

## Kebermaknaan Hidup Laki-Laki Family Caregiver Individu dengan Skizofrenia

### *Meaningful Life of Male Family Caregiver for Individuals with Schizophrenia*

**Lailatul Mufidah**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: lailatul.19128@mhs.unesa.ac.id

**Riza Noviana Khoirunnisa**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: rizakhoirunnisa@unesa.ac.id

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran makna hidup dan faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup laki-laki *family caregiver* individu dengan skizofrenia. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengambilan data dilakukan menggunakan metode wawancara semi terstruktur dengan triangulasi sumber serta *member checking* sebagai uji validitasnya. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis model interaktif yang dikemukakan oleh Miles & Huberman. Partisipan dalam penelitian ini adalah dua orang laki-laki yang menjadi tulang punggung keluarga dan sebagai *family caregiver* tunggal bagi anggota keluarganya yang menderita skizofrenia. Hasil penelitian ini menunjukkan aspek kebermaknaan hidup yang muncul pada diri partisipan ialah arti hidup, kebebasan, kepastian hidup, sikap pada kematian, dan tidak ada pikiran terkait bunuh diri. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup yaitu kualitas insani, nilai-nilai, dan encounter. Penelitian ini menunjukkan penghayatan makna hidup dan tingkat kebermaknaan hidup yang berbeda. Hal ini dikarenakan makna hidup bersifat subjektif.

**Kata kunci :** Makna hidup, *Family caregiver*, Skizofrenia

#### **Abstract**

*This study aims to find out the description of the meaning of life and the factors that influence the meaningfulness of the male family caregiver's life, who care for person with schizophrenia. This research is a type of qualitative research with a case study approach. Data collection was carried out using a semi-structured interview method with triangulation of sources and member checking as a validity test. The data in this study were analyzed using an interactive model analysis technique proposed by Miles & Huberman. Participants in this study were two men who work and single family caregiver of his family member with schizophrenia. The results of this study show aspects of the meaningfulness of life that emerged from the participants were the meaning of life, freedom, decency in life, attitudes toward death, and no thoughts of suicide. Factors that affect the meaningfulness of life are human quality, values, and encounter. This study show the appreciation of the meaning of life and the different levels of meaningfulness in life. This is because the meaning of life is subjective.*

**Key word :** *Meaning of life, Family caregiver, Schizophrenia.*

#### **Article History**

<p style="text-align: center;"><b>Submitted : 26-06-2023</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Final Revised : 27-06-2023</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Accepted : 27-06-2023</b></p>	<div style="text-align: center;">   </div> <p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>

Selama beberapa tahun terakhir jumlah penderita skizofrenia di Indonesia semakin meningkat. Hasil riset dasar kesehatan yang dilakukan oleh kementerian kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan jiwa di Indonesia sebesar 1,7 per mil, selanjutnya di tahun 2018 sebesar 7 per mil (Darsana & Suariyani, 2020). Hasil riset tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap jumlah penderita skizofrenia di Indonesia. Skizofrenia merupakan gangguan psikologis kategori berat yang ditandai dengan proses berpikir yang tidak terorganisir (King, 2017), distorsi pada persepsi, emosi, perkataan, perilaku, dan penilaian diri (Yudhantara & Istiqomah, 2018). Penderita skizofrenia tidak mampu membedakan antara khayalan dengan realita. Sebagian besar orang dengan skizofrenia mengalami durasi penyakit yang lama dan sering mengalami kekambuhan selama proses pengobatan dan pemulihan (Chan, 2011). Oleh karena itu, penderita skizofrenia memerlukan perawatan dan pengobatan dalam jangka panjang. Agar bisa pulih, penderita skizofrenia perlu menjalani perawatan serta pengobatan yang baik dan tepat. Apabila tidak patuh dalam menjalankan pengobatan, penderita skizofrenia rentan mengalami *relaps* atau kekambuhan. Keluarga adalah *support system* utama yang memikul tanggung jawab dalam hal perawatan orang dengan skizofrenia. Anggota keluarga yang menjalankan peran tersebut dikatakan sebagai *family caregiver*. Tugas seorang *family caregiver* antara lain mengurus kebutuhan sehari-hari, mengawasi keteraturan konsumsi obat, memantau kondisi fisik dan mental, serta membantu penderita dalam mengakses layanan kesehatan, seperti *check up* rutin di rumah sakit. *Family caregiver* memiliki andil besar dalam kehidupan penderita skizofrenia. Bahkan dapat dikatakan bahwa hidup skizofrenia, termasuk proses pemulihannya, bergantung pada *family caregiver* yang merawatnya (Amalia & Rahmatika, 2020).

Studi penelitian menunjukkan bahwa keluarga menganggap *caregiving* (merawat) sebagai suatu beban atau penderitaan. Penderitaan yang dimaksud dalam hal ini yaitu mengacu pada pengalaman negatif yang dirasakan selama menjadi *family caregiver*, seperti beban fisik, masalah ekonomi, tekanan emosional, stigma tentang gangguan mental, serta kurangnya pengetahuan terkait penyakit mental beserta gejalanya (Shamsaei et al., 2015). Suatu beban akan terasa berat apabila harus ditanggung seorang diri. Hal inilah yang dirasakan oleh *family caregiver* tunggal. Dimana ia adalah satu-satunya orang yang menjadi perawat utama bagi kerabatnya yang menderita skizofrenia dan tinggal bersama kerabatnya tersebut. Sebagai seorang laki-laki dewasa, terlepas dari apakah ia menjadi *family caregiver* atau tidak, tentu ada tuntutan dari masyarakat untuk bekerja demi menafkahi keluarga. Terlebih jika ia merupakan satu-satunya orang yang dapat diandalkan dalam keluarga tersebut. Bagi seorang laki-laki *family caregiver* tunggal hal ini dapat menimbulkan suatu dilema. Di satu sisi ia harus menjadi *family caregiver*, di sisi lain ia juga harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan keuangan keluarga serta biaya pengobatan kerabat yang menderita skizofrenia. Sehingga ia harus menanggung beban pengasuhan dan juga beban kerja. Ia harus mampu membagi waktu dan tenaga antara merawat dan mencari nafkah. Ketika *family caregiver* berusaha untuk menyeimbangkan antara pekerjaan, keluarga, dan perawatan, seringkali kesehatan fisik dan

psikologis mereka terabaikan. Perilaku penderita skizofrenia membuat *family caregiver* meletakkan kebutuhan penderita diatas kebutuhannya sendiri (Shamsaei et al., 2015).

Segala bentuk dampak negatif dalam proses perawatan yang dirasakan oleh caregiver disebut *caregiver burden* (beban pengasuhan/perawatan). *Caregiver burden* merupakan fenomena global, hasil penelitian menunjukkan 80% caregiver mengalami *caregiver burden*. *Caregiver burden* yang ditanggung oleh *family caregiver* pada gilirannya dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun mental (Chadda, 2014; Eifert et al., 2015). Kesehatan mental *family caregiver* perlu dijaga karena hal tersebut berpengaruh terhadap kualitas perawatan yang diberikan kepada kerabatnya yang menderita skizofrenia. Sehingga secara tidak langsung kondisi psikologis *family caregiver* memiliki keterikatan dengan perkembangan proses pengobatan dan pemulihan penderita skizofrenia. Pengalaman negatif yang dirasakan selama proses perawatan berisiko membuat kondisi psikologis *family caregiver* menjadi *down*. Untuk bertahan dalam kondisi tersebut, penting bagi *family caregiver* menemukan makna hidupnya dibalik penderitaan atau beban yang dipikul. Makna hidup dapat menjadi motivator bagi individu untuk terus bertahan dan *survive* menjalani hidup meski menanggung beban yang berat (Dewi & Tobing, 2014). Sebenarnya tindakan perawatan yang dilakukan oleh *family caregiver* mengandung nilai-nilai luhur yang mana hal ini dapat menjadi sumber kebermaknaan hidup bagi individu. Hanya saja *family caregiver* perlu menyadari hal tersebut untuk menemukan makna hidupnya.

