



Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah

Eni Kuswatun¹, Maemonah²

^{1,2}Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Corresponding author, E-mail: enikuswatun12@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui alasan remaja yang mengalami gagal menikah melakukan konseling religius untuk menemukan makna hidup. Penelitian bersifat kualitatif fenomenologis studi kasus pada remaja yang mengalami gagal menikah. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan diskusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penemuan makna hidup remaja yang mengalami gagal menikah diawali dengan dirinya mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren untuk menghilangkan kesedihannya akibat permasalahan yang ia hadapi dan harapan dapat merubah dirinya menjadi lebih baik. Dengan dirinya mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren menandai penerimaan diri untuk mengikhlaskan permasalahan yang dihadapi, sehingga menemukan kebermanfaatan dirinya saat ini dibandingkan dengan sebelumnya. Kesadaran bahwa permasalahan yang menimpa dirinya merupakan takdir Allah yang berhikmah pada masa depan yang lebih baik.

Kata Kunci : makna hidup; remaja; gagal menikah; konseling religius

Abstract. The study aims to find out why teens who fail to marry provide religious counseling to find meaning in life. Research is descriptive qualitative the phenomenon is a case study in young people who fail to marry. Data is gathered through interviews, observation and discussion. Studies have shown that the life meaning of a youth who is undermarried begins with his or her religious counseling at the boarding school in order to give up the sadness he feels over a difficult situation and the hope of changing can change him for the better. By himself following the process of religious counseling in the boarding house marked self acceptance of the problem faced, finding his benefits compared with the previous one. The realization that the issues befell him were god's enlightened destiny in a better future.

Keywords: meaning of life; youth; failure to marry; religious counseling



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

Pendahuluan

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju masa dewasa (Papalia, Feldman, 2009). Biasanya terjadi antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun (Soetjiningsih, 2004). Remaja memiliki kebutuhan dasar psikologis yang harus dipenuhi yaitu kebutuhan dicintai dan mencintai (Gantina dkk, 2011). Ada empat syarat dalam mewujudkan cinta, yaitu: 1) *Knowledge* (Pengenalan), 2) *Responsibility* (Tanggung Jawab), 3) *Care* (Perhatian), 4) *respect* (Saling menghormati) (Tim Reviewer MKD UIN Sunan Ampel, 2015).

Cinta memiliki tiga dimensi yaitu hasrat (*passion*), keintiman (*intimacy*), dan komitmen atau keputusan (*commitment/decision*). Ketiga dimensi ini memiliki peran penting masing-masing yaitu hasrat memiliki kecenderungan selalu memikirkan orang yang dicintai dan mencintai secara nyata. Selanjutnya keintiman, dalam menjalin cinta suatu pasangan harus menumbuhkan rasa intim antara satu sama lain, agar saling memahami saling mengerti secara emosional dan saling terbuka. Terakhir yaitu komitmen, ketika

sepasang kekasih sudah saling mencintai mereka akan memutuskan untuk berkomitmen dengan melanjutkan hubungan pernikahan (Sarlito, 2007).

Setiap hubungan yang dijalani oleh lawan jenis tidak selalu berjalan dengan baik tanpa adanya suatu hambatan. dengan adanya masalah maka akan menyebabkan hancurnya suatu hubungan atau dapat dikatakan putus cinta (Saud, 2008). dengan adanya masalah maka akan menyebabkan hancurnya suatu hubungan atau dapat dikatakan putus cinta (Saud, 2008). Pikiran dan perasaan seorang remaja yang belum dewasa dalam menjalin hubungan dapat menimbulkan stress secara psikologis ketika menghadapi permasalahan, seperti kesedihan dan keputusasaan (Liputo, 2014), depresi dan sulit berkomunikasi dengan lingkungan sosial (Riri, Endang & Zuhron, 2014) mengonsumsi alkohol dan obat terlarang, serta adanya niat bunuh diri (Riris & Nuryati, 2011). Riset Kesehatan Dasar Kemenkes 2018 mencatat, angka prevalensi depresi di Indonesia untuk kelompok usia lebih dari 15 tahun sebesar 6,1 persen atau 11.315.500 orang.

