

**STUDI FENOMENOLOGIS *GRIEF* AKIBAT
KEMATIAN ANGGOTA KELUARGA INTI**

SKRIPSI

**“Sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan
Program Strata (S1) Psikologi”**



**MARITZA OCKY SAPUTRA
2007016144**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
KOTA SEMARANG
2024**

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : **STUDI FENOMENOLOGIS *GRIEF* AKIBAT KEMATIAN ANGGOTA KELUARGA INTI**
Penulis : Maritza Ocky Saputra
NIM : 2007016144
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

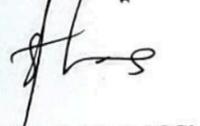
Semarang, 1 April 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I


H. Moh Arifin, S.Ag., M.Hum.
NIP. 197110121997031002

Penguji II


Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP. 197502052006042003

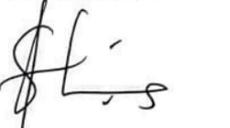
Penguji III


Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A.
NIP. 198605232018012002

Penguji IV


Dr. H. Abdul Wahib M.Ag.
NIP. 196006151991031004

Pembimbing I


Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP. 197502052006042003

Pembimbing II


Nadya Ariyani Hasanah N., M. Psi Psikolog
NIP. 197502052006042003

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maritza Ocky Saputra
NIM : 2007016144
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:
**“STUDI FENOMENOLOGIS *GRIEF* AKIBAT KEMATIAN ANGGOTA
KELUARGA INTI”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 21 Maret 2024



Maritza Ocky Saputra
NIM. 2007016144



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : STUDI FENOMENOLOGIS *GRIEF* AKIBAT KEMATIAN ANGGOTA
KELUARGA INTI

Nama : Maritza Ocky Saputra

NIM : 2007016144

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Hj. Siti Hikmah S.Pd., M.Si
NIP. 197502052006042003

Semarang, 19 Maret 2024
Yang bersangkutan

Maritza Ocky Saputra
NIM 2007016144



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : STUDI FENOMENOLOGIS *GRIEF* AKIBAT KEMATIAN
ANGGOTA KELUARGA INTI

Nama : Maritza Ocky Saputra

NIM : 2007016144

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Nadya Ariyani H. N. S. Psi., M. Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

Semarang, 21 Maret 2024
Yang bersangkutan

Maritza Ocky Saputra
NIM. 2007016144

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunia Nya. Sholawat serta salam senantiasa kita curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa menjadi teladan bagi umat manusia. Atas segala hidayah,rahmat dan pertolongan yang diberikan, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Studi Fenomenologis *Grief* Akibat Kematian Anggota Keluarga Inti.” Penulisan skripsi ini menjadi bagian penting dalam memenuhi persyaratan kelulusan guna memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Proses penelitian dan penyusunan laporan skripsi ini tidak mudah, namun adanya bantuan dan partisipasi dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikannya. Sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas akhir ini dapat selesai dengan baik.
2. Prof. Dr. Nizar Ali., M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Wening Wihartati, S. Psi., M. Si, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
5. Ibu Hj. Siti Hikmah S.Pd., M.Si, selaku pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dari awal sampai menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing II sekaligus wali dosen yang senantiasa mengarahkan, mendukung dan membimbing penulis dari awal studi

hingga menyelesaikan skripsi ini.

7. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan ilmunya serta selama masa studi serta seluruh Civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang.
8. Kelima subjek penelitian yang telah meluangkan waktu dan membagikan pengalaman serta menjadi bagian penting dari penelitian. Tanpa bantuan dari kelima subjek, penelitian ini bukan apa-apa.

Terakhir, penulis menyampaikan permohonan maaf dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua yang berjasa dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya.

Semarang, 21 Maret 2024
Penulis,



Maritza Ocky Saputra
NIM. 2007016144

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil alamin, atas rahmat dan hidayah yang diberikan oleh Allah SWT, akhirnya tugas akhir ini dapat terselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan:

1. Kepada Almarhum ayah saya, Bapak Coki Raharjo atas segala cinta, dukungan dan inspirasi yang telah diberikan sehingga memotivasi saya untuk terus melangkah dan berjuang. Meski sudah tidak bersama, namun Ayah selalu hidup dalam hati saya. Semoga Ayah tenang di sisi Allah SWT.
2. Kepada Ibu saya, Ibu Darwati atas segala pengorbanan, dukungan dan kasih sayang serta doa-doa yang tidak pernah berhenti. Semoga Ibu selalu diberikan kesehatan dan bisa menemani setiap proses kehidupan saya.
3. Kepada kakak saya, Filmada Ocky Saputra yang menjadi inspirasi dan panutan saya terkhususnya dalam pendidikan untuk berjuang dan berusaha melakukan yang terbaik, tidak lupa kepada Mbak Diyah yang memberikan dorongan untuk menyelesaikan skripsi serta keluarga besar atas dukungan positif yang diberikan.
4. Kepada Mochammad Fahrezi Akbar yang telah menjadi partner dari awal perkuliahan hingga sekarang yang selalu membantu, menemani, menguatkan dan mendengarkan keluh kesah saya.
5. Kepada sahabat SMA saya Lailatul Qodriyah yang menemani tumbuh kembang saya, juga kepada Fadhila Winda, Aisyah Maharani, Ellisia Widy dan Alma Rizka yang selalu memberikan dukungan positif.
6. Kepada sahabat perkuliahan saya Maulida Naura Alfiana, Rizky Putri Rahmawati, Mutiya Aziza, Nurma Erlyna, Risqi Ainuna dan Siti Rahayu atas segala afirmasi positif, pelukan, dan membantu saya melawan takut serta cemas yang saya rasakan.

7. Kepada Careryna yang telah menjawab dengan rinci hal-hal yang saya bingungkan, juga kepada Salsabilla, Laila, Putri dan Risyana atas dukungan positif yang diberikan.
8. Kepada semua pihak yang sudah memberikan bantuan pada peneliti dalam penyusunan skripsi ini yang namanya tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semarang, 21 Maret 2024

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'M. Ocky Saputra', written over a light blue grid background.

Maritza Ocky Saputra
NIM. 2007016144

MOTTO

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”

- Surat Al- Baqarah ayat 155

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Keaslian Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
2.1 Grief.....	9
2.1.1 Definisi Grief.....	9
2.1.2 Grief dalam Perspektif Islam.....	10
2.1.3 Aspek <i>Grief</i>	12
2.1.4 Faktor <i>Grief</i>	14
2.1.5 Tahapan <i>Grief</i>	16
2.2 Kematian.....	18
2.2.1 Definisi Kematian.....	18
2.2.2 Kematian dalam Islam.....	19
2.2.3 Aspek Kematian.....	21
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kematian.....	22
2.2.5 Dampak Kematian.....	23
2.2.6 Jenis-jenis Kematian.....	24
2.4 Kematian pada Anggota Keluarga Inti.....	26
2.5 Kerangka Berfikir.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	29

3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian	29
3.2 Lokasi Penelitian	30
3.3 Sumber Data	30
3.4 Metode Pengumpulan Data	31
3.5 Prosedur Analisis dan Interpretasi Data	34
3.6 Keabsahan Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Deskripsi Subjek	37
4.1.1 Proses Penemuan Subjek.....	37
4.1.2 Deskripsi Subjek	38
4.2 Hasil Temuan dan Analisis Data	41
4.2.1 Deskripsi Hasil Temuan.....	41
4.2.2 Analisis Hasil Temuan	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	79
5.1 Kesimpulan	79
5.2 Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN 1 Panduan Wawancara Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	84
LAMPIRAN 2 Lembar Persetujuan Subjek.....	88
LAMPIRAN 3 Transkrip Verbatim Wawancara Tabel Horizontalisasi.....	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skema grief subjek I	47
Gambar 2 Skema grief subjek II	53
Gambar 3 Skema grief subjek III	60
Gambar 4 Skema grief subjek IV	66
Gambar 5 Skema grief subjek V	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Pedoman Wawancara	32
Tabel 2 Jadwal Wawancara	37
Tabel 3 Identitas Subjek	40

ABSTRACT

Grief is a normal psychological, social and physical reaction in individuals due to the loss of someone. In this research, the focus is on depiction of sadness due to the death of a nuclear family member. This research aims to explore the experiences of subjects who experience grief due to the death of a nuclear family member. The method used is qualitative with a phenomenological approach. Qualitative methods were used to collect subject data through in depth interviews. Through a phenomenological approach, this research explores how subjects feel and respond to the process of deep loss. The subjects in this study were 5 people who had experienced grief due to the death of a nuclear family member. This research results show that the experience of grief due to the death of a nuclear family member does not only in love sadness but also various emotions such as anger, loss of identity, confusion, anxiety and fear. There are subjects who have high spiritual abilities to rise from their sorrows. Apart from that, it was found that each subject had different responses and times in dealing with grief. This can be influenced by gender, two male subjects took six months to overcome grief. Meanwhile, the other three subjects, which were female, took one year and three years. Apart from that, there are other factors that influence grief, namely gender, gender, relationship, personality, cause of death, age and economic influence. This research also identified various strategies used by subjects in dealing with grief including social support, searching for meaning, and activities that divert attention.

Keywords: grief, death, nuclear family

ABSTRAK

Grief merupakan suatu reaksi normal secara psikologis, sosial, dan fisik pada diri individu akibat kehilangan seseorang. Dalam penelitian ini berfokus pada gambaran *grief* akibat kematian anggota keluarga inti. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami pengalaman subjek yang mengalami duka akibat kematian pada anggota keluarga inti. Metode yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode kualitatif digunakan untuk mengumpulkan data subjek melalui wawancara secara mendalam. Melalui pendekatan fenomenologi, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana subjek merasakan dan merespon proses kehilangan yang mendalam. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 orang yang pernah mengalami kedukaan akibat kematian anggota keluarga inti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman duka akibat kematian anggota keluarga inti tidak hanya melibatkan kesedihan namun juga beragam emosi seperti kemarahan, kehilangan identitas, kebingungan, kecemasan dan ketakutan. Terdapat subjek yang memiliki spiritual yang tinggi untuk bangkit dari kedukaannya. Selain itu ditemukan bahwa setiap subjek memiliki respon dan waktu yang berbeda-beda dalam mengatasi duka. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin yang mana, dua subjek berjenis kelamin laki-laki membutuhkan waktu enam bulan untuk mengatasi kedukaan. Sedangkan, tiga subjek lainnya yang mana berjenis kelamin perempuan membutuhkan waktu satu tahun dan tiga tahun. Selain itu terdapat faktor lain yang mempengaruhi duka yaitu jenis, kelamin, hubungan, kepribadian, penyebab meninggal, usia dan pengaruh ke ekonomi. Penelitian ini juga mengidentifikasi berbagai strategi yang digunakan subjek dalam menghadapi duka meliputi dukungan sosial, pencarian makna, dan aktivitas yang mengalihkan perhatian.

Kata Kunci: *grief*, kematian, keluarga inti

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan unit sosial dari sekelompok manusia yang terbentuk karena adanya ikatan perkawinan dan hubungan darah. Keluarga memiliki peranan yang tidak tergantikan, karena sebagai lingkungan pertama bagi setiap individu. Keluarga dapat dikelompokkan menjadi beberapa jenis, salah satunya yaitu keluarga inti. Keluarga Inti merupakan anggota keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang mana hidup bersama dalam satu rumah (Bakri, 2017). Keluarga inti memiliki peranan penting, di mana setiap anggota keluarganya saling mendukung, saling membantu anggota keluarga dalam menghadapi tantangan ataupun suatu konflik, saling berbagi cerita, memberikan rasa kenyamanan dan keamanan serta pemenuhan kebutuhan emosional, sehingga dapat dikatakan bahwa dalam setiap anggota keluarga inti memiliki hubungan yang saling bergantung (Friedman, 2010).

