**GAMBARAN KEBAHAGIAAN PADA BIARAWATI**

Desi Rihani

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

*16081008@student.mercubuana-yogya.ac.id*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran kebahagiaan pada biarawati. Kebahagiaan merupakan hidup yang penuh makna bagi diri sendiri dan orang lain. Orang yang bahagia adalah orang yang hidup penuh syukur, terlibat dalam kehidupan, memiliki kepedulian dan terbuka merefleksikan hidup. Biarawati adalah perempuan yang memfokuskan diri dan hidupnya untuk Tuhan dan pelayanan. Kebahagiaan biarawati bersumber dari penghayatan hidup pada tiga kaul: kemurnian, kesederhanaan dan ketaatan. Adapun pertanyaan penelitian yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu; pertama, darimanakah sumber kebahagiaan biarawati; kedua, bagaimana biarawati mencapai kebahagiaan; ketiga, apakah arti kebahagiaan menurut biarawati. Penelitian ini melibatkan tiga partisipan usia 29, 35 dan 56 tahun yang merupakan biarawati yang tinggal di biara Surabaya dan biara Cirebon. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur dengan setting natural. Data dianalisa dengan kerangka teori sistem yang memiliki tiga subsistem: input, proses, dan output. Input berisi latar belakang biarawati; proses berisi sumber kebahagiaan biarawati dan cara biarawati mencapai kebahagiaan; dan output berisi arti kebahagiaan menurut biarawati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan biarawati adalah kedekatan dengan Tuhan, pelayanan kepada sesama, dan kepedulian kepada orang yang membutuhkan.

**Kata kunci**: kebahagiaan, biarawati, bermakna, positif, spiritual, refleksi

**Description of Nun’s Happiness**

Desi Rihani

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

*16081008@student.mercubuana-yogya.ac.id*

*ABSTRACT*

*This research aims to understand the nun’s description of happiness. Happiness is a life that is full of meaning for oneself and for other. Happy people are those who are always grateful, have positive emotions, get involve in life, and reflect daily experience. Nuns are women who focus their lives on God and service. The nun’s happiness arises from their effort to live three vows: chastity, obedience, and poverty. The research questions posed: first, what is the source of the nun’s happiness; second, how nun achieve happiness; third, what is the meaning of happiness for nun. This study involved three nuns as participants aged 29, 35, and 56 years old, who lived in Surabaya and Cirebon monasteries. Data collection method used were semi-structured interviews with natural setting. Data were analyzed with system theory that has three subsystems: input, process, and output. Input contains the background of the nun; process contains the nun’s source of happiness, and the way the nun achieves happiness; and output contains the meaning of happiness according to the nun. The results showed that nun’s happiness was closeness to God, service to others, and caring for people who needed help.*

***Keywords****: happiness, nun, meaningful, positive, spiritual, reflection.*

**PENDAHULUAN**

Setiap orang memiliki kebebasan untuk menentukan pilihan hidup yang akan dijalani. Memilih untuk hidup berkeluarga, menjadi orang yang sukses yang berlimpah harta kekayaan, memiliki jabatan dengan tunjangan penghasilan yang besar, menjadi pribadi yang berprestasi di masyarakat adalah pilihan bebas setiap pribadi (Seligman, 2004). Selain melalui hidup berkeluarga, terdapat sekelompok orang, yaitu biarawati yang memperjuangkan kebahagiaan dengan menyerahkan diri kepada agama dengan memfokuskan hidup pada Tuhan lewat doa dan pelayanan kepada sesama manusia (Suparno, 2016). Biarawati adalah perempuan yang dengan pilihan bebas dan sukarela meninggalkan kehidupan duniawi dan memfokuskan diri dan hidup untuk Tuhan dan pelayanan di dalam Gereja Katolik. (Hardawiryana, 2004).

Dari pengamatan hidup harian biarawati di biara yang dilaksanakan pada hari Minggu, 6 Oktober 2019 di aula Gereja Keluarga Kudus Banteng Yogyakarta dengan durasi waktu 1 dimulai dari jam 08.30-09.30 peneliti melihat biarawati yang

bertugas sebagai pendamping anak sekolah minggu, menerima setiap anak yang datang dengan sapaan yang ramah dan ceria, mengajak peserta bernyanyi dengan semangat dan gembira.

