termasuk dalam kategori Daerah dataran tinggi dengan ketinggian \pm 800 meter dari permukaan laut (mdpl). Topologi Desa Bubakan sebagian besar tanahnya adalah peladangan. Desa Bubakan tergolong dalam wilayah topografi curam. Wilayah ini sebagian tanahnya berupa perbukitan dengan kondisi alam yang sangat baik untuk pertanian dan perkebunan. Luas wilayah Desa Bubakan secara keseluruhan yaitu 1.454,50 Ha.

b. Letak, Luas, dan Iklim Desa

Letak Desa Bubakan berada dalam wilayah Kecamatan Girimarto, Kabupaten Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah. Jarak Desa Bubakan dari pusat pemerintahan kecamatan yaitu 8 Km, jarak dari pusat pemerintahan kota sejauh 32 Km, dan jarak dari ibukota provinsi sejauh 105 Km.

Luas wilayah Desa Bubakan yaitu 1.454, 50 Ha yang terdiri dari lahan sawah ladang, hutan, dan lahan lainnya, rincian luasnya sebagai berikut :

Tanah Sawah	:	99 Ha
Tanah Tegal	:	583 Ha
Tanah Pekarangan	:	205,85 Ha
Tanah Makam, jalan, kali dll	:	206 Ha

Desa Bubakan berada dalam wilayah Kecamatan Girimarto, Kabupaten Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah yang berbatasan dengan :

1. Sebelah Utara berbatasan dengan Karanganyar.
2. Sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Sanan.
3. Sebelah Timur berbatasan dengan Kabupaten Magetan.
4. Sebelah Barat berbatasan dengan Kecamatan Jatiyoso.

Iklm Desa Bubakan yaitu mempunyai iklim kemarau dan penghujan sebagaimana wilayah lain di Indonesia yang termasuk wilayah tropis. Hal tersebut berpengaruh terhadap kondisi tanah pada lahan pertanian yang ada di Desa Bubakan Kecamatan Girimarto. Suhu Desa Bubakan berada sekitar 19 C-25 C. Curah hujan di Desa Bubakan yaitu 191,67 mm. Wilayah ini cenderung bersuhu dingin dibandingkan desa lain yang termasuk dalam Kecamatan Girimarto, karena berada wilayah dataran tinggi dengan sekeliling yang berupa perbukitan dan pegunungan.

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

c. Struktur Desa

Tabel 4.1. Nama-Nama Perangkat Desa Bubakan

No.	Nama	Jabatan
1.	Maryanto	Kepala Desa
2.	Suparto	Sekertaris Desa
3.	Murdiyanto	Kaur Tata Usaha dan Umum
4.	Shubur Shobari	Kaur Keuangan
5.	Supriyanto	Kaur Perencanaan
6.	Suyatno	Kasie. Pemerintahan
7.	Kasno	Kasie. Kesejahteraan
8.	Atun Alisa	Kasie. Pelayanan

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

Desa Bubakan terdiri dari 10 Dusun yang tiap dusun dipimpin oleh seorang kepala wilayah yang disebut kepala dusun. Dusun yang ada di Desa Bubakan meliputi : Dusun Candirejo, Sikalas, Jamuran, Tempel, Siroto, Sledong, Petung, Kutukan, Banyuwadang, Buling.

4.1.3. Demografi Desa (Penduduk)

Berikut ini adalah kondisi kependudukan Desa Bubakan, Kecamatan Girimarto, Kabupaten Wonogiri yang golongan berdasarkan jumlah kepala keluarga, jumlah penduduk berdasarkan jenis kelamin, Agama, Tenaga Kerja, Etnis, dan berdasarkan Mata Pencaharian. Jumlah penduduk Desa Bubakan berdasarkan :

a. Jumlah Kepala Keluarga

Tabel 4.2. Kepala Keluarga

No.	Kategori	Jumlah
1.	Keluarga pra sejahtera	150
2.	Keluarga Sejahtera	868
3.	Keluarga Sejahtera III Plus	20
Jumlah kepala keluarga		1.743

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

b. Jumlah Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.3. Jumlah Penduduk berdas. Jenis kelamin

Jumlah penduduk		
No.	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Laki-Laki	2.416
2.	Perempuan	2.330
Jumlah		4.746

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

c. Data Penduduk Berdasarkan Agama

Tabel 4.4. Data penduduk berdasarkan agama

No.	Agama	Laki-laki (Orang)	Perempuan (Orang)
1.	Islam	2.319	2.175
2.	Kristen	2	4
3.	Katolik	9	11
4.	Budha	121	105
	Jumlah	2.451	2.295

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

d. Data Penduduk Berdasarkan Etnis

Tabel 4.5. Data Penduduk Berdasarkan Etnis

No.	Etnis	Laki-laki (Orang)	Perempuan (Orang)
1.	Sunda	3	7
2.	Jawa	2.424	2.311
3.	Banten	1	0

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

- e. Jumlah Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian Pokok/Pekerjaan

Tabel 4.6. Jumlah Penduduk Berdasarkan Pekerjaan

No.	Jenis Pekerjaan	Laki-laki	Perempuan
1.	Petani	1104	814
2.	Pegawai Negeri Sipil	4	5
3.	Pengrajin	6	1
4.	Pedagang Barang Kelontong	366	241
5.	Pedagang Keliling	166	59
6.	Tukang Kayu	9	0
7.	Wiraswasta	335	145
8.	Sopir	35	0
9.	Pengusaha Perdagangan Hasil Bumi	35	150
10.	Ibu Rumah Tangga	4	587
11.	Pelajar	155	205
12.	Belum Bekerja	203	208

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

f. Jumlah Penduduk Desa Berdasarkan Kelompok Usia

Tabel 4.7. Jumlah Penduduk Desa Berdasarkan Kelompok Usia

Kelompok Usia (tahun)	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah (orang)
0-4	49	43	92
5-9	110	106	216
10-14	128	106	234
15-19	114	103	217
20-24	190	179	369
25-29	188	206	394
30-39	435	417	852
40-49	430	440	870
50-59	297	267	567
60 keatas	449	441	890
Jumlah			4.672

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

g. Jumlah Penduduk Usia 60 Tahun Keatas

Tabel 4.8. Jumlah Penduduk Usia 60 Tahun Keatas

Keterangan	Laki-laki	Perempuan
Penduduk usia 60 tahun keatas	449 orang	441 orang
Jumlah	890 orang	

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

h. Jumlah Lansia Kategori Potensial Dan Tidak Potensial

Tabel 4.9. Jumlah Lansia Kategori Potensial Dan Tidak Potensial

Keterangan	Jumlah
Lansia potensial (berdaya)	857 orang
Lansia tidak potensial	33 orang

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

4.1.4. Kondisi Pendidikan

a. Jumlah Sekolah Yang Ada Di Desa Bubakan

Jumlah prasarana sekolah yang ada di Desa Bubakan yaitu PAUD, Taman Kanak-Kanak (TK), dan 3 buah Sekolah Dasar (SD) yaitu SDN 1 Bubakan, SDN II Bubakan, dan SDN III Bubakan. Untuk Pendidikan tingkat sekolah jenjang SMP dan SMA berada di tempat lain yang relatif terjangkau, yang berjarak 8 Km dari desa.

Tabel 4.10. Jumlah Prasarana Pendidikan/Sekolah di Desa Bubakan

No.	Sekolah	Jumlah	Status
1.	PAUD	1	Terdaftar
2.	TK	3	Terdaftar
3.	SD	3	Terakreditasi

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

Tabel 4.11. Tingkat Pendidikan Masyarakat Desa Bubakan

No.	Jenjang Pendidikan	Jumlah
1.	Taman Kanak-Kanak	42
2.	Sekolah Dasar/Sederajat	2.075
3.	SMP/Sederajat	410
4.	SMA/Sederajat	290
5.	Akademi/D1-D3	5
6.	Sarjana S1	13
7.	Tidak Bersekolah	232

(Sumber : Data Profile Desa Bubakan 2022)

Mayoritas tingkat Pendidikan masyarakat Desa Bubakan yaitu tamatan Sekolah Dasar, yang jumlah tamatannya hampir setengah dari jumlah penduduknya. Dari data tabel diatas juga menunjukkan bahwa mayoritas penduduk Desa Bubakan hanya mampu menyelesaikan sekolah di jenjang Pendidikan wajib belajar 12 tahun (SD sampai SMA). Rendahnya kualitas tingkat Pendidikan masyarakat Desa Bubakan tidak terlepas dari terbatasnya sarana dan prasarana yang ada, selain itu juga masalah ekonomi, pandangan hidup masyarakatnya.

4.1.5. Keadaan Sosial Dan Ekonomi

a. Keadaan Ekonomi

Desa Bubakan merupakan daerah yang tergolong jauh dari pusat perkotaan di Jawa Tengah, dapat dikatakan termasuk wilayah pegunungan. Diperlukan jarak tempuh yang cukup lama untuk mereka dapat memenuhi keperluannya seperti ke pasar, ke puskesmas, ke rumah sakit dan berbagai tempat lain untuk pemenuhan kebutuhan mereka. Berdasarkan Observasi yang dilakukan peneliti, kondisi perekonomian masyarakatnya

tergolong mandiri. Masyarakat Desa Bubakan memiliki mata pencaharian yang tergolong dalam berbagai bidang pekerjaan yang ditekuni, meliputi petani, pengusaha, pedagang, wiraswasta dan sebagainya. Sebagian besar masyarakatnya bekerja sebagai petani dan pedagang khususnya pedagang bakso di perantauan seperti di kota Sumatera, Jakarta, Bali, Bogor, Bandung dan berbagai kota lainnya. Dikutip dari sumber di internet (Solopos.com, 7-2-2023) Desa Bubakan dikenal sebagai desa dengan perumahan yang megah karena keberhasilan usaha para warganya di perantauan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan, warga Desa Bubakan juga didominasi bermata pencaharian di bidang pertanian dan perkebunan, banyak warga Desa Bubakan yang produktif dalam mengembangkan hasil pertanian dan perkebunan, karena lahan yang dipakai merupakan lahan pribadi dan hasil panen yang diperoleh biasanya dikonsumsi sendiri dan juga dijual. Dapat dibayangkan perekonomiannya tergolong baik meskipun ada sebagian kecil yang ekonominya tergolong menengah kebawah.

Keadaan rumah yang terdapat di Desa Bubakan mayoritas keadaan rumahnya layak huni. Mayoritas dalam keadaan yang nyaman dan standar keatas. Mulai dari bangunannya ada yang bergaya joglo Jawa, modern, bertingkat dan sebagainya. Mulai dari kondisi dan penggunaan bahan pembangunan rumah seperti atap, lantai, tembok banyak yang dalam kondisi baik. Bangunan rumah yang warga tempati mayoritas berdiri di tanah milik pribadi. Kepemilikan kendaraan warga Desa Bubakan yakni mayoritas memiliki kendaraan pribadi tiap rumah, mulai dari kendaraan roda dua dan roda empat.

b. Keadaan Sosial

Menurut penuturan warga, masyarakat Desa Bubakan sangat kental akan budaya sesarengan, hubungan antar individu atau kehidupan dalam bertetangga sangat dekat dan saling bantu membantu. Masyarakat di Desa Bubakan juga menjunjung tinggi nilai kesopanan atau unggah ungguh, seperti ketika berkomunikasi mereka menggunakan Bahasa tertentu sesuai tingkatan usia. Berikut adalah Tingkatan penggunaan Bahasa Jawa dalam berkomunikasi.

Tabel 4.12. Tingkatan penggunaan Bahasa Jawa dalam berkomunikasi

Bahasa	Keterangan	Contoh
Basa Jawa Ngoko	Biasanya digunakan dalam berkomunikasi dengan teman akrab/sebaya, orangtua kepada anak, atau orang yang memiliki status sosial sama Mencerminkan rasa tak berjarak atau atak segan, hubungan akrab namun saling menghormati satu sama lain menggunakan Bahasa ngoko halus	Aku mangkat sekolah karo kancaku (aku berangkat sekolah dengan temanku)
Basa Jawa Madya	Tingkatan tengah antara krama dan ngoko, Tingkatan bahasa yang menunjukkan perasaan sopan dalam taraf sedang,	Aku lungo yen bapak sampun dhahar (aku pergi kalau bapak sudah makan)
Basa Jawa Krama	Digunakan ketika berbicara kepada orang yang lebih tua (anak kepada orangtua) Mencerminkan makna penuh sopan santun, perasaan segan atas orang yang belum dikenal, orang berwibawa, berpangkat, dll	Dalemipun panjenengan menika wonten pundi? (di mana rumahmu)

Orang yang lebih muda menggunakan Bahasa krama ketika berbicara dengan orang yang lebih tua. Bertegur sapa dan saling melempar senyum merupakan hal yang wajib dan sudah menjadi kebiasaan bagi masyarakat di desa ini. Nilai kebersamaan dan gotong royong diwujudkan salah satunya ketika pembuatan jalan, pembangunan masjid, rewang pada nikahan tetangga, menjenguk tetangga yang sakit, dan berbagai kegiatan sosial lain seperti pengajian ibu-ibu dan bapak-bapak yang rutin dilakukan setiap seminggu sekali.

c. Keagamaan/Spiritual

Masyarakat Desa Bubakan mayoritas beragama islam, selain islam terdapat pula yang menganut agama budha, Kristen, hindu. Berdasarkan hasil observasi, dari segi spiritual masyarakat Desa Bubakan dapat dikatakan berjalan cukup baik, banyak masyarakat yang melaksanakan ibadah sesuai kewajibannya. Masyarakat banyak yang melakukan kewajibannya untuk solat, zakat, puasa Ramadan dan puasa sunah, solat jumat, dan ibadah-ibadah lainnya. Masyarakat Desa Bubakan juga melaksanakan ibadah seperti yasinan dan tahlilan ketika terdapat keluarga yang tertimpa musibah meninggal dunia.

Masyarakat Desa Bubakan sangat antusias dalam perayaan hari besar islam seperti idul fitri, idul adha, maulid nabi, isra miraj dan lain-lain. Ketika malam bulan Ramadhan hampir seluruh anggota keluarga warga Desa Bubakan mengikuti salat jamaah tarawih ke masjid, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga orang sepuh. Kemudian sesudah solat idul fitri mereka saling bersalaman meminta maaf dan juga berilaturahmi ke tetangga untuk bermaaf-maafan. Di Desa Bubakan cukup banyak tokoh agama seperti ustad maupun ustazah.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, diperoleh informasi bahwa anak-anak kecil usia mulai empat tahun banyak yang diajarkan mengaji/BTA di masjid oleh orangtuanya setiap sore. Orangtua anak-anak biasanya mengantarkan anak mereka ke masjid untuk dibimbing mengaji dan ajaran agama oleh ustad dan ustadzah, setelah waktu mengaji berakhir, orangtua menjemput anak-anak. Kemudian, masyarakat Desa Bubakan setiap seminggu sekali mengadakan pengajian bergilir dari rumah warga satu ke warga lain secara bergantian tiap minggu. Untuk jamaah perempuan biasanya dilakukan ketika siang dan sore hari dan untuk jamaah laki-laki pengajian dilakukan pada malam hari sesudah salat isya. Murid mengaji di masjid yang ada di Desa Bubakan dapat dikatakan cukup banyak, dan kegiatan kegamaan yang dilakukan warga desa juga masih berjalan dengan baik, hal ini juga merupakan salah satu antusias mereka dalam beribadah.

