

GAMBARAN GRIEF PADA EMERGING ADULTHOOD YANG MENGALAMI KEMATIAN ORANG TUA AKIBAT COVID-19

Melinda Ramadhanti

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, Email: melinda.18042@mhs.unesa.ac.id

Satiningsih

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, Email: satiningsih@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam gambaran keberdukaan pada anak perempuan yang mengalami kematian ayah secara mendadak yang diakibatkan oleh Covid-19. Manfaat penelitian ini adalah membantu subjek penelitian mengidentifikasi keberdukaan atas kematian ayahnya yang mendadak dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi mengenai kedukaan anak perempuan yang mengalami kematian ayah secara mendadak yang diakibatkan oleh Covid-19. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek dari penelitian ini telah dikategorikan secara homogen yaitu anak perempuan dan mengalami kematian ayah yang diakibatkan oleh covid-19. Masing-masing subjek dalam penelitian ini berusia sekitar 19 hingga 21 tahun yang dapat dikategorikan sebagai *emerging adulthood* atau dewasa yang baru muncul. Wawancara semi- terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data. Analisis data yang digunakan adalah *interpretative phenomenological analysis (IPA)*. Hasil penelitian ini memperoleh lima tema utama latar belakang yang mencakup penyebab kematian ayah, hubungan dengan ayah, dan masalah keluarga akibat Covid-19. Tema kedua yaitu, gambaran kedukaan pasca kematian ayah, tema ketiga, dampak kematian ayah pada *emerging adulthood*, tema keempat proses coping, dan tema kelima adalah faktor pemengaruh proses coping. Hasil penelitian menunjukkan walaupun subjek memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan ayah sebelum peristiwa kematian, subjek tetap merasakan berduka atas kematian ayahnya.

Kata Kunci: *Grief*, Dewasa yang baru muncul, Covid-19

Abstract

The purpose of this study was to find out more about the grieving picture of daughters who experienced sudden father death caused by Covid-19. The benefit of this research is to help research subjects identify grief over the sudden death of their father and this research is expected to contribute to the grief of daughters who experience sudden father death caused by Covid-19. The method used in this research is qualitative with a phenomenological approach. The subjects of this study have been categorized homogeneously, namely daughter's and father's death caused by covid-19. Each subject in this study was around 19 to 21 years of age which can be categorized as emerging adulthood. A semi-structured interview was used as a data collection technique. The data analysis used is interpretative phenomenological analysis (IPA). The results of this study obtained five main background themes covering the causes of the father's death, her relationship with her father, and family problems due to Covid-19. The second theme is the description of grief after the death of the father, the third theme, is the impact the of father's death on emerging adulthood, and the fourth theme of the coping process. , and the fifth theme is the factor influencing the coping process. The results showed that although the subject had a less harmonious relationship with his father before the event of death, the subject still felt grief over his father's death.

Keywords: *Grief*, *Emerging Adulthood*, *Covid-19*

PENDAHULUAN

Virus Covid-19 merupakan jenis virus baru yang telah menggemparkan dunia karena telah menginfeksi ribuan umat manusia dalam jangka waktu yang singkat (Prasetyo et al., 2020). Adanya covid-19 memberikan suatu perubahan bagi kehidupan manusia serta kebanyakan adalah perubahan yang tidak diinginkan mulai dari kontak sosial, kehilangan jumlah aktivitas luar ruang, kehilangan pekerjaan serta yang paling menyedihkan adalah kehilangan orang dicintai karena covid-19 (Greatmind, 2021). Sebuah studi di amerika serikat memperkirakan rata-rata setiap kematian yang diakibatkan oleh adanya covid-19 akan meninggalkan sekitar sembilan orang yang berduka (Verdery et al., 2020). Jika menurut analisis tersebut benar,

maka diperkirakan hampir satu juta orang di Indonesia pernah atau sedang berduka (Greatmind, 2021). Berduka adalah perasaan emosional, ketidakpercayaan, kecemasan, perpisahan, keputusan, kesedihan, dan kesepian yang disertai kehilangan seseorang yang telah dicintai (Santrock, 2019).

Sebagaimana yang diketahui kematian sendiri tidak dapat dihindari, namun kematian akibat Covid sendiri sudah mengakibatkan duka yang mendalam di tengah-tengah kondisi ketidakpastian akibat pandemi Covid-19. Adanya sebuah perbedaan terkait kematian yang disebabkan oleh covid-19, dengan kematian yang tidak disebabkan oleh covid yang perlu diperhatikan yaitu adanya

karakteristik kematian covid-19 itu sendiri. Dimulai dari perawatan intensif, kematian yang tak terduga, stress sekunder serta isolasi sosial (Verdery et al., 2020). Hal ini serupa dengan yang dialami oleh subjek, yang dimana setelah ayah subjek didiagnosa positif covid-19 subjek tersebut tidak dapat bertemu dengan ayahnya yang berada di ruang isolasi rumah sakit, akan tetapi subjek mendapatkan kabar dari ayahnya yang sedang dirawat di ruang isolasi melalui foto atau *video call*. Subjek dari penelitian juga merasakan, jika peristiwa meninggalnya sang ayah terasa begitu cepat. Sehingga menimbulkan duka yang mendalam bagi keluarga yang telah ditinggalkan. Selain karakteristik kematian covid-19 yang berbeda, ada pula perbedaan yang terjadi selama pandemi covid ini, yaitu stigma masyarakat terhadap pasien, tenaga kesehatan, serta penyintas yaitu adanya ketakutan akan terjadinya penularan (Bagcchi, 2020). Stigma dari masyarakat tersebut telah dialami subjek sebagai anak yang telah mengalami akan kehilangan seorang ayah akibat covid-19. Subjek merasa sendiri serta dikucilkan oleh lingkungan tempat tinggalnya, dari suatu ketakutan yang sedang dialami masyarakat oleh masyarakat setempat akan kondisi pandemi. Lebih jauh lagi, dari upaya pencegahan covid-19 hal mengejutkan yang diakui oleh subjek adalah mereka tidak dapat melihat kondisi ayah mereka secara fisik saat dikabarkan telah meninggal dunia, keluarga tidak dapat melakukan pemakaman dari agama mereka masing-masing karena adanya batasan yang diberikan oleh pihak terkait dalam menjaga masyarakat dari paparan covid-19. Selain itu kebiasaan dari masyarakat, seperti mengunjungi rumah keluarga yang ditinggalkan adalah sebagai bentuk dukungan terhadap keluarga sehingga subjek memaparkan bahwa bentuk dukungan yang diberikan kepada keluarganya tidak dapat dilakukan secara langsung melainkan melalui pesan yaitu dari salah satu media sosial yang ada. Berbagai macam telah dialami oleh subjek yaitu mulai dari kematian ayah akibat Covid-19 yang dimana mereka tidak dapat bertemu secara fisik, stigma masyarakat terhadap subjek, tidak dapat menghadiri pemakaman sang ayah dapat menimbulkan perasaan duka yang mendalam/signifikan bagi subjek penelitian yang ditinggalkan.

Menurut Walsh (2012) Respon terhadap kematian dapat dipengaruhi dari usia dan tahapan perkembangan, jenis kelamin, budaya, latar belakang spiritual serta hubungan individu dengan orang yang meninggal. Pendapat tersebut sejalan berdasarkan Aiken, (2001) faktor yang menyebabkan berduka ialah kepribadian individu yang berduka, jenis kelamin orang yang berduka dimana pria biasanya kurang merespons emosional daripada wanita, hubungan orang yang masih hidup dengan orang yang meninggal, status sosial ekonomi keluarga, keberadaan anak di rumah, dan hubungan yang ditandai

dengan ketergantungan yang ekstrim atau berkonflik dapat sangat berpengaruh terhadap *recovery* (pemulihan).

Subjek pada penelitian ini menyebutkan jika mereka tidak dekat dengan ayah mereka. ada penyebab yang membuat mereka tidak dapat dekat dengan ayahnya, yaitu tidak akur dengan ayah, jarang berinteraksi dengan ayah yang diakibatkan oleh pekerjaan ayah, dan merasa tidak dekat dengan ayah karena ego subjek. Ketidakdekatan subjek ini yang menyebabkan subjek memiliki keberdukaan yang berbeda pada umumnya, dimana subjek muncul perasaan penyesalan yang mendalam karena mereka yang tidak dapat memiliki hubungan yang baik dengan ayahnya sebelum ayah mereka meninggal.

Ketidakdekatan dengan ayah memiliki dampak yang signifikan dan berpengaruh terhadap masa dewasa mereka seperti yang diungkapkan oleh subjek yaitu mereka yang memiliki kurang dalam kepercayaan diri, merasa kesulitan dalam mengambil keputusan, sering membandingkan kehidupan yang dimiliki dengan kehidupan teman sebayanya, hingga merasa takut untuk menjalin hubungan dengan lawan jenis. Secara umum ayah dan ibu memiliki peran penting satu sama lain dalam pengasuhan anak, bila salah satu peran tidak ada dalam keluarga maka proses pengasuhan tersebut tidak sempurna. Hal ini dapat menyebabkan ketidakseimbangan dalam perkembangan psikologis anak (Ashari, 2018). Lerner (2011) menyatakan dampak tidak adanya peran ayah mengakibatkan rendahnya harga diri ketika dewasa, merasa marah, malu karena berbeda dari anak-anak lain dan tidak dapat memiliki pengalaman bersama dengan seorang ayah. Subjek pada penelitian ini keseluruhannya adalah anak perempuan yang mengalami kematian ayah. Bagi anak perempuan ayah adalah sosok figur laki-laki pertama, namun dalam kenyataannya sosok ayah dan anak perempuan dapat memiliki hubungan yang tidak harmonis. Apabila seorang anak menyebutkan tidakdekat dengan ayahnya maka dipastikan ada suatu masalah yang menyebabkan itu terjadi. Peristiwa ketidakdekatan dengan ayah ditambah peristiwa kematian ayah, seseorang yang mengalami dua hal tersebut akan mengalami kedukaan yang mendalam. Teori lain yang menjelaskan mengenai kedukaan menurut Ross & Kessler (2014) dimana terdapat lima tahapan yang dilalui oleh seseorang yang berduka, diantaranya 1) *Denial*, merupakan respon kedukaan dengan menjadi shock atau diselimuti rasa ketidakpercayaan atas kepergian seseorang yang disayangi (2) *Anger*, munculnya perasaan marah karena seseorang yang disayangi telah tidak bersama-sama kembali (3) *Bargaining*, merupakan tahapan tawar-menawar yang muncul dalam diri individu sebelum dan setelah kehilangan seseorang yang dikasihi (4) *Depression*, merupakan fase yang muncul setelah tahapan tawar-menawar, pada tahapan ini adanya perasaan kesedihan yang mendalam atas respon dari kehilangan (5) *Acceptance*, merupakan tahapan penerimaan dimana individu menyadari kenyataan

peristiwa kehilangan yang dialami bersifat permanen. Kemudian Kessler (2019) menambahkan satu tahapan dari lima tahapan keberdukaan milik Kubler Ross yaitu Tahapan *finding meaning* (menemukan makna) merupakan tahapan mencari arti dari rasa kesedihan atas kehilangan yang mendalam dapat dalam bentuk rasa syukur, memperingati atau menghormati orang yang dicintai, dan menyadari nilai hidup. Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) menjelaskan mengenai emosi yang dirasakan pada saat berduka a) Syok fisik dan emosional; dunia nyata dan tidak nyata bertabrakan. Syok yang terjadi pada individu baik secara emosional maupun fisik dimana kenyataan dan dunia tidak nyata (khayalan) individu bertabrakan b) Disorganisasi yang merupakan kondisi dimana individu tidak lagi terhubung dengan proses kehidupannya, c) Perubahan emosi yang tidak stabil dan menyebabkan ketidaknyamanan pada orang lain. d) Rasa bersalah yang dialami oleh orang lain ketika menghadiri acara dan membuat mereka tertekan atas rasa bersalah dan lain sebagainya. e) Kehilangan dan kesepian yang dirasakan oleh individu selama masa berduka sebagai perasaan paling menyakitkan. f) Relief yang memungkinkan individu untuk memvalidasi perasaan mereka dan beradaptasi dengan kenyataan yang ada dan g) Pembentukan kembali dengan didukung oleh lingkungan sekitar terutama teman

Cara seseorang berduka dapat diketahui juga berdasarkan jenis kelaminnya. Menurut Gross (2018) cara berduka perempuan cenderung intuitif atau mengungkapkan perasaan menyakitkan melalui tangisan dan berbagi pengalaman batin mereka dengan orang lain, sedangkan pada laki-laki cenderung instrumental, yaitu dengan meredakan kesedihan melalui perilaku, misalnya mengurus pemakaman.

