

**TINGKAT KEBERMAKNAAN HIDUP
DEWASA MADYA YANG BEKERJA**

Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi



Oleh:

Lusia Gita Gracia

NIM : 029114014

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS SANATA DHARMA

YOGYAKARTA

2007

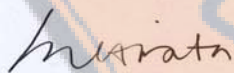
TINGKAT KEBERMAKNAAN HIDUP
DEWASA MADYA YANG BEKERJA

Skripsi
Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi

Oleh:
Lusia Gita Gracia
NIM : 029114014

Telah disetujui oleh:

Pembimbing,



ML. Anantasari

Tanggal: September 2007

SKRIPSI

**TINGKAT KEBERMAKNAAN HIDUP
DEWASA MADYA YANG BEKERJA**

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Lusia Gita Gracia

NIM : 029114014

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji pada tanggal 08 Oktober 2007 dan dinyatakan memenuhi syarat

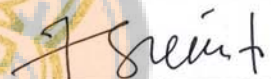
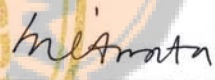
Susunan Panitia Penguji

Nama Lengkap

Ketua : ML. Anantasari, S.Psi., M.Si.

Sekretaris : Minta Istono, S.Psi., M.Si.

Anggota : Dra L. Pratidarmanastiti, MS.

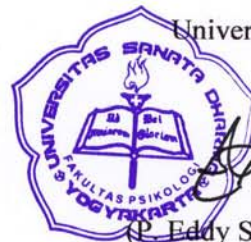


Yogyakarta, November 2007

Fakultas Psikologi

Universitas Sanata Dharma

Dekan,



(P. Eddy Suhartanto, S.Psi., M.Si.)

Pernyataan Keaslian Karya

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini tidak memuat karya atau bagian karya orang, kecuali yang telah disebutkan dalam kutipan dan daftar pustaka.

Yogyakarta,

Penulis

Lusia Gita Gracia



FOOTPRINTS

One night a man had a dream
He dreamed he was walking along the beach with the Lord
Across the sky, flash scene from his life
For each scene, he noticed two sets of footprints in the sands
One belonging to him and the other to the Lord

When the last scene of his life flashed before him, he looked back at the footprints in the sands

He noticed that many times along the path of his life there was only one set of footprints
He also noticed that it happened at the very lowest and saddest times in his life

This really bothered him and he questioned at the Lord about it
"Lord, You said that once I decided to follow You, You'd walk with me all the way
But I have noticed that during the most trouble sometimes in my life, there is only one set of footprint

I don't understand why when I need You most, You would leave me"
The Lord replied, "My precious child, I love you and I would never leave you
During your times of trial and suffering, when you show only one set of footprints, it was then that I carried you"

Author unknown

*Betapun gelap jalan yang kita tempuh
Kan selalu ada setitik terang yang menuntun kita
Seperti bintang di langit malam*

“Biarkan keyakinan kamu, 5 cm menggantung mengambang di depan keningmu. Dan sehabis itu yang kamu perlu cuma kaki yang akan berjalan lebih jauh dari biasanya, tangan yang akan berbuat lebih banyak dari biasanya, mata yang akan menatap lebih lama dari biasanya, leher yang akan lebih sering melihat ke atas, lapisan tekad yang seibu kali lebih keras dari baja, dan hati yang akan bekerja lebih keras dari biasanya serta mulut yang akan selalu berdoa.”

(dari “5 CM”, sebuah novel yang menginspirasi karya Donny Dhirgantoro)



Karya ini kupersembahkan untuk:

Orang tuaku yang telah menyangi dan memberikan yang
terbaik padaku
Kakaku, Anggi dan adikku, Mery yang telah banyak
membantuku dan memperhatikanku
Semua orang yang telah menginspirasi dan memberiku
semangat untuk terus maju
I Love You all

Abstrak

Tingkat Kebermaknaan Hidup Dewasa Madya yang Bekerja

**Lusia Gita Gracia
029114014
Fakultas Psikologi
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja. Ada tiga nilai yang menjadi sumber kebermaknaan hidup, yaitu: nilai kreatif, nilai eksperiensial, dan nilai sikap.

Subyek dalam penelitian ini adalah 50 orang kaum dewasa madya yang berusia antara 40 – 60 tahun dan memiliki pekerjaan tetap dengan jabatan minimal sebagai staff. Alat pengumpul data adalah skala kebermaknaan hidup yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Viktor E. Frankl. Indeks kesahihan butir antara 0,301 sampai 0,710. Reliabilitas penelitian sebesar 0,942 yang menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel.

Berdasarkan hasil analisis data, bisa dilihat bahwa sebagian besar subyek dalam penelitian ini memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan 39 (78%) subyek masuk dalam kategori tinggi, 11 (22%) subyek masuk dalam kategori sedang, dan tidak ada subyek yang masuk dalam kategori rendah. Data dari beda mean tiap nilai menunjukkan bahwa nilai sikap mendominasi diikuti oleh nilai eksperiensial, dan nilai kreatif.

Abstract

The Level of The Meaning of Life of Middle Adult Workers

Lusia Gita Gracia

029114014

**Faculty of Psychology
Sanata Dharma University
Yogyakarta**

The aim of this research is to know the level of the middle adult worker's meaning of life. There are three values that become the sources of the meaning of life, that is: creative value, experiential value, and attitude value.

The subjects of this research were 50 middle adults who are in age of 40 until 60 and have permanent job with minimum position as a staff. The measuring tools are the meaning of life scale that been made by researcher based on Viktor E. Frankl theory. The validity item index moved from 0,301 to 0,710 The reliability of this research is 0,942 which show that this research is reliable.

Based on the data analysis, we can see that most of subjects have high level of the meaning of life. It show with 39 (78%) subjects in high category, 11 (22%) in middle category, and there is no subject (0%) in low category. The data of mean differences of each value show that attitude value dominated, followed by experiential value, and creative value.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan karunia dan berkat-Nyalah maka tugas akhir ini dapat selesai dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Penulis menyadari adanya keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, sehingga dengan bantuan dari berbagai pihaklah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yesus atas berkat-Nya sehingga penulis selalu diberi kekuatan dan jalan yang terbaik atas semua masalah. Ia selalu ada di sisiku untuk membimbing dan memberi petunjuk padaku.
2. Bapak P Eddy Suhartanto, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
3. Ibu Silvy CMYM, S.Psi. selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma.
4. Ibu Titik Kristiyani, S.Psi., Bapak C. Wijoyo Adinugroho, S.Psi., dan Ibu A. Tanti Arini, S.Psi. selaku dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas bimbingan ibu dan bapak selama penulis menjadi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

5. Ibu ML. Anantasari, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi atas bantuan berupa petunjuk dan masukan-masukan yang ibu berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Bapak Minta Istono, S.Psi., M.Si. dan Ibu Dra L. Pratidarmanastiti, MS. selaku penguji atas masukan dan kritiknya sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik lagi.
7. Mas Gandung, Bu Nanik, dan Pak Gie atas bantuan selama peneliti kuliah di sini dan selalu negerepotin dengan pertanyaan-pertanyaan dan pembuatan surat keterangannya.
8. Mas Muji dan Mas Doni atas bantuannya selama kuliah terutama saat praktikum dan menjadi asisten dosen praktikum.
9. Keluargaku, Papa, Mama, Mas Anggi dan Mery, makasih ya untuk semuanya. Aku belajar banyak dari papa dan mama dan tanpa kalian aku tidak akan bisa menjadi seperti sekarang ini.
10. Keluarga besar Maryunani atas bantuan dan bimbingan selama peneliti tinggal di Jogja, terutama keluarga di Mangkubumen dan Nogotirto atas bantuan baik secara fisik, psikis, dan materi. Mbak Entik makasih dah mau jadi tempatku dan Mery mencari makan hehe..... Bude Endah, waliku selama di Jogja, makasih ya atas pinjaman motornya.
11. Keluarga besar Djojo Utomo di Jakarta dan sekitarnya. Terima kasih atas dukungan dan doanya. Kapan mau kumpul di Jogja lagi? Dah lama gak kumpul-kumpul lagi nih....

12. My best friends, Bona teman seperjuangan dalam menyelesaikan skripsi dan juga tempat berbagi cerita, Ina yang udah mau jadi tempat curhatku, Ason teman nontonku, akhirnya aku dah selesai nih, ayo nonton lagi..... Bean yang udah bantuin benerin komputerku yang selalu bermasalah, Kuching yang pinter masak. Betot kapan ke jogja lagi? dah lama nih gak ktemu kamu, kumpul lagi yuk, atau aku yang ke sana ya.....sekalian liburan. Thanks ya guys untuk semua tawa candanya. Aku selalu merindukan saat-saat kita bersama.
13. Teman-teman seperjuanganku di kampus tercinta, Mitha, Lia, Ajeng, Ntri', Nanut, Sapi, Vincent, Elvin, Mas Adi, Desta, Wiwin, Hera akhirnya aku nyusul kalian nih. Vanty, Nope', Laura, Cahya, Astria, Suko, Danang, Aan, Nining, Thea, Weda, Si-Y ayo kalian berjuanglah!!! Juga teman-teman angkatan 2002 lainnya yang tidak bisa kusebut satu per satu, terima kasih atas kebersamaan dan pengalaman yang berharga selama kita berjuang bersama di psikologi.
14. Mas Dian, Mbak Beta, Mas Oho, Mas Aan, Bayu, Via "Achai" makasih ya untuk pertemanan kita selama ini. Semoga bisa terus berlanjut selamanya.
15. Teman-teman KKN-ku, Kepuh crew. Mik2, Ik2, Nenek, Asti, Si-Y, Patrick, Nopra, Vita, dan Ayu. Kapan kumpul dan mengunjungi Kepuh bareng lagi? Kayaknya susah ya, dah pada mencar-mencar sih.
16. Teman masa kecilku, Dicky. Aku senang kita bisa bertemu kembali setelah 12 tahun terpisah. Semoga kita tetap bisa berteman selamanya.

Pengalaman hidupmu termasuk salah satu alasan aku berjuang di psikologi.

17. Mas Eko, yang pernah mengisi hidupku dengan cinta, meskipun kita sudah tidak bersama tetapi semua yang kita lalui merupakan pengalaman yang sangat berharga. Terima kasih untuk semuanya. Terus berjuang ya.....

18. Bpk. Stefanus, Bpk. Aloysius, yang sudah membantu peneliti dalam menyebarkan angket di kantornya dan kepada teman-temannya yang lain, serta semua subyek yang sudah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi angket. Terima kasih atas waktu yang diberikan untuk mengisi angketnya dan maaf sudah merepotkan.

19. Buat siapa aja yang udah menjadi bagian dari hidupku di dunia ini. Pengalaman membuatku menjadi lebih dewasa dan kuat menghadapi apapun. FIGHTING !!

