

---

## KEBERMAKNAAN HIDUP ODHA DITINJAU DARI IKHLAS DAN DUKUNGAN SOCIAL

Irman Nuryadin Siddik, Karina Oclaudya, Kiki Ramiza dan Fuad Nashori

Universitas Islam Indonesia Yogyakarta

e-mail: Irmanns78@gmail.com

### Abstrak

*Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara ikhlas dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada orang dengan HIV/AIDS. Subjek dalam penelitian ini adalah orang dengan HIV/AIDS. Data dianalisis menggunakan uji regresi berganda dan uji beda. Kebermaknaan hidup diukur menggunakan skala yang digunakan oleh Febriyanti (2011) yang disusun berdasarkan teori Bastaman (2007), ikhlas diukur menggunakan skala dari Chizanah dan Hadjam (2013) dan dukungan sosial menggunakan multidimensional scale of perceived social support dari Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley, 1988 yang diadaptasi oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ikhlas dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada orang dengan HIV/AIDS*

**Keywords:** Kebermaknaan Hidup, Ikhlas, Dukungan Sosial dan ODHA

### *The meaningfulness of life ODHA in terms of sincerely and social support*

### Abstract

*The purpose of this study is to determine the correlation between ikhlas and social support to the meaningfulness of life in people living with HIV. Subjects in this study amounted to 75 people living with HIV (People With HIV / AIDS). Data analysis used is multiple regression test and different test. Meaningfulness of life measured using the scale used by Febriyanti (2011) is based on the theory put forward by Bastaman (2007), ikhlas is measured using a scale from Chizanah and Hadjam (2013), and social support using a multidimensional scale of perceived social support from Zimet, Dahlem, Zimet, and Farley, 1988 adapted by researchers. The results of this study indicate that there is a significant relationship between ikhlas and social support to the meaningfulness of life in people living with HIV.*

**Keywords:** meaningfulness of life, ikhlas, social support, people living with HIV/AIDS

### Pendahuluan

Human immunodeficiency virus (HIV) didefinisikan oleh World Health Organization (WHO) sebagai sebuah virus yang menyerang sistem imun tubuh sehingga menurunkan kekebalan tubuh manusia. Kekebalan tubuh yang menurun menjadikan tubuh manusia sangat rentan terserang berbagai virus dan bakteri sehingga muncul berbagai penyakit. Sementara itu *acquired immune deficiency syndrome* (AIDS) adalah kumpulan penyakit yang terakumulasi karena menurunnya sistem kekebalan tubuh akibat terserang HIV (Setiati, 2014).

---

Studi *preliminary* yang dilakukan oleh Aprilistari (2011) menunjukkan bahwa respon ketika seorang individu mendapat diagnosa terkena HIV/AIDS adalah merasa tertekan, tidak mampu menerima keadaan, merasa tidak berdaya, dan mengalami ketakutan akan masa depan. Selain itu, pandangan masyarakat yang negatif tentang penderita HIV/AIDS membuat ODHA menarik diri dan jarang berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Pandangan negatif tersebut karena menurut Busza (2001) di kawasan asia tenggara stigma negatif masih sangat melekat pada penderita HIV AIDS. Penderita HIV/AIDS dianggap sebagai individu yang “nakal” karena masyarakat memahami bahwa penularan HIV biasanya diakibatkan oleh hubungan seks bebas.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Aprilistari (2011) diketahui bahwa ODHA sering kali memiliki pemikiran-pemikiran untuk mengakhiri hidupnya lebih cepat. Fakta tersebut juga diungkapkan oleh Gatra (2006), dimana 95% ODHA pernah memiliki pemikiran untuk bunuh diri dan sebagian darinya melakukan percobaan bunuh diri. Ayyash-Abdo (2002) menuturkan bahwa percobaan bunuh diri merupakan perilaku yang muncul akibat keputusan dalam menjalani kehidupan dan akibat dari anggapan bahwa setiap tujuan hidup yang diharapkan tidak akan pernah bisa tercapai. Survei yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar ODHA di Yogyakarta tujuan hidupnya masuk ke dalam kategori sedang dan rendah.

Hasil survey peneliti terhadap tujuan hidup penderita HIV/AIDS memiliki keterkaitan dengan penelitian Astuti dan Budiyan (2014) dimana pada data penelitian tersebut menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup penderita HIV/AIDS di Yogyakarta tidak pada tingkatan yang tinggi. Survei ini menunjukkan bahwa penghayatan penderita HIV/AIDS terhadap kehidupan yang dijalannya sangat rendah. Menurut Frankl (2003) seorang individu yang memiliki penghayatan terhadap hidupnya akan memiliki nilai-nilai yang dianggap penting dan berharga yang kemudian dijadikan sebagai tujuan untuk menjalani kehidupan.