Peristiwa kematian orang tua adalah wajar terjadi apabila setelah anak dewasa (Aiken, 2001). Perasaan yang muncul akibat kehilangan orang tua bisa jadi memiliki perasaan cinta dan benci yang kompleks, lega dan merasa bersalah (Samuel, 2017). Seperti penelitian yang dilakukan Cupit et al. (2021) terhadap orang dewasa yang baru muncul menghasilkan bahwa terdapat 408 dari 969 responden yang merasa berduka atas kematian seseorang yang berarti dalam hidup mereka. Selanjutnya, penelitian lain yang dilakukan terhadap Emerging adulthood dengan kisaran usia 18- 24 tahun yang mengalami recent loss dan mengalami past and recent loss memiliki dampak pada kesedihan maladaptif yang lebih besar (Schwartz et al., 2018). Penelitian oleh Dwiartyani et al. (2021) yang sama dilakukan kepada individu berusia 22-23 tahun yang mengalami kematian orang tua karena Covid-19 menjelaskan subjek memiliki dampak emosional, seperti mudah tersinggung, dan cenderung mudah marah.

Kematian orang tua merupakan hal yang tak terduga dan memberikan dampak yang signifikan kepada anak, salah satunya pada tahap emerging adulthood. Tahapan

perkembangan ini merupakan tahapan transisi antara masa remaja dan awal masa dewasa (Santrock, 2019). Menurut Newton (2012) mencatat bahwa sebagian besar Emerging adulthood (orang dewasa yang muncul) masih sangat bergantung kepada orang tua mereka untuk keuangan, instrumental (bantuan nyata dengan tugas/kebutuhan), dan dukungan emosional. Disamping itu terdapat penelitian yang mengatakan bahwa Emerging adulthood (orang dewasa yang baru muncul) sangat berisiko mengalami masalah kesehatan mental (Mechling, 2015). Sehingga ketika mereka berada dalam masa transisi selama masa perkembangan ini, dapat menjadi stress tambahan. Penelitian yang dilakukan oleh Porter & Claridge (2021) terhadap orang dewasa yang baru muncul (emerging adulthood) yang berduka mengalami kematian orang tua pada masa dewasa (18-30 tahun) hasil dari penelitian ini adalah subjek penelitian mengalami berbagai emosi yang bercampur, setelah kehilangan orang tua mereka, mereka menghadapi tantangan terkait dengan tahapan perkembangan mereka seperti mereka merasakan perasaan menyesal dan bersalah karena tidak banyak di dekat mereka sebelum orang tua meninggal. Karakteristik dari emerging adulthood atau orang dewasa yang baru muncul menurut (Arnett, 2016) adalah, (1) *The age of identity explorations*. Pada karakteristik ini ditandai dengan individu bergerak untuk pemahaman siapa mereka, kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki, apa keyakinan dan nilai mereka, dan bagaimana mereka dapat sesuai dengan lingkungan masyarakat, (2) *The age of instability*, pada tahapan emerging adulthood mereka bergerak untuk mengeksplorasi pada cinta dan pekerjaan, sehingga dalam usia ini juga seringkali tidak stabil, (3) *The Self-Focused Age*, pada masa ini mereka berfokus pada diri mereka sendiri dimana mereka bergerak untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman diri mereka yang digunakan untuk kehidupan dewasa, sehingga pada masa ini mereka belajar untuk membuat keputusan independen kecil maupun besar, (4) *The Age of Feeling in-between*, dalam masa ini seseorang yang berada pada fase dewasa yang baru muncul (emerging adulthood) memiliki perasaan subjektif akan menuju pada tahap kedewasaan namun tidak sepenuhnya, sehingga masa ini merupakan masa transisi. (5) *The Age of Possibilities*, masa ini merupakan masa ketika individu memiliki harapan tinggi pada arah hidup yang sudah diputuskan, sehingga pada usia ini individu memiliki optimisme akan kehidupan yang diinginkannya (Arnett, 2016). Pada tahap usia ini pada dasarnya individu cenderung bergantung pada orang tuanya untuk memberikan dukungan maupun rasa aman (Arnett, 2014). Seringkali mereka tidak sepenuhnya yakin akan kemandiriannya secara individual sebagai seseorang yang telah dewasa dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan. Sehingga kehilangan orang tua mereka pada tahap ini memberikan tekanan yang cukup signifikan dan

dapat mengganggu perkembangannya. Mereka dapat mengalami kehilangan yang menjadi stressor dan menempatkan individu pada resiko masalah kesehatan mental, termasuk gejala depresi, harga diri rendah, dan ketidakpuasan hidup (Newcomb-Anjo et al., 2017). Kehilangan orang tua pada tahapan Emerging adulthood menjadi sebuah ancaman tidak hanya pada aspek emosional juga terhadap kebutuhan materi (McCoyd & Walter, 2016). Subjek penelitian ini berusia 19-21 tahun yang mengalami kematian ayah secara mendadak. Individu yang berada di masa transisi atau emerging adulthood yang masih membutuhkan dukungan pada kehidupannya dalam menghadapi periode dewasanya. Selain itu, kondisi pandemic yang memiliki berbagai dampak dan kemungkinan yang jauh berbeda dengan kondisi pada umumnya. Dari penelitian ini subjek dapat mengidentifikasi keberdukaan yang mereka alami atas kematian ayahnya yang mendadak, melalui emosi, pikiran, fisik, dan perilaku subjek dan subjek dapat membagikan pengalamannya terkait cara subjek dalam menghadapi kematian ayahnya yang mendadak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian lain mengenai keberdukaan atas kematian ayah terhadap anak perempuan. Maka dari itu, penelitian ini akan mengungkap gambaran keberdukaan anak perempuan yang mengalami kematian ayah secara mendadak yang diakibatkan oleh Covid-19 dan proses coping subjek atas peristiwa kematian ayah yang diakibatkan oleh Covid-19.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi sehingga subjek penelitian ini bersifat homogen. Peneliti mengambil pendekatan fenomenologi karena berfokus pada dinamika proses keberdukaan anak perempuan yang mengalami kematian ayah akibat covid-19. Dalam hal ini subjek memiliki proses naik-turunnya keberdukaan yang mereka rasakan. Menurut Pietkiewicz & Smith (2014) fenomenologi memperhatikan cara sesuatu tampak bagi individu dalam pengalaman mereka dan berfokus pada bagaimana orang memandang dan berbicara tentang objek dan peristiwa. Penelit mendapatkan lima partisipan dengan kriteria partisipan sebagai berikut: (1) Berusia 18-25 tahun, (2) Mengalami kematian salah satu dari kedua Orang Tua Karena Covid-19 dan (3) Jenis kelamin perempuan (4) Bersedia menjadi partisipan. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian ini berusaha mengungkap pengalaman subjek terhadap berduka atas kematian orang tua yang disebabkan oleh virus Covid-19.

Partisipan

Menurut Smith et al. (2009) tidak ada jawaban pasti mengenai ukuran sampel dalam penelitian fenomenologis, disarankan antara tiga dan enam subjek penelitian dapat

menjadi ukuran sampel yang masuk akal. Sehingga dalam penelitian ini menggunakan sebanyak lima subjek penelitian, oleh karena itu peneliti mengumpulkan kesamaan subjek dalam tabel berikut.

Tabel 1. Deskripsi Subjek

Nama Samaran	Usia	Jenis Kelamin	Orang Tua Yang Meninggal
Dea	20 tahun	Perempuan	Ayah
Kia	20 tahun	Perempuan	Ayah
Inggrid	21 tahun	Perempuan	Ayah
Sofi	19 tahun	Perempuan	Ayah
Lita	21 tahun	Perempuan	Ayah

Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara semi terstruktur. Pedoman wawancara digunakan dalam penelitian ini namun tidak kaku, sehingga pertanyaan wawancara tidak selalu merujuk pada pedoman wawancara dan pertanyaan wawancara dapat berubah seiring bertambahnya data-data yang didapatkan dari partisipan.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Menurut Smith et al., (2009) IPA bersifat fenomenologis karena berhubungan dengan eksplorasi pengalaman subjek sendiri, penelitian IPA sendiri tertarik terhadap pengalaman penting yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan menurut Smith & Osborn (2008) teknik IPA ini mencoba untuk memahami makna subjektif dari pengalaman partisipan dan pengalaman yang dirasakan oleh partisipan. Oleh karena itu, teknik ini digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan pengalaman subjektif dan penerimaan subjek dalam proses kedukaan. Analisis dilakukan dengan cara membuat transkrip wawancara menggunakan margin kanan dan margin kiri. Margin kiri merupakan catatan peneliti terhadap transkrip wawancara dan margin kanan merupakan pengkodean dari temuan-temuan wawancara dari catatan peneliti. Kemudian temuan-temuan yang berada di margin kanan dikelompokkan berdasarkan kesesuaian makna yang disebut sebagai subtema. Semua subtema yang sudah diidentifikasi dikelompokkan berdasarkan kesamaan cakupannya sehingga menjadi tema-tema besar.

Uji keabsahan data menggunakan *member checking* dan triangulasi. *Member checking* merupakan membandingkan data hasil penelitian kembali kepada partisipan dan

menentukan apakah partisipan merasa data hasil penelitian tersebut akurat. Creswell (2017) menjelaskan member checking berguna untuk mengetahui seberapa akurat hasil yang diperoleh dari penelitian. Sedangkan triangulasi dimana data diperiksa berikut dengan sumber datanya untuk membangun justifikasi, dalam metode ini dapat pula dilakukan pembangunan tema berdasarkan sumber data dan perspektif subjek (Creswell & Creswell, 2018).

HASIL

Penelitian ini telah menemukan lima tema utama, yaitu latar belakang, gambaran kedukaan pasca kematian ayah, dampak kematian ayah pada emerging adulthood, proses coping, dan faktor pemengaruh proses coping. Berikut merupakan tabel temuan hasil penelitian berdasarkan hasil rangkuman wawancara pada partisipan

Tabel 1. Temuan Hasil Penelitian

Tema Utama	Sub-Tema
Latar Belakang	Penyebab kematian
	Hubungan dengan ayah
	Masalah Keluarga Akibat Covid-19
Gambaran Kedukaan pasca kematian ayah	Emosi
	Fisik
	Pikiran
	Perilaku
Dampak kematian ayah pada <i>emerging adulthood</i>	Tidak Adaptif
	Adaptif
Proses Coping	Strategi Coping
Faktor Pemengaruh proses coping	Faktor Pendorong
	Faktor yang melemahkan

Tema : Latar belakang Penyebab Kematian

Tema ini berisikan latar belakang subjek yang mengalami kematian ayah yang disebabkan oleh Dari kelima subjek memaparkan hal yang sama mengenai penyebab kematian ayahnya, yaitu covid-19. Kelima subjek menjelaskan kepada peneliti mengenai gejala-gejala penyakit yang dirasakan oleh ayahnya hingga terkena virus covid- 19.