Masing-masing anggota keluarga inti pastinya mempunyai ikatan emosional yang kuat, hal itu karena didasari adanya hubungan darah, keterbiasaan hidup bersama-sama dan interaksi yang intens. Namun ada beberapa hal yang menyebabkan runtuhnya keutuhan keluarga inti, yang meliputi perceraian dan kematian pada anggota keluarga. Kematian adalah akhir dari kehidupan yang mana makhluk hidup sudah tidak memiliki aktivitas biologis (Hartini, 2007). Kematian merupakan puncak akhir kehidupan yang paling mengancam. Pada perspektif psikologi kematian mencakup banyak hal seperti reaksi terhadap kematian, tahapan berduka, dan permasalahan emosional. Semua makhluk hidup akan mengalami kematian, sudah menjadi ketetapan dari Allah bahwa semua yang bernyawa pasti akan mati. Meskipun dapat dikatakan demikian, namun tidak semua manusia siap untuk menghadapi kematian (Ismail, 2009). Membicarakan kematian dapat menimbulkan pemberontakan dan menimbulkan penderitaan pada setiap jiwa manusia khususnya, kesadaran bahwa kematian pasti akan datang dan bukan hanya melibatkan seseorang yang meninggal saja, namun juga melibatkan orang terdekat yang ditinggalkan seperti kematian pada anggota keluarga inti.

Kematian pada anggota keluarga inti dapat dikatakan sebagai salah satu pengalaman yang paling berat dan sulit dihadapi oleh setiap individu. Ketika individu kehilangan orang yang sangat berarti, orang yang dicintai, terlebih hidup dalam satu rumah yang sama serta memiliki peranan penting dalam kehidupan individu, orang yang ditinggalkan pasti akan menghadapi berbagai permasalahan emosional dan tantangan yang berat. Kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian merupakan peristiwa yang menyedihkan dalam kehidupan seseorang (Fitria, 2013). Seperti halnya ketika terjadi kematian orang tua, seorang anak akan merasakan kesedihan yang mendalam akibat kehilangan ayah, ibu ataupun keduanya untuk selama-lamanya (Litasari, 2016). Begitu juga ketika orang tua mengalami kehilangan anak akibat kematian yang menimpa anaknya, perasaan sedih juga pasti dirasakan oleh orang tua tersebut.

Kematian pada anggota keluarga inti dapat memberikan berbagai respon. Ketika orang tua meninggal ataupun anak meninggal, dapat dikatakan sebagai peristiwa menyedihkan bagi yang ditinggalkan hal ini karena adanya kelekatan antara orang tua dan anak. Sejak anak kecil orang tua mengikuti perkembangan anak, membesarkan dan memberikan perhatiannya sebagaimana perannya sebagai orang tua, sehingga anak memiliki ketergantungan pada orang tua, maka ketika mengalami kehilangan akibat kematian tersebut, dapat dikatakan akan berdampak pada mental individu yaitu ketidaksiapan dan kedukaan yang sangat mendalam (Santrock, 2004). Hal tersebut bukan hanya terjadi pada hubungan orang tua dan anak saja, kehilangan kakak atau adik juga merupakan peristiwa yang menyedihkan, dapat dikatakan seperti itu karena didasari dengan hubungan yang dekat dan saling bergantung. Setiap manusia memiliki respon atau reaksi yang berbeda-beda ketika menghadapi kehilangan orang yang dicintainya akibat kematian tapi yang pasti ada perasaan duka yang mendalam yang dirasakan orang yang ditinggalkan (Stuart, 2013).

Grief atau duka merupakan suatu peristiwa yang menguras emosional pada setiap diri individu. Individu yang mengalami duka yang berlarut-larut dapat berdampak pada beberapa hal, terkhususnya pada mental individu tersebut. Hal ini meliputi munculnya perasaan bersalah secara terus menerus pada individu terhadap orang yang sudah meninggal, merasa bahwa melanjutkan

kehidupan sendiri dan tidak ada siapa-siapa, sehingga timbul perasaan takut untuk menghadapi segalanya karena hanya merasa sendirian, selain itu individu yang mengalami kematian pada anggota keluarganya dapat memiliki amarah yang memuncak kepada siapapun yang berkaitan dengan kematian anggota keluarga intinya, serta kedukaan yang berlarut memiliki kemungkinan besar inidividu menjadi depresi. Seharusnya proses duka terjadi selama 6 bulan hingga 2 tahun untuk penyintas duka mencoba berdamai dengan kematian yang dialami oleh orang yang dicintainya J.T. Brown dan Stoudemire (dalam Papalia, Feldmen, 2014). Beberapa orang membutuhkan waktu yang sangat lama untuk bisa mengatasi perasaannya akibat duka yang dirasakan hingga mulai menerima bahwa orang yang dicintainya sudah tidak ada disampingnya. Seringnya manusia hanya berfokus pada saat hari itu seseorang meninggal, namun kenyataannya masa berkabung tidak berakhir setelah pemakaman selesai, justru emosi yang dirasakan seseorang yang ditinggalkan lebih mendalam setelah berusaha untuk menyesuaikan diri (Aiken, 2001)

Telah dilakukan wawancara dengan tiga subjek yang mengalami kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian, wawancara tersebut berpedoman dengan aspek yang dikemukakan oleh Wiryasaputra (2019), yang mengatakan bahwa ada empat aspek duka, meliputi aspek fisik, aspek mental, aspek sosial, dan aspek spiritual. Berdasarkan wawancara tersebut mendapatkan hasil bahwa pada aspek fisik terhadap subjek yang berinisial R mengalami penurunan kondisi fisik, ini ditunjukkan dengan berat badannya yang menurun secara drastis, adanya penurunan nafsu makan, dan mengalami sesak nafas. Hal yang sama juga dirasakan oleh subjek yang berinisial D yang mana juga mengalami penurunan berat badan, mudah lelah, dan juga mengalami sesak di dada hingga merasa sulit untuk bernafas. Sedangkan pada subjek yang berinisial F mengalami hal yang justru berbeda dari dua subjek sebelumnya, F tidak merasa adanya penurunan kondisi fisik namun adanya nafsu makan yang meningkat dan mudah untuk lapar. Selain itu, pernah merasakan sesak di dada namun hanya pada saat hari dimana anggota keluarganya meninggal setelah itu F mengaku bahwa tidak pernah merasa sesak dada lagi.

Pada aspek mental, subjek yang berinisial R mengalami kesedihan hingga

berhari-har. Penyesalan secara terus menerus karena merasa bahwa R kurang melakukan secara maksimal ketika anggota keluarganya masih hidup. Muncul anggapan bahwa kehidupannya sudah hancur hingga ada keinginan untuk mengakhiri kehidupannya. Sering juga terbayang kejadian meninggalnya salah satu anggota keluarganya tersebut hingga mencoba beberapa kali untuk mengalihkan ke hal lain. Subjek berinisial D merasakan hal yang hampir sama dengan R, awalnya D mengalami *shock* ketika anggota keluarganya meninggal, tidak menyangka, dan sempat menyangkal dan menolak hal tersebut terjadi hingga pernah muncul keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Selain itu, D juga masih terbayang kejadian meninggalnya anggota keluarganya tersebut. Subjek yang berinisial F tidak pernah terbesit dalam pikirannya untuk mengakhiri hidupnya, ia mengaku bahwa sudah dalam proses untuk menerima kematian anggota keluarganya.

Aspek yang ketiga yaitu aspek sosial. Pada subjek yang berinisial R mengalami bahwa dirinya hanya sendiri tidak ada respon yang baik dari sekelilingnya. Sehingga R merasa bahwa dirinya lebih nyaman untuk sendiri, meski sebetulnya R membutuhkan banyak orang yang mendukungnya. Subjek yang berinisial D merasa bahwa awalnya semua orang menjauhinya. Munculnya perasaan seperti dikucilkan dan merasa bahwa ketika sedang sendirian D mengaku lebih nyaman dan tenang. Pada aspek ini terdapat perbedaan lagi pada subjek yang berinisial F dengan subjek sebelumnya. Subjek yang berinisial F merasa bahwa adanya dukungan yang baik dari sekelilingnya dan merasa lebih baik untuk langsung melanjutkan aktivitasnya seperti biasa dan bertemu dengan orang banyak.

Aspek selanjutnya yaitu aspek spiritual. Subjek yang berinisial R dan D mengaku pernah menyalahkan Tuhan atas meninggalnya seseorang yang sangat mereka sayangi. Meskipun begitu keduanya tetap percaya dengan keberadaan Tuhan. Sedangkan pada subjek yang berinisial F tidak pernah menyalahkan keberadaan Tuhan dan tetap percaya dengan Tuhan. Dapat disimpulkan bahwa subjek yang berinisial F lebih cepat dalam mengatasi duka yang pernah dialaminya sedangkan subjek yang berinisial R dan D lebih lambat dalam mengatasi duka, ini ditunjukkan pada tiap aspek yang dilontarkan pada wawancara

tersebut. Meski begitu ketiganya memiliki pengalaman yang menyedihkan dan mengesankan akibat kedukaan kehilangan seorang anggota pada keluarga inti.

Pada penelitian terdahulu belum ada yang meneliti mengenai fenomena kedukaan pada keluarga inti. Ditemukan pada tujuh penelitian terdahulu yang menjadi referensi peneliti yang mana tidak ada yang membahas secara keseluruhan kehilangan anggota pada keluarga inti. Namun hanya membahas mengenai kehilangan orang tua saja atau kehilangan kakak ataupun adik. Padahal kehilangan akibat kematian orang tua atau saudara kandung menimbulkan perasaan yang sama sedihnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Studi Fenomenologis *Grief* Akibat Kematian Anggota Keluarga Inti”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan yang akan dianalisis selama penelitian yaitu sebagai berikut:

- 1 Bagaimana pengalaman seseorang yang mengalami *grief* akibat kematian pada anggota keluarga inti?
- 2 Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami *grief*?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1 Mengetahui dan memahami pengalaman seseorang yang mengalami *grief* akibat kematian anggota keluarga inti secara lebih mendalam.
- 2 Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami kedukaan akibat kematian anggota keluarga inti.

1.4 Manfaat Penelitian

Terdapat beberapa manfaat yang diperoleh dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Manfaat Teoritis
 - ❖ Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan klinis yang berkaitan dengan *grief*

- ❖ Penelitian ini dapat berfungsi sebagai dasar atau pijakan bagi penelitian yang di masa yang akan datang.
- b. Manfaat Praktis
- ❖ Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan deskripsi pengalaman secara mendalam tentang *grief* akibat kematian anggota keluarga inti.
 - ❖ Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi siapa saja yang pernah mengalami kematian pada anggota keluarga inti untuk lebih semangat dan tegar dalam menjalani kehidupan serta mengambil makna dari kejadian tersebut, selain itu untuk individu yang memiliki orang dekat atau sekelilingnya mengalami kematian anggota keluarga diharapkan untuk memberikan dukungan kepada individu yang mengalami hal tersebut.

1.5 Keaslian Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti telah melakukan pemeriksaan yang relevan di penelitian terdahulu sebagai bahan referensi penelitian dan bentuk upaya menghindari kesamaan penulisan dan plagiarisme, yakni sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang berjudul “Tahapan Elizabeth Kubler Ross Terhadap Kematian Adik” oleh Qayumah pada tahun 2019. Persamaan pada penelitian ini yaitu pada pembahasan mengenai kedukaan dan menggunakan kualitatif sebagai metode penelitiannya. Meski menggunakan metode penelitian yang sama, namun pada jenis penelitian yang dipakai berbeda, pada penelitian ini digunakan jenis penelitian studi kasus yang mana hanya menggunakan satu subjek utama berbeda dengan fenomenologi yang menggunakan beberapa subjek. Selain itu, subjek sudah pasti berbeda, pada penelitian ini berfokus pada meninggalnya seorang adik, namun pada penelitian yang dilakukan peneliti sarannya anggota keluarga inti yang dapat meliputi ayah, ibu, kakak ataupun adik.

Kedua, penelitian yang berjudul “*Grief* Pada Remaja Akibat Kematian Orangtua Secara Mendadak” oleh Adina Fitria pada tahun 2013. Penelitian ini juga mengangkat *grief* sebagai pokok pembahasan utama atau variabel dalam penelitian, namun subjek yang dipakai pada penelitian berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yang mana subjek pada penelitian tersebut yaitu remaja yang mengalami kedukaan akibat kematian orang tua. Metode yang

dilakukannya sama yaitu dengan kualitatif namun dengan pendekatan yang berbeda, pada penelitian ini dilakuakn dengan studi kasus.

