

**KEARIFAN DALAM KESEPIAN HIDUP PARA JANDA LANSIA  
DI DESA KALISAPU KECAMATAN SLAWI**



**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos.)

Oleh:

**AHMAD FIKRI MAULANA**  
**NIM. 1817101007**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Ahmad Fikri Maulana  
NIM : 1817101007  
Jenjang : S1  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat  
Fakultas : Dakwah

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi berjudul **“Kearifan Dalam Kesenian Hidup Para Janda Lansia Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi ”** ini sebagai hasil penelitian saya sendiri. Hal-hal yang bukan merupakan hasil karya saya telah diberi tanda sitasi dan tercantum dalam daftar pustaka.

Adapun jika di kemudian hari pernyataan saya terbukti tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik yang diberikan, yaitu pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh.

Purwokerto, 2 Oktober 2024

Yang menyatakan,



Ahmad Fikri Maulana

NIM. 1817101007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

KEARIFAN DALAM KESEPIAN HIDUP PARA JANDA LANSIA DI DESA KALISAPU KECAMATAN SLAWI

Yang disusun oleh **Ahmad Fikri Maulana** NIM. 1817101007 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam/ Jurusan Manajemen dan Komunikasi Islam\*** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari **Kamis** tanggal **17 Oktober 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial dalam (Bimbingan dan Konseling/Ilmu Komunikasi/Manajemen Dakwah/Pengembangan Masyarakat)\*** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

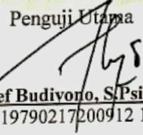
Ketua Sidang/Pembimbing

  
**Kholil Lur Rochman, S.Ag, M.S.I**  
NIP. 1979100520190111013

Sekretaris Sidang/Penguji II

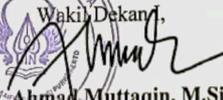
  
**Alfi Nur'aini, M.Ag.**  
NIP. 19930730 201908 2001

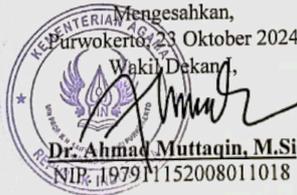
Penguji Utama

  
**Dr. Alief Budivono, S.Psi, M.Pd.**  
NIP. 19790217200912 1 003

Mengesahkan,  
Purwokerto, 23 Oktober 2024

Wakil Dekan,

  
**Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si**  
NIP. 197911152008011018



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari:

Nama : Ahmad Fikri Maulana

NIM : 1817101007

Jenjang : S-1

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

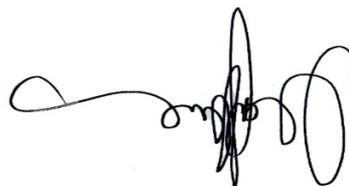
Judul : **Kearifan Dalam Kesepian Hidup Para Janda Lansia Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri untuk dimunaqosyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas, perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Purwokerto, 23 Oktober 2024

Pembimbing



Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag M.S.I  
NIP. 197910052009011013



## **MOTTO**

*Bukanlah hidup kalau sekadar untuk mencari makan, bukankah sambil bekerja seseorang bisa merenungkan suatu hal, bisa berzikir dengan ucapan yang sesuai dengan tahap penghayatan atau kebutuhan hidupnya, bisa mengamati macam-macam manusia, bisa belajar kepada sebegitu banyak peristiwa. Bisa menemukan hikmah-hikmah, pelajaran dan kearifan yang membuat hidupnya semakin maju dan baik (Emha Ainun Najib)*

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirobbil'alamiin*, puji syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat serta karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua tercinta, yaitu Bapak dan Ibu yang selalu mendo'akan dan memberi *support* baik secara batin maupun materi hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan dan lindungan-Nya kepada Bapak dan Ibu.
2. Saudara. Terima kasih atas segala dukungan dan motivasi yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sarjananya. Semoga Allah senantiasa memberikan kebaikan serta kemudahan dalam segala urusan.
3. Diri sendiri, Ahmad Fikri Maulana yang senantiasa bersabar dalam berjuang menyelesaikan skripsi ini. Semoga ilmu yang didapatkan dapat bermanfaat baik di dunia maupun di akhirat.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa dipanjatkan kepada Allah SWT, atas berkat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntut umatnya dari zaman jahiliyah menuju jalan yang terang benderang ini. Semoga kita senantiasa mengikuti ajarannya dan kelak mendapatkan syafa'at di *yaumul akhir*.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Adanya kesalahan dan kekurangan dalam skripsi ini merupakan khilaf dari diri penulis yang masih perlu terus belajar. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr..H. Ridwan, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah.
3. Dr. Ahmad Muttaqien, M.Ag., Wakil Dekan I Fakultas Dakwah.
4. Dr. Alief Budiyo, M.Pd., Wakil Dekan II Fakultas Dakwah.
5. Dr. Nawawi, M.Hum Wakil Dekan III Fakultas Dakwah.
6. Nur Azizah, M.Si Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat. Terima kasih atas arahan, bimbingan serta motivasi yang Ibu berikan kepada penulis selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
7. Lutfi Faishol, M.Pd, Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Terima kasih atas dukungan serta bantuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi beserta ujian lainnya.
8. Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag., M.S.I., selaku dosen pembimbing. Terima kasih atas waktu dan bimbingan yang diberikan bapak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan cepat. Terima kasih juga atas kebaikan, dukungan, arahan dan motivasi yang telah di berikan kepada penulis.

9. Segenap dosen dan tenaga kependidikan Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
10. Segenap dosen mata kuliah yang telah mengajarkan dan memberi inspirasi selama penulis menuntut ilmu di Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, serta segenap staff Fakultas Dakwah yang telah membantu dalam urusan administratif.
11. Kedua orang tua tercinta,. Beserta seluruh keluarga besar yang telah mendo'akan, memberi dukungan, bantuan serta motivasi dalam penyelesaian studi ini.
12. Teman-teman penulis, Terima kasih telah berbagi pengalaman-pengalaman yang meningspirasi serta menjadi *partner* yang dapat diandalkan dalam berbagai situasi.
13. Keempat informan penelitian, terima kasih atas kesediaannya untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.
14. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri, Ahmad Fikri Maulana. Terima kasih telah mampu bertahan dan terus berjuang sejauh ini untuk dapat menyelesaikan studi dan penelitian sehingga tersusunlah skripsi ini.

Semoga amal mulia dan segala bantuan yang diberikan bernilai ibadah serta mendapat imbalan lebih dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, maka dari itu diharapkan adanya kritik dan saran. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua dan mampu menambah wawasan bagi ilmu pengetahuan.

Purwokerto, 2 Oktober 2024

Penulis



Ahmad Fikri Maulana  
NIM. 1817101007

## **Kearifan Dalam Kesenangan Hidup Para Janda Lansia Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi**

Ahmad Fikri Maulana

NIM. 1817101007

E-mail: [ahmadfikri31101999@gmail.com](mailto:ahmadfikri31101999@gmail.com)

Bimbingan dan Konseling Islam

Universitas Islam Negeri Profesor Kyai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

### **ABSTRAK**

Penelitian ini mengkaji fenomena kearifan yang ditunjukkan oleh para janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup, dengan fokus pada komunitas di Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi nilai-nilai kearifan yang dimiliki janda lansia, mengidentifikasi strategi yang mereka gunakan dalam menghadapi kesepian dengan kearifan, serta menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan kearifan tersebut dalam mengatasi kesepian hidup.

Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, penelitian ini melibatkan wawancara mendalam dengan 4 orang janda lansia berusia di atas 60 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai kearifan yang dimiliki janda lansia meliputi *nrima ing pandhum*, *tawakkal* (berserah diri), *Ngudhari* (Interospeksi diri). Strategi kearifan yang digunakan mencakup keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial dan keagamaan, pengembangan hobi kreatif, serta pemanfaatan pengalaman hidup untuk membimbing generasi muda. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan kearifan ini meliputi latarbelakang adat istiadat Jawa yang lekat dan dukungan keluarga serta lingkungan sekitar.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa kearifan memainkan peran krusial dalam membantu janda lansia mengatasi kesepian, meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, serta mempertahankan peran aktif dalam keluarga dan masyarakat. Temuan ini berimplikasi pada pengembangan program intervensi berbasis kearifan untuk mendukung kesejahteraan janda lansia, serta penyusunan kebijakan yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikososial lansia di tingkat komunitas.

**Kata kunci:** Kearifan, janda lansia, kesepian hidup

***Wisdom in the Lonely Lives of Elderly Widows in Kalisapu Village, Slawi District***

Ahmad Fikri Maulana

NIM. 1817101007

E-mail: [ahmadfikri31101999@gmail.com](mailto:ahmadfikri31101999@gmail.com)

Study Program

State Islamic University Professor Kyai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

**ABSTRACT**

*This research examines the phenomenon of wisdom shown by elderly widows in facing the loneliness of life, with a focus on the community in Kalisapu Village, Slawi District. This research aims to explore the values of wisdom possessed by elderly widows, identify the strategies they use to face loneliness with wisdom, and analyze the factors that influence the application of this wisdom in overcoming loneliness in life.*

*Using a qualitative approach with a case study method, this research involved in-depth interviews with 4 elderly widows aged over 60 years. The research results show that the wisdom values possessed by elderly widows include pnarima ing pandhum, tawakkal (surrender), Ngudhari (self-introspection). The wisdom strategies used include active involvement in social and religious activities, developing creative hobbies, and using life experiences to guide the younger generation. Factors that influence the application of this wisdom include the close background of Javanese customs and the support of family and the surrounding environment.*

*This research reveals that wisdom plays a crucial role in helping elderly widows overcome loneliness, improve their psychological well-being, and maintain an active role in the family and society. These findings have implications for the development of wisdom-based intervention programs to support the welfare of elderly widows, as well as the formulation of policies that are more responsive to the psychosocial needs of elderly people at the community level*

**Keywords:** *wisdom, elderly widow, lonely life*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN</b>	
<b>JUDUL.....</b>	<b>0</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	7
C. Rumusan Masalah .....	8
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	9
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Sistematika Penulisan .....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>15</b>
A. Kearifan.....	15
B. Kesepian.....	16
C. Janda Lansia.....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
C. Subyek dan Obyek Penelitian .....	34
D. Sumber Data.....	35
E. Teknik Pengumpulan Data.....	36
F. Teknik Analisis Data.....	38

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	40
B. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	43
C. Temuan Lapangan.....	51
D. Pembahasan.....	72
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>74</b>
A. Kesimpulan .....	74
B. Saran.....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

## **DAFTAR TABEL**

- Tabel 1 : Pedoman Wawancara
- Tabel 2 : Hasil Wawancara Subjek Penelitian

## **DAFTAR GAMBAR**

- Gambar 1 : Dokumentasi Wawancara Subjek Penelitian
- Gambar 2 : Dokumentasi Wawancara Subjek Penelitian
- Gambar 3 : Dokumentasi Wawancara Subjek Penelitian
- Gambar 4 : Dokumentasi Wawancara Subjek Penelitian

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Populasi lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada tahun 2020, jumlah penduduk lansia di Indonesia mencapai 16,5 juta jiwa atau sekitar 6,7 persen dari total populasi. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup masyarakat Indonesia. Di antara populasi lansia tersebut, terdapat kelompok yang rentan menghadapi permasalahan sosial dan psikologis, yaitu para janda lansia.<sup>1</sup>

Janda lansia merupakan perempuan yang telah memasuki usia lanjut (usia 60 tahun ke atas) dan mengalami kematian suami. Kondisi menjanda pada usia lanjut dapat menimbulkan permasalahan sosial dan ekonomi bagi para janda lansia. Sebagian besar janda lansia tidak memiliki pekerjaan tetap dan harus mengandalkan bantuan dari anak atau sanak saudara. Hal ini menjadikan mereka rentan mengalami kesulitan finansial dan ketergantungan pada orang lain. Para janda lansia juga seringkali menghadapi permasalahan terkait perubahan peran dan status sosial dalam masyarakat. Bagi masyarakat yang masih memegang kuat nilai-nilai patriarki, seorang janda lansia dapat dipandang rendah dan kurang dihargai karena dianggap tidak memiliki pelindung atau pemberi nafkah dalam keluarga. Selain itu, janda lansia juga dihadapkan pada permasalahan lain yaitu kehilangan pasangan hidup pada usia lanjut dapat memberikan dampak psikologis yang signifikan, seperti depresi dan kesepian.<sup>2</sup>

Kesepian merupakan kondisi psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kehilangan orang terdekat, perpisahan, atau kurangnya dukungan sosial. Bagi para lansia, terutama janda lansia, kesepian dapat menjadi masalah yang sangat serius karena mereka harus menghadapi

---

<sup>1</sup>Adhitama, P. Y. (2016). Makna Hidup pada Janda Lansia. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 326-337.

<sup>2</sup>Khotimah, H. (2017). Kearifan Lokal Masyarakat Adat Sunda dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 5(1), 58-72.

perubahan besar dalam kehidupan setelah ditinggal pasangan. Kesepian merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami oleh para lansia, terutama bagi mereka yang hidup sendiri tanpa pasangan atau keluarga terdekat.<sup>3</sup>

Kesepian dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik para lansia. seperti depresi, kecemasan, penurunan kualitas hidup, dan bahkan risiko kematian yang lebih tinggi. Kondisi ini semakin diperparah dengan adanya perubahan peran dan tanggung jawab dalam keluarga setelah ditinggal suami. Para janda lansia harus menghadapi banyak tekanan dan beban hidup yang sebelumnya mungkin tidak mereka alami. Rasa tidak berdaya dan putus asa seringkali menghantui pikiran mereka, membuat mereka merasa bahwa hidup tidak lagi memiliki makna. Dengan demikian, permasalahan kesepian pada lansia menjadi isu penting yang perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak. Permasalahan ini merupakan hal yang serius namun meskipun menghadapi tantangan tersebut, banyak janda lansia yang mampu menunjukkan kearifan dalam menghadapi kesepian.<sup>4</sup>

Kearifan merupakan salah satu kualitas hidup yang paling berharga dan diidam-idamkan oleh setiap individu. Kearifan dapat diartikan sebagai kebijaksanaan, kepandaian, atau pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman hidup yang panjang dan mendalam. Kearifan tidak hanya menyangkut aspek intelektual semata, tetapi juga melibatkan kematangan emosional, spiritual, dan moral seseorang. Pada dasarnya, kearifan terbentuk melalui proses panjang yang melibatkan refleksi diri, pembelajaran, dan pengalaman hidup yang bermakna. Orang yang arif tidak hanya memiliki pengetahuan yang luas, tetapi juga mampu melihat segala sesuatu dari perspektif yang lebih luas, memahami kompleksitas kehidupan, dan menemukan makna di balik setiap peristiwa yang terjadi. Mereka mampu mengambil keputusan yang bijak, bertindak dengan penuh pertimbangan, dan memberikan nasihat yang bermanfaat bagi orang lain.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup>Kusumawati, E. (2022). Peran Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Desa Adat Bali. Tesis. Denpasar: Universitas Udayana.

<sup>4</sup>Mulyani, S. (2020). Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 123-135.

Karakteristik utama dari kearifan adalah kemampuan untuk menerima keberagaman dan ketidaksempurnaan dalam kehidupan. Orang yang arif tidak terjebak dalam pandangan yang sempit atau terpaku pada satu sudut pandang saja. Mereka mampu melihat setiap situasi dari berbagai sisi, menghargai perbedaan, dan menyadari bahwa tidak ada satu jawaban yang selalu benar untuk setiap permasalahan. Dengan demikian, mereka mampu memberikan solusi yang lebih bijak dan adil dalam menghadapi persoalan hidup. Selain itu, kearifan juga mencakup kemampuan untuk mengendalikan emosi dan nafsu diri. Orang yang arif tidak mudah terpancing oleh amarah, iri hati, atau keinginan yang berlebihan. Mereka mampu mengendalikan diri, berpikir jernih, dan bertindak dengan penuh pertimbangan. Kearifan membuat seseorang lebih tenang, sabar, dan memiliki hati yang lapang dalam menghadapi tantangan hidup.<sup>5</sup>

Pada hakikatnya kearifan dapat dimiliki oleh siapa saja, asalkan ada kemauan untuk terus belajar, merefleksikan pengalaman hidup, dan terbuka pada perspektif baru. Namun demikian, terdapat pandangan yang umum di dalam masyarakat bahwasanya semakin bertambahnya usia, maka kematangan dalam dirinya sudah semakin baik sehingga hal ini menarik untuk dilihat dalam diri para janda lansia dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Apakah para janda lansia memiliki cara pandang dan strategi tersendiri untuk mengatasi rasa kesepian dan tetap merasa bermakna dalam menjalani hidup. Kearifan ini muncul dari pengalaman hidup yang panjang, nilai-nilai budaya, serta kepercayaan yang mereka anut. Sehingga untuk mengetahui kearifan para janda lansia, maka peneliti perlu mengkaji di suatu wilayah dimana terdapat para janda lansia yang memiliki keteguhan, semangat, tanggungjawab dan sikap yang baik dalam menghadapi kesepian.<sup>6</sup>

Salah satu wilayah yang menarik untuk dikaji adalah Desa Kalisapu Kecamatan Slawi. Merupakan salah satu kota kecil di Jawa Tengah yang masih kental dengan nilai-nilai budaya dan adat istiadat masyarakat Jawa.

---

<sup>5</sup>Wijayanti, R., & Nurwianti, F. (2010). Kearifan Lingkungan Hidup Masyarakat Adat Desa Kanekes dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 6(2), 147-163.

<sup>6</sup>Wulandari, A. (2021). Strategi Lansia dalam Mengatasi Kesepian: Studi Kasus di Kabupaten Tegal. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang.

Sebagian besar penduduknya bekerja sebagai petani atau pedagang, dan memiliki kehidupan yang sederhana. Dalam masyarakat yang demikian, para janda lansia memiliki peran dan pengalaman hidup yang unik. Penelitian ini penting dilakukan untuk menggali lebih dalam tentang kearifan yang dimiliki oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian.<sup>7</sup>

Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi terdapat 4 orang Janda lansia yang permasalahan hidupnya menarik untuk dikaji ke dalam penelitian. Keempat janda lansia tersebut yaitu ibu Wasriah 65 tahun, ibu Rame 65 tahun, ibu Maskiyah 62 tahun dan ibu Suharti 64 tahun. Sesuai dengan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti dapat diakui bahwa keempat janda di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi memiliki permasalahan yang beragam sehingga dapat menjadi subjek penelitian.<sup>8</sup>

Subjek penelitian pertama yaitu Ibu wasriah, beliau merupakan janda lansia yang telah berumur 65 tahun, memiliki dua anak laki-laki berusia 30 tahunan belum menikah dan perempuan 27 tahun yang sudah menikah. Beliau menjanda sudah sekitar 28 tahun, saat itu anaknya masih berusia muda. Meskipun demikian, beliau menjadi orang tua tunggal yang bekerja keras untuk menghidupi ketiga anaknya hingga saat ini ketiga anaknya sudah bekerja dan sekarang beliau hidup dirumah dengan kedua anak laki-lakinya.<sup>9</sup>

Subjek penelitian kedua yaitu Ibu Rame, telah menjanda kurang lebih selama 32 tahun. Dahulu bekerja di pabrik teh swasta dan saat ini telah pensiun karena berusia 65 tahun dan saat ini memilih hidup dirumah sambil berdagang jajanan keliling. Beliau hidup dengan 1 anak dan cucunya. Walaupun hidup dalam banyak kesulitan setelah ditinggal oleh suami namun permasalahan tersebut tidak membuat ingin untuk menikah kembali, dan saat ini menurutnya lebih bahagia bekerja sendiri dan tidak merepotkan orang lain termasuk untuk membiayai keperluan cucunya.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Sabtu, tanggal 8 Juni 2024

<sup>8</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Minggu tanggal 9 Juni 2024

<sup>9</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Sabtu, tanggal 8 Juni 2024

<sup>10</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Minggu tanggal 9 Juni 2024

Subjek penelitian ketiga, yaitu ibu Maskiyah yang mana memiliki dua orang anak yang masing-masing telah berkeluarga. Saat ini ibu Maskiyah hidup dengan anak kedua dan cucu dirumah, diumurnya yang sudah memasuki 62 tahun ibu Maskiyah telah menjanda kurang lebih 29 tahun. Pada mulanya juga bekerja sebagai karyawan pabrik teh, namun saat ini beliau bekerja seadanya terkadang ikut membantu mencuci pakaian, membersihkan rumah milik tetangga sekitar dan lainnya. Alasan tidak menikah lagi karena lebih memilih untuk hidup membesarkan kedua anaknya yang masih kecil.<sup>11</sup>

Subjek penelitian terakhir ibu Suharti. Ibu suharti memiliki 9 orang anak , beliau menjanda sudah 20 tahun lebih , suami beliau dulunya bekerja sebagai petani . diumur beliau yang sudah 64 tahun beliau menghabiskan waktunya untuk berjualan sarapan dirumahnya. Dari 9 orang anak 8 diantaranya sudah menikah. Dengan fisik beliau yang sudah menua, beliau berjualan di bantu dengan ketiga anaknya dirumah. Beliau kini fokus membesarkan dan menyenangkan cucu-cucunya.<sup>12</sup>

Penelitian yang secara khusus membahas tentang kearifan dalam menghadapi kesepian para janda lansia di Desa kalisapu Kecamatan Slawi masih belum banyak dilakukan. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman hidup para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian, mengidentifikasi nilai-nilai kearifan yang mereka miliki, serta menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan tersebut. Penelitian ini penting dilakukan untuk menggali lebih dalam tentang kearifan yang dimiliki oleh para janda lansia dalam menghadapi permasalahan hidup mereka. Dengan memahami pengalaman, nilai-nilai, dan faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan para janda lansia, dapat mempelajari strategi dan cara pandang yang dapat membantu mereka menjalani kehidupan dengan lebih baik.

Kesepian pada janda lansia umumnya merujuk pada perasaan terisolasi secara sosial dan emosional setelah kehilangan pasangan hidup. Hal

---

<sup>11</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Minggu tanggal 9 Juni 2024

<sup>12</sup> Hasil Observasi Pendahuluan Hari Minggu tanggal 9 Juni 2024

ini dapat diperparah oleh faktor-faktor seperti berkurangnya interaksi sosial, penurunan kesehatan, dan perubahan peran dalam keluarga atau masyarakat. Beberapa aspek kesepian yang dirasakan oleh Janda lansia dapat mencakup kesepian karena kehilangan hubungan intim dan kedekatan yang sebelumnya dimiliki dengan pasangan, kesepian karena berkurangnya jaringan sosial dan aktivitas yang biasanya dilakukan bersama pasangan, kesepian yang disebabkan oleh perasaan kehilangan makna atau tujuan hidup setelah kematian pasangan.<sup>13</sup>

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pentingnya menghargai dan mempelajari kearifan hidup para lansia, serta menjadi bahan pertimbangan bagi pemerintah dan lembaga terkait dalam merumuskan kebijakan dan program untuk meningkatkan kesejahteraan para lansia, khususnya janda lansia. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan, serta memberikan inspirasi bagi masyarakat untuk terus melestarikan nilai-nilai kearifan yang dimiliki oleh para lansia. Dengan demikian, kearifan hidup yang telah dimiliki oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dapat terus dilestarikan dan diturunkan kepada generasi berikutnya.

