

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Lanjut usia merupakan tahap perkembangan yang dimulai ketika individu memasuki usia 60 tahun ke atas. Hurlock (1990) membagi masa lanjut usia menjadi usia lanjut dini pada rentang 60 sampai 70 tahun dan usia lanjut setelah 70 tahun hingga akhir kehidupan. Lally dan Valentine-French (2022) menempatkan masa tersebut sebagai bagian dari tahap dewasa akhir yang berlangsung sampai akhir kehidupan. Dalam penelitian ini, lansia adalah individu yang telah berusia 60 tahun ke atas.

Memasuki masa lanjut usia, individu mengalami perubahan pada kondisi fisik, psikologis, dan sosial. Ulfa dan Sartika (2019) menjelaskan bahwa perubahan tersebut menjadi bagian dari proses penuaan yang dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam menjalani kehidupannya. Jiang et al. (2026) menyebut kondisi kesehatan, faktor psikologis dan kesehatan mental, keadaan sosial ekonomi dan lingkungan, serta hubungan sosial sebagai faktor yang memengaruhi kehidupan lansia. Karena itu, kehidupan pada masa lanjut usia berlangsung dalam kondisi yang berbeda dari tahap perkembangan sebelumnya dan menuntut individu menyesuaikan diri dengan perubahan yang dialaminya.

Pada masa lanjut usia, individu menghadapi tugas perkembangan yang berkaitan dengan penyesuaian terhadap perubahan dalam kehidupannya. Zadworna-Cieślak (2020) menjelaskan bahwa tugas tersebut meliputi penyesuaian

terhadap penurunan kekuatan fisik, perubahan akibat pensiun dan berkurangnya pendapatan, pemeliharaan hubungan sosial, serta pengenalan terhadap kebutuhan bantuan dari orang lain. Zadworna (2023) menemukan bahwa pencapaian tugas perkembangan berhubungan dengan kesejahteraan pribadi yang lebih baik dan gejala depresi yang lebih rendah. Tugas perkembangan pada masa lanjut usia dengan demikian menuntut individu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik, pekerjaan, pendapatan, hubungan sosial, dan kebutuhan bantuan yang muncul pada masa tersebut.

Masa lanjut usia tidak selalu membuat seseorang berhenti dari aktivitas yang masih mampu dijalankan. Putri (2020) menjelaskan bahwa lansia Jawa tetap melakukan pekerjaan dan kegiatan yang masih dapat mereka kerjakan sesuai dengan kemampuan dirinya. Onishi et al. (2023) juga menemukan bahwa lansia di daerah pedesaan tetap mengikuti kegiatan sosial selama kegiatan tersebut sesuai dengan kemampuan dan dianggap bernilai bagi kehidupannya. Kenyataan tersebut memperlihatkan bahwa lansia masih dapat menjalankan aktivitas dan tanggung jawab tertentu meskipun telah memasuki usia lanjut.

Lansia yang menjadi bagian dari penelitian ini menjalani masa lanjut usia dalam lingkungan Komunitas Adat Banokeling di Desa Pekuncen. Budiyo dkk. (2025) menjelaskan bahwa masyarakat adat Banokeling di Desa Pekuncen memiliki karakteristik sosial ekonomi yang khas. Permatasari dkk. (2024) menunjukkan bahwa Komunitas Adat Banokeling hidup berdampingan dengan masyarakat sekitar melalui penerimaan, keterbukaan, dan hubungan sosial.

Kehidupan lansia dalam komunitas tersebut berlangsung dalam lingkungan sosial, ekonomi, dan budaya yang menjadi bagian dari keseharian mereka.

Masa lanjut usia tidak selalu membuat seseorang terbebas dari persoalan ekonomi. Hiilamo (2020) menemukan bahwa utang nonhipotek berkaitan dengan kesejahteraan mental yang lebih rendah pada orang dewasa yang lebih tua. Nemoto et al. (2020) juga menemukan bahwa lansia yang bekerja karena alasan finansial memiliki kondisi sosial ekonomi yang lebih rendah dan kesehatan mental yang lebih buruk dibandingkan lansia yang bekerja karena alasan nonfinansial. Kenyataan tersebut memperlihatkan bahwa sebagian lansia masih harus memenuhi kebutuhan ekonomi dan tetap bekerja pada masa lanjut usia.

