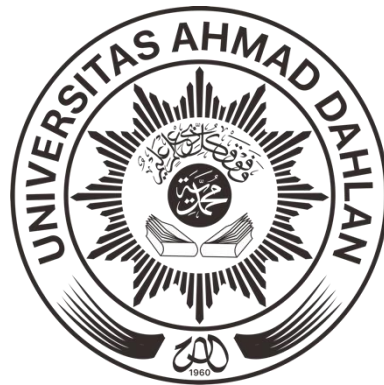


**GAMBARAN KEDUKAAN PADA REMAJA YANG ORANGTUANYA
MENINGGAL SECARA MENDADAK**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

Dina Nabila Khairiah

17000131134

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

PENGESAHAN

**GAMBARAN KEDUKAAN PADA REMAJA YANG ORANGTUA NYA
MENINGGAL SECARA MENDADAK**

Yang disusun oleh:

Dina Nabila Khairiah

1700013134

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

5 Maret 2024

Fakultas Psikologi

Universitas Ahmad Dahlan

Pada Tanggal

Pembimbing

Alfi Purnamasari, S.Psi., M.Si., Psikolog

GAMBARAN KEDUKAAN PADA REMAJA YANG ORANGTUANYA MENINGGAL SECARA MENDADAK

Dina Nabila Khairiah¹, Alfi Purnamasari²

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta 55166

¹dinanabila051@gmail.com

²alfi.purnamasari@psy.uad.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kedukaan pada remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Karakteristik sampel penelitian adalah remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak. Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan responden sebanyak dua orang remaja perempuan. Data diambil dengan menggunakan metode wawancara semi terstruktur dengan metode analisis isi. Triangulasi dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dengan melakukan wawancara dengan *significant person*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dari keempat aspek kedukaan yaitu aspek fisik, aspek mental, aspek sosial dan aspek spiritual responden 1 menunjukkan kedukaan pada aspek fisik berupa sulit tidur di malam hari dan penurunan nafsu makan, aspek mental berupa perubahan pola emosi misalnya responden menjadi lebih sensitif ketika mendengar orang lain tertawa dan mudah marah, dalam aspek sosial responden 1 sering menyendiri dan menghindari oranglain untuk mengurangi interaksi sosial, sedangkan pada aspek spiritual responden 1 sempat tidak menerima kematian ayahnya dan menyalahkan takdir yang ditetapkan pada awal kematian ayahnya. Responden 2 menunjukkan kedukaan pada aspek fisik seperti lebih sering tidur untuk mengalihkan rasa sedih dan mengalami penurunan nafsu makan, pada aspek mental responden 2 menjadi lebih sensitif ketika mendengar oranglain bercerita tentang ayahnya, selain itu responden 2 juga menjadi lebih mudah marah dan murung. Dalam aspek sosial diawal kematian ayahnya responden 2 memilih untuk mengurangi interaksi dengan lingkungan dengan cara lebih banyak tidur. Sedangkan pada aspek spiritual responden 2 menjadi lebih dekat dengan tuhan dan agama. Faktor-faktor yang mempengaruhi kedukaan adalah hubungan responden dengan almarhum yang cukup dekat dan kematian ayahnya yang mendadak. Adanya dukungan keluarga, dukungan dari lingkungan dan kedekatan seseorang dengan tuhan dan agama mampu meringankan faktor kedukaan.

Kata kunci : Kedukaan, Kematian, Remaja

DESCRIPTION OF GRIEF IN TEENAGERS WHOSE PARENTS DIED SUDDENLY

Dina Nabila Khairiah¹, Alfi Purnamasari²

Faculty of Psychology Universitas Ahmad Dahlan
Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta 55166