Keterkaitan antara teori yang dikemukakan oleh ahli di atas dapat dilihat bahwa idealnya ODHA memiliki tujuan hidup yang ingin dicapai, oleh sebab itu individu tersebut akan senantiasa berusaha untuk mencapai tujuan hidup dengan optimis. Selain itu, orang yang memiliki pemaknaan terhadap kehidupannya tidak pernah memiliki pemikiran untuk mengakhiri kehidupannya. Frankl (2003) mendefinisikan seseorang yang memiliki kesehatan jiwa adalah mereka yang kehidupannya dipenuhi oleh makna dan dengan makna tersebut seorang individu akan menjadi orang yang berguna untuk dirinya sendiri dan orang lain. Bastaman (2007) berpendapat bahwa ketika seorang individu memiliki penghayatan bahwa hidupnya memiliki makna, maka individu tersebut sedang dalam proses menuju kearah kepuasan hidup dan

---

kebahagiaan hidup dimana menurut Argyle (Astuti & Budiyan, 2014) kebahagiaan memiliki efek terhadap kesehatan seorang individu.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang, di antaranya yaitu: faktor internal meliputi pemahaman diri, bertindak positif, pengakraban lingkungan, pendalaman tri nilai, dan ibadah. Sementara untuk faktor eksternal meliputi : material, pekerjaan, dan dukungan sosial. Berdasarkan faktor internal yaitu faktor ibadah dapat dikaitkan dengan variabel keikhlasan dimana hal ini dikaitkan dengan

QS. Al-An'am ayat 162-163 yang artinya :

*“Sesungguhnya sembahyangku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan Semesta Alam. Tiada sekutu baginya dan demikian itulah yang diperintahkan kepadaku dan aku adalah orang yang pertama-tama menyerahkan diri kepada Allah.*

Berdasarkan ayat di atas terdapat kandungan yang berisi tentang perintah Allah kepada seluruh kaum muslimin untuk berkeyakinan bahwa sholat, ibadah, hidup, dan mati adalah untuk Allah SWT, Tuhan semesta alam. Seorang muslim harus memiliki keyakinan bahwa Allah adalah Tuhan Yang Maha Esa dan tidak ada sekutu bagi-Nya, sehingga Dia-lah penentu hidup dan mati seseorang, serta mengatur segala sesuatu di seluruh alam ini. Allah memerintahkan kepada kaum muslimin untuk berlaku ikhlas dalam beribadah, bermuamalah, maupun berkeyakinan pada-Nya.

Peneliti juga menghubungkan variabel dukungan sosial berdasarkan faktor eksternal dari kebermaknaan hidup. Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh Astuti dan Budiyan (2014) yaitu hubungan antara dukungan sosial yang diterima dengan kebermaknaan hidup pada ODHA. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian dukungan sosial pada ODHA berdampak terhadap kebermaknaan hidup. dukungan sosial memberikan sumbangan terhadap variabel kebermaknaan hidup sebesar 78,2%, sementara itu sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah adalah sesuatu yang dirasakan penting oleh seseorang, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya. Kebermaknaan hidup akan dimiliki oleh setiap orang apabila seseorang tersebut mengetahui makna dan tujuan hidupnya. Oleh sebab itu, peneliti mencoba untuk meneliti terkait dengan hubungan antara keikhlasan dan dukungan sosial terhadap kebermaknaan hidup pada ODHA.

Berdasarkan pemaparan di dapat dilihat bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sikap kebermaknaan hidup pada ODHA yang ditinjau dari ikhlas dan dukungan sosial.

Adapun peneliti juga mengajukan hipotesis penelitian, yaitu: a. Terdapat hubungan yang signifikan antara ikhlas dan dukungan sosial terhadap kebermaknaan hidup pada ODHA (H1) dan b. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan ikhlas pada ODHA.

Terdapat hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial pada ODHA.1. Latar belakang mengapa riset Anda penting. Latar belakang dapat berangkat dari masalah akademis maupun masalah sosial, yang pada ujungnya memunculkan masalah, yaitu “kesenjangan antara yang ideal dengan yang terjadi di lapangan.”

### **Metode Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini merupakan *survivor* HIV/AIDS di salah satu Lembaga Swadaya Masyarakat yang memiliki kelompok dukungan sebaya tersebar di beberapa Rumah Sakit di Yogyakarta. Karakteristik subjek yang digunakan adalah para *survivor* ODHA beragama islam. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 75 orang terdiri dari 41 laki-laki dan 34 perempuan.

Teknik sampling yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah kuota sampling. Menurut Sugiyono (2001), kuota sampling adalah teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan. Menurut Margono (2004) dalam teknik ini jumlah populasi tidak diperhitungkan akan tetapi diklasifikasikan dalam beberapa kelompok. Sampel diambil dengan memberikan jatah atau quorum tertentu terhadap kelompok. Pengumpulan data dilakukan langsung pada unit sampling. Setelah kuota terpenuhi, pengumpulan data dihentikan.

Populasi sampling dalam penelitian ini adalah sekitar  $\pm 150$  ODHA muslim. Masing-masing Rumah Sakit terdiri dari 50 Rumah Sakit A, 50 Rumah Sakit B, dan 50 Rumah Sakit C. Masing-masing rumah sakit diperoleh 25 ODHA yaitu; Rumah Sakit A terdiri dari 5 laki-laki dan 20 perempuan; Rumah Sakit B terdiri dari 20 laki-laki dan 4 perempuan; Rumah Sakit C 16 laki-laki dan 10 perempuan.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala kebermaknaan hidup, skala ikhlas, dan skala dukungan sosial. Skala ikhlas Chizannah dan Hadjam (2013) berjumlah 22 aitem pada aspek-aspek yang dihasilkan dari analisis faktor. Kebermaknaan hidup diukur menggunakan skala kebermaknaan hidup yang dikembangkan oleh Febriyanti (2011) terdiri dari 20 aitem yang mengacu dari teori yang dikemukakan oleh Bastaman (2007). Dukungan

sosial diukur dengan menggunakan skala *Scale of Social Support* yang terdiri dari 12 aitem dengan mengacu pada Zimet, dkk (1988).

