

Pemaknaan Hidup pada Wanita *Single Parent* Usia Dewasa Madya

Ai Hidayatunnajah

Jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin,
UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia
aihida84@gmail.com

Abstract

Being a single parent is not easy, especially if it is experienced by a woman or mother who has reached middle adulthood. Where the age is no longer young, but the task is increasing. This study aims to find out what is the meaning of life, what is a single parent woman in middle adulthood, and how is the process of finding the meaning of life in single parent women in middle adulthood. The method used in this study is a qualitative method through a case study approach that produces descriptive data, namely written words or words from people or observed behavior. The meaning of life is a process to find the meaning of various events that have occurred both in the form of happiness and suffering and are reflected on oneself to achieve the goal, continue life until the individual feels a meaningful life and creates feelings of happiness. Everyone has the freedom to find the meaning of his life, so the meaning of life can be owned by anyone and under any conditions, one of which can be owned by a single parent woman in middle adulthood. The meaning of life is not found just like that, but is pursued through a process, one of which is through the spiritual dimension. Because the meaning of life is inseparable from the spiritual dimension, then one aspect of one's success in achieving the meaning of life is through the way of surrender, namely with Islam which is a work of outward practice and directed activity, faith which is inner worship and ihsan which is awareness in every person. steps taken, words spoken, and actions taken.

Keyword: Meaning of Life; Middle Adulthood; Single Parent

Abstrak

Menjadi orang tua tunggal tidaklah mudah, terlebih lagi jika hal tersebut dialami oleh seorang wanita atau ibu yang sudah menginjak usia dewasa madya. Di mana usia sudah tidak lagi muda, namun tugasnya menjadi bertambah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa itu makna hidup, apa itu wanita *single parent* usia dewasa madya, dan bagaimana proses

pencarian makna hidup pada wanita *single parent* usia dewasa madya. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif melalui pendekatan studi kasus yang menghasilkan data deskriptif yaitu kata-kata tertulis atau perkataan dari orang atau perilaku yang diamati. Makna hidup merupakan proses untuk menemukan makna dari berbagai peristiwa yang sudah terjadi baik berupa kebahagiaan maupun penderitaan dan direfleksikan kepada diri sendiri untuk mencapai tujuan, melanjutkan kehidupan sampai individu tersebut merasakan hidup yang bermakna dan menimbulkan perasaan bahagia. Setiap orang memiliki kebebasan untuk menemukan makna hidupnya, maka makna hidup dapat dimiliki oleh siapapun dan dalam kondisi apapun, salah satunya dapat dimiliki oleh wanita *single parent* di usia dewasa madya. Makna hidup tidak ditemukan begitu saja, tetapi diupayakan melalui sebuah proses, salah satunya melalui dimensi spiritual. Karena makna hidup tidak terlepas dari dimensi spiritual, maka salah satu aspek keberhasilan seseorang dalam mencapai makna hidup tersebut adalah melalui jalan penyerahan diri yaitu dengan Islam yang merupakan pekerjaan amalan lahiriah dan aktivitas yang terarah, iman yang merupakan ibadah batiniah dan ihsan yang merupakan kesadaran pada setiap langkah yang diambil, kata yang diucapkan, dan tindakan yang dilakukan.

Kata Kunci: Makna Hidup; *Single Parent*; Usia Dewasa Madya

Pendahuluan

Dalam sebuah kehidupan, setiap manusia akan melewati fase-fase perkembangan dari mulai fase prenatal hingga lansia. Semua hal yang terjadi pada hidupnya dapat mempengaruhi setiap fase perkembangannya. Salah satunya yang terjadi pada fase dewasa madya atau biasa juga disebut dengan usia paruh baya, di mana rentang usianya antara 40 sampai 60 tahun. Pada fase ini terjadi banyak perubahan dalam kehidupan manusia, umumnya mengenai kesehatan fisik, mental, ekonomi, hingga sosial.

Pada usia ini, hal-hal yang seringkali tidak diinginkan pun terjadi seperti kecelakaan, kehilangan, sakit, hingga kematian. Dengan segala tanggung jawab yang semakin bertambah, serta keterampilan fisik yang mulai menurun, hingga masalah kesehatan mental, sehingga usia ini menjadi hal yang ditakuti oleh sebagian orang (Hurlock, 2012).

Perubahan pada peran serta pola hidup individu usia dewasa madya, serta penurunan keterampilan fisik membuat individu merasa stress, cemas, depresi, hingga kegilaan. Adanya perubahan fisik sehat menjadi kurang sehat, kesulitan bergabung dengan kelompok sosial, beban

keuangan serta kebutuhan yang cukup banyak, kehilangan keluarga seperti suami atau terjadi perceraian, hingga ditinggalkan oleh anak-anaknya yang sudah besar.

Tidak sedikit individu pada usia dewasa madya juga menjadi *single parent* atau orang tua tunggal. *Single parent* merupakan keadaan di mana orang tua baik ayah maupun ibu bertanggung jawab sepenuhnya terhadap anak setelah kematian pasangan atau terjadinya perceraian. Berdasarkan data, selisih antara jumlah janda dan duda di Indonesia yaitu 469:100, yang berarti janda yang tidak menikah lagi lebih banyak daripada duda. Akibatnya ibu *single parent* yang ada di Indonesia lebih banyak. Berdasarkan data tersebut, wanita yang mengalami perceraian atau ditinggal meninggal suaminya, lebih memilih menjadi wanita *single parent* untuk melanjutkan kehidupannya.

Menjadi wanita *single parent* mengharuskan mereka untuk berperan lebih, seperti menjadi seorang kepala keluarga, mengurus kehidupan rumah tangga, mencari nafkah, hingga memenuhi dan membimbing kebutuhan anak-anaknya (Permatasari & Ifdil, 2019). Terlebih lagi jika menjadi wanita *single parent* di usia dewasa madya, di mana usia sudah tidak lagi muda, keadaan fisik dan kognitif yang sudah mulai menurun, bahkan ekonomi dan sosial bisa saja mempengaruhi pada fase dewasa madya ini. Pada sisa hidupnya ini, individu lebih memikirkan sisa waktu dalam hidupnya. Kematian menjadi suatu hal yang pasti dalam pandangan usia dewasa madya tersebut, karena sudah tak bisa dihindari maka sudah seharusnya mereka menyiapkan bekal untuk nanti. Seperti kata Santrock, pada masa ini individu harus lebih memikirkan atau menentukan apa-apa saja prioritas dalam hidupnya (Santrock, 2012).