¹dinanabila051@gmail.com

²alfi.purnamasari@psy.uad.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the picture of grief in adolescents whose parents died suddenly. This research uses a qualitative approach with a case study method. The characteristics of the study sample were adolescents whose parents died suddenly. The sample in this study was taken using purposive sampling techniques with respondents as many as two adolescent girls. Data were taken using semi-structured interview method with content analysis method. Triangulation in this study used source triangulation by conducting interviews with significant persons. The results showed that respondent 1 showed grief in the physical aspect in the form of difficulty sleeping at night and decreased appetite, mental aspects in the form of changes in emotional patterns for example respondent became more sensitive when hearing others laugh and irritable, in the social aspect respondent 1 often aloof and avoided others to reduce social interaction, while in the spiritual aspect respondent 1 had not accepted the death of his father and blamed fate which was set at the beginning of his father's death. Respondent 2 showed grief in physical aspects such as sleeping more often to divert sadness and decreased appetite, in the mental aspect of respondent 2 became more sensitive when hearing others tell about his father, besides that respondent 2 also became more irritable and moody. In the social aspect early in his father's death, respondent 2 chose to reduce interaction with the environment by means of more sleep. While on the spiritual aspect respondent 2 became closer to god and religion. The existence of family support, support from the environment and one's closeness to God and religion can alleviate the grief factor.

Keywords : Death, Grief, Youth

PENDAHULUAN

Setiap yang bernyawa pasti akan mengalami kematian (QS. Al Ankabut:57). Setiap orang merespons kematian dengan cara yang berbeda. Orang yang ditinggalkan pada awalnya akan merasa terkejut, tidak percaya diri, dan lumpuh, serta sering menangis atau mudah marah (Santrock, 2004). Kematian diawali dengan bereavement, yaitu kehilangan yang dirasakan oleh seseorang yang dekat dengan orang yang berduka dan proses penyesuaian diri dengan kehilangan (Papalia 2008). Salah satu jenis kematian yang paling banyak terjadi Indonesia adalah kematian mendadak. Peristiwa kematian mendadak atau tidak diharapkan akan benar-benar mengejutkan bagi orang yang ditinggalkan karena individu tidak memiliki kesempatan untuk menyiapkan diri secara psikologis untuk menghadapi kehilangan karena kematian orang yang dekat dengan dirinya (Adina 2013)

Kematian mendadak dapat dijelaskan sebagai kematian yang terjadi secara tiba-tiba, misalnya karena kegagalan fungsi jantung pada seseorang yang sebelumnya terlihat sehat, kecelakaan, atau dibunuh. Kematian yang secara mendadak atau tidak diharapkan akan benar-benar mengejutkan bagi orang yang ditinggalkan, karena mereka tidak memiliki kesempatan untuk menyiapkan diri secara psikologis untuk menghadapi kehilangan karena kematian orang yang dekat dengannya (Adina, 2013). Menurut Papallia dkk, (2008) Kehilangan juga dapat membawa perubahan dalam status serta peran seseorang yang ditinggalkan.

Kedukaan merupakan respon alamiah penduka atas kehilangan sesuatu atau seseorang yang dianggap penting dan berharga. Kedukaan merupakan mekanisme pertahanan diri saat seseorang atau sekelompok orang mengalami kehilangan atau keterpisahan (Wiryasaputra, 2019). Kedukaan atau dukacita, juga dikenal sebagai *grief*, adalah sebuah kondisi emosional yang lemah, tidak percaya diri, kondisi kecemasan akan perpisahan, keputusasaan, kesedihan, dan disertai dengan rasa kesepian saat kehilangan orang yang dicintai (Santrock, 2004). Menurut Delahanty (2014) Grief atau kedukaan didefinisikan sebagai reaksi yang normal ketika kehilangan. Kedukaan adalah reaksi normal, alamiah dan saling terkait dari seluruh aspek hidup penduka yaitu secara fisik, mental, sosial dan spiritual atas peristiwa kehilangan atau keterpisahan penduka dari seseorang atau sesuatu yang telah menjadi bagian utuh dan sangat berarti bagi hidupnya (Wiryasaputra, 2019).

