

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Menurut Badan Pusat Statistik tercatat bahwa pada tahun 2015 terdapat sekitar 13.729.992 jiwa individu yang berumur lebih dari 65 tahun dan diperkirakan akan meningkat pada tahun 2019 sekitar 16.083.760 jiwa. Setiap tahunnya di Indonesia peningkatan yang terjadi pada individu yang berumur lebih dari 65 tahun sekitar 0,7% (www.bps.co.id). Individu yang berumur lebih dari 65 tahun sendiri adalah individu yang mengalami masa perkembangan tingkat akhir yaitu masa perkembangan Lanjut Usia (Lansia). Beberapa ahli perkembangan membedakan antara orang tua awal dan orang tua akhir. Orang tua awal usia 65 tahun sampai 74 tahun biasanya memiliki mobilitas lebih tinggi dan kemungkinan masih memiliki pasangan hidup, sedangkan orang tua akhir usia lebih dari 75 tahun dan banyak mengalami ketidakmampuan hidup sendiri serta sering berada di dalam institusi tertentu (misalnya panti jompo) (Baltes, Smith & Staundinger, Charness & Bosman, Neugarten dalam Santrock, 2010).

Lansia merupakan masa paling akhir dari siklus kehidupan manusia. Dalam masa ini akan terjadi proses penuaan atau *aging* yang merupakan suatu proses yang dinamis sebagai akibat dari perubahan biologis, sosiologis, dan psikologis (Santrock, 2010). Pada masa ini manusia berpotensi mempunyai masalah-masalah kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa. Masalah yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian. Kesepian merupakan hal yang bersifat pribadi dan akan ditanggapi berbeda oleh setiap orang. Bagi sebagian orang kesepian merupakan yang bisa diterima secara normal namun bagi sebagian orang

kese pian bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Kese pian terjadi saat seseorang mengalami kejadian yakni terpisah dari orang lain dan mengalami gangguan sosial (Copel dalam Croezen, 2010). Dalam banyak kasus kese pian menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental karena mereka tidak mempunyai teman berbelanja dan makan bersama (Murray, dalam Diah, 2013).

Kese pian adalah suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain (Bruno, 2002). Kese pian bagi lansia dapat menimbulkan konsekuensi hubungan kesehatan yang serius. Hal tersebut merupakan satu dari tiga faktor utama yang menimbulkan depresi (Green dalam Diah, 2013). Hansson (dalam Diah, 2013) mengemukakan bahwa kese pian berhubungan dengan masalah psikologis, ketidakpuasan dengan keluarga dan hubungan sosial. Pendapat serupa juga dikatakan Deux, pada saat mengalami kese pian, individu akan merasa *despertian* (pasrah), *impatient boring* (tidak sabar dan bosan), *self-depression* (depresi) .

Kese pian pada Lansia dipandang unik karena akibatnya akan berdampak pada gangguan kesehatan yang kompleks. Menurut Weiss (dalam Diah, 2013) perasaan kese pian dalam dua jenis yaitu kese pian emosional dan kese pian sosial. Dalam kese pian emosional, seseorang merasa tidak memiliki kedekatan dan perhatian dalam berhubungan sosial, merasa tidak ada satu orang pun yang peduli terhadapnya. Kese pian sosial muncul dari kurangnya jaringan sosial dan ikatan komunikasi atau dapat dijelaskan sebagai suatu respon dari tidak adanya ikatan dalam suatu jaringan sosial (Juniarti dkk).

Hawari (2004) menjelaskan bahwa akhir-akhir ini masyarakat mengalami pergeseran nilai. Lansia dianggap sebagai beban keluarga dan masyarakat, sehingga struktur keluarga (*nuclear family*) tidak memberikan tempat bagi para lansia. Sehingga dari anggapan tersebut Lansia seringkali merasa hidupnya menjadi tidak bermakna.

Persoalan makna hidup sering dialami oleh kebanyakan Lansia, Makna sendiri adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Setiap manusia selalu mendambakan hidupnya bermakna, dan selalu berusaha mencari dan menemukannya (Bastaman, 2007). Apabila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini berarti dan mereka yang akan berhasil menemukan dan mengembangkannya akan merasakan kebahagiaan sebagai ganjarannya sekaligus terhindar dari keputusasaan.