Yogyakarta,

Penulis

Lusia Gita Gracia

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kebermaknaan Hidup	9
1. Pengertian Kebermaknaan Hidup	9

2. Nilai-nilai Sumber Kebermaknaan Hidup	10
a. Nilai kerja atau nilai kreatif	10
b. Nilai eksperiensial atau penghayatan	12
c. Nilai sikap	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup	14
a. Spiritualitas	14
b. Kebebasan	14
c. Tanggung jawab	15
4. Ciri-ciri Hidup Bermakna dan Tidak Bermakna	16
a. Hidup Bermakna	16
b. Hidup Tidak Bermakna	18
B. Dewasa Madya	19
1. Pengertian Dewasa Madya	19
2. Karakteristik Dewasa Madya	19
3. Dewasa Madya yang Bekerja	21
C. Kebermaknaan Hidup Dewasa Madya yang Bekerja	22

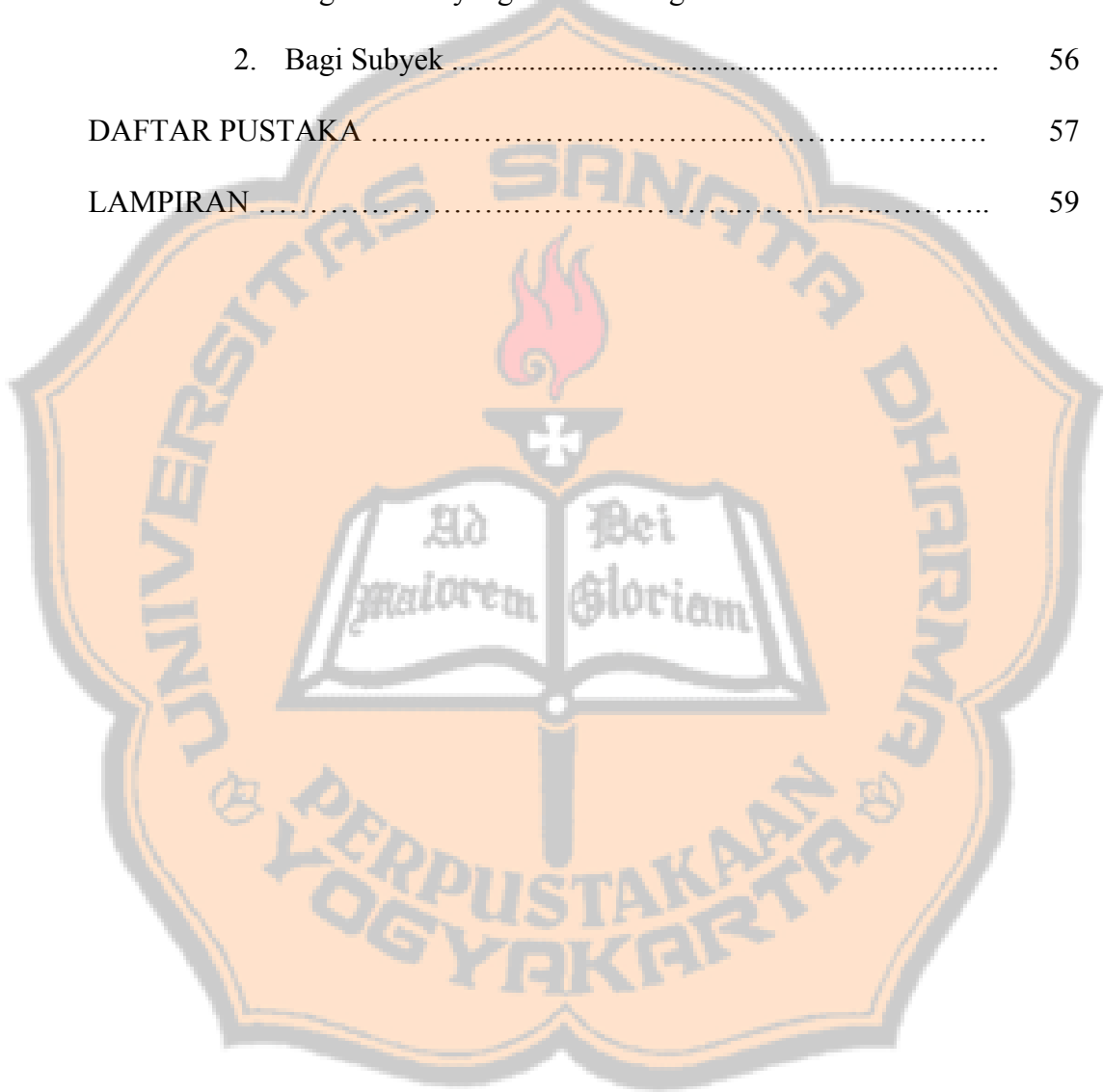
BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis/Rancangan Penelitian	27
B. Variabel Penelitian	27
C. Definisi Operasional Variabel	27
D. Subyek Penelitian	28
E. Proses Pengumpulan Data	29

1. Tahap Persiapan	29
2. Tahap Pengumpulan Data	30
F. Metode Pengumpulan Data	30
1. Alat Pengumpul Data/Instrumen	30
2. Penskoran	32
3. Blue Print	32
G. Pertanggungjawaban Mutu	33
1. Validitas	33
2. Seleksi Item	34
3. Reliabilitas.....	36
H. Metode Analisis Data	37
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	41
B. Deskripsi Subyek	41
C. Hasil Penelitian	42
1. Uji Normalitas	42
2. Deskripsi Data Penelitian	43
3. Kategorisasi Tingkat Kebermaknaan Hidup pada Dewasa	
Madya yang Bekerja	45
4. Data pada Setiap Nilai Kebermaknaan Hidup	48
D. Pembahasan	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
1. Bagi Peneliti yang Akan Datang	55
2. Bagi Subyek	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	59



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor untuk Item Favorabel dan Unfavorabel	32
Tabel 2. Blue Print Skala Kebermaknaan Hidup	33
Tabel 3. Spesifikasi Item Setelah Uji Coba	35
Tabel 4. Spesifikasi Item Penelitian	36
Tabel 5. Norma Kategori Jenjang	38
Tabel 6. Norma Kategorisasi dengan Batasan Angka-Angka	39
Tabel 7. Kategorisasi Skala	40
Tabel 8. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	43
Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian	43
Tabel 10. Kategori Skor Total Subyek	46
Tabel 11. Kategorisasi Tingkat Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja	47
Tabel 12. Mean Tiap Nilai Kebermaknaan Hidup	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Kebermaknaan Hidup Dewasa Madya yang Bekerja26



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Modernisasi yang ditandai dengan adanya perubahan, misalnya teknologi yang semakin maju, urbanisasi, dan pendapatan perkapita yang meningkat, memberi pengaruh yang cukup besar bagi kehidupan masyarakat. Manusia modern, menurut Riesman (dalam Koeswara, 1992), merupakan manusia yang kesepian dalam keramaian dan kebisingan massa, yang menandai semakin meningkatnya kekosongan dan pengalaman keterasingan yang semakin intens sejalan dengan sistematisasi dan otomatisasi kerja di dalam masyarakat industri modern. Individu dalam masyarakat modern menjalani kehidupan berupa rutinitas yang membosankan. Masyarakat modern pergi bekerja pada pagi hari, pulang kerja pada sore atau malam hari, menonton televisi bersama keluarga atau sendiri, istirahat malam hari, kemudian memulai aktivitas yang sama keesokan harinya, demikian seterusnya (May, dalam Koeswara, 1987).

Pada masyarakat modern, kemakmuran materi dianggap sebagai tujuan akhir dirinya. Masyarakat modern melihat hidup berdasarkan materi dan melupakan kebutuhan rohani atau spiritualitasnya (Bastaman, 1995). Masyarakat modern menaruh minat yang besar pada uang dan berkuasa dengan uangnya tersebut, tetapi masyarakat modern tidak memiliki arah hidup (Frankl, dalam Koeswara, 1987). Banyak orang yang selain tidak mengetahui keinginan mereka,

juga tidak memiliki gambaran yang jelas tentang perasaan mereka sendiri. Kebimbangan dan keraguan akan semakin membuat mereka merasakan kepedihan, ketidakberdayaan, dan kehampaan hidup (May, dalam Sukmono, dkk, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Sukmono, Djohan, dan Ellyawati (2000) mendukung kenyataan tersebut. Mereka menemukan bahwa modernitas memberi pengaruh pada timbulnya kehampaan hidup dan individualisme. Penelitian tersebut dilakukan terhadap mahasiswa, namun mereka beranggapan bahwa hasil penelitian juga bisa terjadi pada masyarakat umum.

Terganggunya upaya orang terkait untuk mencari makna hidup bisa berubah menjadi keinginan untuk berkuasa dan untuk memperoleh kekayaan (Frankl, 2004). Kondisi ini membuat masyarakat modern kehilangan kesadaran akan makna hidup yang lebih mendalam. Kondisi seperti inilah yang pada akhirnya membuat kaum dewasa madya yang telah mapan secara finansial dan jabatan masih merasakan kekurangan dalam hidup mereka, karena mereka tidak tahu apa sebenarnya yang menjadi tujuan hidup mereka, sehingga mereka pun tidak merasakan makna dari hidup yang dijalaninya.

Kenyataan ini, menurut Frankl (dalam Koeswara, 1992), terlihat pada kelompok pemimpin atau para eksekutif. Kelompok pemimpin atau para eksekutif tersebut begitu sibuk mencari nafkah, sehingga mengalami frustrasi eksistensial sebagai konsekuensi dari aktivitas bekerja yang berlebihan, dan kekosongan batin yang menyertai frustrasi eksistensial itu mendorong mereka untuk mengatasinya dengan bekerja lebih giat lagi, sehingga mereka menjadi gila kerja (*workaholic*).

Kaum dewasa madya yang bekerja juga ada yang menjadi tidak bersemangat dalam bekerja, sehingga kerjanya menjadi kurang optimal dan hasilnya tidak maksimal. Bahkan ada yang menjadi koruptor karena menjadi gelap mata, tidak bisa lagi membedakan antara uang halal dengan uang haram dan berharap dengan materi yang berlimpah akan merasa lebih bahagia. Umpatan, makian, bahkan saling menikam dari belakang dalam sebuah persaingan kerja bisa saja terjadi, yang berakibat pada suasana kerja yang tidak menyenangkan dan membuat pekerjaan menjadi tidak efektif lagi (Aslami, 2005). Semua hal ini bisa terjadi karena adanya kekurangan arti dalam hidup yang dialami oleh kaum dewasa madya yang bekerja.

Kekurangan arti dalam kehidupan, menurut Frankl (dalam Schultz, 1991), merupakan suatu neurosis yang ia sebut sebagai *noogenic neurosis*. *Noogenic neurosis* tidak muncul akibat konflik antara dorongan dan naluri manusia, tetapi muncul karena masalah-masalah kehidupan. Keadaan ini memiliki ciri tanpa arti, tanpa maksud, tanpa tujuan, dan hampa. Orang yang mengalami hal ini akan merasa kesepian. Kesepian itu sendiri bisa dialami dengan berbagai bentuk perasaan yang mengikutinya, antara lain: rasa jenuh, kehampaan, takut, dan gelisah (Koeswara, 1987).

Santrock (2002) menyatakan bahwa masa dewasa madya (dewasa tengah) dimulai kira-kira pada usia 35-45 tahun dan berakhir hingga memasuki usia 60-an tahun. Hurlock (1991) dan Mappiare (1983) mengemukakan bahwa masa dewasa madya dimulai saat seseorang berusia 40 tahun dan berakhir pada usia 60 tahun. Pendapat yang tidak jauh berbeda juga dikemukakan oleh Monks,

dkk (2004), yang menyatakan batasan usia dewasa madya yaitu antara 40 sampai 65 tahun, sehingga bisa dikatakan bahwa kaum dewasa madya adalah pria dan wanita yang berusia antara 40 sampai 60 tahun.

Kaum dewasa madya, menurut Schaie (dalam Santrock, 2002), termasuk dalam fase eksekutif. Kaum dewasa madya bertanggung jawab kepada sistem masyarakat dan organisasi sosial (misalnya perusahaan). Kaum dewasa madya akan membangun pemahaman tentang bagaimana organisasi sosial bekerja dan berbagai hubungan kompleks yang terlibat di dalamnya.

Mappiare (1983) menyebut kaum dewasa madya sebagai peraih puncak prestasi. Usia 40 tahun bagi orang yang normal berarti telah memiliki pengalaman yang cukup, baik dalam pendidikan maupun dalam bersosialisasi, sehingga mereka memiliki sikap pasti tentang hubungan sosial yang berkembang (Werner, dalam Mappiare, 1983). Kondisi ini yang kemungkinan membuat masyarakat mempercayakan posisi-posisi penting dalam organisasi sosial atau sistem masyarakat pada kaum dewasa madya, misalnya saja berbagai posisi penting dalam perusahaan, seperti direksi. Hal ini juga yang menjadi alasan mengapa di dalam dunia kerja kaum dewasa madya dikatakan telah memiliki kemampuan dan stabilitas, baik dalam hal posisi atau jabatan dan keuangan (Mappiare, 1983).