Fenomena remaja yang mengalami gagal menikah di Muara Dua menunjukkan adanya permasalahan psikologis yang dapat dihilangkan ketika ia mampu melawan permasalahan tersebut. Fenomena ini menarik untuk diteliti lebih mendalam terkait makna hidup remaja tersebut. Dalam diri remaja kehendak untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) menjadi motivasi utama pada diri dalam melakukan berbagai kegiatan yang positif dan terarah (Bataman, 1996). Penderitaan pada diri remaja tidak menjadi suatu hambatan untuk mencari makna hidup (Mushofa, Casmuni, Sutrisno, 2019). Bisa jadi dengan adanya suatu permasalahan ini bisa menjadikan remaja menemukan makna dalam hidupnya.

Masalah kegagalan dalam menikah merupakan tahapan penemuan makna hidup, yaitu tahap derita, penerimaan diri, penemuan makna hidup, realisasi makna kehidupan bermakna (Bataman, 1996). Kebermaknaan hidup dapat ditemukan dalam upaya remaja untuk dapat mengubah perasaan hidup tidak bermakna (*meaningless*) menjadi hidup bermakna (*meaningfull*). Kebermaknaan hidup dapat ditemukan dilihat sejauh mana remaja membuat tindakan untuk menemukan makna hidup. Faktor yang mempengaruhi makna hidup seseorang terbagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu melalui pola pikir, pola sikap, konsep diri, kepercayaan dan ibadah. faktor eksternal meliputi, pekerjaan, hubungan dalam keluarga, pekerjaan, pengalaman, dan dukungan sosial (Adjeng, 2016). Setiap manusia memiliki jalan yang berbeda ketika ingin menemukan makna dalam kehidupan. Herdy Eka Irawan dan Hastening Sakti dalam penelitiannya yang berjudul "Penemuan Makna Hidup Pada Residivisi Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang" hasil dalam penelitiannya yaitu penemuan makna hidup didapatkan ketika berada di dalam lapas dan adanya pemaknaan agama serta adanya penyesalan. Dalam penelitian Dewi Arista dengan judul "Kebermaknaan Hidup Dan Religiusitas Pada Mantan Narapidana Kasus Pembunuhan (Di Kabupaten Paser)" mendapatkan hasil bahwa penemuan makna hidup didapatkan dalam bentuk kebahagiaan dan ketenangan dalam menjalani hidup, serta religiusitasnya ia merasa lebih bersyukur, dan membatasi perilakunya dengan hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan, serta menjadikan agama sebagai pedoman hidup. Berbeda dengan penelitian saya, bahwa kebermaknaan hidup didapatkan melalui konseling religius yang subjek ikuti di pondok pesantren. subjek menemukan kebermaknaan hidupnya ketika ia mengikuti dari awal sampai akhir konseling bernuansa religi di dalam pondok pesantren secara bertahap.

Konseling religius merupakan konseling yang bernuansa religi yang tujuannya dapat membantu individu dapat memahami diri sendiri, mengenal pribadi, menetapkan tujuan dan makna hidup, membentuk nilai yang menjadi pegangan hidup serta dapat mengembangkan potensi secara optimal (Tamama, 2016). Dalam tinjauan psikologis, konseling religius memiliki efek spiritual yang besar, yaitu dapat menambah rasa keimanan, pengabdian, kejujuran, ketabahan, dan kematangan dalam hidup.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplor mengenai alasan remaja mengikuti konseling religius di pondok pesantren untuk menemukan makna hidup. Eksplorasi secara mendalam dilakukan untuk menggambarkan hal-hal yang ditemukan dalam diri remaja dalam proses hingga menemukan makna hidup.

Metode

Metode penelitian yang digunakan merupakan metode kualitatif fenomenologis agar terdapatnya pemahaman secara menyeluruh terhadap remaja yang gagal menikah. Data tentang makna hidup dicari pada remaja digali melalui wawancara secara mendalam, observasi, dan diskusi. Proses wawancara, observasi dan diskusi dilaksanakan secara langsung oleh peneliti menggunakan tempat yang sudah disiapkan serta memperhatikan batas waktu yang ditetapkan. Dari metode tersebut harapannya peneliti dapat mengetahui dan memahami mengenai riwayat hidup, permasalahan, dan tahap-tahap yang dilalui oleh subjek dalam menemukan makna hidup dalam diri.

