

## **Dinamika Kedukaan atas Kematian Orang Tua pada Dewasa Awal**

### ***Dynamic of Grief over the Death of Parent in Early Adulthood***

**Safira Ramadhania Putri**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [safira.20044@mhs.unesa.ac.id](mailto:safira.20044@mhs.unesa.ac.id)

**Damajanti Kusuma Dewi**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [damajantikusuma@unesa.ac.id](mailto:damajantikusuma@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Kematian orang tua merupakan sesuatu yang tidak mudah untuk dilalui. Peristiwa kematian tidak hanya meliputi ketiadaan seseorang, tetapi juga melibatkan adanya perasaan kehilangan yang dialami oleh orang yang ditinggalkan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika kedukaan atas kematian orang tua pada dewasa awal. Pada penelitian ini, metode yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Partisipan penelitian merupakan dua orang berusia dewasa awal yang mengalami kematian orang tua. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik serta uji keabsahan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *member checking* dan triangulasi data melalui *significant other*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa kedua Kedua partisipan berada dalam proses menuju penerimaan dengan melalui tahapan kedukaan yang berbeda. Adanya perbedaan tahapan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu dukungan keluarga dan lingkungan, spiritual, kedekatan dengan orang tua. Bagi para profesional seperti psikolog dan psikiater diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi intervensi bagi individu dengan kondisi serupa agar mampu menjalani kehidupan pasca kematian dengan lebih adaptif.

**Kata kunci :** Kedukaan, kematian orang tua, dewasa awal

### **Abstract**

*The death of a parent is something not easily navigated or accepted. The event of death involves not just the absence of someone, but also feelings of loss experienced by those left behind. This study was conducted to understand the dynamics of mourning over the death of parents in young adults. The method used in this study was qualitative with a case study approach. The participants were two young adults who had experienced the death of a parent. Data collection techniques included interviews and observations. The data analysis technique used is thematic analysis and the data validity test carried out in this research is member checking and data triangulation through significant others. The research results revealed that both participants were in the process of moving towards acceptance by going through different stages of grief. The differences in stages are influenced by several factors, namely family and environmental support, spirituality, closeness to parents. For professionals, hoped that this research can be a reference for intervention for individuals with similar conditions so that they are able to live life after death with more adaptive.*

**Key word :** Grief, death of parents, early adulthood

<b>Article History</b>	
<b>Submitted : 10-07-2024</b>	
<b>Final Revised : 15-07-2024</b>	
<b>Accepted : 19-07-2024</b>	<p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY</a> license</i></p> <p>Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</p>

Peristiwa kematian adalah suatu hal pasti terjadi dan dilalui seluruh makhluk hidup di dunia, termasuk orang tua. Kematian orang tua merupakan sesuatu yang tidak mudah untuk dilalui serta diterima. Hal ini terjadi mengingat orang tua adalah salah satu sosok yang mengambil peran penting bagi kehidupan seorang individu. Peristiwa kematian orang tua mampu menjadi salah satu peristiwa traumatis bagi keluarga yang ditinggalkan termasuk bagi seorang anak. Peristiwa kematian orang tua tentunya akan berdampak pada anak yang mana mereka akan menghadapi perasaan sedih dan kehilangan. Peristiwa kematian tidak hanya meliputi ketiadaan seseorang, tetapi juga melibatkan adanya perasaan kehilangan yang dialami oleh orang yang ditinggalkan. Kehilangan merupakan suatu kondisi yang mana individu tidak lagi mempunyai hal yang sebelumnya ada dan hal yang berharga (Duha et al., 2022). Dalam menghadapi kehilangan atas kematian, individu tentu akan merespons peristiwa ini dengan menunjukkan adanya kedukaan.

Kedukaan merupakan reaksi atau respons yang sangat umum terjadi dialami oleh individu yang mengalami kehilangan orang yang disayang. Ross & Kessler (2014), mengungkapkan bahwa kedukaan merupakan reaksi individu terhadap kehilangan dikarenakan kematian yang dapat terjadi kapanpun bukan karena keinginan atau harapan pribadi. Proses kedukaan bukan sesuatu hal yang mudah untuk dilalui seseorang. Berdasarkan hal ini dapat dipahami bahwa peristiwa kematian akan menimbulkan reaksi kedukaan pada individu yang ditinggalkan. Elisabeth Kubler-Ross menyusun lima tahap kedukaan yang disebut dengan *the five stages of grief* yang meliputi penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan (Ross & Kessler, 2014).

Reaksi kedukaan pada setiap individu berbeda-beda mengingat bahwa reaksi tersebut reaksi personal yang dirasakan oleh individu. Menurut Andriessen et al. (2018) reaksi umum yang dialami oleh individu ketika menghadapi kehilangan orang tua, yaitu adanya perasaan menyalahkan yang ditujukan kepada diri sendiri, amarah, adanya kemungkinan melakukan hal yang membahayakan, percobaan bunuh diri, bahkan adanya perubahan terhadap lingkungan. Reaksi kedukaan yang dialami oleh individu dapat berupa adanya kesedihan, menangis, gangguan tidur, gangguan makan, *stress*, penolakan, depresi, dan lain-lain. Reaksi kedukaan yang dialami oleh individu berlangsung berbeda-beda waktunya. Pada mayoritas individu, perasaan berduka ini akan menurun secara perlahan seiring dengan waktu berjalan.

Seorang anak yang kehilangan orang tua tentunya akan menghadapi kehilangan dan tentunya hal tersebut menjadi peristiwa yang traumatis bagi mereka. Kehilangan seseorang pada usia 18 sampai 25 tahun akan berpengaruh terhadap beberapa hal dalam kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan serta perkembangan sosial (Mash et al., 2014). Berdasarkan fase perkembangan, individu yang berusia 18-25 tahun individu berada pada fase dewasa awal atau *emerging adulthood*.

Menurut Zahira & Savira (2024), dewasa awal adalah fase transisi dari remaja menuju dewasa yang mana terjadi transisi dari masa ketergantungan dengan sekitar menuju

kemandirian secara finansial, kebebasan menentukan tujuan, serta masa depan. Individu dewasa awal tentunya akan menghadapi tugas perkembangan baru yang sesuai dengan fase yang dihadapi saat ini. Pada fase ini, individu memikul tanggung jawab yang besar dan berat dibandingkan dengan fase sebelumnya yang mana individu mulai mengembangkan hubungan intim dan dalam proses melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang lain secara lebih spesifik dari orang tua, baik secara finansial, sosial, maupun psikologis (Putri et al., 2022).

Dewasa awal yang mengalami kehilangan atas kematian orang tua tentunya akan merasakan dampak yang berarti dan mengalami proses kedukaan yang tentunya berbeda dengan individu di fase perkembangan lain yang tidak mengalami kehilangan. Individu dewasa awal yang juga secara bersamaan mengalami kedukaan dikarenakan kematian orang tua tentu menghadapi tantangan yang berat. Menurut Porter & Claridge (2021) mengemukakan bahwa masa transisi remaja menuju dewasa ini mampu menjadi *stressor* lain yang menjadikan semakin beratnya hambatan yang dihadapi oleh individu yang mengalami kedukaan, serta mereka dihadapkan pada beberapa tantangan yang melibatkan tahapan perkembangan mereka, seperti adanya penyesalan dan perasaan bersalah dikarenakan tidak ada di dekat orang tua sebelum mereka meninggal

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada dua subjek, yaitu I dan NA. I mengalami kematian ayahnya pada tahun 2020, sementara NA mengalami kematian ibunya pada tahun 2021. Pada studi pendahuluan yang dilakukan kepada I, I mengungkapkan bahwa hingga saat ini setelah empat tahun kematian ayahnya ia masih menangis di momen-momen tertentu dan merasa sangat kehilangan ayahnya. Lebih lanjut, ditemukan bahwa I merasa sedih karena ayahnya tidak dapat menemani dirinya di momen penting dalam hidupnya. I juga mengungkapkan bahwa ia masih menangis dan sedih ketika mengunjungi tempat-tempat yang mengingatkan pada ayahnya. Pada studi pendahuluan yang dilakukan kepada NA ditemukan bahwa ia membenci dan ingin meninggalkan kota tempat tinggal karena merasa kota tersebut memberikan ingatan yang menyakitkan sehingga memilih untuk meninggalkan kota tersebut.