Salah satu cara untuk menentukan prioritas dalam hidupnya yaitu dengan menentukan tujuan hidup, melakukan aktivitas yang bermanfaat dan berujung pada penemuan makna dalam hidupnya yang akan membuat jiwanya bahagia (Bafadhol, 2017). Karena tidak semua wanita *single parent* yang sudah mengalami berbagai permasalahan kehilangan akan makna dalam hidupnya. Karena seperti yang dikatakan Frankl, bahwa setiap orang memiliki hak untuk mencari makna dalam hidupnya (*will to meaning*), dan pencarian tersebut merupakan motivator utama dalam menyikapi hidupnya yang positif (Bushkin et al., 2021). Mereka tetap bertahan dengan memaknai segala yang terjadi pada hidupnya, dan mendekatkan diri kepada Allah Swt. agar bisa menjalani kehidupannya dengan positif.

Memaknai kehidupan memang salah satu hal yang diharuskan. Bahkan, dalam Al-Qur'an pun terdapat alasan mengapa manusia diciptakan, "*Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk atau dalam*

keadaan berbaring, dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan semua ini sia-sia (tanpa makna dan tujuan). Maha Suci Engkau, lindungilah kami dari azab neraka" (QS. Ali Imran: 190-191).

Dalam ayat tersebut terdapat makna tersirat bahwa Tuhan menciptakan manusia beserta isinya bukan semata-mata tanpa alasan. Karena setiap pergerakan manusia dari waktu ke waktu tentunya memiliki makna. Mencari makna tentu menjadi salah satu tugas manusia, dengan segala pemberian yang dimilikinya yaitu akal dan hati dalam memaknai setiap apa yang terjadi pada kehidupan dan menjadikan Allah Swt. sebagai tujuan hidupnya.

Keadaan yang tidak menyenangkan serta penderitaan yang datang dalam kehidupan bukan berarti manusia kehilangan makna dalam hidupnya. Penderitaan bisa saja menjadikan manusia mencari hikmah atas yang terjadi pada hidupnya, sehingga pemaknaan hidup akan muncul dari sana. Seperti yang terjadi pada Frankl dalam hidupnya hingga memunculkan sebuah teori yaitu logoterapi, Frankl memaknai kehidupannya dalam sebuah penderitaan. Karena pada kondisi tersebut, manusia akan berperilaku secara signifikan dalam melakukan penyelesaian masalah pada hidupnya (Mukharom & Arroisi, 2021). Apakah akan menolak, menerima, atau hanya diam saja pada apa yang terjadi dengan hidupnya. Karena seperti pandangan Adler, makna hidup sudah ada pada diri setiap individu, sehingga hal tersebut menjadi suatu ciri seorang individu untuk melakukan interpretasi pada hidupnya

Dalam agama Islam terdapat ajaran yang disebut dengan tasawuf, ajaran ini bertujuan untuk memiliki makna dan kesadaran selama berada dalam sebuah kehidupan di dunia. Menyadari bahwa manusia berada pada hadirat Tuhan. Untuk mencapai tujuan tersebut, terdapat serangkaian proses yang perlu dilakukan. Seperti ibadah yang berdasarkan pada al-Qur'an dan as-Sunnah, memaknai dan menghayati ibadah tersebut, sehingga dapat menghantarkan manusia pada ketakwaan. Di mana takwa merupakan pusat kehidupan di dalam Islam. Namun seperti kata Hamka, manusia juga perlu menghimpun aspek lain untuk mencapai kebahagiaan serta kebermaknaan, seperti aspek harta, fisik, ilmu, syariat dan hakikat (Fahrudin, 2020). Logoterapi yang merupakan salah satu aliran psikoterapi barat yang memusatkan pada pencarian makna hidup memiliki banyak kemiripan dengan ajaran tasawuf (Soleha, 2015).

Penelitian yang membahas mengenai pemaknaan hidup pada wanita *single parent* telah banyak dilakukan oleh penelitian-penelitian terdahulu. Di antaranya, penelitian oleh Astiwi Safitri (2020) yang berjudul "Kebermaknaan Hidup (*Meaning of Life*) Pada *Single Parent* Yang Disebabkan Kematian Pasangan". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *single parent* yang ditinggal meninggal oleh

pasangannya dapat memaknai kehidupannya. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Dari penelitian tersebut, semua responden memiliki pemaknaan hidup yang berbeda-beda dipengaruhi oleh latar belakang pekerjaan responden dalam rumah tangga serta dukungan dari lingkungan sekitar (Safitri, 2020).

Penelitian lainnya berjudul "Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi Kasus di Cabang UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Jawa Timur)" yang ditulis oleh Andriyan dan Irma Rumtianing (2020). Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Hasil dari penelitian ini adalah pemaknaan hidup pada lansia di panti jompo tidak terlepas dari aspek dukungan sosial, serta sisi religiusitas Islam yang menerapkan sifat sabar, tawakal dan ikhlas dalam menerima semua apa yang terjadi dalam kehidupan ini. Bimbingan rohani pun menjadi peran penting dalam menemukan makna hidup lansia di panti jompo tersebut (Andriyan, 2020).

Selanjutnya penelitian yang ditulis oleh Lufianingsih Setyowati (2014) yang berjudul "Kebermaknaan Hidup ada Janda". Pada hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa menjadi janda bukan berarti kehilangan makna dalam hidupnya. Hal tersebut pun tidak terlepas dari religiusitas Islam seperti sikap ikhlas, bersyukur dan selalu mendekatkan diri kepada Allah, sehingga dapat menjalankan kehidupannya dengan bahagia dan penuh makna (Setyowati, 2014).

Perbedaan pada penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah objek penelitiannya yaitu wanita *single parent* di usia dewasa madya. Pada penelitian ini, penulis juga menyertakan aspek-aspek religiusitas Islam, khususnya ajaran tasawuf. Di mana seperti yang sudah dikatakan sebelumnya, bahwa ajaran tasawuf memiliki kemiripan dengan pencarian makna hidup pada logoterapi.

Logoterapi merupakan salah satu aliran Psikoterapi yang memusatkan pada pencarian makna hidup dan masa depan, juga merupakan aliran Psikoterapi Ketiga dari Wina. Ditemukan oleh Viktor Emile Frankl yang merupakan seorang dokter ahli neori-psikiater dari Wina, Australia. Logoterapi lahir dari pengalaman hidup Frankl selama berada di Kamp Konsentrasi, ia menemukan hikmah atas penderitaan serta pengalaman yang datang kepadanya selama di Kamp konsentrasi dan disebut sebagai laboratorium kehidupan.