Menurut Suparno (2016), kebahagiaan biarawati haruslah berasal dari penghayatan akan hidup yang murni, sederhana dan sikap lepas bebas dan taat pada pimpinan. Pernyataan ini didukung oleh hasil wawancara peneliti yang dilaksanakan pada tanggal 29 Oktober di biara Santa Maria Cirebon yang berlangsung selama 30 menit, dimulai dari jam 09.30-10.00 dengan SV. Kepada peneliti SV mengungkapkan bahwa kebahagiaan diri sebagai biarawati besumber dari Tuhan yang dirasakan lewat penghayatan ketiga kaul.

Menurut Seligman (2002) tidak ada standar baku sebagai ukuran kebahagiaan hidup seseorang. Bagi orang yang berkeluarga, keharmonisan hidup dalam keluarga, kehadiran anak-anak menjadi kebahagiaan. Bagi orang yang mengukur kebahagiaan dengan prestasi, memiliki semakin banyak prestasi semakin meningkatkan kebahagiaan. Bentuk umum yang dipilih dalam masyarakat untuk memaknai kebahagiaan adalah pernikahan. Perempuan pada umumnya mengharapkan dan membuat banyak rencana untuk pernikahan dan rencana hidup berkeluarga yang bahagia (Ramulyo, 1996).

Kebahagiaan adalah hidup yang penuh makna bagi diri sendiri dan orang

lain. Orang yang bahagia adalah orang yang selalu bersyukur, memiliki kepedulian dan terbuka untuk memaknai setiap pengalaman hidup sehari-hari (Seligman, 2002). Kebahagiaan sangat penting karena memiliki pengaruh yang besar dalam kehidupan sehari-hari. Orang yang bahagia lebih peka pada kebutuhan orang lain, lebih bersemangat dalam melaksanakan tugas sehari-hari, lebih terbuka dalam membangun relasi persahabatan (Seligman, 2002).

Seligman (2002) mengadakan penelitian pada biarawati dan menjelaskan bahwa setiap pribadi bebas untuk menentukan pilihannya termasuk untuk menikah atau pun tidak menikah karena berbagai alasan. Salah satu hidup yang unik dalam masyarakat adalah pilihan hidup menjadi biarawati. Hidup sebagai biarawati adalah pilihan hidup yang tidak umum di masyarakat dan seringkali dipandang sebagai hidup yang tidak bahagia karena tidak memiliki harta kekayaan, tidak memiliki pasangan hidup, tidak bebas untuk melakukan hal yang diinginkan secara pribadi (Suparno, 2016).

Bagi biarawati kebahagiaan menjadi sangat penting karena memiliki pengaruh bagi diri sendiri, dalam hidup bersama di biara dan dalam tugas pelayanan. Begitu pentingnya kebahagiaan sehingga pemimpin tertinggi Gereja Katolik, Fransiskus (2015) menyerukan kepada biarawati agar membaharui hidup dan hidup dengan hati gembira. Lebih lanjut dijelaskan bahwa hati yang bahagia memberikan rasa aman bagi orang yang di layani entah di rumah sakit, sekolah maupun di panti asuhan dan panti jompo. Ditegaskan oleh Fransiskus (2019) bahwa biarawati memiliki kebahagiaan dalam hati karena mustahil membagikan kebahagiaan dalam tugas pelayanan tanpa merasakan kebahagiaan itu terlebih dahulu.

Orang yang memilih menjadi biarawati merasa bahagia dengan hidupnya akan tetapi ada banyak oang yang tidak memahami bentuk hidup ini sehingga mempertanyakan apakah biarawati sungguh bahagia karena tidak memiliki sumber kebahagiaan yang dipegang teguh oleh masyarakat pada umumnya tentang pentingnya hidup berkeluarga agar memiliki teman berbagi, pentingnya memiliki uang untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan pentingnya menjadi orang yang sukses agar mendapatkan dukungan dan pengakuan dalam masyarakat (Radcliffe, 2009). Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran kebahagiaan pada biarawati?

