

Vol. 1, No. 2, Oktober 2020

ISSN: 2722-5453 (p); 2722-5461 (e)

ACADEMIC JOURNAL OF PSYCHOLOGY AND COUNSELING

ACADEMIC JOURNAL OF PSYCHOLOGY AND COUNSELING

Editorial Team:

Editor in-Chief

Kholilurrahman, IAIN Surakarta, Central Java

Managing Editor

Lintang Seira Putri, IAIN Surakarta, Central Java

Editor

Alfin Miftahul Khairi, IAIN Surakarta, Central Java
Athia Tamyizatun Nisa, IAIN Surakarta, Central Java

Reviewer

Lukman Harahap, IAIN Surakarta, Central Java
Retno Pangestuti, IAIN Surakarta, Central Java
Ahmad Saifuddin, IAIN Surakarta, Central Java
Dhestia Religia Mujahid, IAIN Surakarta, Central Java

Alamat Redaksi:

Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Surakarta.
Jl. Pandawa No. 1, Pucangan, Kartasura, Jawa Tengah, 57168
Phone: +62271-781516, Fax: +62271-782774.
email: jurnal.ajpc@gmail.com
<http://ejournal.iainsurakarta.ac.id/index.php/ajpc/index>

ACADEMIC JOURNAL OF PSYCHOLOGY AND COUNSELING

Daftar Isi

Konsep <i>Narima Ing Pandum</i> dalam Penerimaan Diri Lansia Jawa <i>Lintang Seira Putri</i>	77-94
Problematika Bimbingan dan Konseling Bidang Spiritual Peserta Didik SMA: A Systematic Literature Review (SLR) <i>Ma'rifatin Indah Kholili, Dinda Kamalia Mutiara Dewi, Kus Puji Santosa Edo Widiyantaka, Rizqi Khanifah</i>	95-110
Intervensi Teknik Biblioterapi dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik <i>Athia Tamyizatun Nisa</i>	111-120
Analisis Pola Perilaku Pacaran pada Remaja <i>Anitsnaini Sirojammuniro</i>	121-138
Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Interaksi Sosial pada Anak Tuna Rungu di Yayasan Adi Nugraha Boyolali <i>Insulistyani Fajar Harini</i>	139-156
<i>Author Guideline</i>	263



KONSEP *NARIMA ING PANDUM* DALAM PENERIMAAN DIRI LANSIA JAWA

Lintang Seira Putri
IAIN Surakarta

Abstract

Keywords:

Narima Ing Pandum; Self Acceptance; Elderly; Java.

The concept of narima ing pandum is a self-acceptance form of the elderly people in the context of Javanese culture. The purpose of this study was to determine the concept of narima ing pandum in the form of meaning and aspects in Javanese elderly people's self-acceptance. This qualitative research uses a phenomenological approach by collecting data through focus group discussions and in-depth interviews. The results of this study indicate that self-acceptance in Javanese society is represented in the concept of narimo ing pandum. Narimo ing pandum in the context of Javanese elderly people is a condition of accepting whatever has been given by God, regardless of the condition and regardless of the amount efforts the individual has tried according to his/her ability level. The aspects which make up the concept of narimo ing pandum include gratitude, ora ngoyo/ngongso, and simplicity. Elderly people who has an attitude of self-acceptance or have an attitude of narimo ing pandum will have a sense of calm or ayem in living their life.

Abstrak

Kata kunci:

Narima Ing Pandum; Penerimaan diri; Lansia; Jawa.

Konsep *narima ing pandum* merupakan salah satu bentuk penerimaan diri lansia dalam konteks budaya jawa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep *narima ing pandum* yang berupa makna dan aspek-aspeknya dalam penerimaan diri lansia jawa. Penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan pengumpulan data melalui *focus group discussion* dan wawancara mendalam. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri dalam masyarakat jawa

diwakilkan dalam konsep *narimo ing pandum*. *Narimo ing pandum* dalam konteks lansia Jawa merupakan kondisi menerima terhadap apapun yang telah diberikan oleh Tuhan bagaimanapun kondisinya dan berapapun jumlahnya setelah individu berusaha sesuai dengan tingkat kemampuannya. Aspek yang menyusun konsep *narimo ing pandum* antara lain adalah rasa syukur, *Ora ngoyo/ngongso*, dan kesederhanaan. Lansia yang memiliki sikap penerimaan diri dengan sikap *narimo ing pandum* akan memiliki rasa tenang atau *ayem* dalam menjalani kehidupan.

PENDAHULUAN

Data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengenai *World Population Ageing* menunjukkan bahwa tahun 2015 terdapat sekitar 901 juta penduduk dengan kriteria lansia di dunia, sehingga diperkirakan pada tahun 2050 akan ada sekitar 2 miliar penduduk lansia (United Nations, 2015). Indonesia juga memasuki era penduduk menua, Badan Pusat Statistik (2018) memproyeksikan tahun 2019 jumlah lansia ada sebanyak 27,5 juta dan tahun 2045 sejumlah 10,3% dan 57 juta atau sekitar 17,9%. Usia Harapan Hidup (UHH) yang semakin meningkat dapat dipandang secara positif maupun negatif. Secara positif terlihat bahwa individu mulai sadar tentang pentingnya menjaga kesehatan tentunya didukung dengan fasilitas kesehatan yang semakin maju saat ini. Peningkatan jumlah lansia seharusnya diikuti dengan penanganan lansia agar dapat hidup secara sehat baik fisik, psikologis, spiritual, dan sosial. Perspektif negatif sering diberikan pada kehidupan lansia. Lansia dicap sebagai masa ketika individu tidak produktif lagi, bahkan menjadi beban bagi keluarga karena harus mengurus kebutuhan yang tidak dapat dipenuhi seorang lansia. Meningkatnya jumlah lansia tentunya harus mendapat penanganan khusus agar *stereotype* negatif lansia yang muncul di masyarakat dapat diminimalisir.