4.1.6. Tradisi Atau Adat Istiadat Yang Masih Di Lestarikan Masyarakat Desa Bubakan

a. Kondangan

Di Desa Bubakan kondangan bukan acara menghadiri hajatan ataupun nikahan, tapi di Desa Bubakan, Kecamatan Girimarto, Kabupaten Wonogiri, kondangan berarti menggelar syukuran. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan beberapa warga, Kondangan di Desa Bubakan bukan hanya dilakukan ketika menyambut bulan puasa atau bulan-bulan penting lain, namun beberapa orang mengadakan kondangan ketika membangun rumah, membeli kendaraan, dan tanda syukur mereka atas apa yang dicapai atau diperoleh. Di Desa Bubakan umumnya kondangan dihadiri oleh para bapak-bapak dan dilakukan di sore hari. Kebersamaan sangat terasa ketika warga tetangga menghadiri kondangan, biasanya

sebelum acara dimulai mereka saling berbincang dan bercanda. Mereka duduk lesehan di tikar dengan posisi mengelilingi tumpeng.

b. Kirim Punden

Kirim punden juga merupakan salah satu tradisi yang masih dilakukan oleh warga Desa Bubakan, Kec. Girimarto. Berdasarkan wawancara dengan (S) salah satu warga, kirim punden merupakan tradisi yang rutin dilakukan tiap tahun oleh warga Desa Bubakan, tepatnya pada tiap bulan mulud (bulan ketiga dalam penanggalan Jawa). Tradisi kirim punden dilakukan di sebuah tempat bernama punden/danyangan. Menurut warga setempat, kirim punden merupakan bentuk perwujudan rasa syukur kepada Allah SWT. Desa Bubakan masih kental dengan tradisi ini, ketika datang waktu pelaksanaan mereka menyiapkan keranjang atau nampan berisi makanan untuk dibawa ke punden.

Berdasarkan penuturan salah satu warga (S), diperoleh informasi bahwa makanan yang warga siapkan berupa ayam Jawa panggang, nasi tumpeng, oseng, buah-buahan seperti pisang yang dibungkus dengan daun pisang. Ketika warga sudah berkumpul membawa makanan, kemudian dilakukan doa Bersama. Setelah ritual berakhir, warga saling membagikan makanannya kemudian dibawa pulang.

c. Wetonan

Tradisi wetonan adalah tradisi masyarakat Jawa yang masih lestari dan sifatnya juga turun temurun hingga saat ini. Kata “wetonan” dalam bahasa Jawa memiliki arti memperingati hari kelahiran. Upacara wetonan ini dilakukan sebagai bentuk rasa syukur atas kelahiran seseorang ke bumi. Dalam adat Jawa, tradisi wetonan ini diperingati setiap hari kelahiran sesuai penanggalan Jawa, yaitu pon, Kliwon, Pahing, Wage, Legi. Weton tidak hanya digunakan untuk peringatan hari kelahiran namun juga perhitungan

jodoh, hari baik untuk keperluan acara dan beberapa keperluan adat lainnya (*sumber : jowonews.com, 2022*)

Menurut informasi dari warga desa (S) hidangan untuk acara wetonan yaitu nasi tumpeng, sayuran (kleman) yang terdiri dari kacang Panjang, bayam, kecambah dan banyak lagi yang disajikan dengan sambal kelapa. Kemudian juga hidangan bothok dan pelas kedua olahan yang dibungkus menggunakan daun pisang dan dikukus.

Proses pelaksanaannya dilakukan dengan membaca doa dalam Bahasa Jawa, kemudian makan Bersama. Di daerah lain mungkin berbeda-beda, dengan hanya memasak untuk 1 keluarga, namun di Desa Bubakan umumnya perayaan wetonan juga dilakukan dengan membagikan makanan tersebut dalam bentuk keranjang kecil yang dibungkus plastik ke tetangga, atau kerabat yang masih keluarga.

d. Yasinan

Tradisi yasinan merupakan tradisi budaya yang sering dilakukan oleh Islam yang sifatnya sudah turun temurun. Terutama di Desa Bubakan, masyarakat desa ini masih memegang erat tradisi yasinan. Kegiatan yasinan dilakukan setiap malam Jumat sehabis isya sampai dengan selesai. Yasinan juga menjadi sarana memperkuat ibadah, sarana mempererat sosialisasi, serta cara untuk mendoakan leluhurnya yang dilakukan secara berjamaah. Tradisi yasinan ini dipimpin oleh ustad, pembacaannya dimulai dengan membaca tahlil secara bersamaan dan ditutup dengan pembacaan doa.

Berdasarkan informasi dari warga, biasanya yang menjadi tuan rumah menyiapkan makanan jamuan seperti gorengan, roti, hingga makanan berat seperti nasi dan bakso bagi mereka yang datang yasinan ke rumah. Hal tersebut bukan merupakan kewajiban tiap warga yang akan menjadi tuan rumah, namun merupakan niat dan bentuk terima kasih atas warga yang hadir. Ketika pengajian

telah berakhir biasanya bapak-bapak, pemuda, warga yang hadir tidak langsung pulang, melainkan bercengkrama dengan warga lainnya. Hal tersebut menggambarkan bahwa tradisi yasinan juga merupakan wadah memperkuat tali silaturahmi di lingkungan masyarakat.

e. Rewang

Di Desa Bubakan tradisi rewang masih sangat kental. Kegiatan rewang ini merupakan salah satu kewajiban masyarakat Jawa terlebih di pedesaan. Dikatakan kewajiban selain karena inisiatif kemanusiaan namun juga menghindari hokum sosial. Karena jika tidak mengikuti kegiatan rewang di lingkungannya, maka dipastikan ketika memiliki hajatan maka orang tidak akan mendapat bantuan dari masyarakat. Rewang dilakukan tanpa imbalan dan umunya rewang dilakukan ketika terdapat tetangga yang memiliki hajatan.

Pria maupun wanita sama-sama berpartisipasi membantu meringankan tetangga yang memiliki hajatan. Tugas bagi ibu-ibu yaitu memasak dan menyiapkan kebutuhan pangan. Kemudian bagi bapak-bapak mereka mempersiapkan peralatan serta kebutuhan berjalannya acara. Kemudian para muda mudi di Desa Bubakan yang biasanya disebut karang taruna bertugas menyajikan makanan kepada tamu undangan. Melalui tradisi ini, dapat mempererat silaturahmi antar satu sama lain. Karena di sela-sela kegiatan yang dilakukan mereka saling mengobrol, bercerita, dan saling gotong royong membantu satu sama lain.

4.2. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, penulis menemukan temuan data mengenai data-data yang diperlukan dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Pencapaian *Successful Aging* Pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga Studi Fenomenologi di Desa Bubakan, Kec. Girimarto,

Kab. Wonogiri). Hasil temuan data pada penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan penulis mulai dari bulan Mei hingga akhir Juni 2023. Aspek yang menjadi kajian dalam penelitian ini adalah a). Bentuk-bentuk pencapaian *successful aging* pada lansia yang tinggal bersama keluarga , b). Upaya-upaya yang dilakukan dalam mencapai *successful aging* pada lansia yang tinggal bersama keluarga. Oleh karena itu, data dari para informan sangat dibutuhkan, sehingga disusunlah pedoman perolehan data penelitian yang dapat dijadikan sebagai pedoman wawancara. Untuk menginterpretasikan data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara, berikut adalah deskripsi data hasil penelitian sebagai berikut :

4.2.1. Identitas dan Karakteristik Informan

Dalam penelitian ini terdapat 5 lansia yang menjadi Informan. Karakteristik informan sebagai berikut : informan adalah seorang lansia, Berjenis kelamin perempuan maupun laki-laki, berusia diatas 60 tahun, bersedia memberikan informasi secara terbuka sesuai kebutuhan penelitian, tinggal serumah bersama keluarga, lansia yang masih sehat, aktif dalam kegiatan sehari-hari dan *Representative* dalam kriteria *successful aging*. Berikut adalah data mengenai masing-masing informan dalam penelitian ini :

Tabel 4.13. Identitas Informan

No.	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Pekerjaan
1.	RK	Laki-laki	67 Tahun	Mantan Kepala seksi Pelayanan Desa, Mantan Kepala Dusun
2.	KD	Laki-laki	70 tahun	Ketua RT, Petani
3.	YAR	Perempuan	61 tahun	Pedagang, Petani
4.	PA	Perempuan	64 tahun	Petani

5.	KA	Laki-laki	70 tahun	Mantan Kepala Dusun, Petani
----	----	-----------	----------	-----------------------------

a. Informan Pertama (RK)

Informan pertama yaitu RK beliau pada 6 Juni 1956. RK saat ini berusia 67 tahun. Isteri RK yaitu W berusia 62 tahun. Beliau memiliki 2 orang anak laki-laki dan perempuan yaitu W dan E. Kedua anak beliau sudah berumah tangga dan memiliki usaha. Anak pertama memiliki usaha warung dan anak kedua juga memiliki usaha warung di rumah yang saat ini ia tempati. Anak kedua tinggal bersama beliau. Sedangkan anak pertama tinggal masih dalam satu kecamatan namun berjarak 8 KM dari rumah beliau di Desa Bubakan. RK di bidang Pendidikan hanya tamat SD. RK tinggal di rumah bersama isteri, anak, menantu dan kedua cucunya. Latar belakang pekerjaan beliau sebelum pensiun ialah pernah menjabat sebagai kepala Seksi pelayanan Desa, Kepala Dusun, dan sebagai ketua dalam berbagai organisasi di Desa seperti ketua Kelompok Tani, ketua KTTA (Kelompok Sumber Daya Alam dan Air), dan PPA (Perlindungan Perempuan dan Anak). Saat ini kesibukan beliau ialah di rumah bersama keluarga, melakukan aktivitas ringan yang tidak sepadat sewaktu bekerja di bidang pelayanan Desa. Berdasarkan hasil wawancara, keseharian beliau ialah menjalankan kewajibannya sebagai umat muslim yaitu beribadah, kemudian menjalin hubungan sosial dengan masyarakat, mengasuh dan bermain dengan cucu, memberikan ceramah dan khutbah jumat, menjadi muadzin di masjid, mengantarkan istrinya berjualan di pasar, beliau juga sering motoran. Tak jarang ketika motoran beliau banyak menjumpai orang dan melakukan interaksi sosial. Beliau juga dikenal sebagai tokoh agama sekaligus tokoh masyarakat di Desa Bubakan.

b. Informan Kedua (KD)

Informan kedua adalah KD, lansia berusia 70 tahun, berjenis kelamin Laki-laki. Beliau lahir pada 20 Juni 1953. Isteri KD ialah S. beliau memiliki 3 anak. Ketiga anaknya berjenis kelamin perempuan. Beliau tinggal Bersama anak bungsunya yaitu Y. Ketiga anak beliau masing-masih sudah berumah tangga dan sukses dalam usaha yang ditekuninya. Anak pertama usaha berdagang, dan anak kedua serta ketiga menjadi wirausaha bakso di perantauan. Beliau dengan ketiga anaknya masih tinggal dalam satu lingkungan yang berdekatan, yang hanya berjarak beberapa rumah. beliau juga memiliki 7 orang cucu yang sangat disayanginya dan selalu berkunjung ke rumahnya. Pekerjaan beliau adalah ketua RT, beliau sudah menjabat sejak tahun 2010. Selain menjadi ketua RT, kesibukan yang beliau jalani di usianya sekarang ini yaitu sebagai petani dan mengurus ternaknya. Beliau memiliki sawah dan juga ladang perkebunan yang tak jauh dari rumahnya. Tak jarang beliau sering mengolah ladangnya sendiri dan pergi mengecek keadaan. Beliau juga setiap sore mencari rumput untuk pakan ternaknya.

c. Informan ketiga (YAR)

Informan ketiga yaitu YAR, beliau lahir pada tanggal 17 Maret 1962. Beliau tahun ini berusia 61 tahun, kesehariannya memiliki kesibukan sebagai pedagang dan petani. Beliau memiliki suami yaitu S, suami beliau sudah meninggal pada tahun 2019 karena mengidap sakit ginjal dan paru-paru. Beliau memiliki 2 anak yaitu Y (perempuan) dan W (laki-laki). Kedua anaknya sudah berumah tangga dan memiliki usaha. Beliau tinggal serumah bersama anak pertamanya yaitu Y. Anak kedua beliau bertempat tinggal tak jauh dari rumahnya. Tak jarang mereka sering berkumpul bersama, kedua anak beliau, menantu dan ketiga cucunya. Keseharian beliau yaitu

membantu usaha warung yang dimiliki anak pertamanya, membantu melayani pembeli dan berbagai kegiatan jual beli di warung. Beliau juga sembari berjualan cilok di samping warung anaknya. Peluang letak warung yang berdekatan dengan masjid tempat mengaji anak-anak, membuat beliau memiliki ide untuk berjualan jajanan cilok, sekaligus bentuk realisasi hobi memasaknya. Tak jarang ketika tidak ada kegiatan, beliau mencari rumput untuk dua ekor kambing yang menjadi peliharaannya. Terkadang beliau juga pergi ke ladangnya, karena beliau juga seorang petani. Ketika suami beliau masih ada, beliau sering berkegiatan bertani, namun sekarang hanya sesekali.

d. Informan keempat (PA)

Informan kelima yaitu PA, lahir pada tanggal 4 Januari 1959. Lansia berusia 64 tahun yang kesehariannya bekerja sebagai petani. Beliau memiliki suami yaitu T. Suami beliau memiliki penyakit jantung koroner, sehingga tidak melakukan aktivitas berat sejak beberapa tahun lalu. Beliau memiliki 7 anak yaitu 2 orang anak laki-laki dan 6 orang anak perempuan. Beliau juga memiliki 13 cucu, dan 7 cicit. Beliau dan suaminya tinggal serumah dengan anaknya yang ke-5. Di rumah tersebut terdapat, beliau dan suaminya, menantu, serta satu orang cucunya yang bersekolah kelas 6 SD. Beliau dan ke 6 anaknya yang lain, masih tinggal di lokasi yang berdekatan, sehingga intensitas bertemu dan berkunjung yang mereka lakukan cukup sering. Dulu beliau dan suaminya merupakan petani bawang merah dan bawang putih, hasil panennya disetorkan ke Solo untuk dijual. Beliau dan suaminya dimasa dulunya merupakan petani yang sukses dan cukup dikenal. Beliau memiliki sawah dan tanah perkebunan yang terletak di beberapa lokasi di sekitar tempat tinggalnya. Hasil panen dari perkebunan beliau berupa jagung dan singkong yang kemudian dijual. Kemudian untuk kebutuhan pangan sehari-hari berupa beras, beliau tidak lagi membeli di warung, melainkan dari

hasil panennya sendiri. Setiap hasil penjualan panen beliau tabung untuk biaya darurat dan juga membeli ternak. Sekarang beliau memiliki hewan ternak berupa 6 ekor kambing. Dulu beliau sempat memiliki 2 ekor sapi yang diurusnya bersama suami, namun sapi tersebut sudah dijual karena mengurus sapi membutuhkan tenaga yang cukup ekstra. Sehingga sekarang beliau memilih untuk mengurus kambing daripada sapi. Kegiatan beliau selain sebagai petani yang mengurus ladang perkebunan dan panen hasil pertanian, juga mengurus hewan ternak. Dalam sehari beliau biasanya bisa 2-3 kali mencari rumput untuk pakan hewan ternaknya. Beliau setiap harinya masih mampu menggondong karung-karung berisi rumput. Beliau memiliki kekuatan fisik yang baik sehingga dalam kesehariannya beliau masih mampu melakukan aktivitas-aktivitas fisik yang cukup berat dan melelahkan.

e. Informan Kelima (KA)

Informan kedua yaitu Mbah KA, beliau berusia 75 tahun. Mbah KA lahir pada 4 April 1945. Isteri Mbah KA yaitu T. Beliau memiliki enam anak yang masing-masing sudah berumah tangga. Mbah KA tinggal serumah dengan anak ke-2nya, menantu, isteri, dan kedua cucunya. Latar belakang pekerjaan beliau ialah, ketika masih muda beliau menceritakan pernah bekerja di bidang kesehatan di Desa. Kemudian menjadi kepala Dusun dari tahun 1969 sampai tahun 2000. Menginjak usia lanjut beliau mulai fokus pada kegiatan di rumah, rutinitas beliau sekarang yaitu sebagai petani dan mengurus ternaknya yang berjumlah tiga ekor kambing. Sawah yang dimiliki beliau berlokasi tepat disamping rumahnya, sehingga beliau sering menghabiskan waktu untuk beraktivitas pergi ke sawah.