Dalam studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap *family caregiver* yang juga berperan sebagai tulang punggung keluarga, ditemukan bahwa *family caregiver* pernah berada di titik dimana ia merasa putus asa akan kehidupan yang dijalani karena beban penderitaan yang dialami sungguh berat. *Family caregiver* memang merasa bahwa tanggung jawab yang harus dipikul sungguh banyak dan berat, tetapi ia berpikiran bahwa ia adalah satu-satunya orang yang harus menanggung beban itu. *Family caregiver* beranggapan bahwa apapun yang ada di hidupnya, termasuk penderitaan yang dilalui, sudah menjadi takdirnya.

Menemukan makna hidup dibalik suatu penderitaan tentu tidak mudah. Makna hidup menjadi landasan yang mengarahkan perilaku individu. Makna hidup ialah sesuatu yang dianggap benar, penting, berharga, memberi nilai tertentu, yang mana hal ini layak dijadikan sebagai tujuan hidup oleh individu (Bastaman, 2007). Snyder & Lopez (2014) mendefinisikan *meaning of life* (kebermaknaan hidup) sebagai suatu proses melestarikan nilai dan tujuan demi mencapai kesejahteraan. Kebermaknaan hidup ialah kondisi yang menggambarkan sejauh mana individu menjalani dan menghayati seberapa penting keberadaannya di kehidupan ini berdasarkan dari sudut pandangya sendiri (Frankl, 2003). Individu akan memiliki kehidupan yang bermakna apabila ia mengetahui makna pilihan hidupnya. Apabila individu berhasil menemukan serta menghayati makna hidupnya, maka ia akan merasakan bahwa hidupnya lebih berarti, berharga, bahagia, dan tidak merasakan keputusasaan.

Menurut Crumbaugh & Maholick (dalam Astuti & Budiyani, 2010) terdapat 6 aspek dasar kebermaknaan hidup, yaitu kebebasan, arti hidup, kepuasan hidup, kepantasan untuk hidup, sikap pada kematian, dan pikiran terkait bunuh diri. Aspek-aspek tersebut menentukan bagaimana makna hidup bagi individu. Kebebasan, yaitu perasaan mampu mengontrol hidup secara bertanggung jawab dan berdasarkan nilai-nilai kebenaran yang berlaku. Arti hidup, ialah sesuatu yang dianggap berharga, memberi nilai tertentu, dan dapat menjadi tujuan hidup. Kepuasan hidup, merupakan penilaian individu terhadap kehidupannya tentang sejauh mana ia menikmati serta merasa puas akan kehidupan yang dijalannya. Kepantasan untuk hidup, yakni penilaian individu tentang apakah sesuatu yang ia alami pantas atau tidak. Penilaian ini juga menjadi acuan mengapa hidup perlu diperjuangkan. Sikap pada kematian, yakni persepsi individu terhadap kematian serta kesiapan dalam menghadapinya. Pikiran terkait bunuh diri, yaitu persepsi individu terkait bunuh diri sebagai jalan keluar dari suatu permasalahan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup individu menurut Bastaman (2007), yaitu kulaitas insani, nilai-nilai, dan encounter. Kualitas Insani, yaitu seperangkat sikap, sifat, serta kemampuan yang tertanam dalam eksistensi manusia, meliputi kecerdasan, pengembangan diri, awareness, moralitas, keinginan untuk bermakna, kebebasan, kreatifitas, dan tanggung jawab. Faktor kedua yaitu nilai-nilai yang terbagi menjadi 2 yaitu nilai subjektif dan nilai objektif. Nilai subjektif dapat berupa nilai-nilai kreatif dan nilai pengambilan sikap. Sedangkan nilai objektif dapat berupa keimanan. Faktor terakhir yaitu encounter. Encounter, ialah hubungan antar individu yang ditandai dengan penghayatan keakraban, serta sikap saling memahami dan menghargai.

Dengan beban tanggung jawab yang begitu besar memang tidaklah mudah mencapai kebermaknaan hidup bagi *family caregiver* tunggal. Namun setiap manusia mempunyai kemampuan untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan peristiwa tragis yang menimpa diri sendiri dan lingkungan sekitar, yang menjadi persoalan bukanlah perubahan situasi melainkan sikap terhadap situasi tersebut (Nurani & Mariyanti, 2013). Hal ini menjadi menarik untuk meneliti *family caregiver* yang belum mencapai kebermaknaan hidup yang seutuhnya. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait gambaran makna hidup pada laki-laki *family caregiver* individu dengan skizofrenia yang juga berperan sebagai tulang punggung keluarga.

## Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif. Dari sudut pandang psikologi, penelitian kualitatif memiliki maksud untuk memahami hal-hal yang berkaitan dengan suatu perilaku tertentu, seperti alasan melakukannya, perasaan saat melakukannya, pandangan terhadapnya, emosi yang terlibat, value yang mendasari, faktor-faktor yang mempengaruhi, serta dinamika antar faktor. Hal yang utama dari penelitian kualitatif adalah kedalaman bahasan hingga mencapai values dari topik yang diteliti (Herdiansyah, 2015). Penelitian ini merupakan penelitian dengan model studi kasus, yaitu model penelitian yang fokus ada eksplorasi suatu *bounded system* (sistem yang saling berkaitan satu dengan yang lain) pada beberapa hal dalam satu kasus secara detail (Herdiansyah, 2015). Model ini juga melibatkan penggalan data secara mendalam dengan beragam sumber informasi. Model studi kasus memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman utuh terkait fakta dan dimensi suatu kasus.

Terdapat 2 orang yang menjadi partisipan dalam penelitian ini. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana partisipan dipilih berdasarkan ciri-ciri tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Berikut adalah karakteristik partisipan dalam penelitian ini.

**Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian**

Karakteristik	Partisipan 1	Partisipan 2
Nama	MR	AB
Usia	37 tahun	27 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Pendidikan Terakhir	SMA	SMK
Urutan Kelahiran	1 dari 2	5 dari 5
Pekerjaan	Jasa tenda dan dekorasi	Petani

Status Pernikahan	Belum menikah	Belum menikah
Penderita Skizofrenia yang dirawat	Adik perempuan (29 tahun)	Ibu (62 tahun) Kakak Perempuan (42 tahun) Kakak Laki-laki (37 tahun)

Pada penelitian ini peneliti menggunakan wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Tipe wawancara yang digunakan adalah wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan semi-terstruktur. Tipe wawancara ini memungkinkan wawancara berjalan dengan luwes karena peneliti dapat lebih menggali lebih dalam dengan melakukan probing terkait jawaban yang diberikan oleh subjek penelitian. Namun, arah pertanyaan tetap terkontrol sesuai dengan pedoman wawancara yang disusun oleh peneliti. Pedoman wawancara disusun sesuai dengan fokus penelitian dengan berdasar pada teori kebermaknaan hidup. Wawancara dilakukan pada partisipan penelitian beserta *significant others*. Wawancara pada *significant others* dilakukan dengan tujuan menambah data dan *cross check* kesesuaian data antara partisipan penelitian dengan *significant others*.

Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis data dengan model interaktif yang dikemukakan oleh Miles & Huberman (dalam Herdiansyah, 2015). Terdapat empat tahapan dalam menganalisis data dengan model ini. Yang pertama yaitu pengumpulan data. Selanjutnya, data direduksi. Esensi dari reduksi data ialah penggabungan dan penyeragaman dari segala bentuk data yang telah didapat menjadi satu bentuk skrip atau tulisan yang akan dianalisis. Dalam proses reduksi data, hasil rekaman wawancara akan diverbatim. Tahap ketiga ialah display data. Data yang telah berbentuk tulisan serta memiliki tema yang jelas kemudian diolah kedalam matriks kategorisasi sesuai tema-tema yang telah dikelompokkan. Tema-tema tersebut akan dipecah kedalam bentuk yang lebih kongkret dan sederhana yang berupa sub-tema. Kemudian dilanjutkan dengan proses pengodean (*coding*). Tahap terakhir yaitu kesimpulan/verifikasi. Pada tahap ini yang perlu dilakukan ialah menguraikan subkategori tema dan koding disertai dengan quote verbatim wawancaranya. Kemudian memaparkan hasil temuan. Dan yang terakhir yaitu menyusun kesimpulan dari temuan tersebut dan memberikan penjelasan jawaban terkait fokus penelitian yang diajukan.

Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan *member checking*. Triangulasi sumber dilakukan dengan melakukan pengecekan data yang didapat melalui beberapa sumber, dalam penelitian ini yaitu data dari partisipan penelitian dan *significant others*. Data yang berasal dari sumber yang berbeda tersebut dideskripsikan serta dikategorisasikan. Sehingga diperoleh suatu kesimpulan. Kemudian *member checking* dilakukan dengan meminta pendapat partisipan penelitian terkait analisis data, interpretasi, dan kesimpulan penelitian. Sehingga subjek penelitian dapat mengecek kredibilitas dan akurasi data penelitian (Mekarisce, 2020).

## Hasil

Berdasarkan data yang diperoleh, penelitian ini menemukan dua tema besar yang ditemukan untuk dapat menjawab fokus penelitian yaitu gambaran makna hidup dan faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup.

**Tabel 2. Temuan Hasil Penelitian**

Tema Utama	Sub Tema
	Kebebasan

Gambaran kebermaknaan hidup	Arti hidup
	Kepantasan hidup
	Sikap terhadap kematian
	Pikiran terkait bunuh diri
Faktor- faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup	Kualitas insani
	Nilai-nilai
	Encounter

**Tema: Gambaran Makna Hidup**

**Sub tema: kebebasan**

Partisipan MR merasa bahwa ia bebas memilih jalan hidupnya sendiri sesuai dengan prinsip hidup yang ia miliki. Walaupun ada orang yang memberikan aturan atau saran untuknya, namun hal tersebut tidak sesuai dengan prinsipnya maka ia tak akan melakukan hal tersebut.

*Diri kita sendiri yang ngatur. Ini baik ini enggak. [...] Tergantung kita, walaupun ada yang ngatur, tapi nggak sesuai dengan prinsip kita, nggak kita jalani. Semua tergantung dari pemikiran kita sendiri. (MR, 31 Maret 2023)*

Pernyataan R, yang merupakan sepupu MR memperkuat statement diatas. R juga mengatakan bahwa tanggung jawab yang dipikul MR tidak membatasi kegiatan MR selama ia bisa melakukan manajemen waktu dan tenaga dengan baik.

*[...] Wes kita terserah anake. Mau ya kita dukung, gak mau ya gak papa, terserah. [...] Ya selama dia masih bisa ngehandle ya ndak lah. Selama dia bisa ngehandle antara jadwal kerjanya dia sama jadwal perawatannya adeknya, saya rasa kegiatane nggak terganggu. (R, 3 Juni 2023)*

AB merasa kebebasannya masih terbatas oleh kondisi keluarga. Kondisi keluarga membatasi kegiatan dan usaha untuk mewujudkan keinginannya.

*Ya merasa bebas sih, tapi gimana lagi dengan keadaan keluarga kayak gitu, kita keluar takutnya, kita kasihan sama keluarga sendiri” [...] Ya kepingin kerja pingin bikin usaha sendiri tapi wes kerepotan sama yang di rumah, wes di rumah aja, gitu aja.” (AB, 1 April 2023)*

Perkataan S yang merupakan sepupu AB memperkuat pernyataan bahwa kondisi kesehatan keluarga membatasi kegiatan AB.

*Koyok kumpul-kumpul yo jarang. (S, 1 Juni 2023)*

Kedua partisipan dalam penelitian ini merupakan pria lajang yang belum menikah. Memiliki anggota keluarga yang menderita skizofrenia berdampak pada hubungan percintaan partisipan, kekasih partisipan tidak dapat menerima kondisi keluarga partisipan.

*Kayak dekat dengan perempuan, mangkanya sampai sekarang kenapa belum nikah kan gitu. Takutnya bisa nerima apa enggak gitu. [...] Udah pernah kesini, tau kondisinya ibu sama adek kayak gitu. Lambat laun akhire ndak mau kesini. Yasudah. (MR, 31 Maret 2023)*

*Itu pas pacaran sama cewek, ya itu kaget baru tau kalau keluargaku kaya gitu. Baru dua bulan tak bilangin kalau keluargaku kayak gitu. [...] Dia nggak ngerespon, yawes tak tinggal aja. (AB, 1 April 2023)*

### **Sub tema: arti hidup**

Kedua partisipan, baik AB maupun MR memiliki pemikiran yang sama bahwa segala sesuatu dalam hidupnya, termasuk kondisi keluarganya yang menderita skizofrenia, adalah suatu takdir yang telah ditentukan oleh Tuhan.

*Wes udah takdir. Perjalanannya ya kayak gini. (MR, 31 Maret 2023)*

*Ya gimana lagi itu sudah takdir, mau dilawan gimana.” (AB, 1 April 2023)*

Individu yang hidupnya bermakna memiliki tujuan yang ingin dicapai.

*Iya gini tujuannya, santai di rumah dan uang berkecukupan. Pengennya di rumah terus, punya usaha, punya uang, kan gitu. [...] Ya itu tadi tujuannya. Pengennya sih punya usaha, jodoh. Tujuane orang hidup ya semakin sukses. (MR, 31 Maret 2023)*

*Ya kepingin kerja pingin bikin usaha sendiri [...] (AB, 1 April 2023)*

MR menganggap hidup ini berharga karena banyak pelajaran yang bisa diambil di dalamnya. Menurutnya setiap pilihan dalam hidup memiliki risiko.

*Ya berharga sekali, banyak pengalaman. Banyak pelajaran. [...] hidup itu pilihan. Resiko itu kita tanggung sendiri. Melakukan ini resikonya ini, kita tidak melakukan resikonya seperti ini. [...] (MR, 31 Maret 2023)*

Sedangkan AB berpendapat bahwa hidup ini akan terasa berharga ketika ia mampu membahagiakan keluarganya.

*Kalau berhaga itu mah, kalau membahagiakan keluarga, gitu aja. (AB, 16 April 2023)*

Didalam hidup, individu memiliki orang yang berarti dalam hidupnya. Baik AB maupun MR menganggap bahwa ibu adalah orang yang paling berarti dalam hidup mereka.

*Ya ibu. [...] Waktu kita udah ditinggal bapak. Yang nguatn mental kan ibu. Dikasih dorongan, support. Jadi paling dekat sama ibu. [...] (MR, 31 Maret 2023)*

*[...] kita dilahirkan dari rahim ibu, dirawat dari kecil. Masak kita nggak bisa ngerawat satu orang perempuan yang melahirkan kita di dunia ini. (AB, 16 April 2023)*

MR dan AB percaya bahwa ada hikmah di setiap permasalahan yang terjadi dalam kehidupan yang dijalani.