Ryff dan Singer (2008) menjelaskan bahwa penerimaan diri merupakan bagian yang penting dalam kondisi psikologis bagi seseorang serta menyangkut pendapat yang positif terhadap dirinya sendiri. Penerimaan diri seseorang tidak diartikan pada sikap narsis

maupun harga diri yang rendah, akan tetapi penerimaan diri adalah rasa menerima dirinya baik yang berupa aspek positif ataupun negatif.

Sikap penerimaan diri terbentuk melalui penilaian diri yang apa adanya atau jujur, pada kondisi tersebut individu mau menyadari keterbatasan yang dimiliki serta kegagalan yang dialami, sehingga seseorang memiliki rasa cinta untuk bisa menerima dan merangkul dirinya sendiri (Hidalgo, Bravo, Martinez, Pretel, Postigo dan Rabadan, 2010). Bastaman (2007) juga mengungkapkan bahwa terdapat beberapa model sikap penerimaan diri lansia.

Persiapan menghadapi masa lansia maka terdapat model swa-kelola yang kaitanya dengan penerimaan diri, yaitu: 1) Model swa-kelola rendah, ketika seseorang belum muncul penerimaan diri dan belum ada persiapan menghadapi masa lansia. 2) Model swa-kelola memadai, ketika seseorang belum menunjukkan sepenuhnya sikap penerimaan diri, akan tetapi sudah ada usaha untuk mempersiapkan dengan rencana maupun pelaksanaannya. 3) Model swa-kelola layak, ketika seseorang mampu menerima masa tua, akan tetapi masih belum ada rencana dan pelaksanaan untuk menghadapi masa lansia. 4) Model swa-kelola baik, ketika seseorang sepenuhnya menerima diri menjadi tua dan telah memiliki rencana yang matang dan juga sudah dilaksanakan.

Budaya akan memberikan pengaruh dalam membentuk sikap penerimaan diri lansia sehingga konsep penerimaan diri lansia setiap wilayah dapat berbeda-beda sesuai dengan faktor dan latar belakang yang mempengaruhinya. Cavanaugh dan Blanchard-Fields (2006) menjelaskan bahwa budaya dan juga etnis memberikan status, norma-norma sosial, pengalaman pribadi segala usia, hal tersebut akan mempengaruhi dan juga dipengaruhi oleh faktor psikologis, biologis, sosial dan siklus perkembangan kehidupan seseorang. Lansia jawa dengan budaya jawa yang sangat lekat dengan nilai dan aturan tentang social harmony memberikan dampak pada kondisi psikologis seorang lansia termasuk dalam penerimaan diri.

Matsumoto (2000) menjelaskan bahwa budaya merupakan gagasan yang muncul baik perilaku ataupun ide seperti nilai, norma, serta keyakinan yang memiliki fungsi sebagai produk yang dapat menjadi panduan bagi sekelompok orang. Penerimaan diri lansia tentunya tidak bisa dipelajari hanya menggunakan satu etnik atau budaya tertentu saja dan tentunya tidak dapat digeneralisasikan pada semua etnik di Indonesia. Pemfokusan kajian mengenai masyarakat Jawa pada penelitian ini dilakukan dengan pertimbangan bahwa masyarakat Jawa memiliki kekayaan dan kekhasan budaya yang cukup menarik untuk diteliti. Budaya Jawa merupakan wujud bagian dari budaya Indonesia yang memperlihatkan keanekaragaman dan nilai ketimuran. Badan Pusat Statistik (2010) menunjukkan hasil sensus bahwa suku Jawa merupakan suku terbesar dengan proporsi 40,05% dari jumlah penduduk Indonesia. Menempati posisi kedua yaitu Suku Sunda sebesar 15,50%. Selanjutnya pada suku-suku lainnya memiliki proporsi yaitu di bawah 5% dari penduduk Indonesia.

Hakikatnya masyarakat Jawa dikenal sebagai masyarakat yang memperhatikan unggah-ungguh atau tata krama dengan unsur budaya yang masih erat. Jatman (2011) seorang pengamat kebudayaan Jawa mendeskripsikan tentang nilai kehidupan yang masih dipegang oleh orang Jawa antara lain sabar, lila, dan juga narima. Nilai bagi masyarakat Jawa merupakan wujud abstrak suatu kebudayaan yang dijadikan pedoman seseorang dalam berperilaku. Kehidupan masyarakat Jawa di era modern ini muncul beberapa permasalahan dimana orang Jawa terkadang tidak memahami nilai-nilai Jawa seperti yang telah diajarkan orang tua terdahulu. Walaupun demikian secara tidak langsung cara pandang dan perilaku mereka tetap pada norma yang berlaku di masyarakat. Pemahaman nilai-nilai Jawa juga akan dipahami secara berbeda dari generasi ke generasi.