Berdasarkan uraian latarbelakang penelitian ini, maka peneliti memiliki ketertarikan guna membahas dan menggali lebih lanjut tentang **”Kearifan dalam Kesepian hidup para Janda Lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.**

## **B. Penegasan Istilah**

Adanya penegasan istilah yang menjadi pokok bahasan dalam penelitian ini, untuk menghindari kesalahan dan kekeliruan dalam memahami maksud istilah, maka perlu diberikan penjelasan dari istilah-istilah yang digunakan. Adapun penegasan istilah tersebut adalah:

### **1. Kearifan**

Kebijaksanaan, kepandaian, atau pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman hidup. Kearifan merupakan salah satu kualitas hidup yang

---

<sup>13</sup> Kusumowardani, A., & Puspitosari, A. (2014). Hubungan antara Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Margorejo, Kecamatan Tempel, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 2(3), 128-134.,

paling berharga dan diidam-idamkan oleh setiap individu. Kearifan dapat diartikan sebagai kebijaksanaan, kepandaian, atau pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman hidup yang panjang dan mendalam. Kearifan tidak hanya menyangkut aspek intelektual semata, tetapi juga melibatkan kematangan emosional, spiritual, dan moral seseorang.<sup>14</sup>

Kearifan yang dimaksud dalam penelitian ini merujuk pada kebijaksanaan atau kemampuan para janda lansia dalam menghadapi dan memaknai kesepian mereka yang mencakup kemampuan untuk menerima kondisi hidup sebagai janda lansia, menemukan makna dan tujuan hidup meski dalam kondisi kesepian, dan cara membangun serta mempertahankan hubungan sosial meski terbatas.

## 2. Kesepian

Perasaan terisolasi, terlupakan, atau tidak memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain. Kesepian merupakan kondisi psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kehilangan orang terdekat, perpisahan, atau kurangnya dukungan sosial. Bagi para lansia, terutama janda lansia, kesepian dapat menjadi masalah yang sangat serius karena mereka harus menghadapi perubahan besar dalam kehidupan setelah ditinggal pasangan. Kesepian merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami oleh para lansia, terutama bagi mereka yang hidup sendiri tanpa pasangan atau keluarga terdekat<sup>15</sup>

Kesepian yang dimaksud dalam penelitian ini merujuk pada perasaan terisolasi secara sosial dan emosional setelah kehilangan pasangan hidup karena sebelumnya memiliki hubungan intim dan kedekatan dengan pasangan, kesepian karena berkurangnya jaringan sosial dan aktivitas yang biasanya dilakukan bersama pasangan, kesepian yang disebabkan perasaan kehilangan tujuan hidup setelah kematian pasangan.

---

<sup>14</sup>Suryani, I. G. A., Suardana, I. B. R., & Suara, I. M. (2018). Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia di Desa Adat Tenganan Pegringsingan, Bali. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4(2), 121-135

<sup>15</sup>Kusumawati, E. (2022). Peran Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Desa Adat Bali. Tesis. Denpasar: Universitas Udayana.

### 3. Janda Lansia

Janda lansia merupakan perempuan yang telah memasuki usia lanjut (usia 60 tahun ke atas) dan mengalami kematian suami. Kondisi menjanda pada usia lanjut dapat menimbulkan permasalahan sosial dan ekonomi bagi para janda lansia. Sebagian besar janda lansia tidak memiliki pekerjaan tetap dan harus mengandalkan bantuan dari anak atau sanak saudara. Hal ini menjadikan mereka rentan mengalami kesulitan finansial dan ketergantungan pada orang lain.<sup>16</sup>

Janda lansia yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu ibu Wasriah, ibu Rame, ibu Maskiyah dan ibu Suharti yang telah menjadi janda karena pasangan meninggal dunia sehingga telah menjanda selama lebih dari 20 tahun karena tidak memiliki keinginan untuk menikah kembali namun sampai saat ini masih giat bekerja atau tidak bergantung pada keluarga.

#### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Bagaimana nilai-nilai kearifan yang dimiliki oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian?
2. Bagaimana strategi yang digunakan oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam mengatasi kesepian dengan kearifan yang mereka miliki?
3. Bagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>16</sup>Khotimah, H. (2017). Kearifan Lokal Masyarakat Adat Sunda dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 5(1), 58-72.

1. Mendeskripsikan nilai-nilai kearifan yang dimiliki oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian
2. Mengidentifikasi strategi yang digunakan oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam mengatasi kesepian dengan kearifan yang mereka miliki.
3. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian "Kearifan dalam Kesepian hidup para Janda Lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi." adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.
  - b. Memperkaya pemahaman tentang pengalaman hidup dan kearifan para lansia, terutama janda lansia.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Janda lansia, penelitian ini dapat memberikan motivasi dan semangat kepada para Janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup dan berbagai tantangan lainnya.
  - b. Bagi masyarakat umum, penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada masyarakat tentang pentingnya menghargai dan mempelajari kearifan hidup para lansia.
  - c. Menjadi bahan pertimbangan bagi pemerintah dan lembaga terkait dalam merumuskan kebijakan dan program untuk meningkatkan kesejahteraan para lansia.

#### **F. Kajian Pustaka**

Berdasarkan penelusuran terhadap penelitian terdahulu, ada beberapa penelitian dalam skripsi maupun dalam jurnal. Selain berfungsi sebagai eksplorasi mendalam terhadap temuan terkait penelitian yang dilakukan, juga dapat dijadikan sebagai acuan untuk melihat cela yang belum pernah diteliti oleh penelitian terdahulu.

*Pertama*, Penelitian oleh Suryani, dkk. (2018) yang berjudul "*Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesenangan Lanjut Usia di Desa Adat Tenganan Pegringsingan, Bali.*" Penelitian ini merupakan sebuah studi kualitatif yang bertujuan untuk mengeksplorasi kearifan lokal masyarakat Desa Adat Tenganan Pegringsingan, Bali dalam mengatasi kesepian pada lansia. Desa Adat Tenganan Pegringsingan adalah sebuah desa adat yang masih memegang teguh tradisi dan kearifan lokal warisan leluhur. Dalam penelitian ini, Suryani dkk. menggunakan pendekatan etnografi dengan melakukan observasi partisipan, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi. Partisipan dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Desa Adat Tenganan Pegringsingan serta tokoh masyarakat dan pemangku adat setempat. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa masyarakat Desa Adat Tenganan Pegringsingan memiliki berbagai kearifan lokal yang digunakan untuk mengatasi kesepian pada lansia, di antaranya:

- 1) Tradisi gotong royong dan kebersamaan dalam kegiatan adat dan keagamaan, seperti upacara adat dan kerja bakti.
- 2) Peran keluarga yang kuat dalam mendampingi dan merawat lansia.
- 3) Adanya sistem kekerabatan dan kekeluargaan yang erat dalam masyarakat adat.
- 4) Pemanfaatan lingkungan alam dan aktivitas di alam seperti bercocok tanam untuk memberikan kegiatan positif bagi lansia.
- 5) Kepercayaan dan ritual adat yang melibatkan lansia sebagai tokoh sentral.

Persamaan dalam penelitian ini adalah mengkaji tentang kearifan dalam mengatasi kesepian pada usia lansia. Perbedaan penelitian tidak spesifik pada janda lansia dan lokasi penelitian di Desa Adat Tenganan Pegringsingan, Bali.

*Kedua*, Penelitian oleh Handayani, dkk. (2020) yang berjudul "*Strategi Koping Janda Lansia dalam Menghadapi Kesenangan di Kota Yogyakarta.*" Penelitian ini merupakan sebuah studi kualitatif yang bertujuan untuk mengeksplorasi strategi koping yang digunakan oleh janda lansia dalam menghadapi kesepian di Kota Yogyakarta. Penelitian ini

dilatarbelakangi oleh tingginya angka janda lansia di Kota Yogyakarta dan masalah kesepian yang sering dialami oleh mereka. Menggunakan pendekatan fenomenologi dengan melakukan wawancara mendalam dan observasi terhadap partisipan. Partisipan dalam penelitian ini adalah janda lansia yang tinggal di Kota Yogyakarta dan mengalami kesepian. Hasil penelitian ini mengungkapkan beberapa strategi koping yang digunakan oleh janda lansia dalam menghadapi kesepian, antara lain: Strategi koping yang berfokus pada emosi, seperti berdoa, berserah diri, dan menerima keadaan dengan ikhlas. Strategi koping yang berfokus pada masalah, seperti mencari kegiatan positif, mengikuti kegiatan sosial, dan berpartisipasi dalam organisasi atau komunitas tertentu. Mencari dukungan sosial dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar. Melakukan aktivitas yang bermakna dan sesuai dengan minat, seperti merawat cucu, berkebun, atau mengikuti kursus. Menjaga kesehatan fisik dengan berolahraga dan menjaga pola makan.

Persamaan penelitian terletak pada objek penelitian yang sama-sama membahas tentang janda lansia dan kesepian. Sedangkan perbedaannya tidak secara spesifik mengkaji kearifan, dan lokasi penelitian di Kota Yogyakarta.berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dilakukan di Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal.

*Ketiga*, Penelitian oleh Utami dan Widiанти (2019) yang berjudul "Kearifan Budaya dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Desa Adat Kampung Naga, Tasikmalaya". Penelitian ini merupakan sebuah studi etnografi yang bertujuan untuk mengeksplorasi kearifan budaya masyarakat Desa Adat Kampung Naga dalam mengatasi kesepian pada lansia. Desa Adat Kampung Naga merupakan salah satu desa adat di Kabupaten Tasikmalaya yang masih kuat memegang tradisi dan budaya warisan leluhur. Dalam penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan melakukan observasi partisipan, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi. Partisipan dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Desa Adat Kampung Naga, serta tokoh adat, pemuka masyarakat, dan pemangku budaya setempat. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa

masyarakat Desa Adat Kampung Naga memiliki berbagai kearifan budaya yang digunakan untuk mengatasi kesepian pada lansia, antara lain: Tradisi gotong royong dan kebersamaan dalam kegiatan adat dan keagamaan, seperti upacara adat, kerja bakti, dan aktivitas pertanian. Peran keluarga yang kuat dalam merawat dan mendampingi lansia, dengan sistem kekerabatan yang erat. Kepercayaan dan ritual adat yang melibatkan lansia sebagai tokoh sentral dan pembawa tradisi. Pemanfaatan lingkungan alam dan aktivitas di alam seperti berkebun, mencari kayu bakar, dan mengolah hasil bumi untuk memberikan kegiatan positif bagi lansia. Adanya tempat berkumpul dan bersosialisasi bagi lansia di balai adat atau rumah adat.

Terdapat persamaan yaitu sama-sama mengkaji tentang kearifan dalam mengatasi kesepian pada lansia. Perbedaannya tidak spesifik pada janda lansia dan lokasi penelitian di Desa Adat Kampung Naga, Tasikmalaya.

*Keempat*, Penelitian oleh Sari dan Nurrahmi (2021) yang berjudul "Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Pekanbaru". Baik, berikut adalah deskripsi dari penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Nurrahmi (2021) dengan judul "Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Pekanbaru":Ini merupakan sebuah studi kualitatif yang bertujuan untuk mengeksplorasi resiliensi janda lansia dalam menghadapi kesepian di Kota Pekanbaru. Resiliensi mengacu pada kemampuan individu untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari situasi sulit atau traumatis dalam hidup. Dalam penelitian ini, menggunakan pendekatan fenomenologi dengan melakukan wawancara mendalam terhadap partisipan. Partisipan dalam penelitian ini adalah janda lansia yang tinggal di Kota Pekanbaru dan mengalami kesepian setelah ditinggal mati oleh pasangan mereka. Hasil penelitian ini mengungkapkan beberapa faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi janda lansia dalam menghadapi kesepian, antara lain:

- 1) Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar.
- 2) Spiritualitas dan keyakinan agama yang kuat.
- 3) Kemampuan untuk memaknai kehidupan secara positif dan menerima keadaan.

- 4) Aktivitas dan hobi yang bermakna, seperti bersosialisasi, mengikuti kegiatan keagamaan, atau melakukan kegiatan produktif.
  - 5) Strategi koping yang adaptif, seperti berpikir positif, mencari dukungan emosional, dan menyelesaikan masalah secara aktif.
- Penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa tantangan yang dihadapi oleh janda lansia dalam menghadapi kesepian, seperti masalah finansial, kesehatan yang memburuk, dan kurangnya dukungan sosial.

Dari deskripsi diatas, terlihat adanya persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu sama-sama membahas tentang janda lansia dan kesepian. Namun tentunya juga ditemukan perbedaannya yaitu tidak secara spesifik mengkaji kearifan, dan lokasi penelitian di Kota Pekanbaru.

## **G. Sistematika Penulisan**

Untuk mempermudah dalam penulisan proposal dan agar lebih sistematis, maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut:

### **BAB I. Pendahuluan.**

Didalam bab inilah diuraikan tentang latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika penulisan.

### **BAB II. Landasan Teori.**

Bab ini akan menjelaskan mengenai landasan teoritis yang meliputi tentang pembahasan kajian pustaka dan kajian teoritik yang berkaitan dengan

### **BAB III. Metode Penelitian.**

Pada bab ini terdiri dari: Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, Subyek dan Obyek Penelitian, Sumber Data Penelitian, Metode Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data.

### **BAB IV. Hasil Penelitian dan Pembahasan.**

Bab ini berisi tentang Penyajian Data dan Pembahasan, rincinya terdiri dari: Gambaran umum lokasi penelitian, deskripsi subjek penelitian, Penyajian Data, Analisis Data, dan Pembahasan.

### **BAB V. Penutup.**

Terdiri dari : Kesimpulan, Saran-saran, dan Penutup. Bagian akhir terdiri atas Daftar Pustaka dan Lampiran-lampiran.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kearifan**

##### **1. Pengertian**

Kearifan merupakan salah satu kualitas hidup yang paling berharga dan diidam-idamkan oleh setiap individu. Kearifan dapat diartikan sebagai kebijaksanaan, kepandaian, atau pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman hidup yang panjang dan mendalam.

Kearifan tidak hanya menyangkut aspek intelektual semata, tetapi juga melibatkan kematangan emosional, spiritual, dan moral seseorang. Pada dasarnya, kearifan terbentuk melalui proses panjang yang melibatkan refleksi diri, pembelajaran, dan pengalaman hidup yang bermakna. Orang yang arif tidak hanya memiliki pengetahuan yang luas, tetapi juga mampu melihat segala sesuatu dari perspektif yang lebih luas, memahami kompleksitas kehidupan, dan menemukan makna di balik setiap peristiwa yang terjadi. Mereka mampu mengambil keputusan yang bijak, bertindak dengan penuh pertimbangan, dan memberikan nasihat yang bermanfaat bagi orang lain.

Pada hakikatnya kearifan dapat dimiliki oleh siapa saja, asalkan ada kemauan untuk terus belajar, merefleksikan pengalaman hidup, dan terbuka pada perspektif baru. Namun demikian, terdapat pandangan yang umum di dalam masyarakat bahwasanya semakin bertambahnya usia, maka kematangan dalam dirinya sudah semakin baik sehingga hal ini menarik untuk dilihat dalam diri para janda lansia dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Apakah para janda lansia memiliki cara pandang dan strategi tersendiri untuk mengatasi rasa kesepian dan tetap merasa bermakna dalam menjalani hidup. Kearifan ini muncul dari pengalaman hidup yang panjang, nilai-nilai budaya, serta kepercayaan yang mereka anut. Sehingga untuk mengetahui kearifan para janda lansia, maka peneliti perlu mengkaji di suatu wilayah dimana terdapat para janda lansia yang memiliki keteguhan, semangat, tanggungjawab dan sikap yang baik dalam menghadapi kesepian.<sup>17</sup>

## 2. Karakteristik

Karakteristik utama dari kearifan adalah kemampuan untuk menerima keberagaman dan ketidaksempurnaan dalam kehidupan. Orang yang arif tidak terjebak dalam pandangan yang sempit atau terpaku pada satu sudut pandang saja. Mereka mampu melihat setiap

---

<sup>17</sup>Nurjanah, S. (2018). Dukungan Sosial dan Kesepian pada Janda Lansia di Kota Cirebon. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 78-86.

situasi dari berbagai sisi, menghargai perbedaan, dan menyadari bahwa tidak ada satu jawaban yang selalu benar untuk setiap permasalahan. Dengan demikian, mereka mampu memberikan solusi yang lebih bijak dan adil dalam menghadapi persoalan hidup.

Selain itu, kearifan juga mencakup kemampuan untuk mengendalikan emosi dan nafsu diri. Orang yang arif tidak mudah terpancing oleh amarah, iri hati, atau keinginan yang berlebihan. Mereka mampu mengendalikan diri, berpikir jernih, dan bertindak dengan penuh pertimbangan. Kearifan membuat seseorang lebih tenang, sabar, dan memiliki hati yang lapang dalam menghadapi tantangan hidup.<sup>18</sup>

## **B. Kesepian**

### **1. Pengertian**

Kesepian merupakan kondisi psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kehilangan orang terdekat, perpisahan, atau kurangnya dukungan sosial. Bagi para lansia, terutama janda lansia, kesepian dapat menjadi masalah yang sangat serius karena mereka harus menghadapi perubahan besar dalam kehidupan setelah ditinggal pasangan. Kesepian merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami oleh para lansia, terutama bagi mereka yang hidup sendiri tanpa pasangan atau keluarga terdekat.<sup>19</sup>

### **2. Dampak**

Kesepian dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik para lansia seperti depresi, kecemasan, penurunan kualitas hidup, dan bahkan risiko kematian yang lebih tinggi. Kondisi ini semakin diperparah dengan adanya perubahan peran dan tanggung jawab dalam keluarga setelah ditinggal suami.

Para janda lansia harus menghadapi banyak tekanan dan beban hidup yang sebelumnya mungkin tidak mereka alami. Rasa tidak

---

<sup>18</sup>Permatasari, I. (2021). Kearifan Budaya Suku Baduy dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. Skripsi. Serang: Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.

<sup>19</sup>Putri, A. D., & Nuqul, F. L. (2019). Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Bangka Belitung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 98-107.

berdaya dan putus asa seringkali menghantui pikiran mereka, membuat mereka merasa bahwa hidup tidak lagi memiliki makna. Dengan demikian, permasalahan kesepian pada lansia menjadi isu penting yang perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak. Permasalahan ini merupakan hal yang serius namun meskipun menghadapi tantangan tersebut, banyak janda lansia yang mampu menunjukkan kearifan dalam menghadapi kesepian.<sup>20</sup>

### C. Janda Lansia

#### 1. Pengertian Janda Lansia

Janda lansia merupakan perempuan yang telah memasuki usia lanjut (usia 60 tahun ke atas) dan mengalami kematian suami. Kondisi menjanda pada usia lanjut dapat menimbulkan permasalahan sosial dan ekonomi bagi para janda lansia. Sebagian besar janda lansia tidak memiliki pekerjaan tetap dan harus mengandalkan bantuan dari anak atau sanak saudara. Hal ini menjadikan mereka rentan mengalami kesulitan finansial dan ketergantungan pada orang lain. Para janda lansia juga seringkali menghadapi permasalahan terkait perubahan peran dan status sosial dalam masyarakat. Bagi masyarakat yang masih memegang kuat nilai-nilai patriarki, seorang janda lansia dapat dipandang rendah dan kurang dihargai karena dianggap tidak memiliki pelindung atau pemberi nafkah dalam keluarga. Selain itu, janda lansia juga dihadapkan pada permasalahan lain yaitu kehilangan pasangan hidup pada usia lanjut dapat memberikan dampak psikologis yang signifikan, seperti depresi dan kesepian.<sup>21</sup>

#### 2. Pengertian Kearifan Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian Hidup

Kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup merupakan suatu konsep yang kompleks dan multidimensi, yang mencakup aspek kognitif, emosional, dan perilaku yang berkembang seiring waktu melalui pengalaman hidup dan pembelajaran. Konsep ini

---

<sup>20</sup>Utami, N. W., & Widiarti, E. (2019). Kearifan Budaya dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Desa Adat Kampung Naga, Tasikmalaya. *Jurnal Studi Kultural*, 4(1), 32-40.

<sup>21</sup>Khotimah, H. (2017). Kearifan Lokal Masyarakat Adat Sunda dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 5(1), 58-72.

merujuk pada kemampuan para janda lansia untuk menggunakan pengetahuan, pengalaman, dan kebijaksanaan yang telah mereka kumpulkan sepanjang hidup untuk mengatasi tantangan kesepian yang dihadapi pada masa lanjut usia, terutama setelah kehilangan pasangan hidup. Ini mengacu pada pemahaman mendalam tentang makna hidup dan kematian. Para janda lansia yang memiliki kearifan ini mampu menerima kenyataan kehilangan pasangan dan memahami bahwa kesepian adalah bagian dari perjalanan hidup manusia. Mereka dapat melihat pengalaman kesepian sebagai kesempatan untuk pertumbuhan pribadi dan refleksi diri.<sup>22</sup>

Kearifan janda lansia melibatkan kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif, terutama dalam menghadapi kesedihan dan kesepian. Mereka mampu mengakui perasaan negatif tanpa tenggelam di dalamnya, dan dapat menemukan cara-cara konstruktif untuk mengekspresikan dan mengelola emosi tersebut. Para janda lansia yang arif memahami pentingnya hubungan sosial dalam mengatasi kesepian. Mereka memiliki kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan yang bermakna, baik dengan keluarga, teman, maupun komunitas. Kearifan ini juga mencakup kemampuan untuk mengenali kapan mereka membutuhkan dukungan sosial dan bagaimana cara mendapatkannya.<sup>23</sup>

Kearifan juga melibatkan kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan peran dan identitas setelah kehilangan pasangan. Janda lansia yang arif dapat menemukan cara-cara baru untuk mendefinisikan diri mereka dan menemukan tujuan hidup baru. Bagi banyak janda lansia, kearifan juga mencakup dimensi spiritual. Ini dapat berupa keyakinan religius atau pemahaman yang lebih luas tentang tempat mereka dalam alam semesta. Spiritualitas ini sering menjadi sumber kekuatan dan makna dalam menghadapi kesepian. Kearifan janda lansia juga melibatkan pengetahuan praktis tentang bagaimana menjalani kehidupan

---

<sup>22</sup>Ekowati, C.R. 2008. Penyesuaian Diri Terhadap Hilangnya Pasangan Hidup Pada Lansia. Yogyakarta. Fakultas Psikologi: Universitas Sanata Dharma

<sup>23</sup>Rahardjo, W. 2007. Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12, 127-137

sehari-hari secara mandiri. Ini mencakup kemampuan untuk mengelola rumah tangga, keuangan, dan kesehatan diri sendiri, yang semuanya berkontribusi pada rasa kemandirian dan harga diri.<sup>24</sup>

### 3. Manifestasi Kearifan dalam Menghadapi Kesepian

Kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup dapat termanifestasi dalam beberapa hal misalnya janda lansia yang arif mampu melihat kesepian dari perspektif yang berbeda. Mereka mungkin melihatnya sebagai kesempatan untuk introspeksi, pengembangan diri, atau bahkan sebagai fase yang diperlukan dalam perjalanan spiritual mereka. Janda lansia yang arif mampu melihat kesepian bukan sebagai kondisi yang harus dihindari, melainkan sebagai kesempatan untuk pertumbuhan pribadi. Mereka dapat memahami bahwa kesepian adalah pengalaman manusiawi yang universal dan tidak selalu berarti negatif.<sup>25</sup>

Kearifan memungkinkan mereka untuk menghargai momen-momen kesendirian sebagai waktu untuk refleksi diri dan penemuan makna hidup. Mereka dapat menggunakan waktu sendiri untuk mengevaluasi hidup, menetapkan tujuan baru, atau menikmati kedamaian. Kearifan mendorong para janda lansia untuk mengeksplorasi atau mengembangkan minat dan hobi baru. Ini bukan hanya mengisi waktu, tetapi juga memberikan rasa tujuan dan pencapaian yang dapat mengimbangi perasaan kesepian. Janda lansia yang bijak mampu mengubah dialog internal mereka dari yang bersifat mengasihani diri menjadi lebih memberdayakan. Mereka dapat mengganti pikiran seperti "Saya sendirian dan tidak ada yang peduli" menjadi "Saya memiliki kesempatan untuk fokus pada diri sendiri dan menemukan kebahagiaan dalam kemandirian."<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Desiningrum, D.R. 2014. Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dan Gender. *Jurnal Psikologi Undip*, 13, 102- 106

<sup>25</sup>Aristawati, E., Ratnawati, R., & Imavike, F. (2016). Studi fenomenologi: Pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal dirumah seorang diri di desa Tunggul Wulung-Pandaan. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 6(1), 18-25.