**METODE**

a. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus dengan pertimbangan Studi kasus merupakan salah satu starategi penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengungkapkan secara terperinci dan menyeluruh objek yang diteliti yang dapat berupa kasus, program, peristiwa, aktivitas, proses suatu individu atau kelompok (Cresswel, 2016:19). Kebahagiaan biarawati adalah kebahagiaan yang berlangsung saat ini dan terus dalam proses mencapai kepenuhan. Hal ini didukung oleh Gunawan (2016:115) yang menuliskan bahwa studi kasus digunakan untuk meneliti fenomena yang sedang berlangsung dan fenomena yang telah berlangsung tetapi masih menyisakan dampak dan pengaruh yang luas, kuat atau khusus pada saat penelitian berlangsung. Dalam penelitian ini data tidak hanya diperoleh dari partisipan tetapi juga dari *significan others.* Peneliti dalam penelitian bertindak sebagai pengamat untuk mencari persamaan dan keunikan pada masing-masing partisipan dalam proses menuju kebahagiaan (gunawan, 2016:119).

b. Batasan istilah

Batasan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kebahagiaan pada biarawati. kebahagiaan biarawati adalah kebahagiaan yang penuh makna bagi diri sendiri dan orang lain, mudah bersyukur, mengolah dan memaknai pengalaman hidup dan diatas semuanya itu menjadikan Tuhan sebagai pusat hidupnya (Seligman, 2004).

c. Unit Analisis Data

Unit analisis data adalah satuan yang diteliti berupa individu, kelompok dan latar peristiwa sosial (Gunawan, 2016). Dalam penelitian ini akan menggunakan unit analisis secara individual dengan tiga orang biarawati sebagai partisipan utama yaitu SF (28 tahun), ST (35 tahun) dan SC (56 tahun).

Selain tiga partisipan utama, peneliti juga melibatkan tiga orang biarawati sebagai informan yaitu SA (33 tahun), SL (34 tahun) dan SE (39 tahun).

Peran informan (*significan others*) adalah untuk memberikan informasi berkaitan dengan tiga partisioan penelitian untuk melengkapi data peneliti (Gunawan, 2016).

d. Deskripsi setting Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di dua kota, yaitu Surabaya dan Yogyakarta. Tempat penelitian dilaksanakan di Biara Santa Rosa De Lima Surabaya sebagai tempat tinggal partisipan SF dan ST. Wawancara dan observasi informan dilaksanakan di Biara St. Khatarina Yogyakarta sebagai tempat tinggal Sr. A dan biara Santo Maria Cirebon sebagai tempat tinggal SC.

e. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara. Moleong (2017) menjelaskan wawancara adalah suatu kecakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua orang atau lebih. Dalam wawancara ini terdapat dua pihak, yang pertama adalah pihak yang disebut pewawancara, dan yang kedua adalah terwawancara. Pihak pewawancara mengajukan pertanyaan, dan pihak terwawancara memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan.

f. Pelaksanaan Wawancara

 Wawancara kepada partisipan SF dilaksanakan di biara Santa Rosa de Lima

Surabaya pada hari Senin, 11 November 2019 pada pukul 08.15-09.20. wawancara dilakukan selama 1 jam 5 menit. Wawancara berlangsung pada hari Senin tanggal 11 November 2019 pukul 10.30-11.40. Lama waktu yang digunakan adalah 1 jam lebih 10 menit. Peneliti mengadakan wawancara dengan SC di biara Santa Maria Cirebon, Surabaya pada hari Senin, 18 November 2019. Waktu yang dihabiskan untuk wawancara adalah 1 jam 5 menit.

g. Analisis Data

Spradley (dalam Gunawan 2017:210) menjelaskan bahwa analisis data adalah pencarian pola-pola sehingga dilakukan pengujian sistematik untuk menetapkan bagian-bagiannya, hubungan antar kajian, dan hubungan keseluruhannya. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara bersamaan dengan proses pengumpulan data berlangsung artinya dilakukan selama dan sesudah pengumpulan data *Konfirmabilitas* (kepastian). Tiga tahapan yang harus dilakukan dalam menganalis data penelitian kualitatif yaitu, reduksi data, paparan data, dan penarikan kesimpulan.