Tradisi merupakan bagian dari kehidupan masyarakat Komunitas Adat Banokeling dan diwariskan antargenerasi. Dadan dan Sulistyoningsih (2023) menjelaskan bahwa masyarakat adat Banokeling tetap menjalankan tradisi leluhur dan ritual adat secara rutin dengan melibatkan generasi tua hingga generasi muda. Nissa dan Ryolita (2025) juga menjelaskan bahwa *Perlon* dan Slametan menjadi bagian dari praktik Islam Kejawen di Banokeling. Keberadaan tradisi tersebut menempatkan kegiatan adat sebagai bagian dari kehidupan bersama masyarakat Banokeling, termasuk bagi lansia yang masih menjadi anggota komunitas.

Perlon Unggahan merupakan salah satu ritual yang dijalankan oleh Wangsa Banokeling setiap tahun. Septiono (2022) menjelaskan bahwa *Perlon Unggahan* dilaksanakan pada hari Jumat, satu pekan sebelum bulan Pasa atau Ramadan. Pongbangnga dkk. (2023) menjelaskan bahwa ritual tersebut menjadi bagian dari praktik keagamaan masyarakat Banokeling, antara lain sebagai doa bagi leluhur,

permohonan keselamatan, dan ungkapan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa. Bagi masyarakat Banokeling, *Perlon Unggahan* menjadi salah satu kegiatan adat yang tetap dijalankan dalam kehidupan komunitas.

Dalam kehidupan Komunitas Adat Banokeling, generasi tua tetap berada dalam proses keberlangsungan nilai dan tradisi yang dijalankan bersama. Trivitama (2025) menjelaskan bahwa anggota Anak Putu memperoleh bimbingan dari kelompok kasepuhan dan melalui interaksi dalam komunitas memperkuat pemahaman terhadap nilai serta peran sosial. Dadan dan Sulistyoningsih (2023) menunjukkan bahwa generasi tua memiliki posisi dalam pewarisan budaya kepada generasi muda sebagai bagian dari upaya mempertahankan keberadaan budaya Banokeling. Posisi tersebut membuat lansia tidak hanya berada sebagai individu yang menjalani masa lanjut usia, tetapi juga sebagai bagian dari generasi yang memiliki pengalaman dalam kehidupan tradisi komunitas.

Pada masa lanjut usia, individu diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam kehidupannya. Zadworna-Cieślak (2020) menjelaskan bahwa penyesuaian tersebut berkaitan dengan perubahan kekuatan fisik, pensiun dan berkurangnya pendapatan, hubungan sosial, serta kebutuhan untuk memperoleh bantuan dari orang lain. Hurlock (1990) juga menjelaskan bahwa memasuki usia lanjut dapat disertai perubahan pada peran yang sebelumnya dijalankan dalam masyarakat, kegiatan sosial, usaha, dan pekerjaan, dengan perubahan peran yang seharusnya mengikuti keadaan dan kehendak individu. Dengan demikian, kondisi ideal pada masa lanjut usia berkaitan dengan

kemampuan menyesuaikan diri terhadap perubahan peran dan tuntutan kehidupan yang muncul seiring bertambahnya usia.

Kenyataan pada masa lanjut usia menunjukkan bahwa sebagian individu masih menghadapi tuntutan ekonomi dan tetap bekerja. Hiilamo (2020) menemukan bahwa utang nonhipotek berkaitan dengan kesejahteraan mental yang lebih rendah pada orang dewasa yang lebih tua. Nemoto et al. (2020) juga menemukan bahwa lansia yang bekerja karena alasan finansial memiliki kondisi sosial ekonomi yang lebih rendah dan kesehatan mental yang lebih buruk dibandingkan lansia yang bekerja karena alasan nonfinansial. Keadaan tersebut memperlihatkan bahwa memasuki masa lanjut usia tidak selalu diikuti oleh berhentinya tuntutan ekonomi dan pekerjaan. Dalam konteks penelitian ini, kondisi tersebut menjadi bagian dari kenyataan kehidupan lansia yang perlu dipertemukan dengan keterlibatan mereka dalam kehidupan adat dan *Perlon Unggahan*.

Kehidupan lansia Banokeling tidak berhenti pada aktivitas dan persoalan kehidupan sehari-hari, tetapi juga tetap berkaitan dengan kehidupan adat yang dijalankan bersama. Dadan dan Sulistyoningsih (2023) menjelaskan bahwa ritual adat Banokeling tetap dilaksanakan secara rutin dengan melibatkan anggota komunitas dari generasi tua hingga generasi muda. Pongbangnga dkk. (2023) juga menjelaskan bahwa *Unggah-Unggahan* dijalani oleh anak putu Banokeling sebagai bentuk ibadah dalam ajaran Kyai Banokeling. Dengan keterlibatan tersebut, lansia tetap berada dalam kegiatan adat yang dijalankan bersama meskipun mereka telah memasuki usia lanjut. Keterlibatan lansia dalam *Perlon Unggahan* karena itu tidak

hanya berkaitan dengan kehadiran dalam sebuah ritual, tetapi juga dengan keberlanjutan kehidupan mereka sebagai bagian dari komunitas Banokeling.