Ketiga, penelitian ini berjudul “Gambaran *Grief* Pada *Emerging Adulthood* yang Mengalami Kematian Orang Tua Akibat Covid-19” oleh Melinda dan Satiningsih pada tahun 2022. Penelitian ini juga membahas mengenai *grief* namun bukan hanya berfokus pada *grief* saja, tetapi juga pada *emerging adulthood* atas kematian orang tua akibat covid-19, yang mana sasaran subjeknya yaitu dewasa yang baru muncul. Persamaan penelitian ini ditemukan pada metode penelitian yaitu kualitataif dengan pendekatan fenomenologi, namun analisis data yang dilakukan berbeda, yaitu menggunakan *interpretative phenomenological analysis (IPA)*.

Keempat adalah penelitian yang berjudul “Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19” oleh Adelia Dwiartyani, Aliah dan Hanifah Arief pada tahun 2021. Pada penelitian ini sama-sama membahas mengenai gambaran grieving atau kedukaan akibat kematian anggota keluarga. persamaan pada penelitian ini juga ditemukan pada metode penelitiannya, sedang perbedaannya terdapat pada fokus subjeknya, yaitu dewasa awal yang mengalami kehilangan anggota keluarga akibat virus covid-19 serta pada penelitian ini memfokuskan pada proses seseorang menerima kedukaan dan mengatasi kedukaan tersebut dengan berpedoman teori yang membahas terkait tugas proses berduka.

Kelima, penelitian dengan judul “*Grief* Pada Remaja Perempuan Pasca Kematian Orangtua Akibat Covid-19” oleh Milawati dan Widyastuti pada tahun 2023. Penelitian ini pokok inti pembahasannya adalah *grief* akibat kematian orang tua, yang berarti memiliki persamaan variabel. Namun subjek yang dipakai pada penelitian ini yaitu fokus pada remaja perempuan pasca kematian orang tua akibat covid-19, sehingga terdapat perbedaan pada subjeknya. selain itu, pendekatan penelitian dan teknik analisis datanya berbeda, yang mana pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dan teknik analisis theory driven.

Keenam yaitu penelitian yang berjudul “Saya Mampu Bangkit Kembali!!!” Pengalaman Duka Serta Resiliensi Pada Penyintas Covid-19 Yang

Kehilangan Orang Tua Selama Masa Pandemi” oleh Finsensia Mei dan Rudangta Ariati pada tahun 2023. Penelitian ini bukan hanya memfokuskan pada pengalaman dukanya saja, namun juga pada resiliensi atau bagaimana seseorang untuk bangkit dalam mengatasi kedukaan akibat kehilangan orang tua, perbedaannya juga ditemukan pada fokus sarannya yaitu subjek yang kehilangan orang tua akibat covid-19. metode penelitian yang digunakan sama, yaitu kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan pengumpulan datanya sama-sama menggunakan wawancara semi terstruktur, namun pada penelitian ini juga dilakukan observasi.

Ketujuh yaitu penelitian dengan judul “Gambaran Proses Kedukaan (*Grief*) pada Wanita Dewasa Awal Akibat Ditinggal Oleh Ayah yang Meninggal Dunia” oleh Syifa Callista Elvaretta, Evi Syafrida Nasution dan Ika Wahyu Pratiwi pada tahun 2022. Fokus penelitian ini sama-sama mengenai gambaran kedukaan akibat kematian seseorang, namun terdapat perbedaannya yaitu pada subjek yang mana adalah wanita dewasa awal dan sarannya yang mengalami kehilangan ayah akibat meninggal dunia. Selain itu, perbedaannya terdapat pada pendekatan penelitian yang digunakan yang mana pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dimana sumber informasi yang didapatkan secara purposive sampling.

Berdasarkan dari penelitian-penelitian terdahulu tersebut bahwa variabel yang diangkat sama-sama membahas mengenai *grief* atau kedukaan seseorang akibat kematian anggota keluarga, namun terdapat perbedaan dari sarannya, pada penelitian ini yaitu anggota keluarga inti yang dapat meliputi ayah, ibu, kakak ataupun adik, selain itu juga terdapat perbedaan pada subjek, teknik dan analisis data. Maka dari itu diperlukan penelitian ini dan menjadikan pembaharuan yang meneliti tentang “Studi Fenomenologis *Grief* Akibat Kematian Anggota Keluarga Inti”.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Grief

2.1.1 Definisi Grief

Konsep *grief* sudah sering dibahas dalam berbagai literatur yang berkaitan dengan individu yang mengalami peristiwa kehilangan. Hidayat (2012) mengatakan bahwa *grief* atau duka merupakan suatu bentuk reaksi emosional yang dialami oleh individu akibat adanya kehilangan baik karena perpisahan, perceraian maupun kematian. Duka dapat dikatakan sebagai kehilangan, terutama pada individu yang mengalami kehilangan akibat kematian orang yang dirasa sangat dekat dan proses penyesuaian diri terhadap kehilangan yang bertahap (Papalia, 2008). Seperti halnya yang dipaparkan oleh Smith (2013), duka adalah suatu reaksi terhadap kehilangan seseorang terutama orang yang dicintai, yang mana individu akan mengalami penderitaan secara emosional.

Menurut Prigerson (2021) duka adalah perasaan kesedihan, kehilangan dan duka yang mendalam, yang muncul sebagai bentuk reaksi atau respon secara alamiah dan natural ketika seseorang mengalami peristiwa yang mana dapat dikatakan sebagai peristiwa buruk karena kehilangan seseorang. Shear (2012) mengatakan bahwa duka adalah rasa kehilangan atas meninggalnya seseorang yang dekat dan sangat disayangnya. Duka menurut Chaplin (dalam terjemahan Kartono, 2014) merupakan sebuah situasi keadaan yang tidak menyenangkan di mana individu mengalami penderitaan yang sangat mendalam dan kesedihan yang dirasakan secara terus menerus akibat kehilangan.

Duka merupakan peristiwa yang akan terus membekas dan tidak dapat dilupakan. Abdullah dan Jalaluddin (2007) mengatakan bahwa duka dapat dikatakan sebagai respon emosional akibat kehilangan dan bersifat individual yang mana setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengekspresikan kedukaan yang dialami, begitupun dengan proses untuk mengatasi *grief*. Santrock (2004) mengemukakan bahwa duka adalah kondisi di mana individu merasa tidak percaya, kecemasan akan berpisah, putus asa, dan kesedihan yang mendalam serta kesepian yang menyertai ketika mengalami kehilangan seseorang yang sangat dekat dan dicintai. Menurut Aiken (2001) duka

merupakan pengalaman yang penuh dengan emosional dan berdampak pada psikologis yang terjadi pada setiap individu, terutama apabila mengalami kehilangan akibat kematian orang terdekat.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa duka merupakan suatu reaksi normal secara psikologis, sosial, dan fisik pada diri individu akibat kehilangan seseorang. Pada penelitian ini membahas mengenai *grief* akibat kematian yang terjadi pada anggota keluarga inti.

2.1.2 Grief dalam Perspektif Islam

Grief adalah kondisi emosional seorang individu ketika mengalami kehilangan seseorang akibat kematian. Dalam Islam siapa saja boleh merasakan kedukaan, dalam arti lain tidak ada larangan bahwa manusia tidak boleh mengalami duka, namun tidak diperkenankan berduka secara berlebihan atau berlarut-larut. Adapun firman Allah yang menjelaskan mengenai hal tersebut dalam Surat Al-Baqarah ayat 155-157 sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ۝١٥٥
الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ۝١٥٦
أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ۝١٥٧

Artinya: “Dan kami pasti akan memberikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un” (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali). Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhan-Nya dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk” (Al-Baqarah 155-157).

Kandungan ayat tersebut dijelaskan pada Tafsir Al-Mishbah oleh Quraish Shihab yang mengatakan bahwa, firman-Nya: Sungguh, Kami pasti akan terus menerus menguji kamu, mengisyaratkan bahwa hakikat kehidupan dunia, antara lain ditandai oleh keniscayaan adanya cobaan yang beraneka ragam. Ujian yang diberikan Allah sedikit. Kadarnya sedikit bila dibandingkan dengan potensi yang telah dianugerahkan Allah kepada manusia. Ia hanya sedikit, sehingga setiap yang diuji akan mampu memikulnya jika ia menggunakan potensi-potensi yang

dianugerahkan Allah itu. Patut dicamkan bahwa ayat sebelum ini mengajarkan shalat dan sabar. Jika demikian, yang diajarkan itu harus diamankan sebelum datangnya ujian Allah ini. Demikian pula ketika ujian berlangsung, Itu sebabnya Rasul saw., sebagaimana diriwayatkan oleh Imam Ahmad melalui sahabat Nabi saw. Hudzaifah Ibn al-Yaman, bahwa “Apabila beliau dihadapkan pada satu kesulitan/ujian, beliau melaksanakan shalat.” Karena itu pula ayat di atas ditutup dengan perintah, “Sampaikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”

Apakah bentuk ujian itu? Sedikit dari rasa takut, yakni keresahan hati menyangkut sesuatu yang buruk, atau yang hal-hal yang tidak menyenangkan yang diduga akan terjadi, sedikit rasa lapar, yakni keinginan untuk makan karena perut kosong, tetapi tidak menemukan makanan yang dibutuhkan, serta kekurangan harta, jiwa seperti halnya kehilangan seseorang akibat kematian, dan yang mengucapkan kalimat “innalillahi wa innalillahi roji’un” dengan menghayati makna-maknanya, antara lain seperti dikemukakan di atas. Mereka itulah yang mendapat banyak keberkatan.

Kita tidak tahu persis makna rahmat Ilahi. Yang pasti, rahmat-Nya bukan seperti rahmat makhluk. Rahmat makhluk merupakan rasa pedih mebahat ketidakberdayaan pihak lain. Rasa pedih itulah yang menghasilkan dorongan untuk membantu mengatasi ketidakberdayaan. Bagaimana rahmat Allah, Allah Yang Maha Mengetahui. Kita hanya dapat melihat dampak atau hasilnya yaitu limpahan karunia.

Setiap umatnya diuji oleh Allah SWT melalui berbagai ujian ataupun cobaan yang bertujuan untuk melatih hambanya. Ujian yang dimaksud dalam ayat tersebut adalah rasa takut, lapar, harta berkurang dan juga kekurangan jiwa seperti halnya kehilangan seseorang akibat kematian. Setiap individu diperkenankan untuk memiliki perasaan duka akibat kehilangan seseorang, yang mana hal tersebut merupakan respon yang wajar. Namun dalam pandangan islam, dilarang untuk berduka secara berlebihan atau terus menerus. Selain itu dalam islam dianjurkan agar setiap individu dianjurkan untuk belajar mengikhlasakan seseorang yang telah pergi dan tidak berlarut dalam kesedihan. Allah SWT pasti akan memberikan petunjuk pada hambanya untuk mengatasi perasaan duka tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *grief* dalam pandangan islam merupakan suatu reaksi atau kondisi yang wajar apabila seorang individu mengalami duka akibat kematian pada seseorang, namun tidak dianjurkan secara berlarut-larut atau berlebihan.