Konsep narima ing pandum sangat lekat dengan prinsip yang dipegang oleh lansia Jawa dalam implementasi kehidupan sehari-hari. Hal tersebut disampaikan oleh beberapa subjek dalam pengambilan

data awal penelitian yang menjelaskan bahwa pentingnya sikap *nrimo* untuk mendapatkan kehidupan yang tenang bagi masyarakat Jawa. Suyono (2007) juga menjelaskan bahwa setiap manusia mendapatkan anugrah atau pemberian yang berbeda-beda dalam hidup. Orang Jawa menyebut-nyebut berbeda-beda *panduming dumadi*. Kesadaran akan perbedaan bagian itu disebut *narima ing pandum*. Kesadaran ini sangat penting untuk pengendalian diri. Ukuran penghargaan seseorang tidak semata-mata karena hasil materi, tetapi lebih dititik beratkan pada aspek proses dan usahanya.

Sutiyono (2013) menjelaskan sikap *nrimo* atas peristiwa hidup dan menempatkan dirinya dibawah masyarakat serta masyarakat di bawah alam semesta. Membangun hidup yang selaras dengan dirinya sendiri, masyarakat, dan Tuhan maka akan tercapai ketenangan batin. Pembahasan dan penelitian mengenai kaitan prinsip hidup Jawa '*narima ing pandum*' dengan kesejahteraan psikologis pada masyarakat Jawa juga mulai muncul.

Secara antropologi budaya dapat dikatakan bahwa yang disebut suku Jawa adalah orang yang secara turun temurun menggunakan bahasa Jawa dengan ragam dialek dalam kehidupan sehari-hari dan bertempat tinggal di daerah Jawa Tengah maupun Jawa Timur serta mereka merupakan suku asli dari daerah tersebut (Herusatoto, 2001). Sudut pandang antropologi melihat budaya suku Jawa lebih dikhususkan pada daerah yang sifatnya kejawen. Daerah dengan unsur kejawen yang masih kuat adalah Surakarta dan Yogyakarta. Kedua daerah tersebut merupakan pusat kebudayaan Jawa karena merupakan bekas kerajaan Mataram, sebagai dua kerajaan terakhir dari pemerintahan raja-raja Jawa.

Mulder (2007) mengungkapkan bahwa dalam pandangan suku Jawa seseorang dikatakan *durung Jawa* apabila belum tahu tatanan yaitu mengetahui cara yang beradab dan sepenuhnya sadar dalam posisi sosial. Budaya dalam suku Jawa mengandung makna menjadi bijaksana, sadar siapa dirinya dan orang lain, serta mengetahui tata

cara dimana ia tinggal. Nilai Jawa diterapkan oleh orang tua kepada anaknya dan terus menerus pada generasi selanjutnya. Idrus (2004) menjelaskan bahwa ukuran keberhasilan orang tua Jawa adalah mampu membentuk kemampuan anak untuk berinteraksi dengan masyarakat, sehingga dapat disebut orang yang njawani. Fungsi nilai budaya jawa pada masyarakat jawa berfungsi sebagai pendorong dan juga pengarah bagi tingkah laku manusia. Fungsi ini dapat dicapai dengan menjabarkannya menjadi tata aturan yang lebih konkrit berupa norma baik positif maupun negatif. Norma inilah yang akan dipatuhi oleh masyarakat jawa karena mereka meyakini kebenaran norma tersebut (Koentjaraningrat, 1994).

Penelitian Hanindyastiti dan Insiyah (2017) menjelaskan bahwa dinamika penerimaan diri (*self acceptance*) pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wonogiri terdapat 2 faktor pendukung. Pertama, faktor internal yang berkaitan dengan penerimaan seseorang terhadap kondisinya secara ikhlas, serta menerima kelebihan dan kekurangan dengan kondisi sakitnya. Kedua, yaitu faktor eksternal yang berkaitan dengan lingkungan dan juga dukungan sosial.

Rahmi, Daharnis, dan Syahniar (2019) melakukan penelitian terkait penerimaan diri lansia terhadap perubahan yang terjadi pada diri lansia baik fisik maupun psikologis. Penelitian ini mendeskripsikan penerimaan diri lansia berdasarkan jenis kelamin dan juga tempat tinggal. Responden terdiri dari lansia laki-laki dan perempuan serta lansia yang tinggal di rumah dan di panti wredha. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan terkait dengan jenis kelamin dan tempat tinggal dalam mempengaruhi penerimaan diri. Secara keseluruhan penerimaan diri lansia ditinjau dari jenis kelamin dan tempat tinggal tergolong sedang sehingga masih perlu ditingkatkan untuk mencapai hidup yang lebih baik dan bahagia. Penelitian Prayekti (2019) tentang konseptualisme dan validasi instrumen narima ing pandum menghasilkan delapan butir aitem yang dinyatakan valid. Penelitian ini menggunakan indikator narima

ing pandum yang dikemukakan oleh Endraswara (2012) yaitu syukur, sabar, dan narimo. Syukur diartikan kondisi seseorang yang mampu menerima segala sesuatu dengan rasa senang. Sabar adalah seseorang dapat menahan emosi, dan narimo yaitu menerima segala sesuatu dengan tenang.

