

Kebermaknaan Hidup Susteran Usia Dewasa Madya

Fadhilah Nur Ilmi, Azzah Nilawaty*

UIN Raden Mas Said Surakarta, Jl. Pandawa, Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: azzah.nilawaty@staff.uinsaid.ac.id

Abstract

The meaning of life is a crucial value, as discovering it can lead to true happiness. This qualitative case study explores the process of finding life's meaning through the life journey of Sister L. The study applies pattern matching and explanation-building analysis to examine how experiences, attitudes, and creativity influence her understanding of life's purpose. Data were collected through interviews, observations, and documentation. Sister L's journey reveals that personal experiences, reflective attitudes, and creative expression contribute significantly to the development of self-understanding and a mature self-concept. Spiritual maturity and continuous learning from life experiences guided her in setting meaningful life goals and sustaining strong personal commitments. Support from her social environment also played a vital role in reinforcing her path as a religious sister. Her deep experiences of suffering and reflection eventually led her to find life's meaning when she joined the Compagnia Missionaria del Sacro Cuore congregation. Through disciplined routines and consistency, Sister L gradually achieved her life goals, found inner satisfaction, and reached self-actualization. Her final life purpose is now centered on readiness to face God. This study offers valuable insight into life's meaning and decision-making, particularly for individuals choosing a solitary or celibate life path.

Keywords: meaningfulness of life, nun, middle adulthood

Abstrak

Makna hidup menjadi nilai yang penting karena jika seseorang mampu menemukan arti hidupnya maka kebahagiaan akan muncul. Peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif pendekatan studi kasus. Menggunakan metode analisis kombinasi *pattern matching* dengan analisis *explanation building*, fokus menganalisis aspek kebermaknaan hidup pada tahapan alur hidup suster dan menggali pengaruh proses penemuan makna hidup. Pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Aspek-aspek pengalaman, sikap, dan kreativitas dapat mempengaruhi proses pencarian makna hidup dari Suster L. Suster L menemukan makna hidup melalui pengalaman, sikap, dan kreativitas yang membentuk pemahaman diri dan kematangan konsep diri. Pembelajaran dari pengalaman hidup serta kematangan rohani membantunya menentukan tujuan dan komitmen hidup. Dukungan sosial turut memperkuat tekadnya sebagai suster. Pengalaman penderitaan dan pemaknaan hidup membawanya pada arti hidup saat bergabung dengan *kongregasi Compagnia Missionaria del Sacro Cuore*. Dengan menjalani rutinitas secara konsisten, ia berhasil mencapai tujuan-tujuan hidup, merasakan kepuasan, dan mengaktualisasikan diri. Kini, tujuan akhirnya adalah kesiapan untuk menghadap Tuhan. Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru untuk masyarakat luas mengenai pandangan hidup dan pemilihan keputusan, terutama pada individu yang memutuskan untuk hidup melajang dan sendiri.

Kata kunci: Kebermaknaan Hidup, Susteran, Dewasa Madya

1. Pendahuluan

Dewasa madya merupakan masa dewasa pertengahan, yang dimulai ketika seorang individu telah memasuki usia 40 atau 45 tahun dan berakhir saat seorang individu telah memasuki usia 60 atau 65 tahun. Terdapat sembilan karakteristik dewasa madya yaitu masa yang ditakuti, masa transisi, masa stres, masa yang berbahaya, masa tanggung, masa berprestasi, masa evaluasi, masa jenuh dan masa sepi (Santrock, 1995). Tahapan

perkembangan pada usia dewasa madya bukan lagi memasuki tahapan untuk memilih pasangan hidup dan belajar membina sebuah keluarga. Erikson (dalam Santrock (1995)) menjelaskan bahwa memasuki masa dewasa madya, individu akan menghadapi tugas perkembangan utama, yaitu pilihan hidup menjadi individu yang generatif atau stagnasi.

Generativitas merupakan konsep yang luas mencakup kedudukan sebagai orang tua (*parenthood*), dimana individu berusaha untuk menjadi lebih produktif dan kreatif, baik sebagai orang tua, pekerja, suami/istri, dan warga negara. Sedangkan masa stagnasi ialah fase dimana individu tidak mengalami perkembangan, tidak memiliki kontribusi, bahkan tidak memiliki tujuan dalam hidup. Menurut Hurlock (1980), seseorang sudah harus memiliki pekerjaan dan memilih pasangan selama masa dewasa awal atau menikah, belajar hidup bersama untuk membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, menjalankan rumah tangga, dan hal-hal lainnya. Setiap individu memiliki tugas perkembangan di setiap fase kehidupannya. Berhasil menyelesaikan tugas perkembangan pada fase sebelumnya akan menghasilkan kebahagiaan, dan sebaliknya.

Berdasarkan penjelasan para ahli disimpulkan bahwa masa dewasa madya dengan kondisi psikologis cukup matang idealnya telah memiliki pekerjaan, keluarga, dan suatu hal yang diwariskan. Dalam perkembangannya manusia akan membuat banyak keputusan dari banyak pilihan, dari memilih pendidikan, sampai ke profesi atau pekerjaan. Setiap profesi memiliki konsekuensi, dan menjadi seorang biarawati atau seorang susteran memiliki konsekuensi pada ikrar seumur hidup untuk tidak menikah bahkan meninggalkan keluarga. Individu yang seharusnya telah membangun keluarga dan menurunkan warisan untuk memenuhi tugas perkembangan dewasa madya, kenyataannya memutuskan untuk menjadi seorang selibat (biarawati) dengan konsekuensi tidak berkeluarga, hidup sendiri, dan bekerja dengan sistem pengabdian.

Biarawati atau suster menjalani kehidupan yang sangat berbeda dari profesi lain. Karena mereka secara sukarela meninggalkan kehidupan duniawi dan memilih hidup terikat dengan kaul kemiskinan, kemurnian, dan ketaatan. Pilihan jalan hidup untuk hidup sederhana, mengabdikan mengesampingkan materi, tidak menikah, mengikuti aturan komunitas yang cukup ketat. Secara tidak langsung mereka akan menghadapi konflik internal dan eksternal, penerimaan diri, konflik interpersonal, namun tetap bertahan karena menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan membiara (Amelia & Hagang, 2015).

Biarawati adalah seorang perempuan Katolik yang hidup di dalam biara secara sukarela meninggalkan kehidupan duniawi dan memfokuskan pada syariat beragama. Ada dua jenis biarawati, yang pertama biarawati aktif yakni biarawati yang fokus bertugas di dalam biara tetapi juga di luar biara sesuai dengan penugasan ordo seperti menjadi kepala sekolah, guru, perawat, atau bidan. Yang kedua biarawati kontemplatif yakni biarawati yang memiliki tugas tertentu dalam bidang keagamaan atau peribadatan di dalam biara (Ivony & Witrianto, 2023).

Seorang suster memiliki tugas aktif di luar biara sesuai dengan kongregasi yang diikuti. Salah satunya kongregasi *Compagnia Missionaria del Sacro Cuore* (Serikat Misionaris Hati Kudus Yesus). Kongregasi ini didirikan oleh Pater Elbino Elegante, SCJ pada 25 Desember 1957 dengan memiliki dua fokus utama. Fokus pertama ialah misionaris bagi perempuan yang berkaul kemurnian, kemiskinan, dan ketaatan (menjadi seorang suster dengan persyaratan dan proses yang ketat). Fokus kedua yakni *familiaries*, bagi perempuan maupun laki-laki yang

tetap berstatus sebagai seorang awam, baik menikah atau tidak namun menghayati spiritualitas *Compagnia Missionaria*.