Bekerja berarti memperoleh kebebasan, jaminan keuangan, tercapainya harapan sosial dan adanya penerimaan sosial, serta kesejahteraan individu (McConnel & Bertler, dalam Lemme, 1995). Pekerjaan biasanya dipilih berdasarkan pada beberapa hal, antara lain: pengetahuan yang dimiliki, kondisi pasar, kebiasaan, tradisi, dan harapan keluarga, kelas sosial, peran gender, serta

diri dari individu itu sendiri (Lemme, 1995). Holland (dalam Santrock, 2002) mengungkapkan bahwa ketika seseorang menemukan karir yang sesuai dengan kepribadiannya, mereka akan lebih mungkin menikmati pekerjaan dan bertahan dengan pekerjaannya lebih lama daripada rekan mereka yang bekerja pada pekerjaan yang tidak sesuai dengan kepribadian mereka. Pemilihan pekerjaan yang tepat bagi seorang dewasa juga akan mendatangkan kepuasan bagi individu yang bersangkutan, karena bagi individu dewasa, khususnya, pekerjaan merupakan salah satu bentuk realisasi diri dan satu unsur penting dalam integritas pribadi (Mappiare, 1983).

Kaum dewasa madya yang memperoleh kepuasan kerja berarti memiliki koordinasi yang harmonis antara pengalaman, minat-minat, keterampilan-keterampilan, kecakapan-kecakapan, dorongan-dorongan, dan kata hatinya sendiri. Pekerjaan bisa mendatangkan keutuhan pribadi bagi seseorang, yang pada akhirnya bisa mewujudkan keseimbangan psikis (Levinson, dalam Mappiare, 1983).

Dunia kerja bisa menimbulkan perasaan tenang, tegang, bahagia atau cemas pada diri kaum dewasa madya, yang menjadi satu pembelajaran dalam menjalani kehidupannya. Kaum dewasa madya yang bekerja juga dapat berinteraksi dengan lingkungannya dan tumbuh dan berkembang dalam pribadi yang terpadu, bisa merealisasikan diri, dan merasa diri lebih berarti dalam lingkungannya (Mappiare, 1983). Manfaat dari bekerja inilah yang membuat Frankl (dalam Koeswara, 1992) menganggap bekerja sebagai salah satu cara untuk menemukan makna hidup.

Setiap manusia, tidak peduli siapapun dan sebagai apapun dirinya, pastilah suatu saat akan mempertanyakan apa arti dan makna dari kehidupan yang dijalannya. Pencarian akan makna ini menjadi pusat dari dinamika kepribadian manusia. Keinginan akan arti atau makna dalam kehidupan ini menjadi kekuatan motivasi yang mendasar dalam diri manusia. Setiap kehidupan memiliki makna dan kehidupan itu adalah suatu tugas yang harus dijalani (Frankl, 2004). Menghayati makna hidup berarti seseorang akan mengetahui tujuan hidupnya dan akan bisa mengatasi hampir semua permasalahan yang dihadapinya (Budiraharjo, 1997). Individu yang telah berhasil menghayati makna hidupnya akan mencapai kebermaknaan hidup. Tingkat kebermaknaan hidup seseorang tergantung pada seberapa jauh ia merasa hidupnya bermakna atau berarti. Semakin besar ia merasa hidupnya bermakna, maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidupnya.

Kaum dewasa madya yang pada umumnya telah mencapai kemapanan dalam keuangan dan kedudukan sosial akan merasakan kestabilan yang pada akhirnya membawa ketenangan hidup. Vaillant (dalam Santrock, 2002) menyatakan bahwa sekitar usia 45 tahun hingga 55 tahun, perasaan akan lebih rileks/santai, yang mengkarakteristikan orang dewasa jika mereka telah memenuhi tujuannya, sehingga bisa dikatakan kaum dewasa madya memiliki tingkat kebermaknaan yang cukup tinggi, namun dalam kenyataannya, tidak semua kaum dewasa madya yang bisa merasakan hal tersebut.

Keadaan inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti kaum dewasa madya yang bekerja, karena mereka dianggap telah mencapai kemapanan.

Kemampuan seharusnya bisa membuat mereka lebih tenang dan bahagia dalam menjalani hidupnya.

Frankl (2004) menyatakan bahwa manusia perlu menemukan makna dalam penderitaan yang dialaminya, sebab hanya dengan cara tersebut maka seseorang akan berhasil mengembangkan kekuatan, keyakinan, dan harapan-harapan baru dalam hidupnya. Ia juga mengungkapkan bahwa meskipun kita tunduk kepada kondisi-kondisi dari luar yang mempengaruhi kehidupan kita, namun kita bebas untuk memilih reaksi terhadap kondisi-kondisi tersebut.

Frankl (dalam Koeswara, 1992) mengemukakan tiga cara yang bisa dilakukan dalam pencarian makna hidup, yaitu: melalui pekerjaan atau perbuatan (nilai kreatif), dengan mengalami sesuatu atau melalui seseorang (nilai penghayatan), dan melalui cara kita menyikapi penderitaan yang tidak bisa dihindari (nilai sikap).

Frankl menyatakan bahwa makna hidup bisa didapatkan melalui bekerja yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab (dalam Koeswara, 1992). Namun ternyata tidak setiap kaum dewasa madya yang bekerja merasa hidupnya bermakna atau berarti, yang salah satunya sebagai akibat dari pengaruh kehidupan modern saat ini. Padahal kaum dewasa madya yang bekerja akan menjadi lebih optimal dalam bekerja dan juga dalam kehidupan sehari-hari bila telah menemukan makna hidupnya, sehingga kaum dewasa madya yang bekerja akan menjadi individu yang berarti bagi dirinya sendiri dan orang lain dan menjadi lebih bahagia.

Permasalahan kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja inilah yang ingin diungkap oleh peneliti, yaitu seberapa besar tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja saat ini.

B. Rumusan Masalah

Dari penelitian ini ingin diungkap bagaimana tingkat kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis:

Memberikan tambahan informasi tentang tingkat kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja bagi ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

2. Manfaat praktis:

Memberikan gambaran pada kaum dewasa madya yang bekerja akan tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja sehingga diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan refleksi akan pentingnya kebermaknaan hidup.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kebermaknaan Hidup

1. Pengertian Kebermaknaan Hidup

Bastaman (1996) menggambarkan makna hidup sebagai sesuatu yang dianggap benar, penting, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang. Orang yang menyadari akan makna hidupnya akan merasa betapa berarti dan berharganya hidup ini yang pada akhirnya bisa menimbulkan perasaan bahagia. Makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapapun, tetapi harus dicari dan ditemukan sendiri.

Frankl (2004) menyatakan bahwa makna hidup merupakan sesuatu yang unik dan khas, yang berarti hanya bisa dipenuhi oleh orang yang bersangkutan. Makna hidup juga berfungsi sebagai pedoman dan arah dari kegiatan kita (Bastaman, 1995).

Crumbaugh dan Maholick (dalam Koeswara, 1992) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu mengalami hidupnya bermakna atau berarti. Frankl (dalam Schultz, 1991) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup terwujud dalam nilai-nilai daya cipta (kerja), nilai-nilai pengalaman, dan nilai-nilai sikap yang menimbulkan perasaan bahagia dan berarti dalam kehidupan.

Prihastiwi (1994) mendefinisikan kebermaknaan hidup sebagai suatu kualitas penghayatan individu terhadap apa yang telah dilakukan

sebagai upaya mengaktualisasikan potensinya, merealisasikan nilai-nilai dan tujuan melalui kehidupan yang penuh kreativitas dalam rangka pemenuhan diri (*self fulfillment*).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan kualitas penghayatan individu terhadap hidupnya sehingga menjadi bermakna atau berarti, yang terwujud dalam realisasi nilai-nilai kerja, nilai penghayatan, dan nilai sikap, yang bila diwujudkan akan memberikan perasaan bahagia, puas, berharga, dan berarti dalam hidup. Kebermaknaan hidup sendiri menunjukkan sifat dari kehidupan seseorang.

2. Nilai-nilai Sumber Kebermaknaan Hidup

Makna hidup manusia akan selalu berubah, tetapi tidak pernah hilang (Frankl, 2004). Makna hidup akan membuat individu yang mencapainya merasakan kebermaknaan hidup, dan untuk mencapainya Frankl (dalam Koeswara, 1992) mengemukakan tiga nilai yang harus dipenuhi oleh manusia. Nilai-nilai tersebut yaitu:

a. Nilai kerja atau nilai kreatif

Nilai kerja merupakan sikap manusia untuk memberikan sesuatu kepada hidup, yang terlihat dalam wujud pelaksanaan aktivitas kerja. Frankl (dalam Koeswara, 1992) menyebutkan bahwa makna dalam nilai kerja tidak tergantung pada jenis pekerjaan, tetapi lebih kepada bagaimana individu menjalani pekerjaannya sebagai suatu bentuk

pengaktualisasian dirinya, sehingga tidak bisa dikatakan suatu pekerjaan lebih baik daripada pekerjaan lainnya. Lebih lanjut Frankl mengungkapkan bahwa makna hidup terdapat pada sikap kerja, cara kerja, dan hasil kerja.

- 1) Sikap kerja, merupakan tanggapan dan perilaku seseorang terhadap kerja yang merupakan ekspresi kemampuan dan keberadaan diri sehingga membawa makna dalam kehidupannya.
- 2) Cara kerja, merupakan kecakapan teknis dalam melakukan suatu pekerjaan dengan lancar, baik, dan berhasil. Individu yang mempunyai kecakapan teknis yang baik akan lebih mudah dalam mengerjakan pekerjaan dan akan semakin besar pula kemungkinannya untuk berhasil, sehingga ia pun akan merasa bahagia. Sebaliknya, bila individu kurang cakap maka ia akan kesulitan dalam melaksanakan tugas yang membutuhkan kecakapan, sehingga resiko kegagalan menjadi cukup besar, yang akan membuat individu menganggap pekerjaan sebagai sebuah beban.
- 3) Hasil kerja, merupakan akibat dari usaha yang dilakukan dalam pekerjaannya. Orang yang bertanggungjawab akan memberikan hasil kerja yang tidak asal jadi, tetapi yang sempurna. Ia tidak hanya memperhatikan pekerjaannya sendiri, tetapi juga memperhatikan dan menghargai rekan-rekan kerjanya yang lain.

Ia juga tidak akan mencari kambing hitam bila gagal, tetapi tetap berusaha untuk melakukan lebih baik dan tidak mudah putus asa.

b. Nilai eksperiensial atau penghayatan

Nilai penghayatan merupakan sikap untuk menerima apa yang diberikan oleh kehidupan, yaitu dengan melihat nilai dari pengalaman dan menghayati setiap pengalaman tersebut. Nilai penghayatan dapat diraih antara lain dengan menemukan kebenaran dalam hidup, menciptakan keindahan, dan memberikan cinta (Bastaman, 1996).

- 1) Menemukan kebenaran dalam hidup, berarti keberanian, usaha orang untuk mencari, menyatakan suatu keadaan yang sesungguhnya, tidak mengada-ada tetapi berdasarkan kejujuran.
- 2) Menciptakan keindahan, berarti kemampuan individu untuk menciptakan suasana yang enak dipandang, cantik, sejuk, dan rasa nyaman, sehingga dapat menimbulkan rasa bahagia dan nyaman bagi diri sendiri dan orang lain. Penciptaan keindahan berasal dari diri sendiri dan orang lain, sehingga perlu sikap saling menghargai terhadap usaha-usaha yang dilakukan oleh orang lain yang juga menciptakan keindahan.
- 3) Memberikan cinta, merupakan satu-satunya cara manusia dalam memahami manusia lain sampai pada pribadinya yang paling dalam (Frankl, 2004). Memberikan cinta memungkinkan orang untuk dapat memahami dan menghargai pengalaman orang lain

dengan segala keunikannya, sehingga bisa membantu orang lain mewujudkan potensi yang belum terwujud.

c. Nilai sikap

Nilai sikap merupakan sikap yang diambil oleh individu untuk tetap dapat bertahan terhadap penderitaan atau situasi yang tidak membawa harapan yang tidak dapat dihindari (Frankl, dalam Koeswara, 1992). Individu harus mengambil sikap agar tetap dapat mempertahankan keberadaan dan tanggung jawabnya, sehingga bisa membantu individu dalam menentukan tujuan hidupnya. Nilai sikap dapat terlihat pada saat individu mengalami penderitaan dalam hidupnya dan pada saat mengalami kebosanan.