Hasil temuan data dari wawancara, observasi dan diskusi dianalisis dengan menggunakan analisis intrakasus dan analisis interkasus yang berisikan tentang aktivitas subjek, gambaran kehidupan secara umum, gambaran masalah yang dihadapi, konseling spiritual yang diikuti, serta tahapan penemuan makna hidup yang didapat subjek,

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pernikahan yang dilakukan oleh remaja merupakan sebuah kebutuhan dasar psikologis yang harus dipenuhi oleh remaja itu sendiri. Pernikahan merupakan anjuran oleh Allah SWT bagi manusia untuk mempertahankan keberadaannya dan mengendalikan perkembangbiakan dengan dengan cara yang sesuai dan menurut kaidah norma agama. Tetapi Setiap hubungan yang dijalani oleh lawan jenis tidak selalu berjalan dengan baik tanpa adanya suatu hambatan. dengan adanya masalah maka akan menyebabkan hancurnya suatu hubungan atau dapat dikatakan kegagalan dalam menikah.

Berdasarkan hasil penelitian memperoleh data bahwa remaja yang mengikuti konseling spiritual di pondok pesantren Nurul Huda Pringsewu Lampung dikarenakan permasalahan yang dihadapi dirinya yaitu kegagalan dalam menikah. Subjek ditinggalkan oleh calon suaminya dan menggagalkan pernikahannya yang sudah tidak lama lagi akan dilaksanakan. Hal tersebut membuat subjek merasa sedih, kecewa, sakit hati, bahkan perasaan malu dengan masyarakat sekitar akibat permasalahan yang subjek hadapi. Subyek penelitian memaparkan alasan dirinya mengikuti proses konseling religius dipondok pesantren sebagai bentuk pengalihan permasalahannya. Secara satu persatu di bawah ini dikemukakan paparan alasan remaja melakukan konseling religius di pondok pesantren dan kondisi psikologis yang dirasakan dari proses yang dijalaninya.

Menghilangkan kesedihan

Keinginan subjek untuk ingin berubah ditunjukkan dengan mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren. Subjek termotivasi mengikuti proses konseling karena ingin menghilangkan kesedihannya akibat permasalahan yang subjek hadapi. Subjek mengatakan bahwa:

“saya tidak bisa terima waktu saya tau kalau saya ditinggalkan oleh pacar saya dan dia menggagalkan pernikahan kami. Yang awalnya saya tidak sabar menunggu waktu dimana saya dan dia akan menikah dan menjadi halal ternyata itu semua gagal. Harapan saya sudah besar sekali dan rancangan saya untuk kedepan sudah saya pikirkan. Saya benar-benar merasa kecewa, sakit, sedih bahkan saya malu dengan orang tua dan masyarakat di kampung saya. Saya benar-benar putus aja menjalani hidup ini, saya benar-benar tidak menyangka. Maka dari itu saya coba ikut konseling religius di pondok pesantren”.

Selain itu dengan mengikuti proses konseling religius subjek merasa dirinya lebih baik. Mengikuti konseling religius membuat dirinya dapat lebih dewasa dalam berpikir dan dalam menghadapi masalah sebagaimana ungkapan subjek sebagai berikut;

“Saya merasa dengan mengikuti konseling religius di pondok pesantren selain saya bisa belajar ilmu agama saya bisa lebih dewasa lagi dalam berfikir dan dalam menghadapi masalah. Yang jelas saya sudah ikhlas dalam menerima permasalahan ini mba. Saya lebih tenang sekarang tinggal di pondok pesantren ini, karena banyak teman yang menerima saya dan memotivasi saya, walaupun kami belum terlalu akrab”

Menerima masalah dan memupuk rasa kebersyukuran

Mengikuti konseling religius dilakukan dalam upaya memupuk rasa penerimaan terhadap permasalahannya dan memiliki rasa bersyukur atas anugerah Allah SWT. Keyakinan bahwa gagal untuk menikah pasti adalah rahasia hikmah bagi kehidupan dirinya. Berikut petikan ungkapan subjek:

“saya waktu mengalami gagal menikah itu mba rasanya malu sekali, untuk bertemu dengan teman-teman saja saya gak berani. Saya malu aja gitu kalau kelua-keluar, orang-orang disana selalu ngomongin soal saya gagal nikah, teman-teman juga banyak yang mengejek saya dan mengolok-olok saya.. Saya ngerasa gak nyaman dengan keadaan saya sekarang ini, Maka dari itu mba saya langsung mengikuti proses konseling religius di pondok yang pernah buat saya mondok juga dulu.. alhamdulillah saya bersyukur selama saya mengikuti proses konseling religius di pondok, saya merasa ada perubahan dalam diri saya, yang awalnya saya bener-bener gak bisa nerima kejadian itu sekarang saya jadi bisa lebih nerima dan bisa ikhlas”.

Mencari kebermanfaatan hidup

Spiritualitas dalam pernikahan yang tidak tampak nyata namun sesungguhnya memiliki signifikansi dan fungsi yang lebih banyak. Makna spiritual tidak terlepas dari unsur ruhaniah ajaran islam yang menekankan adanya kedekatan hati manusia dengan Allah SWT. Dalam konteks pernikahan terdapat empat hal utama yang dapat dijadikan cermin dalam memahami makna spiritual pernikahan yaitu; pemilihan jodoh, akad nikah, membina keluarga dan membagi warisan. Artinya dengan memahami makna spiritual pernikahan dapat menjadikan seseorang memiliki fikiran positif dalam menghadapi pernikahan. Tetapi

masih banyak sekali orang yang akan menjalani pernikahan tetapi belum tau makna dari pernikahan itu sendiri. Seperti dalam penelitian ini, seorang remaja yang masih belum waktunya menikah ia sudah hampir menjalani pernikahan dengan laki-laki yang ia pilih dan pada akhirnya semuanya gagal karena laki-laki yang ia pilih meninggalkan subjek tanpa ada kesepakatan. Hal tersebut menjadikan subjek putus asa.

“gimana ya mba... saya merasa dgn adanya permasalahan yang terjadi, menjadikan saya membuat keputusan untuk mengikuti konseling religius di pondok pesantren. dalam proses konseling saya sering menerima masukan dan nasihat, mendengarkan cerita perjalanan nabi, ayat-ayat-quran dan cerita-cerita keislaman. di ajak sholat berjamaah, membaca buku keistimewaan perempuan dan pernikahan dalam islam itu bagaimana. Selain itu juga saya sering diajak puasa sunnah senin kamis dengan teman-teman di pondok pesantren... saya benar-benar merasa hidup lebih bermanfaat tidak seperti dulu lagi. Kalau saya tidak mendapat permasalahan seperti ini mungkin sekarang saya sudah menikah dan tidak ada di pondok seperti sekarang ini untuk belajar dan mencari ilmu. Sekarang saya ngerti kalau kita hidup tidak boleh asal-asalan apa dapat mencari pasangan hidup. Dan sekarang saya lebih pasrah kepada takdir Allah. Soal jodoh mungkin sudah diatur oleh Allah untuk saya, laki-laki yang sudah meninggalkan saya bukan yang terbaik buat saya”.

Permasalahan yang dialami membuat subjek lebih semangat dan optimis. Subjek menganggap kejadian yang ia alami merupakan kejadian yang terjadi dimasa lalu dan dijadikan untuk pembelajaran serta menjadikan kesemangatan untuk lebih berbuat baik.

Hidup harus ada manfaat, seperti diungkapkan subjek sebagai berikut:

“Hidup bermakna itu adalah selama kita masih dibutuhkan oleh orang lain, kita masih bermanfaat bagi orang tua, saudara, sahabat, dan masyarakat. Karena kalau kita sudah tidak ada manfaatnya sama saja kita hidup dengan sia-sia selama ini karena tidak bisa membantu orang lain. Juga hidup yang bermakna itu merupakan hidup yang memiliki tujuan baik, dan kita menempuhnya juga dengan cara yang baik, serta dalam menjalani kehidupan yang sekarang menjadikan saya mampu memaknai kehidupan saya yang sekarang.. Ini merupakan kehidupan yang baru yang diberikan Allah untuk saya... dengan adanya kesempatan ini saya akan lebih menggunakan hidup ini dengan baik, tidak akan menyia-nyaiakan kesempatan ini lagi apalagi untuk saya habiskan untuk hal yang tidak bermanfaat”.