Spiritualitas *Compagnia Missionaria* besumber pada hasil permenungan Yohanes 19:37, “mereka memandang Dia yang mereka tikam”. Misteri lambung Yesus yang ditikam dan mengeluarkan air dan darah menjadi sumber hidup batin dan misi para anggota CM (Statuta no.1). Kongregasi *Compagnia Missionaria del Sacro Coure* ini memiliki misi cinta kasih, yakni dengan mewujudkan berbagai pelayanan di dalam gereja dan masyarakat demi datangnya Kerajaan Allah (Statuta no.12). Khususnya mereka yang kurang mendapatkan perhatian dari keluarga, sesama, dan lingkungannya dengan model cara hidup Jemaat Perdana (Statuta No.6). Para anggota CM berkarya di berbagai bidang pelayanan mulai dari berkatekese, mengajar di sekolah, menjadi perawat, pendampingan kaum muda, mengunjungi orang-orang yang dipenjarakan, sampai menjadi misionaris di negara-negara lain.

Seorang Suster CM, akan diberi pilihan gaya hidup, terdapat tiga pilihan yakni hidup berumah dengan keluarga (merawat orang tua), hidup sendiri atau terpisah dari keluarga, dan yang ketiga hidup berkomunitas maksimal tiga orang dalam suatu rumah. Berdasarkan studi pendahuluan, peneliti diarahkan untuk menemui Suster L. Beliau adalah salah seorang suster CM yang memilih menjalani gaya hidup sendiri atau terpisah dari keluarga, karena orang tua beliau telah meninggal di saat Suster L mendalami sebagai anggota CM. Dengan konsekuensi yang diambil untuk menjadi seorang suster adalah tidak menikah dan memilih hidup sendiri.

Peneliti melihat bahwa seorang suster akan melakukan kaul di enam tahun pertama, dimana terdapat tiga kaul yang harus dilewati dari kaul kemiskinan (untuk hidup sederhana, melayani tanpa terikat materi, menyerahkan kepemilikan pribadi mengenai duniawi), kaul kemurnian (hidup tanpa menikah, mengarahkan cinta kasih hanya kepada Allah dan umat manusia), dan terakhir kaul ketaatan (tunduk pada kehendak Tuhan melalui pemimpin religius dan aturan komunitas). Pada akhirnya seseorang yang mampu melewati masa kaul kemiskinan, kaul kemurnian, dan kaul ketaatan akan melanjutkan masa kaul kekal. Kaul kekal ialah janji seumur hidup yang diikrarkan oleh seorang biarawan atau biarawati Katolik kepada Tuhan dalam komunitas religius sebagai wujud pengabdian total dan tak terbatas waktu kepada Allah melalui hidup dalam kemiskinan, kemurnian, dan ketaatan. Sehingga, proses ini juga akan menuntun pada penemuan makna hidup pada seorang biarawati.

Dalam proses penemuan makna hidup menjadi seorang selibat ialah hidup tidak menikah, hidup sendiri berbeda atap dengan keluarga, dan menjalani kehidupannya dengan berbagai aturan dari ikrar yang dilalui maupun kongregasi atau ordo. Frankl menyatakan bahwa makna hidup dapat dialami oleh siapapun dalam keadaan apapun, termasuk dalam kondisi menderita sekalipun (Amelia & Hagang, 2015). Sedangkan proses penemuan makna hidup untuk menemukan tujuan dalam kehidupan, bila hal tersebut berhasil dipenuhi akan menimbulkan rasa kepuasan dan kebahagiaan dalam hidup. Pada usia dewasa madya memiliki karakteristik masa transisi, masa stres, masa berprestasi, masa evaluasi, masa jenuh dan masa sepi (Santrock, 1995). Menemukan makna hidup pada usia dewasa madya dapat meningkatkan kualitas hidup, kesejahteraan psikologis, serta membantu seseorang menghadapi masa krisis paruh baya (Nurhikmah et al., 2022).

Bastaman (1996) memaknai kebermaknaan hidup sebagai hal-hal yang memberikan nilai khusus dan dianggap penting bagi seseorang. Ketika makna hidup ditemukan dan dipenuhi, kehidupan seseorang menjadi berharga dan berarti. Setelah dapat menemukan arti

hidup, kebahagiaan akan muncul. Menurut Yalom, kebermaknaan hidup berasal dari keyakinan seseorang dalam dirinya sehingga mereka berjuang untuk mengaktualisasikan dirinya, setiap orang harus membuktikan dirinya untuk memaksimalkan potensi terbaik mereka (Hakimi & Sisrazeni, 2022).

Berdasarkan pemikiran Frankl (2003) kebermaknaan hidup diartikan sebagai hal penting yang memberikan kesan khusus bagi seseorang yang bersifat unik dan pribadi. Seperti yang ditunjukkan pada tiga asas pedomannya, manusia memiliki kehendak bebas memilih makna hidupnya sendiri, sehingga mampu bertanggung jawab atas pilihannya dan hanya individu tersebut yang mampu merasakan dan mengartikan perjalanan hidupnya. Kehidupan yang bermakna dimiliki oleh individu yang mengetahui makna dari sebuah pilihan hidupnya. Makna hidup merupakan visi kehidupan, harapan, dan alasan individu untuk tetap hidup. Dengan adanya visi hidup akan mendorong keinginan untuk berguna bagi orang lain misalnya keluarga, komunitas, dan umat manusia.

Disimpulkan dari beberapa pengertian para ahli di atas bahwa makna hidup adalah proses seseorang untuk menemukan arti hidup yang signifikan dalam perjalanan hidupnya. Arti hidup ini yang mampu menguatkan dan memotivasi seseorang dalam melaksanakan hidupnya. Bastaman (2007) menjelaskan enam aspek kebermaknaan hidup yang terdiri dari pemahaman diri, pemaknaan hidup, pengubahan sikap, keikatan diri, kegiatan terarah, dan dukungan sosial. Dalam aspek ini dapat dipengaruhi dari faktor internal berupa penemuan pribadi, bertindak positif, pengakraban lingkungan, pendalaman tri nilai, ibadah, dan kualitas insani. Selain itu, faktor eksternal berupa material, dukungan sosial, pekerjaan dan orang-orang terdekat.

Menurut Frankl terdapat tiga faktor yang mempengaruhi proses pemaknaan hidup yakni, nilai-nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai sikap (Koeswara, 1992). Dalam literatur lain Frankl menyatakan bahwa penemuan makna hidup juga dipengaruhi oleh faktor spiritualitas, kebebasan, dan tanggung jawab (Sopaheluwakan & Huwae, 2022). Individu memiliki sumber daya rohani dan kesadaran akal untuk melakukan sesuatu, memiliki kebebasan untuk memilih bagaimana hidup dan bertindak laku, juga memiliki tanggung jawab atas pilihannya. Menurut Bastaman (1996) terdapat beberapa proses tahapan dalam pencapaian hidup bermakna, dimulai dari tahap derita, penghayatan tanpa makna, tahap penerimaan diri, tahap realisasi makna, dan tahap kehidupan bermakna.

Penelitian oleh El Hawa (2022) berjudul “Makna Hidup Lansia Perempuan Lajang di Desa Kauman Kabupaten Brebes”. Penelitian kualitatif ini berfokus pada dua perempuan lanjut usia yang memilih untuk tidak menikah karena usia mereka yang sudah lanjut. Kedua subjek menemukan makna hidup melalui kegiatan keagamaan dan kedekatan dengan Tuhan. Penelitian dari El Hawa menyoroti pentingnya bagi lansia untuk menemukan makna hidup agar merasa bahagia dan memiliki tujuan hidup. Lansia perempuan lajang di desa Kauman menemukan makna dalam hidup mereka dengan lebih banyak terlibat dalam kegiatan keagamaan, mendekatkan diri pada Tuhan, dan menjadikan rasa syukur sebagai acuan. Mereka juga menghargai kegiatan kreatif dan memenuhi tanggung jawab dengan tekun. Aspek-aspek ini berkontribusi pada kebahagiaan mereka dan memberikan arah dalam hidup mereka.