Intensitas *grief* pada tiap individu berbeda dan dapat berlangsung selama beberapa bulan atau bahkan beberapa tahun. *Grief* dapat dilalui oleh seseorang dengan beberapa tahapan, yang pertama tahap *shock* dan tidak percaya, kedua, tahap asik dengan kenangan mereka yang meninggal, ketiga, tahap resolusi (Papalia, 2008). Meskipun pola penyelesaian duka yang dideskripsikan merupakan sesuatu yang umum, berduka tidak selalu mengikuti jalur dari shock ke resolusi. (Adina, 2013)

Para remaja berduka dengan cara yang sama dengan orang dewasa, tetapi karena mereka sering merasakan emosi yang "naik turun"

pada tingkat pertumbuhan ini, mereka berisiko mengalami depresi. Remaja yang sedang berduka dapat mengalami dampak yang sangat besar dari kesedihan yang dirasakan setelah putus hubungan, perpisahan orang tua, atau kematian seseorang yang dekat dengan mereka. Karena kehilangan panutan hidup, remaja yang berduka dapat menutup diri, tertekan, dan mudah marah. Mereka juga dapat merasa tidak tahu arah dan tujuan hidup mereka. Remaja yang berduka juga tidak tahu apa yang harus dilakukan untuk menangani rasa kehilangan mereka. (Yuliawati, 2007)

Penulis melakukan wawancara pada tanggal 5 Mei 2022 dengan subjek yang berinisial BL yang mengalami kedukaan setelah ayahnya meninggal secara mendadak tanpa sakit terlebih dahulu. BL menuturkan bahwa pada awal kepergian ayahnya subjek berubah menjadi sedikit pendiam dan cenderung menarik diri dari lingkungannya. Subjek juga menghindar dari teman-teman dekatnya serta memilih untuk beberapa kali bolos sekolah karena takut bertemu orang-orang. Padahal sebelum ayahnya meninggal subjek merupakan sosok yang ramah dan senang bergaul dengan siapa saja namun kondisi berubah setelah ayahnya meninggal secara mendadak. BL sangat terpukul dengan kepergian yang secara tiba-tiba tanpa sakit terlebih dahulu. Subjek menuturkan ia tak pernah menyangka ayahnya akan pergi secepat ini tanpa pesan dan tanpa kesempatan untuknya merawat ayahnya. Ketika ayahnya meninggal ia merasa kehilangan sebagian dari dirinya. Berbulan-bulan setelah kepergian ayahnya pun BL masih sering menangis, bayangan ayahnya masih sering

muncul di ingatannya. Subjek berjuang melawan kedukaan yang dirasakan dibantu dengan dukungan keluarga dan teman-teman terdekatnya selama hampir 2 tahun.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui bahwa peristiwa kematian dapat menyebabkan kedukaan. kedukaan dapat dialami oleh siapa saja tanpa memandang usia dan gender. kedukaan yang dialami oleh seseorang tidak boleh dibiarkan berlarut-larut karena dapat menimbulkan *stress* bahkan depresi sehingga seseorang tidak dapat melanjutkan tugas perkembangannya, terutama perkembangan emosional dan sosial sehingga sedikit banyak memiliki andil dalam setiap perilaku Individu. Remaja memiliki berbagai tugas perkembangan. Menurut Hurlock (1980), salah satu tugas perkembangan remaja adalah untuk mencapai kemandirian emosional. Ini berarti bahwa remaja harus memiliki kemampuan untuk menyelesaikan konflik dalam diri mereka sendiri dan mengatasi masalah mereka sendiri tanpa bantuan orang tua mereka, yang biasanya berfungsi sebagai panutan.

Oleh karena itu pembahasan tentang gambaran kedukaan pada remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak serta cara remaja tersebut mampu *move on* dari kedukaan yang dialami menarik untuk diteliti. Masalah kematian orangtua pada remaja merupakan masalah penting yang dapat diangkat menjadi topik penelitian, tujuannya agar dapat dicari suatu cara agar seorang anak dapat melewati tahapan *kedukaan* dengan baik dan tidak memakan waktu yang panjang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan teknik *criterion sampling* karena peneliti mempunyai kriteria dan ciri tertentu yang dianggap dapat mendukung penelitian ini. Subjek penelitian yang digunakan berjumlah dua orang remaja perempuan berusia 15 – 21 tahun. Teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam (*depth interview*) berupa wawancara semi terstruktur. Penelitian ini menggunakan analisis isi dan uji kredibilitas data menggunakan triangulasi sumber untuk menganalisis data.