Proses kebahagiaan biarawati ini juga akan dianalisa menggunakan teori sistem untuk melihat dinamikanya. Ivancevich, Konopaske, dan Matteson (2006) membagi elemen dasar suatu sistem ke dalam tiga bagian: input, proses, dan output.

h. Keabsahan dan Keajegan Penelitian

Menurut Moleong (2017:321), keabsahan data pada dasarnya sederhana. Keabsahan data adalah usaha peneliti untuk menunjukkan bahwa penemuan-penemuan dalam penelitian dapat dipercaya. Untuk menetapkan keabsahan data perlu dilakukan teknik pemeriksaan berdasarkan kriteria tertentu, yaitu; *kredibilitas* (Kepercayaan), *Transferabilitas* (keteralihan), *dependalibilitas* (kebergantungan) dan *Konfirmabilitas* (kepastian).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai arti kebahagiaan pada biarawati, diketahui bahwa tiga orang partisipan, yaitu SF, ST, dan SC, memiliki persamaan maupun kekhasan di dalam memaknai kebahagiaan. Penelitian dibagi dalam empat kategori besar, yaitu latar belakang, sumber kebahagiaan biarawati, cara biarawati mencapai kebahagiaan, dan arti kebahagiaan bagi biarawati. Jawaban masing-masing partisipan pada keempat kategori ini dikomparasikan, yaitu dicari persamaan dan kekhasannya.

Dalam kategori latar belakang panggilan menjadi biarawati, ketiga partisipan mendapatkan dukungan dari keluarga untuk menjadi biarawati. SF mendapatkan dukungan secara langsung, sedangkan ST dan SC membutuhkan rentang waktu untuk mendapatkan dukungan dari orangtua. Mereka tertarik menjadi biarawati karena faktor eksternal: SF tertarik menjadi biarawati karena banyak terlibat sebagai putri altar di Gereja; ST tertarik karena menonton acara televisi dan melihat karya pelayanan para biarawati; sedangkan, SC tertarik karena mendengarkan kisah mengenai santo-santa dan ingin mengenakan pakaian putih kebiaraan. Sebelum menjadi biarawati, partisipan SF, ST, dan SC mengukur kebahagiaannya dengan harta benda, prestasi, jabatan, relasi dengan keluarga maupun lawan jenis, dan perhatian yang di dapatkan. Kriteria kebahagiaan ini berubah setelah mereka mengalami pendidikan di biara dan menjadi biarawati.

Mengenai sumber kebahagiaan biarawati, partisipan SF, ST, dan SC sama-sama memiliki pengalaman dicintai oleh Tuhan. Ketiganya merasa bahwa sumber kebahagiaan mereka ada pada: *pertama*, sumber spiritual, yaitu kedekatan relasi dengan Tuhan. Kedekatan relasi dengan Tuhan ini diupayakan melalui olah rohani, seperti doa dan refleksi harian. *Kedua*,kebahagiaan para partisipan berasal dari relasi mereka dengan komunitas biara, keluarga, dan orang-orang yang mereka layani.

Untuk mencapai kebahagiaan, partisipan SF, ST, dan SC menggunakan cara refleksi, keterbukaan diri untuk diolah atau dibina, dan menaati peraturan. Secara khas SF mencapai kebahagiaan dengan menyediakan waktu untuk menjalankan hobinya dan menjaga keseimbangan hidup. ST mencapai kebahagiaan dengan mengembangkan kesadaran diri melalui refleksi. Sedangkan, SC mencapai kebahagiaan dengan setia menjalankan tugas dan membina hidup rohani yang baik. Partisipan SF, ST, dan SC juga mengalami hambatan untuk mencapai kebahagiaan. SF dan ST merasakan tekanan tugas perutusan yang begitu berat dan besar. Sedangkan SC merasa bahwa keterbatasan diri menjadi hambatan utama untuk mencapai kebahagiaan. Untuk tetap bahagia, ketiga partisipan mengembangkan rasa syukur, mengolah diri melalui refleksi. Kekhasannya, SF dan ST mengupayakan keseimbangan antara hidup doa, pelayanan, dan studi; sedangkan SC mengembangkan pikiran positif untuk memaknai pengalaman hidupnya.