Melihat perspektif dari hasil penelitian yang dilakukan oleh El Hawa, peneliti melakukan penelitian serupa dengan kebaharuan subjek dari kalangan suster atau biarawati yang telah memasuki usia dewasa madya menuju lanjut usia. Menggunakan perspektif dari psikologi

perkembangan, psikologi sosial, dan psikologi lintas agama. Pada masa pertengahan atau dewasa tengah adalah rentang kehidupan yang paling sedikit dipelajari karena dianggap masa kosong dan lebih dramatis pada masa peralihan dewasa awal dan usia tua (Diah et al., 2016).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika kebermaknaan hidup seorang perempuan Katolik untuk menyerahkan seluruh kehidupannya pada Tuhannya dan menjalani hidup sendiri tidak berkeluarga maupun tinggal bersama keluarga, yang juga menunjukkan bahwa adanya tantangan dalam hal hubungan interpersonal dan penerimaan diri. Dengan ini peneliti memberikan gambaran mengenai dinamika kehidupan wanita lajang pada konteks sosial dan agama. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi *insight* untuk kebijakan inklusif bagi wanita lajang, termasuk dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mereka, serta intervensi yang dapat meningkatkan kualitas hidup mereka.

Selain itu, penelitian ini melihat dinamika kebermaknaan hidup susteran usia dewasa madya dalam perspektif beberapa keilmuan psikologi. Misal kontribusi dalam bidang keilmuan psikologi perkembangan. Perspektif ini memandang manusia memiliki tugas-tugas yang harus dipenuhi di setiap fase perkembangannya. Fokus penelitian ini pada fase perkembangan usia dewasa madya atau usia dewasa tengah (40-60 tahun) yang melewati tugas generatif vs stagnasi. Kontribusi terhadap bidang keilmuan psikologi sosial, cabang keilmuan psikologi yang mempelajari perilaku individu dalam interaksi dengan lingkungannya (Arsini et al., 2023). Kemudian kontribusi terhadap bidang keilmuan psikologi agama dan budaya yakni cabang keilmuan psikologi yang mengkaji perilaku manusia dan transmisinya yang dibentuk dan dipengaruhi oleh kekuatan sosial, agama, dan budaya (Ratnawati, 2012).

2. Metode

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Menurut Yin (2009) metode studi kasus merupakan strategi untuk penelitian yang menggunakan pokok pertanyaan *how* atau *why*. Pada metode ini peneliti fokus pada desain dan pelaksanaan penelitian. Karakteristik utama pada metode studi kasus ialah fokus pada satu atau beberapa kasus yang dipelajari dalam konteks kehidupan nyata, menjelaskan adanya hubungan sebab-akibat, pengembangan teori, menggeneralisasikan teori, dan tergantung pada berbagai sumber bukti. Penelitian kualitatif juga berusaha untuk memahami problematika tertentu dari perspektif penduduk lokal yang terlibat. Dengan menggunakan metode kualitatif sangat efektif dalam memperoleh informasi budaya tentang nilai-nilai, pendapat, perilaku, dan konteks sosial dari populasi tertentu (Mack, 2005).

Pengambilan sampel peneliti dilakukan secara *purposive sampling*, dan dikembangkan melalui teknik *snowball sampling* di mana informan pertama merekomendasikan informan lain yang memenuhi kriteria penelitian. Kriteria yang ditentukan yakni perempuan usia 40-60 tahun, secara resmi merupakan seorang suster dari kongregasi atau ordo tertentu, dan telah melewati kaul kekal. Sebelumnya peneliti mencari subjek pada kepada Sekertaris Gereja Kristus Raja Chatedral Purwokerto, Wisma Margasiswa Keuskupan Purwokerto, dan Yayasan Biara Suster St. Dominikus, dari ketiganya mengarahkan untuk ke sekolah yayasan kedominikan untuk bertemu dengan suster yang mengabdikan pada sekolah tersebut. Dari pihak sekolah mengarahkan pada Suster L yang bersedia menjadi partisipan pada penelitian ini.

Pada penelitian ini memiliki satu partisipan yakni Suster L yang merupakan susteran dari kongregasi *Compagnia Misionaria del Sacro Coure* (CMSC). Suster L telah bergabung dengan kongregasi misionaria dan telah resmi berkaul kekal pada tahun 2015 dari bergabung

sejak tahun 2003. Suster L berasal dari Purwokerto dan menempuh Pendidikan menjadi seorang missionaris di Rumah Retret Palembang hingga ke Italia. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Bruderan Purwokerto tempat Suster L bekerja menjadi seorang Guru Agama dan kediaman Suster L di Banteran, Purwokerto.

Teknik analisis data menggunakan kombinasi pencocokan pola (*pattern matching*) dengan analisis mengembangkan penjelasan (*explanation building*). Analisis pencocokan pola (*pattern matching*) yakni data empiris yang telah disajikan dibandingkan dengan pola-pola teori. Menyusun pemahaman secara bertahap tentang kebermaknaan hidup seorang suster berdasarkan data empiris yang dikumpulkan. Digunakan untuk memeriksa apakah data sudah sesuai dengan pola teori yang sudah ada. Analisis *explanation building* dilakukan untuk melihat faktor-faktor seperti nilai-nilai kreatif, nilai-nilai pengalaman, nilai-nilai sikap, dan kemungkinan adanya temuan yang mempengaruhi fenomena (Ratna, 2020).

Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan menggunakan metode semi-terstruktur, untuk mendapatkan banyak informasi dari beberapa kejadian atau pengalaman dari partisipan. Observasi dilakukan bersamaan dengan proses wawancara, melalui gerak tubuh, ekspresi, keadaan sekitar, dan nada bicara. Dokumentasi diambil dari hasil karya partisipan, jejak digital partisipan, dan tulisan-tulisan *journaling* partisipan. Struktur laporan penelitian menggunakan *theory building* dimana peneliti membangun deskripsi berdasarkan tematik teori tanpa meninggalkan alur hidup Suster L (Ratna, 2020).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Tahapan Penemuan Makna Hidup Suster L

Untuk memperoleh gambaran dari proses kebermaknaan hidup Suster L, penelitian ini menggunakan kombinasi 2 pendekatan analisis, yaitu pencocokan pola dan pembangunan penjelasan. Analisis pencocokan pola untuk melihat kesesuaian antara tahapan kebermaknaan hidup yang dialami suster L dengan model teoritis dari tahapan kebermaknaan hidup dan aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Bastaman (2007) dari tahap derita, tahap penerimaan diri, tahap penemuan makna, tahap reralisasi makna, dan tahap kehidupan bermakna. Hasil dari analisis pola pencocokan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Analisis Pola Pencocokan (*Pattern Matching*)

Tahapan Menurut Bastaman	Temuan Empiris Suster L	Kesesuaian
Tahap Derita	Kehilangan kedua orang tua, kegagalan asmara, dan rintangan dalam perjalanan karier.	Sesuai
Tahap Penerimaan Diri	Penerimaan diri, refleksi diri, dan evaluasi diri.	Sesuai, dengan adanya indikator dari aspek pemahaman diri dan perubahan reaksi maupun sikap.
Tahap Penemuan Makna	Bergabung dalam kongregasi, pelayanan umat, menemukan hidayah.	Sesuai, dengan indikator dukungan sosial, pemaknaan hidup dan tujuan hidup.
Tahap Realisasi Makna	Pengabdian mengajar, pelayanan umat, mencoba hal baru menjadi	Sesuai, dengan adanya indikator aspek memiliki kegiatan terarah dan pengembangan potensi diri,

Tahap Kehidupan Bermakna	seorang penulis, dan menghasilkan beberapa karya. Aktualisasi diri, kematangan spiritual, ketenangan dalam menjalani hidup, dan kepuasan hidup.	dan pencapaian tujuan satu per satu. Sesuai, Suster L telah mencapai kebahagiaan seutuhnya, aspek keterikatan diri atau komitmen individu pada pencapaian dan target.
--------------------------	---	---

Proses kebermaknaan hidup Suster L sesuai dan mengikuti tahapan sebagaimana dari teori tahapan kebermaknaan hidup dan kualifikasi aspek teori. Untuk memberikan rincian alur tahapan Suster L akan dijelaskan secara naratif sesuai urutan tahapan penemuan makna. Proses kebermaknaan Suster L ini menunjukkan konsistensi antara pengalaman hidup personal dengan model perkembangan penemuan makna pada teori. Terdapat banyak pengalaman Suster L yang menuntunnya untuk melewati setiap tahapan penemuan makna, mengaktualisasikan diri, hingga mencapai kepuasan hidup dan kebahagiaan seutuhnya.