[...] muntah terus panas badannya, apalagi kalau malam itu udah ga bisa tidur orang rumah [...] disitu akhirnya, swab disana, hasilnya positif (Dea, 25 Januari 2022)

pas di rontgen katanya paru-parunya itu sudah rusak.. terus kata dokternya disuruh isolasi, berapa hari ya.. dua hari kayaknya.. dua hari itu, diswab katanya positif (Sofi, 22 Februari 2022)

ayahku ngerasa kedinginan dan pas dipegang mbakku , ayah badane panas banget [...] keadaan ayahku keliatan sakit banget, terus diperiksa di puskesmas. Swab hasilnya positif (Kia, 23 Februari 2022)

kalau gak salah itu batuk parah itu batuk parah setiap malam cek saturasi itu setiap malam aku mantau saturasinya itu pernah di angka 80/70 itu (Inggrid, 29 Mei 2022)

ada anak kecil yang pilek gitu posisinya habis sakit flu lah terus akhirnya papa istirahat disitu, besoknya papa udah ngedrop gitu lah maksudnya udah meriang gitu, keringet dingin, agak susah juga di nafasnya (Lita, 28 Mei 2022)

Hubungan dengan ayah

Kelima subjek menceritakan bagaimana hubungan mereka dengan ayahnya sejak mereka di masa anak-anak hingga sebelum ayah mereka meninggal dunia atau bisa dikatakan pada masa dewasa. Dari hasil wawancara peneliti menyimpulkan jika kelima subjek memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan ayah mereka. Pada Dea dan Kia mereka memiliki hubungan yang tidak akur dengan ayahnya, keduanya sering mengalami perdebatan dengan ayahnya.

Tapi sebenarnya, aku sering berantem gitu sama abiku, kita sama-sama ngotot gitu loh orangnya[...] kita itu sering berantem terus pokoke sama -sama keras kepala gituloh [...] (Dea, 25 Januari 2022)
[...] hubunganku sama ayahku itu buruk banget gitu gak pernah akur [...] aku tuh sering berantem sama ayahku, sering cekcok (Kia, 23 Februari 2022)

Sedangkan pada Inggrid dan Lita penyebab mereka tidak dekat dengan ayahnya adalah kesibukan pekerjaan ayahnya yang membuat mereka jarang berinteraksi dan juga sifat ayah mereka yang dinilai cuek oleh kedua subjek menjadi penyebab hubungan yang kurang harmonis

karna kerjanya kan berangkat pagi pulang ya magrib, ya jarang komunikasi karena papa ya sendiri itu orangnya cuek. Papa itu orangnya cuek (Inggrid, 13 Februari 2022)

emang secara emosional kurang jadi kalau masih sekolah kan dulu aku dianter supir ya masian, jadi ya itu gak ada kedekatan yang sampai ngobrol atau

gimana gitu loh. jadi untuk emosionalnya kurang, papa cuman kurang bisa nunjukkin langsung tindakan gitu. ngajak ngobrol atau apa itu papa emang belum ada waktu karena memang sibuk (Lita, 28 Mei 2022)

Sedangkan pada Sofi memiliki alasan tersendiri mengapa ia tidak dekat dengan ayahnya, ia mengatakan jika ia merasa gengsi kepada ayahnya dan sifat ayahnya yang dinilai kaku menjadi penyebab ketidakdekatan keduanya.

sama ayah itu gengsi kayak kaku banget, soalnya dari kecil itu kan ayah sifatnya keras, kalau masalah pendidikan [...] saya sama ayah orangnya sama-sama gengsi ya, jadi gak bisa deket, gak bisa akrab (Sofi, 22 Februari 2022)

Masalah keluarga akibat Covid-19

Terdapat masalah yang muncul pada keluarga pasca kematian ayah yang terjadi di masa pandemi covid-19. Kelima subjek merasakan dampak yang dirasakan yaitu adanya penurunan penghasilan keluarga karena hilangnya sosok tulang punggung keluarga.

Pada Dea dan Ingrid merasakan bagaimana keadaan yang semula sebelum ayah meninggal merasa segala kebutuhannya tercukupi dan setelah ayah meninggal ia merasakan adanya penurunan dan mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan pribadi seperti saat sebelum ayahnya meninggal.

sebelum ayah meninggal, ya kalau secara aku sendiri ya, itu enak banget, soalnya uang sakuku banyak [...] , disitu kayak anjlok gitu loh habis sebanyak itu tiba-tiba langsung turun [...] (Dea, 25 Januari 2022)

kurang lagi ya ke ekonomi juga. kalo selama ini yang Menuhin kebutuhan pingin ini, pingin ini, itu papa (Ingrid, 13 Februari 2022)

Pada kedua subjek Lita dan Sofi merasakan adanya penurunan penghasilan keluarga setelah kematian ayah yang sebagai pemasukan utama keluarga.

kayak dulu kan yang cari nafkah kan ayah, terus pas udah gak ada ayah kan saya masih kuliah, adek-adek masih sekolah ya berasa banget lah ekonominya turun gitu kak (Sofi, 2 Februari 2022)

masalah yang muncul itu pemasukan yang utama karena biaya buat adek-adek, terus adekku juga lagi mondok terus pada saat itu aku masih transisi

jadi pemasukan itu yang utama, karena papa udah nggak ada (Lita, 28 Mei 2022)

Pada subjek Kia merasakan adanya penurunan penghasilan keluarga selain karena kematian ayah sebagai pencari nafkah juga kondisi pandemi yang mengakibatkan menurunnya keuangan keluarga.

kan pas covid juga ya, kan orang tuaku pedagang keliling netep di pasar pagi, perumahan gitu, jadi yo sempet ini kayak yo kekurangan gitu kan, soalnya kan lagi sepi, covid juga kan, jadi keuangannya menurun (Kia, 11 Juni 2022)

Selain adanya penurunan pemasukan keluarga yang disebabkan oleh peristiwa kematian ayah masalah kedua yang muncul yaitu adanya pengucilan terhadap keluarga yang ditinggalkan dari masyarakat. Hal ini dirasakan oleh Dea dimana ia merasa dikucilkan oleh masyarakat tempat tinggalnya sebab ayahnya yang meninggal karena Covid-19.

gak enakya itu, ya dijauhin sama tetangga, apalagi yang abiku setelah meninggal kan posisinya orang taunya meninggalnya karena covid, gak ada yang ngelayat, , itu bener-bener sepi banget gak ada orang yang ke rumah sama sekali. jadi tuh, itu ngerasa dikucilin sih [...] [...] kalau keluar pun, diliatin 'inilah' kayak orang tuh kalau tak liatin itu 'inilah anak yang bapaknya kemarin meninggal gara-gara covid' kayak ngeliat itu , kayak tatapan ngerendahkan [...] (Dea, 25 Januari 2022)

Sebab ayah subjek yang meninggal disebabkan oleh Covid-19, pada saat hari kematian ayahnya ia tidak mendapatkan adanya dukungan sosial secara langsung kepada keluarganya, Dea bercerita jika tidak ada yang berbela sungkawa sebagai bentuk dukungan terhadap keluarga dengan mengunjungi rumah keluarga yang ditinggalkan, keluarga Dea tidak mendapatkan dukungan tersebut.

Tema : Gambaran kedukaan pasca kematian

Tema ini memuat proses perubahan yang dirasakan oleh kelima subjek selepas kematian ayah. Proses keberdukaan subjek sebagai perubahan selepas kematian ayah subjek diidentifikasi berdasarkan emosi, fisik, pikiran, perilaku yang dirasakan oleh subjek.

Emosi

Perubahan emosi pada grief yang dialami oleh subjek terdiri dari beberapa tahapan dimana pada tahap pertama ialah penolakan, dimana subjek tidak mempercayai kenyataan akan kehilangan. Rasa tidak

percaya merupakan reaksi yang muncul pada saat lima subjek mendapati bahwa ayah mereka meninggal dunia.

jadi itu rasanya kayak kehilangannya itu yak apa ya.. antara kehilangan dan enggak.. sebenarnya karena aku nggak ngeliat abiku dikafani, gitu nggak ngeliat kan, jadi rasanya abiku tinggal dinas (keluar kota) gitu, awalnya aku ngerasa nyesek sih kok rasanya kayak.. sebenarnya udah meninggal tapi kayak nggak meninggal soalnya nggak ngeliat jenazahnya,, jadi pemakamannya itu kayak,, bukan abiku gitu loh, jadi kadang-kadang aku mikir, apa jangan-jangan disitu kosong.. abi ku pergi.. terus mikir aneh-aneh gitu pokoknya (Dea, 25 Januari 2022)

jadi waktu ayahku enggak ada itu pertama itu kan kaget, shock masih denial gitu ya istilahnya kayak masih belum percaya ini beneran atau enggak (Kia, 29 Mei 2022)

nangis sih pertama teriak, gak teriak cuman bilang‘sing temen (yang bener)’ ibuku kan pas itu telepon, terus nangis dibawa ke rumahnya uti. sampai rumah uti nangis sambil teriak – teriak histeris (Inggrid, 29 Mei 2022)

sedih, terus kayak gak percaya mau pingsan gitu, kayak mau teriak kan, itu pas di rumah sakit depan ruang isolasi disitu kan banyak orang yang nungguin keluarganya yang di isoman. saya mau teriak-teriak, kek gak percaya ya Allah kok gitu kok gini, kenapa sih, udah gak punya ayah lagi (Sofi, 9 April 2022)

terus pas itu terjadi ya otomatis kaget dulu ya, pasti‘hah, beneran’ masih gak nyangka, maksudnya ini beneran apa nggak (Lita, 28 Mei 2022)

Kesedihan yang dialami oleh subjek selepas kematian ayah merupakan respon yang wajar. Pada subjek Dea merasakan jika ia merasa sedih karena ia yang tidak bisa melihat pemakaman ayahnya secara langsung sehingga ia merasa jika ayahnya sedang bekerja di luar kota.

perasaanku sendiri kalau emang yang awal-awal emang dikit-dikit kepikiran, terus tiba-tiba nangis gitu sih mbak, meskipun aku kadang mikirnya oh mungkin rasanya kayak abi lagi di luar kota tapi, kayak sadar juga kalau abi udah gak ada tiba-tiba nangis (Dea, 30 Mei 2022)

Perasaan sedih yang dirasakan oleh Dea karena ia yang tidak melihat jenazah ayahnya secara langsung. Sehingga ia merasa jika ayahnya tidak meninggal. Pada subjek Inggrid merasakan sedih yang berulang,

perasaan sedih itu timbul ketika jam ayahnya pulang ke rumah dari bekerja.

kalau jam papa pulang, papa pulang biasanya magrib, itu kayak sedih itu timbul, nunggu beliau datang ya gak datang-datang, ya padahal selama ini emang gak ditungguin, tapi orangnya nggak ada itu ditungguin (Inggrid, 29 Mei 2022)

Inggrid merasa ia menunggu sosok ayahnya untuk pulang ke rumah. Sebelum peristiwa kematian ayahnya, Inggrid tidak pernah menunggu ayahnya pulang ke rumah. Namun, ketika peristiwa kematian ayahnya saat jam-jam waktu pulang kerja sosok ayahnya yang pulang ke rumah adalah hal yang diharapkan.