*[...] Ya mungkin di balik ujian ini nanti ada hikmahnya. Ya kembali lagi, tetep itu udah garisnya. Kita rasakan, mau diatur gimana pun kalau belum waktunya ya gak bisa. Meskipun gak diatur, dengan sendirinya wes terbuka sendiri. [...] (MR, 31 Maret 2023)*

*Ya gimana dikasih sama gusti Allah kayak gini ya diterima aja hikmahnya. Suatu saat pasti ada hikmahnya. Gimana lagi, ajange protes gimana ya kan. Pasti suatu saat ada hikmahnya. (AB, 1 April 2023)*

### **Sub tema: kepuasan hidup**

MR merasa masih belum puas dengan kehidupan yang ia jalani karena masih ada hal-hal yang ingin ia capai.

*Belum, masih kurang. [...] Masih jauh. Masih banyak yang belum dicapai. (MR, 31 Maret 2023)*

AB berada diantara puas dan tidak puas. Ia senang masih bisa merawat dan berkumpul dengan keluarga, tetapi kondisi keluarga membuatnya merasa belum puas dengan kehidupannya saat ini.

*Karena keadaan keluarga itu tadi, sudah takdir, wes itu aja. [...] Puasnya karena bisa ngerawat keluarga tadi, menerima. Suatu saat pasti ada hikmahnya. (AB, 1 April 2023)*

Meskipun belum merasa puas dengan kehidupannya, terdapat hal-hal yang disyukuri dalam hidup AB dan MR.

*Ya ini. Masih bernafas, sehat, masih bisa berusaha, bisa nyari nafkah. Sehat aja udah syukur. (MR, 31 Maret 2023)*

*Bersyukurlah dikasih makanan kayak gini tadi, bisa makan. Orang lain ada yang belum bisa makan. Punya rumah, orang lain ada yang belum punya rumah. Itu aja. (AB, 1 April 2023)*

### **Sub tema: kepantasan untuk hidup**

Menurut MR hidup perlu diperjuangkan karena perjalanan hidup masih panjang.

*[...] Banyak masalah apapun, jangan pernah menyerah, tetep berjuang karena perjalanan itu masih panjang. [...] (MR, 17 April 2023)*

Hal tersebut juga diperkuat dengan pernyataan R yang mengatakan bahwa adik MR menjadi alasan MR memperjuangkan hidupnya

*[...] Tapi dibalik itu kan dia punya tanggung jawab. Jadi dia kan nggak mungkin memikirkan kebahagiaannya sendiri sedangkan dibelakangnya masih ada orang yang membutuhkan dia. (R, 3 Juni 2023)*

Disisi lain AB beranggapan bahwa baik diperjuangkan ataupun tidak diperjuangkan keadaan akan tetap sama.

*Ya perlu sih. Tapi gimana lagi, kalau diperjuangin ya tetep gitu, nggak diperjuangin keadaannya ya tetep gitu. Wes diterima aja. Pokoke gak aneh-aneh lah. (AB, 1 April 2023)*

Motivasi hidup bagi MR berasal dari diri sendiri sedangkan motivasi AB berasal dari orang lain, yaitu keluarganya, terlebih ibunya.

*Ya diri sendiri. Mangkanya perubahan itu dari diri kita sendiri.[...] (MR, 31 Maret 2023)*

*Keluarga [...] Iya ngerawat ibu, pengen lihat ibu sembuh (AB, 1 April 2023)*

**Sub tema: sikap pada kematian**

Menurut AB dan MR kematian adalah takdir yang tidak perlu ditakuti.

*[...] siap gak siap harus siap. Gitu aja. Gak ada yang ditakutkan. Besok mati sekarang mati sama aja. Gak ada yang ditakutin.[...] (MR, 31 Maret 2023)*

*Semua orang ya ada waktunya masing-masing. [...] Menurut saya nggak perlu takut sih, semua orang pasti mati kan. Kembali ke Yang Maha Kuasa. (AB, 1 April 2023)*

Selaras dengan pernyataan partisipan, sepupu mereka juga memiliki penilaian yang sama terkait bagaimana sikap partisipan terhadap kematian.

*Ya kan di dunia ini gak ada yang abadi mbak. Jadi ya kudu ikhlas. Biar pun diri sendiri yang dipanggil ya siap gak siap ya wes memang takdire. (R, 3 Juni 2023)*

*Paling yo enggak mbak. Lek ndelok areke pasrah ngunu. Jenenge takdir yo kudu di terimo. (S, 1 Juni 2023)*

**Sub tema: pikiran terkait bunuh diri**

MR dan AB tidak pernah memiliki pikiran untuk mengakhiri hidupnya meskipun memiliki beban yang berat.

*Nggak pernah. (MR, 31 Maret 2023)*

*Belum pernah. Gak berani aku. Kan sudah ada takdirnya. (AB, 1 April 2023)*

Hal ini dibuktikan dengan pernyataan sepupu dari masing-masing partisipan.

*Nggak pernah seh mbak. Mungkin kalo kita lihat hidupe iku berat. Tapi saya rasa seberat-berate hidup, dia gak bakal kepikiran buat mengakhiri hidupe sih mbak. (R, 3 Juni 2023)*

*Setauku yo gak pernah mbak. Masio bebane abot, yo tetep dijalani ambek areke. (S, 1 Juni 2023)*

Setiap partisipan memiliki persepsi masing-masing terkait pikiran bunuh diri. MR menganggap orang yang memilih bunuh diri adalah orang yang tidak bisa mencari solusi atas permasalahannya dan tidak mampu menikmati hidup.

*Ya konyol. Ya kembali lagi, itu udah takdir. Berarti gak menikmati kehidupan. Pasrah hidupnya. Gak ada usaha. (MR, 31 Maret 2023)*

*[...] Semua permasalahan itu pasti ada jalan keluar, ndak tau dari arah mana itu pasti ada. Mangkanya kalo ada orang mengakhiri hidup dengan bunuh diri, berarti dunia ini sekecil daun kelor, gak bisa cari solusi ke orang lain, koyok urip ijen. (MR, 17 April 2023)*

Sedangkan menurut AB, individu mungkin mengakhiri hidupnya karena tidak mampu menanggung beban hidup dan tidak dapat menerima kenyataan yang terjadi dalam hidupnya.

*Mungkin terlalu capek juga bisa, bebannya terlalu banyak juga bisa, ndak mau nerima kenyataan juga bisa. (AB, 1 April 2023)*

**Tema: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup**

**Sub tema: kualitas insani**

MR memiliki kemampuan transedensi diri yang baik, dimana hal ini terlihat dari bagaimana ia belajar dari permasalahan-permasalahan yang terjadi dimasa lalu.

*[...] Permasalahan yang ada itu terulang-terulang, akhire kan kebiasaan seh. [...] Pertama awal ya kaget, tapi ya akhire jadi pelajaran. [...] (MR, 17 April 2023)*

MR pribadi yang senang membantu orang lain memecahkan permasalahan mereka.

*Kita ya senang kalau bisa bantu orang. Kita cuma bisa kasih saran, kalau berhasil ya alhamdulillah emang itu jalan dari Yang Kuasa. (MR, 17 April 2023)*

MR juga merupakan pribadi yang humoris dan senang becanda.

*Ya guyon becanda gitu. Ada temen yang naik tangga gitu, tak oyak, terus saya langsung sembunyi. [...] (MR, 31 Maret 2023)*

Selaras dengan pernyataan S sebagai sepupu MR yang mengatakan bahwa MR adalah orang yang penyayang dan humoris.