Pencarian makna hidup tidak terlepas dari keberadaan dimensi spiritual. Bahkan Frankl menyebutnya sebagai "*noos*" yang berarti adanya kemauan untuk menjadi makna atau tujuan dalam hidupnya, menjadikan sesuatu yang berada di luar dirinya sebagai satu kesatuan penting yang akan mempengaruhi hidupnya. Spiritualitas menjadi hal yang memiliki peran penting dalam penelitian Frankl di Kamp Konsentrasi. Orang-orang yang pada saat itu masih mempercayai Tuhan serta keyakinannya menjadi

lebih kuat dan tidak mudah putus asa atas apa yang sedang dialaminya, mereka dinamakan kelompok *saint* (orang suci).

Bastaman mengatakan, Logoterapi mempunyai beberapa dasar secara filosofi, yaitu *The Freedom of Will*, *The Will to Meaning*, dan *The Meaning of Life*. Logoterapi bertugas dalam membantu individu menemukan makna tersembunyi dalam hidupnya. Dalam proses pencariannya, Frankl membuat istilah "transendensi diri dari eksistensi manusia" (*the self-transcendence of human existence*). Maksud dari istilah ini bahwa manusia tidak pernah terlepas dari hal di luar dirinya, manusia butuh dituntun atau menuntun kepada suatu tujuan agar bisa terus hidup dan memaknai hidupnya. Frankl bahkan mengatakan bahwa dengan manusia berserah diri dan mengabdikan pada tujuannya, juga mencintai sesuatu di luar dirinya, maka akan semakin manusiawi orang tersebut, dan pengaktualisasian dirinya semakin besar.

Hal tersebut sejalan dengan ajaran Islam bahwa manusia merupakan makhluk terbatas, memiliki kemampuan terbatas, energi terbatas, ilmu dan pengetahuan yang terbatas. Maka dari itu, manusia membutuhkan yang melampaui batas dirinya (transendensi diri), poros energi yang tak terbatas, energi yang terus menemani setiap langkah dan jatuh bangun manusia, energi yang menjadi alasan untuk selalu bertahan. Dan satu-satunya yang tidak memiliki batas adalah Allah. Manusia butuh dituntun oleh Allah dan menuntun kepada suatu tujuan yaitu beribadah dan mengabdikan kepada Allah agar terus hidup dan memaknai kehidupannya.

Makna hidup dipandang sebagai hal yang holistik dan bukan hanya pada pemuasan aspek libido dan kebutuhan dasar saja. Pada proses pencariannya, perlu dilalui dengan panjang, karena aspek terpenting dalam pencarian makna hidup adalah sebuah pengalaman. Hal tersebut sejalan dengan prinsip Islam dan ajaran tasawuf yaitu manusia diciptakan dengan suatu tujuan yaitu bertemu bahkan menyatu dengan TuhanNya, yaitu Allah. Dan untuk mencapai tujuan itu diperlukan proses yang panjang yaitu melalui serangkaian ibadah. Sebagaimana firman Allah Swt. dalam surat Az-Zariyat ayat 56 yang berbunyi:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

"Tidaklah aku ciptakan jin dan manusia melainkan untuk beribadah."

Seperti dalam firman-Nya tersebut, Allah Swt. sudah mengatakan dengan jelas bahwa manusia hidup di dunia ini memiliki tujuan, dan Allah menciptakannya bukan semata-mata tanpa alasan. Menjadi manfaat untuk diri sendiri dan orang lain merupakan suatu kebaikan yang Allah sukai. Ayat tersebut pun bisa menjadi salah satu motivasi individu untuk terus memaknai kehidupannya melalui serangkaian ibadah, sehingga jalan spiritualitas individu untuk mencapai tujuan menjadi indikator-indikator untuk mencapai kebermaknaan hidup. Jalan spiritualitas tersebut salah satunya adalah serangkaian ibadah seperti shalat, zikir, dan perilaku-perilaku spiritualitas lainnya seperti sikap sabar, ikhlas, tawakal, dll. Hal tersebut sejalan dengan ajaran tasawuf dalam Islam bahwa aktivitas manusia harus dimaknai sebagai suatu pengabdian, yaitu mengabdikan kepada Tuhan dalam kondisi kesadaran penuh. Sehingga seseorang akan menyadari dirinya benar-benar berada di hadapan Tuhan, dan akan menjadikan seseorang tersebut memaknai kehidupannya, memaknai segala aktivitasnya, serta memaknai ibadahnya.

Sesuai dengan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, penulis membatasi dan menarik rumusan masalah menjadi dua pertanyaan terhadap penelitian yang akan dilakukan. *Pertama*, apa yang dimaksud dengan pemaknaan hidup. *Kedua*, bagaimana kondisi wanita *single parent* usia dewasa madya di Desa Mekarwangi, Kecamatan Pagaden Barat, Kabupaten Subang. *Ketiga*, Bagaimana proses menemukan makna hidup bagi wanita *single parent* usia dewasa madya di desa tersebut. Tujuan penelitian ini adalah *pertama*, untuk mencari tahu apa yang dimaksud dengan pemaknaan hidup. *Kedua*, untuk mengetahui kondisi wanita *single parent* usia dewasa madya di Desa Mekarwangi, Kecamatan Pagaden Barat, Kabupaten Subang. *Ketiga*, bagaimana wanita *single parent* usia dewasa madya menemukan makna hidupnya. Pada penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai proses pencarian makna hidup pada wanita *single parent* usia dewasa madya yang salah satu prosesnya tidak terlepas dari sisi spiritualitas. Secara praktis penelitian ini semoga bisa membantu untuk mencari tahu dan memahami lebih dalam pada proses pencarian makna hidup bagi wanita *single parent* usia dewasa madya.

Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif melalui pendekatan studi kasus. Metode ini bertujuan untuk menggali makna dari suatu fenomena yang ada, menerangkan hubungan, menguji hipotesis, dan membuat prediksi agar peneliti mendapatkan makna dan implikasi dari suatu masalah yang ingin dipecahkan.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Mekarwangi, Kecamatan Pagaden Barat, Kabupaten Subang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan 22 Juni 2022 sampai dengan 13 Juli 2022. Data yang diperoleh pada penelitian

ini terdiri dari dua macam, yaitu sumber data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil wawancara dengan informan kunci yaitu wanita *single parent* usia dewasa madya di Desa Mekarwangi, serta wawancara dengan informan pendukung yaitu anggota keluarganya serta tetangganya, lalu observasi di rumah keluarga wanita *single parent* usia dewasa madya tersebut untuk melihat kehidupan sehari-harinya. Sedangkan data sekunder diperoleh dari buku, artikel, atau penelitian lain yang berkaitan dengan pemaknaan hidup wanita *single parent* usia dewasa madya. Penelitian ini menggunakan triangulasi dengan tiga teknik pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi.