1) Mengalami penderitaan dalam hidup

Frankl (dalam Koeswara, 1992) berpandangan bahwa penderitaan itu memiliki makna ganda: membentuk karakter sekaligus membentuk kekuatan atau ketahanan diri. Oleh karena itu, penderitaan seharusnya bisa membuat individu lebih memahami makna hidupnya. Penderitaan tersebut bisa berupa penyakit, kematian orang yang dicintai, dan perlakuan orang lain.

2) Mengalami kebosanan

Kebosanan adalah perasaan tidak suka dan jemu dalam menjalani kehidupan. Perasaan ini bisa mengakibatkan individu menjadi tidak aktif. Akan tetapi, keaktifan dapat muncul karena ingin

berusaha berbuat sesuatu untuk menemukan kembali makna hidup dalam kebosanan tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada tiga nilai makna hidup yang harus dicapai oleh individu agar bisa mencapai makna hidupnya, yaitu nilai kerja, nilai penghayatan, dan nilai sikap. Ketiga nilai inilah yang akan menjadi dasar tercapainya kebermaknaan hidup.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup

Frankl (dalam Schultz, 1991) menyatakan bahwa eksistensi manusia terdiri dari 3 faktor, yaitu:

a. Spiritualitas

Spiritualitas merupakan suatu konsep yang memang sulit untuk dirumuskan, tidak dapat direduksikan, tidak dapat diterangkan dengan istilah-istilah material. Spiritual dapat dipengaruhi oleh dunia material, namun ia tidak disebabkan atau dihasilkan oleh dunia material tersebut. Istilah spiritual ini dapat disinonimkan sebagai jiwa.

b. Kebebasan

Kebebasan berarti tidak dibatasi oleh faktor-faktor non spiritual, insting biologi, atau kondisi lingkungan. Manusia memiliki dan harus menggunakan kebebasannya untuk memilih bagaimana manusia akan bertingkah laku jika menjadi sehat secara psikologis. Orang yang tidak mengalami kebebasan akan memiliki prasangka

karena kepercayaan akan determinisme atau mereka yang mengalami hambatan psikologis atau neurotis. Orang neurotis menghambat pemenuhan potensi-potensi mereka sendiri yang mengganggu perkembangan sebagai individu yang penuh.

c. Tanggung jawab

Suatu pilihan yang telah kita pilih secara bebas harus disertai dengan tanggung jawab. Individu yang sehat akan memikul tanggung jawab dan menggunakan waktu dengan bijaksana agar hidup menjadi berkembang.

Kodrat eksistensi manusia yang sehat apabila faktor spiritual, kebebasan, dan tanggung jawab tersalurkan secara tepat dan benar dalam setiap tindakan untuk menemukan makna dalam kehidupan. Tanpa ketiganya tidak mungkin menemukan arti dan maksud dalam kehidupan.

Penjabaran di atas menyimpulkan bahwa ketiga faktor tersebut sangat penting dalam pencapaian kebermaknaan hidup. Spiritualitas merupakan jiwa dari manusia dan tidak berasal dari dunia material. Kebebasan dimiliki oleh manusia yang sehat secara psikologis dan tanggung jawab akan membatasi kebebasan dari tindakan sewenang-wenang. Manusia harus memiliki ketiganya untuk mencapai kebermaknaan hidup.

4. Ciri-ciri Hidup Bermakna dan Tidak Bermakna

Manusia yang telah berhasil menemukan makna hidupnya akan menjalani kehidupan yang bermakna. Namun tidak semua orang bisa mencapai hidup yang bermakna. Berikut adalah ciri-ciri individu yang mengalami hidup yang bermakna dan yang tidak bermakna:

a. Hidup bermakna

Bastaman (1995) mengungkapkan bahwa orang-orang yang menghayati hidup bermakna adalah mereka yang mampu mencintai dan menerima cinta kasih orang lain, serta menyadari bahwa cinta kasih merupakan salah satu nilai hidup yang menjadikan hidup ini bermakna. Makna hidup yang telah ditemukan dan tujuan hidup yang telah ditetapkan serta berhasil pula direalisasikan, maka kehidupan akan dirasakan sangat berarti yang pada gilirannya akan menimbulkan kebahagiaan.

Bastaman (1996) juga mengungkapkan ciri-ciri orang yang menghayati hidup secara bermakna, yaitu:

- 1) mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa,
- 2) tugas-tugas dan pekerjaan sehari-hari merupakan sumber kepuasan dan kesenangan tersendiri sehingga mampu mengerjakannya dengan semangat dan tanggung jawab,

- 3) hari demi hari mampu menemukan beranekaragam pengalaman baru dan hal-hal menarik yang semuanya menambah pengalaman hidup.

Schultz (1991) sendiri merumuskan sifat-sifat individu yang berhasil menemukan makna hidupnya dan mengalami kehidupan bermakna berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Frankl, yaitu:

- 1) bebas dalam memilih tindakan yang akan dilakukan,
- 2) bertanggungjawab terhadap tingkah lakunya,
- 3) tidak ditentukan oleh kekuatan yang ada di luar dirinya,
- 4) telah menemukan arti dalam kehidupan yang cocok dengan mereka,
- 5) memiliki kontrol terhadap hidupnya,
- 6) mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta, pengalaman, atau sikap,
- 7) telah mengatasi perhatian terhadap diri, serta
- 8) memiliki tujuan hidup yang pasti.

Berdasarkan ciri-ciri yang dikemukakan oleh kedua tokoh tersebut disimpulkan bahwa orang yang menghayati hidup bermakna memiliki ciri: bersemangat dalam menjalani hidup, bertanggungjawab dalam bertingkah laku, bebas dalam memilih tindakan yang ingin dilakukan, memiliki kontrol terhadap hidupnya, telah mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta (kerja), pengalaman (penghayatan), sikap, dan memiliki tujuan hidup yang pasti.

b. Hidup tidak bermakna

Individu yang tidak berhasil menemukan dan memenuhi makna hidupnya, maka hasrat untuk hidup bermakna tidak tercapai. Akibatnya ia mengalami semacam frustrasi yang disebut *frustrasi eksistensial*. Frustrasi eksistensial, menurut Frankl (2004), merupakan tahap awal dari sindroma ketidakbermaknaan. Hilangnya minat dan kurangnya inisiatif, serta perasaan-perasaan *absurd* dan hampa menjadi tanda frustrasi eksistensial. Frustrasi eksistensial bisa memicu munculnya *noogenic neuroses*, yaitu penyakit neurosis yang disebabkan oleh masalah-masalah kehidupan. Gejala-gejala neurosis noogenik, seperti yang dikemukakan oleh Bastaman (1995), antara lain perasaan serba bosan, hampa, putus asa, kehilangan minat dan inisiatif, kehilangan arti dan tujuan hidup, serta gairah kerja yang menurun.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri hidup tidak bermakna ditandai dengan perasaan hampa, serba bosan, putus asa, tidak adanya minat, tidak memiliki tujuan hidup, dan menurunnya gairah kerja.

B. Dewasa Madya

1. Pengertian Dewasa Madya

Hurlock (1991) dan Mappiare (1983) mengemukakan bahwa masa dewasa madya dimulai saat seseorang berusia 40 tahun dan berakhir pada usia 60 tahun.

Pendapat senada juga dikemukakan oleh Santrock (2002) yang menyatakan usia dewasa madya dimulai kira-kira pada usia 35-45 tahun dan berakhir saat memasuki usia 60-an.

Batasan-batasan usia dewasa madya tersebut mengindikasikan bahwa orang-orang yang disebut dewasa madya atau kaum dewasa madya adalah setiap pria dan wanita yang berusia antara 40 tahun hingga 60 tahun.

2. Karakteristik Dewasa Madya

Pada usia dewasa madya ada beberapa karakteristik yang membedakannya dari tahap perkembangan lainnya (Hurlock, 1991), yaitu:

- a. dewasa madya merupakan periode yang ditakuti, semakin mendekati usia tua akan semakin terasa menakutkan bagi kaum dewasa madya, salah satunya dengan adanya stereotip bahwa usia tua berarti adanya kerusakan mental dan fisik yang disertai dengan berhentinya reproduksi;

- b. dewasa madya merupakan masa transisi dari masa muda ke usia lanjut, yang membuat kaum dewasa madya harus lebih dewasa dalam berperilaku;
- c. dewasa madya adalah masa stress, karena adanya perubahan-perubahan yang terjadi, terutama perubahan fisik;
- d. dewasa madya adalah usia canggung, karena dewasa madya berarti bukan lagi muda namun juga belum menjadi tua, sehingga membuat kaum dewasa madya bingung dengan posisinya;
- e. dewasa madya adalah masa berprestasi, karena pada masa ini kaum dewasa madya meraih puncak prestasi atas hasil kerja keras yang mereka lakukan pada tahun-tahun sebelumnya;
- f. dewasa madya adalah merupakan masa evaluasi, terutama evaluasi atas prestasi yang telah mereka capai, apakah sesuai dengan harapan-harapan orang lain, khususnya keluarga dan teman;
- g. dewasa madya merupakan masa sepi, karena biasanya anak-anak telah beranjak dewasa dan tidak lama lagi tinggal bersama orang tua;
- h. dewasa madya merupakan masa jenuh, karena segala kegiatan yang sudah biasa mereka lakukan selama bertahun-tahun, terutama bagi ibu rumah tangga dan pekerja yang memiliki rutinitas sama hampir setiap hari.

Penjabaran dari karakteristik dewasa madya tersebut dapat disimpulkan bahwa dewasa madya merupakan periode yang ditakuti dan masa stres karena adanya perubahan yang terjadi terutama perubahan

fisik. Selain itu masa dewasa madya juga merupakan masa seseorang meraih puncak prestasi dan mengevaluasi prestasi yang telah mereka capai. Ada juga yang menganggap masa ini sebagai masa jenuh karena rutinitas yang telah bertahun-tahun mereka lalui.

3. Dewasa Madya yang Bekerja

Kaum dewasa madya merupakan pria dan wanita yang berusia antara 40 tahun hingga 60 tahun

Bekerja menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1988) berarti melakukan suatu pekerjaan. Seseorang bekerja karena ada tujuan yang hendak dicapainya, dan berharap aktivitas kerja yang dilakukannya akan membawanya kepada suatu keadaan yang lebih baik daripada keadaan sebelumnya (Anoraga, 2006). Bekerja berarti memperoleh kebebasan, jaminan keuangan, tercapainya harapan sosial dan adanya penerimaan sosial, serta kesejahteraan individu (McConnel & Bertler, dalam Lemme, 1995). Bekerja akan membuat seseorang bisa mengekspresikan dan mengembangkan dirinya dan menemukan kebutuhan dan aspirasi diri.

Berdasarkan penjelasan tersebut bekerja dapat disimpulkan sebagai melakukan suatu pekerjaan atau suatu kegiatan guna mencapai suatu keadaan yang lebih baik daripada sebelumnya dan membuat seseorang bisa mengekspresikan dan mengembangkan dirinya.

Kedua pengertian dewasa madya dan bekerja menyimpulkan bahwa dewasa madya yang bekerja merupakan pria dan wanita yang

berusia antara 40 hingga 60 tahun yang melakukan suatu pekerjaan atau kegiatan guna mencapai keadaan yang lebih baik dari sebelumnya dan mereka juga bisa mengekspresikan serta mengembangkan diri mereka melalui pekerjaan tersebut. Dalam penelitian ini bekerja berarti melakukan suatu kegiatan guna mendapatkan gaji untuk mencapai kesejahteraan dengan kemampuan yang ia miliki.