Mengembangkan kehidupan bermakna bukanlah tugas yang ringan, karena pada hakikatnya sama dengan memenangkan perjuangan hidup, yakni mengubah nasib buruk menjadi baik, dan mengubah penghayatan diri dari tidak bermakna menjadi bermakna. Oleh karena itu, usaha ini memerlukan niat yang kuat, seperti pemahaman mendalam tentang makna hidup, kesediaan dan kesadaran pentingnya mengubah sikap terhadap penderitaan, serta dukungan kekeluargaan dan persahabatan dari lingkungan terdekat atau bantuan profesional. Dengan demikian, kegiatan-kegiatan mereka menjadi lebih terarah, dan menyadari bahwa hikmah selalu ada dibalik penderitaannya, sehingga seorang filsuf jerman

Nietzsche (dalam Abidin, 2007) mengatakan bahwa “orang yang memiliki alasan untuk hidup akan sanggup bertahan dalam cara hidup apapun dan bagaimanapun”.

Pembicaraan mengenai makna hidup, memang tidak terlepas juga dari pembicaraan tentang cara atau metode pencarian untuk menemukannya. Frankl (dalam Abidin, 2007) memformulasikan teknik logoterapi untuk menemukan makna hidup, salah satunya dengan memanfaatkan kemampuan insani dalam mengambil jarak (*self-detachment*) dan kemampuan mengambil sikap (*to take a stand*) terhadap diri sendiri dan lingkungannya, yaitu teknik *Paradoxical Intention*, teknik ini memanfaatkan salah satu kualitas insani yaitu rasa humor. Pendapat senada juga dikatakan oleh Allport (dalam Bastaman, 2007), dengan memandang segi-segi humor dari keluhannya, maka ketegangan biasanya menghilang dan sikap terhadap simptom-simtom pun langsung berubah dari takut menjadi tidak takut, atau bahkan menjadi akrab dan menyukainya. Ini sejalan dengan berkembangnya perasaan humor dan sikap humoristis pada si penderita terhadap keluhannya sendiri. Dengan demikian rasa humor memiliki potensi terapi.

Humor merupakan salah satu metode yang paling sehat dan sangat kuat dalam memberikan perspektif atas pengalaman-pengalaman hidup yang sulit, dan seringkali dirasakan dapat membantu dalam mengatasi kekacauan emosional. Humor itu mengalir meliputi karakteristik dasar dari ekspresi individu dalam tubuh, emosi dan spirit (Sulaiman, 2007).

Fenomena terhadap humor, sebenarnya sudah menjadi perhatian para ahli dan ilmuwan sejak lama, seperti Plato, Aristoteles, Descartes, Immanuel Kant,

Thomas Hobbes dan Henry Bergson tercatat pernah memikirkan dan mengungkapkan pandangan-pandangannya mengenai humor dan yang berkaitan dengan gejala itu (Levine dalam Bastaman, 2007). Perhatian ahli-ahli ilmu sosial khususnya psikologi terhadap fenomena humor ternyata juga cukup besar. Ini terlihat dari adanya berbagai teori dan penelitian tentang humor dalam kaitannya dengan kehidupan manusia (Bastaman, dalam Sulaiman 2007).

Banyaknya perhatian para ahli karena memang humor merupakan bagian dari kualitas insani yang memiliki dampak positif bagi kesehatan fisik dan mental manusia. Kelly, Miller, Wooten dan Allport mengatakan, humor dapat mengurangi tingkat stres, meningkatkan kesehatan mental, “anti-dote” stress, serta terkait dengan kepribadian yang matang (Latifa, 2006). Kalangan humorolog percaya, dalam masyarakat yang 'sakit' humor apapun bentuknya sangat diperlukan. Di tengah masyarakat yang tertekan, di tengah situasi yang penuh tidak pastian, di tengah hiruk-pikuk kecemasan sosial, humor menjadi semakin penting untuk lepas dari masalah yang terjadi di dalam kehidupan. Dalam situasi semacam ini humor bisa menjadi semacam katup pelepas, paling tidak untuk menertawakan diri sendiri dengan cara memberi harapan-harapan semu (Sulaiman, 2007).

Sense of humor adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, keterampilan untuk menciptakan humor, kemampuan menghargai dan menanggapi humor, serta menanggapi orang-orang yang humoris (Permana dalam Hardianti, 2009). *Sense of humor* atau yang biasa disebut dengan kepekaan humor, menurut Meredith merupakan kemampuan untuk

menertawakan semua hal termasuk dirinya sendiri dan tetap mencintai dan menyukainya (dalam Hardianti, 2014). Menurut Thorson & Powell (dalam Hardianti 2014) *sense of humor* adalah multidimensi dan di dalamnya termasuk kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme *coping* dan untuk mencapai tujuan sosial. Mindess (dalam Hardianti 2014) mengatakan bahwa fungsi humor yang paling penting adalah kekuatannya untuk membebaskan diri dari banyak rintangan dan pembatasan dalam kehidupan sehari-hari.