<sup>26</sup> Fitrianingrum, R. P., & Sadewo, F. X. S. (2013). Kesepian pada orang lanjut usia di pondok sosial. *Jurnal Mahasiswa Teknologi Pendidikan*, 1(3), 1-7.

Janda lansia yang arif sering menemukan makna dalam melestarikan dan membagikan warisan mereka, baik dalam bentuk cerita, tradisi, atau keterampilan kepada generasi yang lebih muda. Janda lansia yang arif sering menjadi mentor bagi anggota keluarga yang lebih muda atau anggota komunitas. Mereka dapat membagikan kebijaksanaan hidup, keterampilan praktis, atau pengetahuan profesional yang telah mereka kumpulkan. Ini memberikan rasa kontinuitas dan relevansi dalam kehidupan mereka. Kearifan mendorong partisipasi aktif dalam komunitas, baik melalui kegiatan keagamaan, sosial, atau sukarela. Ini tidak hanya mengurangi isolasi sosial tetapi juga memberikan rasa berkontribusi dan dihargai.<sup>27</sup>

Janda lansia yang arif sering mengembangkan praktik kesadaran diri, seperti meditasi atau refleksi, yang membantu mereka untuk menerima dan bahkan merangkul momen-momen kesepian sebagai bagian dari pengalaman hidup yang lengkap. Kearifan tercermin dalam kemampuan untuk memelihara hubungan yang mendalam dan bermakna, bahkan jika jumlahnya sedikit. Kualitas hubungan lebih dihargai daripada kuantitas. Banyak dari para Janda Lansia yang memelihara tradisi storytelling, membagikan cerita hidup mereka kepada cucu atau anak-anak di komunitas. Ini bukan hanya cara untuk mengatasi kesepian, tetapi juga untuk memastikan bahwa pengalaman dan pelajaran hidup mereka diteruskan.<sup>28</sup>

Manifestasi kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian mencerminkan kemampuan mereka untuk beradaptasi, tumbuh, dan menemukan makna dalam tahap hidup baru mereka. Melalui reframing kognitif, pengembangan minat, pelestarian warisan, keterlibatan komunitas, praktik kesadaran diri, dan pemeliharaan hubungan yang bermakna, mereka tidak hanya mengatasi kesepian tetapi juga menemukan cara-cara baru untuk berkembang dan berkontribusi pada

---

<sup>27</sup> Kelen, A. P. L., Hallis, F., & Putri, R. M. (2016). Tugas keluarga dalam pemeliharaan kesehatan dengan mekanisme koping lansia. *Jurnal Care*, 4(1), 58-65.

<sup>28</sup> Maryati, H., Bhakti, S. D., & Dwiningtyas, M. (2013). Gambaran fungsi kognitif pada lansia di UPT Werdha Mojopahit Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Metabolisme*, 2(2), 1-6.

kehidupan mereka sendiri dan orang lain di sekitar mereka. Kearifan ini bukan hanya tentang mengatasi tantangan, tetapi juga tentang menemukan peluang untuk pertumbuhan dan pemenuhan diri dalam setiap tahap kehidupan.<sup>29</sup>

4. Nilai-nilai kearifan yang dimiliki oleh para janda lansia dalam menghadapi kesepian

Nilai kearifan merujuk pada kebijaksanaan dan pengalaman hidup yang telah individu kumpulkan selama bertahun-tahun. Kearifan sendiri menjadi hal menarik yang sebenarnya ada pada setiap individu karena kearifan lahir atas pengalaman hidup seseorang selain juga diperoleh dari Pendidikan. Namun, tidak serta merta seluruh manusia dapat memahami dan menerapkan kearifan yang terdapat dalam dirinya. Diperlukan kegigihan dalam menjalani hidup, kesabaran dan kesadaran akan tanggungjawab sebagai individu dan beberapa hal lain yang dapat menumbuhkan kearifan. Maka kemudian, kearifan ini pun dapat terbentuk pada diri janda lansia yang sedang menghadapi permasalahan hidup yang salah satunya berkaitan rasa kesepian.<sup>30</sup>

Janda lansia telah mengalami berbagai peristiwa dan tantangan dalam hidup mereka, yang memberi mereka perspektif unik dan pemahaman mendalam tentang kehidupan. Mereka telah melewati berbagai kesulitan, termasuk kehilangan pasangan hidup yang membuat mereka lebih tangguh dan mampu menghadapi tantangan. Dengan usia dan pengalaman, mereka biasanya cenderung lebih baik dalam mengelola emosi dan merespons situasi dengan lebih bijaksana. Mereka dapat melihat masalah dari sudut pandang yang lebih luas dan memahami bahwa banyak masalah yang tampak besar saat ini mungkin tidak terlalu penting dalam jangka panjang. Dengan gambaran umum mengenai nilai kearifan, maka perlu dikaji lebih mendalam mengenai nilai kearifan pada diri janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.<sup>31</sup>

---

<sup>29</sup> Triwanti, S. P., Ishartono, I., & Gutama, A. S. (2016). Peran panti sosial tresna werdha dalam upaya meningkatkan kesejahteraan lansia. In share , 4(2), 129- 136.

<sup>30</sup> Desiningrum, D.R. 2014. Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dan Gender. Jurnal Psikologi Undip, 13, 102- 106

Beberapa nilai-nilai kearifan yang mungkin dimiliki oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian antara lain:<sup>31</sup>

a. Narima ing pandum (menerima takdir)

Narima ing pandum adalah filosofi hidup yang berasal dari budaya Jawa. Konsep ini dapat diterjemahkan secara kasar sebagai "menerima apa yang telah diberikan" atau "menerima takdir". Menerima keadaan hidup dan nasib dengan lapang dada. Bersyukur atas apa yang dimiliki, tidak iri dengan keberuntungan orang lain. Menjalani hidup dengan ketulusan, tanpa mengeluh berlebihan. Meskipun demikian, narima ing pandum tidak berarti menyerah pada keadaan atau bersikap pasif. Sebaliknya, konsep ini mendorong orang untuk tetap berusaha dan bekerja keras, sambil menerima hasil akhir apapun dengan ketenangan hati.

Kemudian dalam konteks janda lansia, nilai narima ing pandum yang dimaksud sangat lekat dengan penerimaan keadaan dirinya yang harus menjanda selama puluhan tahun. Walaupun terkadang sebuah perpisahan dari pernikahan justru menjadi sesuatu yang terbaik jika pasangan melakukan Kekerasan dalam rumah tangga, tidak memberikan nafkah yang layak, melakukan perselingkuhan dan lainnya. Bagi para janda lansia, hal ini juga menjadi sebuah tantangan apakah dalam pernikahan mereka benar-benar diperlakukan dengan baik dan merasakan kebahagiaan. Sehingga dapat dilihat bagaimana penerimaan atas takdir yang digariskan oleh Tuhan kepadanya.

b. Tawakkal (berserah diri)

Berserah diri merupakan cara dari seorang muslim untuk menyerahkan semua hasil dari usahanya kepada dzat Yang Maha Kuasa. Berserah diri juga berarti seseorang memiliki keyakinan, pikiran positif dan pasrah sepenuhnya kepada Tuhan karena Tuhan pasti memberikan yang terbaik kepada setiap makhluk ciptaan-Nya.

---

<sup>31</sup>Sumarni, S. (2022). Kearifan Lokal Jawa dalam Menghadapi Tantangan Hidup Lansia. *Jurnal Budaya Nusantara*, 6(2), 112-125.

Sikap tawakkal terkadang menjadi salah satu indikator pencapaian dari keimanan seseorang dan pencapaian dalam kematangan berpikir serta mengendalikan ego pribadi. Seorang yang tawakkal juga mampu meredam keinginannya untuk mengatur, mengendalikan, dan menentukan seluruh hasil dari perbuatannya. agar sesuai keinginannya.

Selanjutnya berkaitan dengan janda lansia, nilai tawakkal perlu dilihat dari bagaimana usaha yang sudah dilakukan ketika menjalani kehidupan rumah tangga hingga saat ini dan selama lebih dari 20 tahun ini merasakan kesepian hidup akibat ditinggal suami. Walaupun telah disampaikan bahwa terkadang sebuah perpisahan dari pernikahan justru menjadi sesuatu yang terbaik jika pasangan melakukan Kekerasan dalam rumah tangga, tidak memberikan nafkah yang layak, melakukan perselingkuhan dan lainnya. Bagi para janda lansia, hal ini juga menjadi sesuatu yang menarik apakah kemudian diri mereka mampu menerima dan merelakan semua yang terjadi sebagai pembuktian bahwa diri mereka memercayai adanya takdir Tuhan.<sup>32</sup>

#### c. Ngudhari (introspeksi diri)

Introspeksi diri adalah cara berpikir di mana seseorang mengamati dan merenungkan berbagai aspek diri dan keberadaan diri. Introspeksi diri bermanfaat untuk kesehatan mental dan kesejahteraan diri. Kemampuan untuk mawas diri dan memetik hikmah dari setiap peristiwa yang dialami. Introspeksi diri juga dapat dikatakan sebagai sebuah proses ketika seseorang merenungkan kembali emosi, perasaan, pikiran, dan pengalaman yang ia miliki. Saat melakukan introspeksi diri, akan melihat kembali hal-hal yang pernah dilakukan di masa lalu sekaligus merefleksikan kehidupan saat ini.

---

<sup>32</sup> Aristawati, E., Ratnawati, R., & Imavike, F. (2016). Studi fenomenologi: Pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal dirumah seorang diri di desa Tunggul Wulung-Pandaan. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 6(1), 18-25

Kemudian dalam konteks janda lansia, nilai ngudhari atau introspeksi diri adalah kemampuan mereka dalam memahami keadaan di masa lalu dan bagaimana konteks nya dengan masa kini. Hal ini penting untuk dipahami karena menjadi satu kesatuan dengan nilai lain sehingga memperkuat alasan mengapa janda lansia mampu memiliki kearifan dalam kesepian hidup, hal ini juga menjadi sebuah tantangan apakah dalam perjalanan panjang para janda lansia memang telah mampu menyikapinya dengan baik atau justru mereka melakukannya dengan terpaksa. Sehingga dapat dilihat bagaimana penerimaan atas takdir yang digariskan oleh Tuhan kepadanya.<sup>33</sup>

#### 5. Strategi yang digunakan oleh para Janda lansia dalam Mengatasi Kesepian dengan Kearifan

Beberapa strategi yang mungkin digunakan oleh para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi:<sup>34</sup>

##### a. Mendekatkan diri kepada Tuhan melalui ibadah

Bagi para janda lansia, mendekatkan diri kepada Tuhan melalui ibadah dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengatasi kesepian. Dengan melakukan ritual keagamaan seperti sholat, berdoa, membaca kitab suci, atau menghadiri kegiatan ibadah bersama, mereka dapat merasakan kedekatan dengan Yang Maha Kuasa. Hal ini memberikan perasaan damai, kekuatan batin, dan penghiburan yang dapat mengisi kekosongan akibat kehilangan pasangan. Ibadah juga memberi makna dan tujuan hidup yang lebih dalam, membantu para lansia ini untuk tetap memiliki semangat dan harapan meski hidup sendiri.

Selain itu, kegiatan ibadah seringkali melibatkan interaksi sosial dengan komunitas keagamaan yang dapat mengurangi isolasi sosial. Bergabung dalam kelompok pengajian, majelis taklim, atau kegiatan sosial keagamaan lainnya membuka kesempatan bagi para

---

<sup>33</sup> Khotimah, H. (2017). Kearifan Lokal Masyarakat Adat Sunda dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 5(1), 58-72.

<sup>34</sup>Wulandari, A. (2021). Strategi Lansia dalam Mengatasi Kesepian: Studi Kasus di Kabupaten Tegal. Universitas Negeri Semarang.

janda lansia untuk bertemu dengan orang-orang yang memiliki nilai dan keyakinan serupa. Melalui interaksi ini, mereka dapat berbagi pengalaman, saling mendukung, dan membangun hubungan sosial yang bermakna. Dengan demikian, pendekatan spiritual ini tidak hanya memenuhi kebutuhan rohani, tetapi juga membantu memenuhi kebutuhan sosial dan emosional, menciptakan kearifan dalam menghadapi masa tua dengan kesendirian.

b. Mengembangkan hobi dan kegiatan produktif

Mengembangkan hobi dan kegiatan produktif merupakan cara yang efektif untuk mengatasi kesepian. Dengan melibatkan diri dalam aktivitas yang bermakna, seseorang dapat mengalihkan perhatian dari perasaan terisolasi dan menemukan kebahagiaan dalam pengembangan diri. Hobi seperti membaca, menulis, melukis, berkebun, atau belajar alat musik tidak hanya mengisi waktu luang, tetapi juga merangsang kreativitas dan memberikan rasa pencapaian. Kegiatan produktif seperti mengikuti kursus online, belajar keterampilan baru, atau melakukan pekerjaan sukarela juga dapat memperluas wawasan dan membangun koneksi sosial baru.

Kearifan dalam mengembangkan hobi dan kegiatan produktif terletak pada kemampuan untuk menyeimbangkan waktu yang dihabiskan untuk diri sendiri dengan upaya untuk tetap terhubung dengan orang lain. Meskipun kegiatan soliter dapat memberikan kepuasan pribadi, penting juga untuk mencari cara berbagi minat dan pencapaian dengan orang lain, baik secara langsung maupun melalui komunitas online. Dengan bijaksana memilih aktivitas yang selaras dengan nilai-nilai dan tujuan hidup, seseorang dapat menemukan makna yang lebih dalam dan merasa lebih terhubung dengan dunia di sekitarnya, sehingga mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

c. Berbagi pengalaman dan nasihat kepada anak cucu atau generasi muda di lingkungan sekitar.

Berbagi pengalaman dan nasihat kepada anak cucu atau generasi muda tentang mengatasi kesepian merupakan hal yang sangat berharga. Orang tua dan kakek nenek dapat menceritakan bagaimana mereka menghadapi saat-saat sepi dalam hidup mereka, dan strategi yang mereka gunakan untuk mengatasinya. Mereka bisa menjelaskan pentingnya membangun hubungan yang bermakna, mengembangkan hobi yang menyenangkan, atau mencari kegiatan yang memberi mereka tujuan. Dengan berbagi cerita pribadi, mereka dapat menunjukkan bahwa kesepian adalah pengalaman manusiawi yang umum dan dapat diatasi.

Kearifan dalam mengatasi kesepian juga dapat diajarkan dengan mendorong generasi muda untuk introspeksi dan pengembangan diri. Para tetua dapat menekankan pentingnya menerima diri sendiri, menemukan kedamaian dalam kesendirian, dan menggunakan waktu sendirian untuk refleksi dan pertumbuhan pribadi. Mereka dapat mengajarkan bahwa kesepian bisa menjadi kesempatan untuk lebih mengenal diri sendiri dan mengembangkan kekuatan batin. Dengan membagikan wawasan ini, para orang tua dan kakek nenek dapat membantu anak-anak dan cucu-cucu mereka mengembangkan ketahanan emosional dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi kesepian dengan bijaksana.

- d. Memaknai kesepian sebagai proses alami dalam hidup yang harus dihadapi dengan tabah dan lapang dada.

Kesepian merupakan bagian tak terpisahkan dari perjalanan hidup manusia. Setiap individu, pada titik tertentu, akan mengalami momen-momen sendiri yang dapat menimbulkan perasaan sunyi. Namun, penting untuk memahami bahwa kesepian bukanlah sesuatu yang harus ditakuti atau dihindari. Sebaliknya, ini adalah proses alami yang dapat memberi kita kesempatan untuk introspeksi, mengenal diri lebih dalam, dan tumbuh secara emosional. Dengan menerima kesepian sebagai bagian dari kehidupan, kita dapat menghadapinya dengan lebih tabah dan lapang dada.

Kearifan dalam menghadapi kesepian terletak pada kemampuan kita untuk memaknainya secara positif. Alih-alih melihatnya sebagai kelemahan, kita bisa memanfaatkan momen-momen sepi untuk mengembangkan kreativitas, memperkuat hubungan dengan diri sendiri, atau merenungkan tujuan hidup. Kesepian juga bisa menjadi pendorong untuk membangun koneksi yang lebih bermakna dengan orang lain ketika kesempatan itu tiba. Dengan perspektif ini, kita tidak lagi menjadi korban kesepian, melainkan dapat mengubahnya menjadi katalis untuk pertumbuhan pribadi dan pemahaman yang lebih mendalam tentang kehidupan.

6. Faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan para janda lansia dalam menghadapi kesepian

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kearifan para janda lansia di Slawi dalam menghadapi kesepian, antara lain:<sup>35</sup>

a. Latar belakang budaya dan adat istiadat Jawa yang kental

Latar belakang budaya dan adat istiadat Jawa memiliki peran penting dalam mengatasi kesepian dengan cara yang penuh kearifan. Masyarakat Jawa terkenal dengan filosofi hidup yang menekankan keseimbangan, keharmonisan, dan keterikatan sosial. Dalam budaya Jawa, kesepian sering dipandang sebagai ketidakseimbangan dalam hubungan seseorang dengan lingkungan sekitarnya. Untuk mengatasinya, masyarakat Jawa memiliki berbagai ritual dan kegiatan sosial yang dirancang untuk memperkuat ikatan komunitas, seperti selamatan, gotong royong, dan pertemuan rutin di balai desa. Praktik-praktik ini tidak hanya memberikan kesempatan untuk berinteraksi sosial, tetapi juga menanamkan rasa memiliki dan keterhubungan yang mendalam.

Selain itu, kearifan Jawa dalam mengatasi kesepian juga mendorong individu untuk aktif berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat dan lingkungan, yang secara tidak langsung membantu

---

<sup>35</sup>Kusumawati, R. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kearifan Lokal pada Lansia di Pedesaan. *Jurnal Gerontologi*, 4(1), 25-36.

mengurangi perasaan terisolasi. Budaya Jawa juga menekankan pentingnya introspeksi diri dan meditasi, yang dapat membantu seseorang menemukan kedamaian batin dan mengurangi ketergantungan pada interaksi eksternal untuk mengatasi kesepian. Melalui pendekatan holistik ini, budaya Jawa menawarkan cara yang unik dan bijaksana dalam menghadapi dan mengatasi kesepian, dengan menyeimbangkan kebutuhan individu dan komunitas.

- b. Dukungan sosial dari keluarga, tetangga, dan lingkungan masyarakat sekitar.

Dukungan sosial dari keluarga, tetangga, dan lingkungan masyarakat sekitar memainkan peran penting dalam mengatasi kesepian dengan kearifan. Keluarga sebagai unit terdekat dapat memberikan kasih sayang, perhatian, dan rasa memiliki yang sangat diperlukan untuk melawan perasaan terisolasi. Tetangga dan komunitas lokal juga dapat menawarkan interaksi sosial yang bermakna, bantuan praktis, dan rasa kebersamaan. Dukungan ini menciptakan jaringan yang kuat di mana seseorang merasa dihargai, dipahami, dan terhubung dengan orang lain.

Kearifan dalam konteks ini melibatkan pemahaman bahwa kesepian adalah pengalaman manusia yang umum dan dapat diatasi melalui hubungan yang penuh perhatian. Masyarakat yang bijaksana menyadari pentingnya membangun komunitas yang inklusif, di mana setiap anggota merasa diterima dan dihargai. Dengan menumbuhkan budaya kepedulian dan keterlibatan aktif, dukungan sosial tidak hanya mengurangi kesepian tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental secara keseluruhan. Pendekatan yang bijaksana ini mengakui bahwa mengatasi kesepian bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga upaya kolektif yang membutuhkan empati, pengertian, dan tindakan nyata dari seluruh lapisan masyarakat.

## 7. Implikasi dan Pentingnya Kearifan

Kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup memiliki implikasi penting, tidak hanya bagi individu yang bersangkutan tetapi juga bagi masyarakat luas.<sup>36</sup>

a. Implikasi pada Tingkat Individu

1) Peningkatan Kesejahteraan Psikologis

Kearifan memungkinkan janda lansia untuk menghadapi kesepian dengan cara yang lebih konstruktif. Mereka dapat memaknai pengalaman kesepian sebagai bagian dari perjalanan hidup, bukan sebagai kondisi yang harus dihindari atau ditakuti. Hal ini berkontribusi pada penurunan tingkat depresi dan kecemasan, peningkatan kepuasan hidup, dan pengembangan resiliensi emosional yang lebih kuat.

2) Pemeliharaan Kesehatan Fisik

Kearifan dalam mengelola kesepian juga berimplikasi pada kesehatan fisik. Janda lansia yang mampu mengatasi kesepian dengan bijak cenderung memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat, mengalami penurunan risiko penyakit kardiovaskular, memiliki pola tidur yang lebih baik, dan menunjukkan penurunan dalam penggunaan layanan kesehatan yang tidak perlu.

3) Pengembangan Diri yang Berkelanjutan

Kearifan mendorong janda lansia untuk terus belajar dan berkembang, meskipun menghadapi tantangan kesepian. Ini dapat dilihat dalam eksplorasi minat dan hobi baru, pengembangan keterampilan baru, termasuk keterampilan teknologi dan peningkatan kemampuan introspeksi dan pemahaman diri.

4) Spiritualitas dan Transendensi

Bagi banyak janda lansia, kearifan dalam menghadapi kesepian sering terkait dengan pendalaman spiritualitas. Hal ini dapat menghasilkan perasaan keterhubungan yang lebih besar dengan alam semesta, kemampuan untuk menemukan makna

---

<sup>36</sup> Wulandari, A. (2021). Strategi Lansia dalam Mengatasi Kesepian: Studi Kasus di Kabupaten Tegal. Universitas Negeri Semarang.

dalam penderitaan, dan penerimaan yang lebih besar terhadap kefanaan hidup.

b. Implikasi pada Tingkat Keluarga dan Hubungan Sosial

1) Peningkatan Kualitas Hubungan

Janda lansia yang bijak dalam menghadapi kesepian cenderung memiliki hubungan yang lebih berkualitas dengan keluarga dan teman-teman mereka. Ini terlihat dalam komunikasi yang lebih terbuka dan jujur tentang kebutuhan dan perasaan, kemampuan untuk memberikan dan menerima dukungan emosional, dan pengurangan konflik interpersonal.