C. Kebermaknaan Hidup Dewasa Madya yang Bekerja

Dewasa madya, yang berada pada usia 40 hingga 60 tahun, merupakan tahap dimana pengalaman hidup telah banyak dialami dan memberi pelajaran yang berarti bagi kaum dewasa madya. Usia pertengahan, menurut Werner (dalam Mappiare, 1983), pada orang yang normal berarti telah mengalami cukup banyak pengalaman, sehingga mereka memiliki sikap yang pasti dalam menjalin hubungan sosial yang terus berkembang. Pada masa ini juga kaum dewasa madya biasanya mendapatkan kestabilan dan kemantapan dalam hidupnya, tak terkecuali dalam dunia kerja. Mereka telah memiliki kestabilan dalam posisi atau jabatan dan keuangan. Kondisi ini membuat Mappiare (1983) menyebut kaum dewasa madya sebagai peraih puncak prestasi.

Bekerja juga merupakan salah satu cara bagi seseorang untuk mengaktualisasikan dirinya, karena dengan bekerja ia bisa berinteraksi dengan lingkungan dan tumbuh serta berkembang sebagai pribadi yang utuh, yang membuatnya merasa lebih berarti bagi lingkungannya. Kondisi ini pada

akhirnya membuat kaum dewasa madya yang bekerja bisa menemukan arti dalam hidupnya melalui dunia kerja.

Kemapanan dalam keuangan dan kedudukan sosial akan membuat kaum dewasa madya merasakan kestabilan yang pada akhirnya membawa ketenangan hidup dan menimbulkan perasaan rileks/santai, yang menjadi salah satu karakteristik orang dewasa jika mereka telah memenuhi tujuannya. Kondisi ini seharusnya bisa membuat kaum dewasa madya lebih memahami arti dari hidupnya dan merasakan kebahagiaan, namun hal tersebut ternyata tidak dialami oleh semua kaum dewasa madya pada masa modern ini. Kekayaan materi dianggap sebagai tujuan akhir dirinya oleh masyarakat modern. Madjid (dalam Bastaman, 1996) mengungkap bahwa definisi "kesuksesan" oleh masyarakat saat ini biasanya dilihat dengan keberhasilan seseorang mewujudkan angan-angan dalam kehidupan material, seperti rumah mewah dan perhiasan.

Frankl (dalam Koeswara, 1992) menyatakan bahwa manusia modern menaruh minat yang besar pada uang, tetapi masyarakat modern tidak memiliki arah hidup, sehingga tidak heran bila pada akhirnya kaum dewasa madya yang telah mapan secara finansial dan jabatan masih merasakan ada sesuatu yang kurang dalam hidupnya dan merasakan kekosongan. Kaum dewasa madya pada masa modern ini tidak tahu apa sebenarnya yang menjadi tujuan hidup mereka. Kaum dewasa madya yang bekerja, yang mengalami kekosongan perasaan, kemudian berusaha untuk mencari uang lebih banyak dan bekerja dengan lebih giat sehingga tidak jarang mereka menjadi seorang

workaholic. Hal ini dilakukan sebagai kompensasi dari perasaan kekosongan tersebut. Kaum dewasa madya yang bekerja, yang mengalami kekosongan perasaan, juga bisa menjadi tidak bergairah dalam melakukan pekerjaannya dan kehilangan minat dalam melakukan kegiatan-kegiatan.

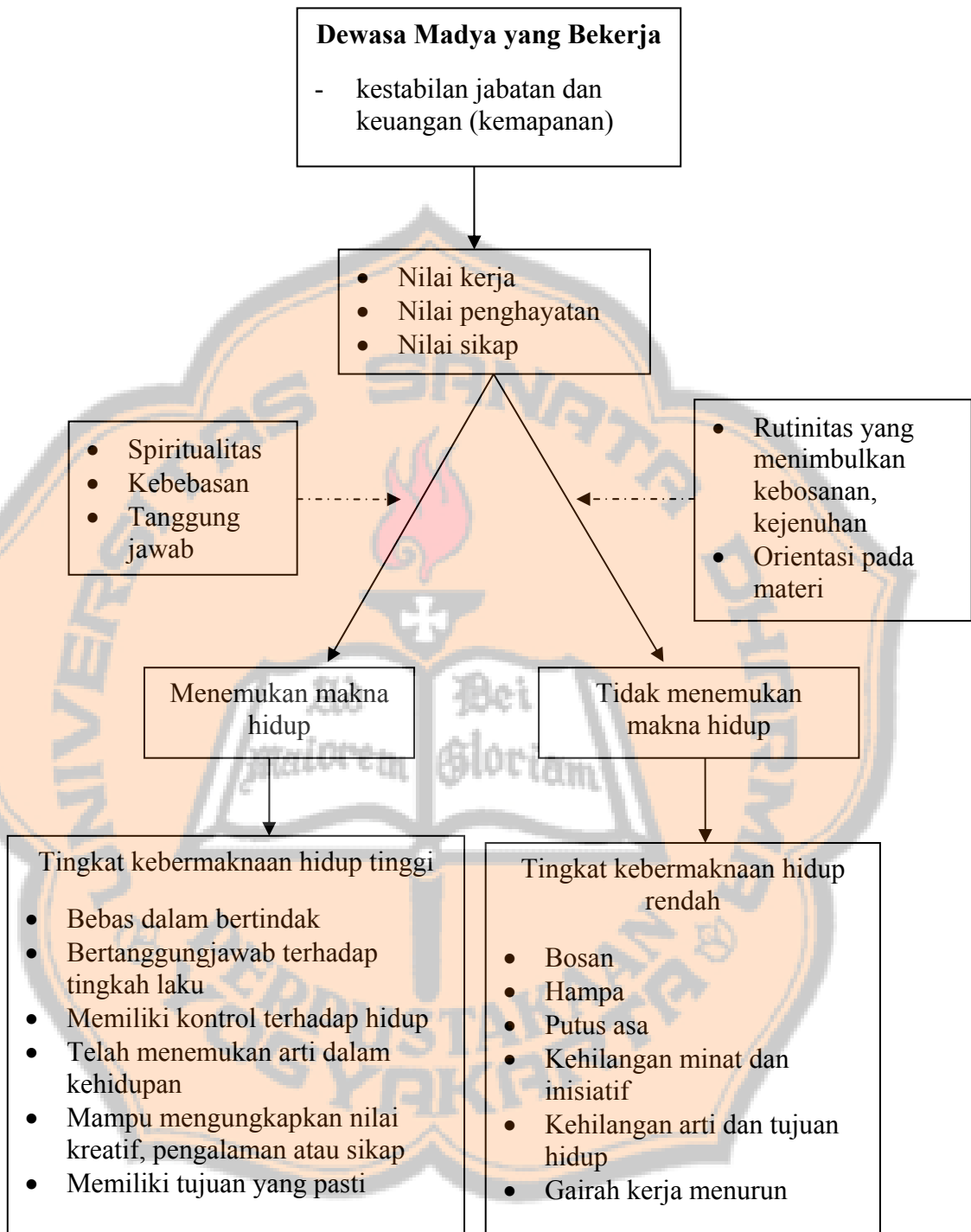
Makna hidup merupakan suatu hal yang sangat penting bagi manusia, karena setiap manusia pasti ingin mengetahui apa makna dari hidupnya di dunia ini. Pencarian dan usaha manusia dalam menemukan makna hidupnya menjadi pusat dari dinamika kehidupan. Keinginan manusia untuk mencari makna hidup menjadi motivasi utama dalam melakukan kegiatannya. Setiap orang pasti akan berusaha untuk mencari makna hidupnya, termasuk kaum dewasa madya.

Ada tiga cara yang bisa dilakukan oleh manusia untuk menemukan makna hidupnya, yaitu: melalui pekerjaan, dengan mengalami sesuatu atau melalui seseorang, dan melalui sikap seseorang dalam menghadapi penderitaan yang dihadapi (Frankl, dalam Koeswara, 1992). Bila individu telah berhasil menemukan makna hidupnya, maka ia akan mengalami kebermaknaan hidup. Manusia yang mengalami kebermaknaan hidup memiliki kebebasan dalam menentukan apa yang ia inginkan bagi dirinya.

Schultz (1991) menyatakan bahwa manusia memiliki tiga eksistensi yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, yaitu: spiritualitas, kebebasan dalam memilih bagaimana akan bertingkah laku, dan tanggung jawab terhadap pilihan-pilihannya. Manusia yang tidak memiliki ketiganya akan sulit untuk menemukan makna hidupnya. Semakin seseorang memahami dan

malaksanakan dengan baik ketiga faktor tersebut maka semakin ia merasakan kebermanaan dalam hidupnya.

Frankl (dalam Koeswara, 1992) menyatakan bahwa makna hidup bisa didapatkan melalui pekerjaan yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab, tetapi dalam kenyataannya, ternyata tidak setiap kaum dewasa madya yang bekerja dapat menemukan makna hidupnya. Salah satu penyebabnya adalah pengaruh dari kehidupan modern saat ini, yang lebih berorientasi pada materi. Maka tidak heran bila kaum dewasa madya yang telah mencapai kestabilan dan kematangan hidup, yang seharusnya bisa hidup dengan tenang, damai dan bahagia, tidak mengalami hidup bermakna atau bisa dikatakan memiliki tingkat kebermanaan hidup yang rendah.



Gambar 1. Skema Kebermaknaan Hidup Dewasa Madya yang Bekerja

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis/Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta, atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat mengenai sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. Penelitian deskriptif cenderung tidak perlu mencari atau menerangkan saling hubungan dan menguji hipotesis (Zuriah, 2006).

Data yang digunakan adalah data kuantitatif mengenai variabel yang diperoleh melalui skor jawaban subyek pada skala sebagaimana adanya, sehingga dikatakan penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif.

B. Variabel Penelitian

Bentuk penelitian ini adalah deskriptif, sehingga tidak ada kontrol terhadap variabel. Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu kebermaknaan hidup.

C. Definisi Operasional Variabel

Kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu mengalami hidupnya bermakna atau berarti, yang berasal dari perwujudan nilai-nilai kerja

di kantor, nilai penghayatan, dan nilai sikap. Tingkat kebermaknaan hidup diungkap dengan menggunakan skala kebermaknaan hidup. Penilaian skor total dalam skala kebermaknaan hidup diasumsikan bahwa semakin tinggi skor total yang diperoleh subyek, maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki oleh subyek.

Kebermaknaan hidup bisa dicapai melalui realisasi tiga nilai, yaitu:

1. Nilai kreatif, merupakan sikap kerja, cara kerja, dan hasil kerja individu di kantor yang bisa memberikan perasaan bahagia, puas, dan bermakna.
2. Nilai eksperiensial atau penghayatan, yaitu tindakan individu dalam meyakini dan menghayati kebenaran, keindahan, dan keadilan dalam hidup, serta memberikan cinta, yang kemudian akan menimbulkan perasaan bahagia, puas, tenang, dan perasaan bermakna.
3. Nilai sikap, merupakan sikap yang diambil oleh individu untuk tetap dapat bertahan pada saat mengalami penderitaan yang tidak dapat dihindari dalam hidupnya, sehingga individu bisa menemukan tujuan hidupnya dan menemukan makna hidupnya.

D. Subyek Penelitian

Pemilihan subyek penelitian menggunakan metode *purposive sample*, yaitu pemilihan sekelompok subyek didasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Subyek

dalam penelitian ini adalah kaum dewasa madya yang bekerja di kantor. Ciri-ciri subyek antara lain:

1. Pria dan wanita yang berusia antara 40 – 60 tahun, karena usia ini merupakan usia dewasa madya dan biasanya masih bekerja.
2. Pegawai swasta, Pegawai BUMN dan Pegawai Negeri Sipil (PNS) dengan jabatan minimal sebagai staf, sehingga diharapkan telah memiliki kemampuan dan kestabilan keuangan dan jabatan.
3. Bekerja di Jakarta dan sekitarnya, karena Jakarta merupakan kota metropolitan yang menjadi salah satu kota yang paling terpengaruh oleh modernisasi.