Ada beberapa dimensi di dalam *Sense of Humor*, menurut Thorson & Powell (dalam Sulaiman 2007) yaitu : (1) *Humor production*, berupa kemampuan kreatif menjadi humoris, membuat lelucon, mengidentifikasi hal yang lucu dalam sebuah situasi serta mengkreasikan dan menghubungkan situasi tersebut dengan cara-cara yang dapat menyenangkan orang lain, (2) *Uses of humor for coping*, yakni penggunaan humor dalam menghadapi masalah atau mengatasi situasi, (3) *Social uses of humor* yakni bagaimana penggunaan humor yang digunakan individu untuk tujuan sosialisasinya sulit dengan menggunakan humor, (4) *Attitudes toward humor*, berupa sejauh mana sikap individu terhadap humor dan terhadap orang-orang yang humoris.

Di Desa Tambakboyo, kecamatan Tikung, Kabupaten Lamongan warganya sebagian besar kebanyakan Lansia yang mengalami kesendirian (hasil observasi). Mereka sebagian besar bermata pencarian sebagai petani dan peternak ikan, mereka sering mengalami kesepian dan menyendiri ketika sawah atau tambaknya mengalami kekeringan dan bahkan ketika sawah dan tambaknya

mengalami banjir. Biasanya para Lansia di sana ketika mengalami hal tersebut sering melakukan candaan-candaan atau bermain dengan cucunya agar kesepian dan kesendiriannya terobati dan sering juga mereka membuat lawakan kecil pada tetangga maupun tamu yang datang di rumahnya. Ada juga para Lansia ketika lupa mereka sering membuat kesan lawak dan humor yang menimbulkan kelucuan bagi orang yang mendengarkan. Contohnya : "*nandi mau sandal seng di anggo aku,kok ra enek*", padahal sandal yang di cari-cari sudah dia buang karena rusak, selain itu mereka para Lansia sering menggunakan lawakan atau humor ketika cucunya minta uang jajan. Terkadang ketika mereka pergi ke sawah ataupun ke tambak sering menghibur dirinya sendiri sambil bekerja, bahkan jika menjaga sawah dari burung yang memakan padinya mereka sering membuat lawakan atau humor untuk membuat dirinya terhibur begitu pula ketika mereka pergi ke tambak. Serta para Lansia tersebut tidak merasa takut akan kematian karena mereka selalu pasrah dan beribadah dengan tekun.

Penelitian tentang *sense of humor* yang pernah dilakukan antara lain penelitian yang berjudul "Pengaruh *sense of humor* terhadap kualitas hidup pada Lansia pensiunan di kota Malang" yang dilakukan Handini Hardianti pada tahun 2014. Penelitian tersebut menunjukkan semakin tinggi *sense of humor* para Lansia pensiunan di kota Malang akan mempengaruhi tingkat kualitas hidup para Lansia tersebut. Penelitian lain juga di lakukan oleh Sulaiman, (2007) yang berjudul "Hubungan *sense of humor* dengan kebermaknaan hidup pada masyarakat Betawi", menyatakan adanya hubungan antara *sense of humor* dengan makna hidup pada masyarakat Betawi dan pentingnya rasa humor untuk menghadapi

berbagai permasalahan hidup. Berdasarkan temuan di atas penelitian menganalisis, bahwa ternyata dalam pencarian, penghayatan dan penemuan makna hidup terdapat faktor-faktor dan salah satunya adalah rasa humor atau *sense of humor*.

Berdasarkan beberapa alasan tentang pentingnya *Humor* dalam memaknai hidup para Lansia di Desa Tambakboyo, Kecamatan Tikung, Kabupaten Lamongan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana para Lansia di desa tersebut menghadapi rasa kesepian dan penghayatan hidup atau makna hidup melalui *sense of humor*.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan *sense of humor* dengan makna hidup pada Lansia di Desa Tambakboyo Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan

1.3 TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *sense of humor* dengan makna hidup pada Lansia di Desa Tambakboyo Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan teori keilmuan, khususnya di bidang Psikologi Perkembangan, Psikologi Sosial dan Psikologi Kepribadian.

1.4.2 Praktis.

a. Bagi subjek peneliti

Untuk menambah pengetahuan bagi subyek agar dapat memahami tentang pentingnya *sense of humor* untuk menghayati hidup lebih bermakna.

b. Bagi intansi terkait (Desa Tambakboyong Lamongan)

Memberi kontribusi positif terhadap pemberdayaan usia lanjut dengan memahami karakteristik warganya.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan referensi pada penelitian selanjutnya yang terkait dengan *sense of humor* dan makna hidup.