HASIL PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil temuan peneliti yang telah dilakukan, peneliti berusaha memperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk melihat gambaran kedukaan pada remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak. Berikut adalah penjabaran sesuai dengan tujuan, peneliti menggunakan wawancara dan observasi yang memperoleh temuan berikut :

A. Responden 1

a. Gambaran Kedukaan pada Remaja yang Orangtuanya Meninggal Secara Mendadak

1. Aspek fisik

Di awal kematian ayahnya responden 1 mengalami penurunan nafsu makan bahkan responden menolak untuk makan bahkan hingga beberapa hari. Pola tidur responden 1 juga cenderung berubah misalnya diawal kematian ayahnya responden 1 kesulitan tidur di malam hari karena sering

terbangun dan menangis. Secara fisik, kedukaan dapat menyebabkan gejala seperti menangis, tubuh gemetaran, berjalan seperti melayang, kelelahan, dan tidak tenang (Wiryasaputra, 2019). Hal ini sesuai kondisi responden yang kesulitan tidur di malam hari karena tidak tenang.

Pola tidur dan makan responden 1 yang sebelumnya mengalami perubahan kini menjadi kembali normal. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aussie & Mansoer (2020) menunjukkan bahwa reaksi duka umumnya akan berkurang seiring dengan berjalannya waktu.

2. Aspek mental

Setelah kematian ayahnya responden 1 menjadi lebih mudah marah dan mudah menangis. Responden 1 menjadi lebih sensitif dan mudah marah ketika mendengar orang lain tertawa. Hal tersebut karena Ketidakstabilan emosi sering kali menandai usia remaja (Ruimassa, 2023). Selain itu, Gejala yang muncul dalam aspek mental seperti tidak menerima kenyataan, terkejut, bingung, gelisah, cemas, sedih, pikiran tidak teratur, mudah marah atau tersinggung, dan benci (Wiryasaputra, 2019). Dalam penelitian lain Aussie & Mansoer (2020) menemukan bahwa salah satu reaksi duka yang kompleks adalah perasaan tidak percaya dan tidak menerima bahwa seseorang yang dicintai sudah tidak ada lagi.

3. Aspek sosial

Responden 1 yang sebelumnya merupakan seseorang yang *extrovert*, setelah kematian ayahnya responden 1 mengalami perubahan dalam aspek sosial. Responden 1 cenderung menarik diri dari lingkungan dan

enggannya berbaur dengan lingkungan. Selain itu responden 1 lebih sering menyendiri dan menolak untuk bercerita dengan teman-temannya. Responden 1 memilih untuk menghindari lingkungan dan orang-orang terdekatnya selain keluarga. Gejala-gejala yang muncul dalam aspek sosial adalah suka menyendiri dan menarik diri dari lingkungan, selalu ingin menceritakan orang atau sesuatu yang hilang (secara berlebihan) atau sama sekali tidak ingin menceritakan, mengunjungi makam atau tempat yang berhubungan dengan orang yang hilang, menyalahkan orang lain, membenci atau marah pada orang lain dan lain-lain (Wiryasaputra, 2019). Selain itu, remaja yang berduka biasanya menggunakan strategi koping yang tidak sesuai, seperti menarik diri dari lingkungan atau mengisolasi diri. (Apelian dkk, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ausie & Mansoer (2020) menunjukkan bahwa menarik diri dari lingkungan merupakan reaksi kompleks dari individu yang berduka. Peristiwa kehilangan yang dialami oleh individu menyebabkan timbulnya reaksi duka yang kompleks.

Responden yang sebelumnya menarik diri dari lingkungan perlahan membuka diri karena dukungan yang diberikan oleh keluarga. Dukungan tersebut perlahan membuat responden berdamai dan menyesuaikan diri dengan kedukaan yang dialaminya.

4. Aspek spiritual

Selain itu dari aspek spiritual ditunjukkan dengan di awal kematian ayah responden I sempat tidak menerima kematian ayahnya dan menyalahkan takdir yang sudah ditetapkan. Shear (2015) menyatakan

bahwa salah satu perasaan yang dialami seseorang saat mengalami reaksi duka yang rumit adalah ketidakpercayaan dan ketidakterimaan atas fakta bahwa figur yang dicintai telah meninggal dunia. Selain itu Wiryasaputra (2019) berpendapat bahwa rasa berdosa, menyalahkan Tuhan atau marah pada Tuhan, tidak dapat berkonsentrasi pada kegiatan keagamaan, dan lain-lain adalah gejala yang muncul pada aspek spiritual dari kedukaan.

Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Ludik & Greeff (2020) mengatakan bahwa Agama adalah hal yang paling utama yang dapat digunakan untuk mengatasi kedukaan pada remaja. Mereka mengatakan bahwa kehadiran Tuhan adalah sumber dukungan terkuat untuk membuat mereka menerima keadaan. Hal tersebut sesuai dengan responden 1 yang perlahan mampu berdamai dan menerima kematian ayahnya. Kegiatan ibadah seperti sholat, mengaji, berdoa dan membaca Yasin sering dilakukan oleh responden dan keluarganya.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kedukaan

1) Hubungan responden dengan almarhum

Responden 1 memiliki hubungan yang dekat dengan ayahnya. Responden memiliki hobi yang sama dengan ayahnya sehingga banyak hal yang dilakukan responden bersama ayah. Wiryasaputra (2019) berpendapat semakin dekat hubungan seseorang dengan oranglain, maka semakin dalam kedukaannya. Seseorang yang memiliki hubungan dekat dengan ayahnya akan lebih berat ketika ayahnya meninggal dibandingkan seseorang yang tidak dekat dengan ayahnya. Dalam penelitian lain yang

dilakukan oleh adina (2013) hubungan yang terjalin baik antara almarhum dan penduka membuat penduka sulit untuk menerima kematian almarhum. Selain itu pada penelitian yang dilakukan oleh dwiartyani dkk (2021) mengatakan bahwa kelekatan berkemungkinan untuk mempengaruhi proses kedukaan

2) Proses kematian

Ayah responden 1 meninggal secara mendadak. Responden mendapatkan kabar kematian ayahnya ketika sedang berada dirantau. Menurut aiken (dalam adina, 2013) Pada kematian yang mendadak orang yang ditinggalkan akan sulit menghadapi kenyataan yang dialaminya. Proses kematian mendadak atau tragis dapat mengakibatkan kedukaan yang lebih kompleks daripada proses kematian biasa, seperti sakit (Wiryasaputra, 2019)

Berdasarkan hasil temuan di atas terdapat beberapa reaksi yang muncul akibat kedukaan, baik dari aspek fisik, aspek mental, aspek sosial dan spiritual. Responden 1 mengalami perubahan disemua aspek kedukaan. Hubungan responden dengan almarhum yang cukup dekat dan proses kematian ayahnya yang mendadak serta keberadaan responden yang jauh dari rumah membuat responden merasa sangat berduka. Perasaan marah terhadap tuhan dan takdir membuat proses berduka yang dialami responden 1 membutuhkan waktu yang lebih lama.

B. Responden 2

a. Gambaran Kedukaan pada Remaja yang Orangtuanya Meninggal Secara Mendadak

1. Aspek fisik

Responden 2 juga mengalami perubahan dalam seluruh aspek hidup setelah kematian ayahnya, misalnya dari aspek fisik responden 2 mengalami gangguan pola tidur seperti di awal kematian ayahnya yaitu lebih sering tidur di siang hari untuk mengalihkan rasa sedih dan mengurangi interaksi dengan lingkungan. Selain itu pola makan responden 2 juga mengalami sedikit perubahan Di awal kematian ayahnya responden 2 mengalami penurunan nafsu makan, sehingga menjadi jarang makan. Penelitian yang dilakukan oleh Elvaret, Nasution & Pratiwi (2023) menunjukkan hasil bahwa kesedihan yang mendalam akibat kehilangan orangtua menyebabkan individu mengalami distress somatik yang menyebabkan pola tidur dan pola makannya terganggu. Seiring berjalannya waktu pola makan dan pola tidur responden kembali normal serta sudah mampu kembali menyesuaikan diri.