Data pada penelitian ini dikumpulkan dengan metode kuesioner dimana subjek penelitian melakukan *self report* menggunakan tiga skala, yaitu skala kebermaknaan hidup, skala ikhlas, dan skala dukungan sosial.

Skala ikhlas yang digunakan pada penelitian ini adalah skala yang disusun oleh Chizanah dan Hadjam (2013) yang berjumlah 22 aitem yang disusun berdasarkan teori ikhlas yang di ungkapkan Chizanah dan Hadjam (2013) yang terdiri dari empat aspek, yaitu konsep diri sebagai hamba tuhan, motif transendental, *superioritas felling* dan kestabilan emosi .

Kebermaknaan hidup diukur menggunakan skala kebermaknaan hidup yang dikembangkan oleh Febriyanti (2011). Skala kebermaknaan tersebut terdiri dari 20 aitem yang mengacu pada tiga aspek kebermaknaan kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Bastaman (2007), yaitu aspek kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna dan makna hidup.

Dukungan sosial diukur dengan menggunakan *multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)* yang disusun oleh Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988) berdasarkan tiga aspek dukungan sosial, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan *signifikan other*. Skala tersebut terdiri dari 12 item dan diadaptasi oleh peneliti dengan menerjemahkan skala tersebut ke dalam bahasa Indonesia dengan bantuan ahli bahasa.

Data dari penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji asumsi meliputi uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas. Keempat uji asumsi tersebut merupakan prasyarat untuk melakukan uji hipotesis menggunakan analisis regresi berganda pada data. Analisis regresi berganda merupakan jenis uji statistika yang digunakan untuk melihat daya prediksi variabel independen (prediktor) terhadap variabel dependen (kriterium) dimana variabel independen jumlahnya lebih dari satu (Azwar, 2011).

Analisis tambahan dilakukan untuk melihat perbedaan berdasarkan jenis kelamin subjek dengan menggunakan teknik uji beda dengan ANOVA (Siregar, 2013).

### **Hasil Penelitian**

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebanyak 17 orang tergolong memiliki kebermaknaan hidup sangat tinggi, 16 orang tergolong memiliki kebermaknaan hidup tinggi, 13 orang tergolong memiliki kebermaknaan hidup sedang, 16 orang tergolong memiliki

kebermaknaan hidup rendah, dan 13 orang tergolong memiliki kebermaknaan hidup sangat rendah. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebanyak 16 orang tergolong memiliki ikhlas sangat tinggi, 16 orang tergolong memiliki ikhlas tinggi, 19 orang tergolong memiliki ikhlas sedang, 11 orang tergolong memiliki ikhlas, dan 13 orang tergolong memiliki ikhlas sangat rendah. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebanyak 17 orang tergolong memiliki dukungan sosial sangat tinggi, 20 orang tergolong memiliki dukungan sosial tinggi, 11 orang tergolong memiliki dukungan sosial sedang, 13 orang tergolong memiliki dukungan sosial rendah, dan 14 orang tergolong memiliki dukungan sosial sangat rendah.

**Tabel 1**  
**Kategorisasi**

Kategori	KH		IKHLAS		DS	
	n	%	n	%	n	%
SR	13	17.3	13	17.3	14	18.67
R	16	21.3	11	14.67	13	17.3
S	13	17.3	19	25.3	11	14.67
T	16	21.3	16	21.3	20	26.7
ST	17	22.67	16	21.3	17	22.67

Ket : SR = Sangat Rendah, R = Rendah, S = Sedang, T = Tinggi, ST = Sangat Tinggi  
KH : Kebermaknaan Hidup; DS : Dukungan Sosial

### Hasil Uji Asumsi

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data dari ketiga variabel penelitian yaitu kebermaknaan hidup, ikhlas, dan dukungan sosial adalah *normal*, hal ini dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0.200 ( $p > 0.05$ ). Selain itu korelasi antara kebermaknaan hidup dan ikhlas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.004 ( $p < 0.05$ ) dengan  $F = 9.321$  atau linear. Kemudian, korelasi antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.001 ( $p < 0.05$ ) dengan  $F = 23.687$  atau linear.

Hasil analisis menunjukkan bahwa data yang digunakan tidak mengalami multikolinearitas. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $r$  antara ikhlas dan dukungan sosial sebesar 0.362 ( $r < 0.685$ ), sehingga dapat diasumsikan bahwa kedua variabel tersebut tidak berada dalam konstruk yang sama.

### Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji regresi berganda menunjukkan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ) dengan nilai  $F = 7.770$ . Hal ini bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kebermaknaan hidup pada ODHA ditinjau dari ikhlas dan dukungan sosial atau H1 diterima. Uji korelasi yang dilakukan juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara ikhlas terhadap kebermaknaan hidup pada ODHA yang ditunjukkan  $p = 0.001$  ( $p = 0.01$ ) dan  $r = 0.305$  dengan sumbangan efektif atau H2 diterima. Selain itu, terdapat pula hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kebermaknaan hidup pada ODHA yang ditunjukkan dengan nilai  $p = 0.0001$  ( $p < 0.01$ ) dan  $r = 0.381$  dan H3 diterima (Tabel 2). Selain memiliki korelasi dengan kebermaknaan hidup, variabel ikhlas dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki sumbangan efektif sebesar 17.8% terhadap kebermaknaan hidup ODHA.

**Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis**

	Sig	r
Ikhlas dan kebermaknaan hidup	0,001	0,305
Dukungan sodial dan kebermaknaan hidup	0,000	0,381

### Analisis Tambahan

Berdasarkan hasil uji beda menunjukkan nilai  $t = 2,008$  dengan  $p = 0,048$  ( $p < 0,048$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kebermaknaan hidup yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dimana laki-laki memiliki kebermaknaan hidup yang lebih tinggi daripada perempuan. Hal ini juga didukung dari hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa ODHA laki-laki ( $mean = 62.95$ ;  $SD = 7.307$ ) lebih memaknai hidupnya dibandingkan ODHA perempuan ( $mean = 59.44$ ;  $SD = 7.805$ ).

### Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara ikhlas dan dukungan sosial terhadap kebermaknaan hidup pada ODHA atau hipotesis

pertama dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif dari kedua variabel ini sebesar 17.8%. Untuk melihat lebih lanjut bagaimana hubungan antara setiap variabel independen terhadap variabel dependen, peneliti kemudian melakukan uji korelasi. Hasil yang ditunjukkan dari uji korelasi tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara ikhlas dan kebermaknaan hidup pada ODHA. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat ikhlas maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup.

Variabel jenis kelamin memiliki kelebihan di dalam penelitian ini. Hasil uji beda menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan terhadap kebermaknaan hidup ditinjau dari jenis kelamin. Sebaran data terkait subjek berjenis kelamin laki-laki (54.67%) dibandingkan perempuan (45.33%). Hasil ini memberikan gambaran bahwa ODHA laki-laki memiliki kebermaknaan hidup yang lebih tinggi dibanding ODHA perempuan.

Kebermaknaan hidup dicirikan dengan individu yang mampu menentukan tujuan hidup dan nilai-nilai personal. Makna hidup berfungsi sebagai motivasi menentukan tujuan dalam kehidupan (Steger, 2011). Kebermaknaan hidup memiliki faktor trivalensi yang didalamnya mencakup tentang bagaimana seorang individu beribadah atau berhubungan dengan Tuhan. Salah satunya adalah motivasi individu untuk lebih dekat dengan Tuhan. Hubungan antara individu dengan Tuhan dimana adanya motivasi ketika akan beribadah (Bastaman, 1996). Keterkaitan antara kebermaknaan hidup dengan faktor ibadah peneliti kerucutkan pada adanya rasa ikhlas di dalam ibadah tersebut. Kajian tafsir *Maudhu'i* menyebutkan secara ringkas bahwa ikhlas diartikan sebagai sebuah perbuatan yang berlandaskan motivasi untuk memperoleh keridhaan Allah atau dalam artian lain manusia memiliki tujuan hidup yaitu Allah (Shofaussamawati, 2013).

Ikhlas sendiri memiliki pengertian keadaan dimana suatu perbuatan dilakukan dengan motif hanya ditujukan kepada Allah sehingga dengan hal tersebut Allah SWT menurunkan ridha kepada individu tersebut (Al-Asyqar, 2006). Seseorang yang ikhlas secara tidak langsung merupakan seseorang memiliki tujuan hidup yang jelas, yakni segala sesuatu yang dilakukannya hanya untuk mendapat ridha Allah SWT. Menurut Bastaman (2007) seorang individu yang memiliki penghayatan hidup atau memiliki keyakinan bahwa hidupnya bermakna maka individu tersebut cenderung memiliki tujuan hidup yang jelas. Dari pendapat tersebut dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa ketika ODHA memiliki keyakinan bahwa segala yang dilakukan dalam kehidupannya merupakan hanya untuk mendapat ridha dari Allah SWT secara sadar atau tidak sadar ODHA tersebut telah mendapatkan makna dari kehidupannya. Al-Jauziyah (1999) menyatakan bahwa seorang individu yang ikhlas senantiasa memiliki pemikiran positif untuk selalu memperbaiki segala sesuatu yang telah diperbuatnya ke arah yang lebih positif. Ketika



ODHA memiliki pemikiran tersebut maka yang terjadi adalah dirinya akan selalu mengoreksi dirinya agar menjadi lebih baik dan apabila hal tersebut terus dilakukan menunjukkan bahwa ODHA tersebut memiliki sebuah tujuan yaitu mengembangkan diri menjadi pribadi yang lebih baik agar Allah selalu memberi ridhanya. Peterson dan Roy (1985) menemukan bahwa ketika seorang individu memiliki kenyamanan yang timbul dari proses ritual keagamaannya cenderung memiliki kebermaknaan hidup dan kepuasan hidup yang tinggi. Hasil penelitian Peterson dan Roy (1985) tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa ikhlas memiliki korelasi yang positif dengan kebermaknaan hidup. Ikhlas merupakan sebuah bagian dari ibadah atau ritual keagamaan.