*Iya kalo sama anak kecil itu sayang. Mangkanya banyak anak kecil yang suka sama dia. Kan humoris orangnya. (R, 3 Juni 2023)*

MR tipe orang yang pekerja keras. Terlihat dari bagaimana usahanya dalam mencari nafkah.

*[...] Dalam sebulan, minimal 13 maksimal 15 event. Wes gini orang kerja itu ndak pulang. Kita pulang cuma satu jam mandi, ganti baju, berangkat lagi. Tidur kita di jalan, di tempat lokasi pekerjaan. (MR, 31 Maret 2023)*

AB tipe pribadi yang mudah puas akan pencapaian dalam hidupnya.

*[...] Enggak, yang kemarin udah dapet banyak, wes makan ini aja. [ ] (AB, 1 April 2023)*

AB memandang dirinya sebagai pribadi yang pendiam dan tidak banyak bicara.

*Pendiem, gak banyak ngobrol. (AB, 16 April 2023)*

Selaras dengan perkataan S yang menyatakan bahwa menurutnya AB tipe orang yang pendiam.

*Iyo koyoke pendiem mbak. Dolen-doleno ojok nak njero omah ae. Kadang tak tanya "nandi?" njawabe ndek kamar. [...] (S, 1 Juni 2023)*

AB pribadi yang tidak ingin membuat orang lain repot karena dirinya. AB pribadi yang tertutup dan kurang percaya diri.

*[...] Aku orangnya sungkanan.[...] Tapi kalau saya sih ndak mau terbuka sama orang lain. Temen-temen SMK nggak tau kondisi keluargaku. Nggak tak kasih tau. Kalau tak kasih tau malah minder saya. Lebih baik gak dikasih tau lah. Daripada minder. [...] Enggak ikut kegiatan. Minder lah. (AB, 1 April 2023)*

Dalam kehidupan ada kemungkinan bagi individu untuk mengalami perubahan diri. Entah menuju yang lebih positif atau justru sebaliknya. Selama menjadi perawat tunggal bagi adiknya, terjadi beberapa perubahan pada diri MR yaitu menjadi pribadi yang lebih tangguh dalam menghadapi permasalahan, lebih dewasa, dan lebih giat bekerja untuk memenuhi tanggung jawabnya sebagai tulang punggung keluarga.

*[...] apapun permasalahane, bagi saya udah biasa karena udah terbiasa menghadapi permasalahan. Jadi udah nggak terbebani. [...] Dulu males kerja, akhirnya lambat laun pengen kerja, cari uang buat makan. Kan itu semua tergantung keperluan, akhirnya karena keperluan itu kita terdesak akhire berubah. Karena ada desakan-desakan dari diri kita sendiri. [...] (MR, 31 Maret 2023)*

Sejalan dengan perkataan R yang menilai MR kini memiliki pemikiran yang lebih dewasa.

*Ya sekarang ya lebih dewasa lagi lah.[...] Bertambah dewasa lagi dalam berpikir. (R, 3 Juni 2023)*

Perubahan juga terjadi pada diri AB. Peran ganda yang dilakukannya menumbuhkan skill baru, yaitu skill memasak. Beban yang ia tanggung selama ini juga menjadikannya pribadi yang lebih sabar. Selain itu, terdapat pula perubahan ke arah negatif. Sejak ayahnya meninggal, ia menjadi malas berkegiatan dan beribadah.

*Perubahan jadi pinter masak aja sekarang.[...] Iya jadi lebih sabar. (AB, 1 April 2023)*

*[...] mulai dari ditinggal bapak, sudah mulai jarang, kegiatan apa gitu males, ibadah juga males. [...] (AB, 16 April 2023)*

Menurut penilaian S, AB menjadi lebih tertutup sejak menjadi perawat tunggal bagi keluarganya yang menderita skizofrenia.

*Ya jadi tertutup iku. (S, 1 Juni 2023)*

MR memiliki prinsip hidup bahwa dalam hidup ini yang perlu dilakukan adalah menjalaninya dan menikmatinya.

*[...] Prinsip hidup ya dijalani, dinikmati, enjoy. (MR, 31 Maret 2023)*

AB memilih untuk pasrah dalam menjalani hidupnya.

*[...] Sekarang wes pasrah aja, gimana lagi ya. (AB, 16 April 2023)*

**Sub tema: nilai-nilai**

MR dan AB sama-sama beragama islam. Keduanya terkadang juga menjadikan sholat sebagai penenang ketika sedang dilanda permasalahan. MR merasa masih kurang religius. Kemudian AB merasa kini ia malas beribadah.

*Nek bingung kan sholat, nandi jange? Wes bingung, ya ambil air wudhu, sholat sak marine, wirid. [...]Enggak sih, kalau religius enggak. [...] Ya masih kurang religius. (MR, 17 April 2023)*

*Kalau religius ya ndak seberapa religius mbak, wong anake cengengesan. Tapi kalau ada acara rutin tahlil, ziarah-ziarah gitu ya ikut. Kalau disuruh lima waktu yo gitu itu. [...] (R, 3 Juni 2023)*

*Ya kadang saya buat sholat, sholat malem gitu aja. (AB, 1 April 2023)*

*[...] ibadah juga males.[...] kadang sholat kadang nggak. Kalau dulu sholat tahajud sholat dhuha, sekarang gak pernah. (AB, 16 April 2023)*

*Ya biasa aja, nggak terlalu religius[...](S, 1 Juni 2023)*

Dalam hal penyelesaian masalah, MR dan AB memiliki cara yang berbeda. MR berorientasi pada solusi dan mencari ketenangan.

*Wes kalau emang gini takdire sakit, ya kita berobat. Kan gitu aja. Ya sama kita, misal diri sendiri sakit, kemana? Wes pasti cari solusi, cari ketenangan. Nek bingung kan sholat, nandi jange? Wes bingung, ya ambil air wudhu, sholat sak marine, wirid. (MR, 17 April 2023)*

Mernurut sepupu MR yaitu R, MR yang bertanggung jawab dalam menghadapi permasalahan hidupnya.

*Ya sudah tanggung jawab memang. Apalagi dia sekarang kan seorang diri, nggak ada lagi kan. (R, 3 Juni 2023)*

Sedangkan AB lebih fokus pada pengendalian respon emosional ketika menyikapi suatu permasalahan dalam hidupnya.

*Ya saya tinggal keluar gitu aja, daripada saya emosi. Sama sekitar ngobrol ya ngobrol, tapi kalau bahas masalah keluarga wes tak tinggal pulang gitu aja. (AB, 16 April 2023)*

Hal tersebut didukung dengan pernyataan sepupu AB, yaitu S yang mengatakan bahwa AB cenderung pasrah dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya.

*Saiki kan wes koyok pasrah ngunu, babah wes tak ramute, ngunu jare AB. (S, 1 Juni 2023)*

**Sub tema: encounter**

Hubungan MR dengan lingkungan lambat laun berangsur membaik. Saat awal adiknya menderita skizofrenia, tetangga sering membicarakan dan menjauhi adiknya. Namun, kini

tetangga sudah bersikap biasa. MR juga sering terlibat dalam kegiatan sosial yang ada di masyarakat.

*Ya sebagian itu ada yang ngomongin aja, sebagian ada yang menjauhi. [...] Iya awal-awal aja. Sekarang ya enggak mbak. Wes udah biasa, orang udah tau. (MR, 31 Maret 2023)*

*[...] ada kegiatan-kegiatan sosial di lingkungan pasti dateng. [...] Malah bapak-bapak itu nyariin kalau ada kegiatan tapi saya gak kelihatan. Pas ketemu becanda. Karena dari masih sekolah itu sering ikut kegiatan-kegiatan di lingkungan. [...](MR, 17 April 2023)*

Perkataan S memperkuat pernyataan bahwa MR memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitarnya.