4.2.2. Bentuk-Bentuk Pencapaian *Successful Aging* Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga Di Desa Bubakan, Kec. Girimarto, Kab. Wonogiri

Successful Aging dapat tercapai apabila aspek-aspek/komponen di dalamnya dapat terpenuhi. Rowe & Kahn (1997) mendefinisikan *Successful Aging* sebagai kemampuan mengelola tiga kunci karakteristik atau perilaku, yang meliputi pertama, meminimalisir resiko munculnya berbagai penyakit dan akibat yang berhubungan dengan resiko tersebut. Kedua, keberfungsian fisik dan kognitif, dan ketiga, hubungan sosial dalam hidup. Bentuk-bentuk Pencapaian *Successful Aging* Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga yang terjadi pada informan penelitian ini, dipaparkan melalui hasil sebagai berikut :

A. Meminimalisir dan Berkemungkinan Rendah Resiko Munculnya Suatu Penyakit (*Avoiding Disease And Disability*)

Komponen tersebut merupakan salah satu bentuk pencapaian *successful aging* yang sangat penting. Karena tidak hanya mengenai ada tidaknya penyakit dalam diri individu, tetapi bagaimana individu dapat mencegah dan terhindar dari resiko terkena penyakit. Kemunculan penyakit dapat datang karena kelalaian diri dalam menjaga kesehatan dan kebersihan. Namun untuk dapat terhindar dari penyakit harus terdapat adanya komitmen dari dalam diri. Ada juga penyakit yang tidak dapat dihindarkan seperti penyakit genetik atau keturunan.

Mengenai riwayat penyakit yang dimilikinya, informan RK, KD, YAR, dan KA, empat dari lima informan tersebut pernah memiliki riwayat penyakit.

“Nek riwayat penyakit pernah ndue loro penyempitan lambung taun 2017 mbien, seprene alhamdulillah wes pulih, sehat.” (Kalo riwayat penyakit pernah sakit penyempitan lambung tahun 2017 dulu, sampai sekarang alhamdulillah udah pulih, sehat) (Wawancara RK, 9/6/2023)

“Mbiyen sakite kencing batu trus operasi saiki wes pulih. Kui kiro-kiro wes 7 tahun yang lalu.” (Dulu sakitnya kencing batu terus operasi sekarang udah pulih. Kira-kira udah 7 tahun yang lalu) (Wawancara KD, 13/6/2023)

“Riwayat kesehatan ora enek, tapi nek gangguan kesehatan itu darah tinggi kadang kumat, nek kumat sirahe panas, nek kliyengan mumet ngono kui trus mangan timun ngono mari.” (Riwayat penyakit ga ada, cuman kalo gangguan kesehatan tu darah tinggi kadang kambuh, Kalo kambuh kepalanya panas, kalo kliyengan pusing kaya gitu makan timun gitu sembuh) (Wawancara YAR, 17/6/2023)

Riwayat penyakit pernah operasi mergo loro hernia karo ambeien, nek saiki wes sehat alhamdulillah. Kui kiro-kiro wes 3 taun wingi wesan, taun 2020.” (Riwayat penyakit pernah operasi karena sakit hernia dan ambeien, kalau sekarang udah sehat alhamdulillah. Itu kira-kira udah 3 tahun yang lalu tepatnya tahun 2020) (Wawancara KA, 20/5/2023)

Kemudian informan PA menuturkan bahwa dirinya sejak muda tidak pernah memiliki riwayat penyakit.

“Kat enom alhamdulillah aku ran due penyakit bawaan utowo penyakit serius. Gangguan kesehatan karo riwayat penyakit ora enek yoan. Alhamdulillah ra pernah loro sing nganti kudu digowo nyang rumah sakit.” (Dari muda alhamdulillah ga punya penyakit bawaan atau penyakit serius. Gangguan kesehatan dan riwayat penyakit juga ga ada. Alhamdulillah ga pernah sakit yang sampai harus dibawa ke rumah sakit) (Wawancara PA, 12/6/2023)

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan terhadap informan lansia mengenai riwayat penyakit yang dialaminya, beberapa informan pernah mengalami sakit di masa lalunya. Namun sakit yang dialami tersebut bukan bawaan lahir/penyakit genetik. Penyakit yang pernah dialami informan sudah terjadi pada selang waktu yang cukup lama, dan lansia yang memiliki riwayat penyakit di masa lalunya kini sudah pulih dan dalam keadaan yang sehat. Penyakit yang sempat lansia alami sebelumnya, tidak berpengaruh pada kehidupan yang dialaminya saat ini.

Lansia melakukan *treatment* (perawatan diri) terkait apa yang mereka lakukan untuk mempercepat pemulihan penyakit yang dialaminya di masa lalu. *Treatment* perlu untuk dilakukan agar menghindari resiko kembali timbulnya penyakit yang dialami. *Treatment* juga dilakukan sebagai bentuk kesadaran diri dan adanya keinginan untuk memperoleh kesehatan yang lebih optimal di masa mendatang. Seperti informan RK yang mengalami riwayat sakit lambung, beliau melakukan *treatment* berupa berobat ke dokter untuk memperoleh penanganan terait sakit yang dulu dialaminya, beliau juga menerapkan jadwal makan yang teratur dengan tidak menunda waktu makan, memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi. Beliau juga dulu sempat mengkonsumsi obat yang dianjurkan dokter selama beberapa waktu untuk mempercepat pemulihan penyakitnya kala itu. Kemudian KD yang pernah mengalami sakit kencing batu melakukan *treatment* berupa melakukan pengobatan ke dokter, dan juga rutin memperbanyak minum air putih setiap harinya. Informan KA yang pernah mengalami sakit hernia dan ambeien beliau melakukan *treatment* berupa melakukan tindakan operasi di RS untuk pemulihan sakit hernia yang dialaminya, setelahnya beliau juga rutin melakukan olahraga jalan santai. *Treatment* terkait penyembuhan sakit ambeien yang dialaminya, beliau mulai rutin mengkonsumsi makanan berserat seperti sayuran bayam, kentang dan buah-buahan, beliau juga mengkonsumsi obat herbal. Berikut hasil wawancara dengan informan YAR terkait *treatment* yang dilakukannya untuk pemulihan sakit yang pernah dialaminya (darah tinggi) :

“*sek tak lakoni supoyo ndang mari lorone mbiyen kui, aku sering cek kesehatan neng puskesmas trus dikei obat nyang bu bidan, kadang aku yo sok mangan jipang godhok (labu siam rebus), dikon ngurangi mangan garem yoan, nek esuk kae mlaku-mlaku, nek kesel yo leren sedelo ngono kui ben ndang mari mbien angger kumat darah tinggine*” (yang aku lakuin supaya cepat sembuh sakitnya itu, aku sering cek kesehatan di puskesmas trus dikasih obat sama bu bidan, kadang aku juga makan labu siam yang direbus, disuruh mengurangi makan garam juga, kalo pagi itu jalan-jalan, kalo capek ya

istirahat sebentar gitu biar cepet sembuh dulu tiap kali kumat darah tingginya) (wawancara YAR, 5/8/2023)

Terdapat 2 faktor yang berpengaruh dan menentukan besar kecilnya resiko penyakit yang terjadi pada lansia. Faktor internal yaitu berupa kesadaran dari diri individu dan faktor eksternal yaitu gaya hidup yang dijalankan pada kesehariannya. Berdasarkan hasil wawancara terhadap kelima informan yaitu RK, KD, YAR, PA dan KA diperoleh bahwa semua informan memiliki kesadaran diri untuk meminimalisir resiko terkena penyakit dengan menjalankan pola hidup sehat. Seperti informan RK yang menjalankan pola hidup sehat dengan membiasakan tidur setelah isya atau maksimal jam 8 sudah persiapan untuk tidur. Beliau juga selepas solat subuh melakukan jalan-jalan santai, makan sehat dan teratur, serta melakukan olahraga meskipun belum konsisten. Serupa dengan PA dan KA yang menerapkan pola hidup sehat dengan makan yang teratur, istirahat yang cukup, tidak merokok dan membiasakan gerak fisik. Sama halnya dengan RK, PA dan KA, berikut penuturan Informan KD mengenai pola hidupnya :

“Pola hidup sek tak lakoni sak suwene iki yo akeh-akeh beraktivitas fisik, gerakne badan supoyo ora kaku digawe nyambut gawe. Aku nek olahraga arang, tapi aku sering gerakne fisik, sek tak lakoni saben dino kan gerak fisik. Mangan sek teratur, mangan opo wae asal apik kanggo awak, jam tidure biasane turune bengi tapi dicukupne ojo nganti turune ra cukup mergo kebiasaan turu bengi, nek kesel yo leren supoyo ora drop awake. Dadi wayah kerjo karo leren kudu seimbang, ojo nganti lali nyempetne istirahat.” (pola hidup yang aku jalani selama ini ya banyak-banyak beraktivitas fisik, gerakin badan supaya ga kaku dibuat melakukan sesuatu. Aku kalo olahraga aku jarang, tapi aku sering gerakin fisik, yang aku lakukan tiap hari kan gerak fisik. Makan yang teratur, makan apa aja asal bagus buat badan, jam tidurnya biasanya tidurnya malam tapi dicukupkan jangan sampai tidurnya ga cukup karena kebiasaan tidur malam, kalo capek ya istirahat supaya ga drop badannya. Jadi waktunya kerja sama istirahat harus seimbang, jangan sampai lupa menyempatkan istirahat) (Wawancara KD, 13/6/2023)

Informan YAR mengenai pola hidupnya menuturkan sebagai berikut :

“Pola hidupe yo urip sehat, turune sek cukup, nek awan kae turu supoyo awake kepenak. Mangane sing teratur, sing ati-ati ora asal mangan tapi diperhatekne kui apik ora nggo awak, dibiasakne gerakne awak ora ketan mlaku-mlaku dilit ngono kui. olahragane ngarit yo ngopo-ngopo kui, pra podo wae olahraga yo. Tapi biasane aku sok mlaku-mlaku nek esuk kae jam setengah 6. Mlakune nyeker ora sendalan.” (Pola hidupnya ya hidup sehat, tidurnya yang cukup, kalo siang itu tidur supaya badannya enakan. Makannya yang teratur, yang hati-hati ga asal makan tapi diperhatikan itu baik ngga buat tubuh, dibiasakan gerakin badan minimal jalan-jalan dikit kaya gitu. Olahraganya cari rumput ya ngapa-ngapain itu, sama aja olahraga kan. Tapi biasanya aku kadang jalan-jalan kalo pagi jam setengah 6. Jalannya telanjang kaki, ga pake sendal) (wawancara YAR, 17/6/2023)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, informan lansia memiliki kesadaran diri dan komitmen dalam bentuk pola hidup yang mereka jalankan. Bentuk komponen ketercapaian resiko rendah terkena penyakit, informan menerapkan pola hidup yang sehat, pola tidur yang teratur, aktivitas olahraga yang rutin dilakukan, memperhatikan pola makan serta makanan yang dikonsumsi, dan membiasakan melakukan aktivitas gerak tubuh.

B) Keberfungsian Fisik serta Kognitif (*High Cognitive and Physical Function*)

Keberfungsian fisik adalah bagaimana individu mampu menjalankan aktivitas pada kesehariannya yang melibatkan kinerja motorik otot. Perubahan yang dialami lansia seiring bertambahnya usia ialah fungsi dan kinerja fisik yang semakin menurun. Namun tak jarang lansia juga masih memiliki kinerja fisik yang optimal, sehingga lansia masih mampu menjalankan kesehariannya tanpa kendala.

Penulis mengajukan berbagai pertanyaan untuk melihat keberfungsian fisik pada informan, terkait keluhan kondisi fisiknya, kondisi indera penglihatan dan pendengaran, penurunan fisik yang dialami lansia seusianya dan dirinya, serta kemandirian dalam

melakukan aktivitas untuk pemenuhan kebutuhannya. Berikut adalah hasil wawancara yang dilakukan penulis dengan informan :

- Informan RK mengenai kondisi fisiknya mengatakan :

“Fisik alhamdulillah sehat, iseh kuat nglakoni keseharian.”
(Fisik alhamdulillah sehat, masih kuat melakukan keseharian.)

“Wes setahun terakhir iki aku raiso nyambut gawe ngoyo, koyonek mikul-mikul, kerjo berat ngono gampang kesel, sendine wes ra sekuat mbien. Dadi aku ngurangi aktivitas berat. (Sudah setahun terakhir aku ga bisa melakukan pekerjaan yang banyak, kaya angkat-angkat, kerja yang berat gitu gampang capek, sendinya udah ga sekuat dulu. Jadi aku mengurangi aktivitas berat).”