Tahap derita, tahap ini diklasifikasikan dari temuan tema terkait perasaan dan sikap dari pengalaman tragis penghayatan tanpa makna (Zhafran & Nurmina, 2024). Temuan ini terkait perasaan negatif, peristiwa tragis, dan kondisi tidak menyenangkan dari pengalaman hidup. Kondisi kehidupan yang menyenangkan bahkan tidak menyenangkan dapat terpenuhi maka kehidupan yang dialami akan memiliki rasa lebih berarti (*meaning full*) (Bastaman, 2007). Pada alur hidup yang dipaparkan oleh Suster L banyak warna dalam derita, kesedihan, kekuatan, pengubahan sikap, dan pendirian yang teguh.

Tahap ini mencakup pengalaman kehilangan dan tekanan hidup Suster L, termasuk kematian orang tua, kegagalan asmara, dan realitas dunia kerja yang penuh tantangan. Suster L menunjukkan Sikap spiritual yang kuat dan pendirian yang tegas terhadap nilai-nilai kejujuran serta iman keagamaannya. Ini menjadi dasar dari perjalanan hidupnya. Membentuk diri Suster L yang teguh pendirian dan memiliki jiwa pejuang keras.

Saat lulus SMA Suster L langsung bekerja. Beliau telah banyak melakukan pekerjaan, hingga merantau ke Temanggung, Bandung, maupun Semarang. Pada saat terjun pada dunia kerja beliau banyak melihat kecurangan yang dilakukan oleh banyak staf. Seperti korupsi, pelaporan yang tidak sesuai, dan banyak hal lainnya.

Suster L telah memiliki pendirian spiritualitas yang kuat. Beliau tidak mudah terpengaruh hal-hal negatif. Dengan sikap teguh pendirian dan iman, Suster L dapat mengatasi dengan baik berdasarkan nilai-nilai religiusitas dan nilai kemanusiaan. Bahkan karena tidak suka dengan sikap curang tersebut beliau berkali-kali harus pindah pekerjaan.

Suster L terlalu fokus dengan karir dan keluarganya, hingga terus merantau ke Semarang. Di Semarang beliau berkeinginan untuk kuliah mengambil Jurusan Kateketik. Suster L berkuliah setelah *gap year* selama sepuluh tahun. Suster L mendapatkan beasiswa dari Kementerian Agama RI untuk berkuliah. Pada masa itu Suster L menemukan dambaan hatinya, seorang laki-laki yang merupakan anak dari klien di tempat kerjanya. Namun, sayangnya agama mereka berbeda. Satu sama lain tidak dapat memaksakan kehendaknya untuk berpindah agama.

Orang Tua Suster L dulunya seorang muslim, namun keduanya berpindah agama ke Katolik. Suster L yang telah dibaptis dan menjadi Katolik pantang baginya berpindah agama dan enggan mengulang masa seperti kedua orang tuanya. Suster L juga diberikan nasihat oleh kedua orang tua dari pihak laki-laki. Semenjak saat itu Suster L tidak bertemu dengan kekasihnya. Suster L mengatakan,

Orang tua saya dulunya Islam, namun karena mereka mengabdikan di Yayasan Katolik mereka memutuskan untuk masuk Katolik. Awalnya ibu saya yang menjadi juru masak di Rumah Sakit Elizabeth dan memutuskan untuk masuk Katolik. Kemudian jatuh cinta kepada ayah saya yang menjadi tukang kebun di Sekolah Katolik dan memutuskan untuk masuk Katolik agar bisa menikah dengan ibu saya. Dengan segala hormat, saya tidak bisa, saya tidak bisa mengulangi kejadian tersebut. Saya paham Islam karena orang tua juga memberitahukan hal-hal dalam Islam. Tapi saya tidak bisa mengingkari agama saya dan baptis saya. (W1.25-10-2024)

Suster L dalam kondisi kesedihannya dalam kegagalan kisah asmara, tidak berlarut-larut dengan satu masalah tersebut. Suster L mengalihkannya dengan semakin giat bekerja dan fokus berkuliah. Selama bekerja dan kuliah, Suster L hanya fokus dengan diri sendiri dan kedua orang tuanya. Suster L terlalu asyik dengan hasil kerja kerasnya untuk hidup. Saat Suster L telah lulus strata satu sebagai sarjana agama, beliau menerima tawaran dari teman-temannya yang merupakan kalangan biarawati untuk bekerja di Rumah Retret Palembang.

Di Rumah Retret Palembang, Suster L bekerja sebagai pendamping dan melatih khususnya anak-anak hingga remaja dalam hidup rohani. Pihak sekolah memberikan dispensasi selama satu minggu untuk menginap di rumah retret dan berlatih doa, dinamika psikologis, dan *journaling* untuk evaluasi diri. Dari kegiatan dalam Rumah Retret Suster L pun mulai ikut terbiasa dan menerapkannya dalam kegiatan kesehariannya. Dengan demikian Suster L memiliki pembiasaan baru dari sekian lama terlalu fokus pada karirnya.

Tepat pada usia Suster L menginjak 32 tahun, bertepatan pula dengan adanya seminar atau tawaran sebuah kongregasi untuk menjadi seorang suster CM. Suster L mengatakan,

Waktu itu saya mendapatkan tawaran dari seorang Imam Pastor SCJ. Saya ditanyai oleh beliau “L, sampai kapan kamu mau melajang terus seperti ini?”. Saya menjawab kalau saya sudah berprinsip jika di usia saya yang sudah menginjak 33 tahun belum mendapatkan pasangan yang sesuai dengan saya, maka dari itu saya memutuskan untuk tidak menikah atau melajang. Karena mengingat usia segitu, kesehatan reproduksi saya untuk melanjutkan keturunan sudah kurang baik. (W2.30-10-2024)

Suster L menerima tawaran tersebut. Suster L melakukan masa pendalaman diri untuk mengetahui seberapa kuat tekad beliau untuk benar-benar menjadi seorang suster atau pelayan Tuhan. Jangka satu tahun akhirnya Suster L mantap mengemban tugas menjadi Anggota Suster CM. Beliau menganggap itu sebagai uluran tangan Yesus dan niscaya dari Yesus untuk Suster L, “Pada saat di Rumah Retret Palembang itu saya ditarik oleh Tuhan untuk menjadi manusia pilihan-Nya, untuk melayani-Nya.”, ujar Suster L”. (W2.30-10-2024)

Namun sekali lagi, berita duka menghampiri Suster L, kedua orang tua Suster L meninggal dunia. Ayah Suster meninggal lebih dulu di tahun 2006 saat Suster L di Palembang bekerja di Rumah Retret Palembang dan memutuskan membangun tempat tinggal di

Palembang. Kemudian empat tahun kemudian ibu dari Suster L meninggal di saat Suster L mendalami pendidikan sebagai suster di Italia. Meskipun telah ditinggal kedua penyemangatnya Suster L tidak goyah dan bertekad melanjutkan menjadi seorang missionaria. Suster L sudah ikhlas dan berterima kasih karena telah di didik sebaik mungkin.

Tahap penerimaan diri, tahapan ini diklasifikasikan dari proses pemahaman diri dan reaksi atau sikap dalam menghadapi suatu kondisi (Zhafran & Nurmina, 2024). Tahap ini merupakan analisis dari aspek pemahaman diri dan juga aspek perubahan sikap. Pemahaman diri merupakan meningkatnya kesadaran atas suatu kondisi dan adanya keinginan kuat untuk melakukan sebuah perubahan ke kondisi yang lebih baik (Putri et al., 2020). Sedangkan perubahan sikap sendiri adalah respon sikap atas ketidaksesuaian dalam menghadapi masalah (Dwi Lestari et al., 2021). Sikap aksi nyata dalam mengubah kondisi yang tidak sesuai atau tahapan derita menjadi kondisi yang lebih baik.