Mencermati penelitian terdahulu yang sudah dilakukan tentang konsep narima ing pandum, terlihat belum adanya penelitian yang serupa dengan judul dan tujuan penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep narima ing pandum dalam penerimaan diri lansia jawa. Konsep narima ing pandum difokuskan pada penggalian data mengenai makna dan juga aspek-aspek yang menyusun sikap narima ing pandum dalam penerimaan diri lansia Jawa.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Creswell (2012) menyatakan bahwa metodologi kualitatif adalah prosedur penelitian yang memahami dan juga mengeksplorasi permasalahan sosial atau manusia dengan melibatkan proses seperti pengajuan pertanyaan serta prosedur-prosedur, pengumpulan data yang spesifik, lalu analisis secara induktif dan pemaknaan data. Fenomena budaya memiliki kekhususan dan biasanya berupa kasus-kasus yang unik. Menurut Endraswara (2012) penelitian budaya dengan menggunakan model kualitatif mampu menyajikan hasil yang berbentuk deskriptif yang menarik dan mendalam.

Gejala penelitian yang akan diungkap dalam penelitian ini adalah konsep narima ing pandum dalam penerimaan diri lansia Jawa. Metode kualitatif cenderung mengandalkan kekuatan indra peneliti untuk merefleksikan fenomena budaya sehingga akan lebih akurat untuk melihat budaya yang cenderung berubah-ubah. Metode ini digunakan oleh peneliti dengan harapan mampu mengungkap, memahami, serta mengartikan dengan jelas apa yang dialami dan

disampaikan oleh subjek penelitian. Hasil akhir yang diharapkan adalah didapatkan bagaimana konsep narima ing pandum dalam penerimaan diri lansia Jawa.

Informan dalam penelitian ini dipilih secara purposive sampling yaitu pemilihan informan dengan menggunakan kriteria atau ciri-ciri yang telah ditentukan oleh peneliti. Informan yang digunakan memiliki kriteria lansia suku Jawa asli yang lahir dan menetap di Jawa, berumur minimal 60 tahun. Metode pengumpulan data menggunakan focus group discussion (FGD) dan indepth-interview atau wawancara mendalam.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penerimaan Diri Lansia Jawa

Masyarakat Jawa memiliki identitas tersendiri yang didapatkan dari ajaran atau *wewarah* (nasehat) orang tua terdahulu serta diberikan secara turun temurun. Identitas masyarakat Jawa tentu tidak terlepas dari budaya Jawa yang mengandung banyak nilai, norma, ataupun kepercayaan. Perilaku masyarakat Jawa dipengaruhi oleh nilai-nilai yang dipercaya oleh masyarakat Jawa sehingga terwujud dalam kehidupan sehari-hari. Sutiyono (2013) menjelaskan bahwa pandangan hidup merupakan cara hidup dan interpretasi mengenai pengalaman sosial dan budaya yang berlaku sebagai pedoman hidup. Masyarakat suku Jawa dalam memandang dan mengalami kehidupan mereka sebagai suatu keseluruhan yang sifatnya sosial dan simbolis. Pandangan hidup suku Jawa menekankan pada keselarasan, ketentraman batin, dan juga keseimbangan. Nilai-nilai masyarakat Jawa yang diungkapkan oleh beberapa subjek berkaitan dengan penerimaan diri lansia adalah *narima ing pandum*. Konsep *narima ing pandum* merupakan nilai Jawa yang dianggap mewakili sikap menerima bagi lansia Jawa.

Penerimaan diri lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berbeda antara individu satu dengan individu lainnya. Hurlock (2004)

menjelaskan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri lansia yaitu, dapat memahami dirinya sendiri, terbuka pada hal-hal yang sifatnya realistis, tidak ada hambatan dengan lingkungan, bersikap baik terhadap masyarakat, tidak ada gangguan emosi yang parah, mampu beradaptasi secara baik, serta konsep diri yang baik. Lansia yang semakin terpenuhi faktor-faktor tersebut memiliki peluang untuk memiliki penerimaan diri yang lebih baik dan positif.

Penerimaan diri lansia jawa dapat diartikan sebagai sikap individu yang mau menerima berbagai kondisi yang dihadapi dengan hati yang ikhlas. Subjek penelitian beberapa menyampaikan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik terhadap kehidupan akan mampu menjadi individu yang lebih tenang. Bastaman (2007) menggambarkan lansia yang memiliki kehidupan bermakna adalah orang-orang yang mampu menerima serta memiliki sikap positif dan tenang dalam menjalani masa tua. Hubungan individu dengan keluarga serta lingkungan baik sehingga mampu berkomunikasi secara nyaman terhadap satu sama lain. Hidalgo, Bravo, Martinez, Pretel, Postigo dan Rabadan (2010) menyampaikan bahwa penerimaan diri dibangun melalui penilaian diri yang jujur, individu mau menyadari kegagalan dan keterbatasan diri, namun memiliki rasa cinta untuk menerima dan merangkul dirinya sendiri