Menurut Ross & Kessler (2014) dalam melewati proses berduka, individu tidak selalu linier, dan tidak seluruh individu melalui keseluruhan tahap kedukaan atau sesuai dengan urutan. Proses kedukaan tidak linier dalam artian setiap tahap akan dilalui secara runtut atau berurutan oleh individu. Meskipun mengalami fenomena yang serupa, ketiga partisipan ini memiliki keunikan tersendiri dalam proses kedukaan yang dialaminya. Hal ini tercermin dalam kondisi yang dipaparkan pada data dari wawancara awal dengan partisipan. Dari kedua partisipan, diketahui bahwa jangka waktu kematian orang tua telah terjadi lebih dari dua tahun. Terdapat partisipan yang masih menangis pada momen-momen tertentu, ada yang membenci dan ingin meninggalkan kota tempat tinggal karena merasa kota tersebut memberikan ingatan yang menyakitkan sehingga memilih untuk meninggalkan kota tersebut.

Menurut Kessler (2019), kedukaan yang mendalam terjadi pada tahun pertama peristiwa kehilangan itu terjadi. Dalam proses kedukaan, tidak terdapat rentang waktu yang secara spesifik yang mengungkapkan bahwa proses kedukaan tersebut berakhir. Fase kedukaan individu dapat dinyatakan berakhir ketika mampu mengingat dan menceritakan kembali peristiwa kehilangan yang terjadi tanpa adanya rasa sedih dan penderitaan. Hal ini tercermin dalam data awal yang diperoleh dari partisipan bahwa meskipun kematian telah terjadi lebih dari dua tahun, kedua partisipan ini masih merespon peristiwa kematian tersebut berbeda-beda. Meskipun tidak ada jangka waktu spesifik, kedua partisipan ini juga berbeda-beda dalam tahap atau proses kedukaan yang dialami. Tidak semua individu telah melalui kelima tahap kedukaan. Hal ini yang menjadikan proses kedukaan yang dialami oleh individu berbeda-beda. Proses kedukaan yang berbeda-beda pada individu terjadi karena terdapat faktor-faktor yang

memengaruhi. Faktor yang mempengaruhi proses kedukaan setiap individu berbeda-beda dikarenakan kedukaan merupakan peristiwa yang unik.

Berdasarkan pemaparan fenomena di atas, penelitian ini akan membahas mengenai bagaimana dinamika kedukaan dari partisipan yang mengalami kehilangan atas kematian orang tua dengan kepergian lebih dari 2 tahun. Dari data awal yang diperoleh, kedua partisipan meskipun melalui kehilangan atas kematian orang tua lebih dari 2 tahun, mereka tentunya melalui proses kedukaan yang berbeda-beda. Meskipun pengalaman yang dialami serupa, dinamika atau proses kedukaan dari ketiga partisipan berbeda bahkan pandangan atau persepsi partisipan dari kematian tentunya berbeda mengingat pengalaman dan beberapa hal lain. Proses kedukaan yang dilalui oleh individu yang berbeda-beda ini tentunya dipengaruhi oleh banyak faktor. Oleh karena itu, fokus penelitian ini yaitu untuk memahami bagaimana dinamika kedukaan dari partisipan yang mengalami kehilangan atas kematian orang tua pada dewasa awal.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dilakukan dengan tujuan untuk memahami bagaimana mengalami kondisi tertentu dan bagaimana orang mengelola situasi tertentu (Willig, 2013). Metode penelitian kualitatif yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Menurut Hodgetts dan Stolte (2012), studi kasus adalah suatu pendekatan penelitian yang mana peneliti dapat mengetahui secara lebih mendalam mengenai suatu situasi, peristiwa, atau kondisi tertentu yang memaparkan proses dan bagaimana suatu peristiwa itu dapat terjadi. Assyakurrohim et al. (2022) menjelaskan bahwa penelitian studi kasus dilakukan dengan tujuan untuk mengungkap kekhasan atau keunikan karakteristik yang terdapat didalam kasus yang diteliti. Berdasarkan hal ini, peneliti menggunakan studi kasus karena kasus yang dikaji memiliki keunikan mengenai proses kedukaan yang dialami oleh partisipan yang berbeda-beda dan memiliki karakteristik masing-masing.

### Partisipan

Pada penelitian ini, terdapat kriteria yang harus dipenuhi oleh subjek penelitian, yaitu berusia 18-25 tahun, mengalami kematian salah satu orang tua, dan kematian orang tua lebih dari dua tahun. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan, peneliti menemukan dua subjek penelitian yang bersedia dan sesuai dengan kriteria partisipan penelitian. Berikut informasi terkait subjek penelitian

Tabel 1. Partisipan Penelitian

Inisial	Usia	Kematian orang tua	Waktu kematian
I	21 tahun	Ayah	Juni 2020
A	21 tahun	Ibu	Januari 2021

### Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu wawancara dan observasi. Menurut Sugiyono (2017), wawancara merupakan pertemuan dua orang guna bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab sehingga dapat ditemukan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur termasuk dalam kategori wawancara mendalam yang bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka akan suatu situasi melalui pendapat yang diberikan oleh partisipan, tetapi tetap berfokus pada topik penelitian (Sugiyono,

2017). Teknik pengumpulan data selanjutnya yaitu observasi non-partisipatif. Observasi non-partisipatif merupakan observasi di mana peneliti mengamati atau memperhatikan dan membuat catatan lapangan tanpa berpartisipasi secara langsung.

### *Uji keabsahan data*

Uji keabsahan data yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu member checking dan triangulasi data. Member checking merupakan suatu teknik uji keabsahan data yang mana akan dilakukan verifikasi ulang kepada partisipan atas hasil interpretasi data. Kemudian, untuk triangulasi data, triangulasi data yang digunakan yaitu triangulasi sumber yang dilakukan untuk menguji data dengan mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber (Sugiyono, 2017). Triangulasi data akan dilakukan melalui pemeriksaan data dari orang terdekat partisipan (significant others) (Creswell, 2013).

### *Analisis data*

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis tematik. Menurut Braun & Clarke (2006) analisis tematik adalah suatu metode untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola (tema) dalam data. Analisis tematik merupakan suatu metode analisis data yang digunakan untuk identifikasi, analisa, dan melaporkan pola atau tema yang terdapat di dalam data yang telah diperoleh dalam pengumpulan data melalui wawancara. Analisis tematik digunakan dalam teknik analisis penelitian ini dikarenakan peneliti ingin memahami secara rinci dan mendalam dari aspek sehingga menemukan tema dalam fenomena yang terjadi pada partisipan sehingga berpotensi untuk memberikan data yang kaya dan detail.

## **Hasil**

Berdasarkan dari data wawancara yang telah dilakukan kepada partisipan dan kepada masing-masing *significant other*, ditemukan empat tema utama sebagai hasil penelitian, yaitu latar belakang kematian, reaksi kedukaan saat kematian, kehidupan setelah kematian, dan faktor yang mempengaruhi proses kedukaan. Berikut kategorisasi temuan penelitian.

Tabel 2. Kategorisasi Hasil Penelitian

Tema utama	Sub tema
Latar belakang kematian	Penyebab kematian Keterlibatan perawatan
Reaksi pada saat kematian	Reaksi psikologis Reaksi fisik
Kehidupan pasca kematian	Menghadapi kehidupan pasca kematian Dampak terhadap kehidupan
Faktor yang mempengaruhi	Faktor yang mendorong Faktor yang menghambat

### *Tema 1: Latar belakang kematian*

#### Penyebab Kematian

Berdasarkan hasil dari pemaparan oleh kedua partisipan, ditemukan bahwa penyebab kematian orang tua yaitu dikarenakan sakit.