Pemahaman akan kehidupan mengenai aspek-aspek masa depan yang dibayangkan dalam kehidupan dan mengintegrasikan dalam masa lalu, masa kini dengan kesatuan yang koheren. Perspektif ini membuat individu belajar memahami makna dari setiap peristiwa sebagai solusi atau aksi ke depannya di lingkungan (rasional, adaptif, dan subjektif). Ketika pemahaman ini kurang berjalan, maka memunculkan tekanan psikologis dari peristiwa traumatis, stres, bahkan depresi (King & Hicks, 2021). Berawal dari konsep memahami dari hal yang harusnya dan hal yang tidak seharusnya atau baik buruknya suatu peristiwa, memunculkan keinginan untuk mengubah kondisi tersebut sebagaimana mestinya.

Penerimaan dari berbagai hal semasa hidup dengan menemukan keindahan, kebenaran, penghayatan, pemahaman dari nilai-nilai pengajaran dalam kehidupan Suster L. Suster L mengatakan, *“selalu ada yang baik di hari terburuk”*. Menurut suster L banyaknya hal terjadi dalam kehidupannya tiada tanpa sebab, melainkan ada pembelajaran dan penguatan untuk hidupnya. Suster L melakukan refleksi diri dan membangun pemahaman diri melalui pengalaman hidup dan pembelajaran spiritual. Penerimaan diri menjadi titik balik menuju kehidupan yang lebih bermakna.

Penanaman pengetahuan agama, pemahaman diri, pemahaman lingkungan, serta proses belajar dari Suster L menciptakan perspektif dan kognitif yang positif. Reaksi Tindakan di segala kondisi dapat teranalisis dengan baik. Kebiasaan jurnaling atau evaluasi diri setiap malam yang didapat dari pembiasaan di Rumah Retret Palembang, memberikan ruang untuk mengevaluasi pengalaman masa lalu dan membentuk konsep diri yang matang. Dengan memiliki hobi, kegiatan aktif dan rutin, Suster L dapat mengalihkan perasaan negatif, kesepian maupun kejenuhan.

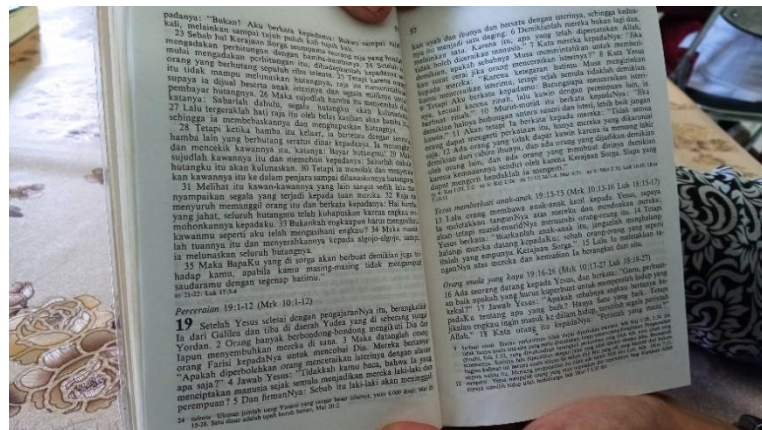
Tahap penemuan makna hidup, dikelompokkan dari dukungan sosial, agama, cinta kasih, hingga penemuan makna dan tujuan hidupnya (Kuswatun & Maemonah, 2021). Tahap ini menganalisis dari aspek dukungan sosial dan aspek proses penemuan makna. Dukungan sosial adalah kehadiran seseorang yang berarti untuk memberikan dorongan positif individu (Kumalasari & Ahyani, 2012). Sedangkan makna hidup sendiri adalah nilai-nilai penting dalam hidup untuk membentuk motivasi dan tujuan yang menjadi target capai individu.

Dari dukungan yang diberikan akan membentuk sebuah nilai penting yang diambil dan menjadikan motivasi tersendiri bagi Suster L. Dukungan keluarga, dukungan sosial, dukungan rohani, serta pemahaman atas firman agama menjadi titik terang dalam penemuan makna

hidup Suster L. Keputusannya menjadi seorang missionaria merupakan hasil dari proses batin yang mendalam. Ayat kitab suci seperti Matius 19:10-12 memberikan penguatan spiritual untuk memilih hidup selibat secara sadar dan bertanggung jawab.

Dukungan positif dari keluarga dan kerabat membesarkan Suster L menjadi individu yang tangguh, toleransi, memiliki bekal keimanan yang tinggi, memiliki nilai-nilai positif dan membentuk karakter dengan konsep diri yang ideal. Orang tua tidak menuntut banyak atas kehidupan anak-anaknya, justru kedua orang tua Suster L merasa bangga karena salah satu dari anak-anaknya merupakan anak terpilih Tuhannya untuk menjadi lebih dekat pada Tuhan. Suster L memantapkan diri untuk lebih baik tidak menikah, daripada menikah dengan seseorang yang tidak cocok baginya. Menikah bukanlah suatu hal yang dapat diputuskan secara cepat dan banyak pertimbangan.

Berpedoman pada Matius 19:1-12 mengenai perkawinan dan perceraian, pada ayat ke 10 menjelaskan mengenai individu melajang karena 3 faktor, yang berbunyi *"19:10 Murid-murid itu berkata kepada-Nya: 'Jika demikian halnya hubungan antara suami dan istri, lebih baik jangan kawin.' 19:11 Akan tetapi Ia berkata kepada mereka: 'Tidak semua orang dapat mengerti perkataan itu, hanya mereka yang dikaruniai saja. 19:12 Ada orang yang tidak dapat kawin karena ia memang lahir demikian dari rahim ibunya, dan ada orang yang dijadikan demikian oleh orang lain, dan ada orang yang membuat dirinya demikian karena kemauannya sendiri oleh karena Kerajaan Sorga. Siapa yang dapat mengerti hendaklah ia mengerti.'"*



Gambar 1. Kutipan Al-Kitab

Penggalan dalil ini diartikan bahwa individu dikategorikan untuk tidak menikah pada golongan individu yang ditakdirkan tidak menikah. Kemudian individu yang tidak menikah karena dengan faktor eksternal (banyak syarat untuk menikah dalam Katolik). Dan yang terakhir golongan individu yang membuat dirinya demikian (untuk tidak menikah). Golongan terakhir inilah yang meliputi para anggota selibat seperti pastor, biarawati, dan setingkatnya.

Dari pengalaman percintaan yang cukup rumit, Suster L pun selektif untuk memilih laki-laki. Dan berujung Suster L belum menemukan laki-laki yang sesuai kriterianya di usia 32 tahun. Suster L lampiaskan hidupnya hanya untuk bekerja, membantu keluarga, menikmati hasil kerjanya, menantang dirinya untuk berkembang dan mencoba hal baru. Konsep diri yang ideal membuat Suster L tetap fokus pada kontribusi hidupnya pada masyarakat.

Menerima tawaran bekerja di Palembang kemudian mendapatkan hidayah untuk menjadi seorang missionaria adalah awal mula Suster L memaknai hidup yang sesungguhnya. Memegang prinsipnya ketika di usia 32 tahun Suster L belum menemukan pasangan hidup maka Suster L memilih untuk tidak menikah. Seiring dengan prinsip tersebut, Suster L mendapat tawaran untuk bergabung dalam keanggotaan missionaria. Beliau menganggap itu sebagai uluran tangan Yesus untuk Suster L, *“Pada saat di Rumah Retret Palembang itu saya ditarik oleh Tuhan untuk menjadi manusia pilihan-Nya, untuk melayani-Nya.”*, ujar Suster L. (W2.30-10-2024).