2. Aspek Mental

Pada segi aspek mental responden 2 juga mengalami perubahan pada pola emosi yaitu di awal kematian ayahnya responden 2 merasa lebih sensitif dan sedih ketika mendengar orang lain bercerita tentang ayahnya. Selain itu responden 2 juga menjadi lebih mudah marah dan murung. Di fase awal orang yang ditinggalkan akan merasa terkejut, tidak percaya dan lumpuh, sering menangis atau mudah marah (Santrock, 2004). Dalam

penelitian lain Mannarino & Cohen (2011) mengatakan pada tahap *Intermediate* muncul reaksi kemarahan yang disusul oleh rasa kesepian dan kerinduan.

3. Aspek Sosial

Pada awal kematian ayahnya responden 2 menarik diri dan mengurangi interaksi dengan lingkungan dengan cara memperbanyak tidur pada siang hari. Perilaku menarik diri ini terlihat dalam hubungan responden dengan teman-teman dan lingkungan sekitar. Shear (2015) juga mengatakan bahwa orang yang memiliki reaksi duka yang kompleks sering menghindari lingkungan. Menurut penelitian lain rasa kehilangan membuat seseorang bersifat individual (Vasty, 2021). Seiring berjalannya waktu berkat dukungan keluarga dan lingkungan terdekat responden mulai memperbanyak interaksi dengan lingkungan sekitar untuk mencari kesenangan serta sering mengunjungi makam ayahnya untuk sekedar melepas rindu. Wiryasaputra (2019) menyatakan bahwa salah satu gejala yang muncul dalam aspek sosial adalah mengunjungi makam atau tempat yang berhubungan dengan orang yang hilang.

4. Aspek Spiritual

Dari segi spritual hubungan responden 2 justru semakin dekat dengan Tuhan, meskipun di awal kematian ayahnya responden 2 sempat menyalahkan takdir namun saat ini responden semakin rajin beribadah seperti sholat, membaca Yasin dan berdoa. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Milawati & Widyastuti (2023) reaksi spiritual bisa dilakukan

dalam bentuk mendekatkan diri kepada Tuhan dengan melakukan ibadah yang lebih sering, seperti mendengarkan ceramah agama, shalat tahajud yang sering, berdoa, dan membaca Al-Quran. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh responden 2. Sesuai dengan firman Allah pada Q.S Al-Baqoroh:216 “Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui” sehingga

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ludik & Greeff (2020) mengatakan bahwa Sistem kepercayaan yang memberikan makna seseorang dapat memengaruhi cara mereka menangani kehilangan dalam situasi yang sulit, seperti kematian orang yang dicintai. selanjutnya, keyakinan agama ini membantu remaja mendapatkan perspektif, menemukan arti, dan makna dari penderitaan dan kehilangan mereka. Keyakinan ini juga dapat membantu proses berduka. responden 2 dapat memaknai bahwa peristiwa atau musibah yang menimpanya ini merupakan salah satu takdir Allah yang terbaik untuknya.

Dari keempat aspek kedukaan responden 2 hanya mengalami perubahan di ketiga aspek saja. Misalnya aspek fisik, aspek mental dan aspek sosial. Perubahan pada aspek spiritual responden 2 tidak berlangsung lama. Responden 2 mampu menerima takdir kematian ayahnya. Hubungan responden dengan Tuhan dan agama menjadi salah satu faktor penting dalam proses kedukaan responden. Dukungan dari keluarga, dukungan lingkungan sekitar serta kedekatan responden dengan

Tuhan dan agama dapat meringankan kedukaan yang dialami oleh setiap responden.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kedukaan

1) Hubungan responden dengan almarhum

Responden 2 merasa hubungannya dengan sang ayah dekat. Responden 2 merupakan anak kesayangan ayahnya. Menurut wiryasaputra (2019) semakin dalam cinta dan kasih penduka terhadap almarhum maka semakin terluka dan dalamnya kedukaan yang dialami. Dalam kata lain aiken (dalam adina, 2013) berpendapat bahwa semakin baik hubungan seseorang dengan orang yang meninggal maka akan semakin sulit proses kedukaan yang dialami. Selanjutnya dalam penelitian lain yang dilakukan oleh adina (2013) hubungan yang terjalin baik antara almarhum dan seseorang membuat seseorang sulit untuk menerima kematian ayahnya.

