

MEMELIHARA HEWAN: DINAMIKA MENGGAPAI KEBAHAGIAAN DI USIA SENJA

(Studi Fenomenologis Kebahagiaan Lansia yang Memelihara Hewan ditinjau dari Aspek Psikologis)

Nurkhalisha Ersyafiani dan Retno Suhapti
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

INTISARI

Kebahagiaan yang ditandai dengan dominasi afek positif dapat mengarahkan individu untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup. Setiap fase perkembangan kehidupan manusia tentu ada suka dan duka yang dihadapi, tidak terkecuali ketika memasuki masa lanjut usia (lansia). Seringkali, lansia mendapat stigma negatif dari masyarakat dan mengalami berbagai perubahan dari segi finansial, sosial, fisik, dan psikologis. Meskipun demikian, tidak semua lansia mengalami permasalahan. Lansia yang bahagia dapat menerima diri, menyesuaikan diri, dan mengisi hari-harinya dengan positif. Penelitian ini bertujuan mengetahui latar belakang lansia yang memelihara hewan dan menyelami dinamika kebahagiaan lansia dengan kehadiran hewan peliharaan yaitu kucing dan anjing. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara mendalam dan semi terstruktur pada empat orang responden lansia di Yogyakarta dengan menggunakan triangulasi sumber, metode, dan waktu. Data yang telah didapat dianalisis dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa empat responden merasakan kebahagiaan selama memelihara hewan. Dinamika kebahagiaan yang terbentuk dari interaksi, ikatan batin, dan pengalaman terapeutik memberikan pengalaman positif, manfaat, dan esensi subjektif yang menunjang kehidupan di masa lansia.

Kata kunci: *hewan peliharaan, kebahagiaan, lanjut usia*

OWNING PETS: THE DYNAMICS OF REACHING HAPPINESS AT OLD AGE

(A Phenomenological Study of The Happiness of Elderly Owning Pets, Seen from The Psychological Aspect)

Nurkhalisha Ersyafiani dan Retno Suhapti
Faculty of Psychology, Gadjah Mada University

ABSTRACT

Happiness which is represented by the dominance of the positive affect leads an individual to reach psychological well-being as well as life satisfaction. In every life span development, definitely there must be bittersweet moments in life including in an elderly stage. Undeniably, the elderly receive the negative stigma coming from society. In addition, there are many changes occurring during the time, such as financial, social, physical, and psychological state changes. Nevertheless, not all the elderly face problems or alterations. A happy elderly person is marked by having self-acceptance, self-adjustment, and activities to fill the days. This research aimed to deepen the background of the elderly owning pets, namely cats and dogs, and the dynamics of happiness by the presence of pets. The research method used in this research was the qualitative method with phenomenological approach. The data were collected by in-depth interview and semi-structured questions toward four participants in Yogyakarta by using sources, methods, and time triangulation. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was used to analyze the findings. The result showed that four participants experienced happiness by owning pets. The dynamics of happiness built from interactions, bonds, and therapeutic experiences creates positive experiences, benefits, and the subjective meaning, giving enrichment through the old age..

Keywords: *pets, happiness, the elderly*