Makna Narimo Ing Pandum

Penerimaan diri dalam masyarakat jawa diwakilkan dalam konsep *narimo ing pandum*. Makna *narimo* dalam masyarakat jawa bukan hanya sekedar rasa pasrah dengan berdiam diri terhadap ketentuan yang telah diberikan Tuhan. *Narimo* dalam konteks masyarakat jawa merupakan kondisi menerima terhadap apapun yang telah diberikan oleh Tuhan bagaimanapun kondisinya dan berapapun jumlahnya setelah individu sudah berusaha sesuai dengan tingkat kemampuannya. Lansia yang dapat *narimo* maka akan lebih berpeluang menjadi lansia yang hidupnya ayem tentrem atau lebih

tenang. Suyono (2007) menjelaskan bahwa setiap manusia sudah memiliki anugrah atau pemberian yang berbeda-beda satu dengan yang lain. Orang Jawa menyebut-nyebut perbedaan tersebut sesuai jatah atau panduming dumadi. Kesadaran terhadap perbedaan bagian itu disebut narima ing pandum. Kesadaran ini sangat penting bagi pengendalian diri seseorang. Ukuran penghargaan seseorang tidak semata-mata karena hasil materi, tetapi lebih dititik beratkan pada aspek proses dan usahanya.

Masa lansia seseorang akan menghadapi berbagai kondisi berbeda-beda yang membutuhkan penyesuaian di berbagai aspek kehidupan. Subjek lansia jawa menjelaskan bahwa kunci kehidupan yang tenang adalah seseorang memiliki sikap narimo. Memasuki masa lansia seseorang mulai menyadari bahwa kemampuan fisik, kognitif, dan ekonomi sudah tidak seperti dahulu, sehingga sikap narimo sangat dibutuhkan lansia. Ottenbacher (2005) menemukan bahwa fungsi positif psikologis pada seseorang yang memasuki masa lansia disebutkan berfokus pada “penerimaan perubahan” dibanding pada orang yang usianya lebih muda. Penerimaan tersebut tergolong perubahan yang ada dalam diri individu seperti penuaan biologis, dan perubahan yang muncul di lingkungan individu tersebut. Tantangan utama proses penuaan yang sukses yaitu individu dapat mengembangkan kemampuan menerima perjalanan hidup yang mungkin terjadi diluar kendali seseorang.

Beberapa subjek lansia jawa mempercayai bahwa individu yang tidak narimo merupakan individu yang celaka. Individu yang tidak memiliki sifat narimo akan dapat melakukan segala cara untuk mendapatkan apa yang diinginkan. Individu-individu yang demikian akan memiliki banyak gangguan dalam menjalani hidup. Penerimaan diri lansia suku jawa dipengaruhi berbagai nilai-nilai dan kepercayaan yang dipegang dalam budaya jawa. Cavanaugh (2005) menjelaskan bahwa budaya dan etnis secara bersama-sama memberikan status, norma sosial, pengalaman pribadi bagi segala usia, hal tersebut

mempengaruhi dan dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan siklus perkembangan dalam hidup seseorang. *Narimo ing pandum* merupakan salah satu nilai jawa yang dianggap harus dimiliki oleh individu khususnya orang yang sudah dianggap sepuh atau tua. Penerimaan diri lansia jawa tidak sekedar kondisi menerima dengan ikhlas saja, tetapi *narimo* yang dimaksud mengandung unsur agama yaitu *qana'ah*.

Aspek-aspek Narimo Ing Pandum

Konsep *narimo ing pandum* memiliki beberapa aspek penting agar seseorang dikatakan bisa memiliki penerimaan diri yang baik. Aspek *narimo ing pandum* antara lain rasa syukur, *ora ngoyo/ngongso*, dan kesederhanaan. Aspek *narimo ing pandum* merupakan bagian-bagian penting yang dibutuhkan agar seseorang memiliki penerimaan diri di masa tua.

Aspek pertama adalah rasa syukur, *Narimo ing pandum* juga dikatakan sebagai bentuk rasa syukur seseorang terhadap apa yang sudah diberikan oleh Tuhan dengan hati yang ikhlas. Sikap *narimo* seseorang berupa rasa syukur yang tidak hanya tergantung pada besar kecilnya rezeki. Individu yang mampu menerima dengan penuh rasa syukur akan merasa jauh lebih tenang walaupun kondisinya mungkin tidak lebih baik dibandingkan orang lain. Suardiman (2011) juga menjelaskan bahwa karakteristik lansia jawa memang memiliki sikap "*nrimo*" atau menerima yaitu sikap berusaha menerima apa adanya apapun yang didapatkan dengan ikhlas agar terhindar dari rasa kecewa.

Rasa syukur dibuktikan dengan sikap yang tidak mudah mengeluh atau "*nggresulo*" istilah dalam masyarakat jawa. Sikap *nggresulo* tersebut dianggap sebagai tanda berkurangnya rasa syukur seseorang terhadap Tuhan atas kenikmatan lain yang sudah diperoleh individu tersebut. *Ngresulo* atau mengeluh merupakan suatu sikap yang dapat mengakibatkan seseorang semakin merasa sulit dalam

menjalani kehidupan. Seseorang semakin nggresulo maka akan semakin merasa bahwa beban hidup yang dialami semakin berat. Nilai ajaran jawa banyak mengandung makna religius yang kaitanya hubungan antara manusia dengan Tuhan. Nasehat (wewarah) orang jawa untuk tidak bersikap nggresulo secara tidak langsung memiliki makna bahwa manusia yang nggresulo seakan-akan lupa bahwa Tuhan telah memberikan nikmat yang lebih banyak dibanding kesulitan yang dialaminya saat ini. Saksono dan Dwiyanto (2011) menjelaskan bahwa masyarakat jawa memiliki keyakinan bahwa segala yang terjadi pada dirinya, keluarga, atau masyarakat adalah kuasa Gusti (Tuhan). Orang jawa juga meyakini bahwa garising urip iku dhewe-dhewe, bahwa takdir hidup setiap orang itu berbeda-beda. Perbedaan justru merupakan bukti kekuasaan dan kebesaran Tuhan.