2) Proses kematian

Ayah responden 2 meninggal secara mendadak. Ayah responden 2 sempat berpesan kepadanya beberapa hal sebelum kematiannya. Kematian ayah disaksikan langsung di depan mata. Cara dan penyebab kematian seseorang akan mempengaruhi seberapa ringan kondisi kedukaan (Wiryasaputra, 2019). Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Adina (2013) mengatakan bahwa proses kematian yang mendadak membuat penduka lebih sulit menerima kematian seseorang.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Keterbatasan ini menjadi hambatan bagi penelitian ini. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah proses pengambilan data wawancara yang kurang maksimal karena responden harus kembali ke kota lain untuk berkuliah sehingga proses wawancara dilakukan secara daring. Waktu kuliah responden yang padat dan jaringan internet yang beberapa kali mengalami gangguan juga membuat sulitnya mengatur jadwal wawancara. Selain itu teknik pengumpulan data yang terbatas dan kurangnya probing yang dilakukan oleh peneliti membuat data yang didapatkan kurang menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan mengenai gambaran kedukaan pada remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak, maka peneliti dapat menarik kesimpulan berikut:

1. Responden 1

Responden 1 mengalami perubahan disemua aspek kedukaan. Mulai dari aspek fisik terkait perubahan pola makan dan tidur, aspek mental yaitu perubahan pola emosi, aspek sosial misalnya terdapat perubahan pada seluruh pola interaksi sosial dan juga aspek spiritual yang mana responden 1 sempat tidak menerima dan marah pada takdir atas kematian ayahnya. Hubungan responden dengan almarhum yang cukup dekat dan proses kematian ayahnya yang mendadak serta keberadaan responden yang jauh dari rumah membuat responden merasa sangat berduka. Perasaan marah terhadap tuhan dan takdir membuat proses berduka responden 1

membutuhkan waktu yang lebih lama. Dukungan keluarga dan dukungan lingkungan sekitar mampu meringankan kedukaan yang dialami responden.

2. Responden 2

Dari keempat aspek kedukaan, responden 2 mengalami perubahan di ketiga aspek saja seperti aspek fisik, aspek mental dan aspek sosial. Perubahan pada aspek spiritual responden 2 tidak berlangsung lama. Responden 2 mampu menerima takdir kematian ayahnya. Dukungan keluarga, dukungan lingkungan sekitar dan hubungan responden dengan Tuhan dan agama menjadi salah satu hal yang dapat meringankan proses kedukaan yang dialami responden.

Saran untuk para peneliti berikutnya yaitu agar dapat menggali lebih dalam tentang kedukaan pada remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak sehingga dapat mengetahui dengan jelas respon kedukaan yang muncul. Peneliti selanjutnya diharapkan juga melakukan *probing* lebih dalam dan menggunakan teknik pengumpulan data yang lebih beragam agar dapat membantu peneliti dalam menganalisis data. Bagi remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak untuk mengurangi kedukaan diharapkan dapat meningkatkan hubungan dengan tuhan dan agama. Misalnya dengan lebih rajin beribadah kepada tuhan, banyak berdoa ataupun melakukan ibadah-ibadah lainnya, sehingga kedukaan bisa berkurang. Bagi keluarga yang memiliki remaja yang orangtuanya meninggal secara mendadak diharapkan tetap memberikan dukungan pada

remaja tersebut. Misalnya memberikan dukungan secara emosi, menjadi tempat curhat, memberikan nasehat atau arahan kepada remaja tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adina, F.S. Dkk. (2013). Grief pada remaja akibat kematian orangtua secara mendadak. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2), 1-5.
- Aiken, L. R (1994). Dying, death bereavement (3ed). *Massachussets: Allyn dan bacon*.
- Andrews, C. R., & Marotta, S. A. (2005). Spirituality and coping among grieving children: A preliminary study. *Counseling and Values*, 50(1), 38-50.
- Ann, L & Lee, A. (2001). Encountering death and dying (7th ed). *McGraw Hill*.
- Asrori, M. A. (2019). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Ausie & Mansoer (2020). Mengapa Tuhan mengambil mereka? Pengalaman duka dan pemaknaan anak yang kehilangan kedua orangtua secara berurutan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(2), 153-173.
- Citami Vastya, D. (2021). Motivasi belajar remaja yang mengalami kematian orangtua. *Journal of Psychology Perspective*, 3(1), 7-15.
- Chaplin, J. (1989). Dictionary of psychology. *New york : Dell Publishing Co*.
- Cohen, J. A., & Mannarino, A. P. (2011). Supporting children with traumatic grief: What educators need to know. *School Psychology International*, 32(2), 117-131
- Creswell, J. W. (2015). Penelitian kualitatif & desain riset. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif dan campuran. Edisi Keempat (cetakan kesatu)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dwiaryani, Dkk. (2021). Gambaran proses grieving pada dewasa awal yang mengalami kehilangan anggota keluarga akibat virus covid-19. *Jurnal Psikologi Prima*, 4(1), 20-32
- Elvaretta, S. C., Nasution, E. S., & Pratiwi, I. W (2022). Gambaran proses kedukaan (grief) pada wanita dewasa awal akibat ditinggal oleh