Hasil dan Pembahasan

1. Makna Hidup

Bastaman (2007) mengemukakan bahwa makna hidup merupakan hal penting dalam kehidupan dan didambakan oleh setiap individu sebagai sesuatu yang dapat dijadikan sebagai tujuan hidupnya. Kebermaknaan hidup juga merupakan kualitas individu dalam menghayati dan mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimilikinya sehingga menimbulkan gairah dan optimisme dalam kehidupan sehari-harinya.

Makna hidup ada dan dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, juga dalam keadaan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, keadaan senang maupun dalam penderitaan. Kata-kata seperti “makna dalam derita” (*meaning in suffering*), atau “hikmah dalam musibah (*blessing in disguise*) merupakan ungkapan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup akan ditemukan. Frankl (2004) juga mengatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah sebuah proses menemukan isi dunia sekitar yang bermakna intrinsik secara individual. Kebermaknaan hidup dapat ditemukan individu melalui nilai kreatif, pengalaman, serta sikap. Seperti lahirnya logoterapi dari pengalaman Frankl dan tahanan yang berperilaku seperti saint (orang suci) dari sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan atau bahkan disebut sebagai penderitaan membuktikan bahwa terdapat individu yang menjaga integritas mereka agar tetap utuh, menghargai hidup dan berupaya untuk menghayati kehidupan yang bermakna. Frankl, menyatakan bahwa terdapat dua pola yang dimiliki oleh setiap manusia, yaitu pola kehidupan yang bermakna dan yang tidak bermakna (*meaningless*). Adapun kecenderungan mana yang akan dipilih bergantung pada situasi dan kondisi lingkungan. Manusia sepenuhnya memiliki kebebasan dalam memilih dan mengambil sikap.

Seperti yang dikatakan Frankl, bahwa individu dapat menemukan makna hidup melalui nilai kreatif yang akan memberikan inspirasi terhadap individu untuk menghasilkan, menciptakan dan mencapai keberhasilan, seperti menciptakan sebuah karya atau keberhasilan dalam

sebuah pekerjaan (Ahmad Rifai, 2020). Selanjutnya, nilai pengalaman yaitu adanya pengalaman positif seperti menemukan kebenaran, cinta, dan apresiasi terhadap keindahan. Lalu, nilai sikap bagaimana individu menghadapi sebuah kondisi yang tidak dapat diubah seperti adanya penyakit, penderitaan, ketidakadilan, dan kematian. Sehingga kondisi-kondisi ini menimbulkan keputusan dan di waktu bersamaan memberikan kesempatan yang sangat besar pada individu untuk menemukan makna dalam hidupnya. Sumber selanjutnya adalah *self-preoccupation* yaitu melakukan kesibukan untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri, atau disebut juga kemandirian seseorang dalam memenuhi kebutuhannya. Kemudian, bisa juga lewat capaian-capaian individu, seperti prestasi, keunikan atau penghayatan seseorang terhadap hidupnya. Dengan mendengarkan ceramah atau motivasi dari beberapa tokoh terkenal, adanya norma-norma sosial, masyarakat, pengaruh budaya itu bisa menjadi salah satu sumber makna hidup juga. Dan yang terakhir, transendensi diri yaitu membangun makna hidup dengan cara melampaui kondisi individu saat ini dan menjadikan individu tersebut memiliki tujuan. Misalnya, keinginan untuk dekat dengan Tuhannya (Mayasari, 2014).

Makna hidup menjadikan manusia dapat menjalani kehidupan sehari-harinya. Karena dengan adanya makna hidup maka akan ada tujuan hidup, sehingga antara keduanya tidak dapat dipisahkan. Dengan adanya makna dan tujuan hidup maka manusia memiliki pedoman dan arahan terhadap kegiatan-kegiatan yang akan dilakukannya. Kebermaknaan hidup juga dapat diwujudkan melalui keinginan menjadi orang yang berguna untuk orang lain, seperti anak, istri, suami, keluarga, komunitas dan bahkan umat manusia.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah proses untuk menemukan makna dari berbagai peristiwa yang sudah terjadi baik berupa kebahagiaan maupun penderitaan dan direfleksikan kepada diri sendiri untuk mencapai tujuan, melanjutkan kehidupan sampai individu tersebut merasakan hidup yang bermakna dan menimbulkan perasaan bahagia. Sehingga individu yang sudah memiliki kebermaknaan hidup yang baik dapat mengambil makna pada setiap aktivitas yang dikerjakannya.

Frankl (2003) mengatakan bahwa terdapat tiga komponen kebermaknaan hidup yaitu kebebasan berkehendak (*the freedom of will*) (Ahmad Rifai, 2020). Komponen ini menunjukkan bahwa individu memiliki kebebasan untuk memilih dan memutuskan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya untuk mencapai kehidupan yang berkualitas. Kebebasan di sini pun bukan mengarah pada kebebasan yang mutlak tanpa memiliki batasan. Akan tetapi, kebebasan yang memiliki tanggung jawab (Utami & Setiawati, 2018). Manusia bebas memilih, tapi pilihannya harus

dipertanggungjawabkan. Karena kebebasan manusia tidak terbebas dari kondisi, tetapi manusia bebas dalam menyikapi berbagai kondisi (Frankl, 2004).

Selanjutnya, hasrat hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan sesuatu hal yang harus dimiliki oleh individu. Dengan adanya hasrat untuk memiliki kehidupan yang bermakna menjadi dorongan positif untuk terus melakukan sesuatu baik sebuah karya maupun pekerjaan. Hasrat hidup bermakna juga menjadikan seseorang memiliki keinginan untuk menghayati segala aktivitas yang dilakukannya. Keinginan untuk memiliki makna pada hidup tertuju pada hal-hal yang ada di luar diri manusia dan diyakini dapat membantu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Pada seseorang yang tidak ada hasrat untuk hidup bermakna atau tidak menemukan makna dalam hidupnya, maka akan merasakan kehampaan atau kekosongan eksistensial dan akan berkembang menjadi perasaan frustrasi, depresi atau bahkan bunuh diri. Indikator yang dapat dinilai dalam komponen ini adalah kepuasan hidup pada individu serta kemampuan individu dalam memahami keadaan.