“Pengelihatane ijek lumayan apik, cuman nek moco ngono kui aku nggo bantuan kaca mata. Trus nek ngrungokne wong omong yo ijek apik. (Pengelihatannya masih lumayan bagus, cuman kalo baca kaya gitu aku pakei bantuan kacamata. Terus kalo mendengarkan orang ngomong ya masih baik)”

“Aku ijek mampu mandiri, lakoni kebutuhan sehari-hari, mandi, mangan, nganggo pakaian, buang air besar, mlaku neng tangga ijek iso, numpak motor ijek iso, omahku kan rojo nanjak dalane turunan aku yo iso ra ono masalah. Alhamdulillah ijek mampu.”
(Aku masih mampu mandiri, melakukan kebutuhan sehari-hari, mandi, makan, pakai pakaian, buang air besar, menaiki tangga masih bisa, naik motor pun masih bisa, rumahku kan agak menanjak jalannya turnan, aku juga bisa ga ada masalah. Alhamdulillah masih mampu) (wawancara RK, 9/6/2023)

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan ketika menemui informan RK, beliau secara fisik dalam keadaan sehat, fisiknya tidak ada masalah, beliau masih kuat menjalani aktivitas kesehariannya. Ketika penulis menemui beliau di rumahnya, beliau sedang duduk di ruang tamu sambil mendengarkan lantunan ayat suci Al Quran. Beliau juga mengatakan bahwa dirinya baru saja pulang dari masjid menjadi imam solat ashar.

- Informan KD mengenai kondisi fisiknya mengatakan :

“Sehat terus alhamdulillah, fisik e yo apik.” (Sehat terus alhamdulillah, fisiknya juga bagus)

“Keluhan fisik orenek. Ijek bagas waras lah. Arep ngelakoni opo wae ijek iso, fisik e ra loro, ra bermasalah. Apik-apik wae renek keluhan.” (Keluhan fisik ga ada. Masih sehat bugar. Mau lakuin apa aja masih bisa, fisiknya ga sakit, ga bermasalah. Bagus-bagus aja ga ada keluhan)

“Taun-taun keru iki sak rumangsaku fisik ku sehat wae, fungsine ra ono masalah, aku yo ijek iso lakoni opo wae lah.” (Tahun-tahun terakhir ini aku rasakan fisikku sehat aja, fungsinya ga ada masalah, aku juga masih bisa melakukan apa aja)

“Pengelihatan pendengaran ijek apik. Ijek lumayan jelas...”. (pengelihatan pendengaran masih bagus. Masih lumayan jelaslah...)

“Aku mandiri opo-opo sebisa mungkin tak lakoni dewe, ora kongkonan wong liyo. Wong fisike ijek mampu yo dilakoni dewe. Makan, buang air, mandi, nggango klambi ijek iso yo, ijek mampu.” (Aku mandiri apa-apa sebisa mungkin aku kerjakan sendiri, ga nyuruh orang lain. Orang fisiknya masih mampu ya dilakuin sendiri. Makan, buang air, mandi, pakai baju ya masih bisa, masih mampu) (wawancara KD, 13/6/2023)

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, informan KD dari segi fisik dan kesehatannya bagus, beliau terlihat sehat dan bugar. Ketika penulis mendatangi rumah beliau untuk melakukan wawancara, saat itu beliau belum pulang dari kebun. Setelah beberapa menit menunggu, beliau pulang sambil memikul kayu yang cukup banyak dan terlihat berat. Hal tersebut membuktikan bahwa dari segi fisik beliau masih kuat menjalankan aktivitas berat. Kesehatan beliau juga masih terjaga dengan baik, sebagaimana yang penulis lihat bahwa beliau sangat bugar dan tidak ada masalah maupun penyakit mengenai fisiknya.

- Informan YAR mengenai kondisi fisiknya mengatakan :

“Keluhane yo darah tinggi kui mau, wes setahun terakhir nek kumat ki nyang sirah panas, tapi yo ora ganggu aktivitas jane.” (Keluhannya ya darah tinggi itu mau, udah setahun terakhir kalo kumat itu kepala panas, tapi ya ga ganggu aktivitas juga sih)

“fisik ijek apik, fungsine ra ono masalah. Tapi sikilku iki sok-sok keram opo meneh nek ngadek suwe.” (fisiknya masih bagus, fungsinya ga ada masalah. Tapi kaki ku ini kadang keram apalagi kalo berdiri lama)

“Pengelihatan ijek apik, jelas nek nameti, nek moco. Pendengaran yo ora bermasalah.” (Pengelihatan masih bagus, jelas kalo melihat, kalo baca. Pendengaran juga ga bermasalah)

“Soal kemandirian aku ijek mampu ngopo-ngopo, ra enek masalah. Masak, nyapu, ngarit, ngumbahi, naik turun tangga ijek mampu, ra gene-gene.” (Soal kemandirian aku masih mampu ngapa-ngapain, ga ada masalah. Masak, nyapu, cari rumput, cuci baju, naik turun tangga masih mampu juga, ga kenapa-kenapa) (wawancara YAR, 17/6/2023)

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, informan YAR memiliki fisik yang sehat dan bugar. Ketika penulis mengunjungi rumah beliau saat wawancara, beliau saat itu tengah menyapu rumah setelah seharian ikut membantu anaknya di warung. Salah satu hal tersebut membuktikan bahwa beliau masih mampu melakukan kegiatan fisik seperti menyapu dan menjaga warung. Hanya saja dalam wawancara beliau mengatakan memiliki keluhan darah tinggi, dan kakinya terasa kram ketika berdiri terlalu lama. Indera pengelihatan dan pendengaran beliau juga masih berfungsi optimal. Beliau juga mandiri dalam mengerjakan berbagai hal, sama seperti yang penulis lihat ketika beliau membuatkan teh untuk tamu yang datang ke rumahnya.

- Informan PA mengenai kondisi fisiknya mengatakan :

“Keluhan ra ono, ijek sehat ijek iso ngopo-ngopo.” (Keluhan ga ada, masih sehat masih bisa ngapa-ngapain)

“Sek tak rasakne ora enek penurunan ki, rasane awak ra ono masalah, fisik kabeh sehat isih berfungsi apik.” (yang saya rasakan ga ada penurunan ya, rasanya badan ga ada masalah, fisik semua masih berfungsi baik)

“Pengelihatan isih cetho, moco yo iso cuman nek nameti soko jarak adoh wes ra patek ngerti, pendengaran yo ijek jelas krungu suoro, karo nek guneman karo uwong.” (Pengelihatan masih

jelas, baca juga masih bisa cuman kalo lihat dari jarak jauh udah ga begitu ngerti, pendengaran ya masih jelas kalo dengar suara, kalo ngobrol sama orang juga)

“Ijek mampu ngelakoni aktivitas saben dinane sing kaitane karo kemandirian, isah-isah piring, resik-resik, nyapu isih mampu, biasane malah tiap sore nyaponi emperan omahe anakku, kan kosong omahe nek lagi ditinggal lungo merantau, dadi aku sok ngendaki, resiki. (masih mampu melakukan aktivitas setiap harinya yang kaitannya sama kemandirian, cuci piring, bersih-bersih, menyapu masih mampu, biasanya malah tiap sore nyapu teras rumahnya anakku, kan kosong rumahnya kalo ditinggal pergi merantau, jadi aku kadang ngecek, bersihin) (wawancara PA, 12/6/2023)

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, secara fisik informan PA memiliki fisik yang baik dan terlihat sangat sehat. Fungsi anggota fisiknya tidak bermasalah. Beliau memang sering dan sudah terbiasa melakukan kegiatan yang berhubungan dengan fisik atau melibatkan gerak fisik. Ketika penulis mengunjungi beliau untuk melakukan wawancara, beliau saat itu sedang beristirahat setelah menyapu dedaunan yang gugur di sekitar rumahnya. Meskipun informan PA sudah berusia lanjut tapi fisiknya masih sangat baik sehingga beliau mampu melakukan aktivitas fisik seperti menyapu.

- Informan KA mengenai kondisi fisiknya mengatakan :

“Keluhan fisik kui sek tak rasakne dengkulku kui sok-sok keju nek bar nyambut gawe, arang-arang ora sering tapi. “ (keluhan fisik itu yang aku rasakan lututnya itu kadang-kadang linu kalo abis bekerja gitu, jarang-jarang tapi ga sering)

“Pengelihatan pendengaran ra gene-gene. Ijek apik kabeh ra bermasalah.” (pengelihatan pendengaran ga kenapa-kenapa. Masih bagus semua ga bermasalah)

“Mandiri aku, aktivitas saben dino koyo mangan, nyang kolah, sing kaitane karo butuhku dewe yo mampu. Iso dilakoni dewe ora perlu dibantu wong liyo.” (Mandiri aku, aktivitas setiap hari kaya makan, ke kamar mandi, yang kaitannya sama kebutuhan sendiri ya mampu. Bisa dilakukan sendiri ga perlu dibantu orang lain) (wawancara KA, 20/5/2023)

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, informan KA memiliki fisik yang sehat. Beliau memiliki tubuh yang bugar dan masih terlihat awet muda untuk kisaran lansia seumurannya. Ketika beliau berkunjung ke rumah informan KA, beliau waktu itu baru saja pulang dari kebun melihat kondisi kebunnya, sambil mencari rumput untuk hewan ternaknya. Beliau ikatan rumput yang terlihat berat beliau masih mampu, dan beliau juga mengatakan hal tersebut sudah biasa dilakukannya. Hal ini penulis mampu menilai bahwa keberfungsian fisik beliau masih sangat baik.

Dari hasil uraian wawancara diatas terkait keberfungsian fisik informan, diperoleh bahwa seluruh informan memiliki kondisi fisik yang sehat. Beberapa informan memang memiliki keluhan fisik yang sudah dirasakannya seperti informan RK yang mulai mengurangi aktivitas beratnya karena sendi yang sudah tidak seoptimal dulu, kemudian informan KA juga mengalami hal yang serupa berupa keluhan pada persendian dan YAR yang memiliki keluhan darah tinggi yang kerap kambuh, namun beliau mengaku hal tersebut tidak mengganggu mobilitas dirinya dalam beraktivitas. Namun terdapat pula lansia yang tidak merasakan adanya keluhan maupun penurunan mengenai kinerja fisiknya, fungsi fisiknya masih berjalan optimal seperti yang dialami informan KD dan PA. Kemudian mengenai Keberfungsian indera pengelihatannya dan pendengarannya seluruh informan lansia juga masih berfungsi dengan baik baik. Informan juga masih mampu melakukan aktivitas yang berkaitan dengan kemandiriannya dalam melakukan *Activity Daily Living* (ADL) seperti makan, buang air, berjalan, mandi, memakai baju, menyapu, memasak dan kegiatan lain dalam pemenuhan kebutuhannya.

Keberfungsian kognitif adalah bagaimana individu mampu mempertahankan ingatan-ingatannya mengenai berbagai hal yang terjadi dan dialaminya di waktu yang sudah lalu. Selain itu proses belajar juga menjadi hal penting dalam keberfungsian kognitif. Dimana

proses belajar ini diperoleh melalui pengalaman yang terjadi dalam hidup ataupun pengetahuan baru. Keberfungsian kognitif menjadi hal yang penting dalam pencapaian *successful aging* pada lansia. Keberfungsian kognitif pada lansia menurut Rowe dan Kahn (1997) berkaitan dengan memori dan proses belajar.

Berikut hasil penelitian mengenai komponen keberfungsian kognitif yaitu :

i. Memori (Daya Ingat)

Memori merupakan salah satu dari perkembangan kognitif. Seseorang dapat dikatakan memiliki memori yang bagus apabila mampu menyimpan dan mengingat kembali informasi untuk digunakan di masa kemudian. Berdasarkan hasil wawancara, kelima informan memiliki daya ingat yang masih berfungsi optimal, seperti RK yang tidak ada masalah mengenai daya ingatnya, kemudian YAR dan KA yang mengatakan bahwa daya ingatnya masih bagus, tidak mengalami pikun ataupun masalah lain. Selain itu KD juga masih memiliki daya ingat yang baik, karena sedari dulu hingga sekarang beliau sudah terbiasa mengurus banyak hal umumnya berkaitan dengan masyarakat, sehingga kemampuan ingatannya sudah terlatih sejak lama. Berikut penuturan KD beliau mengatakan :

“daya ingatku ijek bagus. Ora lalen, urusanku kan sering karo masyarakat, sering ketemu uwong, akeh sing diurusi. Nom-noman deso karang taruna sek biasane tak tunjuk bantu-bantu acara nikahan aku eling sopo wae, endi rupane, jenenge, anak e sopo. (daya ingatku masih bagus. Ga lupa, urusan aku kan sering juga sama masyarakat, sering ketemu orang, banyak yang diurusin. Pemuda-pemuda desa karang taruna yang biasanya saya tunjuk buat bantu-bantu acara nikahan aku ingat siapa saja, mukanya yang mana, namanya, anaknya siapa) (wawancara KD, 13/6/2023)

Sama halnya dengan informan PA yang masih mengingat pesan yang disampaikan orang lain kepadanya, berikut penuturannya :

“Daya ingatku ijek berfungsi, ora pikun lah, pernah nek enek uwong atur-atur nyang omah ngono kui diwelingi opo misale

dino ne mantu ngono kui aku ijek eling.” (Daya ingatku masih berfungsi, ga pikunlah, pernah kalo ada orang atur-atur (meminta untuk hadir di acara orang lain) dikasitau hari pelaksanaan pernikahan gitu ya masih ingat) (wawancara PA, 12/6/2023)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis kepada informan lansia dapat disimpulkan bahwa memori (daya ingat) seluruh informan masih berfungsi secara optimal. Lansia masih mampu mengingat apa yang telah dialaminya di masa yang sudah berlalu dan menceritakannya dengan baik. Seperti lansia masih mampu mengingat pesan yang disampaikan orang lain kepadanya, dan juga masih mengingat orang-orang yang pernah terlibat dalam hidupnya. Sering berinteraksi, melakukan berbagai banyak hal tidak lantas membuat lansia menjadi mudah pelupa. Justru ingatan lansia masih berfungsi dengan baik. Berdasarkan observasi yang dilakukan pula oleh penulis, seluruh informan lansia memiliki memori yang baik dilihat dari bagaimana mereka bercerita mengenai hal-hal yang terjadi di kehidupannya, serta menjawab setiap pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Lansia dengan lancar menjawab tanpa adanya jeda karena mengingat kembali ataupun terbata-bata dalam penyampaiannya.

ii. Proses Belajar

Proses belajar merupakan proses perubahan perilaku yang diperoleh melalui pengalaman maupun mempelajari hal baru, yang kemudian menimbulkan peningkatan kualitas perilaku mulai dari perubahan daya pikir, pandangan, pemahaman, pengetahuan.