Perasaan sedih yang berulang juga dirasakan oleh Kia.

kadang kayak kumat-kumat an (kambuh) gituloh, yak apa ya kadang itu tiba-tiba sedih banget sampai kayak nangis kayak gitu (Kia, 23 Februari 2022)

Tahapan kedua yang dialami oleh subjek adalah merasa marah (anger) yang dilampiaskan kepada orang lain. Perasaan marah terhadap orang lain muncul pada ketiga subjek yaitu Dea, Inggrid, dan Lita. Mereka merasa marah terhadap pihak-pihak yang berhubungan dengan kematian ayahnya.

marah ke kesel ya jengkel gitu ke pihak rumah sakit soalnya kan, abiku kan covid dan hasil kedua kan belum keluar dan keluar setelah dimakamin dan ternyata hasilnya negatif itu sih yang sampai sekarang masih jengkel gitu (Dea, 30 Mei 2022)

ya marah karna gak ada yang bisa nyelametin papa gitu, terus aku kan sempat minta tolong ke saudaraku juga yang perawat minta tolong, terus minta tolong ke ustadz juga itu enggak ada yang bisa tolong gituloh, ya marah karna gak ada yang bisa nyelametin papa. gak ada yang bisa bantu papa buat bangun lagi (Inggrid, 29 Mei 2022)

sebenarnya adik ku yang disana itu kan sakit nih, flu. dia tidur di satu kasur nah besoknya papa tidur disitu kayak seharusnya kalau udah tau sakit dan anaknya itu dibiarkan main gitu loh mel di saat pandemi gituloh mel, kayak masuk dari luar itu gak cuci tangan gak apa langsung ke kasur dan posisinya dia kan lagi sakit itu tadi kan dan itu mungkin yang nyebabin papa langsung drop kondisinya (Lita, 28 Mei 2022)

Perasaan marah terhadap orang lain ini muncul karena subjek yang merasa jika keadaan ayah akan lebih baik dari seharusnya. Hal ini dikarenakan subjek yang belum menerima kematian ayahnya. Selain perasaan marah terhadap orang lain, ketiga subjek merasakan perasaan kehilangan. Perasaan kehilangan ini dirasakan oleh subjek, sebagaimana ayah adalah orang tua bagi subjek sendiri walaupun mereka memiliki hubungan yang kurang harmonis. Pada subjek Dea yang memiliki hubungan yang tidak akur dengan ayahnya merasa kehilangan sosok ayahnya.

perasaan kehilangan ya mbak, soalnya langsung dari yang awalnya rame banget kondisi rumah tiba-tiba, sepi dan iku gak enak ya ternyata gak ada abi (Dea, 30 Mei 2022)

Pada subjek Kia merasakan kehilangan ayahnya karena selama masa sebelum waktu ayah meninggal ia tidak pernah membuat kenangan yang baik dengan ayahnya, dikarenakan hubungan subjek dengan ayahnya sebelum waktu kematian dinilai tidak pernah akur.

waktu ayahku gak ada itu bener ngerasa kehilangan, kenapa kok gak bikin memori yang indah, kenapa kok banyak berantem, mangkel- mangkelane (Kia, 23 Februari 2022)

menurutku ini kayak kehilangan sebagian hidupku, kehilangan figur penopang rumah tangga, figur apa memberi wawasan, figur penuntun, penuntun jalan (Inggrid, 29 Mei 2022)

Kutipan wawancara dari ketiga partisipan menunjukkan jika mereka benar-benar merasakan kehilangan walaupun sebelumnya hubungan mereka yang kurang harmonis dengan ayah. Tahapan ketiga yaitu bargaining (tawar-menawar) dimana dalam tahapan ini kelima partisipan merasakan perasaan menyesal akan kematian ayahnya perasaan ini dikarenakan hubungan mereka yang tidak cukup dekat dengan ayah ditambah mereka mengalami peristiwa ini.

[..] aku loh nyesel kenapa dulu aku gak akur sama abiku [...] (Dea, 25 Januari 2022) , [...]nyesel terus pokoke karena dulu juga sering marah-marah sama abi, lebih gitu sih, jadi waktu meninggal ya aku belum menerima karena aku belum benerin semuanya, kayak gitu (Dea, 30 Mei 2022)

yang paling besar ya rasa nyesal itu sih, soale aku belum pernah jadi anak yang berbakti gitu loh aku belum menunjukkan kalau aku bisa sukses ya itu aku paling besar ngerasa bersalah itu karena aku belum sempat minta maaf (Kia, 29 Mei 2022)

gak bisa deket dan gak ngeh kalo ternyata secepat ini , nge rasanya kayak belum cukup nih buat kita deket, kok ternyata udah enggak ada (Lita, 28 Mei 2022)
nyesel dulu kenapa gak nurut, kenapa gak deket terus

kok secepat itu meninggalkan keluarga, gitu (Sofi, 2 Februari 2022) [...] menyesalnya itu kayak, dulu kan saya gak menghargai waktu bareng keluarga, jadi kalau pulang dari pondok itu saya memanfaatkan waktu saya buat tidur, malas-malasan di rumah ya keluar sama temen jadi ya jarang waktu kumpul sama keluarga (Sofi, 3 Juni 2022)

Kutipan wawancara dari kelima subjek menjelaskan jika mereka tetap merasakan menyesal atas kematian ayah mereka, walaupun hubungan dengan ayah mereka memiliki hubungan yang kurang harmonis. Perasaan menyesal ini muncul sebagai ungkapan penolakan namun merasa lemah dan tidak berdaya.

Dalam proses berduka subjek Inggrid merasa jika ia mudah mengalami perubahan emosi dimana ia merasa ingin marah namun ia memendam perasaan tersebut atau ia lampiaskan kepada adiknya yang berbuat kesalahan. Perasaan mudah terbawa emosi negatif ini dikarenakan subjek yang merasa lelah akibat peristiwa kematian ayah dan kebutuhan pribadi yang tidak terpenuhi akibat perubahan yang terjadi pada hidupnya.

[...] gampang dibawa emosi, dibawa emosi itu kek emosi2 negatif gitu loh kayak pingin marah tapi tak pendem kalau gak gitu ya tak lampiasin ke adekku (Inggrid, 29 Mei)

Tahap keempat yang muncul yaitu tahapan *depression* dimana diikuti perasaan tertekan. Hal ini yang dirasakan oleh Inggrid. Ia merasa tertekan, dimana perubahan yang sebelumnya ia selalu bermain dengan teman-temannya lalu adanya peristiwa kematian ayah ia tidak diperbolehkan untuk keluar bersama teman-temannya karena masih dalam masa berkabung. Hal ini yang membuat subjek MN merasakan tertekan.

selama 100 hari itu aku gak diijinin buat main sama ibuku gak diijinin karena ya mungkin karena masih berduka lakok kamu malah main, kayak gitu lo mbak sampai 100 hari itu gak diijinin keluar, boleh keluar tapi gak boleh main, nongkrong gitu enggak. disitu aku makin tertekan (Inggrid, 29 Mei 2022)

Fisik

Munculnya simtom-simtom fisiologis pada subjek diakibatkan oleh proses *grief* yang dialami oleh subjek dimana subjek merasakan adanya dampak yang terjadi pada tubuhnya dimana ia merasa lelah dan tidak nafsu makan yang berujung subjek jatuh sakit. Perasaan lelah ini dirasakan oleh Inggrid yang mana setelah kematian ayahnya dan juga ibunya yang terkena virus covid-19 membuatnya mengambil alih dalam mengurus keuangan keluarga sendiri.

perasaanku ya capek, gelisah terus gampang ngantuk juga tapi gak bisa tidur, mungkin ngantuknya karena capek karena kan selama hari

pertama sampai selesai tujuh harinya papa aku kan mengurus keuangan sendiri (Inggrid, 29 Mei 2022)

Lelah yang dirasakan oleh subjek akibat mengurus acara keagamaan sebagai permohonan doa kepada ayahnya ditambah ibu subjek yang bertepatan pada waktu itu terkena covid-19. Pada masa berduka juga dapat mempengaruhi pola makan subjek KS dimana ia jarang makan sehingga ia jatuh sakit.

pola makan ya, jarang makan, sampai kena lambung (Sofi, 3 Juni 2022)

Pikiran

Tahapan ketiga adalah *bargaining* (tawar-menawar) di proses berduka subjek memaparkan dalam wawancara jika ia masih mengandaikan jika ayah masih hidup.

[...] kadang tuh tiba-tiba kepikiran seandainya masih ada abi pasti sekarang kondisi keluargaku gak kayak sekarang (Dea, 25 Januari 2022)

Kondisi subjek FD yang mengalami penurunan ekonomi keluarga pasca kematian ayahnya yang menyebabkan ia berharap jika ayahnya masih hidup. Sedangkan pada Kia dan Lita dalam masa berduka ia mengungkapkan jika mereka ingin sekali bertemu dengan ayahnya, sebagaimana subjek Kia ingin bertemu ayahnya di mimpi dan mengucapkan maaf kepada ayahnya.

aku pingin ayahku bisa muncul di mimpiku aku tuh pingin minta maaf (Kia, 29 Mei 2022)

Subjek Kia berkata demikian dalam wawancara ia ingin mengucapkan maaf kepada ayahnya dikarenakan hubungan mereka yang tidak akur sebelum peristiwa kematian ayah. Keinginan ini juga dirasakan oleh subjek Lita yang ingin bertemu dengan ayah

aku tuh pengen meluk sih, diantara keinginan paling besar pingin peluk papa (Lita, 28 Mei 2022)

Selain ingin bertemu dengan ayah, subjek lain yaitu subjek Inggrid merasa jika ia selalu teringat kenangan-kenangan yang berkaitan dengan ayahnya, seperti tempat yang pernah ia kunjungi bersama ayahnya dapat membuat subjek Inggrid menjadi mengingat kepergian ayahnya kembali.

setiap tempat yang aku datang rata-rata ingat papa, ... kalau aku balik ke tempat-tempat itu lagi ya keinget sama papa, sampai kadang aku kesal sendiri sih sama diriku (Inggrid, 29 Mei 2022).

Inggrid juga merasa jika ia berharap seandainya hubungannya dengan ayahnya yang dekat, hal ini ia rasakan setelah kepergian ayahnya. Perasaan ini muncul diakibatkan oleh perasaan menyesal yang dialami oleh

subjek.

kan gini mikirku gini coba aja papa ini gak cuek, pasti aku deket sama papa, bisa menjalin hubungan yang baik sama papa, lebih perhatian ke papa, lebih berbakti sama papa, baru kerasa itu semua setelah papa enggak ada (Inggrid, 29 Mei 2022)

Dari kutipan tersebut subjek merasa jika penyebab hubungan yang kurang harmonis dengan ayahnya adalah karena subjek merasa jika ayahnya cuek dan setelah kepergian ayahnya ia menyadari jika ia bisa menjadi dekat dengan ayahnya kalau ayahnya tidak cuek kepada dirinya.