Tahap realisasi makna dikelompokkan dari aspek kegiatan terarah yakni ketertarikan terhadap potensi diri sendiri, impian, harapan, dan tujuan yang dicapai satu per satu (Zhafran & Nurmina, 2024). Kemauan Suster L untuk berkuliah meskipun sudah *gap year* sepuluh tahun. Aktif dalam kegiatan Rumah Retret Palembang, kemudian berdedikasi di dunia pendidikan. Selain itu Suster L memiliki hobi berkebun, menulis dan membaca sebagai bagian dari belajar. Rutinitas ibadah yang selalu Suster L jalankan dari pagi, petang, hingga malam. Kegiatan ini menunjukkan kegiatan terarah dan menjadi proses aktualisasi diri Suster L.



Gambar 2. Buku-buku Karya Suster L

Dalam kesendirian Suster L menjadi seorang selibat, kegiatan terarah inilah yang membuat Suster L lebih memiliki makna dalam kehidupan dan dapat mengalihkannya dari kesepian dan afeksi negatif lainnya. Dengan pengalaman menjadi seorang selibat dan keanggotaan missionaria menjadikan Suster L lebih dekat dengan Tuhannya dan merasa tidak sendirian. Hingga saat ini di usia 56 tahun Suster L mengabdikan pada bidang Pendidikan. Pernah menjadi kepala sekolah selama delapan tahun. Saat ini aktif menjadi seorang Guru Agama dan pelayanan umat. Mampu menerbitkan beberapa buku dari hasil refleksi diri dan motivasi hidupnya. Suster L menyatakan bahwa,

Meskipun saya sudah usia 50 tahun keatas seperti saat ini saya tetap ingin bekerja. Saya bersyukur karena SMA Bruderan dengan terbuka menerima saya untuk bekerja dan mengabdikan kepada sekolah saya dulu. Saya tidak bisa membayangkan bagaimana saya sekarang jika tidak bekerja. Sampai nanti saatnya pensiun saya akan tetap mengajar. Sampai akhir hayat saya akan tetap menulis dan berkarya. (W3.13-11-2024)

Tahap kehidupan bermakna dalam tahap ini dapat dikatakan telah menemukan kebahagiaan seutuhnya dari penghayatan perjalanan dan proses hidupnya (Zhafran & Nurmina, 2024). Tahap ini juga diklasifikasikan dari aspek keterikatan diri yakni komitmen individu atas tujuan maupun target hidup yang telah ditentukan (Tere & Ledot, 2021). Tahap ini menggambarkan kondisi aktualisasi Suster L. Ia hidup dengan tenang, memiliki komitmen

kuat pada kaul, serta sudah merencanakan masa tuanya dengan matang. Kepuasan hidup, ketenangan batin, dan kesiapan untuk menghadapi kematian menjadi indikator kehidupan yang bermakna tuntas.

Suster L memiliki pendirian yang kuat. Melakukan kaul dan ikrar yang ditepati dan dihayati hingga saat ini. Suster L menjalani kehidupannya sesuai dengan pedoman hidup yang disebut dengan “Buku Statuta”. Mendalami peran sebagai selibat memberikan entitas yang bermakna. Kaul kemiskinan membangun diri Suster L untuk tidak terikat dengan perihai duniawi. Kaul kemurnian untuk menjaga harkat martabat dan kesehatan maupun kesejahteraan Suster L. Kaul ketaatan untuk memfokuskan diri Suster L pada Tuhannya, agamanya dan komunitasnya. Bukan pada taat pada jabatan dan kekuasaan.

Kebutuhan fisiologisnya terpenuhi dengan baik, kebutuhan keamanan telah terjamin oleh kongregasi maupun persiapan masa depan yang matang dari Suster L. Kebutuhan sosial yang telah diberikan dari seluruh kontribusi maupun relasi yang Suster L ciptakan. Meskipun memilih hidup sendiri, tidak menutup kemungkinan Suster L memiliki banyak relasi dari dalam negeri maupun luar negeri.

“..dalam masa menempuh pendidikan untuk menjadi keanggotaan missionaria, saya banyak diajarkan untuk bagaimana hidup mandiri. Dari pengelolaan keuangan, tabungan, rencana masa depan, persiapan mas tua dan kematian, dan berbagai hal yang dilakukan secara mandiri... meskipun saya hidup sendiri saya tetap menjalankan komunikasi dengan teman-teman maupun sahabat-sahabat saya. Bahkan relasi-relasi pertemanan saya di luar negeri terutama teman-teman seperjuangan di Italia dulu. Saya sering melakukan video call bersama mereka. Keluarga saya yang di Palembang juga.” (W5.17-01-2025).

Kebutuhan ego, Suster L telah menciptakan konsep diri yang ideal. Memiliki kepribadian tangguh, harga diri yang tinggi, kepercayaan diri, dan seluruh prestasi maupun penghargaan yang Suster L capai. Dengan pemenuhan hierarki kebutuhan seorang individu, Suster L telah mencapai aktualisasi dirinya dalam Masyarakat. Tidak ada rasa keraguan dan pesimis di dalam diri seorang Suster L.

Di usianya yang telah menginjak 56 tahun akan dihabiskan dengan terus bekerja dan berdedikasi pada dunia pendidikan sampai masa pensiunnya tiba. Bukan untuk penghasilannya namun mengisi waktu luangnya, kebiasaan mengajar membuat Suster L bahagia dan semangat. Terus berkarya dengan tulisannya sampai akhir hayat. Kebermaknaan Hidup Suster L didapatkan dari kegiatan-kegiatan rutin, pembiasaan hidup teratur atau disiplin, dan hingga mencapai ketenangan.

Masa hiruk-pikuk telah kulewati. Masa padat karya tlah kulalui. Masa produktif yang penuh semangat dan dunia yang menjanjikan bagi manusia sederhana. Semua hal indah dunia seperti terlewati begitu saja. . kunikmati kebersamaan dengan riuh rendahnya berbagai manusia dan karakternya. Masa senja adalah masa mempersiapkan dan melepaskan. Saya bersyukur. . bisa menikmati kembali suasana tanah kelahiran yang tenang dan damai. . suasana dusun yang sejuk dan nyaman. . hening. . hanya terdengar ciap ayam dan bunyi burung tekukur tetangga sebelah dipagi hari dan suara binatang malam bila. . senja mendekat. Syukur puji Tuhan. . kupanjatkan ke hadiratMu.

Gambar 3. Dokumentasi Digital Story WhatsApp Suster L

Tidak ada yang perlu dikhawatirkan lagi di masa tuanya. Semua telah Suster L persiapkan sedari awal. Dari dana darurat masa tua, dana pensiun, urusan kematian, hingga wasiat akan harta benda yang suster L tinggalkan telah disampaikan kepada sanak saudaranya. Suster L mengatakan, “...*tujuan saya sekarang ya tinggal menghadap Tuhan.*” (W4.17-11-2024).

Proses kebermaknaan hidup Suster L selaras dengan teori Bastaman. Kehidupan Suster L menunjukkan bahwa aktualisasi diri dan kontribusi sosialnya bisa tercapai tidak melalui pernikahan. Penelitian ini memperluas pemahaman bahwa spiritualitas dan refleksi diri dapat menjadi jalan menuju hidup yang bermakna, khususnya bagi perempuan yang memilih hidup selibat. Generatif vs stagnasi merupakan tugas dalam masa perkembangan usia dewasa madya. Tidak harus pada keturunan dalam pernikahan untuk mencapai tugas generatif.

Generatif adalah tugas dalam memberikan kontribusi kepada masyarakat, membangun warisan dan meninggalkan jejak positif bagi generasi berikutnya. Perannya menjadi suster dalam pengabdian dan pelayanan umat telah memberikan kontribusi dalam masyarakat dan pengakuan sosial. Karya yang telah dihasilkan, hibah, pengalaman dan cerita hebatnya telah diturunkan pada anak cucunya, kerabatnya, temannya, sahabatnya, dan lingkungannya. Pengabdianya sebagai seorang pendidik telah meneruskan keilmuannya pada anak didiknya.