2.1.3 Aspek *Grief*

Aspek duka merujuk pada berbagai dimensi dari pengalaman emosional ketika individu mengalami duka akibat kehilangan. Hal tersebut mencakup berbagai aspek yang mempengaruhi individu dapat merasakan, memahami dan bereaksi terhadap kehilangan. Menurut Wiryasaputra (2019) terdapat empat aspek *grief* yaitu:

a. Aspek fisik

Fisik termasuk dalam aspek *grief*, seseorang yang mengalami kedukaan akibat kematian orang terdekatnya akan merasakan penurunan kinerja fisik seseorang, hal ini meliputi kelemahan tubuh, tubuh tidak seimbang, keluar air mata, sesak nafas, dada terasa sakit, pusing, nafsu makan menurun, serta terjadinya gangguan dibagian perut sebagai akibat dari menurunnya sistem kekebalan tubuh karena proses dukacita.

b. Aspek Mental

Aspek mental lebih mempengaruhi perasaan dan pikiran seseorang. Pada aspek ini terlihat seseorang yang mengalami kedukaan akan merasakan sedih yang sangat mendalam, tidak menerima kenyataan, tidak dapat berkonsentrasi, pemikiran kilas balik terhadap peristiwa kedukaan tersebut, rasa putus asa, selalu memikirkan orang yang telah meninggal, perasaan bersalah, kecewa, marah, mudah terluka hatinya, merasa sendirian, perasaan tidak berarti lagi bahkan muncul keinginan untuk bunuh diri.

c. Aspek Sosial

Pada aspek sosial seseorang cenderung untuk menyendiri, menarik diri dari banyak orang serta mengurung diri. Hal yang cukup serius pada aspek sosial adalah ketika adanya status “yatim-piatu” beberapa orang merasa bahwa kehidupan mereka tidak lagi “normal”, karena telah kehilangan keutuhan keluarga. Hal tersebut secara tidak langsung memberi tekanan psikologis pada seseorang.

d. Aspek Spiritual

Spiritual termasuk dalam aspek kedukaan. Seseorang yang mengalami duka akibat kematian yang menimpa orang terdekatnya, akan memunculkan pertanyaan keberadaan Tuhan, hingga timbul perasaan-perasaan marah kepada Tuhan, menyalahkan Tuhan atas kematian orang yang sangat disayanginya serta sulit untuk memiliki perasaan syukur kepada Tuhan.

Terdapat empat aspek yang ada pada diri seorang individu yang mengalami grief (Jeffreys, 200: 89), meliputi :

a. Aspek Psikologis

Dalam aspek psikologis mencakup dua aspek yaitu aspek emosional dan aspek kognitif. Aspek emosional seperti kesedihan, amarah, perasaan bersalah, dan takut. Seorang individu yang mengalami kedukaan merasakan hal tersebut yang mana dirasakan secara berulang hingga membentuk dinamika emosi. Sedangkan aspek kognitif adalah keadaan dimana seorang individu mengalami kehilangan akan berpengaruh pada pola pikir orang yang ditinggalkan tersebut.

b. Aspek Fisiologis

Individu yang mengalami grief bukan hanya mengalami aspek psikologis saja, namun juga aspek fisiologis. Kondisi fisik individu dapat dipengaruhi oleh kehilangan yang dialami individu tersebut. Individu yang mengalami kehilangan tersebut rentan terkena penurunan kondisi tubuh.

c. Aspek Spiritual

Spiritual termasuk dalam aspek grief. Hal ini karena kehilangan akibat kematian berhubungan dengan proses spiritual seseorang yang ditinggalkan. Sebagian dari mereka yang ditinggalkan seseorang, menghadapi proses berdukanya dengan lebih menekuni kegiatan spiritual. Namun banyak dari mereka yang justru jadi tidak percaya dengan keberadaan tuhan.

d. Aspek Sosial

Jeffreys (2005: 89) mengemukakan bahwa individu yang sedang mengalami grief akan ada perubahan pada diri individu tersebut pada pandangannya terhadap dunia yang akan menyebabkan perubahan dalam peranan sosialnya, hubungan dengan orang lain, keluarga dan identitas individu tersebut.

Berdasarkan pendapat dari para ahli tersebut mengenai aspek *grief*, dapat disimpulkan bahwa *grief* terdiri dari empat aspek. Aspek tersebut meliputi psikologis, fisik, sosial dan spiritual. Aspek psikologis merupakan aspek yang berpengaruh pada perasaan dan pikiran seseorang. Sedangkan aspek fisik, aspek yang berpengaruh pada kondisi fisik atau tubuh seseorang. Selanjutnya yaitu aspek sosial, yang mana merupakan aspek yang berhubungan dengan lingkungan sekitar dan bagaimana cara komunikasi serta interaksi pada seorang individu yang mengalami *grief* dengan orang disekelilingnya. Aspek yang terakhir yaitu spiritual, yang mana ketika seseorang mengalami kedukaan, sering kali dihubungkan dengan proses spiritual atau ketuhanan.

2.1.4 Faktor *Grief*

Faktor-faktor dari duka mengacu pada berbagai hal yang dapat mempengaruhi atau memperkuat pengalaman duka akibat kehilangan. Faktor tersebut dapat berasal dari berbagai sumber dampak yang berbeda-beda pada setiap individu. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang merasakan *grief*, hal tersebut dijabarkan oleh Aiken (1994:164), yaitu :

- a. Hubungan individu dengan orang yang disayangnya (almarhum/almarhumah)

Hubungan seseorang yang ditinggalkan dengan seseorang yang meninggal menjadi faktor besar seseorang mengalami *grief* atau duk. Respon atau reaksi berduka yang dialami oleh setiap manusia berbeda-beda tergantung bagaimana hubungan antara seseorang tersebut dengan orang yang meninggal.

- b. Kepribadian orang yang meninggal

Selain karena berdasarkan hubungan, kepribadian seseorang yang meninggal juga dapat menjadi faktor seseorang yang ditinggalkan mengalami *grief*. Seperti halnya ketika seseorang yang meninggal tersebut memiliki kepribadian yang baik, pasti akan meninggalkan kenangan yang baik juga bagi orang-orang yang ditinggalkannya. Hal tersebut menjadi sebuah kedukaan yang mendalam ketika seseorang kehilangan orang yang begitu baik.

- c. Proses kematian dari orang yang disayangi

Bagaimana proses kematian dari seseorang yang disayangi, juga dapat menjadi faktor besar pemicu seseorang yang ditinggalkan merasakan kedukaan yang sangat mendalam dan beberapa orang menjadi sulit untuk menghadapi serta menerima kenyataan mengenai kehilangan tersebut, seperti halnya ketika seseorang meninggal karena adanya kecelakaan yang hebat, dikarenakan covid hingga pemakaman dilakukan secara prosedur covid pandemi atau hal lain yang juga menyebabkan trauma seseorang yang ditinggalkan.

d. Usia, jenis kelamin dan status ekonomi orang yang ditinggalkan.

Usia dan jenis kelamin orang yang ditinggalkan juga dapat memengaruhi. Jenis kelamin orang yang berduka dimana pria biasanya kurang merespons emosional daripada wanita. Status sosial ekonomi keluarga, keberadaan anak di rumah, dan hubungan yang ditandai dengan ketergantungan yang ekstrim atau berkonflik dapat sangat berpengaruh terhadap *recovery* (pemulihan).

Menurut Hayslip (2015:5), terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *grief*:

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin termasuk dalam faktor utama yang mempengaruhi *grief*. Respon pada perempuan terhadap kematian seseorang yang disayang berbeda dengan respon laki-laki. Jika pada perempuan cenderung menunjukkan masalah yang ada pada dirinya, berbeda dengan laki-laki yang mana ditunjukkan dengan berbagai masalah perilaku dan kesulitan pada orang lain.

b. Penyebab Kematian

Penyebab kematian memiliki dampak yang besar terhadap keadaan orang yang ditinggalkan. Misalnya saja seseorang yang meninggal akibat kecelakaan yang terjadi secara mendadak dan mengakibatkan meninggal, hal ini akan memunculkan *grief* pada orang yang ditinggalkan akibat terlalu *shock* dan belum siap atas meninggalnya seseorang terdekatnya tersebut.

c. Usia

Usia menjadi salah satu faktor penyebab *grief*. Hayslip (2015) mengatakan bahwa pada dewasa awal lebih mudah dalam mengalami depresi akibat kedukaan yang sangat mendalam ketika terjadi kehilangan dari pada individu dewasa tengah.

Berdasarkan pendapat dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *grief* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *grief* tersebut. Faktor *grief* meliputi hubungan antara orang yang meninggal dengan orang yang ditinggalkan dan kepribadian orang yang meninggal. Selain itu, penyebab kematian dan usia serta jenis kelamin juga termasuk faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami *grief*.

2.1.5 Tahapan *Grief*

Tahapan duka merupakan perubahan emosional yang umumnya dialami oleh individu setelah mengalami kehilangan, yang mana terjadi seiring waktu sebagai respon terhadap kehilangan. Menurut Glick, dkk (dalam Lemme, 1995:201) mengemukakan bahwa tahapan *grief* terbagi menjadi tiga, yaitu :

a. Tahapan Inisial Respon

Tahapan ini merupakan tahap pertama seseorang mengalami *grief* ketika peristiwa kematian terjadi dan selama masa pemakaman serta ritual-ritual lain dalam melepas kematian orang yang disayangi tersebut. Perasaan yang dialami oleh individu sebagai bentuk reaksi awal terhadap kedukaan yang dialami yaitu meliputi *shock*, perasaan tidak percaya, bingung, dan merasa kosong ataupun hampa. Hal tersebut diekspresikan melalui menangis dalam waktu atau periode yang cukup panjang, selain itu dalam waktu yang bersamaan individu merasa ketakutan dan adanya kecemasan. *Symptom* fisiologis yang terjadi pada individu tersebut pada tahap awal ini meliputi nafas tidak beraturan, merasa seperti tercekik pada tenggorokan, dan adanya gangguan pada pencernaan. Seiring berjalannya waktu *symptom-symptom* tersebut akan berkurang frekuensi ataupun intensitasnya namun akan berubah menjadi kondisi lain pada tahap berikutnya.

b. Tahap *Intermediate*

Tahap *intermediate* merupakan tahapan kedua yang terjadi setelah tahapan inisial respon dan pada tahapan ini muncul beberapa kondisi baru yang merupakan kelanjutan dari reaksi terhadap kondisi sebelumnya. Umumnya pada tahapan ini terjadi emosi-emosi yang meliputi perasaan bersalah, kemarahan, kerinduan yang mendalam, dan adanya perasaan kesepian. Individu terus terbayang bagaimana peristiwa kematian tersebut dapat terjadi

pada orang yang disayang dan berandai bahwa peristiwa tersebut dapat dicegah. Individu yang ditinggalkan tersebut merasakan adanya kehadiran orang yang disayangi tersebut dan seolah-olah melihat atau mendengar mendiang.

c. Tahap *Recovery*

Pada tahapan ini pola hidup sudah mulai membaik, individu yang ditinggalkan sudah mulai menemukan makna dari peristiwa kematian yang menimpa orang yang disayangnya, dan dapat mulai berfikir mengenai masa depan. Selain itu sudah dapat mengakui kehilangan yang dialami dan berusaha mengatasi permasalahan emosional serta mulai beradaptasi dengan lingkungan baru tanpa kehadiran orang yang disayangnya tersebut.