Berdasarkan hasil wawancara, informan KD dan KA masih memiliki kemauan untuk terus belajar di masa tuanya, mereka masih belajar ilmu-ilmu yang bermanfaat untuk dirinya melalui mendengarkan ceramah di pengajian yang sering mereka ikuti di lingkungannya. Namun pada informan PA keinginan untuk belajarnya mulai menurun, dirinya mengaku sudah lama tidak mempelajari sesuatu. Kemudian informan RK dirinya berpendapat bahwa belajar

dan mencari ilmu tidak mengenal umur, seperti dirinya yang masih terus belajar ilmu baru dan belajar menjadi individu yang lebih baik lagi di masa tuanya, seperti yang dikatakan beliau dalam wawancara sebagai berikut :

“Belajar kui ora kenal umur, umur piro wae iso sinau, iso golek ilmu, nambah ilmu. Umurku sek wes sepuh iki aku yo iseh belajar, belajar dadi manusia sing taat, belajar dadi bojo lan kepala keluarga, belajar dadi contoh sing apik kanggo anak-anak, belajar agomo lan opo wae sing becik, sing manfaat. Saben esuk aku sok nonton ceramah neng tv, aku yo sok ngrungokne neng radio, supoyo trus oleh ilmu-ilmu baru sing iso diterapke sing iso dibagi.” (Belajar itu ga kenal umur, umur berapa aja masih bisa belajar, bisa cari ilmu, nambah ilmu. Umurku yang udah tua ini aku juga masih belajar, belajar jadi manusia yang taat, belajar jadi suami dan kepala keluarga, belajar jadi contoh yang baik buat anak-anak, belajar agama dan apa saja yang baik, yang bermanfaat. Setiap pagi aku nontonin ceramah di tv, aku ya dengerin di radio, supaya terus mendapat ilmu-ilmu baru yang bisa diterapkan dan bisa dibagi) (wawancara RK, 9/6/2023)

Kemudian Informan YAR masih terus belajar mengenai hal baru melalui kecanggihan teknologi. Usianya yang sudah tua tidak menghalangi dirinya untuk eksplor dan memanfaatkan teknologi yang serba mempermudah dalam hal pengembangan kemampuan. Beliau masih mampu mengoperasikan HP (*Hand Phone*) dengan baik, bahkan YAR memanfaatkan HP terutama media sosial youtube untuk mengasah hobi memasaknya. Dalam wawancara informan YAR mengatakan :

“Aku sinau ne ki sinau masak nek aku, sok-sok ki pengen njajal gawe panganan opo ngono, aku yo sok golek resep neng youtube, gawe pudding, kue kukus ngono kui. Ide dodolan cilok kae resep e yo soko sinau ko youtube. Aku seneng masak dadi yo sinau golek resep panganan anyar ngono go dimasak.” (Aku belajarnya itu belajar masak kalo aku, kadang-kadang itu pengen coba bikin makanan apa gitu, aku juga kadang cari resep di youtube, bikin pudding, kue kukus kaya gitu. Ide jualan cilok itu resepnya ya dari belajar di youtube. Aku suka masak jadi ya belajarnya cari resep makanan baru gitu buat dimasak) (wawancara YAR, 17/6/2023)

Berdasarkan hasil wawancara kepada informan lansia, dapat diketahui bahwa lansia masih memiliki kemauan untuk terus belajar, seperti informan RK yang berpendapat bahwa belajar tidak mengenal usia dan waktu, lalu informan KD dan PA yang di masa tuanya masih belajar mengenai ilmu agama yang diperolehnya dari kegiatan pengajian, ceramah, dan kutbah. Kemudian informan YAR yang memiliki kemauan untuk belajar memasak, dimana beliau memiliki keinginan untuk mencoba hal baru melalui memasak yang diperolehnya melalui belajar di media sosial seperti youtube. Namun lansia PA mengatakan bahwa di masa tuanya beliau sudah lama tidak belajar mempelajari sesuatu. Meskipun begitu, dalam hal ini secara keseluruhan lansia masih memiliki tekad untuk belajar mesti di usia yang sudah rentan terhadap penurunan kemampuan kognitif.

C. Hubungan Sosial dalam Hidup (*Engagement With Life*)

Pencapaian *successful aging* pada lansia ditandai dengan adanya indikator keberhasilan dalam menjalin hubungan sosial yang positif dengan orang lain. Memiliki hubungan sosial yang baik (*social relation*) dan melakukan aktivitas yang produktif merupakan wujud lansia mampu untuk terlibat aktif dalam hidup yang dijalannya. Melakukan interaksi dan berhubungan sosial merupakan suatu kebutuhan yang sangat penting bagi lansia, dan tidak semua lansia mampu melakukannya. Menurut Rowe dan Kahn (1997) terdapat dua bentuk relasi sosial dalam pencapaian *successful aging* pada lansia yaitu dukungan sosio emosional dan instrumental, berikut hasil dari penelitian ini :

i. Dukungan sosio emosional

Dukungan ini mencakup sebuah perasaan berupa ekspresi kasih sayang, kepedulian, kebahagiaan, dan emosi positif lainnya. Dukungan ini diperoleh dari orang lain seperti keluarga, teman, atau orang sekitar.

Untuk mengetahui bentuk dukungan emosional pada informan lansia, penulis melakukan wawancara dengan mengajukan pertanyaan terkait a) hubungan dan komunikasi dengan orang lain, b) dukungan sosial dari lingkungan sekitar, c) arti keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara, kelima informan yaitu RK, KD, YAR, PA, dan KA memiliki hubungan yang baik dengan dengan lingkungan sosialnya. Seperti informan RK yang masih menjalin hubungan sosial yang baik dengan keluarga, tetangga, dan masyarakat, tidak pernah ada masalah ataupun pertikaian. Dalam keluarga ketika terdapat perbedaan maksud dan pendapat selalu dibicarakan dengan baik, ketika emosi tidak menjelek-jelekan satu sama lain, intinya saling menegur dan menghargai menurutnya. Kemudian KD juga mengatakan bahwa hubungannya dengan keluarga, anak, cucu tidak ada masalah, tidak pernah adu mulut dengan isterinya selama menikah berpuluh-puluh tahun, beliau juga masih sering berkumpul bersama keluarga sehingga hubungannya masih akrab dan terjalin rukun. Peran KD di masyarakat sebagai ketua RT membuat dirinya erat dengan masyarakat karena sering melakukan kegiatan yang melibatkan masyarakat. Informan YAR pun sama baiknya, komunikasi dan hubungan sosial beliau dengan orang lain masih terjaga dengan baik. Berikut penuturan PA dan KA mengenai hubungan sosialnya :

“Hubungan karo wong liyo yo apik, akur ra enek masalah. Nek komunikasi aku kerep banget ngobrol, saben dino pasti ngobrol tentang opo wae. ...Ra pernah ono masalah utowo padudon karo sopo wae. (Hubungan dengan orang lain juga baik, akur ga ada masalah. Kalo komunikasi aku sering banget ngobrol, setiap hari pasti ngobrol tentang apa aja. ... Ga pernah ada masalah atau berantem juga sama siapapun) (wawancara PA, 12/6/2023)

“Hubungan karo wong liyo yo apik. Komunikasi saben dino wes pasti dilakoni. Padu, iri, emosi karo wong liyo ora tau, ora dendaman, ora ngingu kebencian, jenenge urip berdampingan karo wong liyo yo kudu sing becik.” (Hubungan dengan keluarga rukun-rukun aja, sama orang lain juga baik. Komunikasi setiap hari udah pasti dilakukan. Adu mulut, iri, emosi sama orang lain ga pernah, ga dendaman, ga nyimpan kebencian, namanya hidup

berdampingan sama orang lain ya harus yang baik) (wawancara KA, 20/5/2023)

Kemudian berdasarkan hasil wawancara diperoleh data bahwa semua informan memperoleh dukungan sosial utamanya dari keluarga. Informan RK memperoleh dukungan sosial dari keluarganya berupa dukungan emosional dimana keluarga selalu mendukung apa yang menjadi kemauannya, yang sedang dijalaninya. Meskipun sudah tua namun keluarga mendukung keinginan beliau untuk mengendarai motor dengan syarat selalu berhati-hati. Kemudian informan YAR yang mendapat dukungan sosial penghargaan dari keluarga, keluarga mendukung hobi beliau memasak dengan membelikan alat masak, kemudian cucu beliau juga memuji masakan yang dibuatnya, membuat dirinya merasa dihargai dan didukung dalam mengembangkan kemampuannya. Sama seperti informan KA yang mendapatkan dukungan emosional berupa perhatian yang ditunjukkan oleh anak-anaknya, seperti menanyakan apa yang menjadi kebutuhannya, dibahagiakan anak, meskipun dirinya tidak meminta tapi anak beliau sering memenuhi kebutuhannya, kemudian dirinya juga diperhatikan kesehatannya dengan dibelikan madu untuk dikonsumsi. Kemudian informan KD juga mendapatkan dukungan emosional dari keluarganya dengan didukung apa yang sedang beliau jalani, dan diberi kepercayaan akan kemampuannya, berikut penuturan beliau dalam wawancara :

“Keluarga ngedukung, bojo, anak kabeh ora masalah anggere aku ijek mampu. Didukung opo wae sek tak lakoni, dadi RT yo didukung arepo kadang sibuk, repot, keluarga percoyo karo kemampuanku. Aku Bertani yo diolehne, nyandi-nyandi milih mlaku yo oleh ora enek larangan. Aku jane nduwe duit dewe tapi anak-anak ijek sok ngei jare go jajan, go cekelan, ditukokne wedus malahan supoyo aku enek ingon-ingon sakbare sapiku wingi mati 3.” (keluarga mendukung, isteri, anak semua ga masalah asal aku masih mampu. Didukung apa aja yang aku jalani, jadi RT ya didukung meskipun kadang sibuk, repot, keluarga percaya dengan kemampuanku. Aku bertani ya dibolehin, kemana-mana lebih milih jalan kaki ya ga ada larangan. Aku sebenarnya punya uang sendiri tapi anak-anak masih suka

ngasih katanya buat jajan, buat pegangan, dibelikan kambing malah supaya aku ada ternak lagi setelah kemarin sapiku mati 3) (wawancara KD, 13/6/2023)

Selain itu informan PA juga mendapatkan dukungan emosional dari keluarganya berupa perhatian yang selalu ditunjukkan anak-anaknya, beliau tidak pernah merasa kesepian karena anak-anaknya rutin menghubunginya, beliau juga selalu diingatkan untuk tidak terlalu lelah beraktivitas. Seperti penuturan beliau dalam wawancara sebagai berikut :

“Keluarga ngedukung opo sek tak lakoni, tapi anak-anak sering ngandani supoyo ora kesel-kesel, supoyo ngurangi gawean... Anak-anak biasane yo sering niliki nek do enek ngomah, yang mranto biasane 2 sasi lagi do mulih, nek mullih sok ngendaki bapak mboke rene. Saben dino anak-anak mesti sering telponan, tiap sore ngono kui nekokne kabar.” (Keluarga mendukung apa saja yang aku lakukan, tapi anak-anak sering ngasih tau supaya ga capek-capek, supaya mengurangi kerjaan. ... Anak-anak biasanya juga sering jenguk kalo pada di rumah, yang merantau biasanya 2 bulan baru pulang, kalo pulang sering jengukin bapak ibunya kesini. Setiap hari pasti anak-anak sering telponan, tiap sore kaya gitu, nanyain kabar) (wawancara PA, 12/6/23)

Bagi seluruh informan lansia, keluarga merupakan hal penting yang dimilikinya dalam hidup terutama di masa tua. Di dampingi dan mendapatkan kehangatan dari keluarga membuat lansia bahagia dan bersyukur menikmati hari-hari di usia senjanya. Berdasarkan hasil wawancara, arti keluarga bagi KD yaitu hal yang membuatnya merasakan ketenangan, ketentraman, dan hal yang membuat dirinya bahagia menjalani hidupnya. Sama halnya KA yang mengartikan keluarga sebagai penyemangat. RK juga menambahkan arti keluarga selain semangat juga sebagai penguat, penghangat dan penghiburnya terlebih ketika lelah obat dari rasa itu ialah bermain dengan cucu-cucunya. Berikut arti keluarga bagi informan YAR yaitu :

“Keluarga kui sing marai semangat, nek loro sing ngurusin yo keluarga, dadi pendukung, penenang. Nek amor keluarga kui lak marai tenang yoan. Marakne adem ayem, enak koncone cerito, ngobrol. (Keluarga itu yang bikin semangat, kalo sakit ada yang

ngurusin ya keluarga, jadi pendukung, penenang. Kalo bersama keluarga itu kan bikin tenang juga. Membuat adem tentram, ada temannya cerita, ngobrol) (wawancara YAR, 17/6/2023)

Kemudian informan PA mengatakan bahwa keluarga membuat dirinya tidak merasa kesepian menjalani hari tuanya. Berikut penuturannya :

“Keluarga kui anugerah, keluarga sek marakne aku bahagia, bersyukur karo urip iki, marai semangat, keluarga marakne aku ora ngroso kesepian opo meneh wes tuwo ngene iki, nek didampingi anak-anak, entuk perhatian soko anak-anak rasane ayem, dadi konco ngobrol ono bature dadi seneng. (Keluarga itu anugerah, keluarga yang bikin aku bahagia, bersyukur sama hidup ini, bikin semangat, keluarga juga buat aku ga merasa kesepian apalagi kalo udah tua kaya gini, kalo didampingi anak-anak, dapet perhatian dari anak-anak rasanya adem, jadi teman ngobrol ada temannya jadi senang) (wawancara PA, 12/6/2023)

Berdasarkan uraian hasil wawancara diperoleh bahwa seluruh informan memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya, baik hubungan sosial yang terjalin antara keluarga, masyarakat maupun orang sekitar. Seperti informan RK yang memiliki hubungan baik dengan lingkungannya, beliau tidak pernah memiliki masalah ataupun berselisih dengan orang lain, ketika ada perbedaan beliau memilih untuk membicarakannya bersama, selalu menghargai orang lain dan tidak pernah menciptakan masalah yang menimbulkan perselisihan dengan orang lain. Sama halnya dengan informan KD, YAR, PA, dan KA yang juga memiliki hubungan sosial yang baik dengan orang disekitarnya, mereka tidak pernah memiliki ataupun menimbulkan masalah yang dapat merenggangkan hubungan dengan orang disekitarnya, komunikasi dan interaksi masih terjaga dan dijalani dengan baik.

Kemudian mengenai dukungan sosial, seluruh informan memperoleh dukungan sosial yang diberikan dari orang terdekat seperti keluarga. Seperti informan RK yang mendapat dukungan sosial berupa selalu didukung oleh keluarganya mengenai apa yang dilakukannya,

sama halnya yang dialami KD dan YAR. Kemudian PA memperoleh dukungan berupa perhatian yang diberikan anak-anaknya seperti mengingatkan untuk tidak terlalu capek, sering menanyakan kabar dan keadaan untuk memastikan orangtuanya baik-baik saja, dan KA yang memperoleh dukungan serupa. Seluruh informan mengartikan keluarga bagi diri mereka secara berbeda-beda. Namun dapat penulis simpulkan bahwa seluruh informan mengartikan keluarga sebagai semangat, pemberi ketenangan dan kebahagiaan dalam menjalani masa tua mereka, kehadiran, keberadaan dan dukungan dari keluarga maupun orang sekitarnya menjadi hal yang sangat penting dan berarti bagi lansia.

ii. Instrumental

Bentuk relasi sosial yang kedua ini yaitu pemberian bantuan sesama secara langsung dan keterlibatan dalam kegiatan sosial yang bermanfaat bagi sesama. Dalam hal ini, aktivitas yang penting juga membantu mencapai *successful aging* yang berhasil. Untuk mengetahui bentuk relasi sosial yang kedua ini, penulis mengajukan pertanyaan dalam wawancara yang menyangkut kegiatan sosial di masyarakat dan aktivitas produktif yang dilakukannya.