*Hubungane ya baik. setiap ada acara juga keluar. [...](R, 3 Juni 2023)*

Hubungan AB dengan lingkungan sekitarnya terbilang kurang baik. Sikap negatif tetangga membuat AB enggan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Bagi AB bersosialisasi dengan tetangga justru menambah masalah, maka dari itu ia lebih memilih untuk berinteraksi dengan keluarga atau teman SMKnya yang tidak mengetahui keadaan keluarganya.

*Tetep sih kalau lingkungan enggak ngesupport, dibawa ke rumah sakit percuma. Jalan-jalan ke rumah orang-orang, pulang-pulang nangis, dipikirin. [...] Ya kayak ada mbak jalan-jalan kalau malem, digudo malahan, kadang malah dijahilin. [...] Menurutku tetangga enggak ngesupport. (AB, 1 April 2023)*

*Nggak ikut kegiatan di sekitar. [...] Wes aku males lah, daripada kita ribut sama orang lain, daripada ribut wes gausah kumpul, mending sama keluarga sendiri ae lah atau sama temen gitu aja. (AB, 16 April 2023)*

Menurut penilaian S, AB berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya hanya seperlunya saja.

*Yo sak perlue mbak. Lek gak perlu yo enggak. (S, 1 Juni 2023)*

MR dan AB menjalin hubungan yang baik dengan teman-temannya. AB sudah menganggap teman sebagai saudara. Kemudian, MR sering dimintai solusi oleh teman-teman.

*Kadang saya dirumah gak keluar beberapa hari gitu, temen-temen itu nyariin. [...] Cuma sek onok rasa sungkane lah, umpomo premanan iku disegani, nyari solusi ke saya, masih dicari untuk pertimbangan-pertimbangan. (MR, 17 April 2023)*

*Kadang kalo dia kerja gitu ya ada temene yang nyariin, tak bilang gak ada, belom pulang, tak suruh nelfon juga. Kan orange itu supel, jadi temene banyak. (R, 3 Juni 2023)*

*Ya wes akrab lah. Kayak sodara gitu aja. (AB, 1 April 2023)*

*Ya ngobrol sama temen, sambil ngopi sama ngerokok gitu aja. (AB, 16 April 2023)*

*Yo baik mbak. Temen-temene iku agak jauh rumahe, ndek pojok kampung sana. Nek nang kene-kene iku jarang. (S, 1 Juni 2023)*

Hubungan MR dengan keluarga cukup baik, keluarga membantu mengontrol adiknya ketika MR tidak dirumah.

*[...] Umpamanya pagi tadi orang-orang puskesmas sama satpol PP kesini, saya ngontrol dari saudara-saudara, "oh wes tenang areke". (MR, 17 April 2023)*

*[...] Hubungan antar tetangga antar keluarga ya gak ada apa-apa, ya baik. (R, 3 Juni 2023)*

Hubungan AB dengan keluarga cukup baik. AB merasa keluarga memberikan support, tetapi support yang didapatkan tidak sesuai dengan harapan AB.

*Kalau support sih ya support, tapi keluarga supportnya cuma nyuruh bawa ke rumah sakit solusinya itu aja. (AB, 1 April 2023)*

*Iyo baik-baik ae. Ambek dulur koyok rodok tertutup, mbuh gak gelem ngerepoti ta yaopo. (S, 1 Juni 2023)*

## **Pembahasan**

Kondisi kesehatan keluarga menjadi pertimbangan partisipan untuk memilih jenis pekerjaan yang akan dijalani. Pekerjaan partisipan dalam penelitian ini memiliki karakteristik peraturan tidak ketat dan jam kerja fleksible. MR bekerja di usaha penyewaan dekorasi pernikahan dan tenda untuk acara hajatan. Dimana pemilik usaha adalah tetangganya sendiri yang telah mengerti kondisi keluarganya. Sehingga mudah bagi MR untuk izin jika terjadi sesuatu pada adiknya, seperti saat adiknya kambuh atau ketika jadwal kontrol di rumah sakit jiwa. Sedangkan AB saat ini bekerja sebagai petani. Ia menggarap sawah dan kebun milik orang tuanya. Sebelumnya ia bekerja di pabrik yang memiliki jam kerja dan aturan ketat. Sehingga akan sulit untuk meminta izin ketika mendapat telfon dan harus pulang untuk mengatasi keluarganya yang tiba-tiba kambuh. Oleh sebab itu, akhirnya ia tidak lagi bekerja disana dan memilih untuk menggarap sawah dan kebun milik keluarga untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Partisipan dalam penelitian ini memiliki kondisi yang hampir sama, yaitu dimana mereka menjadi perawat tunggal dan tulang punggung keluarga setelah ayah mereka meninggal dunia. MR dan AB mengaku bahwa titik terberat dalam hidup mereka adalah ketika ayah mereka meninggal dan mereka harus menjadi satu-satunya orang yang merawat anggota keluarganya dan harus menafkahi keluarga. Itulah saat-saat dimana mereka kehilangan orang yang disayang dan dilimpahi tanggung jawab yang besar. Kejadian tersebut memunculkan perubahan-perubahan baru dalam kehidupan partisipan. Awalnya partisipan merasa kaget ketika harus mengemban tanggung jawab besar sendirian. Namun, perlahan mereka mencoba berusaha untuk menerima dan menganggap bahwa hal ini adalah ujian hidup yang telah ditakdirkan di kehidupan mereka. Tanggung jawab yang besar ini juga memiliki sumbangsih terhadap bagaimana partisipan memaknai kehidupannya.

Makna hidup merupakan sesuatu yang dianggap benar, berharga, memberi nilai tertentu, yang mana hal ini layak dijadikan sebagai tujuan hidup oleh individu (Bastaman, 2007). Menurut Frankl (2003) kebermaknaan hidup ialah keadaan yang merepresentasikan tentang seberapa jauh seseorang menjalani kehidupan serta menghayati seberapa penting

keberadaannya. Menurut Crumbaugh & Maholick (dalam Astuti & Budiyan, 2010) terdapat 6 aspek kebermaknaan hidup, yaitu kebebasan, arti hidup, kepuasan hidup, kepantasan untuk hidup, sikap pada kematian, dan pikiran terkait bunuh diri.

Berdasarkan identifikasi 6 aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Crumbaugh & Maholick, hasil wawancara dengan MR menunjukkan bahwa kondisi keluarga masih membatasinya dalam hal berkegiatan, pemilihan jenis pekerjaan, dan hubungan percintaan. Namun, ia merasa memiliki kendali dalam menentukan pilihan-pilihan dalam hidupnya berdasarkan pada prinsip yang ia pegang. Disetiap pilihan yang dipilih terdapat resikonya masing-masing. MR menganggap bahwa segala sesuatu dalam hidupnya adalah suatu perjalanan hidup yang telah ditakdirkan oleh Tuhan dan pasti ada hikmah didalamnya. Ia menganggap bahwa hidup ini memberikan banyak pelajaran hidup di setiap permasalahan yang ia hadapi. MR memaknai hidup sebagai suatu perjalanan untuk menjadi lebih baik. Oleh sebab itu, hidup ini berharga baginya. Ia merasa telah menghadapi berbagai macam permasalahan, bahkan yang tersulit dalam hidupnya. MR merasa berpengalaman dalam mencari solusi karena ia selalu belajar dari setiap permasalahan yang dihadapi. Dalam hidup ini MR memiliki tujuan yang ingin dicapai namun tidak menargetkan kapan tujuan tersebut harus tercapai. Meskipun demikian, tetap ada usaha-usaha yang mengarah pada tujuan tersebut.