Sikap narima ini juga perlu disertai dengan pikiran yang semeleh atau sumeleh. Lansia jawa mengartikan semeleh sebagai sikap berserah diri dengan rasa ikhlas terhadap apa yang menjadi kehendak Tuhan. Menurut beberapa subjek lansia dalam penelitian ini, dengan memiliki pikiran yang sumeleh seseorang lebih merasa tenang dalam menjalani kehidupan. Salah satu upaya untuk mencapai urip ingkang ayem tentunya dalam menghadapi setiap peristiwa atau permasalahan hidup seseorang harus memiliki jiwa yang sumeleh.

Kedua, ora ngoyo/ ora ngongso juga merupakan unsur konsep narima ing pandum bagi lansia. Beberapa subjek mengungkapkan bahwa lansia yang masih memiliki sifat ngoyo padahal kemampuan sudah tidak memungkinkan, maka hal ini menjadi penyebab lansia mengalami sakit. Sikap ngoyo ini harus dihindari ketika seseorang sudah memasuki masa lansia. Sikap ngoyo ini berkaitan dengan kemampuan lansia yang sudah tidak seperti di usia muda. Menurut Bratawijaya (1997) ungkapan narima ing pandum merupakan wujud terima kasih seseorang atas segala pemberian Tuhan. dengan sikap ini seseorang tidak akan serakah atau iri pada miliki orang lain. Sikap ini menuntun seseorang untuk menerima apa adanya tidak perlu mati-

matian untuk mendapatkan kelebihan dari apa yang telah diterimanya.

Makna *ngoyo* bagi beberapa subjek memiliki pendapat yang sedikit berbeda. Makna *ojo ngoyo* secara umum dapat diartikan sebagai suatu sikap untuk tidak melakukan sesuatu yang berlebihan diluar kemampuan seseorang. Sikap *ngoyo* menurut beberapa subjek juga mampu membuat seseorang menjadi pribadi yang memiliki sifat iri terhadap apa yang dimiliki oleh orang lain. *Ngoyo* dalam pandangan lansia jawa adalah mengejar keinginan yang berlebihan tanpa melihat kemampuan dirinya sendiri. Harapan dan keinginan pada dasarnya wajar dimiliki oleh seseorang. Masa lansia seseorang hendaknya memiliki keinginan yang biasa saja sesuai dengan kemampuannya saat ini tidak perlu lagi *ngoyo*. Lansia dengan keinginan yang terlalu tinggi dari batas kemampuan yang dimiliki justru mampu menjadikan seorang lansia menjadi frustrasi apabila keinginan tersebut tidak dapat tercapai. Usaha *ngoyo* untuk dapat mencapai keinginan tersebutlah yang dapat membuat seorang lansia menjadi sakit.

Masa lansia akan lebih baik apabila lansia masih mau beraktifitas yang positif sesuai dengan kemampuannya. Menurut subjek memasuki masa lansia aktifitas yang kaitanya dengan ibadah harus ditingkatkan. Individu yang sudah tua tetapi masih bersikap *ngoyo* akan menjadi individu yang tidak tenang dalam menjalani kehidupan di masa tua. Individu yang *ngoyo* pada akhirnya hanya merasakan kehidupan yang tidak tenang dan cemas sehingga bisa menimbulkan berbagai penyakit fisik. Subjek menyampaikan bahwa penyakit fisik pada lansia terkadang muncul dari kondisi psikologis seorang lansia itu sendiri. Sikap *ojo ngoyo* ini harus ditekankan agar seorang lansia dapat menjalani kehidupan yang tenang.

Ketiga, aspek kesederhanaan yang diyakini dan dipraktekkan lansia jawa dalam kehidupan sehari-hari. Hidup sederhana merupakan cara seseorang memanfaatkan apa yang ada di sekelilingnya untuk memenuhi kebutuhan baik sandang maupun pangan. Seseorang tidak perlu berlebihan dalam melakukan sesuatu yang diluar kemampuannya.

Hidup memiliki dua sisi yaitu ada kalanya hidup seseorang itu susah dan ada kalanya hidup itu senang. Menyadari bahwa kehidupan dapat berganti dari senang ke susah atau susah ke senang, seseorang hendaknya hidup dengan sederhana tidak berlebihan.