Selain itu terdapat tahapan *grief* lainnya yaitu menurut Kubler Ross dan Kessler (2014) yang terdapat lima tahapan *grief*, antara lain:

a. *Denial* (Penolakan)

Pada tahapan ini merupakan tahapan pertama dalam *grief*. Penolakan merupakan sebuah reaksi yang normal ketika individu mengalami kehilangan pada seseorang yang sangat disayangnya. Tahap penolakan dapat dikatakan sebagai sebuah reaksi atas ketidakpercayaan terhadap apa yang sudah terjadi. Dalam tahapan *denial* atau penolakan tersebut individu memiliki perasaan yang sangat terkejut sehingga tidak dapat menerima kenyataan yang terjadi.

b. *Anger* (Marah)

Anger atau marah dalam tahapan *grief* merupakan reaksi ketika menyadari bahwa seseorang yang sangat disayangnya sudah tidak dapat kembali lagi. Sebuah luapan emosi atas kehilangan seseorang yang sangat disayangi. Dapat dikatakan bahwa pada tahapan ini merupakan tanda seorang individu sudah tidak dapat menutupi dan mengelak perasaan dukanya sehingga munculnya amarah. Beberapa individu membutuhkan suatu objek yang dapat disalahkan atas kenyataan yang terjadi. Hal-hal kecil pun dapat menjadi sasaran amarah yang dirasakan oleh seorang individu atas perasaan duka yang dialaminya.

c. *Bargaining* (Tawar Menawar)

Tahapan ketiga ini merupakan suatu harapan dan negosiasi yang dilakukan pada individu yang mengalami kehilangan. Pada tahapan *bargaining* individu berandai-andai jika orang yang sangat disayanginya tersebut dapat hidup kembali dan berharap bahwa keadaannya berubah menjadi baik seperti semula. Penawaran ini terbentuk karena adanya penyesalan pada diri seorang individu, yang mana adanya perasaan bersalah atas hal-hal yang belum bisa atau tidak dilakukan terhadap seseorang tersebut ketika masih hidup.

d. *Depression* (Depresi)

Tahapan yang ke empat adalah depresi, yang mana individu lebih fokus pada realitas yang terjadi pada masa kini dan menyadari bahwa penawaran sebelumnya tidak akan terjadi. Kesadaran tersebut memunculkan kesedihan yang lebih mendalam dan menyebabkan seorang individu menjadi menarik diri dari lingkungan. Selain itu individu merasa kehilangan semangat untuk menjalani kehidupan, merasakan dan hanyut pada kedukaan yang mendalam serta mengabaikan sekitar hingga merasa lebih baik dalam kesendirian.

e. *Acceptance* (Penerimaan)

Tahapan yang terakhir adalah tahapan penerimaan. Tahapan ini merupakan sebuah *goal* atau akhir dari penuntasan perasaan duka yang dialami sebelumnya. Beberapa orang butuh waktu, proses dan tahapan yang panjang dalam mencapai tahap penerimaan. Pada tahap ini seorang individu mulai menemukan kedamaian yang lebih besar atas sikap menerima tersebut. Individu sudah mau memulai belajar untuk menjalani kembali kehidupannya dengan suatu kenyataan yang baru bahwa orang yang disayanginya sudah tidak ada lagi. Selain itu individu pada tahap ini sudah tidak menyalahkan keadaan, lingkungan maupun diri sendiri.

2.2 Kematian

2.2.1 Definisi Kematian

Menurut Hidayat (2006) kematian dapat didefinisikan sebagai sebuah transisi atau perpindahan ruh seorang individu untuk memasuki suatu kehidupan

yang lebih kekal dan agung. Kematian merupakan puncak akhir kehidupan yang paling mengancam dan suatu fenomena yang sangat misterius dan rahasia. Semua makhluk hidup tanpa terkecuali tidak dapat mengetahui kapan kematian akan datang pada diri makhluk tersebut (Santrock, 2004).

Kematian juga dapat didefinisikan sebagai akhir dari kehidupan yang mana makhluk hidup sudah tidak memiliki aktivitas biologis (Hartini, 2007). Seperti halnya yang dikatakan oleh Azizah (2011) bahwa kematian adalah kondisi di mana berhentinya fungsi organ tubuh seperti jantung dan paru secara menetap. Asegaf (2019) mengatakan bahwa kematian adalah berhentinya semua tanda kehidupan. Kematian merupakan fakta biologis namun bukan hanya mengenai biologis, kematian juga memiliki dimensi secara psikologis (Papalia, 2008).

Pada dimensi psikologi, kematian mencakup banyak hal seperti reaksi terhadap kematian, tahapan berduka dan permasalahan emosional. Menurut Hartini (2007) kematian memiliki suatu dimensi secara psikologis yang mana hal tersebut lebih menekankan pada dinamika psikologi pada seorang individu yang akan mengalami kematian ataupun orang yang ditinggal karena kematian pada orang sekitarnya. Dalam sudut pandang psikologi, psikologi tidak dapat melihat kehidupan manusia setelah mengalami kematian, namun dalam psikologi mempelajari bagaimana menyikapi dan pandangan seorang individu terkait kematian serta apa makna yang dapat diambil dari seorang individu tersebut mengenai kematian (Baharudin, 2011).

Berdasarkan pengertian-pengertian dari para ahli mengenai kematian, dapat disimpulkan bahwa kematian adalah berhentinya fungsi tubuh pada individu secara menetap. Sedangkan pandangan psikologi mengenai kematian yakni bagaimana seorang individu memandang kematian yang akan terjadi pada diri individu tersebut dan sikap ketika mengalami kematian pada orang terdekat. Kematian jelas berpengaruh pada kehidupan seorang individu.

2.2.2 Kematian dalam Islam

Kematian dalam perspektif islam adalah sebuah peralihan dari kehidupan di dunia menuju kehidupan di dunia lain. Islam memandang bahwa kehidupan terdiri dari tiga bagian. Kehidupan pertama di dunia, kehidupan kedua di alam barzah, dan kehidupan ketiga di akhirat. Kematian dapat didefinisikan sebagai

berhentinya fungsi integratif manusia secara permanen dan keseluruhan (Hasan, 2006). Sedangkan menurut Ath-Thaba'thabei (dalam El Shafa, 2010) menyatakan bahwa kematian dimaknai sebagai keberadaan jasad yang diam dan membujur kaku karena sudah terlepas dari ruh.

Al-Qur'an merupakan sarana terbaik dan paling representatif dalam mengungkapkan pandangan islam mengenai kematian dan kehidupan setelah kematian (Rasyid, 2008). Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa kematian adalah proses terpisahnya antara jasad dengan roh. Manusia mengalami dua kali proses pertemuan roh dengan jasad, yaitu ketika berada di alam roh dan yang kedua ketika dipisahkan dengan jasad ketika mati. Menurut para ulama, kematian bukan hanya ketiadaan atau kehancuran. Namun sebenarnya kematian adalah terputusnya hubungan antara jiwa dan raga, serta peralihan keadaan dari suatu alam ke alam lainnya (Al- Qurtubi, 2005).

Kematian merupakan suatu takdir yang sudah ditetapkan Allah SWT sehingga tidak bisa dihindari oleh siapapun. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Al-Quran surat Al-Jumu'ah ayat 8 yang bunyinya :

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلْقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ۝

Artinya : “Katakanlah, Sesungguhnya maut yang kamu lari darinya, maka sesungguhnya ia akan menemui kamu, kemudian kamu akan dikembalikan kepada Yang Maha Mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu Dia beritakan kepada kamu menyangkut apa yang telah kamu kerjakan.”

Kandungan ayat tersebut dijelaskan pada tafsir Al-Mishbah oleh Quraish Shihab yang mengatakan bahwa melalui ayat di atas, Allah SWT memerintahkan Nabi Muhammad SAW agar memperingatkan mereka bahwa, Katakanlah: Sesungguhnya maut yang kamu berusaha lari yakni berhati-hati untuk menghindar darinya dan yang kamu enggan mendambakannya walau mengakibatkan terbuktinya kebohongan kamu, maka sesungguhnya ia akan menemui kamu, walau kamu berada di dalam benteng yang berlapis, kemudian dengan mudah kamu akan dikembalikan kepada Allah Tuhan Yang Maha Mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu Dia beritakan kepada kamu menyangkut apa yang telah kamu kerjakan lalu memberi balasan dan ganjaran sesuai dengan amal-amal kamu itu.

Huruf **فَا** maka yang mendahului kalimat sesungguhnya ia akan menemui kamu. Huruf itu dianggap oleh sementara ulama sebagai sisipan yang berfungsi menekankan bahwa kematian suatu hal yang pasti.

Berdasarkan pendapat dari para ahli, dapat diambil kesimpulan bahwa pandangan Islam mengenai kematian yaitu kehidupan setelah mati yang mana jiwa tersebut akan berhadapan dengan Allah untuk mempertanggung jawabkan perbuatannya selama di dunia. Kematian merupakan peristiwa yang sudah ditetapkan dan merupakan bagian dari rencana ataupun kekuasaan Allah SWT.

2.2.3 Aspek Kematian

Aspek kematian merupakan segala hal yang berkaitan dengan proses kematian dan bagaimana individu serta masyarakat dalam meresponnya. Menurut Papalia (2008), terdapat beberapa aspek yang mana setiap aspeknya memiliki keterkaitan satu sama lain, meliputi :

a. Aspek Sosial

Pada aspek sosial yaitu mengenai ritual dan upacara pemakaman yang mana setiap budaya dan agama berbeda-beda tergantung kepercayaan yang dianutnya . Selain itu pada aspek sosial juga mengenai pengaruh kematian terhadap hubungan sosial dan struktur keluarga.

b. Aspek Kultural dan Religius

Aspek kultural dan religius ini mengemukakan terkait perbedaan dalam keyakinan dan ritual kematian yang terjadi pada berbagai budaya dan agama. Mitos, legenda, dan warisan dari suatu budaya yang berkaitan dengan kematian juga termasuk dalam aspek ini.

c. Aspek Psikologis

Aspek psikologis dalam kematian meliputi berbagai reaksi emosional, perasaan dan pemikiran individu mengenai kematian yang terjadi pada diri sendiri maupun bagi individu yang mengalami kehilangan seseorang akibat kematian. Hal tersebut merupakan reaksi normal ketika akan menghadapi kematian ataupun mengalami kematian pada orang di sekitarnya. Dalam aspek psikologi juga mencakup bagaimana proses individu berduka dan penyesuaian diri atas kehilangan akibat kematian.

d. Aspek Medis

Pada aspek ini berkaitan dengan kondisi fisik. Hal tersebut meliputi identifikasi tanda-tanda kematian secara klinis, perubahan biologis, dan bagaimana kondisi fisik pada tubuh individu setelah kematian serta penyebab kematian serta kondisi kesehatan yang berpengaruh pada proses tersebut.

e. Aspek Etis

Aspek etis dalam kematian melibatkan pertimbangan moral maupun nilai-nilai yang berkaitan dengan proses kematian dan perawatan akhir hidup. Selain itu juga pengaturan administratif pemakaman yang merupakan hak keluarga yang ditinggalkan untuk menentukan upacara pemakaman berdasarkan dengan keyakinan yang mereka anut serta pertimbangan etis mengenai lingkungan dan keberlanjutan dalam pemakaman tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kematian memiliki beberapa aspek yang mana semuanya memiliki keterkaitannya antara satu sama lain. Aspek kematian tersebut meliputi aspek sosial yang mencakup terkait pengaruh kematian pada lingkungan dan hubungan sosial, aspek kultural dan religius yaitu aspek yang berkaitan dengan ritual ataupun kebiasaan ketika terjadi kematian berdasarkan budaya dan kepercayaan yang dianut, kemudian aspek medis yang mana berkaitan dengan kondisi fisik, bukan hanya aspek fisik saja namun juga mengenai aspek psikologi yang mencakup berbagai respon emosional terhadap kematian serta aspek etis yang mencakup mengenai moral ataupun nilai-nilai mengenai proses kematian.

2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kematian

Faktor kematian mengacu pada berbagai kondisi dan penyebab pada kematian seseorang. Menurut Ibnu Shina (dalam Amir, 2022) faktor yang mempengaruhi kematian, meliputi :

a. Faktor Kondisi Fisik

Kondisi fisik termasuk faktor yang mempengaruhi kematian. Dapat dikatakan bahwa faktor fisik memainkan peran penting dalam mempengaruhi kematian. Hal tersebut dikarenakan beberapa orang mengalami kematian akibat memiliki penyakit yang mempengaruhi kondisi fisik individu tersebut lemah dan mengakibatkan kematian. Individu yang memiliki penyakit kronis dapat

muncul kemungkinan kematian, seperti penyakit jantung, penyakit paru-paru, dan penyakit ginjal serta kanker.

b. Faktor Kesehatan Mental

Selain faktor fisik, faktor kesehatan mental juga menjadi faktor yang signifikan dalam mempengaruhi kematian. Hal tersebut meliputi kemungkinan bunuh diri yang disebabkan karena adanya kesehatan mental yang buruk, sehingga meningkatkan risiko bunuh diri yang mengakibatkan kematian. Beberapa gangguan kesehatan mental yang parah seperti skizofrenia atau gangguan bipolar yang tidak dapat terkontrol dapat berpengaruh pada kematian. Selain itu contoh lainnya yaitu adanya pengabaian terhadap diri sendiri. Ketika seseorang memiliki gangguan kesehatan mental namun kurang memperhatikan dirinya, hal tersebut dapat berpengaruh juga pada kesehatan fisik hingga menjadi faktor penyebab kematian.

c. Faktor Gaya Hidup

Faktor berikutnya yaitu gaya hidup. Gaya hidup merupakan kebiasaan sehari-hari dan memiliki peranan yang krusial dalam kesehatan seseorang karena dapat mempengaruhi kematian. Gaya hidup yang dapat mempengaruhi kematian meliputi kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak sehat, merokok secara terus menerus, dan memiliki jam tidur yang tidak baik atau bahkan kurang tidur serta penyalahgunaan zat. Hal tersebut jika dilakukan secara terus menerus sebagai sebuah kebiasaan sehari-hari atau gaya hidup, dapat menjadi resiko kematian.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa kematian memiliki faktor yang mempengaruhi atau menyebabkan kematian itu terjadi. Faktor-faktornya berupa faktor fisik yang meliputi kesehatan atau kondisi badan individu. Selain itu, faktor kondisi mental yang mana meliputi gangguan kesehatan mental yang parah dapat berpengaruh pada resiko kematian serta adanya faktor gaya hidup. Gaya hidup merupakan kebiasaan sehari-hari, jika memiliki gaya hidup yang buruk maka hal tersebut dapat mempengaruhi kematian.