Selain itu, ketiga subjek merasa jika mereka menyalahkan dirinya sendiri hal ini dengan hubungan mereka yang tidak harmonis dengan ayah hal ini dirasakan oleh subjek Dea, Kia, dan Inggrid.

lebih ke nyalahin diri sendiri sih mbak soalnya nasihat-nasihatnya abi itu baru kerasa waktu abi itu udah enggak ada (Dea, 30 Mei 2022)

Dea yang memiliki hubungan yang tidak akur dengan ayahnya. Sebelum ayah meninggalkan dirinya, ia merasa diatur oleh ayahnya dan setelah ayah meninggal ia baru merasakan jika nasihat- nasihat yang diberikan oleh ayahnya berguna untuk dirinya.aku tuh punya banyak salah sama ayahku, aku tuh kalo ngomong sama ayahku emang nadanya marah- marah [...] ya karna aku ngerasa jahat banget jadi orang, ngerasa kenapa aku dulu itu gak bisa baik ke ayahku mungkin juga ayahku itu pingin dekat sama aku, yo mungkin ngerasain kesepian gitu tapi aku tuh gak pernah mau peduli gitu (Kia, 29 Mei 2022)

Subjek Kia merasa jika ia banyak melakukan kesalahan terhadap ayahnya, perbuatannya di masa lalu kepada ayahnya membuat ia menyalahkan dirinya sendiri. Hal serupa juga diungkapkan oleh Inggrid yang menyesali perbuatannya terhadap ayah sebelum meninggal.

karena aku ini kurang ajar, gak berbakti sama orang tua, gak bisa nyenengin orang tua (Inggrid, 29 Mei 2022)

Perilaku

Sub-tema ini membahas mengenai perilaku yang dilakukan oleh subjek penelitian ketika pasca kematian ayah. perilaku-perilaku ini muncul akibat dari dampak kematian ayah pada diri subjek yang berkaitan dengan aktivitas sehari-hari. Tahapan yang muncul dalam hal ini adalah tahapan depression dimana subjek muncul perilaku menarik diri dari sosial.

malah saya sejak ayah meninggal itu semangat hidup saya kurang kayak semakin males ketemu

sama orang-orang baru gitu, kek pengen menyendiri terus (Sofi, 9 April 2022)

biasanya dulu kan saya masih keluar-keluar kelas waktu jam kosong di taman lah di kantin, tapi sejak ayah saya meninggal itu saya lebih suka dalam kelas, jarang keluar kelas. keluar kelas itu kalau pulang pokoknya gak ada mata kuliah gitu (Sofi, 9 April 2022)

Sofi merasa jika sejak kematian ayahnya ia merasa ingin menyendiri, perilaku ini disebabkan karena ia tidak ingin terhubung dengan orang lain kala ia masih berduka atas ayahnya. ia merasa kurang ada motivasi sehingga ia menghindari interaksi dengan orang lain. Hal yang sama dilakukan oleh Lita dimana ia tidak memiliki keinginan untuk beraktivitas dikarenakan rasa sedih yang masih ada setelah kematian ayah.

[...] dalam waktu sebulan ya kita anggap aja sebulan itu tuh yang masih kadang itu lebih suka diem, gak ngapa-ngapain kayak aku masih sedih, kayak aku yang gak mood ngelanjutin aktivitas, kayak aku pingin dunia ini berhenti sebentar aja kayak sek jangan nyuruh aku berjalan dulu, aku masih sedih. gitu sih (Lita, 28 Mei 2022)

Proses perubahan aktivitas setelah kematian ayah yang dialami oleh kedua subjek yaitu Dea dan Ingrid adalah tidak memiliki nafsu makan.

mau makan itu gak enak banget rasanya jadi aku males banget makan, kadang kalau makan pun bener-bener dikit banget gak selahap biasanya (Dea, 30 Mei 2022)

papa nggak ada, itu makan gak nafsu baru dipaksa baru makan, dipaksa disiapin gitu ya, sampai disiapin itu makannya, disiapin baru aku makan, disiapin dan ditungguin itu aku baru makan (Ingrid, 29 Mei 2022)

Selain perubahan pada pola makan yang dirasakan oleh Dea dan Ingrid. Dea juga merasakan adanya perubahan jam tidur yang tidak seperti biasanya saat sebelum ayahnya meninggal.

beberapa hari awal setelah abiku enggak ada, tidur itu aku gak sampai dua jam sih, soalnya abiku kan meninggalnya malam ya, malam ke pagi itu aku gak tidur deh, gak bisa tidur karena kepikiran petinya abiku dimasukin itu, itu sih yang paling tak inget (Dea, 30 Mei 2022)

Tema: Dampak kematian ayah pada *emerging adulthood*

Peristiwa kematian ayah yang dialami oleh lima subjek berdampak pada fase dewasanya. Dalam tema ini mengungkapkan bahwa terdapat perilaku adaptif

dan tidak adaptif sebagai dampak dari kematian ayah terhadap subjek. Perilaku adaptif menjelaskan bahwa dengan usia subjek yang telah dewasa mereka dapat menerima peristiwa kematian ayahnya secara positif sedangkan perilaku tidak adaptif yang dilakukan oleh subjek menjadikan bahwa terdapat masalah yang masih ada dalam diri subjek, selepas peristiwa kematian ayahnya.

Adaptif

Tahapan kelima yang muncul dalam individu adalah tahapan *acceptance*. Dimana individu dalam tahapan *acceptance* mengungkapkan bahwa ia mencoba menerima keadaan dan tidak ingin merasa sedih yang mendalam, Meskipun memiliki hubungan yang tidak baik dengan ayahnya dan mengalami kematian ayah tidak membuat subjek merasa mendapatkan suatu masalah, subjek dalam hal ini dapat menerima keadaan dari peristiwa kematian ayahnya.

aku belajar untuk menerima keadaan sih dan untuk menjadi lebih kuat (Lita, 10 Juni 2022)

Selain itu, Lita menuturkan jika dari peristiwa kematian ayahnya ia tidak ingin bersedih yang berlarut. sesedih apapun merasa seberat apapun ya hidup terus berjalan dan kalau dipikir juga mau sampai kapan kalau kita gak bergerak kayaknya bukan ini juga yang papa mau (Lita, 10 Juni 2022)

Subjek yang memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan ayahnya di masa lalu merasa belajar dari peristiwa tersebut. Kia merasakan jika ia ingin menunjukkan kasih sayangnya terhadap keluarga yang masih ada, ia merasa jika tidak ingin melakukan kesalahan yang sama dengan yang terjadi pada ayahnya. Dari keadaan tersebut ia menunjukkan kasih sayangnya terhadap ibunya.

lebih ke perilaku seh, aku dulu anaknya tertutup kan kalau sama keluarga jarang menampilkan ekspresi gitu tapi sekarang gitu aku sering bercanda sama keluarga, sering meluk-meluk ibuku, nyium ibuku, bercandain ibuku, kayak gitu sih lebih pengen dekat sama keluarga (Kia, 29 Mei 2022)

Setelah peristiwa kematian ayah memiliki dampak yang positif terhadap keluarga mereka. Hilangnya ayah dari keluarga mereka membuat mereka menyadari untuk saling terhubung satu sama lain dengan anggota keluarga mereka. Hal ini diungkapkan oleh keempat subjek, dari kutipan berikut

Interaksiku sama keluarga ya terutama ibu itu lebih.. ibu seh lebih terbuka, kalau ada apa-apa sering cerita, [...] pokoknya ibu lebih terbuka sih ke aku, kalau ke adek-adekku sekarang lebih ke itu sih, prioritasku sekarang bukan ke diriku sendiri

[...] sekarang kebahagiaanku bukan aku sendiri ya adik-adikku juga jadi faktor buat aku gak egois, kebahagiaan adikku ada di aku juga (Inggrid, 13 Februari 2022)

makin dekat soalnya udah kek kehilangan ayah terus merasa nyesel gitu, takut nanti kehilangan ibu terus nyesel lagi (Sofi, 2 Februari 2022)

[...] kalau sama umiku, eh keknya sama sih, oh cuman mungkin, kalau dulu aku gak pernah cerita kayak kejadian di sekolah, gitu tuh gak pernah, tapi sekarang kayak udah mulai tak certain kayak teman-temanku semuanya kayak gimana, jadi kek (kayak) lebih, ke kehidupanku lah, aku lebih berani cerita kehidupanku, kayak gitu (Dea, 25 Januari 2022)

kalo hubungan, semakin erat sih aku sama mama jadi sering ngobrol, sharing, sama adek-adek juga. Karna yang bisa diandelin sekarang ya kita berempat gitu harus saling menguatkan, kita jadi lebih menghargai kehadiran orang-orang tersayang (Lita, 28 Mei 2022)

Dari pernyataan keempat subjek mereka dapat menyadari kehadiran anggota keluarga lain adalah hal yang penting, perasaan menyesal terhadap ayah dan tidak ingin melakukan kesalahan yang sama terhadap keluarga lain menjadikan mereka untuk menjalin hubungan yang dekat dengan keluarganya.

Tidak Adaptif

Hubungan subjek yang tidak memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan ayahnya dan mengalami peristiwa kematian ayah berdampak pada masa dewasanya. Dampak ini menimbulkan perilaku-perilaku yang tidak adaptif dan berpengaruh pada masa dewasanya. Subjek Dea menuturkan jika ayahnya adalah sosok pengatur hidupnya. Sehingga ketika ayahnya meninggal ia mengalami kehilangan kontrol hidupnya.

karena aku kebiasaan di arahin sama abiku apa apa dipilih meskipun aku ngerasa gak enak tapi aku ngerasa hidupku jelas maksudnya karna udah ditentukan sama abiku pas abiku udah nggak ada jujur aku gak tau harus ngapain misal kayak apa ya, aku lulus mau kerja apa (Dea, 11 Juni 2022)

Selain itu, Dea menuturkan pula jika keadaan rumah selepas ayahnya yang meninggal terasa lebih tenang. Ia merasa jika kondisi rumah sebelum ditinggalkan oleh ayah membuatnya tertekan.

sebenarnya aku ngerasa ada dampak positifnya juga abiku enggak ada kondisi rumah waktu ada abiku bikin aku tertekan terus abiku udah nggak ada, yaudah tekanan itu sudah hilang, ya meskipun sedih pasti sedih, tapi kalau di rumah gitu aku ya udah ga se tertekan dulu, itu salah satu kesenangannya (Dea, 11 Juni 2022)

Pada subjek Inggrid mengalami perasaan hampa dimana ia merasa tidak dapat merasakan kesenangan saat bersama teman-temannya. Sehingga ia merasa disorganisasi atau tidak terhubung dengan kenyataan.

[...] meskipun aku kerasa seneng ya, senengnya itu hambar, ya bener aku main sama temen, kemana-mana, senyum, ketawa-ketawa. iya seneng tapi senengku itu kayak garing gitu loh mbak. dalam hati itu kayak garing [...] (Inggrid, 29 Mei 2022)

Selain itu, pada subjek Kia ia menganggap jika perilakunya di masa lalu terhadap ayahnya yang tidak menyenangkan membuatnya merasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri.

ngerasa bersalah itu kan masalah baru seh nek buat aku yo, saking merasa bersalahnya itu sampai yak apa nyalahin diri sendiri terus sampai yang aku waktu itu bilang ke psikolog dibilang depresi ringan, menurutku itu masalah baru setelah ayahku enggak ada (Kia, 11 Juni 2022)

Selain itu, pada penuturan Sofi yang mengungkapkan jika ia merasa tidak percaya diri setelah kematian ayahnya.

sejak ayah gak ada percaya diriku itu menurun [...] kalau sekarang itu gak bisa lepas masker kalau di luar, gak pede aja, terus kemana-mana juga gak berani sendiri maksudnya kayak jalan ke kampus sendiri lewat tengah-tengah orang banyak gitu gak pede, takut ketemu orang baru (Sofi, 11 Juni 2022)

Tema: Proses Coping

Terlepas dari pengalaman individu yang peristiwa meninggalnya ayah dan mereka ternyata memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan ayahnya di masa anak-anak hingga masa dewasa. Individu memiliki cara untuk menghadapi kedua situasi tersebut yaitu meninggalnya ayah dan hubungan mereka yang kurang harmonis dengan sumber daya yang mereka miliki.