Lansia jawa dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa apabila seseorang ingin hidup bahagia seseorang tidak perlu aneh-aneh dalam menjalani kehidupan. Individu yang sederhana merupakan salah satu cara untuk mencapai hidup yang bahagia. Peribahasa jawa mengatakan “Ana Cebol Nggayuh Lintang” yang artinya adalah seseorang hidup jangan sampai memiliki keinginan yang sebenarnya tidak akan bisa tercapai. Kesederhanaan diungkapkan mampu memberikan rasa tenang dalam menjalani kehidupan bagi seorang lansia. Lansia jawa mempercayai bahwa kekayaan yang sesungguhnya terletak pada rasa dan ilmu bukan sekedar materi. Hal ini sesuai dengan Uraningsari & As’ad (2016) yang melakukan penelitian tentang penerimaan diri, dukungan sosial, dan kebahagiaan pada lansia. Penelitian ini menunjukkan bahwa variabel penerimaan diri dan dukungan sosial berhubungan dengan variabel kebahagiaan. Sebagaimana yang disampaikan lansia jawa bahwa sikap narima ing pandum akan membawa seseorang ke dalam ketenangan jiwa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep *narima ing pandum* dalam penerimaan diri lansia jawa. Penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri lansia suku jawa dipengaruhi berbagai nilai-nilai dan kepercayaan yang dipegang dalam budaya jawa. *Narimo* dalam konteks masyarakat jawa merupakan kondisi menerima apapun yang telah diberikan oleh Tuhan bagaimanapun kondisinya dan berapapun jumlahnya setelah individu sudah berusaha sesuai dengan tingkat kemampuannya. Lansia yang dapat *narimo* maka akan lebih berpeluang menjadi lansia yang hidupnya *ayem tentrem* atau

lebih tenang. *Narimo ing pandum* merupakan salah satu nilai jawa yang dianggap harus dimiliki oleh individu khususnya orang yang sudah dianggap *sepuh* atau tua.

Konsep *narimo ing pandum* memiliki beberapa aspek penting agar seseorang dikatakan bisa memiliki penerimaan diri yang baik. Aspek *narimo ing pandum* antara lain rasa syukur, *ora ngoyo/ ngongso*, dan kesederhanaan. Aspek pertama adalah rasa syukur, *Narimo ing pandum* juga dikatakan sebagai bentuk rasa syukur seseorang terhadap apa yang sudah diberikan oleh Tuhan dengan hati yang ikhlas. Kedua, *ora ngoyo/ ora ngongso* yang artinya suatu sikap untuk tidak melakukan sesuatu yang berlebihan diluar kemampuan seseorang. Ketiga, aspek kesederhanaan yang diyakini dan dipraktekkan lansia jawa dalam kehidupan sehari-hari. Hidup sederhana merupakan cara seseorang memanfaatkan apa yang ada di sekelilingnya untuk memenuhi kebutuhan baik sandang maupun pangan. Seseorang tidak perlu berlebihan dalam melakukan sesuatu yang diluar kemampuannya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka perlu dirumuskan saran untuk beberapa pihak. Pertama, penelitian ini menggunakan subjek yang memiliki sifat yang homogen yaitu lansia. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan subjek dengan usia yang berbeda dengan jumlah yang lebih banyak agar mewakili konsep *narima ing pandum* dalam konteks budaya jawa yang lebih luas. Kedua, aspek-aspek penyusun *narima ing pandum* bisa dikembangkan dan dilakukan validasi untuk bisa dijadikan alat ukur dan pengembangan penelitian dengan tema yang serupa. Ketiga, meningkatkan psikoedukasi terhadap lansia agar memiliki penerimaan diri yang baik sehingga berdampak pada kehidupan masa tua yang tenang atau *ayem*.

REFERENSI

- Alvi, R., Daharnis, dan Syahniar. (2019). Elderly Self-Acceptance Based on Gender and Residence and Its Implications to the Guidance and Counseling Services. *Journal of Educational and Learning Studies*, 2(2), 76-82.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2018). Statistik Penduduk Lansia 2017. Jakarta: BPS.
- Badan Pusat Statistik. (2010). Kewarganegaraan, Suku Bangsa, Agama, dan Bahasa Sehari-hari Penduduk Indonesia. (online), (http://demografi.bps.go.id/phpfiletree/bahan/kumpulan_tugas_mobilitas_pak_chotib/Kelompok_1/Referensi/BPS_kewarganegaraan_sukubangsa_agama_bahasa_2010.pdf) diakses pada 13 Maret 2020 pukul 18.23)
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Bratawijaya, T.W. (1997). *Mengungkap dan Mengenal Budaya Jawa*. Jakarta: Pradnya Paramita
- Cavanaugh, J.C. dan Blanchard-Fields, F. (2006). *Adult development and aging* (5th ed.). California: Wadsworth.
- Creswell, J.W. (2012). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed edisi ketiga*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Endraswara, S. (2012). *Falsafah Hidup Jawa: Menggali Mutiara Kebijakan dari Intisari Filsafat Kejawen*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Hanindyastiti, H. dan Insiyah (2017). Dinamika Penerimaan Diri (Self Acceptance) pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Posyandu Lansia Desa Tasikhargo Jatisrono Wonogiri Tahun 2015. *Jurnal Keperawatan Global*, 2(1), 46-55.
- Herusatoto, B. (2001). *Simbolisme dalam budaya Jawa*. Yogyakarta: Hanindita Graha Widia.
- Hidalgo, J.L., Bravo, B.N., Martinez, I.P., Pretel, F.A., Postigo, J.M.L. dan Rabadan, F.E. (2010). *Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors*. Dalam Wells, I.E. (Eds.), *Psychological Well Being*. New York: Nova Science Publisher.
- Jatman, D. (2011). *Psikologi Jawa*. Yogyakarta: Yayasan bentang budaya.
- Koentjoroningrat. (2004). *Manusia dan Kebudayaan di Indonesia*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Mulder, N. (2007). *Di Jawa: Petualangan Seorang Antropolog*. Yogyakarta: Kanisius.
- Putri, L.S. (2018). *Kesejahteraan Psikologis Lansia Suku Jawa (Tidak Diterbitkan)*. Yogyakarta : Magister Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Prayekti. (2019). Konseptualismedan Validasi Instrummen *Narima ing Pandum* (Studi pada SMK Jetis Perguruan Tamansiswa Yogyakarta). *Jurnal Bisnis Teori dan Implementasi*, 10(1), 31-39.
- Rahmi, A., Daharnis, Syahniar. (2019). Elderly
- Ryff, C.D. & Singer, H.B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Saksono, I.G. dan Dwiyanto, D. (2011). *Terbelahnya Kepribadian OrangJawa: Antara Nilai-nilai Luhur dan Praktik Kehidupan*. Yogyakarta: Keluarga Besar Marhaenis DIY.
- Suardiman, S.P. (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sutiyono. (2013). *Poros Kebudayaan Jawa*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Suyono, R.P. (2007). *Dunia Mistik Orang Jawa : Roh, Ritual, Benda Magis*. Yogyakarta : LKIS.
- United Nations (UN). 2015. Ageing Population (online). (<http://www.un.org/en/sections/issues-depth/ageing/> diakses pada 2 Oktober 2020)
- Uraningsari, F. & Djalali, M.A. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(1), 15-27.
- Hurlock, E.B. (2004). *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta : Erlangga.