“Ayah meninggal karena sakit sih, sakit biasa terus ada masalah di paru-parunya” (P1-I-W1)

“Mama meninggal itu karena positive covid terus mama punya diabetes” (P2-NA-W1)

### Keterlibatan Perawatan

Pada tema ini mengungkap mengenai peran partisipan dalam perawatan orang tua ketika sakit. Pada partisipan pertama, ia mendapatkan kesempatan untuk melakukan perawatan kepada ayahnya yang sakit.

“...selama ayah sakit, aku sama kakak jaga...bener-bener aku sama kakak yang merawat...lega udah bisa rawat ayah waktu sakit...” (P1-I-W1)

Pada kondisi lain, NA tidak mendapat kesempatan untuk merawat ibunya ketika sakit karena pada waktu yang bersamaan ia juga mengalami positif Covid-19.

“Selama sakit kurang terlibat dalam perawatan mama, terlibat tapi ga yang nemanin kan soalnya aku covid jadi ga ngerawat banget gitu” (P2-NA-W1)

### *Tema 2: Reaksi kedukaan pada saat kematian*

#### Reaksi Psikologis

Pada sub tema ini mengungkapkan mengenai reaksi psikologis yang muncul pada partisipan saat peristiwa kematian orang tuanya terjadi. Reaksi psikologis yang pertama muncul, yaitu adanya perasaan ketidakpercayaan dan terkejut.

“...Pas tau kabar itu kaget kaya iya sih ayah koma tapi aku nggak sampai kepikiran meninggal gitu loh....” (P1-I-W1)

“...aku kan mikir e covid dirawat di rumah sakit diobati terus sembuh gitu loh jadi kaget ngerasa ga nyangka aja gitu mama meninggal...” (P2-NA-W1)

#### Reaksi Fisik

Pada sub tema ini, mengungkapkan mengenai reaksi secara fisik yang terjadi pada setelah kematian orang tuanya. Reaksi fisik hanya terjadi pada partisipan pertama.

“... cuma mungkin tidur sih. Sebelum ayah meninggal, waktu dirawat di rumah tidurnya kan di kamarku kan, setelah ayah meninggal aku gabisa banget tidur dengan tata kamar yang sama...” (P1-I-W1)

### *Tema 3: Kehidupan pasca kematian*

Pada tema ini membahas mengenai bagaimana kehidupan partisipan setelah peristiwa kematian orang tua terjadi. Pada tema ini terdapat dua sub tema, yaitu menghadapi kehidupan pasca kematian dan dampak yang muncul setelah peristiwa kematian.

#### Menghadapi kehidupan pasca kematian

Pada sub tema ini ditemukan mengenai proses-proses yang dihadapi oleh partisipan dalam menghadapi kedukaan atas kematian orang tuanya. Lebih lanjut, pada tema ini mengungkapkan mengenai dinamika kedukaan yang dialami oleh partisipan.

Menolak kematian orang tua

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, kedua partisipan menunjukkan sikap penolakan atas kematian orang tua.

“...Aku sempat ngerasa ayah masih ada sih terus sadar kalau ayah udah nggak ada, aku lupa ayah udah meninggal....” (P1-I-W1)

“aku gabisa kalau menyendiri jadi keluar soal e kalau di rumah sendiri, malah keinget mama terus sedih...” (P2-NA-W1)

Adanya perasaan marah dan kesal

Peristiwa kematian yang terjadi dapat menimbulkan berbagai reaksi, seperti adanya perasaan marah atau kesal kepada suatu objek.

“...pernah agak marah kesal ke Tuhan. Kayak kenapa kok ayahku meninggal...” (P1-I-W1)

“...aku ngerasa marah mikir Surabaya itu menyakitkan...” (P2-NA-W1)

Munculnya perasaan menyesal

Adanya perasaan menyesal berkaitan dengan adanya perilaku yang dilakukan kepada orang tua di masa lalu.

“...aku nyesel soalnya jarang banget bahkan ga pernah bilang “i love you atau aku sayang sama ayah” gitu. kalau ada kesempatan mau banget lakukan itu...” (P1-I-W1)

“...nyesel soalnya aku sempet kaya marah soalnya isolasi di rumah mama itu keluar kamar, nah aku itu parno gitu loh jadi kek ga ngebolehin mama keluar-keluar sambil agak nada tinggi...” (P2-NA-W1)

Mempertanyakan keadaan

Pada tahap ini kedukaan yang terjadi pada partisipan melibatkan adanya pertanyaan-pertanyaan mengenai mengapa keadaan ini terjadi yaitu mengapa harus mengalami kematian orang tua. Proses ini terjadi sebagai bentuk pengharapan bahwa peristiwa kematian tidak terjadi.

“...Setelah ayah meninggal itu aku kayak kesel kenapa kok pas sekarang ayah meninggal...Kakakku semua wisudanya ditemani sama ayah tapi aku nggak. Itu sih buat aku kaya kenapa kok gini, aku jadi nggak ditemeni ayah wisuda...” (P1-I-W1)

“...Ya masih nangis sih kalau inget jalan yang dilewati biasanya sama ayah sambil bilang kaya kalau sama ayah pasti seneng soalnya ayah suka liat jalan kaya gini gitu...” (P1-I-W1)

“...tujuan dan motivasi kuliahku itu mama. Jadi pas waktu udah kuliah itu kan terus mama meninggal kaya apa ya mikir “lah padahal aku ngelakuin ini semua buat mama bangga tapi mama nggak ada, terus ngapain” gitu sih...” (P2-NA-W1)

“...kalau ada mama lebih enak gitu terus kan dulu kalau ada mama biasanya emang liburan ke villa di batu nah sekarang aku kuliah di malang kalau ada mama pasti sering dijenguk juga kan...” (P2-NA-W1)

Menarik diri

Temuan ini mengungkap bahwa reaksi kedukaan yang dialami oleh partisipan dapat berupa berkurangnya intensitas interaksi sosial setelah kematian orang tua. Kondisi ini terjadi

pada partisipan I yang mengaku bahwa satu bulan pertama setelah kematian ayahnya, ia bahkan keluarga tidak keluar rumah untuk hal yang penting.

“...Waktu awal ayah habis meninggal itu aku, ibu sama kakak itu 1-2 bulan deh nggak keluar rumah ngga mau pergi-pergi kaya main gitu keluar kalau penting....” (P1-I-W1)

#### Mencari pengalihan

Berbanding terbalik dengan menghadapi kematian orang tua melalui adanya berkurangnya intensitas interaksi sosial pada partisipan pertama, pada partisipan kedua hal ini tidak muncul. Proses ini terjadi sebagai bentuk bagaimana partisipan menjalankan kehidupan setelah kematian orang tua dengan mencari pelarian. Pada partisipan kedua mengaku bahwa ia tidak bisa sendirian di rumah dan memilih untuk keluar.

“...Aku nggak pernah menarik diri. Kaya biasa aja sih. Malahan aku nggak bisa kalau di rumah sendirian. Aku gabisa kalau menyendiri jadi keluar soal e kalau di rumah aja sendiri, malah keinget terus ...” (P2-NA-W1)

#### Adanya perasaan kesepian dan kehilangan

Setelah peristiwa kematian, pada kedua partisipan muncul perasaan kesepian dan kehilangan sebagai bentuk kehilangan orang tuanya.