ayah meninggal dunia. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Borobudur*, 1(1), 92-93

- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education (6th ed)*. New York: NY: McGraw-Hill.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2007). *How to design and evaluate research in education (6th ed)*. New York: NY: McGraw-Hill.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Dell Publishing Co.
- Hanurawan, F. (2012). Qualitative Research in Psychology. *Journal of Educational, Health and community Psychology*, 1(2), 120 -132.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1991). *Adolescent development*. Tokyo: Mc. Graw Hill.
- Ludik, D., & Greeff, A. P. (2020). Exploring factors that helped adolescents adjust and continue with life after the death of a parent: <https://doi.org/10.1177/0030222820923905>.
- 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.
- Moloeng, L. J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif. Edisi revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Moloeng, L. J. (2011). *Metodologi penelitian kualitatif. Edisi revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mudyahardjo, R. (2014). *Pengantar pendidikan "Sebuah studi awal tentang dasar-dasar pendidikan pada umumnya dan pendidikan di Indonesia*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nawawi, H. (2003). *Metode penelitian bidang sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nurhayati, T. (2016). Perkembangan perilaku psikososial pada masa pubertas. *Edueksos Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 4(1).
- Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman. (2008). *Human development psikologi perkembangan (9th ed)*. Jakarta: Kencana.

- Poerwandari, E. K. (2005). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- P. N. Rahmania and I . C. Yuniar, "Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri," *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental* 1, no. 02 (2012): 110–17.
- Ruimassa, A. A. (2023). Memahami psikologi perkembangan remaja sebagai upaya merencanakan pelayanan pastoral yang peka kesehatan mental remaja. *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*, 7(2), 769-784.
- Santrock, J. W. (2004). *Life-span development perkembangan masa hidup (5th ed)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. 2012. Psikologi remaja. Edisi kelimabelas. Jakarta : Rajawali Pers.
- Satori, D. & Komariah, A. (2009). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: alfabeta.
- Semiawan, Dkk. (1984). *Memupuk bakat dan kreativitas siswa sekolah menengah: Petunjuk Bagi Guru dan Orangtua*. Jakarta: Gramedia.
- seputro, A. A. (2022). Teknik grief conseling dalam mengatasi kedukaan pada remaja yang mengalami kehilangan orangtua. *jurnal pendidikan dan pembelajaran*, 2(3), 73-78.
- Shear, M. K. (2015). Complicated grief. *New England Journal of Medicine*, 372(2), 153-160
- Suginono. (2005). *Memahami pendekatan kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiono. (2007). *Memahami pendekatan kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta.
- sugiono. (2016). *Memahami pendekatan kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2006). *Health psychology*. New York: McGraw Hill Inc.

Toruner, Ebru Kilicarslan, Naime Altay, Ciğdem Ceylan, Tuba Arpaci, and Ciğdem Sari. "Meaning and affecting factors of spirituality in adolescents." *Journal of Holistic Nursing* 38, no. 4 (2020): 362–72. <https://doi.org/10.1177/0898010120920501>.

Wiryasaputra, T. S. (2019). *Grief psychotherapy*. Yogyakarta: pustaka referensi.

Yuliawati, Livia, J. L. Setiawan & T.W. Mulia. (2007). Perubahan pada remaja tanpa ayah. 12(1), 9-19.