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data bahwa semua lansia masih aktif dalam ikut terlibat dalam kegiatan sosial di masyarakat, yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain. Informan RK, beliau menjalin relasi yang baik dengan lingkungannya, seperti bagaimana keaktifan beliau dalam melakukan berbagai kegiatan sosial di masyarakat. Sedari muda memang beliau sudah erat dengan hal yang menyangkut masyarakat, karena beliau bekerja di bidang pelayanan desa. Meskipun sudah berusia lanjut hal ini lantas tidak menurunkan semangat beliau untuk terus menjalin relasi sosial dan melakukan kegiatan sosial di masyarakat. Beliau selalu berusaha mengajak kebaikan kepada masyarakat melalui apa yang dilakukannya seperti menyampaikan khutbah jumat, dan memberikan ceramah di pengajian.

Selama beliau masih mampu bermanfaat dan melakukan kebaikan, hal tersebut akan selalu beliau lakukan dan upayakan. Berdasarkan hasil wawancara, berikut penuturan informan RK :

“... kat iseh enom akeh kegiatan sing dilakoni seng kaitane ngurusi pelayanan kanggo masyarakat. Mbiyen dadi Ketua kelompok tani, ketua KKTA (Kelompok Sumber Daya Alam Dan Air) Tahan Dan Air, PPA (perlindungan perempuan dan anak), kemudian hansip, takmir masjid, iso diarani yo tokoh agama yo tokoh masyarakat.” (... dari masih muda banyak kegiatan yang dilakukan yang kaitannya mengurus pelayanan untuk masyarakat. Dulu pernah menjabat menjadi ketua kelompok tani, Ketua KTTA (Kelompok Sumber Daya Tanah dan Air), PPA (Perlindungan Perempuan dan Anak), kemudian menjadi Hansip, Takmir Masjid, bisa dibilang ya tokoh agama dan juga tokoh masyarakat)

“... ngajak kapikan karo masyarakat, nyampaine khutbah jumat, ceramah ana pengajian. Biasane aku nyepeda dadi iso ngelakoni hubungan sosial gampangane”
 (... mengajak pada kebaikan ke masyarakat, menyampaikan khutbah jumat, ceramah di pengajian. Biasanya aku sepedaan (motoran) jadi kan bisa melakukan hubungan sosial juga gampangannya) (Wawancara RK, 9/6/2023)

Berdasarkan hasil wawancara juga diperoleh bahwa, informan KD selalu berusaha ikut aktif mengikuti kegiatan yang ada di masyarakat, seperti pengajian yang rutin diadakan setiap minggu. Beliau sebagai ketua RT juga sering berurusan dengan masyarakat terlebih ketika ada warga yang mengadakan acara seperti nikahan beliau turun langsung untuk mengatur dan menggerakkan warga untuk mengerahkan bantuan. Beliau juga melakukan aktivitas yang produktif, seperti solat berjamaah ke masjid, mengurus ternak, tanaman, dan sering memilih berjalan kaki ketika berpergian. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan PA, diperoleh bahwa beliau masih melibatkan diri dalam kegiatan kemasyarakatan seperti mengikuti pengajian, ikut membantu ketika ada tetangga memiliki hajatan, ketika ada orang menikah beliau juga ikut kondangan, ketika ada kerabat yang sakit ikut rombongan untuk menjenguk. Di lingkungannya hal tersebut

sudah menjadi kebiasaan yang kental mengenai keterlibatan dalam bermasyarakat, meskipun sudah menginjak usia lanjut tidak menurunkan keterlibatannya. Sebisa mungkin beliau selalu menumbuhkan kebermanfaatan bagi orang lain. Kemudian mengenai aktivitas produktif yang dilakukan, beliau memiliki ternak yang jumlahnya cukup banyak untuk diurus seorang diri, namun beliau masih mampu untuk mengurus ternaknya, mulai dari kambing dan ayam. Beliau juga terbiasa melakukan rutinitas bersih-bersih, seperti menyapu halaman, membersihkan kebun dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan KA diperoleh bahwa beliau juga masih melibatkan diri dalam kegiatan di masyarakat seperti keikutsertaannya dalam pengajian, kegiatan desa, dan acara-acara yang diadakan tetangga. Mengenai aktivitas produktif yang dilakukannya sehari-hari yaitu beliau sering ke kebun untuk mengolah kebunnya untuk ditanami hasil panen seperti jagung dan ubi, kemudian mengurus ternak seperti mencari rumput untuk pakan dan sebagainya. Beliau masih mampu melakukan aktivitas produktif dan ikut serta dalam kegiatan di masyarakat.

Informan YAR juga berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di masyarakat, mulai dari kegiatan arisan, pengajian, bersih desa, yasinan dan rewang (membantu memasak di acara nikahan). Meskipun sudah berusia lanjut tidak menjadi penghalang bagi YAR untuk melibatkan diri ikut serta dalam kegiatan masyarakat. Informan juga melakukan aktivitas yang produktif dalam kesehariannya, dimana ketika pagi beliau melakukan aktivitas fisik berupa jalan-jalan, menyapu dan memasak, beliau juga ikut membantu di warung anaknya. Kemudian beliau juga berjualan cilok setiap sore hari di samping warung anaknya, di masa tua beliau tetap berupaya mengisi kegiatannya dengan hal yang bermanfaat dan produktif. Seperti yang disampaikan informan YAR beliau mengatakan sebagai berikut :

“Kegiatane neng masyarakat yo arisan ngono kui, aku yo melu. Pengajian yo melu. Nek eneng bersih deso ngono kae yo melu. Nek enek wong mantu kae yo melu rewang. Yasinan yo melu, opo wae melu. Wong ndeso ki prayo melu bature wes umum. (kegiatannya di masyarakat ya arisan kaya gitu, aku juga ikut. Pengajian juga ikut. Kalo ada bersih desa kaya gitu juga ikut. Kalo ada orang nikahan gitu juga ikut bantu di dapur. Yasinan juga ikut, apa aja ikut. Orang desa itu ikut sama temannya udah umum) (wawancara YAR, 17/6/2023)

“Nek esuk kae aktivitas fisikku mlaku-mlaku..., bar kui nyapu ngarep omah, kadang yo masak gawe cilok go didol nek sore... Nek wes beres aku trus nyang warung ngewak-ngewaki anakku nek warung e rame sok keteter, ngedoli bensin, opo ngopo ngono. Nek sore kae siap-siap dodolan cilok nek samping warung, sek tuku bocah-bocah ngaji, kan warunge saming masjid, dadi kerep jajan bocah-bocah. Kadang yo ngarit suket, wes ngopo wae lah. Trus nek wayah bengi yo istirahat. (Kalo pagi itu aktivitas fisikku jalan-jalan..., abis itu nyapu depan rumah, kadang ya masak bikin cilok buat dijual kalo sore, tapi ya cuman semau aku kalo jualan gitu, kadang jualan kadang engga, cuman kegiatan biar ada kesibukan aja. Kalo udah beres aku terus ke warung bantu-bantuin anakku kalo warungnya rame suka keteteran, ngelayanan beli bensin, atau apa-apa gitu. Kalo sore itu siap-siap jualan cilok di samping warung, yang beli anak-anak ngaji, kan warungnya samping masjid, jadi sering jajan anak-anak. Kadang juga cari rumput, udah ngapain ajalah. Terus kalo malam ya istirahat) (Wawancara YAR, 17/6/2023)

Jadi berdasarkan hasil wawancara terhadap keseluruhan informan dapat disimpulkan bahwa seluruh informan lansia memiliki bentuk relasi sosial instrumental yang baik. Seluruh informan turut melibatkan diri dalam kegiatan sosial yang ada di masyarakat secara aktif. Meskipun sudah berusia lanjut, tidak membuat mereka berhenti untuk terus menjalin relasi sosialnya dan melakukan aktivitas produktif yang disenanginya. Hal ini sangat baik, karena dengan partisipasi lansia dalam kegiatan sosial mampu membuat lansia masih merasa berguna dan dihargai di masyarakat. Melakukan aktivitas produktif juga membuat lansia mengalami kepuasan dan kebahagiaan dalam menjalani masa tuanya.

D) *Positive Spirituality*

Positive spirituality adalah pengembangan hubungan yang positif antara individu dengan sang maha kuasa. Hal ini juga berkaitan dengan bagaimana individu melakukan ritual religius atau ibadah yang dijalankannya sesuai perintah dalam agamanya. Terkait hal tersebut penulis dalam wawancara mengajukan pertanyaan untuk mengetahui bagaimana lansia menjalankan ibadahnya, juga keikutsertaannya dalam kegiatan keagamaan, dan prinsipnya dalam menjalani hidup. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh bahwa kelima informan lansia, RK, KD, YAR, PA, dan KA menjalankan apa yang menjadi perintah dalam agamanya, salah satunya adalah perintah untuk beribadah. Kemudian seluruh informan juga menjalankan ibadah dari agamanya utamanya solat 5 waktu, kemudian masih menjalankan ibadah puasa, melaksanakan solat jumat, dzikir, solat sunnah tahajud, duha, dan sebagainya. Informan RK, KD, dan KA juga sering menjalankan solat jamaah di masjid. Informan RK mengenai ibadah yang dilakukannya yaitu :

“Yo ibadah dilaksanakke terutama solat. Iku kewajiban, sesuai kemampuan nek mampu yo jamaah neng masjid nek ora yo neng ngomah. Tapi inyaallah yo tetep berusaha. Diokehke solat-solat sunnah, dadi kan ora tak tinggalke insyaallah solat wajib lan ibadah sunnah. Alhamdulillah aku ngelakoni pirang-pirang solat sunnah, tahajud yo insyaallah jarang-jarang ketinggalan, nek menjelang awan kae solat duha, solat qobliyah subuh, rawatib, witr. Dadi insyallah yo ora ketinggalan lan tetep berusaha lakoni ibadah sunnah liyane, ora gur nek bulan poso tok.” (Ya ibadah dilaksanakan terutama solat. Itu kewajiban, sesuai kemampuan kalo mampu melaksanakan jamaah ya jamaah di masjid, tapi kalo tidak ya di rumah. tapi insyaallah ya tetap berusaha. Diperbanyak solat-solat sunnah, jadi tidak saya tinggalkan insyaallah solat wajib dan juga ibadah sunnah. (Alhamdulillah aku melakukan banyak solat sunnah, tahajud ya inyaallah jarang ketinggalan, kalo menjelang siang solat duha, solat qobliyah subuh, rawatib, witr. Jadi insyaallah tidak ketinggalan dan tetap berusaha menjalankan ibadah sunnah lain, tidak cuman di bulan puasa saja) (wawancara RK, 9/6/2023)

Kemudian YAR juga rutin melaksanakan ibadah solat 5 waktu, namun untuk solat sunnah belakangan dirinya mengatakan jarang melaksanakannya, berikut hasil wawancara dengan informan :

“Alhamdulillah yo rutin solat 5 waktu. Solat sunnah akhir-akhir iki rodo kendho maksute sok kadang ki nek nglilir ngono kui males men. Tapi kadang yo rutin, nek nglilir ngono kui ora ketan 2 rokaat yo nindakne. Solat duha rang-arang guran, paling rodok sering kui solat tahajud karo hajat, qobliyah subuh iyo. Puasa rutin, ora bolong, wong wes ora batal.” (Ahamdulillah ya rutin solat 5 waktu. Solat sunnah akhir-akhir ini agak kendor maksudnya kadang itu kalo kebangun gitu males banget. Tapi kadang juga rutin, kalo kebangun kaya gitu minimal 2 rakaat juga dilakukan. Solat duha jarang-jarang, paling lumayan sering itu solat tahajud sama hajat, qobliyah subuh juga. Puasa rutin, ga bolong, orang udah ga mens) (wawancara YAR, 17/6/2023)

Informan PA juga masih menjalankan ibadahnya, meskipun terkadang dirinya ketika adzan masih di kebun, selepas sampai rumah tak lupa dirinya segera melaksanakan solat. Berikut hasil wawancaranya :

“Solat insyaallah rutin, ora tau bolong, nek lagi enek ngomah adzan kae yo trus wudhu, tapi nek lagi enek ngalas yo sak mulihe, tekan ngomah resik-resik, wudhu terus solat. Puasa yo iseh mampu menjalankan, solat sunah kadang-kadang, paling sering duha ketimbang tahajud.” (Solat insyaallah rutin, ga bolong, kalo lagi di rumah adzan itu ya terus wudhu, tapi kalo lagi di kebun ya sepulangnya, sampai rumah bersih-bersih, wudhu terus solat. Puasa ya masih mampu menjalankan, solat sunnah kadang-kadang, lebih seringnya duha dari pada tahajud) (wawancara PA, 12/6/2023)

Selain ibadah yang dilakukan, diperoleh pula data mengenai keikutsertaan informan lansia dalam kegiatan keagamaan. Data penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan lansia (RK, KD, YAR, PA, dan KA) mengikuti kegiatan keagamaan di lingkungannya, seperti pengajian rutin mingguan, yasinan, dan kegiatan keagamaan lain. Berikut ini pernyataan informan :

“Pengajian aku melu, tiap malem jumat seminggu pisan rutin pengajian wong lanang, yasinan yo sering melu.” (pengajian aku

ikut, tiap malam jumat seminggu sekali rutin pengajian bapak-bapak, yasinan juga sering ikut) (wawancara KD, 13/6/2023)

“Kegiatan pengajian, yasinan pasti melu.” (Kegiatan pengajian, yasinan pasti ikut) (wawancara KA, 20/5/2023)

“Nek ono kegiatan neng masyarakat koyo pengajian, yasinan aku melu terus.” (Kalo ada kegiatan di masyarakat seperti pengajian, yasinan aku ikut terus) (wawancara RK, 9/6/2023)

Dalam menjalani kehidupan informan lansia memiliki prinsip yang ditanamkan dalam dirinya. Prinsip tersebut adalah pedoman atau nilai-nilai bagaimana lansia menjalani kehidupannya sehari-hari. Setiap orang mungkin memiliki prinsip yang berbeda, namun prinsip tersebut sudah pasti adalah hal yang diyakini dan dianggap baik oleh tiap individu dalam membantunya untuk mengambil keputusan, memecahkan permasalahan dan mencapai tujuan hidup yang diharapkannya. Diperoleh data mengenai prinsip informan lansia, seperti informan KA yang memiliki prinsip hidup sederhana, menerima dengan ikhlas dan mensyukuri pemberian Tuhan. Kemudian YAR yang memiliki prinsip hidup bersosial dengan baik, dan KD yang sama seperti KA memiliki prinsip hidup apa adanya dan berserah diri kepada Allah SWT.