“...Jadi sepi di rumah. Kalau ke aku sendiri itu apa ya kaya sepi aja soalnya biasanya sama ayah kaya semua hal di hidup tuh ditemani ayah. Pergi kemana-mana diantar ayah. Aku belajar itu ditungguin, ditemenin, disemangati. Kalau mau tidur ditemani...” (P1-I-W1)

“Setelah mama nggak ada rumah jadi sepi banget kan... terus jadi sendirian, kaya biasanya kan aku cerita kasih kabar ke mama duluan kan...” (P2-NA-W1)

#### Penurunan semangat dan produktivitas

Pada sub tema kehilangan mengungkapkan mengenai adanya penurunan semangat yang terjadi pada partisipan dalam menjalani kehidupan setelah menghadapi kematian orang tua.

“...biasanya kalau ada ayah ditemani belajar, sekarang ayah udah nggak ada jadi ya ngerasa gak semangat aja gitu. terus pernah kan ada tugas sulit gitu aku nangis soalnya ngerasa bingung aja gitu ga mood ngapa-ngapain jadi tak tinggal...” (P1-I-W1)

#### Perubahan emosi yang lebih sensitif

Dalam menjalani kehidupan pasca kematian orang tua, partisipan pertama mengalami adanya perubahan emosi yang terjadi pada dirinya. I mengaku bahwa ia semakin mudah menangis setelah kematian ayahnya.

“... setelah ayah meninggal aku ngerasa semenjak ayah meninggal makin gampang nangis kaya diem gitu tiba-tiba nangis soalnya ingat ayah. terus lagi ngerjain tugas tiba-tiba keinget ayah nangis. Kaya jadi gampang nangis, dikit-dikit nangis ...”(P1-I-W1)

“...setelah ayahnya meninggal menurutku semakin sensitif kaya semua hal jadi sedih dan buat I nangis terus gitu...” (S01-DA-W1)

#### Menerima kematian orang tua

Tahapan akhir dalam proses kedukaan adalah penerimaan akan peristiwa kematian yang terjadi. Kedukaan dikatakan berakhir ketika individu menerima peristiwa kematian sebagai

peristiwa permanen. Pada kedua partisipan, ditemukan bahwa saat ini masih dalam proses dan belajar untuk ikhlas dan menerima kepergian orang tuanya.

“...aku ngerasa belum ikhlas sepenuhnya ayah meninggal, masih nangis, masih berandai-andai ayah ada, berandai-andai ayah nemenin aku sampe besar lah itu sih. aku lagi belajar buat ikhlas sih soalnya katanya gaboleh kan sedih lama-lama harus diikhlasin...” (P1-I-W1).

“dibanding fokus ke masa lalu terus menerus, coba belajar buat hargai orang-orang yang terdekat yang saat ini masih ada. Jadi yaudah aku belajar buat ikhlas sih...” (P2-NA-W1)

“Hmmm gimana ya, yang terakhir aku dengar kayaknya dia sudah menerima kenyataan itu. Ia sudah mulai ikhlas dan menjalani hari-harinya dengan hati yang lapang. Ia juga sudah bisa menceritakan mamanya tanpa air mata lagi” (S03-SA-W1)

Akan tetapi, berdasarkan hasil wawancara dengan *significant other* lainnya (EF), NA masih belum menerima secara sepenuhnya dan lebih menunjukkan respons lari. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan:

“...kalau yang aku lihat sejauh ini, NA belum nerima tapi kaya lari gitu loh kaya berusaha buat lupa nggak yang kaya ikhlas nerima tapi lebih ke cari pelarian. kaya apa ya, dia kaya nggak nunjukin kan...” (SO2-EF-W1)

#### Dampak yang muncul setelah kematian

Dalam menghadapi kehidupan pasca kematian orang tua, partisipan dihadapkan pada dampak dan permasalahan yang harus ditanggung. Berdasarkan hasil wawancara dengan partisipan ditemukan beberapa sub tema terkait dampak dan permasalahan yang muncul setelah kematian orang tua.

##### Permasalahan finansial

Kematian pada orang tua memunculkan dampak yang dihadapi oleh partisipan adanya permasalahan secara finansial. Kondisi ini muncul pada kedua partisipan yang mana terdapat permasalahan terkait tanggung jawab secara finansial.

“...Dulu kan ayah yang kerja semua ditanggung ayah dari usahanya ayah, nah setelah ayah meninggal itu yang lanjutin kakakku. Sekarang semua yang tanggung ya kakakku ...” (P1-I-W1)

“...pas mama nggak ada berat banget di finansial. dulu ada mama di support sama mama kan terus setelah mama ga ada ya di cover papa sama kakak...” (P2-NA-W1)

##### Perubahan pola hubungan dalam keluarga

Pada subtema ini mengungkapkan bahwa setelah kematian orang tuanya, terdapat pola hubungan dalam keluarga yang semakin erat yang ditunjukkan oleh pernyataan I:

“...aku ngerasa kalau hubunganku sama kakak sama ibu makin deket sih. Meskipun kakakku udah menikah semua, tetep tinggal di satu rumah jadi ya nggak pisah-pisah kan...” (P1-I-W1)

“... buat hubungan yang kerasa banget ke papa sih. kan emang papa kerja ya jadi sibuk jadi yaudah terus mama meninggal itu kaya gimana ya pokoknya tiba-tiba deket mulai

bonding lagi itu 2023 kemarin deh kaya memperbaiki hubungan lah biar makin deket soalnya papa kan sendiri jadi aku ga tega..." (P2-NA-W1)

#### Kehilangan kontrol dalam kehidupan

Pada subtema ini mengungkapkan adanya dampak yang dialami oleh partisipan yang mengalami kematian orang tua yaitu adanya kehilangan kontrol dalam kehidupan yang dialami oleh partisipan pertama karena ia mengaku bahwa ayahnya banyak berperan dalam kehidupan dirinya. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan:

"...aku sampe sekarang nggak bisa pilih baju sendiri. Soalnya dulu semua ayah yang pilih dari baju sampai sepatu ayah yang pilihin. Aku itu apa-apa yang ngatur itu ayah biasanya, jadi pas ayah udah nggak ada kaya bingung..." (P1-I-W1)

#### Menyelesaikan perkuliahan dan bekerja

Pada subtema ini mengungkapkan adanya tantangan yang harus dihadapi oleh partisipan terkait tugas perkembangan dirinya di situasi setelah kematian orang tuanya saat ini.

"...aku harus lulus kuliah, terus kalau sudah lulus kuliah ini harus ngelanjutin usaha ayahku. Jadi habis lulus aku langsung disuruh kerja sama ayah ibuku begitu..." (P1-I-W1)

"...Lulus kuliah sih terus langsung cari kerja. Itu mimpiku buat mama juga sih..." (P2-NA-W1)

#### *Tema 4: Faktor yang mempengaruhi kedukaan*

Pada tema ini mengungkapkan mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi proses kedukaan atas kehilangan kematian orang tua pada partisipan. Pada tema ini mengungkapkan adanya dua sub tema yaitu faktor yang mendorong proses kedukaan dan faktor yang menghambat proses kedukaan.