E. Prosedur Pengumpulan Data

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan berbagai usaha, yaitu:

a. Penyusunan instrumen angket

Hal – hal yang dilakukan peneliti dalam menyusun instrument adalah:

1) Menentukan aspek yang akan menjadi dasar dalam pembuatan instrumen (item).

2) Membuat item berdasarkan aspek yang telah ditentukan dalam bentuk pernyataan yang bersifat favorable dan unfavorable.

3) Mengkonsultasikan item yang telah dibuat kepada pembimbing.

b. Mengujicobakan skala atau melakukan *try out* pada individu yang memiliki karakteristik sama dengan subjek penelitian yaitu kaum

dewasa madya yang memiliki pekerjaan tetap di kantor dengan jabatan minimal sebagai staff. Uji coba (try out) dilaksanakan pada tanggal 6 hingga 21 Juni 2007 di Yogyakarta dan sekitarnya. Skala yang disebar sebanyak 80 eksemplar, akan tetapi tidak semua bisa dianalisis karena ada beberapa skala yang gugur. Skala yang gugur antara lain 3 (tiga) eksemplar tidak memenuhi syarat subyek, 2 (dua) eksemplar yang tidak memenuhi kelengkapan jawaban dan 3 (tiga) eksemplar yang tidak kembali, sehingga angket yang bisa dianalisis berjumlah 72 eksemplar.

c. Melakukan pengujian validitas serta reliabilitas terhadap skala kebermaknaan hidup yang telah diujicobakan. Pengujian dilakukan menggunakan program komputasi SPSS *for windows* versi 12.0.

2. Tahap Pengumpulan Data

Berdasarkan hasil uji coba diperoleh item – item yang baik dan kemudian digunakan untuk penelitian. Pengambilan data untuk penelitian dilakukan pada tanggal 31 Juli hingga 7 Agustus 2007. Skala yang disebar sebanyak 50 eksemplar dan semuanya kembali dan dapat dianalisa lebih lanjut.

F. Metode dan Alat Pengumpulan Data

1. Alat Pengumpul Data/Instrumen

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala, yaitu alat atau cara pengumpulan data dengan

menggunakan pernyataan yang disusun dengan cara tertentu mengenai suatu obyek yang hendak diungkap dari subyek.

Ada tiga alasan mengapa skala dijadikan sebagai metode pengumpulan data (Suryabrata, 2006):

- a. Subyek merupakan pribadi yang paling mengetahui dan memahami tentang dirinya sendiri.
- b. Implikasi dari hal tersebut adalah bahwa apa yang dikemukakan atau jawaban yang dinyatakan subyek kepada peneliti merupakan kondisi sebenarnya dan dapat dipercaya.
- c. Interpretasi subyek tentang pertanyaan atau pernyataan yang diajukan kepadanya adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kebermaknaan hidup. Skala kebermaknaan hidup ini bersifat tertutup dan anonim. Tertutup berarti berisi pertanyaan-pertanyaan yang jawabannya sudah disediakan oleh peneliti, dalam hal ini menggunakan skala Likert yang dimodifikasi yang terdiri atas empat kategori jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Jawaban ini digunakan agar subyek dapat menentukan pilihannya secara tegas dan tidak ragu-ragu. Apabila tersedia jawaban di tengah, dapat timbul kecenderungan untuk memilih jawaban yang netral, khususnya oleh mereka yang ragu-ragu atas jawabannya (Hadi, 1991). Bersifat anonim bertujuan agar subyek lebih terbuka dalam memberikan informasi.

2. Penskoran

Skor merupakan harga suatu jawaban terhadap pertanyaan dalam tes (Azwar, 2003). Penskoran jawaban dalam penelitian ini tergantung dari jenis pernyataan seperti yang tertulis dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1
Skor untuk Item Favorable dan Unfavorable

Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3. Blue Print

Skala kebermaknaan hidup ini terdiri dari 60 item, yang terdiri atas 30 item favorable dan 30 item unfavorable. Di bawah ini akan disajikan blueprint skala kebermaknaan hidup.

Tabel 2

Blue Print Skala Kebermaknaan Hidup

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Nilai kreatif	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55 (10)	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52, 58 (10)	20
Nilai eksperensial	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57 (10)	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54, 60 (10)	20
Nilai sikap	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 53, 59 (10)	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 56 (10)	20
Jumlah	30	30	60

G. Pertanggungjawaban Mutu

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2003). Suatu tes atau instrument dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tes memberikan hasil yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran.

Tes validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, yaitu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes yang mana akurasi data tergantung pada sejauh mana isi skala mencakup data yang komprehensif dan relevan dengan tujuan penelitian (Azwar, 2003). Analisis rasional terhadap isi item dilakukan oleh dosen pembimbing guna memeriksa kualitas item sebagai dasar untuk diseleksi.

2. Seleksi Item

Seleksi item diawali dengan melakukan uji coba terhadap item – item yang telah dibuat untuk mendapatkan item – item yang dianggap baik dan layak. Uji coba dilakukan pada individu yang memiliki karakteristik yang sama dengan subyek, yaitu kaum dewasa madya yang bekerja di kantor. Jumlah item yang diuji cobakan sebanyak 60 item.

Pengujian daya diskriminasi item dilakukan dengan komputasi koefisien korelasi antara distribusi skor item dengan kriteria yang relevan, yaitu distribusi skor itu sendiri dan akan menghasilkan koefisien korelasi item total atau *corrected item total correlation* (r_{ix}). Semakin baik daya diskriminasi sebuah item, maka koefisien korelasinya semakin mendekati angka 1,00. Pemilihan item terbaik dalam penelitian ini menggunakan koefisien korelasi sebesar 0,3. Dengan demikian, item-item yang memiliki *corrected item total correlation* $< 0,3$ dapat disisihkan, sedangkan item-item yang memiliki *corrected item total correlation* $\geq 0,3$ dinyatakan sebagai item yang lolos seleksi dan dapat digunakan sebagai alat

penelitian. Berdasarkan hasil analisis diperoleh 44 item yang dinyatakan lolos seleksi, sedangkan 16 item lainnya tidak lolos seleksi. Item-item tersebut merupakan item-item yang memiliki *corrected item total correlation* $\geq 0,3$. Sebaran item setelah uji coba dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Spesifikasi Item Setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Nilai kreatif	19, 25, 31, 37, 49, 55 (6)	4, 10, 16, 28, 34, 52 (6)	12
Nilai eksperensial	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45 (8)	6, 12, 24, 30, 36, 42, 48, 60 (8)	16
Nilai sikap	5, 11, 17, 29, 35, 41, 47, 53, 59 (9)	2, 8, 20, 26, 38, 50, 56 (7)	16
Jumlah	23	21	44

Item setelah uji coba tidak semua digunakan dalam penelitian, karena harus dilakukan penyesuaian jumlah antar aspek dengan mengurangi item-item yang kurang dimengerti dan membingungkan, sehingga diperoleh 30 item yang akan digunakan dalam penelitian. Item-item yang akan digunakan dalam penelitian dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4

Spesifikasi Item Penelitian

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Nilai kreatif	19(3), 25(8), 31(13),	4(5), 10(11), 28(14),	10
	49(15), 55(20) (5)	34(17), 52(23) (5)	
Nilai eksperensial	3(2), 9(7), 27(28),	6(4), 12(10), 42(22),	10
	39(19), 45(25) (5)	48(30), 60(26) (5)	
Nilai sikap	5(1), 11(6), 17(12),	8(9), 26(29), 38(16),	10
	35(27), 53(18), 59(24) (6)	50(21), (4)	
Jumlah	15	15	30

3. Reliabilitas

Reliabilitas berarti keajegan, keterandalan, kestabilan, dan konsistensi dari hasil ukur atau kecermatan dari suatu pengukuran (Azwar, 2003). Azwar juga mengungkapkan bahwa konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas alat ukur sendiri mengacu pada sejauhmana konsistensi hasil pengukuran apabila dilakukan pengukuran ulang pada kelompok subyek yang sama.

Tinggi rendahnya reliabilitas dapat dilihat dari tingginya nilai koefisien reliabilitas yang mendekati nilai 1 (satu). Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan penghitungan reliabilitas koefisien alpha (α) dari Cronbach menggunakan program SPSS *for windows* versi 12.0. Reliabilitas dalam skala 60 item yang digunakan pada uji coba adalah $\alpha = 0,911$. Reliabilitas skala 40 item yang digunakan dalam penelitian adalah $\alpha = 0,925$. Reliabilitas skala uji coba dan penelitian dapat dikatakan baik karena hampir mendekati nilai 1 (satu).

H. Metode Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga peneliti menggunakan analisis yang meliputi penyajian data melalui tabel, penghitungan nilai maksimum dan minimum, mean teoritis, mean empiris dan standar deviasi, serta penghitungan prosentase.

Penentuan kategori tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja didasarkan pada kategori jenjang. Tujuannya adalah untuk menempatkan individu kedalam kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Adapun jenjang yang digunakan terdiri dari tiga jenjang, yaitu tinggi, rendah, dan sedang. Azwar (2003) mengemukakan penentuan kategorisasi jenjang adalah berdasarkan standar deviasi dan mean teoritik sebagai berikut:

Tabel 5
Norma Kategori Jenjang

Norma	Kategori
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah

Keterangan:

X : skor total subyek

μ : mean teoritis, yaitu rata-rata teoritis dari skor maksimum dan skor minimum.

σ : standar deviasi, yaitu luas jarak sebaran yang dibagi 6 satuan standar deviasi.

Berikut ini tahap penghitungannya:

X minimum teoritik

=> merupakan jumlah item dikalikan dengan skor terendah yang mungkin diperoleh oleh subyek pada skala

$$= 30 \times 1$$

$$= 30$$

X maksimum teoritik

=> merupakan jumlah item dikalikan dengan skor tertinggi yang mungkin diperoleh oleh subyek pada skala

$$= 30 \times 4$$

$$= 120$$

Mean (μ)

$$= \frac{X \text{ maksimum} + X \text{ minimum}}{2}$$

$$= \frac{120 + 30}{2}$$

$$= 75$$

Standar Deviasi (σ)

$$= \frac{\text{Range}}{6} = \frac{90}{6}$$

$$= 15$$

Berdasarkan perhitungan di atas maka dapat dibuat suatu norma kategorisasi dengan batasan angka-angka seperti pada tabel 6 berikut:

Tabel 6

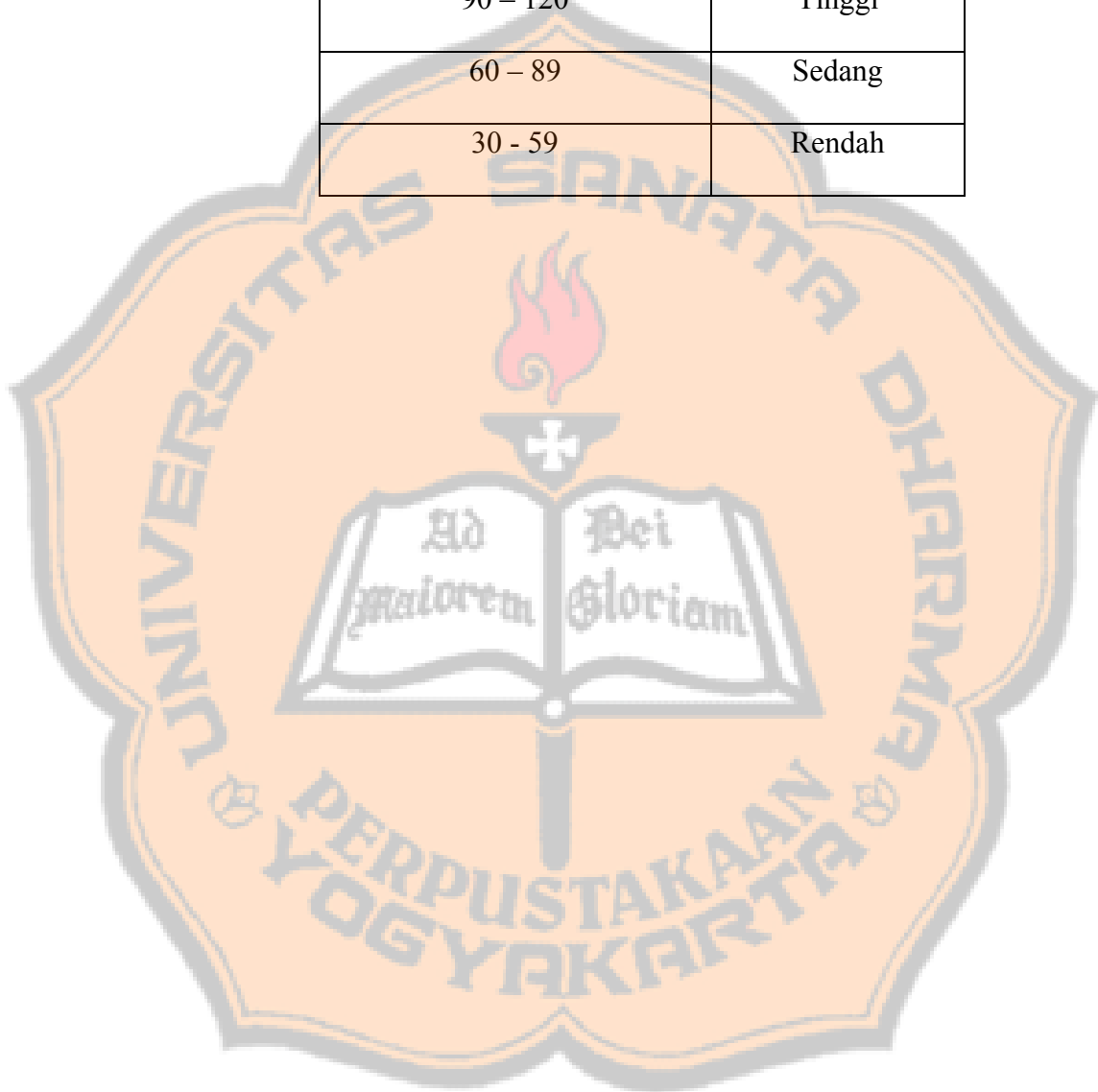
Norma Kategorisasi dengan Batasan Angka-Angka

Norma	Kategori
$(75 + 1,0 \times 15) \leq X$	Tinggi
$(75 - 1,0 \times 15) \leq X \leq (75 + 1,0 \times 15)$	Sedang
$X < (75 - 1,0 \times 15)$	Rendah

Perhitungan di atas dapat disederhanakan menjadi norma kategorisasi seperti pada tabel 7 berikut:

Tabel 7
Kategorisasi Skala

Norma	Kategori
90 – 120	Tinggi
60 – 89	Sedang
30 - 59	Rendah



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan di Jakarta pada tanggal 31 Juli hingga 7 Agustus 2007. Skala yang disebar sebanyak 50 eksemplar dan kembali semuanya. Penyebaran skala terbatas pada para pekerja yang berstatus sebagai pegawai swasta, pegawai BUMN, dan pegawai negeri sipil (PNS) dan berusia antara 40 tahun hingga 60 tahun.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala keermaknaan hidup. Skala ini dianggap relevan untuk mengukur tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja karena sudah melalui tahap seleksi item dan memiliki reliabilitas yang baik.

B. Deskripsi Subyek

Data dari skala yang kembali memperlihatkan bahwa data bahwa usia subyek berkisar antara 40 – 57 tahun. Subyek yang bekerja sebagai pegawai swasta sebanyak 20 orang, pegawai BUMN 20 orang, dan PNS 10 orang. Berdasarkan jabatan yang ditulis oleh subyek dalam lembar skala penelitian, semua subyek memenuhi kriteria jabatan minimal, yaitu sebagai staff. Subyek secara keseluruhan memiliki jabatan yang cukup tinggi mulai dari pengawas utama hingga direktur bagian. Data yang lebih lengkap mengenai subyek dapat dilihat pada lampiran.

C. Hasil Penelitian

1. Uji Normalitas

Berdasarkan dari data hasil penelitian yang telah didapatkan kemudian dilakukan uji asumsi, yaitu uji normalitas. Pengujian ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil berasal dari sebuah distribusi normal, dengan mengetahui apakah sebaran skor memenuhi asumsi distribusi normal. Uji normalitas dilakukan dengan teknik Kolmogorov Smirnov, yang menyatakan bahwa jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) maka sebarannya normal, tetapi bila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka sebaran skornya tidak normal.

Hasil analisis data dalam penelitian dengan menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov pada SPSS versi 12.0, diperoleh nilai sebesar 0,999 dengan signifikansi sebesar 0,271. Angka ini menunjukkan bahwa sebaran skor dalam penelitian ini dapat dikatakan berdistribusi normal karena nilai p yang dihasilkan lebih besar dari 0,05. Berikut adalah tabel yang memperlihatkan sebagian hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov, data yang lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 8**Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov**

Kolmogorov-Smirnov z	0,999
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,271

2. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga perlu penyajian data melalui tabel, penghitungan nilai maksimum dan minimum, mean teoritis, mean empiris dan standar deviasi. Berikut tabel yang berisi data penilaian berdasarkan penghitungan komputerisasi dengan menggunakan SPSS versi 12.0.

Tabel 9
Deskripsi Data Penelitian

N	50
Skor Minimum Teoritik	30
Skor Minimum Empirik	70
Skor Maksimum Teoritik	120
Skor Maksimum Empirik	118
Mean Teoritik	75
Mean Empirik	96,50
Median	94,50
Modus	94
Standar Deviasi	9,666
Varians	93,422

Keterangan:

N menunjukkan jumlah subyek penelitian, yaitu sebanyak 50 orang.

Skor Minimum Teoritik adalah skor paling rendah yang mungkin diperoleh subyek atas skala sesuai dengan nilai terendah yang ditentukan yaitu 1, sehingga skor minimum teoritik pada penelitian ini adalah $30 \times 1 = 30$.

Skor Minimum Empirik adalah skor paling rendah yang sesungguhnya diperoleh oleh subyek dalam penelitian. Skor minimum teoritik dalam penelitian ini adalah 70.

Skor Maksimum Teoritik adalah skor paling tinggi yang mungkin diperoleh oleh subyek atas skala sesuai dengan nilai tertinggi yang sudah ditentukan yaitu 4, sehingga skor maksimal teoritik dalam penelitian ini adalah $30 \times 4 = 120$.

Skor Maksimum Empirik adalah skor paling tinggi yang sesungguhnya diperoleh oleh subyek dalam penelitian ini, yaitu 118.

Mean Teoritik adalah rata-rata teoritik dari skor maksimum dan minimum yang merupakan titik tengah dari range, yaitu 75.

Mean Empirik adalah rata-rata dari skor maksimum dan minimum dalam penelitian ini yang merupakan titik tengah dari range, yaitu 96,50.

Median adalah nilai tengah yang dihasilkan dalam penelitian, yaitu 94,50.

Modus adalah skor subyek yang paling banyak frekuensi kemunculannya dalam penelitian, yaitu 94.

Standar Deviasi (SD) atau simpangan baku adalah suatu penghitungan statistik yang digunakan untuk menggambarkan variabilitas dalam suatu distribusi. Dalam penelitian ini variasi jawaban sebesar 9,666.

Varians adalah kuadrat dari SD, yaitu 93,422.

Mean teoritik dalam penelitian ini lebih kecil dari pada mean empiriknya. Hal ini menunjukkan bahwa skor rata – rata subyek lebih tinggi dari pada skor teori, dan dapat dikatakan bahwa subyek penelitian memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi.

Standar Deviasi (SD) teoritik yang diperoleh dari penghitungan rentang antara nilai maksimum teoritik dan nilai minimal teoritik dibagi 6 ($\frac{\text{maks}-\text{min}}{6}$) menunjukkan nilai Standar Deviasi (SD) empirik lebih kecil daripada SD teoritik, yang artinya bahwa tingkat variasi jawaban pada kelompok data lebih rendah daripada tingkat variasi jawaban teoritik. Kondisi ini menunjukkan bahwa subyek dalam penelitian ini merupakan kelompok yang homogen, yaitu termasuk dalam kelompok kaum dewasa madya yang bekerja.

3. Kategorisasi Tingkat Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja

Berdasarkan pada norma kategorisasi skala (tabel 7) pada bab sebelumnya, maka dapat dikategorisasikan skor total subyek berdasarkan tinggi-rendahnya. Berikut ini deskripsi skor total yang telah dikategorisasikan.

Tabel 10

Kategori Skor Total Subyek

Subyek	Skor Total	Kategori
1	99	Tinggi
2	92	Tinggi
3	95	Tinggi
4	97	Tinggi
5	88	Sedang
6	101	Tinggi
7	108	Tinggi
8	109	Tinggi
9	84	Sedang
10	94	Tinggi
11	107	Tinggi
12	114	Tinggi
13	94	Tinggi
14	99	Tinggi
15	96	Tinggi
16	90	Tinggi
17	87	Sedang
18	97	Tinggi
19	88	Sedang
20	87	Sedang
21	91	Tinggi
22	87	Sedang
23	89	Sedang
24	112	Tinggi
25	94	Tinggi
26	96	Tinggi
27	105	Tinggi
28	98	Tinggi
29	88	Sedang
30	118	Tinggi
31	99	Tinggi
32	87	Sedang
33	91	Tinggi
34	86	Sedang
35	98	Tinggi
36	92	Tinggi
37	103	Tinggi
38	90	Tinggi
39	86	Sedang

40	94	Tinggi
41	115	Tinggi
42	98	Tinggi
43	99	Tinggi
44	118	Tinggi
45	94	Tinggi
46	107	Tinggi
47	95	Tinggi
48	70	Sedang
49	94	Tinggi
50	84	Sedang

Hasil pengkategorisasian di atas dapat memperlihatkan jumlah subyek yang termasuk dalam kategori tinggi, sedang dan rendah, sehingga bisa diketahui prosentase pada tiap kategori. Berikut prosentase berdasarkan kategori yang telah ditentukan pada bab sebelumnya.

Tabel 11
Kategorisasi Tingkat Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja

Kategori	Jumlah subyek	Prosentase (%)
Tinggi	37	74
Sedang	13	26
Rendah	0	0
Total	50	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 50 orang subyek, yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi sebanyak 37 orang (74%), dan yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup sedang sebanyak

13 orang (26%). Tidak ada subyek (0%) yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang rendah dalam penelitian ini.

4. Data pada Setiap Nilai Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup terdiri dari tiga nilai, sehingga perlu dilakukan pengembangan penelitian untuk mengetahui deskripsi tingkat kebermaknaan hidup pada masing-masing nilai, yaitu dengan mencari perbedaan mean antara ketiga nilai tersebut. Pengembangan penelitian ini dilakukan agar memperoleh data yang lengkap mengenai nilai-nilai yang dominan pada tingkat kebermaknaan hidup subyek. Berikut adalah hasil mean dari setiap nilai:

Tabel 12
Mean Tiap Nilai Kebermaknaan Hidup

Nilai Kebermaknaan Hidup	Mean Empiris	Mean Teoritik
Nilai Kreatif	32,34	25
Nilai Eksperiensial	30,86	
Nilai Sikap	32,88	

Tabel di atas memperlihatkan bahwa mean empiris dari semua nilai kebermaknaan hidup lebih besar daripada mean teoritisnya. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga nilai mempengaruhi tingkat kebermaknaan hidup. Mean nilai kreatif dan nilai sikap hampir sama, hanya berbeda tipis.

Nilai sikap memiliki nilai mean tertinggi, yaitu 32,88 diikuti oleh nilai kreatif dengan mean yang hampir sama, yaitu 32,34. Urutan ketiga yaitu nilai kreatif dengan mean 30,86.