Menurut Bastaman (2007), di dalam kebermaknaan hidup itu sendiri terdapat pendalaman terhadap nilai-nilai bersikap yaitu dengan menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian terhadap segala bentuk permasalahan yang berat dengan berikhtiar dan berusaha semaksimal mungkin. Permasalahan tersebut diantaranya dapat berupa sakit yang susah atau bahkan tidak dapat disembuhkan. Masih menurut Bastaman (2007), kondisi atau permasalahan berat yang dihadapi akan sulit untuk diubah, yang dapat diubah adalah sikap (*attitude*) individu dalam menghadapi permasalahan tersebut. Apabila individu menghadapi keadaan yang tidak mungkin diubah atau dihindari, maka sikap yang tepatlah yang masih dapat dikembangkan atau diubah. Melalui hal tersebut, sikap menerima dengan penuh ikhlas dan tabah terhadap permasalahan hidup yang berat dapat mengubah pandangan individu dalam hal ini ODHA untuk mampu merubah pandangannya. Pandangan yang pada awalnya dipenuhi dengan penderitaan menjadi pandangan yang mampu melihat makna dan hikmah dari permasalahannya tersebut. Dengan demikian, makna hidup yang baik akan diperoleh ODHA apabila individu dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya.

Kebermaknaan hidup berkaitan dengan pencarian sebuah visi kehidupan, harapan dalam hidup, dan adanya alasan kenapa individu harus terus hidup. Di dalam pencarian ini, apabila individu mampu untuk ikhlas, maka akan memudahkan individu dalam menemukan makna hidupnya. Hal ini terdapat dalam surat Al-Kahfi 13 yang berbunyi:

نَحْنُ نَحْقُوقُ صَبْرًا أَوْ هَوْنًا  
عَلَىٰ عِزِّكَ مَا كُنَّا  
وَرُؤُوسًا مِّنْ دُونِ  
وَلَا يَخْفَىٰ عَلَيْنَا  
مِنْ شَيْءٍ مَّا كُنَّا  
نَعْمُ

“*Kami kisahkan kepadamu (Muhammad) cerita ini dengan benar. Sesungguhnya mereka adalah pemuda-pemuda yang beriman kepada Tuhan mereka, dan Kami tambah pula untuk*

*mereka petunjuk.*” (QS Al-Kahfi, 13)”

---

---

Potongan surat Al-Kahfi tersebut menceritakan mengenai keteguhan dalam mempertahankan keimanan hanya kepada Allah SWT. Keteguhan iman tersebut dilakukan dengan mengingat Allah setiap saat, yakni dengan memperbanyak zikir untuk mencari Ridha Allah. Oleh karena itu, Allah menambah petunjuk kepada mereka atas petunjuk yang sudah ada di kalbu mereka masing-masing dan mereka dijadikan sebagai hamba yang teguh keimanannya.

Berdasarkan ayat tersebut, dapat diketahui bahwasanya orang yang ikhlas dalam beribadah hanya kepada Allah dan selalu mengingat Allah akan diberi kenikmatan berupa tambahan petunjuk hidup dari Allah SWT. Begitu pula dengan individu dengan ODHA, apabila individu tersebut mampu untuk ikhlas dalam beribadah dan menjalani kehidupannya, maka Allah akan memberi kemudahan bagi individu tersebut dalam menemukan makna hidupnya. Dengan demikian, individu mampu merasakan kehidupan yang lebih berarti dan berharga.

Lebih lanjut, Lubis & Maslihah (2012), melakukan sebuah penelitian kualitatif dan ditemukan bahwa melalui ikhlas, individu dapat menerima keadaan secara lebih positif. Individu menemukan makna hidupnya melalui kebenaran yang diperoleh dari kepercayaannya. Individu juga memperoleh makna hidupnya melalui kegiatan yang diikutinya serta sikap yang individu ambil secara positif. Dari hasil temuan ini diketahui bahwa ikhlas membuat individu lebih bersemangat dan menikmati hidupnya walaupun berada pada kondisi yang tidak mengenakkan.

Di sisi lain, keikhlasan pada diri individu memberikan dampak yaitu mampu menerima keadaan diri secara apa adanya, mampu menentukan tujuan-tujuan hidup dengan baik, merasa rendah hati bukan rendah diri, sehingga merasa bahwa tujuan hidupnya adalah Allah SWT (Pratama, 2009). Seperti halnya kebermaknaan hidup yang di dalamnya mengandung konsep dan tujuan hidup seseorang, dapat dikatakan bahwa kebermaknaan hidup mengandung faktor ibadah yaitu keikhlasan seseorang dalam memaknai hidup.