#### Faktor yang mendorong kedukaan

##### Dukungan keluarga

Dukungan dari keluarga serta saudara menjadi faktor yang membantu proses kedukaan yang dialami oleh partisipan pertama, yang ditunjukkan melalui pernyataan:

"...aku ngerasa harus disemangati banget deh soalnya dulu ayah selalu gitu jadi sekarang merasa apa ya perlu dikuatkan gitu. Jadi karena ayah udah nggak ada aku biasanya disemangati sama kakakk..." (P1-I-W1)

"Iya I itu kalau kesepian sering banget inget ayahnya jadi harus selalu dihibur terus dikuatkan pokoknya..." (SO1-DA-W1)

##### Dukungan teman dekat/kekasih

Selain dukungan dari keluarga, partisipan pertama I mengungkapkan bahwa dirinya memperoleh dukungan dari teman dekat atau kekasihnya. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan:

"...aku ngerasa harus disemangati banget deh soalnya dulu ayah selalu gitu jadi sekarang merasa apa ya perlu dikuatkan gitu sama pacarku sih..." (P1-I-W1)

"...Terus juga, I kalau di rumah minta ditemenin biar nggak kesepian atau nggak ngajak keluar jalan-jalan katanya biar nggak sepi..." (SO1-DA-W1)

“...keluar biar ga inget cerita-cerita atau ngobrol sama temen gitu biar ga sedih. Kalau dirumah pasti ingat sih jadi mending aku keluar ketemu temen-temen ku gitu...” (P2-NA-W1)

### Spiritualitas

Selain adanya dukungan dan motivasi dalam diri, terdapat faktor spiritual yang berperan. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan:

“...Terus karena aku nangis terus yaa dan menurut ibu ku itu ganggu dan risih, sama ibu ku dipanggilin ustaz terus dikasih doa-doa setelah itu udah nggak kaya dulu...” (P1-I-W1)

### Faktor yang menghambat kedukaan

#### Kedekatan dengan orang tua

Faktor yang menghambat kedukaan adalah kedekatan partisipan dengan orang tuanya. Kedua partisipan mengaku bahwa dirinya dekat dengan orang tuanya. Pada partisipan pertama, ia mengaku bahwa sangat dekat dengan ayahnya yang ditunjukkan melalui pernyataan:

“...aku kan anak bungsu ya jadi kayak paling disayangi gitu... Kalau sama ayah sering di manja banget sih (P1-I-W1)

“...I dengan ayahnya itu sangat dekat bener-bener deket terus apa ya kaya I disayang banget gitu sama ayahnya ...” (SO1-DA-W1)

“...aku deket banget lah sama mama. Pokoknya apapun itu mama yang aku kabari aku kasih tau duluan” (P2-NA-W1)

“...NA memandang mamanya sebagai sosok yang menginspirasinya dalam berbagai hal dan orang terpenting dalam hidup dia itu ya mamanya...” (SO3-SA-W1)

### Pembahasan

Dinamika kedukaan menunjukkan bahwa proses kedukaan yang dialami oleh individu tidak linear dan dapat melalui keseluruhan tahapan sesuai dengan urutan serta dapat bergerak maju-mundur dari setiap tahapan Wiryasaputra (2019) Pada proses kedukaan merupakan suatu hal yang dinamis dan akan terus berubah setiap harinya tidak akan bersifat tetap. Hal ini sejalan dengan kondisi pada kedua partisipan bahwa setelah lebih dari dua tahun kematian orang tuanya, kedua partisipan dalam proses menuju penerimaan masih menunjukkan bentuk-bentuk

Dalam menghadapi kematian, individu merespon peristiwa traumatis melalui kedukaan. Kedukaan merupakan suatu reaksi atau respon yang sangat umum terjadi dialami oleh individu yang mengalami kehilangan orang yang disayang. Reaksi kedukaan pada setiap individu berbeda-beda mengingat bahwa reaksi tersebut reaksi personal yang dirasakan oleh individu. Pada kedua partisipan ditemukan bahwa pada saat mengetahui kematian orang tuanya menunjukkan reaksi kedukaan secara psikologis bahkan fisik. Pada kedua partisipan ditemukan bahwa pada saat mengetahui kematian orang tuanya menunjukkan adanya ketidakpercayaan, kaget, dan *shock*. Hal ini sejalan dengan Kondisi ini sejalan dengan pernyataan oleh Porter & Claridge (2021) bahwa kehilangan orang tua pada dewasa awal akan menimbulkan reaksi terkejut, tidak percaya, mati rasa, marah, dan sedih saat mengetahui kematian orang tua.

Pada kondisi kedua partisipan, ditemukan bahwa keduanya tidak memiliki kesempatan melihat jasad orang tuanya untuk terakhir kali. Kondisi ini terjadi karena orang tua kedua partisipan dimakamkan secara Covid-19. Hal ini dapat menjadi bentuk reaksi kedukaan yang

mana ketidakpercayaan dan perasaan kesal terhadap peristiwa kematian orang tuanya. Kondisi yang terjadi pada partisipan ini sesuai dengan pernyataan Corpuz (2021) bahwa seseorang yang meninggal setelah mendapat perawatan di rumah sakit pada saat Covid-19 dengan peraturan yang ketat, dapat membuat individu yang ditinggalkan merasa frustasi dan kesal.

Pada saat mengalami kedukaan atas kematian orang tuanya, I mengalami adanya reaksi kedukaan secara fisik yaitu adanya gangguan tidur. I mengungkapkan bahwa ia mengalami kesulitan untuk tidur di kamar dengan tata letak yang sama dikarenakan pada saat ayahnya sakit, ayahnya dirawat dirumah di kamar dirinya. Reaksi kedukaan secara fisik dapat muncul dalam bentuk gangguan tidur, gangguan makan, gangguan seksual, dan mudah marah (Farella Guzzo & Gobbi, 2023; Wiryasaputra, 2019).

Peristiwa kematian orang tua tentunya tetap mengharuskan kedua partisipan menghadapi kehidupan sehari-hari. Pada saat menjalankan kehidupan sehari-hari pasca kematian orang tua, kedua partisipan menunjukkan adanya kondisi yang sesuai dengan tahapan kedukaan menurut Ross & Kessler (2014) yang terdiri atas *denial, anger, bargaining, depression*, dan *acceptance*. Meskipun tahapan yang dilalui memiliki kemiripan dengan tahap kedukaan Kubler-Ross, tentunya terdapat perbedaan bentuk dan proses yang dilalui oleh kedua partisipan.

Pada tahap pertama yang dilalui oleh kedua partisipan adalah penyangkalan atau *denial*. Penyangkalan merupakan respons duka cita yang mana individu tidak percaya atas kepergian orang yang disayang atau berharga dalam hidupnya. Pada kedua partisipan penyangkalan ditunjukkan melalui adanya ketidakpercayaan atas terjadinya peristiwa tersebut. Pada I, ia tidak percaya atas kematian ayahnya yang mana ia lupa bahwa ayahnya telah meninggal. Pada kondisi NA, bentuk penyangkalan yang dialami tidak hanya adanya perasaan tidak percaya, tetapi adanya penyangkalan untuk merasakan sakit dengan mencari pelarian melalui berkumpul dengan teman di luar dan tidak dapat sendiri. Bentuk penyangkalan yang dialami oleh kedua partisipan ini menunjukkan bahwa ketika menyebutkan ketidakpercayaan sebagai bentuk reaksi atas situasi tersebut terlalu membebani dirinya sehingga memunculkan adanya ketidakpercayaan dan keterkejutan atau *shock* (Ross & Kessler, 2014). Penyangkalan menurut Freud merupakan salah satu bentuk mekanisme pertahanan yang dijelaskan pada teori psikoanalisis. *Denial* atau penyangkalan merupakan mekanisme pertahanan melawan kecemasan dengan “menutup mata” terhadap keberadaan kenyataan yang mengancam yang mana individu menolak peristiwa yang menimbulkan kecemasan seperti kecemasan atas kematian orang yang dicintai (Corey, 2017).

Pada tahap kedukaan terdapat fase *anger* atau marah yang mana tahap ini individu muncul perasaan kemarahan karena orang dicintai pergi meninggalkan dirinya. Individu merasakan perasaan marah yang timbul karena kondisi yang sedang dialami dan juga terhadap lingkungan sekitarnya. Pada kedua partisipan ditemukan adanya perasaan amarah. Pada I, amarah ditujukan kepada rumah sakit dan Tuhan terkait mempertanyakan mengapa takdir yang dialami seperti ini. Sementara itu, pada NA kemarahan ditujukan pada objek tempat yaitu tempat tinggal karena menurut NA tempat tersebut mengingatkan pada peristiwa menyakitkan yaitu kematian ibunya. Kondisi pada kedua subjek ini menunjukkan bahwa dalam menghadapi kedukaan dapat memunculkan adanya amarah yang ditujukan kepada berbagai pihak eksternal (Kubler-Ross & Kessler, 2014; Susanto & Surjaningrum, 2023).