Terakhir, makna hidup (*the meaning of life*) yang merupakan komponen terpenting untuk kehidupan manusia dan dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Makna hidup ini dapat ditemukan pada pengalaman dan kehidupan sehari-hari, juga pada setiap kondisi. Bagi individu yang sudah terpenuhi makna hidupnya akan merasakan kehidupan yang berarti sehingga memunculkan perasaan yang bahagia (Bafadhol, 2017).

Bastaman mengatakan terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi keberhasilan individu untuk menemukan makna dalam hidupnya, yaitu: a) Memahami keadaan diri (*self insight*), individu memiliki kebebasan dalam memilih sikap atau keputusan dalam hidupnya. Dengan memahami keadaan diri sendiri, menjadikan individu terus menginginkan perubahan yang ada pada dirinya untuk menjadi lebih baik; b) Makna hidup (*the meaning of life*), merupakan bagian terpenting dalam kehidupan yang menjadikan individu memiliki arah dan tujuan. Jika individu sudah mencapai kehidupan yang bermakna, maka kebahagiaan akan terus berada pada kehidupannya; c) Perubahan sikap (*changing attitude*), perubahan merupakan hal yang akan terus terjadi pada kehidupan manusia. Perubahan ke arah positif menjadikan individu dapat menangani berbagai permasalahan dalam hidupnya dan mampu mengambil keputusan yang baik; d) Komitmen diri (*self commitment*), individu akan mencapai hidup bermakna, apabila komitmen dirinya kuat. Sebuah kepercayaan dan keyakinan pada diri merupakan bagian terpenting dalam menjalani kehidupan bahkan pada penemuan makna; e) Kegiatan terarah (*directed activities*), merupakan usaha untuk melakukan kegiatan yang positif. Seperti pengembangan diri dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang individu sukai atau melatih keterampilan yang mereka miliki. Selain

daripada itu, kegiatan terarah spiritual menjadi bagian terpenting, seperti serangkaian ibadah serta perilaku spiritualitas yang mendukung pada pencapaian makna hidup. f) Dukungan sosial (*social support*), adanya dukungan dari seseorang atau beberapa orang, menjadikan individu lebih termotivasi dalam menjalani kehidupan bahkan untuk menemukan kebermaknaan hidup (Nafi et al., 2020).

Frankl, mengatakan bahwa makna hidup tidak dapat terlepas dari dimensi spiritual, dan dapat ditemukan melalui transendensi diri. Pendapat ini sama dengan apa yang disampaikan oleh Paloutzain bahwa perasaan keagamaan yang matang dapat membantu seseorang memuaskan keinginan akan makna yaitu dengan cara mengambil ajaran agama dan diterapkan pada seluruh aspek dalam hidupnya.

Ketika seseorang yakin atas apa yang terjadi pada hidupnya memiliki makna, maka walaupun hidupnya mengalami kesulitan, mereka akan mampu menghadapi dan menyelesaikan semua permasalahan yang terjadi. Seseorang yang mampu menyelesaikan masalah yang terjadi pada hidupnya, dan orang tersebut mempunyai keyakinan spiritual atau religiusitas yang kuat, maka tingkat spiritualitas pada dirinya akan selalu menaik setiap harinya. Agama dan spiritualitas merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia. Seseorang yang memiliki keimanan dan keyakinan spiritual ataupun agama, maka orang tersebut dapat menyelesaikan segala permasalahan yang terjadi pada hidupnya. Sebaliknya, seseorang yang tidak memiliki keimanan atau keyakinan terhadap spiritualitas atau agama, mereka cenderung lari dari masalah dan bahkan berujung pada perilaku negatif. Dalam Islam, salah satu jalan spiritualitas adalah dengan mengambil jalan sufi, atau mengamalkan perilaku tasawuf.

Mencari makna atau mengambil hikmah dari suatu kejadian telah diperintahkan oleh Nabi dari jauh-jauh hari. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad Saw dalam hadis riwayat Tirmidzi "Hikmah adalah barang yang hilang milik orang yang beriman. Di mana saja dia menemukannya, maka pungutlah." Begitu pentingnya hikmah sampai Nabi menyebut hikmah bagai harta karun. Karena dengan seseorang mengambil hikmah dalam hidupnya, maka dalam kondisi apapun dia tidak akan pernah takut dan sedih, dan akan memiliki solusi dari setiap permasalahan yang terjadi. Karena seperti rumus pada QS. Al-Insyirah: 6 "*Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan*". Ketika seseorang selalu memaknai atau mengambil hikmah pada apa yang terjadi maka dia akan meyakini bahwa semua yang datang pada hidupnya merupakan takdir terbaik yang Allah berikan.

Tasawuf adalah ilmu yang mempelajari tentang bagaimana mengenali, mencintai, dan mendekati Tuhan melalui pembersihan diri yaitu dengan akhlak mulia, dan pengendalian diri terhadap hawa nafsu

dari pengaruh dunia yang bisa membawa pada kenistaan. Pengendalian tersebut bisa dilakukan dengan serangkaian ibadah lahir maupun batin, contoh ibadah lahir seperti menjalankan kewajiban syariat, dan ibadah batin seperti perilaku zuhud, qana'ah, syukur, ikhlas, tawakal, ridha, khauf, raja dan sebagainya (Khoiruddin, 2016). Dengan demikian, tasawuf adalah upaya untuk melatih jiwa melalui berbagai kegiatan yang dapat menjaga seseorang dari pengaruh kehidupan dunia, sehingga tercermin akhlak yang mulia dan dekat dengan Allah Swt.

Sebuah iman akan menghasilkan ibadah, amal shaleh, dan akhlak mulia. Karena dengan adanya iman, seseorang akan menyadari bahwa mereka memiliki kewajiban yang harus ditunaikan, yaitu kewajiban untuk beribadah, melakukan amal shaleh, dan memiliki akhlak yang mulia. Hal tersebut seperti yang disampaikan oleh Allah dalam firmanNya QS. Adz-Dzariyat: 56 "*Dan Aku tidaklah menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku.*"