2.2.5 Dampak Kematian

Kematian memiliki dampak dalam berbagai interpretasi dan pandangan yang berbeda-beda tergantung pada sudut pandang filosofis, agama maupun nilai-nilai budaya masing-masing individu. Beberapa tokoh yang mengemukakan pendapatnya mengenai dampak kematian, antara lain :

a. Menurut Elisabeth Kubler Ross (2014) :

Mengemukakan bahwa ada lima tahapan kesedihan yang meliputi *denial*, *anger*, *bargaining*, dan *depression*, serta *acceptance*. Tahapan tersebut merupakan dampak dari kematian dan menjelaskan reaksi individu akibat mengalami kematian pada orang di sekitarnya. Menurutnya, dampak kematian yaitu berpengaruh pada kesehatan mental seseorang. Hal tersebut meliputi, kemarahan, kesedihan yang mendalam, hingga dapat mengakibatkan stres atau depresi.

b. Menurut Hartini (2007) :

Hartini (2007) mengemukakan bahwa kematian merupakan akhir dari kehidupan. Menurutnya kematian berhubungan dengan dimensi psikologi dan memiliki berbagai dampak terkait emosional dan psikologis. Hal tersebut meliputi trauma dan kesedihan, yang mana kehilangan seseorang akibat kematian dapat menyebabkan trauma dan kesedihan yang mendalam. Selain itu juga mengenai proses berduka dimana orang yang ditinggalkan harus menghadapi proses duka tersebut.

c. Menurut Papalia (2008) :

Papalia (2008) menyatakan beberapa dampak akibat kematian. Dampak tersebut meliputi dampak secara sosial dan kultural. Sosial dan kultural terdiri dari tradisi kematian yang mana setiap budaya memiliki tradisi dan ritualnya masing-masing. Dampak tersebut dirasakan dalam upacara pemakaman dan peringatan orang yang telah meninggal. Selain itu dampaknya yaitu adanya perubahan sosial. Kematian seseorang mengakibatkan adanya perubahan terutama dalam dinamika sosial, terlebih jika individu tersebut mempunyai peranan penting.

Berdasarkan pendapat dari para ahli tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa kematian pada seseorang membawa dampak bagi individu yang

ditinggalkan. Dampak dari kematian ini meliputi emosional dan psikologis, sosial dan kultural, filosofis, dan spiritual serta ekonomi.

2.2.6 Jenis-jenis Kematian

Ann dan Lee (2001) mengemukakan bahwa bagaimana cara seorang individu mengalami kematian dapat berpengaruh pada kedukaan orang yang ditinggalkan. Selain itu mengemukakan jenis kematian yang meliputi:

a. Kematian yang diantisipasi

Kematian memang suatu fenomena yang tidak dapat ketahu oleh siapapun, tidak ada yang mengetahui kapan kematian itu akan datang. Meski begitu kematian memiliki salah satu jenis yakni jenis kematian yang dapat diantisipasi. Jenis kematian ini merupakan sebuah reaksi akan kesadaran terhadap kehilangan yang akan terjadi. Meski tidak pasti benar atau tidaknya kematian akan terjadi namun ada berbagai tanda yang menyebabkan adanya kematian yang diantisipasi. Hal ini seperti seorang individu yang memiliki riwayat atau kasus penyakit kronis yang cukup serius, sehingga timbulnya kematian yang diantisipasi tersebut.

b. Kematian mendadak

Jenis lainnya selain kematian yang diantisipasi adalah jenis kematian secara mendadak. Pada jenis ini, tidak ada tanda-tanda yang terjadi sebelumnya akan kematian yang dialami oleh seorang individu. Dapat dikatakan bahwa kematian mendadak adalah kematian yang terjadi secara tiba-tiba, sehingga sangat mengejutkan bagi orang yang ditinggalkan. Kematian mendadak sangat berdampak pada psikologis individu yang ditinggalkan, terutama jika kematian itu terjadi pada seseorang terdekat dan yang dicintai.

2.2 Keluarga Inti

Keluarga adalah sekelompok manusia yang terbentuk karena adanya hubungan darah atau perkawinan (Lestari, 2012). Keluarga memiliki beberapa jenis, salah satunya yaitu keluarga inti. Keluarga inti merupakan anggota keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak yang hidup bersama dalam satu rumah. Keluarga inti juga dapat diartikan sebagai keluarga pokok yang beranggotakan suami (pencari nafkah), istri (ibu rumah tangga), dan anak-anak (Bakri, 2017).

Menurut Lestari (2012) keluarga inti adalah sebuah tempat bagi setiap anggota keluarganya dalam menjalani proses tumbuh kembang dimana didalamnya terdiri ayah, ibu dan anak sebagai suatu sistem. Keluarga inti memiliki peranan penting, dimana setiap anggota keluarganya saling mendukung, memberikan rasa kenyamanan dan keamanan (Friedman, 2010). Setiap anggota keluarga inti memiliki perannya masing-masing. Ayah berperan sebagai kepala keluarga, pencari nafkah, pembimbing dan pendidik. Peran ibu sebagai pengurus rumah tangga, pendidik anak-anak dan dapat menjadi pencari nafkah tambahan untuk keluarga sedangkan peran anak ialah sebagai pelaku psikososial yang mana sesuai dengan perkembangan fisik, mental dan sosial serta spiritual.

Berdasarkan pendapat dari para ahli mengenai keluarga inti, dapat disimpulkan bahwa keluarga inti adalah keluarga yang hanya terdiri dari orang tua dan anak yang masih menjadi tanggung jawab atau tanggungan dari orang tua serta tinggal serumah sehingga memiliki ikatan emosional yang cukup kuat.

2.3 Kematian pada Anggota Keluarga Inti

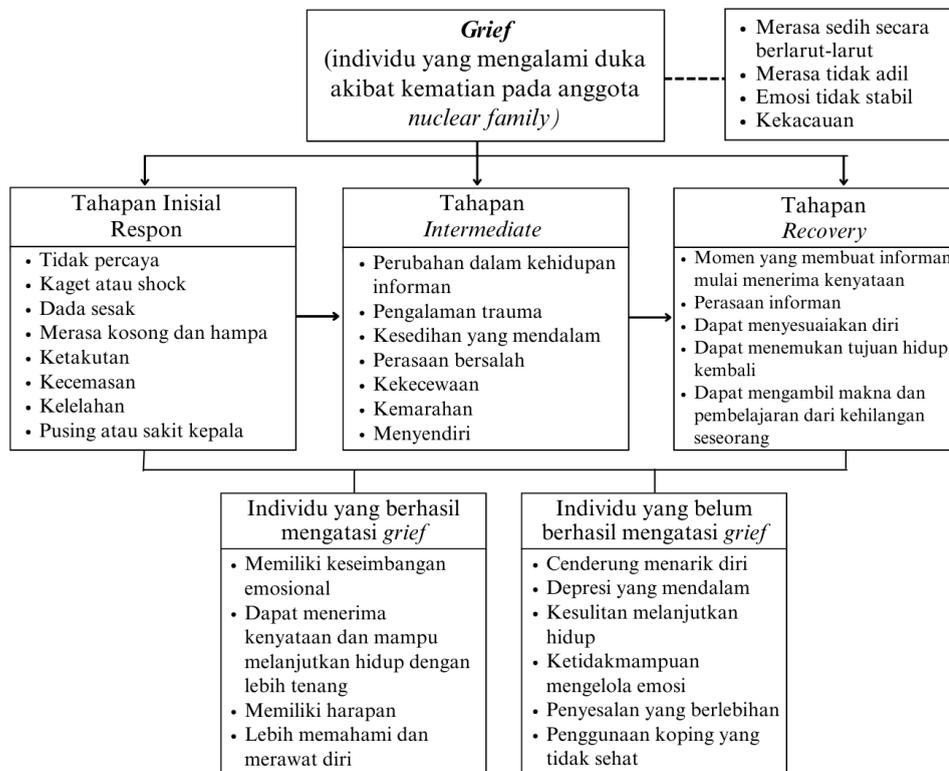
Kematian merupakan suatu takdir yang tidak dapat dihindari oleh siapapun. Dalam arti lain semua makhluk hidup pasti akan mengalami kematian. Kematian bukan hanya melibatkan seseorang yang meninggal saja, namun juga seseorang yang ditinggalkan. Seperti halnya kematian pada anggota keluarga inti. Keluarga inti merupakan anggota keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak yang mana hidup bersama dalam satu rumah (Bakri, 2017). Dalam keluarga intiterdapat dukungan yang diberikan setiap anggota keluarganya sehingga membentuk rasa kenyamanan dan aman (Friedman, 2010). Meski begitu terdapat beberapa hal yang mengakibatkan runtuhnya keutuhan keluarga inti.

Kematian merupakan salah satu penyebab runtuhnya keutuhan keluarga inti. Menurut Astuti dan Gusniarti (dalam Kalesaran, 2016) kematian orang yang dicintai terutama pada anggota keluarga inti memiliki pengaruh besar terhadap fisik, emosional ataupun psikologis pada individu. Ketika individu mengalami kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian hal ini dapat dikatakan sebagai peristiwa yang paling menyakitkan. Holmes dan Rahe (dalam Fitria, 2013) menyatakan bahwa ketiadaan anggota keluarga inti membawa perubahan hidup pada setiap individu yang dapat menimbulkan stres dan menuntut individu tersebut untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang berbeda. Setiap anggota keluarga inti memiliki ikatan emosional yang kuat, hal itu karena didasari adanya saling ketergantungan dan hubungan darah. Sehingga tidak dipungkiri bahwa ketika mengalami kehilangan tersebut seorang individu mengalami permasalahan emosional.

2.4 Kerangka Berfikir

Sugiyono (2013: 60) mengemukakan bahwa kerangka berfikir merupakan suatu metode atau model konseptual yang berfungsi untuk mengorganisir, mengelompokkan dan mengidentifikasi variabel yang sedang diteliti dalam memahami suatu situasi pada penelitian. Kerangka berfikir pada penelitian ini menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami grief akibat kehilangan anggota keluarga inti karena kematian akan merasakan sedih yang mendalam, merasa bahwa dunia tidak adil dan emosi yang tidak stabil serta mengalami kekacauan. Glick, dkk (dalam Lemme, 1995: 201) mengemukakan dalam proses mengatasi

grief terdapat tahapan yang perlu dilalui oleh individu tahapan pertama yaitu inisial respon dimana kondisi awal subjek mengalami *grief*, kemudian tahapan intermediate yang merupakan kondisi keberlanjutan dan kondisi awal yang meliputi perubahan kehidupan individu, kekecewaan, kemarahan, penyesalan, perasaan bersalah dan adanya pengalaman traumatis. Tahapan berikutnya yaitu *recovery* dimana kondisi ini individu sudah mengalami proses penerimaan kenyataan sehingga dapat memulai kehidupan yang lebih tenang. Seseorang yang dapat mengatasi grief akan hidup dengan tenang dan damai berbeda dengan individu yang tidak berhasil mengatasi grief akan mengalami depresi yang mendalam.