Peristiwa kematian orang tua memunculkan perasaan bersalah kedua partisipan. Menurut Ross & Kessler (2014) akan muncul adanya perasaan bersalah yang mana kemarahan yang ditujukan ke dalam. Pada I, ia merasa bersalah karena ia tidak pernah berbicara secara langsung kepada ayahnya bahwa ia sangat menyayangi ayahnya. Sementara itu, NA

mengungkapkan bahwa ia merasa bersalah karena berbicara dengan nada tinggi kepada ibunya pada saat ibunya sakit.

Menurut Ross & Kessler, (2014) perasaan bersalah memunculkan adanya situasi atau proses tawar-menawar. Pada tahap ini individu melibatkan adanya harapan bahwa situasi ini dapat ditunda kejadiannya serta individu bernegosiasi untuk dapat menghabiskan waktu yang lebih panjang. Pada I, ia menunjukkan adanya pemikiran kemungkinan yang akan terjadi jika ayahnya masih ada, maka ia dapat didampingi ayahnya hingga lulus kuliah. I mempertanyakan mengapa ayahnya meninggal saat ia belum kuliah dan ia tidak dapat didampingi ayahnya ketika wisuda nanti. Serupa dengan I, NA mengaku bahwa ia mempertanyakan tujuan dan motivasi kuliahnya setelah ibunya meninggal dikarenakan berkuliahan di universitas yang baik merupakan mimpi ibunya. Ia merasa bahwa untuk apa ia kuliah, sementara ibunya tidak mendampingi dirinya. Kondisi kedua partisipan sejalan dengan pernyataan Bahtiar et al. (2018) bahwa tawar menawar merupakan tahap dimana individu berusaha mencapai kesepakatan dengan Tuhan atau takdir sebagai bentuk pertimbangan akan peristiwa kematian atau kehilangan orang tua tidak terjadi.

Dalam tahapan kedukaan Kubler Ross dan Kessler, terdapat tahap depresi dimana dalam tahap ini individu merasakan kesedihan yang mendalam sebagai bentuk atau respon atas kehilangan yang dialami. Pada tahap ini muncul berbagai permasalahan seperti gangguan makan, gangguan tidur, perubahan mood, menurunnya tingkat aktivitas, terganggungnya inetraksi sosial, menurunnya produktivitas, dan peningkatan sensitifitas (Julianti & Laksmitiati, 2022).

Pada tahapan ini, I menunjukkan adanya perilaku menarik diri dari lingkungan. I mengaku bahwa selama 1-2 bulan ia tidak keluar rumah untuk hal yang tidak penting. Kondisi menarik diri dari lingkungan ini tidak hanya terjadi pada I, tetapi pada ibu dan kakaknya. Sebelum kematian ayahnya, I dan keluarganya selalu berjalan-jalan bersama. Setelah ayahnya tiada, selama 1-2 bulan I tidak melakukan hal tersebut karena menurut dirinya untuk berjalan-jalan dan keluar rumah selalu dengan ayahnya. Hal ini membuat I merasa sedih dan memilih untuk tidak keluar rumah karena ayahnya telah tiada dan membuat I merasa kehilangan.

Dalam menghadapi kehilangan atas kematian orang tua, I menunjukkan adanya penurunan semangat karena sebelum ayahnya meninggal, ketika sedang belajar atau mengerjakan tugas, ayahnya akan selalu menemani dan memberikan semangat pada dirinya. Hal ini membuat dirinya tidak semangat karena ia tidak mendapat support atau semangat dari ayahnya. Ketika I merasa kesulitan dengan tugas atau mengerjakan skripsi, I akan merasa tidak semangat dan ia membutuhkan semangat dan dorongan dari orang lain. Kondisi pada I sejalan dengan pernyataan oleh Julianti & Laksmitiati (2022) bahwa kehilangan juga berdampak pada kehilangan minat dan menurunnya produktivitas pada individu.

Kehilangan orang tua dapat menimbulkan adanya perasaan sepi (Ausie & Mansoer, 2020; Ramadhani & Nurchayati, 2023). Pada kedua partisipan, kematian orang tuanya menimbulkan adanya perasaan sepi dan kehilangan. Partisipan I setelah kematian ayahnya ia merasa kesepian atas ketiadaan ayahnya secara fisik. I merasa bahwa kehilangan sosok ayahnya yang mana ia sudah tidak dapat melihat ayahnya. Peristiwa kematian ayahnya, memunculkan adanya perasaan kehilangan ayahnya secara fisik dan emosional karena kedekatan yang terjalin diantara keduanya. Pada NA, ia kehilangan sosok yang berperan dalam hidupnya dan kehilangan sosok untuk berdiskusi dan mengobrol yaitu ibunya. Hal ini memunculkan adanya perasaan kesepian pada NA. NA yang dekat dengan ibunya merasakan kehilangan dan kesepian atas kematian ibunya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Wiryasaputra (2019) bahwa faktor

yang memengaruhi kedukaan adalah hubungan emosional individu yang ditinggalkan dengan sosok yang meninggalkan.

Pada kondisi NA, NA tidak secara eksplisit menunjukkan bahwa ia mengalami tahapan ini. NA tidak menunjukkan kondisinya. NA mengungkapkan bahwa ia lupa bagaimana kondisi dirinya pada saat menghadapi kematian ibunya. Meskipun NA tidak menunjukkan secara eksplisit bagaimana ia menghadapi depresi pada fase keduannya, menurut *significant other* diketahui bahwa NA merasa terpuruk dan hancur atas kematian ibunya. Akan tetapi, NA kesulitan untuk menunjukkan perasaannya tersebut baik untuk mengekspresikan maupun dalam bentuk perkataan. NA mengaku bahwa kesedihan mendalam yang kurasakan yang hanya terjadi selama satu sampai dua hari di awal kematian ibunya.

Pada kondisi NA, tahapan depresi teralihkan atau terdistorsi yang ditunjukkan dengan adanya penolakan atau penyangkalan atas perasaan yang menyakitkan NA setelah kematian ibunya mengaku bahwa perlu untuk keluar dan bertemu dengan teman atau orang lain. Menurut NA apabila ia di rumah maka akan semakin teringat ibunya dan merasa kesepian. Oleh karena itu, NA memilih untuk segera mungkin tidak di Surabaya dan pergi ke perantauan untuk berkuliah dan magang. NA melakukan hal ini untuk menghindari perasaan sepi di rumah karena ia sendirian dan menghadapi kenyataan bahwa ibunya telah tiada. Hal ini menunjukkan bahwa dalam menghadapi kehidupan pasca kematian orang tua NA melibatkan berbagai perilaku yang dilakukan guna melindungi diri dari situasi yang mengancam dan menyakitkan bagi partisipan atau individu. Kondisi yang dilakukan NA dapat menjadi salah satu bentuk upaya untuk membuat perasaan duka yang dirasakannya teralihkan atau terdistorsi (Julianti & Laksmitiati, 2022).

Berdasarkan tahapan kedukaan, tahap dukacita yang terakhir adalah *acceptance* atau penerimaan. Pada fase ini individu dapat dikatakan sudah dapat menerima kenyataan dari peristiwa kehilangan atas kematian orang tuanya. Pada fase ini individu bukan melupakan peristiwa kematian orang tua yang mereka alami, tetapi mereka dapat menerima peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya. Menurut Ross & Kessler (2014) pada tahap ini meliputi tentang menerima kenyataan bahwa orang yang kita cintai telah tiada secara fisik dan menyadari bahwa kenyataan baru ini adalah kenyataan yang permanen.