2) Transfer Pengetahuan dan Nilai

Kearifan yang dimiliki janda lansia menjadi sumber pengetahuan dan nilai bagi generasi yang lebih muda. Implikasinya meliputi penguatan ikatan antargenerasi, pelestarian tradisi dan nilai-nilai keluarga, dan inspirasi bagi anggota keluarga yang lebih muda dalam menghadapi tantangan hidup.

3) Peran dalam Keluarga

Kearifan memungkinkan janda lansia untuk menemukan peran baru yang bermakna dalam struktur keluarga, seperti menjadi penasihat dan sumber kebijaksanaan, berperan aktif dalam pengasuhan cucu hingga menjadi mediator dalam konflik keluarga.

c. Implikasi pada Tingkat Masyarakat

1) Kontribusi Sosial yang Berkelanjutan

Janda lansia yang bijak dalam menghadapi kesepian seringkali tetap aktif dan berkontribusi pada masyarakat. Ini dapat dilihat melalui keterlibatan dalam kegiatan sukarela dan komunitas, sharing pengalaman dan keterampilan melalui program mentoring, partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan atau spiritual komunitas.

## 2) Pengurangan Stereotip Negatif tentang Penuaan

Kearifan yang ditunjukkan oleh janda lansia membantu mengubah persepsi masyarakat tentang penuaan dan kesepian. Implikasinya meliputi peningkatan penghargaan terhadap kontribusi lansia dalam masyarakat, pengurangan ageisme dan diskriminasi berbasis usia, serta peningkatan kesadaran tentang potensi pertumbuhan dan perkembangan di usia lanjut.

## 3) Pengembangan Modal Sosial

Kearifan janda lansia dalam mengatasi kesepian sering kali melibatkan pembangunan dan pemeliharaan jaringan sosial. Hal ini berkontribusi pada penguatan kohesi sosial dalam komunitas, peningkatan rasa saling percaya dan reciprocity antar anggota masyarakat dan pengembangan sistem dukungan informal yang kuat dalam komunitas.

Kesimpulannya, kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian hidup memiliki implikasi yang luas dan mendalam pada berbagai tingkatan, mulai dari individu hingga masyarakat. Banyak yang menggunakan kearifan mereka untuk memperbaiki atau memperdalam hubungan dengan anggota keluarga, terutama anak-anak dan cucu-cucu. Mereka mungkin mengambil peran aktif dalam kehidupan keluarga, menawarkan dukungan emosional dan praktis. Pentingnya kearifan ini terletak pada potensinya untuk meningkatkan kualitas hidup tidak hanya bagi janda lansia itu sendiri, tetapi juga bagi masyarakat secara keseluruhan. Dengan memahami dan menghargai kearifan ini, kita dapat mengembangkan pendekatan yang lebih holistik dan efektif dalam mendukung penuaan yang sehat dan bermakna, serta menciptakan masyarakat yang lebih inklusif dan berempati terhadap pengalaman hidup para lansia.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan dan jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, menurut Imron Arifin menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat fleksibel, terbuka dan dapat dikondisikan berdasarkan data yang ada dilokasi penelitian. Sedangkan menurut Lexy J. Moloeng, menjelaskan bahwa metode penelitian kualitatif adalah suatu prosedur yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan, orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>37</sup>

Penelitian kualitatif memposisikan seorang peneliti sebagai instrument, oleh karena itu untuk menjadi instrumen maka penulis harus memiliki bekal teori dan wawasan yang yang luas, sehingga mampu bertanya, menganalisis, memotret dan mengkontruksi objek yang diteliti menjadi lebih jelas dan bermakna. Kriteria data dalam penelitian kualitatif adalah data yang pasti, yang dimaksud dengan data yang pasti adalah data yang terjadi sebagaimana adanya, bukan data yang hanya sekedar terlihat, terucap, tetapi data yang mengandung makna dibalik yang terlihat dan terucap tersebut.<sup>38</sup>

Penelitian dilakukan dengan cara yang masuk akal, sehingga terjangkau oleh penalaran manusia serta harus bersifat empiris yang berarti proses yang digunakan dalam penelitian menggunakan langkah-langkah yang bersifat logis dan sistematis.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Untuk Memperoleh data – data yang berkaitan dengan pembahasan pada penulisan ini dan menjawab rumusan masalah yang diangkat, maka Tempat penelitian lapangan ini dilakukan di Desa Kalisapu Kecamatan

---

<sup>37</sup> Moleong, L. J., & Edisi, P. R. R. B. 2004. “Metodelogi penelitian”. *Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya*. Hlm 23

<sup>38</sup>Imami Nur Rachmawati. “Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif : Wawancara,” *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 11 No. 1, Maret 2007, Hlm 37

Slawi. Dengan waktu penelitian dilakukan pada bulan Juli tahun 2024.

### **C. Subyek dan Obyek Penelitian**

#### **1. Subjek Penelitian**

Informan dalam penelitian kualitatif merujuk pada individu atau kelompok yang memberikan informasi berharga dan mendalam mengenai fenomena yang sedang diteliti. Informan ini dipilih berdasarkan pengetahuan, pengalaman, atau keterlibatan mereka yang relevan dengan topik penelitian. Mereka berperan sebagai sumber data utama yang memungkinkan peneliti untuk menggali wawasan subjektif, pandangan, dan pengalaman pribadi yang tidak dapat diperoleh dari data kuantitatif. Pilihan informan biasanya didasarkan pada kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, dan keterlibatan mereka dalam proses pengumpulan data dapat mencakup wawancara, diskusi kelompok, atau observasi. Keberhasilan penelitian kualitatif sering kali bergantung pada kualitas dan keandalan informasi yang diberikan oleh informan tersebut.<sup>39</sup>

Subjek utama dalam penelitian ini adalah Janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dengan kriteria subjek sebagai berikut:

- 1) Telah menjanda selama lebih dari 20 tahun.
- 2) Memiliki pekerjaan dan tidak bekerja.
- 3) Tidak memiliki keinginan untuk menikah kembali.

Berdasarkan kriteria subjek, peneliti menemukan terdapat 4 orang janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi yaitu ibu Wasriah berusia 65 tahun, ibu Rame berusia 65 tahun, ibu Maskiyah 62 tahun dan ibu Suharti berusia 64 tahun.

#### **2. Obyek Penelitian**

Objek penelitian adalah fokus utama dari studi yang menjadi sasaran analisis dan kajian. Dalam penelitian deskriptif kualitatif, objek penelitian mencakup fenomena, individu, atau kelompok yang ingin dipahami secara mendalam. Objek ini bisa berupa peristiwa sosial,

---

<sup>39</sup> Imami Nur Rachmawati. "Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif : Wawancara," *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 11 No. 1, Maret 2007, Hlm 37

perilaku, pengalaman, atau situasi tertentu yang relevan dengan pertanyaan penelitian. Peneliti berupaya untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan objek penelitian dengan cara mengumpulkan data kualitatif yang kaya, seperti wawancara, observasi, atau dokumen, guna mendapatkan wawasan yang mendalam mengenai makna dan konteks objek tersebut. Dengan memahami objek penelitian secara detail, peneliti dapat memberikan gambaran yang lebih jelas dan komprehensif mengenai bagaimana objek tersebut berfungsi dan berinteraksi dalam situasi yang diteliti.<sup>40</sup>

Adapun yang disajikan objek penelitian yaitu tentang kearifan dalam keseian hidup Janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.

#### **D. Sumber Data**

##### **1. Sumber Data Primer**

Sumber data primer adalah informasi yang dikumpulkan langsung dari sumbernya dan belum diproses atau dianalisis sebelumnya.<sup>41</sup> Data ini diperoleh melalui metode observasi serta wawancara pada anggota yayasan dan relawan untuk memperoleh informasi spesifik tentang fenomena atau subjek yang diteliti. Dengan menggunakan sumber data tersebut, Sumber Data Primer dalam penelitian ini berupa wawancara dengan Janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.

##### **2. Sumber Data Sekunder**

Dalam melakukan penelitian, sebagian besar akademisi cenderung menggunakan data sekunder, yakni informasi yang diperoleh dari sumber pihak ketiga atau melalui perantara. Data sekunder bersifat data yang mendukung keperluan data primer.<sup>42</sup> Sumber data ini merujuk pada informasi yang telah dikumpulkan dan

---

<sup>40</sup>Nursapiah, “*Penelitian Kualitatif*”, (Sumatera Utara: Wal Asri Publishing, 2020) hal. 308

<sup>41</sup> Meita Sekar Sari and Muhammad Zefri, “Pengaruh Akuntabilitas, Pengetahuan, Dan Pengalaman Pegawai Negeri Sipil Beserta Kelompok Masyarakat (Pokmas) Terhadap Kualitas Pengelola Dana Kelurahan Di Lingkungan Kecamatan Langkapura,” *Jurnal Ekonomi* 21, no. 3 (2019): 311.

<sup>42</sup> Nuning Pratiwi, “Penggunaan Media Video Call Dalam Teknologi Komunikasi,” *Jurnal Ilmiah DINamika Sosial* 1 (2017): 213–14.

dipublikasikan oleh pihak lain sebelum penelitian dilakukan, yang digunakan kembali oleh peneliti untuk tujuan analisis lebih lanjut. Data ini bisa berupa laporan penelitian, statistik resmi, publikasi akademik, arsip dokumen, atau data dari survei dan studi yang sudah ada. Penggunaan sumber data sekunder memungkinkan peneliti untuk mengakses informasi yang mungkin sulit atau mahal diperoleh secara langsung, dan sering kali digunakan untuk membandingkan hasil, menganalisis tren, atau mengkonfirmasi temuan dari data primer. Meskipun efisien, peneliti perlu memastikan bahwa data sekunder yang digunakan relevan dan dapat diandalkan serta memperhatikan konteks asal data tersebut untuk interpretasi yang akurat.

Sumber Data Sekunder dalam penelitian ini berupa studi literatur seperti skripsi, buku dan jurnal.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Observasi**

Teknik pengumpulan data observasi melibatkan pengamatan langsung terhadap perilaku, interaksi, dan kondisi dalam lingkungan alami tanpa mengganggu atau memanipulasi situasi tersebut. Dalam proses ini, peneliti mencatat secara sistematis apa yang mereka lihat, dengar, dan alami untuk memperoleh informasi yang akurat mengenai fenomena yang diteliti. Observasi dapat bersifat partisipatif, di mana peneliti terlibat langsung dalam kegiatan yang diamati, atau non-partisipatif, di mana peneliti tetap berada di luar kegiatan tersebut. Data yang dikumpulkan dari observasi mencakup catatan lapangan, rekaman audio, atau video, yang kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi pola, tema, atau kategori yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik ini sangat berguna untuk memahami konteks sosial dan perilaku yang sulit diukur melalui metode lain.<sup>43</sup>

Seperti yang disampaikan oleh Nasution, observasi merupakan

---

<sup>43</sup> Imami Nur Rachmawati. "Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif : Wawancara," *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 11 No. 1, Maret 2007, Hlm 37

teks yang didalamnya memuat penjabaran secara umum ataupun melaporkan sesuatu yang merupakan hasil dari objek tersebut.<sup>44</sup> Hanya data atau fakta aktual yang ditemukan melalui pengamatan terhadap dunia nyata yang dapat menjadi landasan bagi para ilmuwan dalam proses pengambilan keputusan. Pengamatan langsung dilakukan terhadap kejadian-kejadian yang terjadi di lapangan.

Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan mengunjungi tempat penelitian yang berada di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.

## 2. Wawancara

Teknik pengumpulan data wawancara melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan informan untuk menggali informasi mendalam tentang pandangan, pengalaman, atau pendapat mereka. Proses ini dapat dilakukan secara tatap muka, melalui telepon, atau video call, dan biasanya melibatkan penggunaan pertanyaan terbuka yang memungkinkan informan memberikan jawaban yang luas dan mendetail. Peneliti bisa menggunakan wawancara terstruktur dengan pertanyaan yang telah ditetapkan sebelumnya, wawancara semi-terstruktur dengan panduan umum namun fleksibel, atau wawancara tidak terstruktur yang bersifat lebih bebas dan eksploratif. Selama wawancara, peneliti mencatat atau merekam jawaban informan untuk analisis lebih lanjut, dengan tujuan memperoleh data yang kaya dan mendalam tentang topik yang diteliti.

Esterberg memberikan definisi wawancara sebagai diskusi di mana dua individu bertemu untuk mempelajari dan mendiskusikan suatu topik. melalui pertukaran tanya jawab.<sup>45</sup> Wawancara yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Dimana wawancara semi terstruktur dimulai dari isu yang termuat dalam pedoman wawancara. Pedoman wawancara bukanlah jadwal seperti dalam penelitian kuantitatif. Hasil wawancara semi terstruktur

---

<sup>44</sup> Sugiyono, *“Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D”*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 318

<sup>45</sup> Ahmad fauzi, dkk, *“METODOLOGI PENELITIAN”*, (Purwokerto: CV. Pena Persada, 2022), hal. 94-95

tidak sama untuk setiap partisipan, tergantung proses wawancara dan respon masing-masing individu. Namun, dengan memiliki pedoman wawancara memastikan bahwa peneliti dapat mengumpulkan jenis data yang sama dari peserta.<sup>46</sup>

### 3. Dokumentasi

Mencari informasi tentang objek atau variabel berupa gambar, gambar, catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, dan bahan lainnya disebut dokumentasi. Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah foto wawancara dengan Janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi.<sup>47</sup>

Teknik pengumpulan data dokumentasi juga melibatkan pengumpulan informasi dari berbagai jenis dokumen yang sudah ada, seperti laporan, arsip, catatan, surat, atau dokumen resmi lainnya, untuk mendapatkan wawasan tentang topik penelitian.

## F. Teknik Analisis Data

Dengan melakukan klasifikasi data, menggambarkannya sebagai unit-unit, menyintesis informasi, membentuk pola, menentukan yang penting untuk dipelajari, serta menyusun kesimpulan yang dapat dimengerti oleh diri sendiri maupun orang lain, analisis data merupakan suatu proses yang sistematis untuk mengumpulkan informasi dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi.

Menurut Miles dan Huberman proses analisis data kualitatif bersifat partisipatif dan berlangsung tanpa henti hingga selesai sehingga menjenuhkan data. Tugas analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.<sup>48</sup>

### 1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

---

<sup>46</sup>Imami Nur Rachmawati. "Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif : Wawancara," *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 11 No. 1, Maret 2007, Hlm 37.

<sup>47</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*", (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 318

<sup>48</sup> Elma Sutriani and Rika Octaviani, "Keabsahan Data," *INA-Rxiv*, 2019, 1–22.

Proses penyederhanaan data melibatkan seleksi dan pemberian prioritas pada informasi yang krusial, fokus pada hal yang benar-benar signifikan, serta mengenali pola dan tema yang berulang. Akibatnya, peneliti dapat memiliki pemahaman yang lebih jelas melalui data yang telah disederhanakan dan dapat menemukan informasi yang dibutuhkan dengan lebih efisien. Penggunaan komputer mini dan perangkat elektronik lainnya dapat menjadi bantuan dalam mengurangi data dengan cara mengkodekan aspek-aspek tertentu dari proses tersebut.

## 2. Penyajian Data (*Data Display*)

Dalam Penelitian *kualitatif* dapat menggunakan ringkasan singkat, diagram, hubungan antar kategori, diagram alur, dan alat bantu visual lainnya untuk merepresentasikan data. Penulisan narasi adalah metode yang umum digunakan untuk mengkomunikasikan data dalam penelitian kualitatif. Metode ini memungkinkan anda untuk lebih memahami perkembangan saat ini dan merencanakan langkah selanjutnya berdasarkan wawasan yang diperoleh melalui visualisasi data data.<sup>49</sup>

## 3. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing/Verification*)

Menurut pendapat ahli, proses ketiga dalam analisa data *kualitatif* merupakan tahap validasi dan kesimpulan yang dianggap sebagai tahap terpenting. Hasil awal akan diperbaiki jika tidak ditemukan bukti substantif yang menyokong pengumpulan data pada putaran berikutnya. Namun apabila penulis mengumpulkan data kembali ke lapangan dan menemukan bahwa kesimpulan pertama tersebut masih didukung oleh bukti yang keasliannya dapat dipertanggung jawabkan, maka kesimpulan awal tersebut akan tetap dapat diandalkan.<sup>50</sup>

---

312 <sup>49</sup> Nursapiah, "*Penelitian Kualitatif*", (Sumatera Utara: Wal Asri Publishing, 2020) hal.

<sup>50</sup>Elma Sutriani and Rika Octaviani, "Keabsahan Data," *INA-Rxiv*, 2019, 1–22.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### **1. Sejarah Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi**

Dikisahkan bahwa salah seorang anak putri Ki Gede Sebayu yang bernama Rara Giyanti Subalaksana memang terkenal cantik, cerdas, dan cekatan. Kegemarannya menunggang kuda membuat banyak orang semakin kagum. Konon, jika Rara Giyanti sedang di atas pelana kuda kesayangannya akan tampak seperti bidadari yang turun dari langit biru. Jadi, wajarlah bila namanya populer di kalangan masyarakat. Wajar juga banyak pemuda atau perjaka yang ingin menyuntingnya.

Ki Gede Sebayu sering didatangi utusan yang menanyakan keadaan Rara Giyanti. Ada yang berterus terang ingin melamar, ada juga yang hanya sekedar mencari-cari keterangan. Ki Gede Sebayu harus melayani banyak orang yang sama-sama berharap menyunting Rara Giyanti. Ternyata hal itu menimbulkan kerepotan sebab keputusan bukan ditangannya sendiri. Jadi, tidaklah gampang menjawab atau menolaknya. Kemudian pada suatu senja, berkatalah dia kepada Rara Giyanti dengan kata-kata yang ramah. Rara Giyanti terdiam sejenak. Kemudian menjawab penuh kesantunan.

Ternyata Rara Giyanti tidak mengharapkan sayembara harta kekayaan, ketampanan, dan kepangkatan. Usulnya adalah sayembara kesaktian. Katanya, siapa pun yang dapat menebang dan merobohkan pohon jati raksasa di gunung selatan akan diterima sebagai suaminya. Walaupun dia orang jelata, miskin, atau tidak berpangkat, akan tetapi tetap dilayani sepanjang hayat. Tidak lama kemudian, dikabarkanlah sayembara itu kepada khalayak luas. Dalam waktu yang singkat, berdatangan perjaka yang berminat menguji kehebatan. Pada waktu itu, telah datang dua puluh lima orang perjaka yang gagah dengan sejumlah pengiringnya. Mereka berasal dari berbagai tempat. Ada

yang dekat dan ada juga yang jauh. Kebanyakan dari mereka membawa pethel (kampak) yang tajam-tajam. Pethel itu harus diayunkan dengan tenaga yang keras agar tancapannya mendalam. Dengan cara itulah biasanya batang kayu yang besar dan kokoh lama-lama akan terpotong. Untuk mengormati keberanian mereka itu, dibuatlah dua puluh lima perkemahan di sekitar pohon jati yang disayembarakan. Setiap peserta dibuatkan sebuah kemah. Tempat itu mendadak menjadi pusat keramaian. Pada hari terakhir, suasana semakin tegang. Ki Gede Sebayu terus komat-kamit berdoa. Wajah Rara Giyanti Subalaksana pun memucat. Matanya meredup menahan tangis sambil bergayut ke pundak ibunya. Pikirnya, jangan-jangan suara gaib itu tipuan jin dan setan. Kalau ada yang menang bagaimanakah nasibnya?

Menjelang sore datanglah seorang santri diiringkan sejumlah remaja yang santun-santun. Dia mengaku bernama Ki Jadug dan memohon izin mengikuti sayembara. Dia terlambat karena memang baru saja mendengar kabar di perjalanan. Ki Gede Sebayu pun memberikan izin, sejenak Ki Jadug berpamitan untuk berwudhu, lantas bersembahyang dua rakaat disaksikan seluruh penonton yang berdebar. Ada yang kontan ikut berdoa. Ada yang mengusap air mata. Ada yang tersenyum kecut. Ada juga yang secara liris mengejeknya.

Tidak lama kemudian, tampaklah Ki Jadug mengayunkan kampaknya dengan jurus silat yang hebat. Ternyata pada ayunan kelima terdengarlah gemuruh angin lesus dan bumi pun berguncang. Orang-orang berlarian menjauhi gelanggang. Pada saat itulah pohon jati raksasa roboh perlahan-lahan tanpa menyentuh seorang pun di sekitarnya. Lantas terdengarlah sorak sorai berkepanjangan. Setelah mereda, berkatalah Ki Gede Sebayu kepada genap orang yang hadir. Pohon jati itu kelak akan digunakan untuk membuat Masjid di Kalisoka. Orang-orang pun bubar dengan hati yang lapang. Kelak tahulah mereka bahwa santri Ki Jadug adalah seorang bangsawan Mataram. Dia sengaja mengembara untuk berguru dan berdakwah.

Setelah menikah dengan Rara Giyanti menggunakan nama aslinya, Pangeran Purbaya. Mereka hidup berbahagia dan dikenal sebagai tokoh terpandang di daerah Tegal.

Adapun nama Selawe yang berarti dua puluh lima itu karena perjaka yang datang mengikuti sayembara mendapatkan Rara Giyanti berjumlah dua puluh lima. Karena kejadian tersebut akhirnya desa tersebut dinamakan dusun Selawe. Kemudian lama-lama terucapkan Selawi atau Slawi seperti sekarang. Pada masa pemerintahan kolonial Hindia Belanda, Slawi menjadi tempat yang begitu ramai. Pada saat itu wilayah Slawi mulai banyak ditempati para pendatang seperti orang Eropa, Pedagang Arab dan etnis Tionghoa yang kemudian membentuk sebuah kawasan Pecinan. Terdapat juga Pasar Ketapan yang dikenal dengan nama "Pasar Lawas Slawi" yang saat ini telah berubah menjadi kompleks Ruko Slawi.

Sekitar tahun 1840-an pemerintah Belanda membangun dua buah pabrik gula besar di kota Slawi yaitu, Pabrik Gula Dukuhwringin dan Pabrik Gula Kemanglen. Keberadaan kedua pabrik gula ini membuat wilayah Slawi dan sekitarnya banyak terdapat perkebunan tebu pada saat itu. Pada tanggal 25 Agustus 1885 dibukalah Stasiun Slawi yang bersamaan dengan peresmian jalur KA lintas Tegal-Balapulang oleh perusahaan kereta api Belanda Javasche Spoorweg Maatschappij, jalur KA ini awalnya difokuskan untuk pengangkutan barang dan hasil distribusi gula yang dihasilkan oleh perusahaan pabrik gula.

## 2. Kondisi Geografis

Slawi terkenal dengan produksi teh dan budaya moci (minum teh poci). Meskipun terkenal dengan teh, Slawi bukan merupakan dataran tinggi dengan hawa dingin dengan banyak kebun teh. Slawi merupakan daerah yang dekat dengan Pantura sehingga suhunya cenderung panas dengan kontur tanah yang landai tidak berbukit-bukit. Jadi, bahan-bahan baku pembuatan teh tersebut dipasok dari perkebunan teh yang ada di dataran tinggi di sekitarnya, seperti

Bumijawa atau Kaligua. Masa kini, Slawi didaulat menjadi Ibukota Kabupaten Tegal berdasar Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 2 Tahun 1984, menggantikan Kota Tegal yang menjadi ibukota kabupaten sekaligus menjadi kota madya.