Lansia Banokeling menjalani kehidupan yang tidak hanya berkaitan dengan persoalan sehari-hari, tetapi juga dengan keterlibatan dalam kehidupan adat melalui *Perlon Unggahan*. Ryff (2014) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis dapat digunakan untuk memahami cara individu menjalani tantangan dan perubahan pada masa lanjut usia, termasuk dalam kehidupan kerja, keluarga, dan komunitas. Ryff dan Keyes (1995) juga menempatkan pengalaman hidup dan cara individu menafsirkan pengalaman tersebut sebagai bagian penting dalam memahami kesejahteraan psikologis. Keadaan tersebut membuat keterlibatan lansia dalam *Perlon Unggahan* perlu dilihat bersama dengan kehidupan yang mereka jalani di luar kegiatan ritual, termasuk berbagai tuntutan dan persoalan yang masih mereka hadapi. Pengalaman lansia dalam menjalani kedua sisi kehidupan tersebut belum dapat dipahami hanya dari aktivitas yang tampak, sehingga perlu dilihat dari pengalaman dan pemaknaan lansia terhadap kehidupannya.

Studi awal melalui wawancara pra-penelitian menunjukkan bahwa orang sepuh di Banokeling masih menjalani berbagai kegiatan dalam kehidupannya. Informan menjelaskan bahwa orang sepuh masih ada yang bekerja, mengikuti *Perlon*, dan menerima tamu, dengan keadaan yang tidak sama antara satu orang dengan orang lainnya. Perbedaan tersebut berkaitan dengan kondisi fisik dan urusan kehidupan yang masih mereka miliki, sehingga orang yang sama-sama mengikuti kegiatan belum tentu memiliki hal yang sama dalam pikirannya. Informan juga menjelaskan bahwa dari luar orang sepuh dapat terlihat sama-sama

datang dan mengikuti kegiatan, tetapi apa yang dirasakan masing-masing tidak dapat diketahui apabila tidak ditanyakan secara langsung. Menurut informan, keadaan orang yang menjalankan tradisi perlu diketahui agar perhatian terhadap Banokeling tidak hanya tertuju pada kegiatan yang dilakukan, tetapi juga pada orang yang menjalankannya.

Keikutsertaan lansia dalam *Perlon Unggahan* belum dapat menggambarkan pengalaman yang mereka jalani secara keseluruhan. Studi awal menunjukkan bahwa orang sepuh yang sama-sama datang dan mengikuti kegiatan belum tentu memiliki keadaan yang sama, karena apa yang dirasakan masing-masing tidak dapat diketahui hanya dari kehadiran mereka dalam kegiatan. Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa pengalaman hidup dan cara individu menafsirkan pengalaman tersebut merupakan bagian penting dalam memahami kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, pengalaman lansia dalam menjalani *Perlon Unggahan* perlu dipahami dari bagaimana mereka mengalami dan memaknai kehidupan yang dijalani, bukan hanya dari keterlibatan mereka dalam kegiatan ritual. Hal tersebut menempatkan pengalaman subjektif lansia sebagai bagian penting yang perlu digali dalam penelitian.

Pengalaman lansia dalam menjalani berbagai tuntutan kehidupan perlu dipahami tidak hanya dari aktivitas yang mereka lakukan, tetapi juga dari kondisi psikologis yang menyertainya. Timalisina et al. (2025) menjelaskan bahwa kesehatan mental menjadi bagian penting dari kesejahteraan pada masa lanjut usia. Upasen et al. (2025) menunjukkan bahwa lansia dapat mempertahankan kesejahteraan mental melalui penerimaan terhadap perubahan, cara menghadapi

kecemasan dan stres, ketenangan batin, serta peningkatan rasa berharga melalui keterlibatan dalam kegiatan sosial dan membantu orang lain. Karena itu, keadaan lansia yang masih menjalani pekerjaan, menghadapi persoalan kehidupan, dan tetap terlibat dalam *Perlon Unggahan* perlu dipahami bersama dengan bagaimana mereka menjalani dan menghadapi pengalaman tersebut. Kesejahteraan psikologis menjadi relevan untuk memahami pengalaman tersebut karena perhatian penelitian tidak hanya diarahkan pada apa yang dilakukan lansia, tetapi juga pada bagaimana mereka menjalani kehidupannya secara psikologis.