Hasil temuan dari penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara ikhlas dan kebermaknaan hidup pada ODHA. Hal ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Bastaman (2007), bahwa salah satu faktor dalam memaknai hidup salah satunya adalah ibadah, dimana proses beribadah itu salah satunya adalah menjalankan perintah dan menjauhi larangannya. Ketika seseorang menjalankan ibadah dengan *khusyu'* satu ciri dari ikhlas adalah menjalankan perintah dan menjauhi larangannya. Hal ini menimbulkan perasaan seakan-akan mendapat bimbingan dan petunjuk dari Tuhan. Hal ini senada dengan konsep ikhlas yang dikemukakan oleh Al-Jauziyah (1999), dimana ciri-ciri orang mukmin adalah bertindak berdasarkan dua perkara yakni perintah dan larangan berkaitan dengan apa yang harus dikerjakan.

Artinya, seseorang bertindak sesuai dengan apa yang diperintahkan dan menjauhi sesuatu yang menjadi larangan Allah. Perilaku ini adalah wujud dari bagaimana seseorang mampu memaknai hidupnya, yaitu mengikrarkan bahwa Allah SWT sebagai tujuan dalam hidup.

Allah berfirman melalui Q.S. Al-An'am ayat 162 dan 163 memerintahkan kepada seluruh kaum muslimin untuk beribadah dengan ikhlas demi mendapatkan ridha Allah SWT. Pada ayat tersebut dikatakan dengan jelas bahwa segala sesuatu yang dilakukan oleh manusia harus didasari niat untuk mendapat balasan berupa pahala atau keridhaan tanpa mencampur adukan tujuan lain dalam perbuatan tersebut (Shihab, 2009). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketika seseorang menerapkan rasa ikhlas dalam setiap perbuatan dalam hidupnya maka dirinya memiliki tujuan hidup yang jelas yaitu mendapat ridha Allah SWT. Menurut Bastaman (2007) salah satu ciri bahwa seorang individu yang memiliki penghayatan dalam hidupnya adalah ketika individu tersebut mampu menetapkan tujuan dari kehidupan yang dijalaninya. Hal tersebut mendukung temuan penelitian ini, dimana dalam penelitian ini terlihat bahwa ketika seorang individu senantiasa ikhlas dalam melaksanakan segala perbuatannya memiliki kebermaknaan hidup yang baik.

Bastaman (1996) menyatakan penghayatan dari makna hidup dapat disebabkan oleh adanya beberapa dimensi sosial, salah satu dimensi sosial itu adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan sebuah keadaan dimana individu mendapat dukungan secara emosional maupun berupa dukungan berupa informasi dari orang-orang yang berada di sekitarnya sehingga individu tersebut memiliki kenyamanan berada dan menjadi bagian dari lingkungan sosial tersebut. Selain berupa dukungan, pengertian orang sekitar terhadap keadaan individu tersebut menjadikan individu lebih merasa memiliki teman untuk berkeluh kesah mengenai permasalahan yang sedang dialaminya.

Ketika ODHA mampu merasakan dukungan sosial maka dirinya akan mendapat pengalaman bahwa dirinya dicintai dan diperhatikan sehingga individu tersebut merasa dirinya berharga dimata orang lain (Hayyu & Mulyana, 2015). Dukungan sosial menurut Sarafno (1998) dapat menjadi pertahanan bagi individu ketika sedang mengalami situasi yang penuh dengan tekanan dan dapat merubah cara pandang negatif seorang individu terhadap situasi yang penuh dengan stres.

Adanya dukungan dari lingkungan sosial menjadikan ODHA memiliki pertolongan terhadap masalah yang dihadapinya dan menjadikan individu tersebut memiliki masukan untuk mencari solusi atas permasalahan yang sedang dihadapi serta menumbuhkan keyakinan bahwa permasalahan yang sedang dihadapi akan mampu diselesaikan (Astuti & Budiyan, 2010).

---

Menurut Bastaman (2007) ketika seorang individu memiliki harapan atau keyakinan akan masa depan maka melalui harapan dan keyakinan tersebut seseorang dapat menemukan makna hidupnya.

Mengacu pada proses penemuan makna hidup yang dikembangkan oleh Frankl (2003), pengalaman merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi proses pencarian makna hidup dari seorang individu. Ketika ODHA memiliki pengalaman yang positif mengenai keberadaan hidupnya di tengah masyarakat maka pengalaman-pengalaman tersebut kemudian akan menjadikan individu tersebut dengan cepat memahami makna dari kehidupan dirinya.

Huntz (Baron & Byrne, 2005) mengatakan bahwa terdapat kecenderungan setiap individu untuk menyukai atau senang berkumpul dengan orang-orang yang memiliki kesamaan dengan individu tersebut. Hal tersebut juga berlaku bagi ODHA dimana para *survivor* memiliki kecenderungan untuk berkumpul dengan sesama ODHA karena ketika masyarakat tidak sepenuhnya menerima keadaan mereka maka ketika ODHA bertemu dengan ODHA lainnya mereka akan merasa saling bisa memahami karena mereka memiliki kesamaan. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat 26,7% responden yang dikategorikan memiliki dukungan sosial yang tinggi dan 22,67% responden yang dikategorikan menerima dukungan sosial yang sangat tinggi. Hal tersebut tidak lepas dari fakta bahwa responden dalam penelitian ini tergabung ke dalam kelompok-kelompok dukungan sesama ODHA. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika seseorang berkumpul dengan individu yang memiliki karakteristik yang sama, maka individu tersebut akan cenderung merasa bahwa dirinya menerima dukungan yang lebih besar dalam melewati permasalahan yang ada dalam hidupnya.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden yang tergabung dalam kelompok dukungan sesama cenderung memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi. 21,3% responden termasuk dalam kategori memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi dan 22,67% termasuk pada kategori memiliki kebermaknaan hidup yang sangat tinggi.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketika ODHA mampu merasakan dukungan dari sekitarnya maka kebermaknaan hidupnya pun akan meningkat. Fakta yang didapat dari penelitian ini sejalan dengan apa yang ditemukan dalam penelitian Astuti dan Budiyan (2010) yang menemukan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kebermaknaan hidup. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hayyu dan Mulyana (2015) juga menemukan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi yang positif dengan kebermaknaan hidup.