MR belum sepenuhnya puas dengan kehidupan yang ia jalani saat ini karena masih ada hal-hal yang ingin diraih. Namun, ia bersyukur masih diberi kehidupan, diberi kesehatan, dan masih bisa berusaha untuk mencari nafkah. Ia juga memiliki caranya sendiri untuk menikmati hidup meskipun ada tanggung jawab besar yang harus diemban. Diri sendirilah yang menjadi motivasi MR untuk memperjuangkan hidup yang masih panjang ini. Karena baginya perubahan berasal dari diri sendiri. Menurut MR kematian adalah takdir yang tidak perlu ditakuti. Setiap orang memiliki waktunya masing-masing. Meskipun bekal amal belum cukup, setiap manusia harus siap ketika dipanggil oleh Yang Maha Kuasa. Tanggung jawab untuk menjadi perawat tunggal dan pencari nafkah terkadang terasa berat bagi MR hingga membuat ia putus asa. Meskipun demikian ia tidak pernah terpikirkan untuk melakukan percobaan bunuh diri. MR menganggap orang yang bunuh diri itu berarti orang yang pasrah, tidak dapat menikmati hidup, tidak berusaha mencari solusi atas permasalahannya. Prinsip MR, meskipun hidup ini banyak masalah ia akan tetap jalani dan berusaha untuk menikmati.

Berdasarkan identifikasi 6 aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Crumbaugh & Maholick, hasil wawancara menunjukkan bahwa AB merasa kondisi keluarganya yang menderita skizofrenia membatasi dirinya dalam berkegiatan, mewujudkan keinginan, dan hubungan percintaan. AB memandang tanggung jawab yang harus ia jalankan adalah suatu takdir yang tidak bisa dilawan. Ia yakin bahwa nanti akan ada hikmah dibalik setiap permasalahan yang ada. AB memiliki tujuan yang ingin dicapai, tetapi belum ada usaha untuk mewujudkannya. AB menjalani hidup dengan pasrah. Menurutny keadaan akan tetap sama baik ia memperjuangkan kehidupan ataupun tidak.

Baginya hidup ini akan berharga apabila ia bisa membahagiakan keluarganya. Untuk saat ini ia merasa masih belum bisa mewujudkannya. Ia masih belum puas dengan kehidupannya saat ini dikarenakan kondisi kesehatan keluarganya yang belum pulih. Meskipun begitu ia masih bersyukur karena masih bisa makan dan memiliki tempat tinggal. Banyak di luar sana orang yang kondisinya lebih terpuruk dibandingkan dia. Peran ganda sebagai pencari nafkah dan perawat tunggal bagi 3 anggota keluarganya yang menderita skizofrenia ini membuat ia merasa terbebani. Ada saat dimana ia merasa putus asa, tetapi tidak pernah terpikirkan untuk

mengakhiri hidupnya. Baginya kematian adalah takdir, semua orang ada waktunya masing-masing. Ia tidak berani mendahului takdir.

Kedua partisipan menunjukkan penghayatan makna hidup yang berbeda. MR memaknai hidup ini sebagai sebuah perjalanan untuk menjadi lebih baik. Hal-hal yang terjadi dalam hidup ini adalah takdir yang perlu diterima, dijalani, dan dinikmati proses perjalanannya. Sedangkan AB memandang hidup ini sebagai takdir yang tidak bisa diubah dan harus diterima. Menurut AB, baik ia memperjuangkan hidup atau pun tidak, keadaan akan tetap sama. AB belum sepenuhnya ikhlas menerima keadaan dan pasrah dalam menjalani kehidupannya. Keduanya sama-sama setuju bahwa dibalik segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya pasti ada hikmahnya. Hingga saat ini keduanya bertahan untuk tetap menjalankan peran mereka sebagai perawat tunggal karena hal tersebut mereka anggap sebagai bentuk balas budi kepada orang tua.

Dari 6 aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Crumbaugh & Maholick, pada diri partisipan 1 (MR) muncul 5 aspek, yaitu kebebasan, arti hidup, kepatantasan hidup, sikap pada kematian, dan tidak ada pikiran untuk bunuh diri. Sedangkan pada partisipan 2 (AB) muncul 4 aspek, yaitu arti hidup, kepatantasan hidup, sikap pada kematian, serta tidak ada pikiran terkait bunuh diri. Aspek kepuasan hidup masih belum muncul pada kedua partisipan. Kedua partisipan masih belum sepenuhnya puas terhadap hidup mereka dikarenakan ada beberapa keinginan mereka yang belum terwujud. Kondisi kesehatan keluarga menghambat proses mewujudkan keinginan tersebut. Selain itu, kondisi kesehatan keluarga yang belum terlalu baik juga membatasi diri AB. Sehingga aspek kebebasan masih belum muncul pada diri AB.

Menurut Bastaman (1996) terdapat 5 tahapan dalam mencapai kebermaknaan hidup, yaitu tahap derita, tahap penerimaan diri, tahap penemuan makna hidup, tahap realisasi makna, tahap kehidupan bermakna. Berdasarkan analisis, MR telah melewati tahap derita, tahap penerimaan diri, dan tahap penemuan makna hidup. Saat ini MR sedang dalam proses realisasi makna, dimana pada tahap ini MR melakukan kegiatan yang mengarah pada pencapaian tujuan yang ingin diraih. Sedangkan AB belum sepenuhnya melampaui tahap penerimaan diri karena ia masih belum sepenuhnya menerima keadaan serta belum ada perubahan sikap yang lebih baik dalam menghadapi penderitaan. Meskipun demikian saat ini AB berada pada proses tahap penemuan makna hidup. Tahap penemuan makna hidup ditandai dengan penemuan makna dan penentuan tujuan hidup (Bastaman, 1996). AB telah menemukan makna dan tujuan dalam hidup, namun belum ada kegiatan terarah untuk mencapai tujuan tersebut. Sehingga ia belum bisa lanjut pada tahap berikutnya, yaitu tahap realisasi makna.

Kualitas insani, nilai-nilai, dan encounter berkontribusi dalam membentuk makna hidup pada partisipan. Kualitas insani, tepatnya transendensi diri, yang dimiliki MR, membuat ia merasa hidup ini berharga karena banyak pengalaman. Belajar dari pengalaman masa lalu membuat ia lebih baik lagi dalam menghadapi permasalahan di masa depan. Oleh sebab itu, ia merasa bahwa pengalaman-pengalaman dalam hidup membuat hidupnya berharga karena membantunya berproses menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Hal itu lah yang membuat ia memaknai hidup sebagai suatu perjalanan untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Nilai keimanan yang dimiliki oleh partisipan membuat mereka memandang bahwa segala sesuatu yang terjadi di hidup mereka adalah takdir Tuhan dan pasti ada hikmah dibaliknya. Nilai-nilai pengambilan sikap juga berpengaruh terhadap pembentukan kebermaknaan hidup partisipan, hal ini terlihat bagaimana mereka menyikapi tanggung jawab mereka untuk menjadi perawat tunggal dan tulang punggung keluarga. AB menyikapi hal tersebut dengan bersikap

pasrah dan mencoba menerima, hal ini membuat ia memaknai hidup sebagai suatu takdir yang tidak bisa diubah. Sedangkan MR menyikapi tanggung jawab tersebut dengan menghadapi, menjalani, dan menikmatinya. Dibalik beban berat yang harus ditanggung, ia berusaha untuk menikmatinya karena menurutnya hal tersebut merupakan bagian dari perjalanan hidup. Baginya, hidup ini adalah perjalanan menjadi lebih baik.