Menemukan Hidup Bermakna

Melakukan kegiatan positif dalam menemukan makna hidup yaitu dengan ikut konseling religius secara rutin di pondok, seperti yang diungkapkan subjek yaitu:

“selama di pondok saya mengikuti proses konseling bertahap dari awal hingga selesai. Alhamdulillah.... saya merasa lebih tenang dalam menjalani hidup sehari-hari dan mempunyai semangat yang tinggi dalam melakukan aktivitas keseharian saya.

Ada perasaan berharga dalam diri, seperti yang diungkapkan subjek:

“Saya bangga karena saya bisa ikut proses konseling religius di pondok dari awal hingga akhir, dan menjadikan saya pribadi yang lebih baik lagi dan bisa bersikap lebih dewasa dalam menerima masalah yang terjadi dan mengambil keputusan”

Pembahasan

Penemuan makna hidup

Penemuan makna hidup bagi remaja yang gagal melangsungkan pernikahan didapatkan dengan dirinya mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren. Adapun gambaran penemuan makna hidup remaja melalui konseling religius ditandai dengan empat tahapan. *Pertama*, menghilangkan kesedihan. *Kedua*, menerima masalah dan memupuk rasa kebersyukuran. *Ketiga*, mencari kebermanfaatian hidup. *Dan keempat* menemukan hidup bermakna.

Penemuan makna hidup diawali dengan mengikuti proses konseling religius di kepondok pesantren bertujuan untuk menghilangkan kesedihan subjek. Subjek termotivasi mengikuti konseling religius di pondok karena ingin menghilangkan kesedihannya seperti perasaan sedih, kecewa, sakit hati, bahkan perasaan malu dengan masyarakat sekitar akibat permasalahan yang subjek hadapi. Selain itu dengan mengikuti proses konseling di pondok pesantren subjek merasa dirinya lebih baik, membuat dirinya dapat lebih dewasa dalam berpikir serta dalam menghadapi masalah yang terjadi. Tahap selanjutnya mengikuti konseling sipitual di pondok pesantren memunculkan adanya rasa penerimaan masalah, hal tersebut ditunjukkan dengan adanya subjek menyakini bahwa semua yang dialaminya merupakan ujian dari Allah untuk hambanya. Subjek menyakini bahwa kegagalan dalam menikah sudah takdir yang diberikan oleh Allah SWT untuknya. Perasaan sedih, kecewa, malu yang menyebabkan subjek mengurung diri di kamar dan tidak pernah bersosialisasi dengan lingkungan secara perlahan menghilang dari diri subjek. Hijrah ke pondok pesantren juga menyebabkan adanya memupuk rasa kebersyukuran dalam diri subjek, hal tersebut ditunjukkan dengan menyakini semua yang sudah terjadi merupakan rahasia Allah SWT dalam memberikan hikmah bagi kehidupannya dikemudian hari. Dengan rasa ikhlas dan lebih menerima permasalahan yang ada menjadikan diri subjek menjalani aktivitasnya dengan tenang dan merasakan kebahagiaan ketika di pondok pesantren.