Berbeda dengan informan lain, PA memiliki prinsip hidup untuk tidak berbuat curang dalam menjalani hidup, karena dirinya meyakini bahwa pasti ada konsekuensi dari setiap perbuatan yang dilakukan manusia. Berikut penuturan PA dalam wawancara :

“Ngejalani urip ki yo ojo ngelakoni curang, mergo opo wae sek dilakoni pasti ono balesane, dadi uwong kui mulakne sing apik. Kelakon uwong sing ra apik ojo dibales sing elek tapi di dongane wae sing apik-apik. Pokoke urip kui ojo dadi wong jahat, Allah ora seneng tur manungso podo ora gelem kekancan, anggone jalani urip supoyo tenang ora ono dendam.” (Menjalani hidup itu ya jangan melakukan curang, karena apa saja yang dilakukan pasti ada balasannya, jadi orang itu makannya yang baik. Kelakuan orang yang ga baik jangan dibales yang jelek juga, tapi didoakan aja yang baik-baik. Pokoknya hidup itu jangan jadi orang jahat, Allah ga suka dan manusia juga ga mau berteman,

dalam menjalani hidup supaya tenang ga ada dendam)
(wawancara PA, 12/6/2023)

Kemudian RK memiliki prinsip bahwa sebagai manusia haruslah selalu beribadah kepada yang menciptakan, karena manusia hidup, diberi kecukupan, dan kenikmatan tentunya karena ada yang menghidupkan. Berikut penuturannya :

“Prinsip hidup yo berserah diri karo gusti allah, aku urip pasti enek sek nguripne, nek aku urip mesti dicukupi kebutuhane, dikei waras yo berusaha sak mampune, ndonga, njaluk ampunan, moco dzikir, tasbih, tahlil, ngibadah kanggo sek nggawe urip, pokoke yo berusaha berikhtiar sak mampune, wajibe ki urip yo solat, berusaha. dibarengi ndonga.” (prinsip hidup ya berserah diri dengan gusti Allah, aku hidup pasti ada yang menghidupkan, aku hidup pasti dicukupi kebutuhannya, diberi kesehatan ya berusaha semampunya, berdoa, meminta ampunan, dzikir, tashbih, tahlil, ibadah kepada yang menciptakan, pokoknya hidup itu ya harus berusaha, berikhtiar semampunya, wajibnya hidup ya solat, berusaha dibarengi doa) (wawancara RK, 9/6/2023)

Jadi berdasarkan hasil wawancara dengan keseluruhan informan, dapat disimpulkan bahwa informan lansia memiliki spiritual yang positif, dimana lansia memiliki komitmen dalam menjalankan perintah dalam agama yang dianutnya, seperti perintah untuk menjalankan ibadah solat 5 waktu dan ibadah lain. Selain itu, seluruh informan juga aktif mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian rutin mingguan, yasinan, dan kegiatan keagamaan lain yang ada di lingkungannya. Masih terkait mengenai spiritual yang positif, informan lansia juga memiliki prinsip yang dijalani dalam hidup, sehingga lansia memiliki tujuan yang terarah dan sikap yang positif yang berpengaruh pada pemaknaan terhadap hidup yang baik.

4.2.3. Upaya-Upaya Yang Dilakukan Untuk Mencapai *Successful Aging* Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Desa Bubakan, Kec. Girimarto, Kab. Wonogiri

Keberhasilan dalam mencapai *successful aging* tentunya tidak melalui hal yang instan dan terjadi begitu saja. Namun terdapat hal-hal yang mendukung penuaan yang sukses dapat dicapai dengan optimal oleh lansia. Sehingga di masa tuanya lansia dapat merasakan imbas dari upaya-upaya yang telah dilakukannya sedari lama. Upaya-upaya ini dilakukan secara sadar sebagai bentuk komitmen atas keinginan untuk mencapai masa tua yang berarti. Makna *successful aging* sendiri merupakan keberhasilan dan kepuasan yang diperoleh lansia di masa tuanya dari segi fisik, psikologis, sosial dan agama.

Agar dapat mencapai penuaan yang sukses maka lansia perlu melakukan upaya-upaya dari segi fisik, aktivitas, psikologis, sosial dan agama tersebut. Sebagaimana menurut Budiarti (2010) penuaan yang sukses dapat terjadi karena terpenuhinya berbagai faktor-faktor yang saling berkaitan, yang meliputi :

1. Fisik dan Kesehatan

Fisik yang fungsinya masih dapat berjalan optimal dan kondisi kesehatan yang dalam kondisi baik tentunya menjadi hal yang penting dalam pencapaian *successful aging*. Kondisi tersebut tentunya menjadi harapan setiap lansia ketika di masa tuanya. Untuk mencapai kondisi tersebut tentunya diperlukan usaha-usaha yang perlu dilakukan, contohnya dengan memiliki pola hidup yang sehat agar keadaan fisik dan kesehatan lanjut usia tetap terjaga. Pola hidup tersebut meliputi mengontrol pola makan, menghindari makanan yang menyebabkan penyakit, memperhatikan apa yang dikonsumsi tubuh seperti nutrisi dan vitamin, rutin melakukan cek kesehatan, dan melakukan gerak fisik seperti olahraga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan lansia mengenai upaya-upaya yang mereka lakukan dalam mencapai

successful aging (fisik dan kesehatannya) Informan RK untuk menjaga kesehatannya beliau makan makanan yang sehat dan teratur, memperhatikan makanan yang boleh dikonsumsi dan yang sekiranya menyebabkan sakit, membiasakan gerak tubuh, tidak banyak beban pikiran karena menurutnya pikiran sangat mempengaruhi kesehatan, sehingga perlu untuk sering berfikir positif. Kemudian upaya yang YAR lakukan yaitu dengan memperhatikan makanan yang dikonsumsi, tidak tidur terlalu larut, mencukupkan istirahat/tidur siang, konsumsi sayur, mengurangi konsumsi gula berlebih dan rutin melakukan cek kesehatan. Informan PA juga menjaga kesehatannya dengan rajin beraktivitas fisik seperti menyapu atau mencari tumpukan, namun tidak memaksakan kinerja fisik, apabila lelah sempatkan beristirahat, rutin minum air putih dan makan yang teratur.

Senada dengan informan KD beliau mengatakan bahwa kesehatan fisik berkaitan erat dengan pikiran dan hati. Berikut penuturannya mengenai upaya menjaga kesehatannya :

“Kesehatan awak karo ati kui sejalan rumangsaku. Dadi nek kepengen sehat yo atine sek ayam, ora nduwe pikiran negatif. Pikiranku tentrem ayam, dadi otomatis fisike yo sehat. Mangan e yo teratur ora telat, wayah mangan yo mangan, aku luwih seneng wedang putih ketimbang teh, dadi sedino kui lehku ngombe wedang putih sak kethel gede kae. Liyane kui yo sering-sering nyambut gawe, gandeng olahragaku kui kan yo podo ae karo keseharianku, nyandi-nyandi sok milih mlaku, aktivitas fisik ngarit, berkebun, yo ngopo wae.” (Kesehatan badan dengan hati itu sejalan menurutku. Jadi kalo kepengen sehat ya hatinya yang adem, ga punya pikiran negatif. Pikiranku tentram adem, jadi otomatis fisiknya juga sehat. Makan juga teratur ga telat, waktunya makan ya makan, aku lebih suka air putih daripada teh, jadi sehari itu aku minum air putih satu teko besar itu. selain itu ya sering-sering berkegiatan, karena olahragaku itu kan sama saja kaya keseharianku, kemana-mana lebih memilih jalan kaki, aktivitas fisik cari rumput, berkebun, ya ngapain aja) (wawancara KD, 13/6/2023)

Kemudian berikut penuturan Informan KA dalam wawancara :

“Sing tak lakoni supoyo sehat kui sering gerak, awak dibiasakne gerak, tapi yo ora kesel-kesel, nek kesel yo aku leren, istirahat dicukupne. Sering ngumpul karo liya-liyane koyo konco, tonggo, anak, sopo wae sing disayang kui yo marai sehat, soale neng ati seneng. Mangane yo sing teratur.” (yang aku lakukan supaya sehat itu sering gerak, badan dibiasakan gerak, tapi ya ga Cepek-capek, kalo capek ya aku istirahat, istirahatnya dicukupkan. Sering ngumpul sama yang lain-lain kaya teman, tetangga, anak, siapapun yang disayang itu juga bikin sehat, soalnya membuat hati senang. Makannya juga yang teratur) (wawancara KA, 20/5/2023)

“Supoyo penyakit ora nyedak kui ora stres pikirane, atine yo sing ayem ora nandur dendam. Istirahate cukup lan panganan sing marai loro dihindari. Penyakit lambung, jantung kui kan soko sing dipangan.” (supaya penyakit ga mendekat itu ga stres pikirannya, hatinya juga yang adem ga menanam dendam. Istirahatnya cukup dan makanan yang bikin sakit dihindari. Penyakit lambung, jantung itu kan dari yang dimakan) (wawancara KA, 20/5/2023)

Berdasarkan uraian hasil wawancara diatas, yang sudah dilakukan kepada lansia dapat disimpulkan bahwa untuk menjaga fisik dan kesehatannya agar selalu dalam kondisi baik dan fungsinya berjalan optimal, lansia menerapkan pola makan yang sehat dan teratur, memperhatikan dan menghindari penyebab timbulnya penyakit, menjaga psikis dengan memiliki pikiran yang positif, karena psikis yang buruk juga berimbas pada kesehatan fisik. Kemudian lansia juga memperhatikan makanan yang dikonsumsinya, memperbanyak minum air putih, menjaga pikiran dari hal negatif pemicu stres, sering berolahraga dengan membiasakan gerak fisiknya. Upaya untuk tidak memaksakan fisiknya sehingga mencukupkan waktunya untuk beristirahat juga perlu dilakukan, menciptakan kondisi hati yang bahagia juga berpengaruh penting dalam kesehatan lansia. Semua informan

memiliki komitmen yang baik untuk menjaga kesehatannya melalui upaya-upaya yang mereka lakukan.

2. Aktivitas

Salah satu wujud dari penuaan yang sukses adalah masih mampu dalam melakukan aktivitas dan menjalani keseharian tanpa adanya kendala. Dalam hal ini lansia masih mampu memanfaatkan waktu luang mereka dengan aktivitas yang disenangi seperti aktif dalam kegiatan di lingkungan, serta melakukan hal-hal yang berguna bagi diri sendiri maupun orang lain. Berikut hasil wawancara dengan informan lansia mengenai upaya mereka dalam memanfaatkan waktu luang dengan aktivitas yang dilakukannya.

“Nek waktu luang biasane tak nggo istirahat, turu, nerungokne murrotal, ngobrol karo anak putu kui wes pasti saben dinan ora gur nek luang tok. Sok-sok nek luang aku yo nyang masjid, nek reged diresiki, endak-endak.” (Kalo waktu luang biasanya aku pakai buat istirahat, tidur, dengerin murrotal, ngobrol sama anak cucu itu udah pasti setiap hari ga cuman kalo luang saja. Kadang-kadang kalo luang aku juga ke masjid, liat-liat kalo kotor ya dibersihin, ngecek-ngecek) (wawancara RK, 9/6/ 2023)

“Biasane waktu luang tak isi dingo istirahat, jagongan karo bojo disambi wedangan. Ngendaki sawah opo ngopo ngono. Jagongan karo putu, opo meneh putune akeh, gek cilik-cilik ceriwis kae sok-sok tekok-tekok gojekan karo mbahe.” (Biasanya waktu luang aku isi buat istirahat, ngobrol sama isteri sambil ngeteh. Ngecek sawah ngapain gitu. Ngobrol sama cucu, apalagi cucunya banyak, terus masih kecil-kecil gitu kan kadang nanya-nanya bergurau sama mbahnya) (wawancara KD, 13/6/2023)

“Biasane aku ngisi waktu luang ki yo momong, jagongan karo nonton tv bareng, masak panganan opo ngono, ngewaki dodol neng warung sok-sok yo golek suket go pakan wedhus. (biasanya aku mengisi waktu luang itu ya ngasuh, ngobrol sama nonton tv bareng, masak makanan apa gitu, bantuin jualan di warung, kadang juga cari rumput buat pakan kambing) (wawancara YAR, 17/6/2023)

“Ngisi waktu luang biasane tenguk-tenguk nonton tv, jagongan karo anak putu, guyon-guyon. Karo nek renek gawean kae aku resik-resik, nyapu ngono, golek” (ngisi waktu luang biasane istirahat nonton tv, bgobrol sama anak cucu, bercandaan. Sama kalo ga ada kerjaan aku bersih bersih nyapu gitu, cari rumput) (wawancara PA, 12/6/2023)

“Kegiatane biasane yo ngarit, masak, ngopeni ternak yo ayam yo wedhus.” (Kegiatane biasanya ya cari rumput, masak, ngurusin ternak ya ayam ya kambing) (wawancara PA, 12/6/2023)

“Ngisi wektu luang biasane yo nonton tv bareng, geguyon, ngumpul-ngumpul, pokoke sing marakne seneng, marakne akur dilakoni.” (Mengisi waktu luang biasanya ya nonton tv bareng, bercanda, negumpul-ngumpul, pokoknya yang bikin senang, bikin akur dilakukan) (wawancara KA, 20/5/2023)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, yang sudah penulis lakukan terhadap informan lansia diperoleh bahwa, upaya-upaya yang lansia lakukan untuk memanfaatkan waktu luangnya diwujudkan dengan melakukan berbagai hal yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain seperti menggunakan waktu luang untuk beristirahat, istirahat merupakan hal yang dibutuhkan agar tubuh dapat rileks dan mendapatkan kenyamanan. Selain itu upaya yang dilakukan untuk pemanfaatan waktu luang juga dilakukan lansia dengan melakukan kegiatan positif seperti mendengar murotal, ke masjid, bercengkrama dengan keluarga dan orang tersayang agar hubungannya terjalin lebih dekat dan harmonis. Selain itu lansia juga mengisi waktu luangnya dengan beraktivitas fisik seperti mengurus ternak, memasak, membantu berjualan, mengasuh, dan sebagainya.

3. Psikologis

Lansia dalam mencapai *successful aging* harus memiliki psikologis yang baik, karena salah satu hal ini merupakan hal yang sangat penting untuk menilai keberhasilannya di masa tua. Agar lansia mampu menjalani masa tuanya dengan perasaan optimis dan penuh ketenangan maka lansia harus memiliki sikap-sikap yang

positif dalam menyikapi perubahan dan hal-hal yang terjadi dalam kehidupannya. Individu dengan kondisi psikis yang baik akan lebih antusias dalam menjalani kehidupannya, merasa bahagia, memiliki pola pikir yang positif, ketenangan, dan pandai bersyukur.