Strategi coping

Cara untuk menanggulangi yang dilakukan individu dalam menghadapi situasi setelah kematian ayah adalah tidak ingin menunjukkan kesedihannya di depan anggota keluarganya.

kalau misalnya aku terus terpuruk-puruk kayak gitu, dan itu ngetarani mbakku tau, umiku tau

aku sedih gara2 abiku, ya mereka kan juga ikut sedih gitu loh jadi aku harus tetap semangat sih apalagi kalau di hadapan keluargaku aku gak mau kelihatan sedih gara2 udah gak punya abi lagi (Dea, 30 Mei 2022)

Selain tidak ingin menunjukkan kesedihannya, yang dialami oleh Kia yang memiliki permasalahan menyalahkan dirinya sendiri terlalu dalam ia mencari bantuan kepada profesional, yaitu psikolog untuk membantu dirinya.

waktu itu aku sempet bener-bener terpuruk kan kayak udah gak ada jalan lain gitu, wes kayak hopeless banget, terus aku itu minta bantuan kan, ke yowes kek psikolog gitu lah, akhirnya dari situ dibantu menata tujuan hidup itu apa sih, apa ya berusaha buat gak terlalu menyalahkan diri sendiri gitu (Kia, 29 Mei 2022)

Cara yang sama dilakukan oleh Sofi adalah kepada teman-temannya, hal ini membantu dirinya dalam menghadapi situasi pasca kematian ayah. Ia merasa mendapatkan motivasi selepas bercerita dengan teman-teman dekatnya.

saya cerita teman dekat sahabat saya, kenapa saya kok gini makin menyendiri gak kayak dulu gitu terus dikasih motivasi lah (Sofi, 9 April 2022)

Lebih lanjut lagi, Kia memiliki cara yang dilakukannya yaitu dengan menyadari keluarga yang masih ada ia merasa tidak ingin menyesal kembali terhadap ibunya.

aku tuh mikir ke keluargaku aku masih punya ibu, gituloh aku tuh gak mau sampai aku itu nyesel lagi, apa yang tak lakuin ke ayahku itu tak lakuin juga ke ibuku jadi karena aku gak bisa berbakti ke ayahku ya aku tuh pengen berbakti ke ibu ku, seenggak e kalau aku nyesel gara-gara ayahku aku gak mau nyesel gara-gara ibuku (Kia, 29 Mei 2022)

Strategi yang dilakukan oleh Ingrid adalah dengan menyadari bahwa kematian adalah bagian dari takdir.

aku mikir lagi, namanya juga manusia pasti ada masa berakhirnya, takdirnya itu sampai situ ya aku mikirnya kalau takdirnya papaku sampai situ, kalau papaku sampai sekarang ada mungkin papaku ngerasain sakit, ngerasain menderita atau gimana, mikirku lebih ke situ (Ingrid, 29 Mei 2022)

Pada subjek AF merasa jika ia telah ikhlas dalam menghadapi situasi kematian ayah.

sebenarnya kalau mau dibilang ikhlas ya sudah ikhlas, karna gak mungkin kembali juga gitu kan, kita nangis gak mungkin

kembali [...] mau gak mau siap gak siap ya tetep harus bergerak itu tad, jadi ya dijalanin aja dengan sabar dan ikhlas (Lita, 28 Mei 2022)

Selain itu, Lita juga menerangkan bahwasannya dengan cara bersyukur ia dapat menerima situasi kematian ayahnya.

karena beliau sudah enggak ada, walaupun aku mau marah atau kecewa sama beliau takutnya malah nanti menyusahkan beliau jadi mending aku enggak. ya lebih baik aku yauda aku setiap hari bersyukur lah pernah dikasih kesempatan untuk kenal sama papa, dibesarin sama papa gitu lah (Lita, 28 Mei 2022)

Tema: Faktor pemengaruh proses coping **Faktor pendorong**

Perhatian yang didapatkan dari keluarga mempengaruhi individu dalam menerima situasi sulit. Pada kondisi yang dialami oleh Dea yang mengalami kematian ayah membuat perubahan terhadap kakaknya dan hal tersebut menjadikan hubungan keduanya menjadi semakin dekat.

yang bisa bikin aku menerima semuanya, lebih ke mbakku sih, soale itu tadi dia itu tiba-tiba berubah gitu loh, berubah banget dari yang dulu sering berantem, pukul-pukulan kok dia bisa jadi baik, pokoknya sekarang bener-bener apa ya, aku dianggap ada gitu loh [...] (Dea, 25 Januari 2022)

Pada Lita dan Sofi mengalami hal yang sama, dimana ia mendapatkan perhatian dari ibunya sebagai satu-satunya orang tua.

pertama itu dari, kata-kata sih. maksudnya di rumah kan cuman ada aku sama mama kan, jadi otomatis mama bolak-balik menenangkan aku kan (Lita, 28 Mei 2022)

ada motivasi dari ibu, dinasehati ibu dikasih motivasi sama ibu, maksudnya ibuku yang dekat sama ayah aja bisa gitu, masa aku yang kayak gini aja gak bisa, harusnya kan ibu lebih sedih kan, terus timbul kemauan sendiri kalau saya harus bangkit (Sofi, 3 Juni 2022)

Dorongan dalam diri individu membantu individu dalam mengatasi situasi kedukaan atas kematian ayahnya. Hal ini dirasakan oleh Kia, Sofi, dan Dea.

yang mendorong ya diriku sendiri, aku tuh gak bisa hidup tetap disini aku tuh harus berubah mau gak mau harus tetap berjalan, soalnya kita hidup gak bisa stuck disitu tok (Kia, 29 Mei 2022)

mau sampai kapan kayak gitu terus kak saya mikrinya kayak gitu, kan setiap orang juga pasti meninggal kan kak, terus kalau aku kayak gini

terus gak bakalan buat ayahku hidup lagi (Sofi, 9 April 2022)

aku juga mikir sih kalau aku gini terus mama juga kasian, terus nanti takutnya hidupku ngestuck terus gitu mel, jadi ya itu akhirnya aku bikin pelan-pelan yaudah itu jalannya (Lita, 28 Mei 2022)

Dari kutipan wawancara tersebut individu menyadari akan perilaku yang mereka lakukan pada proses keberdukaan dalam mencapai proses penerimaan atas kematian ayahnya. Pada subjek Ingrid ia dalam menanggulangi situasi yang dihadapinya, ia melihat kondisi teman sebayanya yang memiliki kondisi yang sama, kemudian ia menerapkan apa yang dilakukan temannya.

yang pertama aku tuh ngaca dari temanku ada satu circleku cewek juga dia sama ga punya ayah kayak aku dia sudah ditinggalin ayahnya sejak sma, yang bikin aku nerima ya karena dia, dia itu gak pernah ngeliatin sedihnya di depan umum bahkan di story pun dia gak pernah kek misalkan kita lagi nongkrong dia itu gak pernah bahas ayahnya andaikan bapakku masih ada, itu gak pernah, andaikan bapakku kayak gini-gini, itu gak pernah, kayak dia tuh kayak mungkin dia sedih tapi dia itu menutupinya, nah aku tuh kayak ngaca dari dia. dia aja bisa kenapa aku tuh gak bisa? (Ingrid, 29 Mei 2022)

Pada subjek Ingrid memandang apa yang terjadi kepada ayahnya merupakan bagian dari kuasa Tuhan.

Namanya manusia itu juga ada waktu istirahat, namanya nyawa itu kan yang megang Tuhan, kita enggak bisa gitu loh bikin orang itu hidup gak bisa, karna kan memang manusia sudah di setting kalau ada waktunya dia berakhir. Aku lebih mikir sih kalau memang itu sudah waktunya papaku buat istirahat (Ingrid, 29 Mei 2022)

Faktor yang melemahkan

Selain faktor pendorong juga terdapat faktor yang melemahkan subjek dalam melakukan proses coping. Pada subjek Dea yaitu mengingat perilaku buruknya di masa lalu terhadap ayah

abiku kek udah berusaha buat deket sama aku tapi kek aku kayaknya karena memang sifatku yang kayak gitu ke abiku, jadi ya ya wes aku gak bisa bersikap baik (Dea, 30 Mei 2022)

Objek atau benda-benda seperti foto dapat membuat subjek teringat oleh ayahnya, hal ini yang dirasakan pada Sofi.

itu sih kak saya lihat2 foto-foto jaman dulu, itu keingat lagi, foto-foto waktu kecil, foto-

foto jaman dulu sama ayah (Sofi, 3 Juni 2022)

Perubahan kondisi ekonomi keluarga yang semula tercukupi dan sekarang mengalami penurunan yang signifikan membuat Ingrid masih mengharapkan ayahnya masih ada.

ekonomi keluargaku kan melemah sedangkan aku pingin ini, aku butuh ini sedangkan ibuku kayak 'sek tunggu dulu', coba kalau papaku ada (Ingrid, 29 Mei 2022)

Selain itu, yang dirasakan oleh Lita apabila ia merasa banyak tekanan yang dihadapinya, ia akan kembali sedih terhadap ayahnya. kalau lagi capek, maksudnya capeknya itu dalam arti yang bener-bener capek lagi banyak pikiran gitu nah itu kadang ada momen kayak berujung aku kangen papa yang kangen banget sampai akhirnya ya sedih lagi gitu, kayak aku kangen (Lita, 28 Mei 2022)

Pada subjek Kia situasi yang membuatnya menurun kembali adalah ia yang tidak memiliki kemauan untuk mempercayai dirinya sendiri.

yang bikin aku down yang diriku sendiri karena ya itu tadi aku masih gak bisa percaya sama diriku sendiri, karena aku masih juga hal yang paling aku benci saat ini kan diriku sendiri, nah itu sendiri yang bikin ngedown sebenarnya (Kia, 29 Mei 2022)

Hal ini diungkapkan oleh subjek karena perlakuan buruk subjek terhadap ayahnya di masa lalu membuat ia merasa buruk dan menyalahkan dirinya.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini digambarkan dalam lima tema penelitian yang masing-masing memiliki subtema dengan rincian sebagai berikut: (1) Latar Belakang penelitian yang terdiri dari tiga subtema yakni a) Penyebab grief subjek yakni kematian salah satu dari kedua orang tua karena pandemi covid yang digambarkan dengan gejala seperti demam, muntah-muntah, hingga penurunan fungsi pernafasan pada keluarga subjek yang mengalami covid-19. b) Sub tema kedua adalah kondisi hubungan subjek dengan orang tua yang meninggal dunia yaitu ayahnya. Dimana pada subjek penelitian diketahui bahwa hubungan yang dimiliki subjek kurang harmonis dan subjek kurang lekat dengan ayahnya dengan pada Dea dan Kia mereka tidak memiliki hubungan yang akrab dengan ayahnya dan sering bertengkar dengan ayahnya, sedangkan pada Lita dan Ingrid kesibukan pekerjaan ayah dan sifat ayah yang dinilai cuek membuat mereka tidak cukup dekat dengan ayah dan Sofi merasa gengsi dan sifat kaku ayahnya membuatnya tidak dekat. Ketidakdekatan dengan hubungan orang yang meninggal dunia ini yang berpengaruh terhadap proses kedukaan subjek. Hal ini serupa dengan yang diungkapkan pada

Mash et al. (2014) yang mengemukakan bahwa konflik interpersonal atau hubungan yang bermasalah menghasilkan respon kesedihan yang sangat sulit. c) Selanjutnya pada subtema yang ketiga adalah Masalah yang terjadi sebagai akibat dari kematian orang tua yakni adanya penurunan kondisi finansial yang berpengaruh pada kondisi kesejahteraan individu dan keluarga yang ditinggalkan sehingga memiliki dampak pada keadaan lain juga adanya kondisi sosial berupa pengasingan yang dilakukan oleh masyarakat pada subjek dan keluarganya akibat kematian yang disebabkan oleh covid-19. Hal ini berkaitan dengan ketakutan masyarakat akan penularan pandemi sehingga mereka lebih memilih untuk meninggalkan atau juga tidak memedulikan subjek dan keluarganya.