Allah SWT berfirman dalam *QS. Al-Ashr (1-3)* Selain itu, Allah SWT memberikan gambaran di dalam Al-Qur'an dalam *Surah Al-Ashr 1-3* :



*Artinya : “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran”.*

Makna hidup manusia Allah gambarkan dalam ayat ini, diantaranya *Al-Ashr* itu berarti masa, zaman, waktu, dan umur manusia, selain itu ada pula yang menyebutkan bahwa ini adalah media sumpah. *Rasulullah SAW* bersabda, “*Ada dua nikmat yang terabaikan oleh banyak manusia, yaitu sehat dan waktu luang*” (HR. Al-Baihaqi dari Ibn Abbas dalam Khaliq, 2008).

Pesan ini adalah untuk semua umat manusia di muka bumi ini, baik yang muslim maupun non muslim. Terkecuali bagi orang yang beriman dari kelompok manusia yang beriman dari kelompok manusia yang merugi. Ada empat karakter manusia yang mampu memaknai hidupnya yaitu manusia yang sabar. Makna sabar diartikan menahan diri dan kerelaan menerima. Selain itu, bersedia menerima hasil yang didapat setelah berusaha dan menahan diri dari malas dengan terus menerus berusaha.

Dimensi selanjutnya yaitu karakter manusia dalam bersosialisasi dengan orang lain. Pertama, orang itu mau menerima nasihat. Kedua, mau mendengarkan lawan bicara/orang lain, atau bersedia menerima kebenaran dari orang lain. Karakter terakhir, yaitu berani menyampaikan kebenaran kepada orang lain. apabila keempat karakter ini dimiliki oleh semua manusia berarti telah jelas arah dan tujuan hidupnya ([www.albashiroh.net](http://www.albashiroh.net)).

Keterkaitan antara ayat ini dengan penelitian ini adalah bagaimana responden dalam penelitian ini (Orang Dengan HIV/AIDS) mampu memaknai hidupnya. Salah satunya adalah dengan meningkatkan ikhlas dengan dibantu oleh orang-orang di sekitar yang memberikan dukungan. Harapan yang dimiliki oleh ODHA untuk tetap menjalankan hidup dapat berjalan dengan baik ketika ikhlas dan didukung oleh lingkungan.

Analisis tambahan yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kebermaknaan hidup antara ODHA laki-laki dan perempuan. Hasil ini menunjukkan bahwa teori yang dikemukakan oleh Bhasin dan Khan (1995) bahwa laki-laki memiliki tingkat kebermaknaan hidup lebih baik daripada perempuan. Pendapat ini diperoleh atas dasar asumsi bahwa dalam masyarakat patriarkis, dimana dalam sistem budaya ini laki-laki lebih mendapat keuntungan untuk dapat mengeksplorasi diri dan terlibat dalam segala aktivitas yang dapat menambah pengalaman hidup untuk mengembangkan diri. Kondisi budaya ini tentu saja menjadikan laki-laki memiliki peluang lebih besar untuk menemukan makna dari kehidupan yang dijalannya.

Selain memiliki temuan-temuan yang dapat menguatkan teori sebelumnya, penelitian ini memiliki beberapa kekurangan dan keterbatasan. Salah satunya adalah teknik pengambilan sampel yang menggunakan teknik *non-probabilty sampling* dimana apabila sebuah penelitian menggunakan teknik sampel tersebut hasilnya tidak dapat di generalisir pada seluruh populasi (Supranto, 1992).

### **Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebermaknaan hidup pada ODHA yang ditinjau dari ikhlas dan dukungan sosial. Artinya ikhlas dan dukungan sosial memiliki keterkaitan yang berpengaruh pada kebermaknaan hidup pada ODHA. Hasil penelitian juga dapat dilihat bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara ikhlas dan kebermaknaan hidup pada ODHA. Hal ini menunjukkan semakin tinggi keikhlasan yang dimiliki ODHA maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidupnya.

Hasil ini juga berlaku sebaliknya, dimana semakin rendah keikhlasan maka akan semakin rendah pula kebermaknaan hidupnya. Terdapat pula hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kebermaknaan hidup pada ODHA. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki ODHA. Hasil ini berlaku sebaliknya dimana semakin rendah dukungan sosial yang diberikan maka semakin rendah pula kebermaknaan hidup yang dimiliki.

Selain itu, terdapat perbedaan antara kebermaknaan hidup antara laki-laki dan perempuan.