3.2. Faktor yang Mempengaruhi dalam Proses Penemuan Makna Hidup Suster L

Selain analisis pola pencocokan, untuk menggali hal-hal yang mempengaruhi proses kebermaknaan hidup Suster L dengan menggunakan analisis pengembangan penjelasan (*explanation building*). Analisis pengembangan penjelasan ini untuk mendapatkan temuan diluar dari teori yang didapat. Terdapat faktor yang mempengaruhi dalam penemuan makna hidup menurut Frankl (2003), dari faktor nilai-nilai kreatif, faktor nilai-nilai pengalaman, dan faktor nilai-nilai sikap. Dengan berbagai pengalaman masa lalu yang Suster L cermati menjadi suatu pengaruh dalam proses penemuan makna Suster L.

Faktor pertama nilai-nilai kreatif adalah kemampuan individu dalam berkontribusi pada kehidupan. Kontribusinya selama menjadi suster telah dijalankan sesuai visi misi kongregasi, aktif terhadap isu sosial, dan Suster L mengabdikan sebagai seorang pendidik hingga saat ini. Mengalihkan hal-hal negatif dengan pembiasaan hidup disiplin dan hobinya. Proses berkaul membuat Suster L lebih menikmati hidup tanpa harus takut akan masalah duniawi. Suster L lebih fokus pada kontribusi sosial dan hidup produktif meskipun hampir mencapai usia lanjut.

Faktor kedua ada nilai-nilai pengalaman yakni penerimaan dari berbagai hal semasa hidup dengan menemukan keindahan, kebenaran, penghayatan, pemahaman dari nilai-nilai pengajaran dalam kehidupannya (Setyarini et al., 2016). Pengalaman masa lalu yang penuh dinamika menjadi sumber pembelajaran. Kehilangan, kegagalan, dan penderitaan diolah menjadi kekuatan spiritual dan kesadaran diri. Pembiasaan spiritual sejak kecil menjadi akar proses ini. Suster L mengatakan, *"...banyak hal berkesan selama ia memutuskan menjadi seorang suster. Pembiasaan hidup dengan rutinitas pembiasaan baik, mendalami nilai keagamaan dan kekuatan doa yang nyata."* (W5.17-01-2025)

Faktor yang ketiga adalah nilai-nilai sikap yakni suatu respon dan reaksi akan kondisi-kondisi yang telah terjadi baik kemalangan maupun penderitaan dalam perjalanan hidupnya (Maknunah & Fauzi, 2022). Pembelajaran dan pemahaman dari nilai-nilai pengalaman yang diambil dari kisah hidup sendiri maupun orang lain membentuk Suster L memiliki kecerdasan emosional yang positif. Kebermaknaan hidup berkembang melalui tahapan krisis, pembelajaran, dan aktualisasi. Pengalaman pahit menjadi pintu refleksi, yang kemudian diterjemahkan dalam komitmen spiritual dan pengabdian nyata. Suster L memaknai setiap kejadian sebagai rencana Tuhan dan menunjukkan sikap konsisten terhadap pilihan hidupnya.

Konsistensi nilai dan perilaku Suster L yang mampu menginternalisasikan nilai-nilai agama secara konsisten dalam tindakan sehari-hari. Kemampuan berpikir kritis terhadap ajaran agama memberikan tekanan refleksi dan pemahaman mendalam terhadap ajaran agamanya. Dengan konsep kematangan spiritualitas Suster L ini sangat mudah mendorong Suster L untuk memutuskan menjadi seorang selibat. Didukung dengan kondisinya yang belum bisa menemukan pasangan hidup yang sempurna, mengembangkan kesadaran transenden baik itu Tuhan, alam, atau realitas spiritual lain yang diyakini (Amsikan, 2019).

Nilai-nilai kematangan Suster L secara universal berhubungan dengan nilai-nilai dari agama lain. Mengenai kesetiaan dan pengabdian yang ditandai dengan kesetiaan pada jalan spiritual dan pengabdian kepada Tuhan atau prinsip luhur. Mengenai keseimbangan hidup yang melibatkan aspek ritual, moral, dan sosial yang menjadi fokus dalam tradisi keagamaan lain. Kehidupan komunitas dan keterlibatan sosial seperti layanan agama. Kematangan rohani pada lintas agama sebagai proses perkembangan spiritual yang mengintegrasikan pengalaman transenden dengan kehidupan moral dan sosial (Amsikan, 2019).

Pembiasaan sejak kecil Suster L taat beribadah, dan akrab membantu romo maupun biarawati gereja dalam pelayanan umat maupun ibadah. Pembiasaan ini membentuk konsep diri individu. Konsep diri menurut Clemes & Bean (2001) memberikan pengaruh dalam proses berpikir, perasaan, keinginan, nilai maupun tujuan hidup seseorang. Menurut Hughes et al., (2011) konsep diri merupakan deskripsi atas diri sendiri yang juga mengandung sisi evaluasi untuk diri sendiri. Konsep diri bukanlah faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipengaruhi dari proses belajar, pengalaman, dan sosialisasi individu dengan individu lain.

Selain itu pembentukan konsep diri terdiri atas dua komponen, yang pertama komponen kognitif yakni pengetahuan individu atas dirinya sehingga dapat membentuk gambaran diri dan citra diri. Komponen kedua adalah afektif, penilaian individu terhadap diri sendiri sehingga membentuk penerimaan diri dan penghargaan diri (Yusuf et al., 2021). Suster L tumbuh pada lingkungan yang memiliki sisi spiritualitas tinggi. Secara tidak langsung lingkungan interaksi Suster L sejak dini membentuk komponen kognitif yang positif. Suster L memiliki gambaran diri yang harus sesuai dengan nilai-nilai positif keagamaan. Sehingga

Suster L juga memiliki citra diri positif. Menentukan sikap dan tindakan dengan pertimbangan dari kematangan spiritualitasnya.

Dari komponen afektif, Suster L dapat menentukan dan menilai hal-hal yang akan merusak nilai-nilai yang ditekuni. Maka dari itu membentuk kesadaran diri dalam Suster L untuk membawa nilai spiritual dalam menjalani hidupnya. Selain itu, pengalaman dari kedua orang tua Suster L yang memiliki latar belakang pernah beragama Islam, membuat Suster L belajar bagaimana menjadi individu tinggi toleransi dan memiliki keteguhan iman pada agama atau kepercayaan yang ditekuni.

Bermula dari kematangan spiritualitas yang telah terpupuk sejak dini, membentuk konsep diri Suster L dengan nilai-nilai positif menjadi bekal dalam hidup berinteraksi dengan individu lain. Menciptakan pengalaman, kesadaran diri, penerimaan, pembelajaran, motivasi, dan evaluasi. Keseluruhan itu membangun *self esteem* (harga diri) yang tinggi pada diri Suster L. Hingga kini Suster L tidak pernah menyesali jalan yang dipilih, menjadikan keterpurukan sebagai refleksi dan evaluasi diri, dan mampu mengaktualisasikan dirinya sebelum memasuki masa lanjut usia. Kepuasan hidup yang didapatkan dari makna hidup yang diambil dari nilai-nilai positif pengalaman hidup Suster L.

4. Simpulan

Proses pencarian makna hidup Suster L berlangsung melalui lima tahapan dengan menggambarkan perjalanan eksistensinya. Dimulai dari tahap derita dari pengalaman kehilangan orang tua dan kegagalan asmara yang memunculkan krisis makna dan arah hidupnya. Tahapan kedua penerimaan diri, Suster L melakukan refleksi, memahami kondisi diri, dan membentuk konsep diri yang matang melalui kegiatan spiritual dan pembiasaan evaluasi diri. Tahapan ketiga penemuan makna, Suster L menemukan panggilan hidup sebagai anggota missionaria dan memilih hidup selibat sebagai bentuk pengabdian. Tahap keempat realisasi makna, Suster L mewujudkan makna hidupnya melalui dedikasinya dalam dunia pendidikan, pelayanan umat, dan karya tulis yang bermanfaat. Tahap terakhir ialah kehidupannya bermakna, Suster L mencapai ketenangan batin, kesiapan menghadapi kematian serta kepuasan atas hidup yang telah dijalani dengan penuh makna. Dukungan sosial dari keluarga, lingkungan, dan komunitas religius (kongregasi atau ordo) yang menguatkan Suster L atas pilihan jalan hidupnya. Menjalani kehidupan dengan tenang dan teratur ialah makna hidup menurut pandangan dari Suster L.