Pada Hasil tema kedua adalah (2) Gambaran Kedukaan (*Grief*) pasca kematian ayah. Dimana tema ini diambil untuk mengetahui dinamika kedukaan subjek yang mengalami kematian ayah. Terdapat kesamaan hasil yang dialami oleh kelima subjek yang dikaitkan dengan tahapan berduka menurut Ross & Kessler (2014) terdapat lima tahapan yang mengenai kedukaan yaitu denial, anger, bargaining, depression, dan acceptance. Gambaran dari masing-masing tahapan dijelaskan dengan empat subtema yakni kondisi emosi, pikiran, fisik, dan perilaku subjek, dimana setiap tahapan akan memiliki perbedaan pada subtema tersebut.

Pada kondisi Emosi subjek masing-masing tahapan muncul dengan dimulai oleh tahap pertama, *Denial* dimana subjek menolak kenyataan dengan perasaan tidak percaya atas kematian yang terjadi pada ayahnya. Pada Subjek Dea sendiri ia merasa tidak percaya, dikarenakan karena situasi pandemic dan penyebab kematian ayahnya yang diakibatkan oleh Covid-19 membuatnya tidak dapat melihat jenazah ayahnya secara langsung, sehingga ia beranggapan jika ayahnya tidak meninggal. Hal ini serupa dengan (Corpuz, 2021) bahwa keluarga yang meninggal di rumah sakit yang memiliki larangan kunjungan yang ketat dapat menimbulkan rasa frustrasi karena tidak hadir pada saat terakhir kematian. Tahapan denial ini serupa dengan apa yang dijelaskan oleh Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) dimana individu yang berduka mengalami shock secara emosional. Tahapan kedua, adalah *anger* (marah) yang dilampiaskan kepada orang lain. Perasaan marah terhadap orang lain sebagai ungkapan setelah rasa tidak percaya subjek atas kematian ayahnya, mereka merasa jika seharusnya peristiwa kematian ayah dapat dicegah. Hal ini dirasakan oleh Dea, Inggrid, dan Lita. Pada subjek Dea dan Inggrid merasa marah terhadap pihak rumah sakit tempat ayah mereka dirawat. Sedangkan pada subjek Inggrid ia merasa jika keluarganya dapat merawat atau menjaga ayahnya lebih baik maka kejadian kematian ayah tidak akan terjadi.

Tahapan ketiga, yaitu *bargaining* (tawar-menawar) tahapan ini muncul dalam diri subjek setelah peristiwa kematian ayah seperti munculnya perasaan menyesal dimana ini dipengaruhi juga oleh hubungan dengan ayah yang kurang harmonis. Perasaan menyesal dirasakan yang sama oleh kelima subjek pada subjek dea ia merasa menyesal karena ia yang tidak akur dengan ayahnya, pada subjek Kia merasa jika ia belum sempat meminta maaf kepada ayahnya dan tidak dapat menjadi anak yang berbakti. Pada subjek Lita dan Sofi merasa menyesal karena tidak cukup dekat dengan ayah. Rasa menyesal ini merupakan sebuah mekanisme normal dalam menghadapi proses berduka (Widyarini, 2015). Hal ini sesuai dengan respon emosi yang disebutkan oleh Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) yaitu rasa bersalah yang ada membuat mereka merasa tertekan. Selain itu, dalam tahapan ini individu juga dapat beranda-andai, karena di masa lalu mereka tidak memiliki hubungan yang baik dengan ayahnya, mereka merasa jika mereka seharusnya bisa memiliki hubungan yang baik dengan ayah. Hal ini dirasakan oleh Inggrid yang ia tidak dekat dengan ayahnya dikarenakan pekerjaan ayah dan sifat ayah yang cuek. Perkataan seperti '*jika papa tidak cuek, pasti aku bisa dekat sama papa*' muncul setelah peristiwa kematian ayah, lalu dalam tahapan ini perasaan yang muncul adalah rasa menyalahkan diri sendiri dimana ini juga dipengaruhi oleh hubungan dengan ayah yang kurang harmonis. Hal ini dirasakan oleh keempat subjek dimana perasaan menyalahkan diri sendiri ini muncul akibat subjek yang mengingat perilaku buruknya terhadap ayah.

Tahapan keempat *depression* yang mana dirasakan oleh Inggrid yang merasakan tertekan akibat perubahan kondisi yang ia alami, selain itu perilaku menarik diri dari sosial yang dirasakan oleh Sofi dimana setelah kematian ayahnya ia merasa ingin menyendiri. Perasaan sedih juga menyertai dalam tahapan ini dimana Dea merasa sedih karena ia yang tidak dapat melihat jenazah ayahnya secara langsung, mengakibatkan ia merasa ayahnya sedang bekerja di luar kota sehingga hal itu yang membuat ia merasa sedih, sedangkan yang dialami oleh Inggrid adalah perasaan sedih yang menyertai ketika pada saat jam ayahnya pulang kerja, ia merasa sedang menunggu kehadiran ayahnya hal ini dirasakan setelah peristiwa kematian ayah, yang dirasakan oleh Kia adalah perasaan sedih itu selalu datang kembali dan berulang. Perasaan kehilangan merupakan situasi yang sangat menyedihkan (Ross & Kessler, 2014) dan ini menyertai dalam tahapan *depression*. Perasaan kehilangan dirasakan oleh Dea, Kia, dan Inggrid. Walaupun mereka tidak dekat dengan ayahnya mereka tetap merasakan kehilangan sosok ayah. Perasaan kehilangan ini juga dijelaskan oleh Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) yang

mana perasaan kehilangan yang dirasakan pada saat proses berduka adalah perasaan yang paling menyakitkan.

Tahapan kelima yaitu *acceptance* dimana dalam tahapan ini individu tidak melupakan kejadian yang mereka alami, namun setidaknya mereka dapat menghadapi/menerima kenyataan yang mereka alami. Hal ini disebutkan oleh subjek Lita dimana ia mengatakan jika ia belajar menerima keadaan dari kematian ayahnya dan ia tidak ingin bersedih yang terlalu dalam. Sementara pada tahap terakhir yakni *acceptance* digambarkan dengan kondisi yang lebih stabil dalam emosi dan juga perilakunya sehingga subjek dapat melangsungkan aktivitasnya seperti sedia kala. Hal ini juga digambarkan menurut Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) yang disebut sebagai *Relief* yaitu individu dapat meyakini perasaan mereka dan mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitar mereka.

Adapun kondisi yang membedakan berdasarkan apa yang terjadi pada subjek saat mereka berada dalam proses berduka adalah perubahan kondisi fisik disebabkan penurunan nafsu makan dan juga kelelahan selama proses berduka sehingga menyebabkan subjek mengalami penurunan daya tahan tubuh dan jatuh sakit. emosi yang dirasakan oleh subjek saat peristiwa berduka akan kematian ayah menyebabkan respon fisik seperti yang dilakukan oleh Sofi yang terkena asam lambung saat proses berduka atas kematian ayahnya dan Ingrid yang merasa lelah karena mengurus keuangan keluarga setelah peristiwa kematian ayahnya. Respon fisik ini yang disebut sebagai *physiological arousal*. *Physiological arousal* merupakan respon fisik yang berhubungan dengan emosi setelah individu mengalami suatu peristiwa atau kejadian pendorong (Plutchik dalam Fadhillah, 2014) kejadian pencetus yang dimaksud adalah peristiwa kematian ayah. Perubahan kondisi fisik ini dapat muncul pada setiap fase *grief*.

Kondisi pikiran (kognitif) subjek selama masa berduka subjek tidak hanya mengandaikan hubungan baik dengan ayahnya, mengandaikan jika ayahnya masih ada, tetapi subjek juga memiliki keinginan dengan bertemu ayahnya, yang mana ini dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu subjek dengan ayahnya, seperti “aku ingin meminta maaf, aku ingin memeluk mereka,”. Selain adanya perubahan emosi, fisik, dan pikiran juga peristiwa meninggalnya ayah juga mengalami perubahan perilaku, subjek yang mengalami fase keberdukaan cenderung mengurangi interaksi sosial dan memilih untuk menyendiri, yang mana hal tersebut merupakan bagian dari tahapan depression, tetapi subjek juga subjek merasa lebih banyak diam berfokus pada perasaan dan pikiran yang muncul dalam diri mereka. Di lain sisi, kondisi ini

terjadi karena adanya penurunan motivasi dalam melakukan aktivitas yang biasa mereka lakukan sebagai dampak keberdukaan yang mereka rasakan. selain itu apa yang dirasakan oleh subjek yaitu Dea dan Ingrid dimana mereka tidak memiliki keinginan untuk makan yang mana berbeda dengan keadaan sebelum kematian ayah, selain penurunan nafsu makan subjek juga mengalami perubahan jam tidur yang tidak seperti sebelum peristiwa kematian ayah.

Selanjutnya, pada tema ketiga yaitu (3) Dampak kematian ayah pada subjek, yang mana memiliki dua subtema yakni kondisi adaptif dan non adaptif yang terjadi pada subjek selama keberdukaan berlangsung. Kondisi adaptif merupakan kondisi dimana subjek dapat beradaptasi dan menerima. Perilaku yang muncul dalam diri subjek selain menerima dan tidak ingin sedih yang berlarut, adalah subjek menunjukkan afeksi terhadap keluarga yang ada. Subjek Kia yang pasca kematian ayahnya ia mengalami perubahan dibandingkan sebelum kematian ayah yang mana ia lebih ekspresif menunjukkan kasih sayang dengan ibunya sebagai satu-satunya orang tua yang ada. Sedangkan pada keempat subjek yang lain mereka bercerita jika interaksi dengan keluarga yang masih ada seperti kakak, adik, dan ibu pasca kematian ayah membuat mereka semakin dekat. Sementara kondisi non-adaptif dalam hal ini dimana subjek mempunyai masalah terhadap dirinya selepas kepergian ayahnya diantaranya pada subjek Dea merasa jika ia kehilangan kontrol hidupnya yaitu ayahnya, di masa lalunya ia keputusan seperti menentukan dimana ia bersekolah, kuliah, dan jurusan apa yang ia pilih. Sehingga ketika kepergian ayahnya ia merasa hidupnya tidak tertata. Pada subjek Ingrid merasakan hampa dan tidak dapat merasakan senang. Apa yang dialami oleh Ingrid menurut Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) disebut sebagai *disorganisasi* dimana individu tidak lagi terhubung dengan proses kehidupannya. Pada subjek Kia yang ia memiliki hubungan yang tidak akur dengan ayahnya di masa lalu dimana ia sering bertengkar dengan ayahnya, sering menyalahkan ayahnya, dan membanding-bandingkan ayahnya dengan ayah teman-temannya. Perilakuannya di masa lalu membuat Kia menyadari bahwa perilakunya terhadap ayahnya adalah hal yang salah. Oleh karena itu, Kia merasa jika ia adalah orang yang buruk dan memandang dirinya dengan negatif. Pada subjek Sofi merasakan tidak percaya diri setelah kematian ayahnya, ia mengungkapkan jika sebelum peristiwa meninggalnya ayah ia merupakan sosok pribadi yang mudah berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, misalnya kampus tempat ia berkuliah.