Terkait faktor encounter, hubungan AB dengan lingkungan sekitarnya yang kurang baik membuat ia memandang negatif hidup ini. Menjalani tanggung jawab yang besar tanpa dukungan sosial dari lingkungan sekitar terasa berat bagi AB. Minimnya dukungan sosial maka beban psikologis akan terasa berat (Halawa et al., 2015). Namun hubungan pertemanan yang akrab dapat mengurangi beban AB dan mampu membuat AB bertahan hingga saat ini. Dukungan supportif yang berasal dari teman dapat memungkinkan seseorang untuk bertahan dan berjuang untuk hidupnya (Amalia & Rahmatika, 2020). Dukungan supportif dari teman dapat membuat subjek penelitian tidak merasa sendirian, sehingga muncul persepsi bahwa teman juga dapat memberikan dukungan sosial pada saat dibutuhkan. Disisi lain, MR seringkali membantu mencari solusi atas permasalahan temannya. Perasaan bermanfaat bagi orang lain membuat MR merasa hidupnya lebih berarti. Berdasarkan penjabaran diatas, dapat dikatakan bahwa nilai-nilai, kualitas insani, dan encounter mempengaruhi pembentukan kebermaknaan hidup bagi partisipan.

## Kesimpulan

Makna hidup merupakan sesuatu yang bersifat subjektif. Makna hidup diinterpretasikan secara pribadi oleh individu berdasarkan pengalaman, nilai-nilai, dan tujuan hidupnya. Oleh sebab itu, makna hidup antar individu dapat berbeda-beda. Kedua partisipan memiliki pandangan yang berbeda terkait makna hidup. Makna hidup bagi partisipan 1 adalah perjalanan untuk menuju lebih baik. Kedua partisipan menganggap segala sesuatu yang terjadi dalam hidup adalah takdir Tuhan yang harus diterima, karena pasti ada hikmah dibalikinya. Perbedaan antara keduanya yaitu cara mereka dalam menyikapi pandangan tersebut. Partisipan satu memilih untuk menerima, menjalani, dan menikmati perjalanan hidupnya. Sedangkan partisipan dua berusaha untuk menerima takdir dan pasrah menjalaninya. Hingga saat ini keduanya bertahan untuk tetap menjalankan peran mereka sebagai perawat tunggal dan pencari nafkah karena mereka menganggapnya sebagai wujud balas budi kepada orang tua.

Dari 6 aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Crumbaugh & Maholick, 5 aspek muncul pada partisipan pertama. Sedangkan pada partisipan kedua hanya muncul 4 aspek saja. Belum munculnya aspek yang lain disebabkan oleh kondisi kesehatan penderita skizofrenia yang mereka rawat. Dengan persepsi beban yang berat, proses mencapai makna hidup yang seutuhnya bukanlah suatu hal yang mudah bagi laki-laki *family caregiver* tunggal. Berdasarkan analisis, kedua partisipan berada pada tahapan dalam mencapai kebermaknaan hidup yang berbeda. Partisipan pertama telah berada pada tahapan realisasi makna hidup, dimana ia telah melakukan kegiatan-kegiatan yang mengarah pada tujuan hidupnya. Sedangkan partisipan kedua masih berada tahap penemuan makna hidup. Belum ada aksi yang mengarah pada pencapaian tujuan hidup.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas insani, nilai-nilai, dan encounter adalah faktor-faktor yang berpengaruh secara signifikan terhadap kebermaknaan hidup individu. Perpaduan antara faktor-faktor tersebut juga dapat berpengaruh terhadap kebermaknaan hidup bagi individu. Pemahaman terkait faktor-faktor tersebut akan menambah pengetahuan terkait bagaimana cara untuk meningkatkan kebermaknaan hidup.

## Saran

Penelitian ini menggunakan dua orang partisipan penelitian. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan partisipan dalam jumlah yang lebih banyak, dimana seluruh partisipan memiliki karakteristik yang tidak jauh berbeda. Bagi *family caregiver*, menjadi seorang *family caregiver* memang tidak mudah, tetapi alangkah baiknya apabila *family caregiver* dapat menerima dengan ikhlas segala sesuatu yang telah menjadi takdirnya, memiliki mindset yang lebih positif, mengembangkan pikiran-pikiran yang bersifat spiritual, dan meyakini bahwa dibalik segala sesuatu ada hikmah yang dapat diambil. Sebagai seorang *family caregiver* harus melaksanakan tugasnya dengan penuh tanggung jawab. Semakin baik *family caregiver* merawat, membimbing, dan mengusahakan pengobatan anggota keluarganya yang menderita skizofrenia maka kondisi kesehatan orang tersebut juga semakin stabil. Hal tersebut akan membuat *family caregiver* lebih positif dalam memaknai hidupnya. Saran untuk masyarakat, dengan berkembangnya teknologi informasi diharapkan masyarakat memiliki pengetahuan terkait kesehatan mental, sehingga dapat menerima dan memperlakukan penderita gangguan mental dengan tepat. Karena sikap masyarakat terhadap penderita gangguan mental dapat mempengaruhi proses pemulihan penderita dan mempengaruhi *family caregiver* dalam memaknai hidupnya. Dukungan dari masyarakat dapat membantu proses pemulihan penderita gangguan mental, sehingga pada gilirannya akan mengurangi beban perawatan bagi *family caregiver*.

## Daftar Pustaka

- Amalia, A., & Rahmatika, R. (2020). Peran Dukungan Sosial Bagi Ksesejahteraan Psikologis Family Caregiver Orang Dengan Skizofrenia (ODS) Rawat Jalan. *Jur. Ilm. Kel. & Kons.*, 13(3), 228–238. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2020.13.3.228>
- Astuti, A., & Budiyan, K. (2010). Hubungan Antara Dukungan Sosial Yang Diterima Dengan Kebermaknaan Hidup Pada ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS). 8(2010), 71–75.
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Paramadina.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Raja Grafindo Persada.
- Chadda, R. K. (2014). Caring For The Family Caregivers of Persons With Mental Illness. *Indian Journal of Psychiatry*, 56(3), 221–227. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.140616>
- Chan, S. W. (2011). Global Perspective of Burden of Family Caregivers for Persons With Schizophrenia. *Archives of Psychiatric Nursing*, 25(5), 339–349. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2011.03.008>
- Darsana, I. W., & Suariyani, N. L. P. (2020). Trend Karakteristik Demografi Pasien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali (2013-2018). *Archive of Community Health*, 7(1), 41. <https://doi.org/10.24843/ach.2020.v07.i01.p05>
- Dewi, A. A. S. S., & Tobing, D. H. (2014). Kebermaknaan Hidup Pada Anak Pidana di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 322–334.
- Eifert, E. K., Adams, R., Dudley, W., & Perko, M. (2015). Family Caregiver Identity : A Literature Review. *American Journal of Health Education*, 46(6), 357–367. <https://doi.org/10.1080/19325037.2015.1099482>

- Frankl, E. V. (2003). *Logoterapi Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Kreasi Wacana.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Salemba Humanika.
- King, L. A. (2017). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Salemba Humanika.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–151. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Nurani, V. M., & Mariyanti, S. (2013). Gambaran Makna Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 1–13.
- P, A. A., & Halawa, A. (2015). Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian (Loneliness) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tegar Kemlaten VII Surabaya Kemlaten VII Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 4(2).
- Shamsaei, F., Cheraghi, F., & Bashirian, S. (2015). Burden on Family Caregivers Caring for Patients with Schizophrenia. *Iran J Psychiatry*, 10(4), 239–245.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). Handbook of Positive Psychology. In *Choice Reviews Online*. Oxford University Press.
- Yudhantara, D. S., & Istiqomah, R. (2018). *Sinopsis Skizofrenia Untuk Mahasiswa Kedokteran*. UB Press.