Ibadah dalam Islam merupakan sebuah penghambaan kepada Allah dengan menjalankan apa saja yang dicintai-Nya untuk mencapai ridha dan pahala di sisi-Nya, baik berupa perkataan maupun perbuatan, yang tersembunyi (batin), maupun yang tampak (lahir). Ibadah tersebut dapat berupa pelaksanaan shalat, zakat, puasa, berhaji, perkataan yang jujur, menjalankan amanah, berbakti kepada kedua orang tua, melakukan silaturahmi, memerintahkan perbuatan ma'ruf dan mencegah perilaku munkar, berlaku baik terhadap tetangga, saling tolong menolong, berdoa, berzikir, membaca Al-qur'an, dan hal-hal baik lainnya merupakan bentuk-bentuk daripada ibadah. Seperti memiliki kecintaan terhadap Allah dan Rasul-Nya, takut kepada Allah, bertaubat kepada Allah, bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan-Nya, ridha atas keputusan-Nya, bertawakal terhadap-Nya, takut akan azab-Nya, selalu mengharapkan rahmat-Nya, semua itu merupakan bentuk-bentuk ibadah kepada Allah. Termasuk memaknai kehidupan, karena pada prosesnya mereka akan berlaku sabar atas apa yang terjadi pada hidupnya, mau menyelesaikan permasalahan di hidupnya, memaknai semua hal yang terjadi pada hidupnya, dan berujung pada memiliki makna hidup, sehingga seseorang tersebut mampu menjalankan kehidupannya dengan baik dan tanpa merasa beban, dan selalu meyakini bahwa apapun yang terjadi pada hidupnya merupakan hal terbaik yang diberikan oleh Tuhannya. Hal tersebut pun merupakan bentuk dari ibadah dan mengamalkan perilaku tasawuf.

2. Gambaran Wanita *Single Parent* Usia Dewasa Madya di Desa Mekarwangi, Kecamatan Pagaden Barat, Kabupaten Subang

Istilah wanita merupakan pemberian nama kepada seorang gadis yang sudah memasuki tahap perkembangan dewasa (Hurlock, 2012). Sedangkan menurut Kartono (1992) seorang wanita harus memiliki beberapa sifat kewanitaannya seperti adanya keindahan, kerendahan hati, serta memelihara. Dan menurut Backer (1993) wanita merupakan seorang gadis yang telah matang secara emosi, afeksi, serta memiliki kebebasan untuk menemukan cita-cita dan tujuan hidupnya.

Single parent merupakan kata serapan dari *single* yang berarti tunggal dan *parent* yang berarti orang tua. Jadi, *single parent* adalah orang tua tunggal (Safitri, 2020). Wanita *single parent* berarti keadaan di mana seorang wanita menjadi orang tua tunggal yang memiliki peran ganda di dalam keluarganya, yaitu menjadi ibu sekaligus ayah untuk anaknya. Sedangkan usia dewasa madya merupakan usia yang memiliki rentang 40 sampai 60 tahun, usia ini juga sering disebut sebagai usia paruh baya.

Adapun wanita *single parent* usia dewasa madya yang dijadikan subjek peneliti merupakan orang yang telah ditinggal mati oleh suaminya dan masih memiliki tanggungan finansial terhadap anak-anaknya. Peneliti mewawancarai narasumber di dalam satu RT yaitu RT 06 di desa Mekarwangi dan terdapat empat narasumber yang menjadi ibu tunggal usia dewasa madya serta telah ditinggal mati oleh suaminya. Setiap narasumber memiliki latar belakang yang berbeda-beda dan mempunyai masalah yang berbeda-beda. Dari masalah berbeda-beda yang telah mereka hadapi, maka akan lahir pribadi yang berbeda, dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya faktor ekonomi, biologis, agama, serta psikis.

Tabel 1. Data Narasumber

Narasumber	Lama menjadi <i>Single Parent</i>	Usia	Jumlah anak	Pekerjaan
1	5 tahun	56 tahun	2	Ibu Rumah Tangga
2	8 tahun	60 tahun	2	Ibu Rumah Tangga
3	4 tahun	60 tahun	2	Ibu Rumah Tangga
4	3 tahun	53 tahun	2	Ibu Rumah Tangga

3. Proses Pencarian Makna Hidup pada Wanita *Single Parent* Usia Dewasa Madya di Desa Mekarwangi, Kecamatan Pagaden Barat, Kabupaten Subang

Makna hidup bisa dimiliki oleh siapapun dan dalam kondisi apa pun. Setiap manusia memiliki kebebasan untuk memiliki makna hidup, karena makna hidup bisa didapatkan bukan sebatas ditemukan, tetapi diupayakan dengan melalui proses. Makna hidup dapat dicapai melalui berbagai pengalaman serta bagaimana cara pandang individu terhadap apa yang terjadi pada kehidupannya. Namun, pada prosesnya setiap individu berbeda-beda cara untuk menemukan makna dalam hidupnya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan terhadap empat narasumber, secara umum mereka memiliki sikap tegar, tangguh, dan tenang terhadap kehidupan yang sedang mereka jalani. Walaupun dengan latar belakang dan masalah yang berbeda-beda, satu hal yang sama bahwa mereka terus menyibukkan diri dengan aktivitas-aktivitas positif. Begitu pentingnya aktivitas-aktivitas positif tersebut, sehingga dari sanalah mereka akan memahami makna dalam hidupnya. Seperti yang disampaikan Bastaman, bahwa aspek-aspek yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam menemukan makna hidup, salah satunya dengan adanya kegiatan terarah. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi di daerah tersebut, mereka melakukan kegiatan terarah seperti ibadah, bersosialisasi, dan mencari ilmu (mengaji di beberapa majelis) setiap minggunya. Seperti halnya dalam Islam yaitu pada ajaran tasawuf yang merupakan upaya pelatihan jiwa dengan melakukan berbagai kegiatan yang positif agar dapat menjaga dari pengaruh kehidupan dunia yang bersifat negatif.

Menurut penuturan narasumber, setelah ditinggal meninggal oleh suaminya, mereka terus melakukan aktivitas hidupnya. Mencari uang untuk menafkahi anak-anaknya dan memenuhi kebutuhan batinnya dengan melakukan ibadah juga mencari ilmu (mengaji di beberapa majelis) serta berkumpul dengan orang-orang yang sedang mencari ilmu sebagai bentuk dukungan. Menurut mereka, kematian merupakan sesuatu yang pasti, hal itu bahkan disampaikan oleh firman-Nya dalam QS. Al-Anbiya: 35 *"Tiap-tiap yang bernyawa akan merasakan mati. Kami akan mengujimu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan. Dan kamu akan dikembalikan hanya kepada kami."* "Jangankan kami manusia biasa, Nabi saja meninggal dan kembali kepada pemiliknya" begitulah yang dikatakan oleh mereka. Bahkan salah satu dari mereka berkata "Bukan kematian yang saya takutkan, bukan pula kematian suami yang saya sedihkan, tapi bagaimana keadaan diri saya ketika nanti saya harus kembali kepada Allah". Mereka tahu bahwa kehidupan di dunia hanya sementara, dan mereka hanya milik Allah. Maka dari itu, ketika ditinggal mati oleh suaminya, mereka harus terus melanjutkan hidupnya. Hal tersebut tidak terlepas dari faktor

lingkungan yang mereka tempati yang merupakan lingkungan positif serta keyakinannya terhadap agama dan Tuhannya. Diketahui RT 06 Desa Mekarwangi berada di Kampung Garogol, di mana kampung tersebut memiliki 8 masjid di setiap sudutnya, dan masyarakat di sana mengikuti pengajian atau mereka sering menyebutnya *Tholabul 'Ilmi* yang berarti menuntut ilmu empat kali dalam seminggu di majelis yang berbeda-beda. Hal tersebut membuktikan perkataan Frankl bahwa proses pencarian makna hidup tidak terlepas dari dimensi spiritual, mereka dapat memaknai kesedihan yang datang pada hidupnya dengan keyakinan terhadap Tuhan dan agamanya.