Pada tema keempat membahas mengenai (4) Proses *coping* yang dilakukan oleh subjek, untuk dapat beradaptasi dengan keadaan baik pada kondisi internal maupun eksternalnya. Terdapat model dwi proses dalam

mengatasi pengalaman kehilangan yang terdiri dari dua dimensi yaitu stressor yang berorientasi pada kehilangan dan stressor yang berorientasi pada pemulihan (Stroebe, Schut, dan Boerner dalam Santrock, 2019). Dalam hal ini strategi yang dilakukan subjek yaitu berorientasi kepada pemulihan dengan mencari bantuan seperti kepada keluarga, teman, ataupun psikolog untuk membantu mereka keluar dari keberdukaan dan emosi negatifnya. Hal ini serupa dengan yang diungkapkan oleh Kavanaugh (dalam Aiken, 2001) dimana dalam tahap akhir dari proses berduka adalah pembentukan kembali yang mana individu secara sadar bangkit dari proses keberdukaannya dan hal ini didukung dengan lingkungan sekitarnya seperti teman, keluarga, dan bantuan secara profesional seperti psikolog. Sementara strategi lain yang dilakukan subjek adalah dengan mencoba menerima kehadiran keluarga yang masih ada dan berfokus pada kondisi saat ini serta memperbanyak bersyukur. Bersyukur atau *gratitude* adalah individu tidak terikat pada situasi negatif yang sedang dihadapi, tetapi menunjukkan sisi positifnya (Lopez et al., 2015). Dalam hal ini yang terjadi pada Lita ia merasa bersyukur menjadi bagian dari hidup ayahnya, menjadi anak perempuan dari sosok ayahnya, walaupun ia merasa jika sebelum peristiwa kematian ayah ia merasa tidak dekat dengan ayahnya secara emosional. Kebersyukuran ini dimanifestasikan dengan senantiasa mendokan kebaikan untuk ayahnya, Lita juga mengungkapkan bahwa dirinya sudah *ikhlas*

Hasil tema yang kelima membahas mengenai (5) Faktor yang berpengaruh pada coping subjek, memiliki dua sub-tema, yaitu: a) faktor yang mempengaruhi individu dalam proses coping yang dapat menguatkan individu sehingga individu mampu menghadapi situasi yang baru. Faktor pendorong ini dipengaruhi oleh afeksi yang mereka dapatkan dari anggota keluarga yang ada, keberadaan anggota keluarga yang lain seperti ibu, kakak, dan adik. Kemudian, kemauan diri dari individu itu sendiri sehingga mereka bisa bertahan dalam situasi pasca kematian ayah. Melihat kondisi orang lain yang memiliki keadaan yang sama dalam hal ini subjek melihat pada temannya yang sama-sama ditinggalkan oleh ayahnya, kondisi yang sama membuat subjek dapat merefleksikan diri dari sosok temannya tersebut. Selain itu subjek sadar bahwa kejadian meninggalnya ayah adalah salah satu kuasa Tuhan yang tidak bisa dikehendaki. b) Faktor penghambat subjek yang mampu membuat subjek menurun dari kondisi titik balik adalah mengingat perilaku di masa lalu terhadap ayah, timbulnya kesadaran akan perilaku buruk terhadap ayah di masa lalu. Benda-benda seperti foto masa kecil mengingatkan subjek dengan ayahnya, lalu kondisi

ekonomi keluarga yang tidak seperti dahulu dan mengalami penurunan setelah pasca kematian ayah membuat subjek merasakan sedih yang berulang dan mengingat kembali tentang ayahnya. Hal lain yang membuat kondisi seseorang kembali merasa berduka adalah adanya pikiran negatif yang berulang dimana individu yang mengalami banyak tekanan di lingkungannya lalu merasa lelah menjadikan individu tersebut mengingat kembali akan kepergian ayahnya. Rasa tidak mempercayai bahwa dirinya mampu untuk bangkit dari keterpurukan membuat seseorang merasa lemah dan merasa sedih kembali.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian yang ditemukan bahwa kelima subjek adalah anak perempuan yang memiliki hubungan kurang harmonis dengan ayahnya yang telah tiada. Walaupun subjek tidak memiliki kedekatan secara emosional dengan ayahnya, subjek tetap merasakan berduka atas kepergian ayahnya. Adapun penyebab dari kematian ayah pada subjek adalah virus covid-19, penyebab kematian ayah ini menimbulkan dampak masalah pada keluarga yang ditinggalkan, yaitu penurunan finansial keluarga dan pengucilan dari masyarakat. Gambaran kedukaan yang dialami oleh subjek diidentifikasi berdasarkan emosi, perilaku, fisik, dan pikiran subjek yang tergambarkan pada fase *grief* yang terdiri dari *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Perubahan kondisi ini terjadi sebagai akibat dari kedukaan dengan beragam ciri terutama emosi yang kemudian akan mempengaruhi kondisi pikiran dan fisik subjek. Dampak kematian ayah pada masa kedewasaan subjek dapat dibagi menjadi dua yaitu perilaku adaptif dan perilaku tidak adaptif. Pada perilaku adaptif subjek yang telah dewasa dengan kedewasaannya dapat mengatasi situasi kematian ayah tanpa munculnya masalah setelah kematian ayah. Seperti pada subjek yang dapat menerima keadaan, tidak berlarut dengan kesedihan, menunjukkan afeksi kepada keluarga yang ada, dan meningkatnya interaksi dengan keluarga. Sedangkan pada perilaku tidak adaptif yaitu perilaku yang tidak sesuai atau muncul sebagai masalah yang baru bagi subjek yang berada di masa dewasa atau emerging adulthood sebagai dampak dari peristiwa kematian ayah, yaitu subjek yang merasa tidak tertekan setelah kepergian ayahnya, merasa kehilangan kontrol hidup, terlalu menyalahkan diri atas perilaku buruk terhadap ayah, merasa hampa, dan merasa tidak percaya diri. Strategi coping yang digunakan oleh subjek pada proses kedukaannya adalah tidak ingin menunjukkan kesedihan, mencari bantuan, menyadari keluarga lain, menyadari kematian bagian dari takdir, ikhlas, dan bersyukur. Faktor yang mempengaruhi subjek dalam proses coping yaitu perhatian keluarga, kemauan

diri sendiri, refleksi, dan memandang kematian sebagai kuasa Tuhan, dan faktor yang melemahkan proses coping adalah mengingat perilaku buruk terhadap ayah, objek yang mengingatkan pada ayah, kemauan diri, kondisi ekonomi keluarga, dan ruminasi.

Saran

Saran yang diberikan peneliti kepada subjek yaitu apabila terdapat masalah yang belum diselesaikan atau unfinished business yang berkaitan dengan hubungan yang kurang harmonis dengan ayah atau pengalaman masa lalu yang berkaitan dengan ayah, sebaiknya subjek dapat mengunjungi konselor agar subjek dapat mendapatkan bantuan. Bagi penelitian selanjutnya, dapat melakukan penelitian yang sama yakni kepada anak perempuan yang mengalami kematian ayah, namun memiliki hubungan yang tidak dekat dengan ayah dan dapat menggunakan variabel psikologis seperti resiliensi, *self-acceptance*, dan dinamika emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L. R. (2001). *Death, dying, and bereavement* (Fourth edi). Lawrence Erlbaum Associates, Publisher.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (Second edi). Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2016). Human development a cultural approach. In *Dairy Science & Technology*, CRC Taylor & Francis Group (Second edi, Issue June). Pearson Education.
- Ashari, Y. (2018). Fatherless in indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1), 35. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.6661>
- Bagcchi, S. (2020). Stigma during the COVID-19 pandemic. *The Lancet. Infectious Diseases*, 20(7), 782. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30498-9](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30498-9)
- Corpuz, J. C. G. (2021). Beyond death and afterlife: the complicated process of grief in the time of COVID-19. *Journal of Public Health (Oxford, England)*, 43(2), e281–e282. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdaa247>
- Cupit, I. N., Wilson-Doenges, G., Barnaby, L., & Kowalski, D. Z. (2021). When college students grieve: New insights into the effects of loss during emerging adulthood. *Death Studies*, 0(0), 1–12. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1894510>
- Dwiartayani, A., Hasan, A. B. P., & Arief, H. (2021). Gambaran proses grieving pada dewasa awal yang mengalami kehilangan anggota keluarga akibat virus Covid-19. *Psikologi Prima*, 04(01), 20–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.34012/psychoprime.v4i1.1864>
- Fadhilah, N. M. (2014). Dinamika Emosi pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai. *Jurnal Psikosains*, 9(2), 101–112.
- Greatmind. (2021). *Leason learned: #yuk pahami berduka*. <https://www.youtube.com/watch?v=sCXNfEGBJSQ&t=19s>
- Gross, R. (2018). *The Psychology of Grief*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315110127>
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T., & Synder, C. R. (2015). *Positive psychology: The scientific and practical explotaions of human strengths*. SAGE Publications.
- Mash, H. B. H., Fullerton, C. S., Shear, M. K., & Ursano, R. J. (2014). Complicated grief & depression in young adults: Personolity & relationship quality. *J Nerv Ment Dis*, 202(7). <https://doi.org/https://doi.org/10.1097%2FNMMD.000000000000155>
- McCoyd, J. L. M., & Walter, C. A. (2016). *Grief and loss across the lifespan a biopsychosocial perspective* (Second Edi). Springer Publishing Company.
- Mechling, B. M. (2015). A cross-sectional survey of the effect on emerging adults living with a depressed parent. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22(8), 570–578. <https://doi.org/10.1111/jpm.12244>
- Newcomb-Anjo, S. E., Barker, E. T., & Howard, A. L. (2017). A Person-Centered Analysis of Risk Factors that Compromise Wellbeing in Emerging Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 867–883. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0603-2>
- Newton, C. S. (2012). *The Use of Support and Coping Skills Among Emerging Adults Following Parental Loss*. https://sophia.stkate.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1067&context=msw_papers
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. A. (2014). A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Czasopismo Psychologiczne Psychological Journal*, 20(1), 7–14. <https://doi.org/10.14691/cppj.20.1.7>
- Porter, N., & Claridge, A. M. (2021). Unique grief experiences: The needs of emerging adults facing the death of a parent. *Death Studies*, 45(3), 191–201. <https://doi.org/10.1080/07481187.2019.1626939>
- Ross, E. K., & Kessler, D. (2014). *On grieve and grieving*. Scribner.
- Samuel, J. (2017). *Grief works stories of life, death, and surviving*. Penguin Random House.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development*, 7th ed. (7th ed.). McGraw-Hill Higher Education.
- Schwartz, L. E., Howell, K. H., & Jamison, L. E. (2018). Effect of time since loss on grief, resilience, and depression among bereaved emerging adults. *Death Studies*, 42(9), 537–547. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1430082>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. SAGE Publications.
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In *Doing Social Psychology Research* (Issue 1, pp. 229–254). <https://doi.org/10.1002/9780470776278.ch10>
- Verdery, A. M., Smith-greenaway, E., Margolis, R., & Daw, J. (2020). *Tracking the reach of COVID-19 kin loss with a bereavement multiplier applied to the United*

States. 117(30).

<https://doi.org/10.1073/pnas.2007476117>

Walsh, K. (2012). *Grief and loss theories and skill for the helping professions* (Second edi). Pearson.