Gambar 1. Kerangka Berfikir

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian

Metode penelitian merupakan sebuah cara kerja yang digunakan dalam suatu penelitian (Moelong, 2010). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitiannya yaitu fenomenologi. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena seperti halnya perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan. Selain itu, penelitian kualitatif merupakan penelitian dalam bentuk prosedur analisis yang bertujuan untuk meneliti objek dengan menggunakan subjek sebagai instrumen penting serta menemukan hasil yang berfokus pada makna dari permasalahan yang sedang diuji pada penelitian tersebut (Sugiyono, 2013). Sedangkan menurut Herdiansyah (2010), penelitian kualitatif adalah jenis metode penelitian yang tidak mengukur atau menghitung data dalam angka, namun jenis metode penelitian yang bertujuan pada pemahaman fenomena atau perilaku manusia dengan mengedepankan proses interaksi secara mendalam antara peneliti dengan fenomena yang diteliti serta bersifat alamiah. Dalam lingkup psikologi pendekatan kualitatif adalah studi yang fokusnya pada pengalaman yang telah dialami oleh individu yang nantinya akan menjadi subjek.

Pada penelitian ini peneliti mengungkapkan informasi yang telah didapat dari subjek tanpa menguranginya, sehingga dalam penelitian ini relevan menggunakan pendekatan fenomenologi. Jenis penelitian fenomenologi adalah sebuah jenis penelitian yang bermaksud untuk memberikan gambaran mengenai arti dari suatu fenomena ataupun pengalaman beberapa individu mengenai suatu konsep tertentu (Herdiansyah, 2010). Fenomenologi merupakan jenis penelitian yang memancing subjek untuk dapat mengekspresikan diri mereka sendiri dan bercerita mengenai pengalaman hidup subjek tersebut (Tina et al., 2023:4).

Peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi deskriptif, yang mana berfokus pada dekripsi mendalam dari pengalaman yang dialami oleh beberapa individu yang menjadi subjek mengenai *grief* atau duka akibat mengalami kematian pada anggota keluarga inti. Menurut Marty Mawarpury (2018:212) *grief*

merupakan salah satu peristiwa yang menjadi traumatis dan membutuhkan usaha untuk dapat memahami serta memaknai dirinya sendiri juga kehidupan yang telah berubah akibat peristiwa duka yang dialami. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan fenomenologi deskriptif untuk mengetahui gambaran lebih dalam mengenai mengenai *grief* atau duka akibat mengalami kematian pada anggota keluarga inti dan memahami makna dari fenomena tersebut tanpa banyaknya analisis. Tujuan penelitian dengan pendekatan fenomenologi adalah menemukan, menggambarkan, dan memahami serta menginterpretasi makna dari suatu pengalaman hidup mengenai *grief* yang dialami individu akibat kematian pada anggota keluarga inti (Sukmadinata, 2011).

3.2 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dapat diartikan sebagai suatu tempat atau wilayah dimana penelitian tersebut dilakukan untuk memperoleh data atau informasi mengenai fokus pembahasan peneliti tersebut (Hamid, 2011:52). Pada penelitian ini lokasi yang digunakan menyesuaikan kesediaan subjek. Adapun penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada penelitian ini yaitu di rumah atau tempat kos setiap subjek yang mana semuanya bertempat tinggal di Semarang.

3.3 Sumber Data

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang mana sumber datanya berbentuk kata-kata, bukan berisi angka-angka (Slamet, 2011:140). Penelitian kualitatif dapat disebut *human instrument* yaitu penelitian yang sumber datanya didapatkan dengan peranan peneliti sebagai instrumen atau alat utama dalam menggali makna dan interpretasi mengenai fenomena yang sedang diteliti (Sugiyono, 2013).

a. Sumber Data Primer

Sumber data pada penelitian ini yaitu sumber data primer. Data primer merupakan data yang peneliti ambil langsung dari sumber asli atau subjek tanpa adanya perantara yang mana bertujuan untuk memperoleh gagasan, tanggapan, persepsi, perasaan dan pemahaman serta pengalaman dari subjek mengenai masalah yang sedang diteliti (Sugiyono, 2018:456). Selain itu Sugiyono (2019:137) menambahkan bahwa sumber data yang diperoleh

berasal dari subjek paham atau pernah mengalami situasi yang sedang diteliti. Hal tersebut sejalan dengan yang dikatakan oleh Spradley (1972: 52) bahwa subjek harus mengungkapkan pengalaman yang dialami oleh mereka sendiri sehingga bukan dari perspektif ataupun sudut dari orang lain.

b. Karakteristik Subjek

Teknik penentuan subjek dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2010), teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan dan tujuan tertentu serta berdasarkan karakteristik yang dianggap relevan dengan tujuan penelitian tersebut. Adapun karakteristik penentuan subjek pada penelitian ini yaitu meliputi :

1. Mengalami peristiwa kematian yang menimpa anggota keluarga inti (ayah, ibu kakak, adik, suami ataupun istri).
2. Belum menikah atau belum berkeluarga
3. Bertempat tinggal di Semarang
4. Bersedia membagikan pengalamannya mengenai kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian

3.4 Metode Pengumpulan Data

Fokus utama pada pengumpulan data yaitu mencari subjek yang dijadikan sebagai sumber perolehan data, melakukan pengumpulan data melalui wawancara secara mendalam, menganalisis data yang diperoleh, menjelaskan hasil analisis data dan membuat kesimpulan atas data yang telah diperoleh. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini yaitu wawancara mendalam (*in depth interviews*) dan narasi (*narratives*) yang mana sebagai langkah-langkah utama untuk membuat penjelasan dan menemukan gambaran mengenai pengalaman yang pernah dialami oleh seseorang. Menurut Riyanto (2010), *interview* atau wawancara merupakan salah satu teknik dalam perolehan data dengan cara menjalin berkomunikasi secara langsung dengan subjek yang telah ditentukan. Dengan adanya wawancara, mempermudah peneliti untuk mengetahui hal-hal yang lebih dalam mengenai subjek dan dapat menginterpretasikan fenomena yang menjadi fokus peneliti (Sugiyono, 2016:318). Sehingga dapat dikatakan bahwa wawancara yaitu teknik pengambilan data

melalui tanya jawab secara langsung antara peneliti dengan subjek mengenai pembahasan tertentu.

Wawancara mendalam (*in-depth interview*) merupakan sebuah proses menggali informasi yang dilakukan dengan cara tanya jawab secara langsung atau bertatap muka antara peneliti dengan subjek, dimana pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dirancang untuk merangsang subjek menjawab dengan mendalam dan lebih rinci (Sutopo 2006: 72). Seperti halnya yang dikatakan oleh Moleong (2005), wawancara mendalam adalah metode pengambilan data dengan cara mendalam, terbuka dan bebas yang berpatokan dengan fokus pembahasan penelitian tersebut. Dalam wawancara mendalam yang dilakukan pada penelitian ini berfokus pada jawaban yang dilontarkan oleh subjek yang telah ditentukan sebelumnya berdasarkan kriteria yang sudah ditetapkan yang mana sebelumnya telah diberikan akses atau perizinan untuk mengajukan pertanyaan yang mendalam kepada subjek tersebut, sehingga menghasilkan data yang terjamin keasliannya.

Pada penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur yang mana peneliti sudah menyiapkan beberapa pertanyaan yang menjadi pedoman wawancara (Sugiyono, 2012). Namun, dalam sesi wawancara tidak mengingkat peneliti untuk menyampaikan pertanyaan secara kaku yang berdasarkan dengan pedoman tersebut. Wawancara pada penelitian ini bersifat terbuka yaitu memberikan kebebasan kepada subjek untuk menjawab sesuai dengan pemahaman dan pengalaman mereka. Sehingga, dapat dikatakan bahwa wawancara semi terstruktur lebih mempermudah subjek untuk menceritakan pengalamannya dan dapat menciptakan suasana yang lebih interaktif (Amirah et al., 2023:106).

Berikut ini pedoman wawancara yang akan dilaksanakan dalam proses pengumpulan data, yaitu sebagai berikut :

Tabel 1 Pedoman Wawancara

NO	Variabel	Aspek	Informasi yang ingin diungkap
----	----------	-------	-------------------------------

1.	Latar belakang	Identitas	<ul style="list-style-type: none"> • Nama atau inisial • Alamat • Usia • Status
		Latar belakang	<ul style="list-style-type: none"> • Siapa yang meninggal • Hubungan dan kedekatan dengan orang yang meninggal • Kondisi keluarga • Sosial • Ekonomi • Peran orang yang meninggal di kehidupan subjek • Penyebab kematian • Kenangan bersama orang yang meninggal
2.	Tahapan <i>Grief</i>	Inisial respon	<p>Kondisi awal ketika mengalami kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adanya keluhan fisik yang dirasa sebagai bentuk awal reaksi ketika mengetahui kematian yang terjadi pada anggota keluarga inti • Kaget atau <i>shock</i> • Ketakutan • Kecemasan
		Intermediate	<p>Kondisi perkembangan lebih lanjut setelah fase inisial respon pada subjek yang mengalami kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perubahan dalam kehidupan subjek • Pengalaman trauma dan terbayang kilas balik ketika mengalami kehilangan • Keadaan lanjutan subjek terkait fisik dan mentalnya
		Recovery	<p>Langkah-langkah yang diambil subjek untuk mengatasi <i>grief</i> yang dialami.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Momen yang membuat subjek mulai menerima kenyataan

			<ul style="list-style-type: none"> ● Upaya yang dilakukan individu dalam mengatasi <i>grief</i> ● Perasaan subjek dalam proses mengatasi <i>grief</i> ● Dapat menemukan tujuan hidup kembali ● Subjek dapat mengambil makna dan pembelajaran dari kehilangan seseorang ● Waktu yang dibutuhkan subjek dalam proses mengatasi <i>grief</i>
--	--	--	--

3.5 Prosedur Analisis dan Interpretasi Data

Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis dan interpretasi data melalui proses identifikasi dan penyusunan data dari hasil wawancara sehingga lebih bermakna dan mendalam. Analisis data merupakan upaya yang dilakukan dengan cara memilah-milah data yang telah didapat, mengorganisasikan, menginterpretasikan untuk menemukan hasil atau kesimpulan dari data tersebut (Moleong, 2005: 248).

Dilakukan pendekatan *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA) untuk menganalisis lebih dalam penelitian ini. Alur dari pendekatan *Descriptive Phenomenological Analysis* (DPA) dijelaskan oleh Kahija (2017), yaitu:

1. Langkah pertama yaitu membaca transkrip berkali-kali dalam keadaan *epoche*, yang mana peneliti berhenti mengasumsi kepercayaan pribadi terhadap fenomena yang sedang diteliti. Sehingga peneliti dapat netral dan lebih terbuka dengan pengalaman subjektif orang lain.
2. Langkah kedua peneliti membuat unit-unit makna (satuan-satuan makna). Unit-unit makna tersebut dipisah dengan penomoran sehingga peneliti bisa berfokus pada setiap unit makna.
3. Peneliti mengubah unit-unit makna menjadi deskripsi psikologis. Bila terdapat unit makna yang tidak relevan dengan pertanyaan penelitian maka perlu disingkirkan dan beberapa unit makna dapat disatukan jika memiliki makna yang sama.
4. Selanjutnya, peneliti membuat penyatuan pada seluruh deskripsi. Tahap ini dilakukan variasi imajinatif untuk mengerucutkan dan menyaring kembali

deskripsi psikologi. Selain itu, peneliti harus melihat keterikatan atau hubungan antar deskripsi psikologis serta adanya keterikatan tema-tema esensial dalam pengalaman subjek yang menjadi esensi dari pengalaman subjek tersebut.