Selain itu faktor-faktor yang mempengaruhi proses kebermaknaan hidup Suster L mencakup nilai kreatif, dari kontribusi nyata melalui pengabdian, dedikasinya pada dunia pendidikan, dan karya-karyanya; nilai pengalaman dari pelajaran peristiwa tragis dan dinamika hidup pada masa lampau; nilai sikap dari keteguhan, ketabahan, dan integritas spiritual yang dimiliki Suster L. Meskipun memilih hidup selibat, Suster L tetap memenuhi tugas perkembangan pada usia dewasa madya yakni menjadi individu yang generatif. Melalui profesinya sebagai guru dan suster pelayan umat, Suster L mampu memberikan warisan nilai, pengetahuan, dan teladan hidup pada generasi muda. Dengan demikian aktualisasi diri dan kontribusi sosialnya tidak hanya mencerminkan kebermaknaan hidup, tetapi juga pemenuhan perkembangan secara spiritual, psikologis, dan sosial.

Penelitian ini memiliki keterbatasan lingkup sampel yang sempit hanya berasal dari satu kongregasi, sehingga temuan belum tentu mempresentasikan pengalaman biarawati di Indonesia secara umum. Penelitian selanjutnya, diharapkan dapat melibatkan beberapa

perwakilan kongregasi atau ordo dari wilayah, tradisi, spiritualitas, dan kultur etnis berbeda agar mendapatkan temuan lebih representatif dan juga bisa lebih mendalam untuk menganalisis peran agama dan budaya dalam keilmuan psikologi. Hasil analisis pada penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan dan perspektif baru terhadap masyarakat dalam menghadapi situasi kondisi sosial seperti perempuan yang hidup melajang. Tidak semua konotasi negatif harus disematkan pada perempuan atau individu melajang, karena setiap keputusan yang diambil adalah atas proses pendalaman pengalaman, pemahaman diri, dan tindakan dari proses tahap kehidupan setiap individu.

Daftar Rujukan

- Amelia, D., & Hagang, F. (2015). Kebermaknaan Hidup Pada Biarawati di Kalimantan Timur. *Psikoborneo*, 3(2), 197–212.
- Amsikan, M. (2019). Bimbingan Rohani Dan Panggilan Hidup Membiara Suster S.Sp.S Di Indonesia. *Jurnal Nabi*, 2(4), 191–219.
- Arsini, Y., Harahap, D. T., & Hasibuan, J. K. (2023). Hubungan Psikologi Dengan Ilmu Psikologi. *JURNAL PENDIS*, 4(1), 26–33. <https://jurnal.insanciptamedan.or.id/index.php/pendis/issue/archive>
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Paramadina.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Raja Grafindo Persada.
- Clemes, H., & Bean, R. (2001). *Membangkitkan Harga Diri Anak* (Anton A, Trans.). Mitra Utama. Engel.
- Diah, O. :, Wardani, P., Dyah,), & Septiningsih, S. (2016). Kesepian Pada Middle Age yang Melajang (Studi Fenomenologis Tentang Tipe Kesepian). *PSYCHO IDEA*, 14(2), 26–38.
- Dwi Lestari, Y., Permatasari, L., & Hamidah, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap pada Siswi SMP di Pondok Pesantren Nurul Jadid. In *Ovary Midwifery Journal* (Vol. 3, Issue 1). <http://ovari.id/index.php/ovari/index>
- El Hawa, T. (2022). Makna Hidup Lansia Perempuan Lajng di Desa Kauman Kabupaten Brebes. *Jurnal Fokus Konseling*, 8(2), 45–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.52657/jfk.v8i2.1498>
- Frankl, V. L. (2003). *Logoterapi: Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi* (M. Murtadio & H. Purwanto, Trans.; Cet I). Kreasi Wacana.
- Hakimi, L., & Sisrazeni, S. (2022). Kebermaknaan Hidup Bagi Narapidana Yang Belum Menikah Di Rutan Kelas IIB Batusangkar. *JPI: Jurnal Psikologi Islam*, 1(1), 11–18. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.31958/jps.v1i1.6710>
- Hughes, A., Galbraith, D., & White, D. (2011). Perceived competence: A common core for self-efficacy and self-concept? *Journal of Personality Assessment*, 93(3), 278–279.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Istiwidayanti+ & Soedjarwo, Trans.; Edisi Kelima). Erlangga.
- Ivony, I., & Witrianto, W. (2023). Mengabdikan Hidup sebagai Pelayan Tuhan: Biografi Rosalina Kusnohardjono. *Analisis Sejarah: Mencari Jalan Sejarah*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.25077/jas.v13i1.109>
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The Science of Meaning in Life. *Annual Review of Psychology*, 09, 26. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420>

- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi, Psikologi Victor Frankl*. Kanisius.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19–28.
- Kuswatun, E., & Maemonah. (2021). Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 32–37. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i2.442>
- Mack, W. (2005). *Qualitative Research Methods: a Data Collector's Field Guide*. Family Health International.
- Maknunah, L., & Fauzi, A. (2022). Kebermaknaan Hidup Masyarakat Urban dalam Perspektif Hanna Djumhana Bastaman: Kajian Dimensi Spiritual Logoterapi. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 87–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.53915/jbki.v2i2.228>
- Nurhikmah, N., Taibe, P., & Zubair, A. G. H. (2022). Gambaran Psychological Well-Being pada Wanita Dewasa Madya Lajang Bersuku Bugis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 95–106. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1442>
- Putri, V. N., Ifdil, I., Yusri, Y., & Yendi, F. M. (2020). Profil Kebermaknaan Hidup Siswa Membolos. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 126–135. <https://doi.org/10.24036/4.24367>
- Ratna, D. N. (2020). Penerapan Metode Studi Kasus Yin Dalam Penelitian Arsitektur dan Perilaku. *INERSIA*, 16(1), 92–104.
- Ratnawati, E. (2012). Relevansi Psikologi Lintas Agama Dan Budaya Bagi Pendidikan Dan Pengembangannya. *Jurnal Eduksos*, 1(1), 129–148.
- Santrock, J. W. (1995). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (A. Chusairi & J. Damanik, Trans.; Edisi 5 Jilid II). Erlangga.
- Setyarini, R., Atamimi, N., & Psikologi, F. (2016). Self-Esteem dan Makna Hidup pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS). *Jurnal Psikologi*, 38(2), 176–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpsi.7651>
- Sopaheluwakan, J., & Huwae, A. (2022). Kontribusi Spiritualitas Terhadap Kebermaknaan Hidup Masyarakat Waru Maluku Tengah Yang Menjalankan Ritual Mori Tari Mori Uknu. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(3), 5453–5463. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v3i3.1783>
- Tere, M. I., & Ledot, I. (2021). Komitmen hidup membiara atau hidup religius dalam perspektif komitmen organisasi. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(3), 226. <https://doi.org/10.29210/163000>
- Yin, R. K. (2009). *Case Study Research Design and Methods* (4th ed.). Sage Publication.
- Yusuf, R. N., Musyadad, V. F., Iskandar, Y. Z., & Widiawati, D. (2021). Implikasi Asumsi Konsep Diri Dalam Pembelajaran Orang Dewasa. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1144–1151. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.513>
- Zhafran Ezra Akbar, & Nurmina. (2024). Gambaran Makna Hidup Pada PSK Remaja Yang Menjalani Rehabilitasi Di PSKW Andam Dewi Solok. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, 1(4), 20–30. <https://doi.org/10.62260/causalita.v1i4.103>