Seperti kata Habib Husein Ja'far Al Hadar "Perhatikanlah kebiasaan hidup seseorang, karena itulah yang akan membentuk karakternya, dan karakter itu yang akan membentuk nasibnya di dunia, lalu nasib itu yang menentukan takdirnya di akhirat". Melihat kegiatan terarah yang dilakukan oleh narasumber, bahkan jauh sebelum ditinggal mati oleh suaminya, mereka telah melakukan kegiatan positif dan terus belajar soal agama, sehingga setelah ditinggal meninggal oleh suaminya, mereka tidak mengalami kesedihan yang berkepanjangan, juga terus melanjutkan kehidupannya dengan baik (Al-Hadar, 2022).

Menurut mereka, segala sesuatu yang terjadi pada kehidupannya pasti memiliki hikmah, maka dari itu mereka selalu memiliki solusi dan mengambil hikmah dalam kondisi apapun. Hikmah itu sudut pandang, melihat kebahagiaan dalam penderitaan, keindahan dalam kejelekan, dan segala sesuatu selalu dipandang dengan positif. "Segala sesuatu yang telah ditakdirkan pasti yang terbaik menurut Allah" begitulah kata salah satu dari mereka. Karena hidup itu harus harmoni, bahkan hal tersebut tergambar dari sifat-sifat Tuhan yaitu kualitas jamal yang berarti keindahan Allah dan digambarkan dengan adanya kemudahan, kebahagiaan, keberkahan, dll. Serta jalal yang berarti keagungan Allah dan digambarkan dengan adanya rasa sakit atau kesulitan. Dua-duanya harus saling harmoni dalam mengenal Tuhan. Seperti halnya terang dan gelap, kita tidak bisa melihat terang murni atau gelap murni, tetapi dengan adanya terang dan gelap maka penglihatan pun terbangun. Setiap pengalaman, setiap perasaan, setiap pikiran adalah cara Allah berbicara kepada hambanya, dan memanggil hambanya untuk kembali ke pelukan kasih-Nya (Ahelwa, 2022).

Dari keempat narasumber yang peneliti wawancara, mereka mengatakan bahwa ibadah syariat merupakan hal yang wajib dan tidak pernah mereka tinggalkan. Hal tersebut merupakan manifestasi dari Islam yang merupakan aktivitas amalan lahiriah. Dan sikap untuk selalu mengambil hikmah atas yang terjadi pada hidupnya juga meyakini bahwa segala sesuatu yang datang pada hidupnya adalah takdir terbaik menurut Allah. Sikap tersebut adalah sikap tawakal yang merupakan ibadah batin,

atau biasa disebut juga sebagai manifestasi dari iman. Tawakkal juga merupakan maqam dalam jalan seorang sufi, di mana jalan tersebut merupakan jalan terpenting untuk mencapai mahabbah dan ma'rifat-Nya. Iman juga membawa seseorang pada kebebasan memilih keadaan jiwanya dalam menghadapi cobaan dan kebahagiaan yang Allah beri. Responden pada penelitian ini, memilih untuk memaknai apa yang terjadi pada hidupnya, sehingga mereka dapat menjalani hidupnya karena memiliki tujuan untuk mencapai ridha-Nya.

Menurut A. Helwa dalam bukunya, iman terdiri dari dua hal yaitu kesabaran dan rasa syukur, di mana kesabaran dan ketergantungan yang sejati kepada Allah menuntun pada rasa syukur. Sabar merupakan salah satu maqam tasawuf juga dalam menempuh jalan tasawuf, di mana sabar menurut Al-Ghazali merupakan suatu proses pembersihan jiwa dari tindakan penuh syahwat yang dihasilkan oleh suatu keadaan (Khoiruddin, 2016). Sabar inilah yang menghantarkan seseorang pada sikap syukur, di mana syukur membuat seseorang lebih mudah menerima semua yang terus diberikan Tuhan kepadanya. Seperti halnya Nabi SAW yang terus berdoa dan bertaubat walaupun sudah dijamin masuk surga. Berdoa dan bertaubat yang Nabi lakukan merupakan bentuk syukurnya karena tidak bisa membayangkan menanggapi rahmat, anugerah, cinta dan pengampunan Allah yang tak terbatas. Berdoa dan zikir merupakan aktivitas yang sering dilakukan oleh narasumber juga. Bahkan salah satu dari mereka selalu berdzikir setiap waktu, dan hal itu dibenarkan oleh keluarganya. Zikir merupakan sarana untuk berkomunikasi dengan Allah, alat untuk mengingat esensi dari diri kita. Zikir juga menjadi salah satu cara terbesar untuk membuka hati seseorang menerima cinta tanpa syarat dari Allah (Ahelwa, 2022).

Salah satu dari empat narasumber yang peneliti mewawancarai mengatakan bahwa dia senang sekali membantu orang lain, jika ada tetangganya yang mengalami kesulitan maka dia akan bantu, contohnya jika mereka kesulitan dalam hal finansial, maka dia akan membantunya dengan finansial juga. Sehingga dia dihormati oleh tetangganya dan senantiasa selalu didoakan untuk kebaikannya. Hal tersebut seperti yang disampaikan oleh Dr. Fahrudin Faiz dalam Ngaji Filsafat - Jiwa Sufi Hidup Ala Ilahi bahwa seseorang yang memiliki jiwa sufi, ia akan selalu berbuat baik pada apa yang menimpa hidupnya. Simbolnya seperti bumi, ia tidak akan pilih-pilih untuk mengasihinya, dan ini disebut sebagai rahmatan lil 'alamin, ia menjadi rahmat bagi siapa pun. Dia menjalani kehidupan bukan sebagai reaksi atas apa yang telah orang lain lakukan, tetapi rasa syukur atas semua yang telah Allah berikan kepadanya. Walaupun responden tersebut tidak tahu bahwa perilakunya menggambarkan seorang sufi, tapi dia menjalani kehidupan seperti demikian. Imam Junaidi menyatakan bahwa menjalankan tasawuf tidak

hanya dengan banyak bicara atau berteori, tetapi praktik hidupnya atau aktivitas yang dilakukannya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa makna hidup merupakan proses untuk menemukan makna dari berbagai peristiwa yang sudah terjadi baik berupa kebahagiaan maupun penderitaan dan direfleksikan kepada diri sendiri untuk mencapai tujuan, melanjutkan kehidupan sampai individu tersebut merasakan hidup yang bermakna dan menimbulkan perasaan bahagia. Sehingga individu yang sudah memiliki kebermaknaan hidup yang baik dapat mengambil makna pada setiap aktivitas yang dikerjakannya.

