

Konsultasi Psikologi



Dra. M.J Retno Priyani, M.Si, dalam kesehariannya selain psikolog, juga Dosen FKIP Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Selain itu juga Trainner Pengembangan SDM di berbagai instansi, organisasi, rumah sakit, sekolah, perguruan tinggi hingga tarekat religius di seluruh Indonesia. Silakan mengirimkan keluhan/problema ke Redaksi Majalah PRABA, Jl. Bintaran Tengah No. 4 Yogyakarta 55151, atau Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Tromol Pos 29 Yogyakarta, Fax : (0274) 562383.

HARUSKAH SENDIRI DI USIA SENJA?

Tanya :

Yth. Ibu Retno Priyani

Sebelumnya saya menghaturkan Selamat Paskah. Langsung ke persoalan; Saya (49 tahun) lajang. Hidup serba kecukupan terlebih saya PNS dengan Golongan IV A. Keputusan hidup menyendiri saya jalani lantaran diusia 29 tahun saya pernah dikecewakan kekasih. Tetapi sekarang saya gelisah, untuk apa saya hidup kecukupan tetapi batin saya kosong. Tak ada yang bisa diajak berbagi. Apakah masih ada kesempatan untuk memulai hidup baru diusia menjelang pensiun terlebih mengingat apa yang saya miliki tidak ada yang mewarisi? Mohon petunjuknya. Terima kasih. *Berkah Dalem*

(Daud, Purworejo)

Jawab :

Yth. Bpk. Daud

Hidup serba kecukupan, menjadi kerinduan banyak orang. Banyak orang membayangkan mereka yang hidup berkecukupan tidak pernah kekurangan, maka hidupnya bahagia. Namun, dari cerita anda, hidup kecukupan tidak menjamin hidup bahagia. Anda merasa hidup batin kosong karena tidak ada teman berbagi. Agaknya anda beranggapan bila ada teman berbagi, hidup anda tidak terasa kosong lagi.

Tentu saja masih ada kesempatan untuk memulai hidup baru di usia 49 tahun. Anda berstatus lajang sehingga bebas untuk menikah. Anda juga berpenghasilan yang cukup, yang menjadi salah satu modal awal yang penting untuk berkeluarga. Tentunya, anda berharap setelah berkeluarga kehidupan anda lebih bahagia daripada sekarang. Perlu diketahui, tidak otomatis dengan berkeluarga akan bahagia. Mungkin lebih bahagia daripada ketika sendirian, atau sebaliknya. Bahagia atau tidaknya tergantung keharmonisan keluarga yang terbentuk; dan ditentukan oleh

kedua belah pihak yang membangun keluarga.



Berkeluarga memerlukan kesiapan kedua belah pihak. Anda perlu bertanya pada diri sendiri, kesiapan untuk berbagi dengan pasangan. Selama ini anda memiliki kebebasan dalam banyak hal (mengatur waktu, uang, berteman, dan lain-lain), namun ketika sudah berstatus menikah anda perlu mengingat keberadaan pasangan anda. Penghasilan, waktu, teman,

keberhasilan, masalah/problema, kesulitan, kesehatan dan lain-lain yang selama ini hanya terkait dengan anda sendiri, setelah menikah menjadi bagian dari dinamika keluarga anda.

Kesiapan berkeluarga berarti juga kesediaan bekerjasama dengan pasangan. Setelah menikah, suami dan isteri harus bersatu untuk membangun keluarga. Apapun yang dilakukan suami atau isteri harus mendukung perkembangan keluarga. Egoisme pribadi diharapkan menghilang digantikan kesadaran untuk mengutamakan kebahagiaan seluruh anggota keluarga. Komunikasi yang efektif sangat mendukung terbangunnya keluarga bahagia. Relasi yang setara perlu diwujudkan dalam keluarga, dalam arti tidak ada salah satu pihakpun yang ingin menguasai/mendominasi pasangannya.

Jadi, masih ada kesempatan untuk berkeluarga, sejauh anda menemukan seseorang yang bersedia berkeluarga bersama anda. Selamat membuka hati dan memperluas pergaulan. Yakinkan setiap orang bahwa anda pribadi yang baik, yang membuat orang lain nyaman dan bahagia bersama anda; pasti semesta akan mendukung niat baik anda. *Berkah Dalem.*