

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan memahami *Urip Ayem Tentrem* lansia dalam menjalani *Perlon Unggahan* pada Komunitas Adat *Banokeling*. Pengalaman tersebut berlangsung ketika lansia masih bekerja, menghadapi tanggungan hidup, berhubungan dengan keluarga dan lingkungan, serta menjalankan kewajiban sebagai *anak putu*. *Urip Ayem Tentrem* tidak hanya dirasakan pada saat ritual, tetapi juga berkaitan dengan keadaan pikiran dan kehidupan sehari-hari sebelum maupun setelah kegiatan selesai. Bagi lansia *Banokeling*, keadaan tersebut mencakup ketenangan dalam berdoa, rasa aman, hubungan yang rukun, serta kesempatan untuk tetap menjalankan kewajiban adat.

Perlon Unggahan dipahami lansia *Banokeling* sebagai kewajiban *anak putu*, bentuk ibadah, dan ungkapan syukur kepada Gusti. Keterlibatan dalam *Perlon Unggahan* dimulai pada waktu dan keadaan yang berbeda. Sebagian partisipan telah mengikuti kegiatan sejak kecil atau remaja melalui tugas-tugas sederhana, sedangkan partisipan lain mulai aktif setelah menerima tugas yang sebelumnya dijalankan oleh anggota keluarga. Ada usia lanjut, bagian kegiatan disesuaikan dengan kondisi fisik, pekerjaan, dan tanggung jawab yang masih dimiliki. Lansia tetap terlibat melalui doa, penerimaan tamu, persiapan kebutuhan kegiatan, pekerjaan di rumah pokok, dan tugas lain yang masih dapat dilakukan. *Perlon*

Unggahan tetap diikuti karena telah menjadi bagian dari kehidupan mereka sebagai *anak putu Banokeling*.

Menjelang *Perlon Unggahan*, lansia menjalankan bagian persiapan yang menjadi tanggung jawabnya, seperti menyiapkan makanan dan perlengkapan *slametan*, menerima tamu, serta membantu pekerjaan di rumah pokok. Selama kegiatan, lansia mengikuti doa, *sowan*, ziarah, dan pekerjaan bersama dengan *anak putu* yang datang dari berbagai daerah. Setelah rangkaian selesai, muncul rasa lega karena kewajiban adat telah dijalankan, kemudian lansia kembali pada pekerjaan dan kehidupan sehari-hari tanpa pikiran yang masih tertinggal pada kegiatan tersebut. Pekerjaan, kebutuhan keluarga, dan persoalan lain tetap dijalani setelah *Perlon Unggahan* berakhir.

Ayem dimaknai sebagai keadaan ketika pikiran tidak terus dibebani utang, pinjaman, setoran, atau tanggungan lain yang belum selesai. *Tentrem* berkaitan dengan hati yang tidak gelisah, hubungan yang rukun, dan rasa aman dalam kehidupan sehari-hari. Keadaan yang mengganggu *Urip Ayem Tentrem* dihadapi melalui doa kepada Gusti, penyelesaian tanggungan, pengaturan pekerjaan, penerimaan bantuan, dan pengendalian sikap. Ziarah, membersihkan makam, serta menjalankan tradisi warisan leluhur juga menjadi bagian dari kehidupan yang dijalani lansia *Banokeling*.

Secara keseluruhan, *Urip Ayem Tentrem* pada lansia *Banokeling* tidak berarti kehidupan tanpa persoalan. Keadaan tersebut dijalani ketika lansia masih bekerja, menghadapi keterbatasan fisik, menyelesaikan tanggungan, dan menjalankan tugas adat sesuai kemampuan. *Perlon Unggahan* menjadi tempat untuk berdoa kepada

Gusti, menghormati leluhur, bertemu dengan sesama *anak putu*, dan menunaikan kewajiban adat yang telah diwariskan. Pada usia lanjut, keterlibatan itu juga diteruskan melalui penyampaian nasihat dan *pitutur* kepada generasi muda. *Urip Ayem Tentrem* dipahami sebagai pikiran yang lebih tenang, kehidupan yang aman dan rukun, serta kesempatan untuk tetap menjalani peran sebagai *anak putu Banokeling*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *Urip Ayem Tentrem* lansia dalam menjalani *Perlon Unggahan*, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Keluarga Lansia

Keluarga perlu memperhatikan kondisi fisik lansia selama persiapan dan pelaksanaan *Perlon Unggahan*. Pekerjaan yang membutuhkan tenaga besar dapat dibantu oleh anggota keluarga yang lebih muda. Bantuan tersebut tidak perlu menggantikan seluruh peran lansia karena keterlibatan dalam *Perlon* masih dipahami sebagai kewajiban *anak putu*. Keluarga juga perlu memberi ruang kepada lansia untuk menyampaikan pengalaman, tata cara, dan *pitutur* kepada generasi berikutnya.

2. Bagi Masyarakat Komunitas Adat *Banokeling*

Masyarakat Komunitas Adat *Banokeling* perlu mempertahankan pembagian tugas yang menyesuaikan kemampuan lansia dalam setiap

rangkaian *Perlon Unggahan*. Pekerjaan berat dapat lebih banyak diberikan kepada *anak putu* yang lebih muda, sedangkan lansia tetap menjalankan bagian adat yang masih mampu dilakukan. Keterlibatan generasi muda juga perlu diperkuat agar tata cara, *pitutur*, dan tanggung jawab adat tetap diteruskan. Pengaturan tersebut tetap mengikuti arahan *kasepuhan* dan kebiasaan yang berlaku di komunitas.

3. Bagi Pemerhati Komunitas Adat

Pemerhati komunitas adat perlu memahami pengalaman lansia berdasarkan bahasa, keyakinan, dan kebiasaan yang berlaku di Komunitas Adat *Banokeling. Urip Ayem Tentrem* tidak hanya berkaitan dengan ketenangan batin, tetapi juga dengan tanggungan hidup, hubungan sosial, doa, dan kewajiban adat. Pendokumentasian terhadap pengalaman lansia perlu dilakukan tanpa memisahkannya dari konteks *Perlon Unggahan* dan kehidupan sehari-hari. Hasil pendokumentasian tersebut dapat digunakan untuk memperkuat pemahaman mengenai kehidupan lansia dalam komunitas adat.

4. Bagi Praktisi Psikologi

Praktisi psikologi perlu memahami keadaan lansia dengan mempertimbangkan keyakinan, hubungan sosial, dan kebiasaan adat yang mereka jalani. Pendampingan tidak cukup hanya membahas emosi individu, tetapi juga tanggungan hidup, kesempatan berdoa, serta

keterlibatan dalam *Perlon Unggahan*. Bahasa yang digunakan perlu disesuaikan dengan cara lansia menjelaskan pengalaman *Urip Ayem Tentrem*. Pendekatan tersebut dapat membantu praktisi memberikan layanan yang lebih sesuai dengan kehidupan lansia *Banokeling*.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini melibatkan tiga lansia yang tinggal di Pekuncen, sehingga pengalaman *anak putu* dari wilayah lain belum tergambarkan. Peneliti selanjutnya dapat melibatkan partisipan dengan latar wilayah, jenis kelamin, pekerjaan, dan tugas adat yang lebih beragam. Pengumpulan data juga dapat dilakukan sejak persiapan hingga beberapa waktu setelah *Perlon Unggahan* selesai. Rentang pengamatan tersebut diperlukan untuk melengkapi gambaran *Urip Ayem Tentrem* dalam setiap tahap kegiatan.