Wanita *single parent* usia dewasa madya merupakan seorang wanita atau ibu yang sudah berada pada usia dewasa madya, atau biasa juga disebut sebagai usia paruh baya, di mana rentang usianya antara 40 sampai 60 tahun yang menjadi orang tua tunggal dikarenakan kematian atau perceraian dengan suaminya, sehingga perannya sebagai orang tua menjadi ganda, yaitu ibu sekaligus ayah bagi anak-anaknya (Alfarizi et al., 2021). Adapun penelitian yang dilakukan di Desa Mekarwangi khususnya di RT 06 kampung Garogol, wanita yang menjadi orang tua tunggal adalah seorang istri yang ditinggal meninggal oleh suaminya, serta masih memiliki tanggungan terhadap anak-anaknya yang belum menikah atau masih bersekolah.

Menjadi seorang wanita *single parent* di usia dewasa madya tidak menghalangi mereka untuk menemukan makna dalam hidupnya. Makna hidup yang mereka peroleh tidak terlepas dari dimensi spiritual, yaitu dengan adanya Islam, iman, dan ihsan dalam hidup mereka (Rahayu et al., 2015). Adanya aktivitas terarah seperti ibadah lahiriah membuat mereka dapat melanjutkan hidupnya dengan baik. Pada prosesnya, makna hidup dapat diupayakan melalui sebuah hikmah, melakukan aktivitas yang bermanfaat seperti pergi ke majelis untuk menuntut ilmu setiap minggunya, adanya dukungan sosial dari keluarga serta tetangganya, dan yang terpenting adalah melakukan ibadah batin seperti bertawakal, bersabar dan bersyukur atas takdir yang diberikan Tuhannya (Justitia et al., 2021). Hal-hal tersebut merupakan bagian dari aspek-aspek keberhasilan seseorang dalam menemukan makna hidupnya. Diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai proses pencarian makna hidup pada wanita *single parent* usia dewasa madya yang salah satu prosesnya tidak terlepas dari dimensi spiritual. Secara praktis penelitian ini semoga bisa membantu untuk mencari tahu dan memahami lebih dalam pada proses pencarian makna hidup bagi wanita *single parent* usia dewasa madya. Pada penulisan dan pengambilan data, penelitian ini masih terdapat kekurangan yang belum komprehensif dan akurat sehingga perlu

diteliti lebih mendalam lagi bagaimana proses pencarian makna hidup wanita *single parent* usia dewasa madya dari sudut pandang yang berbeda.

Daftar Pustaka

- Ahelwa. (2022). *Secrets Divine of Love: Sebuah Perjalanan Spiritual yang Mendalam tentang Islam*. PT Elex Media Komputindo.
- Ahmad Rifai, R. U. (2020). Makna Hidup Menurut Viktor E. Frankl dalam Pandangan Psikologi Islam. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 7(2), 40–51.
- Al-Hadar, H. J. (2022). *Seni Merayu Tuhan*. PT Mizan Pustaka.
- Alfarizi, M. S., Mahfud, A., Halim, N., Nizar, A., & Prasetya, B. (2021). Makna Kehadiran Ibu Tunggal terhadap Pendidikan Anak. *Jurnal Al-Muaddib*, 3(2).
- Andriyan, A. (2020). *Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi Kasus di Cabang UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Jawa Timur)*. IAIN Ponorogo.
- Bafadhol, I. (2017). Tujuan Hidup dalam Perspektif Al-Qur'an. *Al-Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2(3).
- Bushkin, H., Niekerk, R. van, & Stroud, L. (2021). Searching for Meaning in Chaos: Viktor Frankl's Story. *Europe's Journal of Psychology*, 17(3), 233.
- Fahrudin, F. (2020). Melacak Kedalaman Tasawuf Modern Hamka di Tengah Arus Modernitas. *Jurnal Penelitian Keislaman*, 16(2), 129–142.
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Justitia, D., S, N., & Syukur, Y. (2021). Studi Meta Analisis Kebermaknaan Hidup Single Parent. *Psychocentrum Review*, 3(1), 96–104.
- Khoiruddin, M. A. (2016). Peran Tasawuf dalam Kehidupan Masyarakat Modern. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 27(1), 113–130.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Al-Munzir*, 7(2), 81–100.
- Mukharom, R. A., & Arroisi, J. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. *TAJDID: Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 20(1), 91–115.
- Nafi, A. I., Agustin, R. W., & Agustina, L. S. S. (2020). Proses Pencapaian Kebermaknaan Hidup Penyandang Tuna Daksa karena Kecelakaan. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(1), 100–126.
- Permatasari, I., & Ifdil, F. M. Y. (2019). Resiliensi Pada Single Mother Setelah kematian Pasangan Hidup. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 76–82.
- Rahayu, A. S., Liestyasari, S. I., & Nurhadi. (2015). Strategi Adaptasi Menjadi Single Mother (Studi Deskriptif Kualitatif Perempuan Single Mother di Desa Cepokosawit Kecamatan Sawit Kabupaten Boyolali). *Sosialitas: Jurnal Imiah Pend. Sos Ant*, 5(12).
- Safitri, A. (2020). *Kebermaknaan Hidup pada Single Parent yang disebabkan*

- Kematian Pasangan*. Universitas Bosowa.
- Santrock. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Setyowati, L. (2014). *Kebermaknaan Hidup pada Janda*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Soleha. (2015). Makna Hidup Bagi Pengikut Ajaran Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah (TQN) Di Sukamara Kalimantan Tengah. *Teologia*, 26(2).
- Utami, D. D., & Setiawati, F. A. (2018). Makna Hidup pada Mahasiswa Rantau: Analisis Faktor Eksploratori Skala Makna Hidup. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 11(1), 29-39.