Kesejahteraan psikologis pada lansia Jawa juga dapat dipahami melalui pemaknaan lokal terhadap kehidupan yang dianggap baik. Putri (2018) menunjukkan bahwa lansia Jawa memaknai kesejahteraan psikologis sebagai *Urip Ayem Tentrem* yang berkaitan dengan pertumbuhan diri, kemampuan menikmati kehidupan, penerimaan diri, saling ketergantungan, tata krama, dan kerukunan. Cahyani (2023) menjelaskan bahwa ayem tentrem berkaitan dengan keadaan ketika individu merasa aman, tenteram, dan tenang serta memiliki hubungan yang rukun dengan orang lain. Pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa kehidupan yang baik dalam konteks Jawa tidak hanya berkaitan dengan keadaan dalam diri seseorang, tetapi juga dengan hubungan dan kehidupan yang dijalani bersama orang lain. Dalam konteks penelitian ini, *Urip Ayem Tentrem* menjadi istilah lokal yang digunakan untuk memahami pengalaman lansia dalam menjalani kehidupannya sebagai bagian dari Komunitas Adat Banokeling dan keterlibatannya dalam *Perlon Unggahan*.

Penelitian mengenai Komunitas Adat Banokeling telah membahas berbagai aspek kehidupan komunitas dan tradisinya. Trivitama (2025) mengkaji kearifan lokal dan upaya pelestarian budaya, sedangkan Pongbangnga dkk. (2023) memusatkan penelitian pada makna simbolik dalam ritual *Unggah-Unggahan*. Ubudiyah (2023) membahas masyarakat Banokeling melalui perspektif indigenous counseling, sementara Dadan dan Sulistyoningsih (2023) meneliti pewarisan budaya dari generasi tua kepada generasi muda. Penelitian-penelitian tersebut memberikan gambaran mengenai budaya, ritual, relasi berbasis budaya, dan pewarisan nilai dalam Komunitas Adat Banokeling, tetapi pengalaman lansia sebagai subjek psikologis dalam menjalani *Perlon Unggahan* belum banyak ditempatkan sebagai fokus utama. Celah tersebut menjadi ruang bagi penelitian ini untuk memahami pengalaman lansia ketika menjalani *Perlon Unggahan*, khususnya pengalaman *Urip Ayem Tentrem* dalam kehidupan mereka sebagai bagian dari Komunitas Adat Banokeling.

Lansia Banokeling masih menghadapi berbagai tuntutan kehidupan, seperti pekerjaan dan persoalan pribadi, tetapi pada saat yang sama tetap menjalani *Perlon Unggahan* sebagai bagian dari kehidupan adat. Studi awal menunjukkan bahwa orang sepuh yang sama-sama mengikuti kegiatan belum tentu memiliki keadaan dan perasaan yang sama karena pengalaman tersebut tidak terlihat dari luar. Keadaan tersebut menjadikan pengalaman lansia dalam menjalani *Perlon Unggahan* penting untuk dipahami dari sisi psikologis, bukan hanya dari keterlibatan mereka dalam kegiatan adat. Kesejahteraan psikologis dapat digunakan untuk memahami bagaimana lansia menjalani berbagai tantangan

kehidupan dan memaknai pengalaman yang dialaminya. Dalam konteks lansia Jawa, kehidupan yang baik juga dapat dimaknai melalui konsep *Urip Ayem Tentrem* yang berkaitan dengan penerimaan diri, hubungan dengan orang lain, saling ketergantungan, tata krama, dan kerukunan. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk memahami bagaimana pengalaman *Urip Ayem Tentrem* lansia dalam menjalani Tradisi *Perlon Unggahan* pada Komunitas Adat Banokeling.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman *Urip Ayem Tentrem* lansia dalam menjalani tradisi *Perlon Unggahan* pada Komunitas Adat Banokeling.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas kajian psikologi sosial, psikologi perkembangan, dan psikologi indigenous mengenai *Urip Ayem Tentrem* sebagai istilah lokal dalam pengalaman lansia yang hidup di tengah tradisi komunitas adat. Temuan penelitian juga dapat menambah pembahasan mengenai kedekatan dan perbedaan antara pengalaman tersebut dengan kesejahteraan psikologis Ryff.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada keluarga, masyarakat Komunitas Adat Banokeling, pemerhati

komunitas adat, dan praktisi psikologi mengenai pengalaman lansia dalam menjalani *Perlon Unggahan* serta keadaan yang mereka pahami sebagai *Urip Ayem Tentrem*.