Tanggal 19 Desember 1985 dimulai prosesi boyongan dari Pendopo Alun-Alun Kota Tegal, dengan kirab budaya menggunakan ratusan dokar yang membawa Bupati, pejabat dan pegawai menuju ke selatan Slawi. Saat itu, pusat pemerintahan sementara kabupaten Tegal menempati eks Markas Komando Brigif 4 Dewa Ratna yang juga merupakan eks Pabrik Gula Dukuhwringin sampai tahun 1989, dimana setelah itu pusat pemerintahan Kabupaten Tegal dipindahkan ke lokasi sekarang.

Slawi terkenal dengan produksi teh dan budaya moci (minum teh poci). Meskipun terkenal dengan teh, Slawi bukan merupakan dataran tinggi dengan hawa dingin dengan banyak kebun teh. Slawi merupakan daerah yang dekat dengan Pantura sehingga suhunya cenderung panas dengan kontur tanah yang landai tidak berbukit-bukit. Jadi, bahan-bahan baku pembuatan teh tersebut dipasok dari perkebunan teh yang ada di dataran tinggi di sekitarnya, seperti Bumijawa atau Kaligua.

## **B. Gambaran Umum Subjek Penelitian**

### **1. Profil Ibu Rame**

Nama	: Ibu Rame
Tempat Tanggal lahir	: Tegal, 12 Juni 1959
Umur	: 65 tahun
Alamat	: Kalisapu, rt.03/rw.07, Slawi, Tegal
Pekerjaan	: Karyawan pabrik teh

Ibu Rame merupakan Janda lansia yang kini genap berusia 65 tahun, memiliki 3 orang putra namun saat ini masih bekerja sebagai Karyawan pabrik teh. Cerita perjalanan hidup ibu Rame diawali pada bulan Juli tahun 1979 yang mana hari itu menjadi momen pernikahannya bersama bapak Sanusi. Namun kebahagiaan tersebut

tidak berlangsung cukup lama karena terdapat beberapa permasalahan yang menerpa kehidupan rumah tangganya. Hal ini sesuai yang diungkapkan secara langsung oleh Ibu Rame pada saat wawancara yang tergambar pada keterangan berikut:

“Ya, saya awal menikah sama mantan suami pada tahun 1979 waktu saya masih umur 20 tahun dan itu di bulan Juli. Sebenarnya menjadi hari yang membahagiakan buat saya karena saya pikir mantan suami saya ini berperilaku baik, penyayang dan setia. Tapi itu nggak lama karena setelah beberapa waktu kami nikah, ternyata mantan suami saya ini nunjokin sifat aslinya. Dia suka marah, kasar, bahkan setelah bertahun lamanya kita bersama sampai punya 3 anak ada yang nggak bisa saya terima, yah waktu saya pulang kerja saya liat dia lagi pacaran sama janda sebelah rumah. Padahal dari awal nikah saya nerima walaupun dia nganggur, saya ngalah cari kerja kerja apa aja. ya pernah sambil jualan rames. Jadi kan kalo di pabrik gantian berangkatnya, nggak selalu berangkat pagi. Dan apa aja yang bisa dikerjain di pabrik ya dikerjain.”<sup>51</sup>

Pengalaman yang kurang membahagiakan dirasakan ibu rame dari awal pernikahan hingga berjalannya waktu dimana sang suami yang sudah diterima secara apa adanya oleh ibu Rame ternyata sering berperilaku kasar bahkan melakukan perselingkuhan. Melalui keterangan ibu Rame dapat diketahui bahwa suaminya yang bernama bapak Sanusi tidak dapat menunjukkan sikap tanggungjawab dan kasih sayang kepada ibu Rame. Padahal pernikahan menjadi perjalanan panjang sehingga pernikahan ibu Rame sedari awal berusaha untuk dipertahankan. Ibu Rame berulang kali memafkan namun pernikahan ibu Rame tetap harus kandas karena perselingkuhan yang dilakukan oleh suami,

“Nggak lama setelah saya liat sendiri suami saya selingkuh ya saya ahirnya menggugat cerai. Bukan saya ngga mau bersabar tapi kalo kasar, nggak dikasih uang dan apapun saya masih bisa nerima. Cuman kalo selingkuh rasanya nggak bisa bareng lagi. Mungkin memang kita ngga berjodoh lagi, daripada dia harus selingkuh dibelakang mending pisah baik-baik.”<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

<sup>52</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

Menilai keterangan wawancara tersebut sebenarnya telah terlihat kearifan atau kebijaksanaan dari seorang ibu Rame. Karena sedari awal pernikahan beliau siap menerima semua kondisi dari pasangan, kemudian mengalah untuk sibuk bekerja sembari tetap mengurus pekerjaan rumah tangga. Namun apa yang dilakukan dengan memilih menjadi janda sebagai bentuk merelakan pasangan agar tidak perlu melakukan perbuatan tidak baik dibelakangnya hingga hari ini setelah berlalu sekian lama beliau menjadi janda lansia yang tidak pernah menikah kembali. Oleh karenanya, perjalanan menjadi seorang janda lansia selama 30 tahun juga menjadi tantangan dan cerita penuh makna oleh ibu Rame sebagaimana yang diceritakan beliau pada saat wawancara berikut ini:

“Ya setelah saya cerai, pas awal ya masih terasa sedih, dan saya lebih banyak mikir sendiri kaya merenung gitu. Ya saya kepikiran gimana nasib anak-anak saya, apa bisa tanpa bapak atau nggak. Tapi keadaan kaya gini jadi semangat lebih buat saya gitu. Saya juga pada akhirnya merasa ya udah pas ada suamipun saya harus cari uang sendiri, harus nyiapin semua kebutuhan anak dan kebutuhan saya sendirian, nggak ada yang bantu, dan itu udah biasa. Jadi ngapain saya harus sedih terus, apalagi nangis, ya mending ikhlasin aja kan. Proses saya nerima keadaan ini saya jalani sendiri, karena orangtua saya juga sudah meninggal semua.”<sup>53</sup>

Mengawali perjalanan panjang menjadi seorang janda tetap dengan kesedihan mendalam juga dirasakan oleh ibu Rame, akan tetapi beliau menjadikan itu sebagai suntikan semangat agar senantiasa berusaha bekerja demi anak dan kehidupannya. Proses nerima ing pandhum atau keikhlasan dari ibu Rame diawali dengan banyak merenung, introspeksi diri, mencoba untuk lebih sering berbicara dengan hati, dan mampu merubah kesedihan atau tekanan sebagai suntikan motivasi yang berarti. Proses ini pun dapat dilalui karena kasih sayang dan tanggungjawab ibu Rame terhadap seluruh anaknya.

---

<sup>53</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

## 2. Profil Ibu Maskiyah

Nama : Ibu Maskiyah  
Tempat Tanggal lahir : Tegal, 10 April 1962  
Umur : 62 tahun  
Alamat : Kalisapu, rt.02/rw.07, Slawi, Tegal  
Pekerjaan : Karyawan pabrik teh

Wanita berusia senja ini telah menghabiskan hampir tiga dekade hidupnya sebagai seorang janda, sebuah status yang ia dapatkan bukan dari takdir biasa, melainkan dari lembaran kelam kekerasan rumah tangga yang pernah ia alami. 27 tahun berlalu sejak hari itu - hari ketika ia memutuskan bahwa cukup sudah penderitaan yang ia tanggung. Dengan tekad yang membara dan keberanian yang luar biasa, Ibu Maskiyah memilih untuk mengakhiri lingkaran kekerasan yang membelenggunya. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh Ibu Maskiyah pada saat wawancara dan tertuang dalam keterangan wawancara berikut ini:

“Saya sudah menjanda mungkin hamper 30 tahun atau bahkan lebih. Ini terjadi mungkin memang sudah takdir saya dan karena kesalahan saya yang waktu itu bersikeras menerima lamaran dari mantan suami saya. Saya mudah dibohongi kata-kata manisnya, padahal saya diingatkan oleh kedua orangtua saya yang merasakan bahwa mantan suami saya ini orangnya emosian. Dan itu terbukti, ternyata setelah berjalannya waktu ya keliatan sering mukulin saya, ngomongnya sering kasar, meskipun dia tetep bekerja tapi juga punya kebiasaan judi atau minum juga. Kalo mungkin kasarnya Cuma ke saya itu nggak papa tapi ke anak-anak juga, makanya saya nekat aja milih pisah dan bawa anak-anak keluar dari rumah dia.”<sup>54</sup>

Keputusan itu bukanlah hal yang mudah, namun ia tahu bahwa hidupnya dan anak-anak terlalu berharga untuk dihabiskan dalam ketakutan dan kesakitan. Pabrik teh di Kalisapu menjadi pelabuhan baru bagi hidupnya. Setiap pagi, bahkan sebelum matahari terbit dari balik gunung, Ibu Maskiyah sudah bersiap dengan seragam kerjanya. Tangannya yang mulai keriput namun tetap terampil, memetik dan

---

<sup>54</sup>Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

memilah daun-daun teh dengan ketelitian seorang ahli. Baginya, setiap lembar daun teh yang ia olah adalah simbol dari ketangguhannya - rapuh namun menyimpan kekuatan yang luar biasa. "Hidup harus terus berjalan," begitu ia sering berkata kepada rekan-rekan kerjanya yang lebih muda. Senyumnya yang tulus menyembunyikan kisah perjuangan yang telah ia lalui. Ibu Maskiyah adalah bukti nyata bahwa usia dan masa lalu yang kelam bukanlah penghalang untuk tetap produktif dan bermakna.

Ibu Maskiyah melalui proses penerimaan terhadap situasi dan keadaan hidupnya dengan kerap membagi kisah hidupnya kepada para pekerja wanita yang lebih muda. Bukan untuk mengundang rasa iba, melainkan untuk menginspirasi bahwa setiap wanita memiliki kekuatan untuk bangkit dan menentukan nasibnya sendiri,

“Nggak ada yang mau jadi janda apalagi sampai tua kaya sekarang saya ini, tetapi dulu waktu awal saya mikir apa iya saya mau dikasarin terus? Dia memang bekerja, ngasih nafkah, dan sayapun awalnya nggak mau cerai karena merasa lebih baik ada yang nafkahi tapi saya lebih baik menerima keadaan menjanda dengan bekerja, focus ngurus anak dan sering saya cerita pengalaman hidup saya biar anak-anak muda yang mau nikah bisa lebih hati-hati.”<sup>55</sup>

Pengalamannya menjadi pelajaran berharga bahwa kekerasan dalam rumah tangga bukanlah sesuatu yang harus diterima sebagai takdir. Meski usianya kini telah senja, semangat Ibu Maskiyah tak pernah meredup. Ia membuktikan bahwa kemandirian adalah harta yang tak ternilai. Dari gajinya sebagai pekerja pabrik teh, ia tidak hanya mampu menghidupi dirinya sendiri, tetapi juga menjadi teladan bagi banyak wanita di sekitarnya.

Kisah Ibu Maskiyah adalah pengingat bahwa di balik secangkir teh yang kita nikmati, ada ribuan kisah perjuangan yang tersembunyi. Kisahnya mengajarkan kita bahwa ketangguhan tidak mengenal usia, dan bahwa setiap orang berhak atas kehidupan yang bermartabat, terlepas dari masa lalu yang pernah mereka alami. Di usianya yang

---

<sup>55</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

senja, Ibu Maskiyah terus melangkah dengan tegap di antara deretan pohon teh di Kalisapu. Kisahnya menjadi inspirasi bahwa tidak ada kata terlambat untuk memulai kehidupan yang baru, dan bahwa kekuatan terbesar seorang wanita terletak pada keberaniannya untuk bangkit dan bertahan.

### 3. Profil Ibu Suharti

Nama : Ibu Suharti  
Tempat Tanggal lahir : Tegal, 10 Januari 1960  
Umur : 64 tahun  
Alamat : Kalisapu, rt.02/rw.07, Slawi, Tegal  
Pekerjaan : Penjual makanan, dan karyawanpabrik teh

Dua puluh tahun berlalu sejak hari itu, hari dimana ia harus mengucapkan selamat tinggal kepada suaminya untuk selamanya. Ditinggal sebagai single parent dengan tanggung jawab menghidupi keluarga bukanlah hal yang mudah, namun Ibu Suharti memilih untuk tidak tenggelam dalam kesedihan. Ia bangkit, menguatkan hati, dan bertekad untuk terus berjuang.

"Hidup harus terus berjalan, Nak, kalau kita berhenti karena kesedihan, siapa yang akan memberi makan anak-anak kita?, Sabarlah, jalani saja lah kalo kamu rasa ini sangat berat, gimana mereka yang badannya aja nggak lengkap, susah buat kerja."<sup>56</sup>

Perjalanan hidupnya adalah testimoni dari semangat yang tak pernah padam. Setelah suaminya meninggal, Ibu Suharti memulai usaha warung masakannya yang kecil. Masakan sederhana namun penuh cita rasa, ditambah keramahan yang tulus, membuat warungnya selalu ramai dikunjungi pelanggan setia. Setiap hari di waktu mentari pagi baru saja mengintip, Ibu Suharti 64 tahun, sudah sibuk menyiapkan dagangan masakannya. Dengan gerakan yang sudah sangat terlatih, tangannya dengan cekatan memotong sayuran dan mengaduk bumbu. Setiap pagi, rutinitas ini tak pernah absen dari hidupnya, rutinitas yang telah ia jalani selama lebih dari dua dekade

---

<sup>56</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 7 September 2024

sejak kepergian suami tercinta.

Yang membuat sosok Ibu Suharti begitu menginspirasi bukanlah hanya ketangguhannya dalam mencari nafkah, tetapi juga sikapnya yang selalu positif menghadapi hidup. Di usianya yang sudah memasuki kepala enam, semangatnya masih berkobar seperti api yang tak kunjung padam. Senyumnya selalu mengembang, meski peluh membasahi dahi. Ketulusan hatinya dalam melayani pelanggan tak pernah luntur, meski kadang tubuhnya terasa lelah.

"Rezeki itu ada di mana-mana, yang penting kita mau berusaha dan tidak malu bekerja apa saja selama itu halal. Setiap pekerjaan itu mulia, yang penting dilakukan dengan ikhlas dan jujur."<sup>57</sup>

Ibu Suharti adalah pengingat bagi kita semua bahwa usia dan status bukanlah penghalang untuk terus berkarya. Bahwa kesedihan dan kehilangan bukan akhir dari segalanya, melainkan bisa menjadi awal dari babak kehidupan yang baru. Bahwa ketangguhan seorang perempuan tidak diukur dari seberapa mudah jalannya, tetapi dari seberapa teguh ia bertahan dan terus melangkah maju. Setiap kali orang melihat sosok Ibu Suharti yang masih gesit melayani pelanggan di warungnya, mereka tidak hanya melihat seorang penjual makanan. Mereka melihat sosok pejuang yang tak kenal lelah, yang membuktikan bahwa cinta kepada keluarga bisa memberikan kekuatan yang luar biasa untuk terus bertahan dan berkembang. Semangat Ibu Suharti akan terus menjadi api yang menerangi jalan bagi siapapun yang sedang berjuang menjalani hidup. Sebuah pengingat bahwa selama nafas masih berhembus, selama itu pula kesempatan untuk berkarya dan memberi manfaat akan selalu terbuka lebar.

#### 4. Profil Ibu Wasriah

---

<sup>57</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 7 September 2024

Nama : Ibu Wasriah  
Tempat Tanggal lahir : Tegal, 10 November 1959  
Umur : 65 tahun  
Alamat : Kalisapu, rt.02/rw.07, Slawi, Tegal  
Pekerjaan : Pedagang

Di sudut kota yang ramai, berdiri sebuah warteg sederhana. Aroma masakan yang menggugah selera menguar dari dapur kecil di dalamnya. Di balik meja saji yang tertata rapi, tampak sosok wanita berusia 66 tahun dengan senyum ramah yang tak pernah pudar. Ibu Wasriah sudah 28 tahun berlalu sejak kepergian sang suami tercinta. Namun bagi Bu Wasriah, kesedihan bukanlah alasan untuk menyerah pada kerasnya kehidupan. Warteg kecil yang dirintisnya bersama almarhum suami menjadi bukti ketangguhan seorang janda yang memilih untuk terus berjuang.

"Dulu waktu bapak masih ada, kami memulai warteg ini dari nol. Modal kecil, tapi semangat besar. Setelah bapak dipanggil Yang Maha Kuasa, saya bertekad untuk meneruskan usaha ini. Bukan hanya untuk menghidupi diri sendiri, tapi juga untuk mengenang perjuangan kami berdua."<sup>58</sup>

Setiap pagi, jauh sebelum matahari terbit, Bu Wasriah sudah sibuk di dapur. Tangannya yang mulai keriput namun tetap cekatan mengolah berbagai masakan. Dari nasi putih yang mengempul, sayur lodeh yang gurih, hingga tempe orek yang menjadi favorit para pelanggan. semuanya dimasak dengan dedikasi.

"Alhamdulillah, rejeki itu Allah yang mengatur. Yang penting kita berusaha dengan jujur dan ikhlas. Saya tidak mau jadi beban anak-anak. Selama masih diberi kesehatan, saya akan terus bekerja,"<sup>59</sup>

---

<sup>58</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 7 September 2024

<sup>59</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 7 September 2024

Meski usianya tidak lagi muda, semangatnya tak pernah surut. Wartegnya buka dari pagi hingga malam, melayani para pekerja, mahasiswa, hingga tukang becak yang mencari makan dengan harga terjangkau. Di balik kesederhanaan wartegnya, tersimpan filosofi hidup yang dalam. Bu Wasriah percaya bahwa kemandirian adalah kunci bertahan hidup. Status janda bukanlah penghalang untuk tetap produktif dan bermanfaat bagi sesama. Bahkan di usianya yang senja, ia masih mampu menginspirasi banyak orang dengan ketekunan dan kegigihannya.

Wartegnya bukan sekadar tempat makan, tapi juga saksi bisu perjalanan hidup seorang perempuan tangguh yang memilih untuk bangkit dan bertahan, meski kehilangan sang pendamping hidup. Para pelanggan setianya kerap memuji semangat dan ketegaran Bu Wasriah. Di matanya, setiap tantangan adalah kesempatan untuk membuktikan bahwa usia dan status bukanlah penghalang untuk terus berkarya dan menjalani hidup dengan penuh makna. Ibu Wasriah adalah potret nyata bahwa di balik sebuah warteg sederhana, tersimpan perjuangan dan semangat yang luar biasa. Sebuah inspirasi bahwa ketangguhan tidak mengenal usia, dan kemandirian adalah pilihan yang memerdekakan.

### **C. Temuan Lapangan**

1. Nilai-nilai kearifan yang dimiliki para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian

Nilai kearifan merujuk pada kebijaksanaan dan pengalaman hidup yang telah individu kumpulkan selama bertahun-tahun. Kearifan sendiri menjadi hal menarik yang sebenarnya ada pada setiap individu karena kearifan lahir atas pengalaman hidup seseorang selain juga diperoleh dari Pendidikan. Namun, tidak serta merta seluruh manusia dapat memahami dan menerapkan kearifan yang terdapat dalam dirinya. Diperlukan kegigihan dalam menjalani hidup, kesabaran dan kesadaran akan tanggungjawab sebagai individu dan beberapa hal lain yang dapat menumbuhkan kearifan. Maka kemudian, kearifan ini pun

dapat terbentuk pada diri janda lansia yang sedang menghadapi permasalahan hidup yang salah satunya berkaitan rasa kesepian.

Janda lansia telah mengalami berbagai peristiwa dan tantangan dalam hidup mereka, yang memberi mereka perspektif unik dan pemahaman mendalam tentang kehidupan. Mereka telah melewati berbagai kesulitan, termasuk kehilangan pasangan hidup yang membuat mereka lebih tangguh dan mampu menghadapi tantangan. Dengan usia dan pengalaman, mereka biasanya cenderung lebih baik dalam mengelola emosi dan merespons situasi dengan lebih bijaksana. Mereka dapat melihat masalah dari sudut pandang yang lebih luas dan memahami bahwa banyak masalah yang tampak besar saat ini mungkin tidak terlalu penting dalam jangka panjang. Dengan gambaran umum mengenai nilai kearifan, maka perlu dikaji lebih mendalam mengenai nilai kearifan pada diri janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi. Secara umum, nilai kearifan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Narima ing pandum (menerima takdir)

Narima ing pandum adalah filosofi hidup yang berasal dari budaya Jawa. Konsep ini dapat diterjemahkan secara kasar sebagai "menerima apa yang telah diberikan" atau "menerima takdir". Menerima keadaan hidup dan nasib dengan lapang dada. Bersyukur atas apa yang dimiliki, tidak iri dengan keberuntungan orang lain. Menjalani hidup dengan ketulusan, tanpa mengeluh berlebihan. Meskipun demikian, narima ing pandum tidak berarti menyerah pada keadaan atau bersikap pasif. Sebaliknya, konsep ini mendorong orang untuk tetap berusaha dan bekerja keras, sambil menerima hasil akhir apapun dengan ketenangan hati.

Kemudian dalam konteks janda lansia, nilai narima ing pandum yang dimaksud sangat lekat dengan penerimaan keadaan dirinya yang harus menjanda selama puluhan tahun. Walaupun terkadang sebuah perpisahan dari pernikahan justru menjadi sesuatu yang terbaik jika pasangan melakukan Kekerasan dalam

rumah tangga, tidak memberikan nafkah yang layak, melakukan perselingkuhan dan lainnya. Bagi para janda lansia, hal ini juga menjadi sebuah tantangan apakah dalam pernikahan mereka benar-benar diperlakukan dengan baik dan merasakan kebahagiaan. Sehingga dapat dilihat bagaimana penerimaan atas takdir yang digariskan oleh Tuhan kepadanya.