AUTHOR GUIDELINE

1. The article must be scientific, either based on the empirical research or conceptual ideas. The content of the article have not published yet in any journal, and should not be submitted simultaneously to another journal. Article should not be part of fully one chapter of the theses or dissertation.
2. Article must be in the range between 15-20 pages, not including title, abstract, keywords, and bibliography
3. Article consisting of the various parts: i.e. title, the author's name(s) and affiliation(s), abstract (200-250 words), Keywords (maximum 5 words), introduction, description and analysis, conclusion, and bibliography.
 - Title should not be more than 15 words
 - Author s name(s) should be written in the full name without academic title (degree), and completed with institutional affiliation(s) as well as corresponding address (e-mail address).
 - Abstract consisting of the discourses of the discipline area; the aims of article; methodology (if any); research finding; and contribution to the discipline of areas study. Abstract should be written in English.
 - Introduction consisting of the literature review (would be better if the research finding is not latest than ten years) and novelty of the article; scope and limitation of the problem discussed; and the main argumentation of the article.
 - Discussion or description and analysis consisting of reasoning process of the article s main argumentation.
 - Conclusion should be consisting of answering research problem, based on the theoretical significance/conceptual construction
 - All of the bibliography used should be written properly
4. Citation's style used is the American Psychological Association (APA) 6th Edition (we use APA 6th start from Volume 2, Number 2, December 2018) and should be written in the model of body note (author(s), year), following to these below examples:

a. Book

In the bibliography:

Tagliacozzo, E. (2013). *The Longest Journey: Southeast Asian and the Pilgrimage to Mecca*. New York: Oxford University Press.

In the citation:

(Tagliacozzo, 2013)

b. Edited book(s)

In the bibliography:

Pranowo, M. B. (2006). "Perkembangan Islam di Jawa." In *Menjadi Indonesia 13 Abad Eksistensi Islam di Bumi Nusantara*, Komaruddin Hidayat dan Ahmad Gaus AF, eds., 406-444. Jakarta: Mizan dan Yayasan Festival Istiqlal.

In the citation:

(Pranowo, 2006)

c. E-book(s)

In the bibliography:

Sukanta, P.O., ed. (2014). *Breaking the Silence: Survivors Speak about 1965-66 Violence in Indonesia* (translated by Jemma Purdey). Clayton: Monash University Publishing. Diakses dari <http://books.publishing.monash.edu/apps/bookworm/view/Breaking+the+Silence%3A+Survivors+Speak+about+1965%E2%80%9366+Violence+in+Indonesia/183/OEBPS/cop.htm>, tanggal 31 Maret 2016.

In the citation:

(Sukanta, 2014)

d. Article of the Journal**a. Printing Journal**

In the bibliography:

Reid, A. (2016). "Religious Pluralism or Conformity in Southeast Asia's Cultural Legacy." *Studia Islamika* 22, 3: 387-404. DOI:.....

In the citation:

(Reid, 2016)

b. E-Journal

In the bibliography:

Crouch, M. (2016). "Constitutionalism, Islam and the Practice of Religious Deference: the Case of the Indonesian Constitutional Court." *Australian Journal of Asian Law* 16, 2: 1-15. http://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2744394 diakses 31 Maret 2016. DOI:.....

In the citation:

(Crouch, 2016)

5. In writing the citation suggested to use software of citation manager, like Mendeley, Zotero, End-Note, Ref-Works, Bib-Text, and so forth, with following standard of American Psychological Association 6th Edition.
6. Arabic transliteration standard used International Journal of Middle Eastern Studies. For detailed transliteration could be seen at <http://ijmes.chass.ncsu.edu/docs/TransChart.pdf>
7. Article must be free from plagiarism; through attached evidence (screenshot) that article has been verified through anti-plagiarism software, but not limited to the plagiarism checker