D. Pembahasan

Data statistik deskriptif menunjukkan bahwa nilai mean empirik (96,50) lebih besar dari pada mean teoritik (75), yang artinya bahwa nilai rata-rata kelompok data lebih tinggi daripada nilai rata-rata teoritik. Hal ini menunjukkan bahwa subyek penelitian secara umum memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi. Hasil dari skor yang diperoleh oleh subyek membuktikannya. Kategorisasi skor subyek menunjukkan sebanyak 37 orang (74%) memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi dan yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup sedang sebanyak 13 orang (26%), sedangkan subyek yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang rendah tidak ada (0%).

Kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu mengalami hidupnya bermakna atau berarti, yang berasal dari perwujudan nilai-nilai kerja di kantor, nilai penghayatan, dan nilai sikap. Definisi ini menunjukkan bahwa berdasarkan dari penelitian, subyek mengalami hidup yang bermakna atau berarti. Subyek bisa melaksanakan nilai kerja di kantor dengan baik. Begitu juga dengan nilai penghayatan, dan nilai sikapnya dalam kehidupan sehari-hari.

Kenyataan tersebut didukung pula dengan data dari hasil uji beda mean nilai-nilai kebermaknaan hidup. Berdasarkan hasil penghitungan, ketiga nilai tersebut sangat mempengaruhi kebermaknaan hidup, yang ditunjukkan dengan mean empiris ketiga nilai dalam kebermaknaan hidup yang lebih tinggi daripada mean teoritisnya. Nilai kreatif memiliki mean empiris 32,34, nilai eksperiensial memiliki mean empiris 30,86 dan mean empiris dari nilai sikap adalah 32,88 dengan mean teoritik ketiganya sebesar 25.

Nilai sikap dan nilai kreatif mendominasi dengan perolehan mean empiris yang hampir sama, yaitu nilai sikap dengan mean 32,88 dan mean nilai kreatif sebesar 32,34. Hasil ini menunjukkan bahwa nilai sikap dan nilai kreatif memberi peran yang paling besar pada tingkat kebermaknaan hidup subyek.

Hurlock (1991) mengemukakan bahwa salah satu karakteristik dari masa dewasa madya adalah sebagai masa evaluasi, yaitu masa dimana individu melihat kembali hal-hal yang telah ia lakukan dan dapatkan, dan kemudian menilainya, apakah sudah sesuai dengan harapan atau belum. Evaluasi yang dilakukan oleh subyek akan memberi informasi atas pengalaman-pengalaman yang baik dan buruk, sehingga mereka bisa menentukan apa yang paling baik yang harus dilakukan selanjutnya.

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Myers (dalam Hoyer dan Roodin, 2003), yang menyatakan bahwa kaum dewasa madya yang merasakan kesejahteraan dan kebahagiaan akan membuat perbandingan dengan yang pernah dilakukan, sehingga akan lebih menghargai apa yang

telah dikerjakannya. Kaum dewasa madya akan membandingkan dirinya dengan situasi terburuk yang membantu untuk fokus pada hal-hal positif dalam hidupnya.

Sikap tersebut kemungkinan menjadi penyebab adanya sikap yang positif dalam menghadapi penderitaan. Penderitaan tidak dijadikan sebagai penghalang dalam menentukan tujuan hidup, melainkan menjadi pembentuk karakter dan membentuk kekuatan atau ketahanan diri, sehingga penderitaan bisa membuat subyek menjadi lebih memahami makna hidupnya.

Spiritualitas yang dimiliki oleh subyek juga bisa mempengaruhi sikap positif dalam menghadapi penderitaan. Myers (dalam Hooyer dan Roodin, 2003) mengungkapkan adanya peningkatan spiritualitas pada masa dewasa madya. Adanya spiritualitas yang tinggi akan membuat subyek lebih menghargai hidupnya dan bisa menerima cobaan yang datang sebagai salah satu ujian yang harus ia jalani demi hidup yang lebih baik, sehingga penderitaan yang dialami pun akan disikapi dengan positif.

Nilai yang berada pada urutan kedua adalah nilai kreatif atau nilai kerja dengan mean empiris 32,34. Schaie (dalam Santrock, 2002) menggolongkan kaum dewasa madya dalam fase eksekutif, sedangkan Mappiare (1983) menyebut kaum dewasa madya sebagai peraih puncak prestasi. Kaum dewasa madya telah memiliki pengalaman yang cukup, baik dalam pendidikan maupun dalam bersosialisasi, sehingga mereka dipercaya untuk memegang posisi penting dalam organisasi sosial atau sistem masyarakat.

Hal ini juga yang menjadi alasan mengapa di dalam dunia kerja kaum dewasa madya dikatakan telah memiliki keamanan dan stabilitas, baik dalam hal posisi atau jabatan dan keuangan (Mappiare, 1983), terutama bagi yang bekerja di perusahaan atau instansi yang memberikan gaji tetap dan tunjangan bagi karyawannya seperti subyek dalam penelitian ini. Subyek dalam penelitian ini terdiri dari pegawai swasta, pegawai BUMN, dan pegawai negeri sipil (PNS) yang telah lama bekerja dan sebagian besar menduduki posisi yang penting. Subyek mendapatkan gaji tetap dan tunjangan, bahkan ada beberapa diantaranya yang memperoleh fasilitas berupa rumah atau kendaraan, sehingga bisa dikatakan bahwa subyek telah memperoleh kestabilan dalam jabatan dan keuangan.

Mappiare (1983) mengatakan bahwa pekerjaan merupakan salah satu bentuk realisasi diri dan satu unsur penting dalam integritas pribadi. Pendapat ini sepertinya memang benar-benar dialami oleh subyek. Mereka bisa merealisasikan dirinya melalui pekerjaan sehingga mereka pun merasa senang dan bahagia dalam melakukan pekerjaannya dan bisa merasakan makna dari pekerjaannya tersebut.

Dunia kerja juga bisa menimbulkan perasaan tenang, tegang, bahagia atau cemas pada diri subyek, yang menjadi satu pembelajaran dalam menjalani kehidupannya, sehingga subyek menjadi lebih dewasa dalam berperilaku. Kedewasaan dalam berperilaku dapat terlihat dari kebebasan untuk melakukan segala tindakan yang disertai dengan tanggung jawab dari subyek.

Nilai yang memiliki mean empiris paling kecil yaitu nilai eksperiensial dengan mean 30,86. Modernitas memang memberi pengaruh yang cukup besar terhadap kehidupan masyarakat pada masa sekarang ini, termasuk pengaruh negatif dalam berperilaku dan gaya hidup, namun ternyata tidak semua masyarakat otomatis menjadi terpengaruh oleh perilaku atau kebiasaan-kebiasaan yang negatif.

Pengaruh modernisasi yang bisa mengganggu individu dalam pencapaian makna hidup kemungkinan juga dialami oleh subyek, akan tetapi mereka pada akhirnya bisa mengatasinya. Pengalaman hidup kemungkinan yang menjadi salah satu pendukung dalam mengatasi pengaruh modernisasi tersebut.

Subyek ternyata masih mengalami hidup yang bermakna atau berarti, meskipun banyak kondisi yang bisa membuat mereka mengalami kehampaan hidup, misalnya rutinitas harian yang melelahkan. Subyek memang menjalani rutinitas tersebut, namun mungkin mereka masih bisa mengalami hal-hal baru yang menambah pengalaman dan memberi pelajaran pada mereka.

Subyek bekerja di Jakarta yang mendapat pengaruh cukup besar dari modernisasi, namun tetap saja subyek masih bisa mengalami hidup yang bermakna. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh adanya kesempatan bagi subyek, yang semuanya merupakan pegawai, untuk mengambil cuti atau memanfaatkan saat *weekend* untuk beristirahat sejenak dari rutinitas kerjanya dan bisa menikmati masa-masa bersama keluarga dan teman-teman. Myers (dalam Hoyer dan Roodin, 2003) menyatakan bahwa untuk mengalami hidup

yang sejahtera dan bahagia pada kaum dewasa, bisa dilakukan dengan meluangkan waktu untuk menjalin hubungan interpersonal, terutama dengan keluarga dan teman. Bila subyek melakukan hal tersebut maka mereka pun bisa tetap mengalami hidup yang bermakna melalui orang lain dan kasih sayang atau dengan pemenuhan nilai eksperiensial.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mean empiris (96,50) lebih tinggi dari mean teoritiknya (75), sehingga dikatakan subyek penelitian memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi. Hasil ini didukung pula dari 50 subyek, sebanyak 37 orang (74%) memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi dan 13 orang (26%) memiliki tingkat kebermaknaan hidup sedang. Tidak ada subyek (0%) yang memiliki tingkat kebermaknaan hidup rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas kaum dewasa madya yang bekerja memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi. Hasil analisis tambahan memperlihatkan bahwa nilai sikap dan nilai kreatif paling mendominasi, diikuti oleh nilai eksperiensial.

B. Saran

Berdasarkan proses penelitian dan hasil penelitian, maka diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti yang akan datang

Peneliti yang akan datang disarankan untuk menggunakan metode kualitatif berupa wawancara sebagai alat dalam pengumpulan data penelitian, sehingga informasi yang diperoleh bisa mengungkap lebih mendalam.

2. Bagi subyek

Subyek sebagian besar telah memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi, meskipun begitu diharapkan subyek bisa terus memaknai hidupnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai eksperiensial subyek paling rendah dibandingkan dengan kedua nilai lainnya, meskipun masih termasuk tinggi dan mempengaruhi tingkat kebermaknaan hidup. Kondisi ini kemungkinan karena adanya pengaruh modernisasi yang cukup besar, sehingga diharapkan subyek lebih bisa menghindari pengaruh modernisasi yang negatif bagi dirinya dengan lebih banyak meluangkan waktu untuk menjalin hubungan interpersonal, terutama dengan keluarga dan teman. Adanya hubungan interpersonal yang baik dengan keluarga dan teman akan membuat subyek tetap bisa menemukan makna hidupnya melalui orang lain dan kasih sayang yang ada dalam hubungan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Anoraga, P. (2006). *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Aslami, Mona R.(2005). *Rumahku adalah Surgaku*. Diakses pada tanggal 4 Juni 2007 dari <http://www.kompas.com>
- Azwar, Saifuddin. (2003). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: PT. Pustaka Pelajar
- _____. (2003). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bastaman, H. D. (1995). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar Yogyakarta bekerjasama dengan Yayasan INSAN KAMIL
- _____. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina
- Frankl, Viktor E. (2004). *Man's Search For Meaning, Mencari Makna Hidup*. Bandung: Penerbit Nuansa
- Hadi, Sutrisno. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen*. Yogyakarta: Andi Offset
- _____. (2004). *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Hicks, H. G and Gullet, G. R. (1987). *Organisasi: Teori dan Tingkah Laku*. (terjemahan). Jakarta: PT. Bina Angkasa
- Hoyer, Wiliam J. dan Roodin, Paul A. (2003). *Adult Development and Aging 5th edition*. New York: McGraw Hill
- Hurlock, Elizabeth B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi: Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- _____. (1987). *Psikologi Eksistensial: Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Eresco
- Lemme, Barbara Hansen. (1995). *Development in Adulthood*. USA: Allyn and Bacon
- Mappiare, Andi Drs. (1987). *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Penerbit Usaha Nasional

- Monks, F. J, dkk. (2004). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Prihastiwi, W.J. (1994). *Kebermaknaa Hidup Lanjut Usia Pensiun Dikaitkan dengan Tingkah Laku Koping, Religiusitas dan Tempat Tinggal di Kotamadia Surabaya*. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Santrock, John W. (2002). *Life-span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Edisi keenam. Jakarta: Erlangga
- Schultz, Duane. (1991). *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Sukmono, dkk. (2000). *Keterkaitan Antara Kemampuan menjalin Hubungan Interpersonal dengan Penghayatan Hidup Secara Bermakna*. FENOMENA Jurnal Psikologi, Vol. V, No.06, hal 27-34
- Suryabrata, Sumadi. (2006). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1988). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Trihendradi, Cornelius. (2005). *SPSS 12 Statistik Inferen: Teori Dasar & Aplikasinya*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Zuriah, Nurul. (2006). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan: Teori – Aplikasi*. Jakarta: Bumi Aksara