aktivitas bersama teman-teman barunya dan adanya motivasi yang subjek dapatkan menjadikan subjek lebih bahagia dan secara perlahan subjek dapat menghilangkan kesedihannya. Tahap selanjutnya dalam mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren subjek menemukan hidup yang bermanfaat dibandingkan dengan diri subjek yang dulu. Kebermanfaatan hidup didapatkan bermula dari permasalahan yang subjek hadapi, perasaan sedih, putus asa, kecewa, malu hal tersebut akhirnya menjadikan subjek mengikuti proses konseling religius secara bertahap di pondok pesantren seperti menerima masukan dan nasihat, mendengarkan cerita perjalanan nabi, ayat-ayat al-quran dan cerita-cerita keislaman, diajak sholat berjamaah, membaca buku keistimewaan perempuan, pernikahan dalam islam dan sering puasa sunnah, Kegiatan tersebut menjadikan subjek menemukan kebermanfaatan dalam hidup serta menjadikan subjek lebih semangat dan optimis dengan menganggap kejadian yang ia alami merupakan kejadian yang terjadi dimasa lalu dan dijadikan untuk pembelajaran serta dijadikan kesemangatan untuk diri sendiri agar selalu berbuat kebaikan dan mengisi kesehariannya dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat selama di pondok pesantren ataupun nanti setelah keluar dari pondok pesantren. Serta adanya rasa bangga dalam hidup yang didapatkan melalui konseling religius di pondok yang subjek ikuti karena selain mengikuti proses konseling religius di pondok dari awal hingga akhir juga dapat menjadikan subjek menjadi pribadi yang lebih baik lagi dalam menerima masalah dan dalam mengambil sebuah keputusan.

Simpulan dan Saran

Penemuan makna hidup bagi remaja yang gagal melangsungkan pernikahan didapatkan dengan dirinya mengikuti proses konseling spiritual di pondok pesantren. Mengikuti konseling religius di pondok pesantren bermula dari pelarian terhadap masalah yang dialaminya. Keikhlasan, penerimaan, kebermanfaatan hidup, kebersyukuran, pengambilan hikmah dari peristiwa serta menemukan makna dari perilaku yang dijalaniya didapatkan saat mengikuti proses konseling religius secara bertahap di pondok pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa penyelesaian masalah dapat dilakukan dengan konseling religius bukan larut dalam masalah yang dialaminya. Kegagalan untuk menikah bukan sebuah peristiwa yang diratapi, namun sebagai jembatan untuk meraih kehidupan yang punya makna.

Daftar Rujukan

- Adjeng Pudji Rachmawati (2016). Penemuan Makna Hidup Pada Insan Pasca Stroke Jurnal. Psikologi Ulayat, Vol. 3, No. 2 (12) Hlm. 181-194
- Andi Hikmawati Yunus. (2019) Pemaknaan dan Alasan Mentransformasikan Diri Secara Spiritual di Kalangan Mahasiswa. Jurnal Emik. Volume 2 Nomor 1, Juni 2019
- Andi Hikmawati Yunus (2019). Hijrah: Pemaknaan Dan Alasan Mentransformasikan Diri Secara Spiritual Di Kalangan Mahasiswa. Jurnal Emik, Volume 2 Nomor 1 (6)
- Dianing Safitri, Deskripsi makna hidup (Studi kasus jama'ah pengajian kitab al-Hikam desa Gulang, Kecamatan mejobo kabupaten kudus), iain walisongo, 2011
- Gantina Komalasai dkk, Teori dan Teknik konseling, (jakarta: PT Indeks, 2011)
- Hanna jumhana bastaman, integrasi psikologi dengan islam menuju psikologi islami, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1997)
- Hanna Jumhana Bastaman, Meraih hidup bermakna, Kisah pribadi dengan pengalaman tragis, (Jakarta Selatan: Paramadina, 1996)
- Liputo, S. (2014). Distres Psikologi dan Disfungsi sosial ditemukan pada kalangan masyarakat miskin kota Malang, Jurnal Sains dan Praktik Psikologi, 2 (3)
- Muhibbinsyah, Psikologi pendidikan dengan pendekatan, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1997)
- Mustofa, Casmini, Sutrisno, Pencarian makna hidup siswa dari keluarga miskin di kabupaten wonosobo, Jurnal Shimpatic volume 6, Nomor 1, 20019,: 85
- Riri Fitria Burhan dkk (2014). Gambaran Kebermaknaan Hidup Orang Dengan Hiv/Aids (Odha) Serta Tinjauannya Menurut Islam, *Jurnal Psikogenesis, Vol. 2, No. 2 (6)*
- Riris Dan Nuryati (2011). Self-Esteem Dan Makna Hidup Pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (Pns). *Jurnal Psikologi Volume 38, No. 2 (12) 176 – 184*

Sarlito w sarwono, psikologi sosial, (salemba, humanika, 2007)

Tohirin, metode penelitian kualitatif dalam pendidikan dan bimbingan konseling, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012)