Menurut Julianti & Laksmitiati (2022), pada tahapan penerimaan tidak ada lagi berandai-andai yang dilakukan oleh individu. Pada I, masih ada pengandaian hingga saat ini. I mengakui bahwa ia masih berandai-andai bahwa peristiwa kematian ayahnya tidak terjadi dan masih kerap berandai-andai ayahnya masih dapat menemani dirinya. I juga mengungkapkan bahwa I masih menangis di momen-momen tertentu ketika mengingat ayahnya. Hal ini menunjukkan bahwa dalam proses penerimaan atas kematian ayahnya, I masih menunjukkan adanya bentuk-bentuk pengandaian yang mana hal tersebut berada pada tahap tawar-menawar. Lebih lanjut, pengandaian yang dilakukan oleh I ini menjadi salah satu bentuk penyangkalan atas perasaan yang menyakitkan yaitu kematian ayahnya. I berproses untuk menerima dengan melakukan pengandaian bahwa ayahnya masih ada untuk mengatasi perasaan yang menyakitkan atas kematian ayahnya.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa setelah lebih dari tiga tahun kematian ibunya, NA mengungkapkan bahwa ia telah menerima kematian ibunya. NA mengungkapkan bahwa ia ikhlas atas kematian ibunya. Menurut Wiryasaputra (2019) ungkapan penerimaan perlu dipahami lebih mendalam apakah benar-benar menerima atau sebagai bentuk pengalihan atau penyangkalan. Kondisi pada NA ini perlu dipahami lebih lanjut apakah penerimaan yang diungkapkan menunjukkan penerimaan atas peristiwa kematian ibunya atau bentuk penyangkalan. NA mengungkapkan bahwa ia lupa bagaimana perasaan dirinya saat kematian

ibunya. NA hanya mengingat bahwa ia menangis selama satu hari dan setelah itu ia tidak ingat seperti apa perasaan yang dirasakan. Pada kondisi tersebut NA tidak menolak kematian ibunya, tetapi ia menolak untuk merasakan perasaan yang menyakitkan tersebut. Lebih lanjut, melupakan perasaan yang dirasakan oleh NA dapat menjadi salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri yang dilakukan. Mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh NA yaitu represi. Menurut Corey (2017) represi merupakan kondisi dimana individu melupakan isi kesadaran yang traumatis yang dapat menyebabkan kecemasan yang mana individu menjadi tidak menyadari hal yang menyakitkan

Faktor yang menghambat proses kedukaan pada kedua partisipan adalah kedekatan dan hubungan emosional yang terjalin di antara keduanya. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa hubungan yang terjalin antara I dengan ayahnya begitu dekat. I mengungkapkan bahwa dirinya terbiasa hidup dengan ayahnya. Kedekatan yang terjalin dengan ayahnya berupa adanya komunikasi yang terjalin hangat melalui diskusi dengan nasihat yang diberikan oleh ayahnya setiap harinya. Lebih lanjut, I yang tinggal dengan ayahnya selama hidupnya membuat terbiasa akan kehadiran ayahnya secara fisik maupun emosional. Pada NA yang begitu dekat dengan ibunya merasa sangat kehilangan dan terpukul atas kematian ibunya. NA yang biasanya selalu memberikan kabar dan bercerita kepada ibunya, ketika ibunya meninggal ia menunjukkan adanya kehilangan yang mendalam. Kondisi kedekatan dan hubungan emosional yang terjalin dapat menjadi faktor yang mempengaruhi proses kedukaan. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam proses kedukaan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Wiryasaputra (2019), bahwa faktor yang mempengaruhi kedukaan adalah hubungan emosional individu yang ditinggalkan dengan sosok yang meninggalkan

Faktor yang mendorong proses kedukaan adalah adanya dukungan yang diperoleh dari keluarga, teman dekat, kekasih, dan lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa faktor yang mendorong proses kedukaan adalah adanya dukungan yang diperoleh dari lingkungan seperti keluarga, teman dekat, dan kekasih. Dukungan dari keluarga dan teman dekat dapat membantu individu mengatasi kedukaan atas kematian yang dialami (Milawati & Widyastuti, 2023; Wiryasaputra, 2019). Kemudian, faktor yang mendorong proses kedukaan lainnya dukungan spiritual. I mengungkapkan bahwa setelah ia dibantu oleh seorang uztaz Berdasarkan hal tersebut, I juga perlahan belajar untuk dan menyadari bahwa dalam Islam ia tidak diperkenankan untuk bersedih terlalu lama. Kondisi pada I sejalan dengan pernyataan oleh Betriana & Kongsuwan (2020) bahwa strategi coping secara spiritual membantu dalam proses kedukaan yang mana lebih lanjut ditunjukkan bahwa dalam islam menangis diperbolehkan, tetapi ekspresi kesedihan yang berlebihan tidak dapat diterima karena menunjukkan keengganhan untuk menerima kehendak Tuhan (Suhail et al., 2011)

Peristiwa kematian orang tua menimbulkan berbagai permasalahan dan dampak yang harus dihadapi oleh kedua partisipan. Berdasarkan hasil penelitian, masalah utama yang muncul adalah terkait permasalahan finansial. Permasalahan finansial ini, pada kedua partisipan berkaitan dengan tanggung jawab secara finansial yang sebelumnya berada pada orang tua dan mengalami perubahan besar. Hal ini menimbulkan permasalahan secara keuangan yang harus dihadapi oleh kedua partisipan. Hal ini sejalan bahwa bahwa kematian orang tua berdampak pada aspek finansial (Nurriyana & Savira, 2021; Stikkelbroek et al., 2016)

Permasalahan selanjutnya muncul pada partisipan pertama yaitu I. I menunjukkan adanya kehilangan kontrol dalam kehidupannya berkaitan dengan kedekatan ayahnya dengan dirinya. Pada saat setelah kematian ayahnya, I mengungkapkan bahwa dirinya tidak dapat memilih baju sendiri karena selalu merasa tidak pantas dan kurang sesuai dengan dirinya. Permasalahan yang muncul pada I ini dapat menunjukkan adanya salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri. Salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri adalah fiksasi. Fiksasi merupakan

berhentinya individu pada tahap perkembangan awal karena tahap perkembangan selanjutnya sulit dan menimbulkan frustasi atau kecemasan (Alwisol, 2009; Corey, 2017). Pada kondisi I yang terbiasa sejak kecil dipilihkan pakaian oleh ayahnya atau kehidupannya diarahkan oleh ayahnya, ketika ayahnya meninggal hal ini tentu menjadi salah satu tahap atau peristiwa yang sulit yang mampu menimbulkan kecemasan atau frustasi pada I.

Pada I, kematian ayahnya membuat dirinya menjadi lebih mudah menangis. I mengungkapkan ia semakin sensitif dan mudah menangis. Perubahan emosi ini terjadi setelah kematian ayahnya pada 2020 hingga saat ini, tetapi paling parah terjadi hingga tahun 2023. Perubahan emosi yang membuat dirinya semakin sensitif ini membuat orang-orang di sekitarnya tidak nyaman. Hal ini membuat ibu dari I meminta bantuan dari seorang uztaz untuk memberikan penguatan secara spiritual. Pada kedukaan dapat muncul permasalahan seperti gangguan makan, gangguan tidur, perubahan *mood*, menurunnya tingkat aktivitas, terganggunya inetraksi sosial, menurunnya produktivitas, dan peningkatan sensitifitas (Julianti & Laksmiwati, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian terhadap kedua partisipan, ditemukan adanya kondisi yang serupa bahwa dalam proses menuju penerimaan yang dialami, kedua partisipan hingga saat ini masih berada dan diiringi oleh tahapan sebelumnya yaitu *denial* dan *bargaining*. Kedua partisipan menunjukkan bahwa dalam proses penerimaan tersebut masih menunjukkan adanya bentuk-bentuk penyangkalan perasaan menyakitkan atas peristiwa traumatis yaitu kematian orang tuanya. Lebih lanjut, dikarenakan kedekatan yang terjalin antara kedua partisipan dan orang tuanya membuat keduanya begitu terikat secara emosional dan hanya berfokus pada hal tersebut yang ditunjukkan melalui berbagai pernyataan yang muncul. Hal ini menunjukkan bahwa proses menuju penerimaan tidak linear dan dapat terjadi berbeda-beda serta memiliki keunikan masing-masing

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kedua partisipan melalui tahapan menurut teori kedukaan Kubler-Ross. Meskipun begitu, kedua partisipan tidak melalui keseluruhan tahapan kedukaan sesuai dengan teori tersebut. Proses kedukaan yang dialami oleh individu tidak linear dan dapat melalui keseluruhan tahapan sesuai dengan urutan serta dapat bergerak maju-mundur dari setiap tahapan. Pada proses kedukaan merupakan suatu hal yang dinamis dan akan terus berubah setiap harinya tidak kan bersifat tetap. Dari kedua partisipan, memiliki kesamaan yaitu keduanya saat ini masih belajar untuk menerima kematian orang tua dan dengan tahapan lain yang mendampingi yaitu penyangkalan dan penawaran.