Dalam konteks penelitian ini, maka nilai kearifan narima ing pandum perlu dikaji lebih lanjut kepada subjek misalnya tentang sikap menerima dengan lapang dada segala kondisi hidup yang dialami, termasuk kesepian setelah ditinggal suami. Maka dengan melakukan pengamatan dan wawancara secara langsung bersama subjek, peneliti memperoleh informasi yang pertama dari Ibu Rame dimana beliau telah menjanda selama 32 tahun dan telah memberikan keterangan yang termuat dalam kutipan wawancara berikut ini:

”Kayaknya ngga ada yang pengen jadi janda ya. Aku menjanda aja sebenarnya harus nerima ikhlas. Walaupun ada rasa seneng si, soalnya dulu sering kena KDRT dn suami selingkuh. Ditambah lagi ya masalah kurang uang buat makan sehari-hari, terus ngurus kebutuhan anak lah ya. Sampai kadang ngerasa berat banget cuman ya udah gimana lagi lah udah jadi jalanya tetep nerima aja.”<sup>60</sup>

Senada dengan informasi dari ibu Rame, menurut ibu Maskiyah yang telah menjanda selama 29 tahun bahwa keikhlasan memang harus ada dalam diri seorang janda, terlebih bagi dirinya yang juga menjadi korban perselingkuhan suami,

”Kalo sekarang saya si rasanya seneng aja ini walaupun jadi janda. Tapi bukan karena saya nggak bersyukur tapi dulu suami suka selingkuh. Jadi kalo dulu suka mikir hidup kok gini banget yah, salah pilih suami jadi menderit sendiri. Tapi lewat beberapa waktu saya paham ya mungkin ini biar saya mandiri, ngga bergantung siapa-siapa dan itu saya ikhlas nerima.”<sup>61</sup>

---

<sup>60</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

<sup>61</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

Selanjutnya Ibu Suharti memerikan pengakuan tentang narima ing pandum memiliki makna bahwa kita harus bisa menerima semua ketetapan dari Tuhan walaupun terlihat menyakitkan. Yang terpenting baginya, niat tulus membesarkan anak,

”walaupun memiliki banyak anak tidak menjadi alasan untuk tidak bisa membahagiakan semuanya. kita harus menerima pemberian dari yang diatas besar atau kecil yang penting bersyukur. prinsip saya kalau niat kita tulus kepada anak insya allah dimudahkan segala urusan kita.”<sup>62</sup>

Sama halnya dengan ketiga subjek sebelumnya, menurut ibu Wasriyah yang telah menjanda selama 28 tahun drinya mengungkapkan perasaan menerima atau keikhlasan menjadi penting. Namun pada pengalaman ibu Wasriyah lebih banyak mengenai ketakutan menjadi janda yaitu tidak dapat memenuhi kebutuhan anak,

”pertama kali menjadi janda perasaan saya takut apakah bisa menghidupi ketiga orang anak sedangkan saya bekerja seadanya, tetapi saya coba untuk jalani aja dengan ikhlas dan sekuat saya. Lalu alhamdulillah anak pertama saya sukses dan membantu saya dan adik-adiknya untuk melanjutkan kehidupan.”<sup>63</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara seluruh subjek penelitian, terlihat bahwa adanya pengalaman berbeda yang harus dijalani oleh masing-masing subjek. Seperti ibu Rame dan ibu Maskiyah yang mana ketika dalam pernikahan justru telah menghadapi banyak tantangan dan kesedihan. Diantaranya karena tindak kekerasan dalam rumah tangga dan menjadi korban perselingkuhan. Lalu bagi ibu Suharti yang sedari awal telah siap menerima ketetapan Tuhan atas dirinya karena lebih baik niat membahagiakan anak. Lalu yang terakhir dalam pandangan ibu Wasriyah pengalaman menjanda sebenarnya cukup membuat dirinya takut yang mana berkaitan dengan ketakutan karena tidak dapat memenuhi semua kebutuhan ketiga anak. Namun seluruh subjek mengaku nilai kearifan yang bermakna narima ing pandum telah dapat dipahami dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-

---

<sup>62</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 6 September 2024

<sup>63</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriyah tanggal 6 September 2024

hari mereka.

b. Tawakkal (berserah diri)

Berserah diri merupakan cara dari seorang muslim untuk menyerahkan semua hasil dari usahanya kepada dzat Yang Maha Kuasa. Berserah diri juga berarti seseorang memiliki keyakinan, pikiran positif dan pasrah sepenuhnya kepada Tuhan karena Tuhan pasti memberikan yang terbaik kepada setiap makhluk ciptaan-Nya. Sikap tawakkal terkadang menjadi salah satu indikator pencapaian dari keimanan seseorang dan pencapaian dalam kematangan berpikir serta mengendalikan ego pribadi. Seorang yang tawakkal juga mampu meredam keinginannya untuk mengatur, mengendalikan, dan menentukan seluruh hasil dari perbuatannya agar sesuai keinginannya.

Selanjutnya berkaitan dengan janda lansia, nilai tawakkal perlu dilihat dari bagaimana usaha yang sudah dilakukan ketika menjalani kehidupan rumah tangga hingga saat ini dan selama lebih dari 20 tahun ini merasakan kesepian hidup akibat ditinggal suami. Walaupun telah disampaikan bahwa terkadang sebuah perpisahan dari pernikahan justru menjadi sesuatu yang terbaik jika pasangan melakukan Kekerasan dalam rumah tangga, tidak memberikan nafkah yang layak, melakukan perselingkuhan dan lainnya. Bagi para janda lansia, hal ini juga menjadi sesuatu yang menarik apakah kemudian diri mereka mampu menerima dan merelakan semua yang terjadi sebagai pembuktian bahwa diri mereka memercayai adanya takdir Tuhan.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai tawakkal, maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasi sikap tawakkal dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang

memberikan pendapat mengenai tawakkal memang seharusnya dapat ditingkatkan salah satunya dengan tetap bersyukur,

”Perpisahan dengan suami sih bagi saya membuat saya lebih tegar dan sabar aja dalam menjalani kehidupan. Ya betul saya pasrahin aja semuanya dan masalah status ini ya nggak papa kan hidup sebenarnya harus dihadapi sendiri. hidup punya pasangan maupun tidak itu pilihan , setelah menjanda lama saya kurang lebih tahu punya pasangan atau tidak, bahagia diawali dari diri sendiri.”<sup>64</sup>

Senada dengan yang disampaikan oleh ibu Rame, bagi ibu Maskiyah keadaan dirinya bukan dijadikan alasan untuk larut dalam keedihan dan rasa kesepian. Baginya terdapat banya pembelajaran hidup yang dapat diambil dari perjalanannya dan membuat dia berusaha mandiri sekaligus dapat menyerahkan hasil usahanya kepada Tuhan,

“Bisa memaafkan diri sendiri di masalalu dan menerima diri kita yang sekarang. Walaupun hidup berubah total, dulu saya mengandalkan ekonomi keluarga ke suami, setelah bercerai saya hidup mandiri mencukupi kebutuhan 2 orang anak saya. Dan sekarang ini lebih baik bahagia sama anak dan cucu. saya lebih suka melihat anak dan cucu senang itu sudah cukup.”<sup>65</sup>

Dapat mengambil pelajaran penting dari sebuah perjalanan yang telah dilalui bukan sesuatu hal yang mudah, Bagi ibu Suharti proses mencapai tawakkal dimulai karena niat tulus membahagiakan anak dan tetap menjadi seorang yang bahagia dengan tetap rajin bersosialisasi bersama tetangga,

“Sekali lagi prinsip saya kalau niat kita tulus kepada anak insya allah dimudahkan segala urusan kita. walaupun memiliki banyak anak tidak menjadi alasan untuk tidak bisa membahagiakan semuanya. Yang penting kalo diluar ya tunjukkan kalo kita ttep bahagia ,Sering-sering berinteraksi dengan anak kita dan juga masyarakat.”<sup>66</sup>

Terakhir menurut ibu Wasriah, juga merasakan dengan pengalaman menjanda membuat dirinya menjadi rajin berbuat baik

---

<sup>64</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

<sup>65</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

<sup>66</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 7 September 2024

kepada siapapun berprasangka baik dan selalu bersyukur,

“menurut saya apa yang terjadi dengan saya itu sudah diatur sedemikian rupa oleh Allah untuk hambanya agar bisa menjadi manusia yang lebih kuat dan menerima keadaan di masa yang akan datang. mungkin ini bukan prinsip tetapi saya selalu menekankan kepada diri saya untuk berbuat baik dan selalu berprasangka baik kepada semua orang.”<sup>67</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara seluruh subjek penelitian, terlihat bahwa penerimaan terhadap takdir atau ketetapan Tuhan atas apa yang terjadi pada janda lansia sudah tertanam dengan baik pada masing-masing subjek. Seperti ibu Rame dan ibu Maskiyah yang merasa dengan adanya pengalaman menjanda ini dapat membentuk ketegaran dan kesabarannya. Lalu bagi ibu Suharti yang sedari awal telah siap menerima ketetapan Tuhan atas dirinya karena lebih baik niat membahagiakan anak. Ibu Suharti merasakan dengan bersyukur maka dirinya dapat menerima ketetapan. Dan yang terakhir dalam pandangan ibu Wasriyah pengalaman menjanda itu sudah diatur sedemikian rupa oleh Allah untuk hambanya agar bisa menjadi manusia yang lebih kuat dan menerima keadaan di masa yang akan datang. Seluruh subjek mengaku nilai kearifan yang disebut tawakkal telah dapat dipahami dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

#### c. Ngudhari (introspeksi diri)

Introspeksi diri adalah cara berpikir di mana seseorang mengamati dan merenungkan berbagai aspek diri dan keberadaan diri. Introspeksi diri bermanfaat untuk kesehatan mental dan kesejahteraan diri. Kemampuan untuk mawas diri dan memetik hikmah dari setiap peristiwa yang dialami. Introspeksi diri juga dapat dikatakan sebagai sebuah proses ketika seseorang merenungkan kembali emosi, perasaan, pikiran, dan pengalaman yang ia miliki. Saat melakukan introspeksi diri, akan melihat kembali hal-hal yang pernah dilakukan di masa lalu sekaligus

---

<sup>67</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriyah tanggal 6 September 2024

merefleksikan kehidupan saat ini.

Kemudian dalam konteks janda lansia, nilai ngudhari atau introspeksi diri adalah kemampuan mereka dalam memahami keadaan di masa lalu dan bagaimana konteks nya dengan masa kini. Hal ini penting untuk dipahami karena menjadi satu kesatuan dengan nilai lain sehingga memperkuat alasan mengapa janda lansia mampu memiliki kearifan dalam kesepian hidup, hal ini juga menjadi sebuah tantangan apakah dalam perjalanan panjang para janda lansia memang telah mampu menyikapinya dengan baik atau justru mereka melakukannya dengan terpaksa. Sehingga dapat dilihat bagaimana penerimaan atas takdir yang digariskan oleh Tuhan kepadanya.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai nilai ngudhari atau koreksi diri, maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasi sikap introspeksi diri dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang memberikan pendapat setelah melalui hidup yang panjang dalam kesendirian maka sebagai janda dirinya lebih ingin fokus bekerja, tidak memikirkan kesepiannya,

”setelah saya merenung kaya kepikiran kenapa bisa mengalami ini, yah saya jadi ada kepikiran ya udah tidak perlu berpikir yang aneh-aneh, lebih baik sabar, mandiri dan udah paling bener kalo kita fokus kerja aja daripada mikir kesepian karena nggak punya suami. Apalagi juga mikirin tanggapan miring tetangga pas awal jadi janda.”<sup>68</sup>

Mengesampingkan rasa kesepian menjadi salah satu keputusan ibu Rame agar dapat fokus bekerja dan menata hidup menjadi mandiri dan itu diakui sebagai hasil dari merenung atas peralannya. Kemudian hal ini juga menjadi sesuatu yang dirasakan oleh ibu Maskiyah yang menceritakan bahwa saat ini tidak lagi terpengaruh keadaannya yang lama bercerai. Ini juga merupakan

---

<sup>68</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 6 September 2024

hasil dari introspeksi dirinya setelah suaminya berselingkuh,

”Saya cerai dengan suami sebenarnya Senang , karena saat bersama suami tidak bahagia , karena suami berselingkuh. Walaupun ya pas awal merasa sepi dan kasian ke anak pernah, saat anak masih kecil tidak ada yang menjadi sandaran seorang bapak. Tapi setelah dipikir lagi untuk sekarang saya tidak mudah terpengaruhi oleh keadaan diri saya sendiri, saat beberapa tahun bercerai dan harus membesarkan kedua anak sendiri saya bekerja tanpa memikirkan kesehatan diri saya, yang pada akhirnya saya memilih resign di umur 37 tahun karena sakit dan sering pingsan.

Beberapa orang akan tetap merasakan kesepian setelah ditinggal oleh suami, terlebih jika itu terjadi karena pasangan yang melakukan perselingkuhan. Namun semua itu dapat diatasi karena introspeksi diri yang mana hal ini juga dilakukan oleh Ibu Suharti dan Ibu wasriah,

“Sebenarnya sedih, karena meninggalkan banyak anak . padahal ingin sama-sama melihat anak-anak menikah dan sukses semua. saya sempat terkena vertigo dan dibawa ke rumah sakit karena memiliki banyak pikiran yang melintas dan juga aktivitas yang padat. Tetapi setelah banyak mikir ya buat apa jadiin banyak beban. Menjanda pun bukan keinginan saya tapi takdir.”<sup>69</sup>

Hal yang sama seperti penjelasan ibu Suharti juga disampaikan oleh ibu Wasriah seperti pada kutipan berikut,

“Keputusan menjanda bukan dari diri saya tapi karena Allah suami saya meninggal duluan waktu itu. Dan setelah berpikir panjang ya saya pikir Allah ngga akan ngasih sesuatu yang sia-sia atau hal yang ngga bisa saya jalani. Kalo saya harus jadi janda yak arena saya bisa. Itupun ahirnya terbukti karena terus bersyukur dan bekerja saya bisa bertahan.”<sup>70</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara seluruh subjek penelitian, terlihat bahwa introspeksi diri menjadi salah satu aspek penting dari keinginan para janda tetap dalam statusnya menjanda hingga lansia. Menurut mereka Tuhan tidak akan salah

---

<sup>69</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

<sup>70</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 6 September 2024

memilih ketetapan untuk semua makhluk. Dan Tuhan memberikan suatu ketetapan karena manusia bisa untuk melaluinya. Dalam pandangan janda lansia lebih baik tetap bersyukur, sabar dan berusaha yang terbaik untuk melanjutkan hidup bersama dengan anaknya selama waktu yang lama hingga sekarang ini.

2. Strategi yang digunakan para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam mengatasi kesepian dengan kearifan

a. Mendekatkan diri kepada Tuhan melalui ibadah

Bagi para janda lansia, mendekatkan diri kepada Tuhan melalui ibadah dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengatasi kesepian. Dengan melakukan ritual keagamaan seperti sholat, berdoa, membaca kitab suci, atau menghadiri kegiatan ibadah bersama, mereka dapat merasakan kedekatan dengan Yang Maha Kuasa. Hal ini memberikan perasaan damai, kekuatan batin, dan hiburan yang dapat mengisi kekosongan akibat kehilangan pasangan. Ibadah juga memberi makna dan tujuan hidup yang lebih dalam, membantu para lansia ini untuk tetap memiliki semangat dan harapan meski hidup sendiri.

Selain itu, kegiatan ibadah seringkali melibatkan interaksi sosial dengan komunitas keagamaan yang dapat mengurangi isolasi sosial. Bergabung dalam kelompok pengajian, majelis taklim, atau kegiatan sosial keagamaan lainnya membuka kesempatan bagi para janda lansia untuk bertemu dengan orang-orang yang memiliki nilai dan keyakinan serupa. Melalui interaksi ini, mereka dapat berbagi pengalaman, saling mendukung, dan membangun hubungan sosial yang bermakna. Dengan demikian, pendekatan spiritual ini tidak hanya memenuhi kebutuhan rohani, tetapi juga membantu memenuhi kebutuhan sosial dan emosional, menciptakan kearifan dalam menghadapi masa tua dengan kesendirian.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai strategi janda lansia dengan mendekatkan diri kepada Tuhan maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang memberikan pendapat bahwa untuk mengalihkan fokusnya dari kesepian hidup dengan lebih rajin beribadah seperti Sholat, membaca Al-Qur'an dan lainnya,

"Alhamdulillah semenjak bisa menerima keadaan saya ya untuk sekarang lebih memilih fokus beribadah selain masih bekerja. Ya memperbaiki sholat 5 waktu, ikut pengajian, memperlancar baca Al-Qur'an. Dan yah rasanya lebih tentrem dan nggak mikir macam-macam. Mungkin kalo nggak memperbaiki ibadah ya nggak tau kaya gimana mungkin hidup saya berantakan."<sup>71</sup>

Menghadapi permasalahan hidup dengan memperbaiki ibadah menjadi pilihan bagi subjek agar memperoleh ketenteraman hidup. Hal tersebut juga dilakukan oleh subjek kedua yaitu Ibu Maskiyah dalam keterangannya beliau menyampaikan mulai mengikuti kajian rutin dan belajar dengan ustadzah di desanya,

"Saya disarankan untuk lebih banyak ibadah, kaya sholat wajib 5 waktu dan sholat sunnah, terus saya ikut kajian yang itu dibimbing bu Ustadzah yang punya majlis taklim. Jadi lebih berguna hidup saya sekarang karena saya juga sadar sudah semakin tua ya harusnya bisa lah lebih mikirin akhirat daripada mikir dunia terus dan apalagi sampai ngerasain kesepian."<sup>72</sup>

Kesadaran bahwasanya dengan bertambahnya usia maka janda lansia perlu untuk meningkatkan ibadah sekaligus menghindarkan dari perasaan kesepian karena ditinggal pasangan. Hal ini diakui sebagai strategi yang juga diterapkan oleh kedua subjek penelitian selanjutnya yaitu ibu Suharti dan Ibu Maskiah. Beribadah menurut seluruh subjek penelitian juga sebagai upaya

---

<sup>71</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 6 September 2024

<sup>72</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 6 September 2024

untuk memperoleh ketenangan hidup daripada menyibukkan diri dengan keinginan memulai kembali sebuah pernikahan.

b. Mengembangkan hobi dan kegiatan produktif

Mengembangkan hobi dan kegiatan produktif merupakan cara yang efektif untuk mengatasi kesepian. Dengan melibatkan diri dalam aktivitas yang bermakna, seseorang dapat mengalihkan perhatian dari perasaan terisolasi dan menemukan kebahagiaan dalam pengembangan diri. Hobi seperti membaca, menulis, melukis, berkebun, atau belajar alat musik tidak hanya mengisi waktu luang, tetapi juga merangsang kreativitas dan memberikan rasa pencapaian. Kegiatan produktif seperti mengikuti kursus online, belajar keterampilan baru, atau melakukan pekerjaan sukarela juga dapat memperluas wawasan dan membangun koneksi sosial baru.

Kearifan dalam mengembangkan hobi dan kegiatan produktif terletak pada kemampuan untuk menyeimbangkan waktu yang dihabiskan untuk diri sendiri dengan upaya untuk tetap terhubung dengan orang lain. Meskipun kegiatan soliter dapat memberikan kepuasan pribadi, penting juga untuk mencari cara berbagi minat dan pencapaian dengan orang lain, baik secara langsung maupun melalui komunitas online. Dengan bijaksana memilih aktivitas yang selaras dengan nilai-nilai dan tujuan hidup, seseorang dapat menemukan makna yang lebih dalam dan merasa lebih terhubung dengan dunia di sekitarnya, sehingga mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai strategi janda lansia dengan mengembangkan hobi dan kegiatan produktif maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Suharti yang

memberikan pendapat bahwa untuk mengalihkan fokusnya dari kesepian hidup dengan mengembangkan hobinya memasak dan menjualkan masakan olahan darinya,

”Saya itu kan suka memasak, jadi biar nggak kepikiran nikah, nggak kesepian karena sendirian ya saya mulai menekuni masak. Beberapa resep masakan saya coba, terus dicicipi dan menurut saya enak ya saya buat lagi. Dan saya bagi ke tetangga eh katanya enak. Ya saya jadi mikir kayaknya bisa jualan sekalian. Yah walaupun nggak bisa buat banyak dan nggak selalu laku tapi nggak papa buat selingan aja si.”<sup>73</sup>

Menjadikan hobi sebagai upaya menambah kesibukan agar dapat mengalihkan fokus dari kesedihandan kesepian dirasakan oleh subjek penelitian sebagai cara yang efektif. Hal ini juga diakui ibu Wasriah sebagai strategi mengisi waktu luang,

”saya orangnya juga suka masak tapi memang rasa masakan saya nggak begitu enak si. Jadi saya nyoba masakan baru mungkin juga yang aneh dan bagi saya cukup ribet ya paling saya makan sendiri dan dibagi paling untuk yang kiranya lagi kekurangan makanan atau misal tetangga lagi ada hajatan atau musibah saya ikut nyumbang makanan saya walaupun nggak banyak.”<sup>74</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara dari yang disampaikan oleh subjek penelitian diketahui bahwa subjek penelitian ibu Suharti dan ibu Wasriah menggunakan strategi pengangan hobi sebagai upaya mengalihkan fokus dari kesedihan dan kesepian. Strategi ini dirasa efektif karena memang dapat memberikan kesibukan tambahan bagi mereka, dan juga sedikit demi sedikit menambah pemasukkan.

- C. Berbagi pengalaman dan nasihat kepada anak cucu atau generasi muda di lingkungan sekitar.

Berbagi pengalaman dan nasihat kepada anak cucu atau generasi muda tentang mengatasi kesepian merupakan hal yang sangat berharga. Orang tua dan kakek nenek dapat menceritakan

---

<sup>73</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 7 September 2024

<sup>74</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 8 September 2024

bagaimana mereka menghadapi saat-saat sepi dalam hidup mereka, dan strategi yang mereka gunakan untuk mengatasinya. Mereka bisa menjelaskan pentingnya membangun hubungan yang bermakna, mengembangkan hobi yang menyenangkan, atau mencari kegiatan yang memberi mereka tujuan. Dengan berbagi cerita pribadi, mereka dapat menunjukkan bahwa kesepian adalah pengalaman manusiawi yang umum dan dapat diatasi.

Kearifan dalam mengatasi kesepian juga dapat diajarkan dengan mendorong generasi muda untuk introspeksi dan pengembangan diri. Para tetua dapat menekankan pentingnya menerima diri sendiri, menemukan kedamaian dalam kesendirian, dan menggunakan waktu sendirian untuk refleksi dan pertumbuhan pribadi. Mereka dapat mengajarkan bahwa kesepian bisa menjadi kesempatan untuk lebih mengenal diri sendiri dan mengembangkan kekuatan batin. Dengan membagikan wawasan ini, para orang tua dan kakek nenek dapat membantu anak-anak dan cucu-cucu mereka mengembangkan ketahanan emosional dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi kesepian dengan bijaksana.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai strategi janda lansia dengan menceritakan pengalaman hidup kepada generasi muda maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Maskiyah yang memberikan pendapat bahwa untuk memberikan rasa lega dalam diri, menjaga agar anak dan cucunya tidak mengalami kepahitan hidup yang mana sekaligus menjadi strategi dalam menghadapi kesepian ibu Maskiyah sering menceritakan pengalamannya,

”Saat saya merasa sendiri dirumah saya mengalihkan pikiran itu dengan kegiatan membantu pekerjaan rumah tetangga saya. Setelah pekerjaan selesai saya pergi kerumah cucu saya. Setelah itu saya cerita apa yang saya rasakan terutama soal pengalaman hidup. Karena buat saya, dengan bercerita membuat hati lega, syukur-syukur bisa menjadi

pelajaran baik buat anak saya biar nggak ngalamin yang saya rasain. Ini aja udah cukup, saya nggak ngerasain sepi dan lain-lain kalo udah gini.”<sup>75</sup>

Strategi dalam menyikapi sebuah rasa sepi dan kesedihan sebenarnya dapat dilakukan dengan cara yang mudah, salah satunya dengan bercerita. Hal ini menjadi pilihan dari subjek penelitian lain yaitu ibu Suharti. Menurut ibu Suharti meskipun saat ini hanya tinggal bersama anak ke 8 beserta kedua cucu, namun dirinya tetap sering bercerita apapun mengenai dirinya dan pengalamannya,

”setelah anak saya yang terakhir menikah kemarin. Saya merasa ditinggal satu persatu oleh anak saya. Sekarang saya hidup dengan anak ke 8 dan 2 anaknya. Tapi perasaan sedih itu bisa hilang kalo saya sudah ngobrol sama anak cucu. Udah cerita banyak kaya pengalaman pertama kali bertemu almarhum bapak, terus saya jadi cerita gimana seharusnya memilih pasangan yang baik dan lain-lain. Ngga ada yang lebih buat saya senang selain bisa bercerita bebas sama anak cucu biarpun kita dalam keadaan pas-pasan.”<sup>76</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara, terlihat bahwa subjek penelitian telah memilih cara atau strategi dalam menghadapi kesepian hidup dengan banyak bercerita kepada anak dan cucu. Bagi subjek dan orang lain yang menerapkan strategi ini, maka dirasakan adanya perasaan tenang atau kelegaan, bahagia dan merasa anaknya nanti dapat menjadi lebih baik dari pengalamannya sebelum ini. Kecenderungan orangtua terhadap anaknya adalah menjaga dari kegagalan atau hal apapun yang membuatnya menderita, oleh sebab itu strategi ini dipilih dan menunjukkan adanya kearifan dalam diri subjek penelitian.