Mengenai arti kebahagiaan, partisipan SF, ST, dan SC memaknai kebahagiaan sebagai kedekatan relasi dengan Tuhan, dan pelayanan kepada sesama. Relasi personal dengan Tuhan terwujud dalam pelayanan kepada sesama. Pelayanan kepada sesama juga menjadi bentuk upaya ketiga partisipan untuk membahagiakan Tuhan. Kebahagiaan tidak lagi terpaut pada kekayaan, rekan hidup berkeluarga, maupun jabatan, tetapi pada nilai-nilai spiritual dan pelayanan. Secara khas, SF mengekspresikan kebahagiaannya dengan sikap mau mengampuni orang yang

bersalah kepadanya, ST mengekspresikan kebahagiaan dengan bersikap ramah dan peduli, sedangkan SC mengekspresikan kebahagiaannya dengan menciptakan suasana bahagia di manapun ia berada.

 Berdasarkan teori sistem gambaran kebehagiaan biarawati terlihat seperti pada Gambar 1. Pada tabel keempat terdapat proses yang menunjukkan, bahwa kebahagiaan biarawati bukanlah kebahagiaan finat karena kebahagiaan tertinggi adalah hidup besatu dengan Tuhan setelah kematian. Oleh karena itu, kebahagiaan biarwati selama di dunia adalah sebuah proses yang terus berlanjut.

Gambar 1. Kebahagiaan Biarawati menurut Teori Sistem

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai arti kebahagiaan pada biarawati, diketahui bahwa tiga orang partisipan, yaitu SF, ST, dan SC, memiliki persamaan maupun kekhasan di dalam memaknai kebahagiaan.

 Penelitian dibagi dalam empat kategori besar, yaitu latar belakang, sumber kebahagiaan biarawati, cara biarawati mencapai kebahagiaan, dan arti kebahagiaan bagi biarawati.

 Dalam kategori latar belakang panggilan menjadi biarawati, ketiga partisipan mendapatkan dukungan dari keluarga untuk menjadi biarawati. Mengenai sumber kebahagiaan biarawati, partisipan SF, ST, dan SC sama-sama memiliki pengalaman dicintai oleh Tuhan.

Untuk mencapai kebahagiaan, partisipan SF, ST, dan SC menggunakan cara refleksi, keterbukaan diri untuk diolah dibina, dan menaati peraturan dan Untuk mencapai kebahagiaan, partisipan SF, ST, dan SC menggunakan cara refleksi, keterbukaan diri untuk diolah atau dibina, dan menaati peraturan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Boniwell. I. (2011). *Positif Psychology:*

*Theori, Research & Application*.

McGrawHill.

Fransiskus. (2015). *Tahun Hidup Bakti.*

Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI

Fransiskus. (2019). *Gaudette Et Exultate*.

Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI.

Hardawisyana, R. (2004). *Dokumen Konsili*

*Vatikan II.* Jakarta. Obor

Gunawan. I. ((2016). *Metode Penelitian*

*Kualitatif.* Jakarta: Sinar Grafika

Moleong, J, L (2008). *Metode Penelitian*

*Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Radcliffe, T., (2009). *Sing A New Song.*

Malang: Dioma.

Ramulyo, I. (1996). *Hukum Perkawinan*

*Indonesia*. Jakarta: Budi Aksara

Seligman, M. E. P., (2002) *Authentic*

*Happiness: Using the New Possitive*

*Psychology to Relalize Your*

*Potential for Lasting Fulfiment.*

Bandung: PT. Mizan Pustaka.

Seligman, M. E. P., (2005). *Menciptakan*

*Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif.* Bandung: PT. Mizan Pustaka.

Seligman, M. E. P., (2017). *Authentic*

*Happiness*. Pree Press

Suparno, P., (2016). *Tntangan Hidup*

*Membiara Di Jaman Modern*. Yogyakarta: Percetakan Kanisius.