### **Saran**

Peneliti mengharapkan agar para *survivor* ODHA hendaknya mengevaluasi kehidupan secara lebih positif. Selain mampu menjalani hidup dengan ikhlas, ODHA juga dapat memaknai hidup. Para ODHA diharapkan secara aktif mencari dukungan sosial. Demikian juga bagi pihak LSM dan pihak-pihak lain yang terkait agar memberikan perhatian terhadap kesejahteraan ODHA.

Dukungan yang diberikan berupa dukungan emosional, dukungan informatif, dukungan instrumental maupun dukungan penghargaan. Hal ini dikarenakan ikhlas dan dukungan sosial memberikan sumbangan terhadap bagaimana ODHA memaknai hidupnya.

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan konsep ikhlas ini untuk melihat bagaimana pengaruhnya terhadap kebermaknaan hidup. Selain itu juga bisa dilakukan kajian secara spesifik terkait dengan keterkaitan antara konstruk ikhlas dengan kebermaknaan hidup.

### Daftar Pustaka

- Al-Jauziyah. (2013). *Madarijus salikin penjabaran kongkrit "iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar
- Al-Asyqar. (2006). *Al-Ikhlash*. Jakarta: Serambi
- Aprilistari, I. 2011. *Efektifitas Terapi Rasional Emotif untuk Mengurangi Tingkat Depresi pada ODHA Perempuan yang Terinfeksi HIV dari Suami*. Tesis (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Astuti, A. & Budiyanti, K. (2010). Hubungan antara dukungan sosial yang diterima dengan kebermaknaan hidup pada odha (orang dengan hiv/aids). *Emphaty*
- Ayyash-Abdo, H. 2002. Adolescent Suicide: an Ecological Approach. *Wiley InterScience*. 34(4). 459-475.
- Azwar, S. (2011). *Sikap Manusia : Teori dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga
- Bashin, Kamla dan Khan, Nighat Said. (1995). *Persoalan Pokok Mengenai Feminisme dan Relevansinya*. Terjemahan. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Bastaman, H.D. (1996). *Meraih hidup bermakna: Kisah pribadi dengan pengalaman tragis*. Jakarta: Paramadina.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Bukhori, B (2012). Hubungan antara dukungan sosial yang diterima dan kebermaknaan hidup dengan kesehatan mental narapidana. *Ad-Din*. 4(1)
- Busza, C. R. 2001. Promoting the positive: Responses to Stigma and Discrimination in Southeast Asia. *AIDS care*. 13(4). 441-456.
- Chizanah, L., & Hadjam, M. N. R. (2013). Penyusunan Instrumen Pengukuran Ikhlas. *Jurnal Psikologika*. 18(1), 39-49.
- Frankl, E. V. (2003). *Logoterapi Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana



- Febriyanti, F. 2011. Efektivitas terapi kognitif kebersyukuran untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada narapidana penyalahguna NAPZA. *Tesis*. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia
- Gatra. (2006). *Gugatan Salah Tes 14,6 Milyar*. Jakarta : PT. Gatra
- Gumilar, F.U, & Uyun, Q. (2009). Kebersyukuran dan kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologika*. 14(1). 65-70.
- Hayyu, A. & Mulyana, O. P. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dan kebermaknaan hidup pada penyandang tuna rungu di komunitas persatuan tuna rungu indonesia (perturi) Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*. 5(2) 81-90
- Izatunida, D. (2017). Hubungan antara keikhlasan dan kebahagiaan pada mahasiswi. *Skrispi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia
- Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia. (2009). *Pendidikan Pencegahan HIV – Kit Informasi Guru*. Jakarta: Komisi Nasional Indonesia untuk UNESCO
- Khaliq, Syaikh A.G.A., (2008). *Ensiklopedia Imam Syafi'i*. Jakarta: Hikmah (PT. Mizan Publika)
- Margono. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Lubis, S. M. & Maslihah, S. (2012). Analisis sumber-sumber kebermaknaan hidup narapidana yang menjalani hukuman seumur hidup. *Jurnal Psikologi Undip*. 11(1) 28-39
- Peterson, L. R. & Roy, A. 1985. Religiosity, Anxiety, and Meaning and Purpose: Religion's Consequences for Psychological Well-Being. *Religious Research Association*. 27(1) 49-62
- Pratama, A. H. (2009) Perilaku Ikhlas dan Perannya Terhadap Penerimaan Diri Pada Anak Remaja yang Orang Tuanya Berpoligami. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma. Depok
- Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology : Biopsychosocial interactions*. United. States of America : John Willey & Sons Inc
- Setiati. S. (2014). *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Internal Publishing
- Shihab, M. Q. 2009. *Tafsir Al-Mishbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an Volume 3*. Jakarta: Lentera Hati
- Shoufassamawati. (2013). Ikhlas Perspektif Al-Qur'an: Kajian Tafsir Maudhu'i. *Jurnal Hermeunetik*, 7(2), 331-356.
- Steger, MF,. (20011). *Meaning in Life*. The Oxford Handbook of Positive. Psychology, 2<sup>nd</sup> Edition. New York: Oxford University
- Sugiyono. (2001). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Supranto, J. (1992). *Teknik sampling untuk survei dan eksperimen*. Yokyakarta : Rineka Cipta
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Journal Of Personality Assessment*, 52 (1), 30-41