- d. Memaknai kesepian sebagai proses alami dalam hidup yang harus dihadapi dengan tabah.

Kesepian merupakan bagian tak terpisahkan dari perjalanan hidup manusia. Setiap individu, pada titik tertentu, akan mengalami

---

<sup>75</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 8 September 2024

<sup>76</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 8 September 2024

momen-momen sendiri yang dapat menimbulkan perasaan sunyi. Namun, penting untuk memahami bahwa kesepian bukanlah sesuatu yang harus ditakuti atau dihindari. Sebaliknya, ini adalah proses alami yang dapat memberi kita kesempatan untuk introspeksi, mengenal diri lebih dalam, dan tumbuh secara emosional. Dengan menerima kesepian sebagai bagian dari kehidupan, kita dapat menghadapinya dengan lebih tabah dan lapang dada.

Kearifan dalam menghadapi kesepian terletak pada kemampuan kita untuk memaknainya secara positif. Alih-alih melihatnya sebagai kelemahan, kita bisa memanfaatkan momen-momen sepi untuk mengembangkan kreativitas, memperkuat hubungan dengan diri sendiri, atau merenungkan tujuan hidup. Kesepian juga bisa menjadi pendorong untuk membangun koneksi yang lebih bermakna dengan orang lain ketika kesempatan itu tiba. Dengan perspektif ini, kita tidak lagi menjadi korban kesepian, melainkan dapat mengubahnya menjadi katalis untuk pertumbuhan pribadi dan pemahaman yang lebih mendalam tentang kehidupan.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai strategi janda lansia dengan memaknai kesepian sebagai proses alami dalam hidup yang harus dijalani dengan tabah. Maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang sedari awal menyadari dengan menerima semua ketetapan Tuhan dengan lapang dada maka hatinya akan dipenuhi ketenangan,

”Saya sendiri memang bukan orang pintar, saya orang desa yang nggak tau apa-apa. Yang saya tahu dari ustadz ya kalo kita dikasih sesuatu sama Tuhan ya berarti jatah kita emang segitu. Walaupun kurang, atau kadang-kadang itu buat kita sengsara ya Tuhan bisa bagi-bagi ke kita secara adil kok. Makanya saya terima, saya ikhlasin semuanya walaupun saya nggak munafik ya tetep ngerasa sedih lah. Cuman ya

sedih terus ya buat apa yang ada nanti ngga punya uang, ngga bisa makan, ngga jelas.”<sup>77</sup>

Menerima dengan lapang dada sekalipun apa yang terjadi pada dirinya adalah sesuatu yang berat merupakan pilihan yang baik dan bijaksana. Hal ini pun terjadi pada diri subjek penelitian ibu Maskiyah,

”Pengalaman di rumah tangga saya kan ya seperti itulah kurang baik karena saya diselingkuhi tapi saya sudah ikhlas dan saya pikir buat apa ada dendam. Yang ada jadi penyakit, rugi ke diri saya sendiri. Sudahlah diterima saja, ini biasa saja ya namanya jiga hidup pasti ada masalah. walaupun udah jelas bukan kita yang salah tapi kita yang disakitin. Biarin aja lebih baik mikir besok mau ngapain mau sibuk apa.”<sup>78</sup>

Ibu maskiyah berpendapat bahwa memelihara dendam hanya akan menambah masalah dan mengakibatkan penyakit. Baginya permasalahan apapun dalam hidup sudah sewajarnya berjalan apa adanya sesuai ketentuan Tuhan. Hal inipun diyakini oleh ibu Suharti sesuai penuturannya dalam keterangan berikut,

”Menurut saya apa yang sudah terjadi ya sudah nggak papa, itu memang harus terjadi sama saya dan semua anak saya. Walaupun kalo ditanya ada rasa sedihapa ngga dan nelangsa apa enggak ya pasti ada. Tapi ya kita bisa apa si?, mau marah? Ke siapa? Udah yang penting disyukuri aja toh ini kita masih dikasih hidup. Sering saya bilang gitu ke anak-anak saya. Waktu kita bakal habis kalo ngikutin sedih terus atau apapun kaya misal kesepian dan lain-lain.”<sup>79</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara, terlihat bahwa subjek penelitian telah memilih cara atau strategi dalam menghadapi kesepian hidup dengan menerima semua masalah dengan lapang dada dan menganggap semua masalah dalam hidup adalah roses yang wajar terjadi. Bagi subjek dan orang lain yang menerapkan strategi ini, maka dirasakan adanya perasaan tenang karena dapat mengikhlaskan semua yang terjadi tanpa ada rasa dendam dan

---

<sup>77</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 8 September 2024

<sup>78</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 8 September 2024

<sup>79</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 8 September 2024

menyalahkan keadaan. Kecenderungan para janda lansia yang telah mengalami kegagalan atau hal apapun yang membuatnya menderita namun tetap menerimanya maka hal tersebut cukup menunjukkan adanya kearifan dalam diri subjek penelitian.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan para janda lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi dalam menghadapi kesepian

a. Latar belakang budaya dan adat istiadat Jawa yang kental

Latar belakang budaya dan adat istiadat Jawa memiliki peran penting dalam mengatasi kesepian dengan cara yang penuh kearifan. Masyarakat Jawa terkenal dengan filosofi hidup yang menekankan keseimbangan, keharmonisan, dan keterikatan sosial. Dalam budaya Jawa, kesepian sering dipandang sebagai ketidakseimbangan dalam hubungan seseorang dengan lingkungan sekitarnya. Untuk mengatasinya, masyarakat Jawa memiliki berbagai ritual dan kegiatan sosial yang dirancang untuk memperkuat ikatan komunitas, seperti selamatan, gotong royong, dan pertemuan rutin di balai desa. Praktik-praktik ini tidak hanya memberikan kesempatan untuk berinteraksi sosial, tetapi juga menanamkan rasa memiliki dan keterhubungan yang mendalam.

Selain itu, kearifan Jawa dalam mengatasi kesepian juga mendorong individu untuk aktif berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat dan lingkungan, yang secara tidak langsung membantu mengurangi perasaan terisolasi. Budaya Jawa juga menekankan pentingnya introspeksi diri dan meditasi, yang dapat membantu seseorang menemukan kedamaian batin dan mengurangi ketergantungan pada interaksi eksternal untuk mengatasi kesepian. Melalui pendekatan holistik ini, budaya Jawa menawarkan cara yang unik dan bijaksana dalam menghadapi dan mengatasi kesepian, dengan menyeimbangkan kebutuhan individu dan komunitas.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai faktor latar belakang budaya dan adat istiadat Jawa yang kental, maka peneliti

berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang mengakui bahwa ajaran dari orangtuanya dahulu dan nilai-nilai adat jawa yang dikenalnya dapat mempengaruhi pandangannya terhadap permasalahan kesepian hidup akibat menajanda,

”Apa yang saya yakini, yang saya tau dan yang saya lakukan memang sedikit banyaknya dari pendidikan orangtua. Ya karena orang jaman dulu si ya, sering dikasih tau istilah jawa, ya apa aja kaya narima ing pandum aja saya tau dari bapak. Ya dulu bapak pesen ke saya supaya jadi orang yang nerimaan karena nanti pasti ketemu banyak masalah kalo udah jadi orangtua. Dan emang bener banget, tapi karena itu saya jadi ngga begitu kaget.”<sup>80</sup>

Orangtua dari subjek penelitian seringkali mengajarkan nilai adat istiadat jawa yang membuat subjek hingga kini masih dapat memahami dan mengingat pesan orangtua. Hal ini juga dirasakan oleh ibu Maskiyah sesuai keterangannya yang menerangkan informasi berikut:

”Gayanya orangtua saya itu kalo mendidik saya kan tegas ya tapi sebenarnya lembut lah. Dan beliau selalu ngasih wejangan dengan istilah jawa dan sambil mencontohkan apa yang sudah beliau lewati sebelumnya. Tapi kalo pas jaman kecil dulu ya saya ngga paham si. Cuman setelah dipikir, inget-inget yang dulu saya sering ngerasa, oh jadi ini kayanya yang dulu sering diingetin bapak. Kaya saya harus jadi orang yang bersyukur, nerima apapun takdir dan tetep ibadah terus. Mungkin kebanyakan orangtua jawa tempo dulu ya kaya gini, nasehatin sambil nyantai kaya ngeteh atau ngopi.”<sup>81</sup>

Gaya komunikasi yang khas dari orangtua jaman dahulu yang sering menanamkan nilai-nilai luhur jawa dengan santai dan kontekstual atau sesuai dengan contoh masalah membuat subjek masih bisa mengingat momen tersebut. Hal ini menginspirasi subjek penelitian untuk mengikuti gaya komunikasi tersebut untuk

---

<sup>80</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 9 September 2024

<sup>81</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 9 September 2024

diterapkan pada anaknya seperti yang dilakukan oleh ibu Wasriah,

”Ya saya ingat orangtua saya sering nasehatin apalagi saya anak perempuan kaya ngga boleh pulang malam banget, belajar yang rajin karena nanti mendidik anak dan lain-lain. Tentu dengan cara nya yang selalu menggunakan contoh –contoh dari engalamannya dahulu. Ini membuat saya cukup yakin untuk meniru beliau sehingga saya pun sekarang hidup dengan tenang.”<sup>82</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara maka terlihat bahwa subjek nilai-nilai kearifan atau nilai luhur Jawa yang dirasakan oleh subjek penelitian sedikit banyaknya adalah hasil dari pengajaran orangtua dahulu. Dekatnya hubungan orangtua dan anak menjadikan subjek penelitian merasa terinspirasi oleh pola asuh dan komunikasi orangtuanya. Terlebih ketika dikontekskan pada permasalahannya saat ini dimana dirinya telah menjadi orangtua tentu apa yang diajarkan oleh orangtuanya melahirkan semangat untuk belajar nilai kearifan Jawa. Ini menjadi suatu budaya yang baik dan dapat diikuti oleh generasi selanjutnya.

- b. Dukungan sosial dari keluarga, tetangga, dan lingkungan masyarakat sekitar.

Dukungan sosial dari keluarga, tetangga, dan lingkungan masyarakat sekitar memainkan peran penting dalam mengatasi kesepian dengan kearifan. Keluarga sebagai unit terdekat dapat memberikan kasih sayang, perhatian, dan rasa memiliki yang sangat diperlukan untuk melawan perasaan terisolasi. Tetangga dan komunitas lokal juga dapat menawarkan interaksi sosial yang bermakna, bantuan praktis, dan rasa kebersamaan. Dukungan ini menciptakan jaringan yang kuat di mana seseorang merasa dihargai, dipahami, dan terhubung dengan orang lain.

---

<sup>82</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 10 September 2024

Kearifan dalam konteks ini melibatkan pemahaman bahwa kesepian adalah pengalaman manusia yang umum dan dapat diatasi melalui hubungan yang penuh perhatian. Masyarakat yang bijaksana menyadari pentingnya membangun komunitas yang inklusif, di mana setiap anggota merasa diterima dan dihargai. Dengan menumbuhkan budaya kepedulian dan keterlibatan aktif, dukungan sosial tidak hanya mengurangi kesepian tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental secara keseluruhan. Pendekatan yang bijaksana ini mengakui bahwa mengatasi kesepian bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga upaya kolektif yang membutuhkan empati, pengertian, dan tindakan nyata dari seluruh lapisan masyarakat.

Berdasarkan gambaran teoritis mengenai faktor dukungan sosial dari keluarga, tetangga, dan lingkungan masyarakat sekitar, maka peneliti berupaya menggali informasi agar dapat mengetahui bagaimana aplikasinya dalam diri subjek penelitian. Dengan melakukan metode wawancara dapat peneliti gambarkan pendapat wawancara dari subjek pertama yaitu ibu Rame yang menceritakan bahwa memiliki anak yang saat ini sibuk memikirkan keluarga karena memiliki anak adopsi, namun terdapat teman yang sering membantu dan memberikan tambahan kekuatan,

”Anak sibuk memikirkan keluarganya sendiri karena punya anak adopsi umur 5 tahun, kalo teman sering membantu ketika saya sedang dalam masalah walaupun berupa saran tetapi cukup untuk membuat saya lebih kuat lagi.”<sup>83</sup>

Pengalaman berbeda dirasakan oleh ibu Maskiyah, dimana anak-anak ibu Maskiyah justru masih sering menanyakan keadaannya dan membuat dirinya senang dan merasa diperhatikan,

”Anak-anak saya selalu menanyakan keadaan saya saat berkunjung kerumahnya. Itu cukup membuat hati saya senang masih diperhatikan oleh anak saya.”<sup>84</sup>

---

<sup>83</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Rame tanggal 10 September 2024

<sup>84</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Maskiyah tanggal 10 September 2024

Sama halnya dengan ibu Maskiyah, menurut informasi dari ibu Suharti dan ibu Wasriah keluarganya sangat baik dan perhatian dengannya hingga membuat dirinya justru merasa tidak enak,

“Keluarga sangat perhatian dengan saya, tetapi terkadang saya berpikir tidak mau merepotkan anak-anak saya.”<sup>85</sup>

Begitupun pendapat ibu Wasriah berikut ini:

“saya dirawat oleh anak-anak saya dengan baik, anak kedua saya setelah pulang merantau kasih sayangnya bertambah, sering menawarkan sesuatu untuk dibeli, memijat kaki saya tanpa disuruh, dst. atau mungkin kasihan melihat saya sudah semakin tua.”<sup>86</sup>

Berdasarkan keterangan wawancara maka terlihat bahwa dukungan keluarga seperti anak dan cucu, serta teman dan tetangga sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis subjek penelitian ini. Terlebih bagi ibu Rame sendiri yang mana anaknya telah fokus memikirkan kebutuhan istri dan anak yang sedang jatuh sakit.

#### **D. Pembahasan**

Berdasarkan temuan lapangan dari skripsi maka secara garis besar yang menjadi temuan lapangan dari penelitian ini yaitu:

1. Nilai-nilai kearifan yang dimiliki oleh janda lansia sering kali berakar pada pengalaman hidup mereka yang panjang. Temuan lapangan menunjukkan bahwa banyak janda lansia mengembangkan sikap penerimaan terhadap kondisi hidup mereka, termasuk status janda dan proses penuaan. Kearifan ini tercermin dalam kemampuan mereka untuk menemukan makna dalam kesederhanaan, menghargai hubungan yang masih mereka miliki, dan mempertahankan rasa syukur meskipun menghadapi tantangan.
2. Dalam menghadapi kesepian, janda lansia mengembangkan berbagai strategi yang mencerminkan kearifan mereka. Salah satu strategi utama adalah mempertahankan dan memperkuat hubungan sosial yang ada, baik dengan keluarga, tetangga, maupun komunitas. Banyak janda lansia

---

<sup>85</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Suharti tanggal 10 September 2024

<sup>86</sup> Hasil Wawancara Subjek Penelitian Ibu Wasriah tanggal 10 September 2024

secara aktif terlibat dalam kegiatan keagamaan atau kelompok sosial sebagai cara untuk tetap terhubung dengan orang lain. Strategi lain melibatkan pengembangan hobi atau kegiatan yang bermakna, seperti berkebun, membaca, atau melakukan pekerjaan tangan, yang tidak hanya mengisi waktu tetapi juga memberikan rasa tujuan dan kepuasan.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan janda lansia dalam menghadapi kesepian sangat beragam. Latar belakang budaya dan agama sering kali memainkan peran penting, memberikan kerangka kerja untuk memahami dan menerima perubahan hidup. Dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat terbukti menjadi faktor kunci dalam membantu janda lansia mengembangkan dan mempertahankan kearifan mereka dalam menghadapi kesepian. Janda lansia yang mampu menyesuaikan harapan mereka, menemukan makna baru dalam kehidupan, dan tetap terbuka terhadap pengalaman baru menunjukkan kearifan yang mendalam dalam menghadapi kesepian. Temuan ini menekankan pentingnya mendukung pengembangan resiliensi dan fleksibilitas pada lansia sebagai bagian dari upaya mempromosikan penuaan yang sehat dan bermakna.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Kearifan dalam Mengatasi Kesepian Hidup Para Janda Lansia di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi", dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai-nilai kearifan janda lansia:

Para janda lansia di Desa Kalisapu memiliki nilai-nilai kearifan yang kuat, seperti Narima ing Pandum, tawakkal (berseerah diri), Ngudhari (introspeksi diri). Nilai-nilai ini terbentuk dari pengalaman hidup mereka dan kearifan lokal yang diturunkan dari generasi ke generasi. Kearifan ini menjadi landasan penting dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, termasuk kesepian.

2. Strategi dalam menghadapi kesepian hidup dengan kearifan:

- a. Para janda lansia mengembangkan berbagai strategi berbasis kearifan untuk mengatasi kesepian, seperti memperkuat hubungan sosial dengan keluarga dan tetangga.
- b. Aktif terlibat dalam kegiatan kemasyarakatan dan keagamaan sebagai cara untuk mengisi waktu dan memperoleh dukungan sosial.
- c. Pengembangan hobi dan kegiatan produktif juga menjadi strategi penting dalam mengatasi kesepian.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kearifan dalam mengatasi kesepian hidup:

- a. Faktor eksternal seperti dukungan keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan aksesibilitas terhadap layanan masyarakat juga berperan penting.
- b. Budaya dan nilai-nilai masyarakat setempat turut membentuk kearifan dan strategi yang digunakan para janda lansia.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kearifan memainkan peran vital dalam membantu para janda lansia di Desa Kalisapu mengatasi kesepian hidup. Melalui nilai-nilai kearifan yang dimiliki, mereka mampu mengembangkan strategi yang efektif dan

memanfaatkan berbagai faktor pendukung untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

## **B. Saran**

Berdasarkan temuan penelitian, berikut beberapa saran yang dapat diajukan:

1. Bagi Masyarakat:
  - a. Meningkatkan kepedulian dan dukungan sosial terhadap para janda lansia di lingkungan sekitar.
  - b. Melibatkan para janda lansia dalam kegiatan-kegiatan sosial dan budaya untuk mengurangi isolasi sosial.
  - c. Menghargai dan belajar dari kearifan yang dimiliki para lansia sebagai aset berharga dalam masyarakat.
2. Bagi Keluarga:
  - a. Memberikan perhatian dan dukungan emosional yang konsisten kepada anggota keluarga lansia, terutama yang berstatus janda.
  - b. Melibatkan para lansia dalam pengambilan keputusan keluarga dan kegiatan-kegiatan keluarga.
  - c. Membantu para lansia dalam mengakses layanan dan fasilitas yang mereka butuhkan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya:
  - a. Melakukan penelitian lanjutan mengenai efektivitas berbagai strategi berbasis kearifan dalam mengatasi kesepian pada lansia.
  - b. Mengkaji lebih dalam mengenai peran kearifan lokal dalam mendukung kesejahteraan lansia di berbagai konteks budaya.
  - c. Mengembangkan model intervensi berbasis kearifan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, khususnya yang mengalami kesepian.

Dengan menerapkan saran-saran di atas, diharapkan kualitas hidup para janda lansia dapat lebih ditingkatkan, dan nilai-nilai kearifan yang mereka miliki dapat lebih dimanfaatkan sebagai sumber daya berharga dalam pembangunan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhitama, P. Y. (2016). Makna Hidup pada Janda Lansia. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 326-337.
- Anggraini, D. (2019). Strategi Koping Janda Lansia dalam Mengatasi Kesepian di Kota Bogor. Skripsi. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Aristawati, E., Ratnawati, R., & Imavike, F. (2016). Studi fenomenologi: Pengalaman kesepian pada lansia yang tinggal dirumah seorang diri di desa Tunggul Wulung-Pandaan. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 6(1), 18-25
- Edi, F. R. S.(2016). “Teori wawancara Psikodignostik” . Penerbit LeutikaPrio.
- Ekowati, C.R. 2008. Penyesuaian Diri Terhadap Hilangnya Pasangan Hidup Pada Lansia. Yogyakarta. Fakultas Psikologi: Universitas Sanata Dharma
- Elfa, F. (2021). “Bimbingan individu dalam mengatasi perilaku tiga santri yang sering bermain game online mobile legend di pondok pesantren sirojudin sidabowa (*Doctoral dissertation, IAIN Purwokerto*).
- Gunawan, I. (2013). “Metode penelitian kualitatif”. *Jakarta: Bumi Aksara*, 143.
- Imami Nur Rachmawati. “Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara,” *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 11 No. 1, Maret 2007, 37.
- Khotimah, H. (2017). Kearifan Lokal Masyarakat Adat Sunda dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 5(1), 58-72.
- Kusumawati, E. (2022). Peran Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Desa Adat Bali. Tesis. Denpasar: Universitas Udayana.
- Kusumawati, R. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kearifan Lokal pada Lansia di Pedesaan. *Jurnal Gerontologi*, 4(1), 25-36.
- Maryani, K. D. (2019). “Peran komunitas anak dalam mendukung program kabupaten layak anak di kabupaten malang (Studi Pada Komunitas Omah Sinau di Dusun Ngepeh, Desa Ngijo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang” (*Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang*).

- Moleong, L. J., & Edisi, P. R. R. B. (2004). "Metodelogi penelitian". *Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya*. 23
- Mulyani, S. (2020). Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 123-135.
- Nurjanah, S. (2018). Dukungan Sosial dan Kesepian pada Janda Lansia di Kota Cirebon. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 78-86.
- Nursapiah, "Penelitian Kualitatif", (Sumatera Utara: Wal Asri Publishing, 2020) hal. 308
- Permatasari, I. (2021). Kearifan Budaya Suku Baduy dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia. Skripsi. Serang: Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Putri, A. D., & Nuqul, F. L. (2019). Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia di Bangka Belitung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 98-107.
- Rahardjo, W. 2007. Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12, 127-137
- Rahmawati, N. (2019). Makna Hidup dan Kesepian pada Janda Lansia di Desa Adat Jawa. *Jurnal Studi Kultural*, 4(2), 81-90.
- Rijali, A.(2019)."Analisis data kualitatif. Alhadharah": *Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), Hlm 81-95.
- Rukajat, A.(2018). "Pendekatan Penelitian Kualitatif" (*Qualitative Research Approach*).
- Sari, D. P. (2020). Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Semarang. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Sari, K. P., & Nurrahmi, F. (2021). Resiliensi Janda Lansia dalam Menghadapi Kesepian di Kota Pekanbaru. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(1), 34-43.
- Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D", (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 318
- Sumarni, S. (2022). Kearifan Lokal Jawa dalam Menghadapi Tantangan Hidup Lansia. *Jurnal Budaya Nusantara*, 6(2), 112-125.
- Suryani, I. G. A., Suardana, I. B. R., & Suara, I. M. (2018). Kearifan Lokal dalam Mengatasi Kesepian Lanjut Usia di Desa Adat Tenganan Pegriingsingan, Bali. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4(2), 121-135.

- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. A. (2016). Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). 15- 27.
- Utami, N. W., & Widiarti, E. (2019). Kearifan Budaya dalam Mengatasi Kesenangan pada Lansia di Desa Adat Kampung Naga, Tasikmalaya. *Jurnal Studi Kultural*, 4(1), 32-40.
- Wijayanti, R., & Nurwianti, F. (2010). Kearifan Lingkungan Hidup Masyarakat Adat Desa Kanekes dalam Mengatasi Kesenangan Lanjut Usia. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 6(2), 147-163.
- Wulandari, A. (2021). Strategi Lansia dalam Mengatasi Kesenangan: Studi Kasus di Kabupaten Tegal. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang.
- .

LAMPIRAN 1

**PEDOMAN WAWANCARA**

"Kearifan dalam Kesepian Hidup Para Janda Lansia di Desa Kalisapu  
Kecamatan Slawi"

A. Pengalaman Kesepian

1. Bisakah Anda menceritakan bagaimana perasaan Anda setelah menjadi janda?
2. Apakah Anda pernah merasa kesepian? Jika ya, bagaimana Anda menggambarkan perasaan itu?
3. Situasi atau momen apa yang biasanya memicu perasaan kesepian pada diri Anda?

B. Bagaimana kesepian mempengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? Strategi Mengatasi Kesepian

1. Apa yang Anda lakukan ketika merasa kesepian? keluar rumah, berinteraksi dan bercanda bersama tetangga.
2. Bagaimana cara Anda menghibur diri saat merasa sendiri? mendengarkan musik atau bercerita dengan tetangga
3. Apakah ada kegiatan atau hobi tertentu yang membantu Anda mengatasi kesepian? tidak ada
4. Bagaimana peran keluarga atau teman dalam membantu Anda mengatasi kesepian?

C. Kearifan dan Pembelajaran Hidup

1. Apa pelajaran hidup yang Anda dapatkan dari pengalaman menjadi janda lansia?
2. Bagaimana pandangan Anda tentang hidup berubah setelah menjadi janda?
3. Adakah nilai-nilai atau prinsip hidup yang membantu Anda menghadapi kesepian?
4. Apa nasihat yang ingin Anda berikan kepada janda lansia lain yang mungkin mengalami kesepian?

D. Dukungan Sosial dan Komunitas

1. Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga dan tetangga di Desa Kalisapu?
2. Apakah Anda merasa mendapat dukungan dari masyarakat sekitar? Jika ya, dalam bentuk apa?
3. Adakah kegiatan sosial atau komunitas di desa yang Anda ikuti? Bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan kesepian Anda?

E. Harapan dan Pandangan ke Depan

1. Apa harapan Anda untuk masa depan?
2. Bagaimana Anda melihat diri Anda dalam beberapa tahun ke depan?
3. Adakah perubahan yang Anda inginkan dalam hidup Anda atau dalam masyarakat yang bisa membantu mengurangi kesepian?

## **LAMPIRAN 2**

### **HASIL WAWANCARA SUBJEK PENELITIAN**

#### **I. Data Demografis**

1. Nama (atau inisial jika ingin dirahasiakan) = Ibu Rame
2. Usia = 65 tahun
3. Lama menjanda = 32 tahun
4. Jumlah anak (jika ada) = 3 (1 perempuan 2 laki-laki meninggal}
5. Tingkat pendidikan = Tidak sekolah
6. Pekerjaan sebelum/sesudah menjanda = sebelum menjanda bekerja di pabrik teh selama 18 tahun sejak umur 17 tahun, keluar karena sakit-sakitan. Sesudah menjanda berjualan jajan keliling.

#### **II. Pengalaman Kesepian**

1. Bisakah Anda menceritakan bagaimana perasaan Anda setelah menjadi janda? Merasa lebh bahagia, karena selama pernikahan sering mengalami kdrt dan diselingkuhi oleh suami.
2. Apakah Anda pernah merasa kesepian? Jika ya, bagaimana Anda menggambarkan perasaan itu?iya pernah ,perasaan saat anak satu-satunya merantau dan perasaan ingin menikah lagi tetapi dilarang oleh anak.
3. Situasi atau momen apa yang biasanya memicu perasaan kesepian pada diri Anda? Saat sendirian dirumah dan saat punya masalah
4. Bagaimana kesepian mempengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? Tidak, lebih baik bekerja daripada memikirkan yang sia-sia.

#### **III. Strategi Mengatasi Kesepian**

1. Apa yang Anda lakukan ketika merasa kesepian?keluar rumah, berinteraksi dan bercanda bersama tetangga.
2. Bagaimana cara Anda menghibur diri saat merasa sendiri?mendengarkan musik atau bercerita dengan tetangga

3. Apakah ada kegiatan atau hobi tertentu yang membantu Anda mengatasi kesepian? tidak ada

4. Bagaimana peran keluarga atau teman dalam membantu Anda mengatasi kesepian? Anak sibuk memikirkan keluarganya sendiri karena punya anak adopsi umur 5 tahun, kalo teman sering membantu ketika saya sedang dalam masalah walaupun berupa saran tetapi cukup untuk membuat saya lebih kuat lagi.

#### IV. Kearifan dan Pembelajaran Hidup

1. Apa pelajaran hidup yang Anda dapatkan dari pengalaman menjadi janda lansia? lebih tegas dan sabar dalam menjalani kehidupan karena semua dihadapi sendiri.

2. Bagaimana pandangan Anda tentang hidup berubah setelah menjadi janda? hidup punya pasangan maupun tidak itu pilihan, setelah menjanda lama saya kurang lebih tahu punya pasangan atau tidak, bahagia diawali dari diri sendiri.

3. Adakah nilai-nilai atau prinsip hidup yang membantu Anda menghadapi kesepian? Lebih baik bekerja daripada terus berpikir kesepian

4. Apa nasihat yang ingin Anda berikan kepada janda lansia lain yang mungkin mengalami kesepian? Harus lebih bersyukur masih diberi hidup yang lebih lama.

#### V. Dukungan Sosial dan Komunitas

1. Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga dan tetangga di Desa Kalisapu? Baik-baik saja tidak ada masalah

2. Apakah Anda merasa mendapat dukungan dari masyarakat sekitar? Jika ya, dalam bentuk apa? Iya, tetangga selalu menerima saya apa adanya, sembako.

3. Adakah kegiatan sosial atau komunitas di desa yang Anda ikuti? Bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan kesepian Anda? Tidak ada

#### VI. Harapan dan Pandangan ke Depan

1. Apa harapan Anda untuk masa depan? Semoga selalu diberi kesehatan dan selalu bersyukur

2. Bagaimana Anda melihat diri Anda dalam beberapa tahun ke depan?

3. Adakah perubahan yang Anda inginkan dalam hidup Anda atau dalam masyarakat yang bisa membantu mengurangi kesepian? semoga saya tetap menjadi manusia yang bersyukur, bisa mengadakan posyandu lansia untuk menambah kegiatan.

## VII. Penutup

- Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait pengalaman Anda sebagai janda lansia di Desa Kalisapu? Janda didesa ini semakin bertambah, pemerintah untuk bisa lebih memperhatikan kesejahteraan janda didesa kalisapu.

### I. Data Demografis

1. Nama (atau inisial jika ingin dirahasiakan) = Ibu Maskiyah

2. Usia = 62 tahun

3. Lama menjanda = 29 thn

4. Jumlah anak (jika ada) = 2 laki-laki dan perempuan

5. Tingkat pendidikan = tidak sekolah

6. Pekerjaan sebelum/sesudah menjanda = karyawan pabrik teh sampai umur 37 tahun, asisten rumah tangga tetangga –sekarang.

### II. Pengalaman Kesepian

1. Bisakah Anda menceritakan bagaimana perasaan Anda setelah menjadi janda? Senang, karena saat bersama suami tidak bahagia, karena suami berselingkuh.

2. Apakah Anda pernah merasa kesepian? Jika ya, bagaimana Anda menggambarkan perasaan itu? pernah, saat anak masih kecil tidak ada yang menjadi sandaran seorang bapak.

3. Situasi atau momen apa yang biasanya memicu perasaan kesepian pada diri Anda? Dulu saat pulang bekerja sering kepikiran bisa tidak membesarkan anak seorang diri.

4. Bagaimana kesepian mempengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? Untuk sekarang saya tidak mudah terpengaruhi oleh keadaan diri saya sendiri, saat beberapa tahun bercerai dan harus membesarkan kedua anak sendiri saya bekerja

tanpa memikirkan kesehatan diri saya, yang pada akhirnya saya memilih resign di umur 37 tahun karena sakit dan sering pingsan.

### III. Strategi Mengatasi Kesepian

1. Apa yang Anda lakukan ketika merasa kesepian? Bercerita kepada teman atau tetangga sekitar.

2. Bagaimana cara Anda menghibur diri saat merasa sendiri? Saat saya merasa sendiri dirumah saya mengalihkan pikiran itu dengan kegiatan membantu pekerjaan rumah tetangga saya. Setelah pekerjaan selesai saya pergi kerumah cucu saya.

3. Apakah ada kegiatan atau hobi tertentu yang membantu Anda mengatasi kesepian? kalau hobi atau kegiatan khusus tidak ada

4. Bagaimana peran keluarga atau teman dalam membantu Anda mengatasi kesepian? Anak-anak saya selalu menanyakan keadaan saya saat berkunjung kerumahnya. Itu cukup membuat hati saya senang masih diperhatikan oleh anak saya.

### IV. Kearifan dan Pembelajaran Hidup

1. Apa pelajaran hidup yang Anda dapatkan dari pengalaman menjadi janda lansia? Bisa memaafkan diri sendiri di masalah dan menerima diri kita yang sekarang.

2. Bagaimana pandangan Anda tentang hidup berubah setelah menjadi janda? hidup berubah total, dulu saya mengandalkan ekonomi keluarga ke suami, setelah bercerai saya hidup mandiri mencukupi kebutuhan 2 orang anak saya.

3. Adakah nilai-nilai atau prinsip hidup yang membantu Anda menghadapi kesepian? tidak ada, saya lebih suka melihat anak dan cucu senang itu sudah cukup

4. Apa nasihat yang ingin Anda berikan kepada janda lansia lain yang mungkin mengalami kesepian? tidak masalah menjadi janda, cari hiburan positif yang bisa menenangkan pikiran

### V. Dukungan Sosial dan Komunitas

1. Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga dan tetangga di Desa Kalisapu? Hubungan saya baik-baik saja, saya setiap hari berinteraksi dengan tetangga dan keluarga saya.

2. Apakah Anda merasa mendapat dukungan dari masyarakat sekitar? Jika ya, dalam bentuk apa? Iya, saya mendapat support dari tetangga, ketika saya kesulitan tetangga yang pertama kali mendengar permasalahan saya.

3. Adakah kegiatan sosial atau komunitas di desa yang Anda ikuti? Bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan kesepian Anda? Tidak ada

## VI. Harapan dan Pandangan ke Depan

1. Apa harapan Anda untuk masa depan? Semoga selalu diberi kesehatan dan melihat anak dan cucu hidup bahagia.

2. Bagaimana Anda melihat diri Anda dalam beberapa tahun ke depan? masih seperti sekarang diperhatikan oleh keluarga dan juga tetangga saya

3. Adakah perubahan yang Anda inginkan dalam hidup Anda atau dalam masyarakat yang bisa membantu mengurangi kesepian? untuk masyarakat perhatikan tetangga sekitar kita, kalau ada masalah tetangga dulu yang akan menolong kita.

## VII. Penutup

- Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait pengalaman Anda sebagai janda lansia di Desa Kalisapu? Tidak ada

### I. Data Demografis

1. Nama (atau inisial jika ingin dirahasiakan) = Ibu Suharti

2. Usia = 64 tahun

3. Lama menjanda= 20 tahun

4. Jumlah anak (jika ada)= 9

5. Tingkat pendidikan= tidak sekolah

6. Pekerjaan sebelum/sesudah menjanda= sebelum menjanda petani, setelah menjanda pedagang

## II. Pengalaman Kesepian

1. Bisakah Anda menceritakan bagaimana perasaan Anda setelah menjadi janda? sedih, karena meninggalkan banyak anak . padahal ingin sama-sama melihat anak-anak menikah dan sukses semua.
2. Apakah Anda pernah merasa kesepian? Jika ya, bagaimana Anda menggambarkan perasaan itu? pernah, setelah anak saya yang terakhir menikah kemarin. Saya merasa ditinggal satu persatu oleh anak saya. Sekarang saya hidup dengan anak ke 8 dan 2 anaknya.
3. Situasi atau momen apa yang biasanya memicu perasaan kesepian pada diri Anda? Saat jam makan pagi dan malam, dulu masak banyak untuk anak-anak saya. Sekarang tinggal 2 orang pada saat jam makan.
4. Bagaimana kesepian mempengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? Iya, saya sempat terkena vertigo dan dibawa ke rumah sakit karena memiliki banyak pikiran yang melintas dan juga aktivitas yang padat.

## III. Strategi Mengatasi Kesepian

1. Apa yang Anda lakukan ketika merasa kesepian? Berolahraga depan rumah atau sekedar main dirumah tetangga
2. Bagaimana cara Anda menghibur diri saat merasa sendiri? Bermain bersama kedua cucu dan berinteraksi sosial dengan tetangga
3. Apakah ada kegiatan atau hobi tertentu yang membantu Anda mengatasi kesepian? Tidak ada
4. Bagaimana peran keluarga atau teman dalam membantu Anda mengatasi kesepian? Keluarga sangat perhatian dengan saya, tetapi terkadang saya berpikir tidak mau merepotkan anak-anak saya.

## IV. Kearifan dan Pembelajaran Hidup

1. Apa pelajaran hidup yang Anda dapatkan dari pengalaman menjadi janda lansia? walaupun memiliki banyak anak tidak menjadi alasan untuk tidak bisa membahagiakan semuanya.

2. Bagaimana pandangan Anda tentang hidup berubah setelah menjadi janda? Kita harus menerima pemberian dari yang di atas besar atau kecil yang penting bersyukur.

3. Adakah nilai-nilai atau prinsip hidup yang membantu Anda menghadapi kesepian? Prinsip saya kalau niat kita tulus kepada anak insya Allah dimudahkan segala urusan kita.

4. Apa nasihat yang ingin Anda berikan kepada janda lansia lain yang mungkin mengalami kesepian? Sering-sering berinteraksi dengan anak kita dan juga masyarakat.

#### V. Dukungan Sosial dan Komunitas

1. Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga dan tetangga di Desa Kalisapu? Hubungan baik-baik saja

2. Apakah Anda merasa mendapat dukungan dari masyarakat sekitar? Jika ya, dalam bentuk apa? Iya, terkadang menanyakan kondisi kesehatan saya.

3. Adakah kegiatan sosial atau komunitas di desa yang Anda ikuti? Bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan kesepian Anda? Tidak ada

#### VI. Harapan dan Pandangan ke Depan

1. Apa harapan Anda untuk masa depan? Anak-anak saya tetap rukun dan akur walaupun nanti saya sudah tidak ada.

2. Bagaimana Anda melihat diri Anda dalam beberapa tahun ke depan? Saya bertambah tua mulai sekarang saya harus lebih banyak bersyukur

3. Adakah perubahan yang Anda inginkan dalam hidup Anda atau dalam masyarakat yang bisa membantu mengurangi kesepian? Tidak ada

#### VII. Penutup

- Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait pengalaman Anda sebagai janda lansia di Desa Kalisapu? Pemerintah desa harus bisa menjangkau para janda lansia yang hidup sendiri untuk lebih diperhatikan keadaannya.

#### I. Data Demografis

1. Nama (atau inisial jika ingin dirahasiakan) = Ibu Wasriah

2. Usia= 65 tahun
3. Lama menjanda = 28 tahun
4. Jumlah anak (jika ada)= 3
5. Tingkat pendidikan= sd
6. Pekerjaan sebelum/sesudah menjanda=sebelum karyawan pabrik the sesudah menjanda ibu rumah tangga

## II. Pengalaman Kesepian

1. Bisakah Anda menceritakan bagaimana perasaan Anda setelah menjadi janda? pertama kali menjadi janda perasaan saya takut apakah bisa menghidupi ketiga orang anak sedangkan saya bekerja seadanya, tetapi anak pertama saya sukses dan membantu saya dan adik-adiknya untuk melanjutkan kehidupan.
2. Apakah Anda pernah merasa kesepian? Jika ya, bagaimana Anda menggambarkan perasaan itu? Pernah, sebelum anak saya pulang dari perantauan selama 10 tahun. Selama itu di rumah hidup dengan anak bungsu, kalau dia bekerja saya sendirian dirumah .
3. Situasi atau momen apa yang biasanya memicu perasaan kesepian pada diri Anda? saat sendirian di rumah, saya sering memikirkan kedua anak saya yang belum menikah, padahal usia dikatakan sudah sangat matang.
4. Bagaimana kesepian mempengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? saat saya merasa kesepian dulu sangat berpengaruh kepada pekerjaan saya , sering tidak fokus, sulit mengambil keputusan dan saya sering menyalahkan diri sendiri karena belum bisa menjadi orang tua yang bisa diandalkan, kurang lebih begitu.

## III. Strategi Mengatasi Kesepian

1. Apa yang Anda lakukan ketika merasa kesepian? saya mencoba mencari kegiatan positif seperti membaca buku ataupun shalat sunnah.
2. Bagaimana cara Anda menghibur diri saat merasa sendiri? Menonton tv dan berinteraksi dengan tetangga yang juga masih saudara.
3. Apakah ada kegiatan atau hobi tertentu yang membantu Anda mengatasi kesepian?saya sudah menjadi ibu rumah tangga cukup lama, ekonomi anak yang mencukupi, waktu luang saya yang banyak membuat saya ingin belajar membuat makanan ataupun jajanan yang belum pernah saya buat ,kuraang lebih begitu.

4. Bagaimana peran keluarga atau teman dalam membantu Anda mengatasi kesepian? saya dirawat oleh anak-anak saya dengan baik, anak kedua saya setelah pulang merantau kasih sayangnya bertambah, sering menawarkan sesuatu untuk dibeli, memijat kaki saya tanpa disuruh, dst. atau mungkin kasihan melihat saya sudah semakin tua.

#### IV. Kearifan dan Pembelajaran Hidup

1. Apa pelajaran hidup yang Anda dapatkan dari pengalaman menjadi janda lansia? Saya termasuk janda cerai mati, banyak pelajaran setelah menjadi janda yang sudah tua ini. Salah satunya setiap bangun tidur saya selalu bersyukur masih diberi kesempatan dan kesehatan oleh Allah

2. Bagaimana pandangan Anda tentang hidup berubah setelah menjadi janda? menurut saya itu sudah diatur sedemikian rupa oleh Allah untuk hambanya agar bisa menjadi manusia yang lebih kuat dan menerima keadaan di masa yang akan datang.

3. Adakah nilai-nilai atau prinsip hidup yang membantu Anda menghadapi kesepian? mungkin ini bukan prinsip tetapi saya selalu menekankan kepada diri saya untuk berbuat baik dan selalu berprasangka baik kepada semua orang.

4. Apa nasihat yang ingin Anda berikan kepada janda lansia lain yang mungkin mengalami kesepian? carilah kegiatan positif yang bisa menjernihkan pikiran dan sering-seringlah berinteraksi dengan tetangga.

#### V. Dukungan Sosial dan Komunitas

1. Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga dan tetangga di Desa Kalisapu? baik-baik saja

2. Apakah Anda merasa mendapat dukungan dari masyarakat sekitar? Jika ya, dalam bentuk apa? Selayaknya orang tua, dimanapun pasti dituakan atau dihormati, perhatian mereka sudah cukup bagi saya dihargai sebagai janda lansia.

3. Adakah kegiatan sosial atau komunitas di desa yang Anda ikuti? Bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan kesepian Anda? tidak ada

#### VI. Harapan dan Pandangan ke Depan

1. Apa harapan Anda untuk masa depan? selalu diberi kesehatan dan melihat kedua anak saya menikah.

2. Bagaimana Anda melihat diri Anda dalam beberapa tahun ke depan? mungkin saya sudah bertambah tua, untuk saat saya ingin memiliki cucu baru lagi dan anak-anak saya bisa hidup rukun dan bahagia.

3. Adakah perubahan yang Anda inginkan dalam hidup Anda atau dalam masyarakat yang bisa membantu mengurangi kesepian? mungkin bisa diadakan kegiatan kajian atau mengaji khusus untuk kalangan ibu-ibu lansia, karena umur sudah tua mau apalagi yang dikejar kalo bukan akhirat.

## VII. Penutup

- Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait pengalaman Anda sebagai janda lansia di Desa Kalisapu? saya sebagai janda cukup diperhatikan khususnya dilingkungan saya, mungkin dilingkungan lain masih ada yang belum diperhatikan untuk lebih diperhatikan lagi.

### LAMPIRAN 3 DOKUMENTASI

Gambar 1 Dokumentasi Wawancara  
Subjek Penelitian Ibu Rame



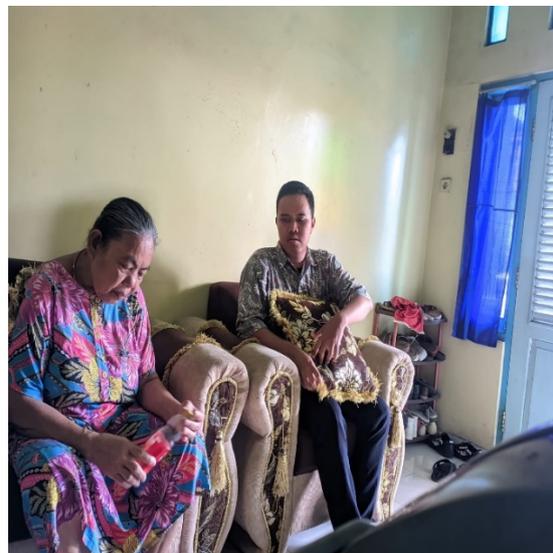
Gambar 2. Dokumentasi wawancara  
subjek Ibu Suharti



Gambar 3 Dokumentasi Wawancara  
ibu Maskiah



Gambar 4 Dokumentasi wawancara ibu  
Wasriah



**DAFTAR RIWAYAT HIDUP  
CURICULUM VITAE**

Nama Lengkap : Ahmad Fikri Maulana  
Tempat & Tanggal Lahir : Brebes, 31 Oktober 1999  
Umur : 24 Tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Agama : Islam  
Alamat : Desa Kalisapu, RT 02/07, Kecamatan Slawi,  
No.Telp : 0895380167273  
Alamat Email : [ahmadfikri31101999@gmail.com](mailto:ahmadfikri31101999@gmail.com)  
Motto Hidup : Harus Selalu Bersyukur Dan Bahagia

**RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. SD/MI : SD N KALISAPU 03
2. SMP/MTS : MTS N 2 TEGAL
3. SMA/MA : MAN 1 TEGAL
4. Perguruan Tinggi : UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto/ Prodi  
BKI/Fakultas Dakwah