Upaya untuk memiliki psikologis yang baik, perlu dilakukan agar *successful aging* dapat tercapai. Penulis dalam hal ini mengajukan pertanyaan dalam wawancara terkait upaya mereka dalam cara merespon ketika menghadapi masalah, dan upaya yang dilakukan agar senantiasa merasa bahagia dan bersyukur dalam menjalani masa tuanya. Berdasarkan hasil wawancara, informan KD, YAR, PA, dan KA menyikapinya dengan sikap positif yang sama, ketika menghadapi masalah mereka berusaha tenang dan memfokuskan pikiran dengan selalu berfikir positif, tidak asal memutuskan dalam kondisi emosi tidak stabil, dan selalu berdoa serta berserah diri kepada Allah SWT. Kemudian RK dalam menghadapi masalah, beliau fokus pada solusi, beliau juga menganggap bahwa setiap manusia pasti memiliki masalah dalam hidupnya, apabila mampu melewati masalah tersebut, maka manusia lulus dalam ujian yang diberikan Tuhan tersebut. berikut penuturan RK dalam wawancara :

“Yo nek menghadapi masalah yo piye carane lepas soko maaslah kui, dipikir solusine, wong urip lak pasti ono masalah, nek wong ora nduwe masalah kan ora wong urip. sok-sok yo konsultasi karo konco menowo iso ngei solusi, pandangan liyo. Masalah urip kan hubungane karo sek nduwur. Dadi perlu nyuwun donga, ngadu marang sing kuwoso. Kan maslaah ki koyo percobaan ngono kui, nek iso lewati ujian yo berarti lulus, wayah lulus yo lulus. Berserah karo gusti allah, ibarate nek wong gelem njaluk kan pasti dikeki.” (Ya kalo menghadapi masalah ya gimana caranya bisa lepas dari masalah itu, dipikir solusinya, orang hidup pasti ada masalah, kalo orang gapunya masalah kan bukan orang hidup. Kadang ya konsultasi sama teman siapa tau bisa ngasih solusi, pandangan lain. Masalah hidup kan hubungannya dengan yang diatas. Jadi perlu meminta doa, memohon, bersimpuh kepada yang maha Kuasa. Kan masalah itu kaya percobaan, kalo kita

bisa melewati ujian itu artinya kita lulus, ketika waktunya lulus kita akan lulus. Berserah diri kepada Allah swt, ibaratnya kan kalo kita meminta pasti akan diberi) (wawancara RK, 9/6/2023)

Kemudian mengenai upaya terkait rasa syukur dan bahagia, yang dilakukan informan lansia RK agar selalu bahagia dan bersyukur menjalani masa tua ialah dengan melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain, kemudian merawat dengan baik apa yang telah diberikan Allah SWT seperti pemberian fisik yang sehat, keluarga, kecukupan, dan selalu mengucap syukur. Sama seperti informan KA upaya yang dilakukannya ialah dengan bersyukur dan berdoa kepada Allah SWT. Informan YAR agar selalu bahagia menjalani masa tuanya ialah dengan berkumpul bersama keluarga dan orang tersayang, memiliki hubungan yang rukun, jauh dari masalah, berkecukupan, dapat melakukan hal yang disenanginya. Beliau juga selalu bersyukur dengan merasa cukup, tidak tamak dan tak memelihara rasa iri. Kemudian informan KD mengenai upaya yang dilakukan agar memiliki psikologis yang baik mengatakan :

“Carane bersyukur yo mbantu liyane sek membutuhkan nek aku, istilahe kan melihat ke bawah. Pasti ono uwong sing ora seberuntung awake dewe, tapi awake diparingi berkah, rejeki karo allah yo dimanfaatke, bersyukur, ora ngeluh, lan narimo. Nek lagi enek duit yo ojo trus sombong, tapi ngebanu liyane sek perlu, nek lagi seret rejekine yo ojo trus diputuske anggone donga.” (caranya bersyukur ya membantu yang lain yang membutuhkan kalo aku, istilahnya kan melihat ke bawah. Pasti ada orang yang ga seberuntung diri kita, tapi kita diberi berkah, rejeki sama Allah ya dimanfaatkan, bersyukur, ga ngeluh, dan menerima. Kalo lagi ada uang ya jangan terus sombong, tapi membantu lainnya yang membutuhkan, kalo lagi seret rejekinya ya jangan terus putus dalam berdoa) (wawancara KD, 13/6/2023)

Upaya Informan PA mengatakan bahwa menghindari hutang membuatnya bahagia, merasa tenang sehingga beliau dapat

menikmati hidupnya di masa tua dengan bahagia dan syukur. Berikut penuturannya :

“Supoyo bahagia kui ora nduwe utang, tenan nduk aku katmbiyen sak susah-susah o ora tau nyilih duit, wes opo anane wae. Nek ora nduwe utang ngene iki lak orenak pikiran, uripe tenang, ora ngroso enek tanggungan wes kari nikmati urip tuwo wae. Aku yo bahagia bersyukur akur karo anak-anak kabeh, dikancani, dikei perhatian, ngumpul bareng sewaktu-waktu ngono kui kan bahagia, bersyukur.” (Supaya bahagia itu ga punya hutang, beneran nduk aku dari dulu sesusah-susah apapun ga pernah pinjem uang, udah apa adanya aja. Kalo ga punya hutang kaya gini kan ga ada pikiran, hidupnya tenang, ga ngerasa ada tanggungan udah tinggal nikmatin hidup tua aja. Aku juga bahagia, bersyukur akur sama anak-anak semuanya, ditemanin, diberi perhatian, ngumpul bareng sewaktu-waktu kaya gitu kan bahagia, bersyukur) (wawancara PA, 12/6/2023)

Dari hasil wawancara yang penulis lakukan dengan informan mengenai upaya yang dilakukan dalam memperoleh psikis yang baik, bahwa ketika lansia menghadapi suatu permasalahan dalam hidupnya maka upaya yang dilakukan yaitu berfokus pada bagaimana pemecahan masalahnya/solusi, kemudian lansia dalam menghadapi masalah juga berusaha memiliki pikiran tenang agar ketika mengambil keputusan dirinya dalam keadaan yang tidak dipenuhi emosi, dan tak lupa lansia juga berdoa dan berserah diri kepada Allah SWT agar diberi kemudahan dalam mengatasi permasalahan tersebut. Kemudian terkait upaya yang dilakukan agar senantiasa merasa bahagia dan bersyukur dalam menjalani masa tuanya, lansia mengisi kesehariannya dengan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain, kemudian membantu orang lain yang membutuhkan, berkumpul bersama orang tersayang, tidak memiliki beban tanggung jawab seperti hutang sehingga lansia dapat menikmati masa tuanya dengan tenang. Lansia juga menerima dengan ikhlas apapun yang terjadi dan diberikan Tuhan pada dirinya.

4. Sosial

Hal yang erat kaitannya dengan pencapaian *successful aging* yaitu keberfungsian sosialnya. Meskipun tengah berusia lanjut namun kehidupan sosial lansia masih berjalan dengan baik, tidak ada penghalang untuk memperluas hubungan sosial dan melakukan interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Sosial merupakan salah satu faktor penting dalam pencapaian *successful aging*, oleh karena itu penulis ingin mengetahui bagaimana upaya yang lansia lakukan untuk mempertahankan hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sekitarnya.

Informan RK, YAR, dan PA untuk mempertahankan hubungan sosialnya mereka menerapkan sikap yang rendah hati, ramah. Kemudian mereka juga membicarakan bersama dengan baik ketika terjadi perbedaan dalam keluarga, tidak menimbulkan konflik/permasalahan dengan orang lain, saling memberikan perhatian dengan keluarga, saling menegur dan menghargai serta turut berperan aktif dalam masyarakat.

Seperti yang dilakukan oleh informan KD, upaya yang dilakukan untuk mempertahankan hubungan sosialnya ialah dengan saling membantu antar sesama. Berikut penuturannya :

“Supoyo hubungan karo kehiduan sosial terus apik yo saling tetulung. Dadi uwong ingkah becik perilakune, sing menghargai wong liyo, ojo menyepelkan. Urip ki yo saling ngebantu, ora iso kan nek urip dewe, pasti mengko yo butuh wong liyo, butuh bantuan, wong iyo yo mesti sewaktu-waktu butuh awake dewe. Jenenge urip ki bareng-bareng neng masyarakat, hubungan sing sehat, sing akrab, akur kuwi kudu dijogo dilakoni.” (supaya hubungan dengan kehidupan sosial terus terjalin baik ya saling membantu. Menjadi orang yang baik perilakunya, yang menghargai orang lain, tidak menyepelkan. Hidup ini ya saling membantu, ga bisa kan kalo hidup sendiri, pasti nanti ya butuh orang lain, butuh bantuan, orang lain ya pasti sewaktu-waktu membutuhkan kita. Namanya hidup Bersama-sama dalam masyarakat, hubungan yang sehat, yang akrab, akur itu harus dijaga dan dilakukan) (wawancara KD, 13/6/2023)

Kemudian informan KA dalam menjaga hubungan sosialnya dilakukan dengan bertutur yang baik dalam berkomunikasi dengan orang lain.

“Supoyo hubungan karo keluarga, masyarakat kui tetep apik, aku nek iso ngebanu yo mbantu, ora mandang-mandang. Enek kegiatan opo wae yo melu. Karo keluarga karo sopo wae kui sing penting yo komunikasi, tuture sing apik, sing menghargai karo liyane.” (Supaya hubungan dengan keluarga, masyarakat itu tetap baik, aku kalo bisa membantu ya membantu, ga mandang-mandang. Ada kegiatan apa aja ikut. Sama keluarga sama siapa aja itu yang penting komunikasinya, bertuturnya yang baik, menghargai sama yang lainnya) (wawancara KA, 20/5/2023)

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan kepada informan diperoleh bahwa, upaya-upaya yang lansia lakukan untuk mempertahankan hubungan sosialnya tetap berjalan dengan baik yaitu, lansia menjadi individu yang rendah hati, bersikap rendah hati kepada orang lain, karena sikap rendah hati merupakan sikap positif yang disenangi. Kemudian lansia dalam mempertahankan hubungan sosialnya juga berusaha membicarakan dengan baik apabila terdapat perbedaan dengan orang lain, selalu menghargai dan tidak bertingkah laku yang dapat menimbulkan permasalahan. Lansia dalam kehidupan sosial juga menerapkan sikap tolong menolong, menciptakan hubungan dengan orang lain yang sehat dan rukun. Lansia juga turut aktif mengikuti kegiatan yang ada dalam masyarakat agar komunikasi dan hubungan keakrabkan masih terus terjaga.

5. Religiusitas

Religiusitas adalah proses seseorang dalam memahami dan menghayati suatu ajaran dalam agama yang dianutnya, yang diekspresikan dengan melakukan ibadah sehari-hari, berdoa dan menjalankan perintah dalam agama. Hubungan dan keterikatan batin

dengan sang pencipta mempengaruhi *successful aging* lansia. Untuk itu penulis mengajukan pertanyaan mengenai upaya-upaya yang lansia lakukan untuk mempertahankan ibadahnya dan upayanya mengikuti kegiatan keagamaan sebagai bentuk ekspresinya dalam memahami ajaran agama.

Berdasarkan hasil wawancara untuk mempertahankan ibadahnya, informan KD, YAR, KA selalu mengupayakan melaksanakan solat dengan tepat waktu, tidak mengulur/menunda pelaksanaannya, KD juga menegaskan pada diri sendiri untuk menganggap solat sebagai kebiasaan sehingga dirinya tidak lupa/bolong dalam melaksanakan solat. Serupa dengan YAR yang segera mengambil air wudhu ketika adzan berkumandang, agar segera dapat menjalankan solat dengan tepat waktu.

Informan RK mengenai upaya mempertahankan ibadahnya ia menanamkan dalam diri bahwa bahwa tujuan manusia tak lain tak bukan adalah untuk beribadah, beliau mengatakan sebagai berikut :

“Ditanemke neng ati, jane aku ki urip dinggo ngopo to, tujuane opo to. Tujuan e kui kan yo mung ngibadah, menyembah marang gusti Allah sing nyiptakne urip. Dadi awake dewe sebagai ciptaane yo kudu patuh karo perintah, perintah kaping loro sakwise syahadat kan nindakake solat. Dadi nek wes nanemake neng diri nek urip kui tugase ngibadah, insyallah bakal angel neng arep ninggalake solat.”
(Ditanamkan dalam hati, sebenarnya aku tu hidup untuk apa to, tujuannya apa. Tujuannya itu kan ya untuk beribadah, menyembah kepada gusti Allah yang menciptakan hidup. Jadi kita sebagai ciptaannya ya harus patuh dengan perintahnya, perintah kedua setelah syahadat kan menjalankan solat. Jadi kalo sudah menanamkan dalam diri kalo hidup itu tugasnya beribadah, insyaallah bakal susah kalo mau ninggalin solat)
(wawancara RK, 9/6/2023)

Hal serupa disampaikan informan PA yang menanamkan dalam diri bahwa solat merupakan kewajiban, sehingga ketika dalam keadaan apapun pasti akan selalu mengingat dan melaksanakan solat. Berikut penuturannya :

“Nanemke nek solat kui wajib, kepiye keadaane tetep kudu dilaksanakne. Nek wes paham nek solat kui kewajiban pasti insyaallah bakal dilakoni terus. Nek wayahe solat yo solat ora perlu dielingne, tapi wes kelaksana karo awake dewe.” (Menanamkan kalo solat itu wajib, mau bagaimana pun keadaanya tetap harus dilaksanakan. Kalo udah paham kalo solat itu kewajiban pasti bakal dijalankan terus. Kalo udah waktunya solat ya ga perlu diingatkan, tapi udah dilaksanakan sama diri sendiri) (wawancara PA, 12/6/2023)

Kemudian mengenai upaya lansia dalam mengikuti kegiatan keagamaan yaitu dengan keikutsertaan lansia dalam kegiatan pengajian rutin dan yasinan yang ada di lingkungannya. Seperti penuturan informan lansia sebagai berikut :

“nek ono kegiatan neng masyarakat koyo pengajian, yasinan aku melu terus” (kalo ada kegiatan di masyarakat seperti pengajian, yasinan aku ikut terus) (wawancara RK, 9/6/2023)

“pengajian aku melu, tiap malem jumat seminggu pisan rutin pengajian wong lanang, yasinan yo sering melu” (pengajian aku ikut, tiap malam jumat seminggu sekali rutin pengajian bapak-bapak, yasinan juga sering ikut) (wawancara KD, 13/6/2023)

Berdasarkan uraian hasil wawancara diatas, mengenai upaya-upaya yang lansia lakukan untuk mempertahankan ibadah yang dilakukannya yaitu lansia menanamkan dalam dirinya mengenai tujuan hidupnya tak lain ialah untuk beribadah kepada Allah SWT. Lansia juga menanamkan dalam diri menganggap bahwa solat itu harus menjadi kebiasaan, kewajiban. Lansia juga membiasakan tepat waktu dan tidak menunda-nunda dalam pelaksanaan ibadah. Selain itu, lansia juga melakukan upaya terkait ikut serta dalam kegiatan keagamaan seperti mengikuti pengajian rutin tiap minggu yang diadakan secara bergilir dari rumah ke rumah dan juga kegiatan yasinan di lingkungannya.