Pada partisipan pertama, yaitu I ditemukan bahwa saat ini masih dalam proses belajar menerima dan ikhlas atas kematian ayahnya. I belajar untuk hidup berdampingan dengan kepergian ayahnya. Dalam melalui proses penerimaan, I masih kerap kali hingga saat ini melakukan pengandaian atas kemungkinan peristiwa kematian ayahnya tidak terjadi. Sementara itu, pada NA ditemukan bahwa saat ini masih dalam proses penerimaan. Dalam untuk menerima, NA belajar untuk membangun hubungan dengan ayahnya sebagai orang tua yang dimiliki dirinya saat ini. NA menunjukkan adanya penyangkalan-penyangkalan atas kematian ibunya yang tidak hanya penyangkalan atas peristiwa, tetapi NA menyangkal untuk merasakan kesedihan atau kehilangan atas kematian ibunya. Dalam proses kedukaan, terdapat faktor yang menghambat, yaitu kedekatan yang terjalin, komunikasi, pola asuh yang diterapkan, pandangan tentang sosok orang tua, dan kurangnya dukungan keluarga. Selain itu, faktor yang mendorong proses berduka adalah dukungan dari lingkungan, faktor spiritual, dan motivasi dalam diri.

## Saran

Bagi kedua partisipan, apabila kematian orang tua merupakan peristiwa yang traumatis yang menjadi tekanan psikologis, diharapkan untuk meminta bantuan kepada profesional, seperti psikolog, psikiater, dan lain-lain. Lebih lanjut, bagi partisipan diharapkan untuk melakukan konseling dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran terhadap kondisi psikologis diri sendiri setelah peristiwa kematian orang tua yang terjadi. Bagi keluarga, teman dekat, dan lingkungan diharapkan untuk memberikan dukungan, semangat, dan penguatan pada individu yang berduka atas peristiwa kematian dialami. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar individu yang berduka mendapat dukungan dan dorongan untuk bangkit dari peristiwa traumatis yang dialami. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa dengan menggunakan variabel-variabel psikologis lainnya, seperti resiliensi, penerimaan, dinamika emosi, dan lain-lain.

## Daftar Pustaka

- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Andriessen, K., Mowll, J., Lobb, E., Draper, B., Dudley, M., & Mitchell, P. B. (2018). “Don’t bother about me.” The grief and mental health of bereaved adolescents. *Death Studies*, 42(10), 607–615. <https://doi.org/10.1080/07481187.2017.1415393>
- Assyakurrohim, D., Ikhram, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1–9. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Ausie, R. K., & Mansoer, W. W. D. (2020). “Mengapa tuhan mengambil mereka?” Pengalaman duka dan pemaknaan anak yang kehilangan kedua orang tua secara berurutan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8, 153–173. <https://doi.org/10.24854/jpu137>
- Bahtiar, B., Sahar, S., Junaiti, J., Wiarsih, W., & Wiwin, W. (2018). “Not able to live anymore”: reaction of the grieving process of the elderly dealing with chronic disease. *International Journal of Nursing and Health Services*, 1(1), 24–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.35654/ijnhs.v1i1.6>
- Betriana, F., & Kongsuwan, W. (2020). Grief reactions and coping strategies of muslim nurses dealing with death. *Nursing in Critical Care*, 25(5), 277–283. <https://doi.org/10.1111/nicc.12481>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10<sup>th</sup> ed., Vol. 53, Issue 9). Cengage Learning.

Corpuz, J. C. G. (2021). Beyond death and afterlife: the complicated process of grief in the time of COVID-19. *Journal of Public Health (United Kingdom)*, 43(2), E281–E282. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdaa247>

Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry & research design : choosing among five approaches*. Sage Publication, Inc.

Duha, R. T., Dachi, O., & Waruwu, S. (2022). Pendampingan psikososial terhadap anak yang kehilangan orang tua. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 15(2), 78–88. <https://doi.org/10.36588/sundermann.v15i2.88>

Farella Guzzo, M., & Gobbi, G. (2023). Parental death during adolescence: a review of the literature. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 87(4), 1207–1237. <https://doi.org/10.1177/00302228211033661>

Hodgetts, D. J., & Stolte, O. E. E. (2012). Case-based research in community and social psychology: introduction to the special issue. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 22(5), 379–389. <https://doi.org/10.1002/casp.2124>

Julianti, T., & Laksmiwati, H. (2022). Pengalaman kedukaan pasca kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 74–86.

Kessler, D. (2019). *Finding meaning: the sixth stages of grief*. Scribner-Simon & Schuster, Inc.

Ross, E. K., & Kessler, D. (2014). *On grieve & grieving finding the meaning of grief through the five stages of loss*. Scribner-Simon & Schuster, Inc.

Mash, H. B. H., Fullerton, C. S., Shear, M. K., & Ursano, R. J. (2014). Complicated grief and depression in young adults: personality and relationship quality. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 202(7), 539–543. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000155>

Milawati, M., & Widyastuti, W. (2023). Grief pada remaja perempuan pasca kematian orangtua akibat Covid-19. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik Dan Humaniora*, 2(1), 159–172. <https://doi.org/10.55606/jurrih.v2i1.788>

Nurriyana, A. M., & Savira, S. I. (2021). Mengatasi kehilangan akibat kematian orang tua : studi fenomenologi self-healing pada remaja. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(3), 46–60. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41169>

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>

Putri, J. E., Suhaili, N., Marjohan, M., Ifdil, I., & Afdal, A. (2022). Konsep self-esteem pada wanita dewasa awal yang mengalami perceraian. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 20. <https://doi.org/10.29210/1202221495>

Ramadhani, H. F., & Nurchayati. (2023). Strategi coping perempuan dewasa awal dalam menghadapi kematian ibu early adult women's coping strategy in facing maternal death. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 213–231.

Stikkelbroek, Y., Bodden, D. H. M., Reitz, E., Vollebergh, W. A. M., & van Baar, A. L. (2016). Mental health of adolescents before and after the death of a parent or sibling. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 25(1), 49–59. <https://doi.org/10.1007/s00787-015-0695-3>

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Suhail, K., Jamil, N., Oyebode, J., & Ajmal, M. A. (2011). Continuing bonds in bereaved pakistani muslims: effects of culture and religion. *Death Studies*, 35(1), 22–41. <https://doi.org/10.1080/07481181003765592>

Susanto, V., & Surjaningrum, R. (2023). A Systematic Literature Review: Pemaknaan Kedukaan Akibat Kematian Orang Tua pada Remaja. *Proceeding Series of Psychology*, 1(1), 262–274.

Willig, C. (2013). *Introduction qualitative research in psychology* (3rd ed.). McGraw-Hill Education.

Wiryatasaputra. (2019). *Grief psychotherapy: psikoterapi kedukaan*. Pustaka Referensi.

Zahira, A. K. Z., & Savira, S. I. (2024). Gambaran kedukaan pada dewasa awal atas kematian orang tua. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 50–66.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/58560>