3.6 Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif dibutuhkan adanya keabsahan data. Keabsahan data merupakan pengecekan data untuk memastikan kembali bahwa data yang didapat sudah akurat dan disesuaikan dengan ketentuan pengetahuan, klasifikasi dan gambaran polanya sendiri (Zuldafril, 2012:89). Dalam penelitian ini untuk menguji keabsahan data, peneliti menggunakan triangulasi sebagai sarana untuk pengecekan data atau informasi yang telah didapat sehingga dapat menentukan keabsahan data tersebut. Namun selain itu, pendekatan triangulasi bukan hanya sebagai sarana untuk mencari kebenaran, melainkan untuk meningkatkan kemampuan peneliti dalam memahami data atau informasi yang telah didapat Stainback (dalam Bachri, 2010).

Wiersma (dalam Bachri, 2010) mengatakan bahwa triangulasi merupakan teknik yang terjamin dapat menentukan dan memeriksa keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu diluar data atau informasi yang diperoleh untuk kepentingan pemeriksaan serta sebagai pembanding terhadap data atau informasi tersebut. Pendekatan triangulasi pada penelitian ini menggunakan triangulasi teori dan triangulasi metode pengumpulan data. Triangulasi teori merupakan teknik keabsahan data dengan berdasarkan perkiraan bahwa data yang telah ditemukan dalam penelitian tersebut tidak dapat diukur hanya dengan satu teori saja, maka diperlukan penjelasan dan perbandingan dengan berbagai teori untuk memperkuat keabsahan data tersebut. Sedangkan triangulasi metode pengumpulan data merupakan teknik yang menggunakan hasil temuan data atau informasi dari wawancara mendalam yang telah dilakukan kepada subjek.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Subjek

4.1.1 Proses Penemuan Subjek

Sebelum memaparkan lebih lanjut terkait hasil penelitian, peneliti akan menjelaskan terlebih dahulu terkait proses penemuan subjek hingga penelitian berlangsung. Subjek yang ditemukan sudah memenuhi karakteristik yang telah ditentukan dalam penelitian ini. Semua subjek yang didapat merupakan orang-orang yang kehilangan anggota keluarga inti akibat kematian. Peneliti menghubungi setiap subjek untuk menguraikan tujuan dari permohonan dan menggambarkan proses penelitian yang akan dilakukan serta meminta ketersediaan subjek untuk diwawancara ke depannya. Setelah semua subjek memberikan persetujuan mereka, peneliti menyusun pedoman wawancara yang akan digunakan selama proses penelitian. Selanjutnya, jadwal wawancara dengan subjek disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 2 Jadwal Wawancara

No	Inisial	Tanggal	Waktu	Tempat Wawancara	Keterangan Wawancara	Keperluan
1.	Z	7 Februari 2024	16.00	Tempat tinggal subjek (Bringin, Ngaliyan, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 1
2.	Z	26 Februari 2024	15.30	Tempat tinggal subjek (Bringin, Ngaliyan, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 2
3.	Z	11 Maret 2024	15.15	Whatsapp	<i>Online</i>	Wawancara 3
4.	I	8 Februari 2024	14.00	Tempat tinggal subjek (Bringin, Ngaliyan, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 1

5.	I	26 Februari 2024	16.15	Tempat tinggal subjek (Bringin, Ngaliyan, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 2
6.	D	12 Februari 2024	16.30	Tempat tinggal subjek (Jatisari Asabri, Mijen, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 1
7.	D	6 Maret 2024	19.30	Tempat tinggal subjek (Jatisari Asabri, Mijen, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 2
8.	D	20 Maret 2024	15.30	Tempat tinggal subjek (Jatisari Asabri, Mijen, Semarang)	<i>Online</i>	Wawancara 3
9.	S	13 Februari 2024	16.00	Tempat tinggal subjek (Perumahan BPI, Ngaliyan, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 1
10.	S	4 Maret 2024	19.30	Whatsapp	<i>Online</i>	Wawancara 2
11.	C	15 Februari 2024	12.30	Tempat tinggal subjek (Boja, Kabupaten Kendal, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 1
12.	C	29 Februari 2024	16.00	Angkringan (Mijen, Semarang)	<i>Offline</i>	Wawancara 2

4.1.2 Deskripsi Subjek

a. Subjek I (Z)

Berdasarkan data informasi subjek yang diperoleh dari wawancara. Subjek berinisial Z adalah seorang laki-laki berusia 23 tahun yang berasal dari Jakarta dan saat ini sebagai mahasiswa tingkat akhir dalam pendidikan tingkat sarjana (S1) di salah satu perguruan tinggi di kota Semarang. Tempat tinggal subjek di

Beringin, Ngaliyan, Semarang. Subjek lahir dalam keluarga harmonis, sebagai anak kedua dari tiga bersaudara. Kakaknya perempuan sudah menikah dan memiliki selisih umur lima tahun dengannya. Sedangkan adiknya yaitu laki-laki dengan selisih umur enam tahun darinya. Meskipun begitu subjek memiliki hubungan yang sangat dekat dengan adik. Anggota keluarga subjek yang meninggal adalah adik.

b. Subjek II (I)

Berdasarkan data informasi mengenai subjek yang diperoleh dari wawancara. Subjek berinisial I berjenis kelamin laki-laki berusia 22 tahun dan berasal dari Jakarta. Namun subjek bertempat tinggal di Beringin, Ngaliyan, Semarang karena subjek sedang menempuh pendidikan tingkat sarjana (S1) di salah satu perguruan tinggi di kota Semarang. Saat ini subjek sebagai mahasiswa tingkat akhir yang sedang proses menyelesaikan tugas akhir. Subjek merupakan anak terakhir dari dua bersaudara. Kakaknya yaitu perempuan yang memiliki selisih umur yang cukup jauh darinya. Kedua orang tuanya bekerja sebagai guru. Subjek mengalami kedukaan akibat kematian ayah pada tahun 2023.

c. Subjek III (D)

Berdasarkan data informasi mengenai subjek yang diperoleh dari wawancara. Subjek berinisial D adalah seorang wanita berusia 58 tahun yang berasal dari Semarang. Subjek tinggal di Jatisari, Mijen, Semarang. Subjek bekerja sebagai guru sekolah dasar di dekat tempat tinggalnya. Subjek menikah pada tahun 1990 dan dikaruniai dua anak yang memiliki selisih umur yang cukup jauh. Anak pertamanya yaitu laki-laki yang kini sudah bekerja. Sedangkan anak keduanya yaitu perempuan yang sedang menempuh pendidikan tingkat sarjana (S1) di salah satu perguruan tinggi di kota Semarang. Subjek hidup bersama dengan suami dan kedua anaknya dalam keluarga yang harmonis. Namun pada tahun 2020 suami nya meninggal dikarenakan sakit.

d. Subjek IV (S)

Berdasarkan data informasi mengenai subjek yang diperoleh dari wawancara. Subjek berinisial S berjenis kelamin perempuan berusia 21 tahun dan berasal dari Bekasi. Namun subjek bertempat tinggal di Perumahan BPI, Purwoyoso, Ngaliyan, Semarang karena sedang menempuh pendidikan tingkat

sarjana (S1) di salah satu perguruan tinggi di kota Semarang. Saat ini subjek sebagai mahasiswa tingkat akhir yang sedang proses menyelesaikan tugas akhir. Subjek lahir dari keluarga yang harmonis. Subjek merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Subjek memiliki kakak yang berjenis kelamin perempuan. Pada awal tahun 2022, subjek menghadapi kesedihan yang mendalam karena kehilangan ibunya akibat meninggal yang dikarenakan sakit.

e. Subjek V (C)

Berdasarkan data informasi mengenai subjek yang diperoleh dari wawancara. Subjek berinisial C adalah seorang perempuan yang berusia 22 tahun yang berasal dari Semarang. Subjek bertempat tinggal di Kabupaten Kendal, Boja, Semarang. Subjek sudah menyelesaikan pendidikan tingkat sarjana (S1) pada bulan Februari. Saat ini, subjek sibuk dengan proses melamar pekerjaan. Subjek merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Kakak berjenis kelamin laki-laki dan sudah menikah. Subjek lahir dari keluarga yang sederhana. Namun, ketika subjek berusia 16 tahun ayah dan ibunya cerai. Subjek tinggal bersama dengan ibu dan kakaknya yang sudah berkeluarga. Meski ayah dan ibunya sudah cerai hubungannya dengan ayah tetap dekat. Pada tahun 2021 ayahnya meninggal dikarenakan sakit.

Tabel 3 Identitas Subjek

Subjek	Usia	Jenis kelamin	Alamat	Anggota keluarga yang meninggal
Subjek I (Z)	23 Tahun	Laki-laki	Beringin, Ngaliyan, Semarang.	Adik
Subjek II (I)	22 Tahun	Laki-laki	Beringin, Ngaliyan, Semarang.	Ayah
Subjek III (D)	58 Tahun	Perempuan	Jatisari, Mijen, Semarang	Suami
Subjek IV (S)	21 Tahun	Perempuan	Purwoyoso, Ngaliyan, Semarang	Ibu
Subjek V (C)	22 Tahun	Perempuan	Kab Kendal, Boja, Semarang	Ayah

4.2 Hasil Temuan dan Analisis Data

4.2.1 Deskripsi Hasil Temuan

Deskripsi hasil temuan ini akan menguraikan hasil yang relevan dengan fokus penelitian yang telah disusun sebelumnya. Deskripsi hasil ini diperoleh melalui proses wawancara yang telah dilakukan dengan subjek penelitian. Data dari hasil wawancara tersebut akan dibuat transkrip dan horizontalisasi untuk memudahkan ketika ditinjau kembali oleh peneliti. Untuk memastikan keakuratan data, peneliti juga membuat paparan deskripsi dari data mentah yang ditemukan dalam penelitian. Data mentah tersebut disusun oleh peneliti menjadi beberapa bagian yang diberi kode-kode untuk mempermudah dipahami. Kode-kode tersebut disesuaikan dengan sumber dan pengelompokkan data selama proses pengkodean. Sebagai contoh, kode (W1.S1.10) yang memiliki arti wawancara pertama yang dilakukan pada subjek pertama dan dapat dilihat pada baris 10 pada tabel transkrip wawancara. Contoh lainnya, kode (W2.S2.49) yang artinya adalah wawancara kedua yang dilakukan pada subjek ke empat dan dapat dilihat pada baris 49 yang terdapat di tabel transkrip wawancara.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menemukan hasil dari proses wawancara terhadap setiap subjek pada penelitian ini. Data-data yang didapatkan kemudian dianalisis dengan cara membaca dan memahami maknanya secara menyeluruh. Berikut adalah deskripsi hasil dari data yang diperoleh oleh peneliti termasuk kutipan dari wawancara dengan subjek.

a. Subjek I (Z)

Subjek pertama berinisial Z. Subjek mengalami kehilangan adik kandungnya akibat kematian. Proses wawancara diawali dengan menceritakan kronologi kejadian meninggalnya adik. Subjek mengungkapkan bahwa kejadian meninggalnya adik tersebut pada tahun 2021 yang penyebabnya karena sakit. Pada saat kejadian tersebut subjek sedang tidak dirumah dikarenakan subjek sedang menempuh pendidikan tingkat sarjana (S1) di luar kota, sehingga subjek mendapatkan kabar adik meninggal dari keluarganya.

“Aku waktu itu posisinya lagi rantau, jadi tahu kronologi meninggalnya adik dari keluarga. Jadi waktu itu adik sakit demam berdarah, terus dibawa ke

rumah sakit. Tapi pas di rumah sakit A ditolak akhirnya dirujuk ke rumah sakit B. Sampai di rumah sakit B langsung ditangani tapi nggak lama adikku dinyatakan meninggal.” (W1.S1.2)

Subjek memiliki hubungan yang sangat dekat dengan adiknya. Meskipun subjek tiga bersaudara namun subjek merasa bahwa hubungannya paling dekat dengan adiknya. Subjek mengungkapkan kemungkinan adanya kedekatan karena dirinya dan adik sama-sama berjenis kelamin laki-laki, berbeda dengan kakaknya. Selain itu subjek dan adiknya memiliki kegemaran yang sama. Salah satu momen yang membekas bagi subjek ketika saling berbagi informasi tentang film yang mereka sukai dan sering kali bertukar pendapat serta diskusi mengenai kegemaran mereka. Subjek merasa adanya kesamaan minat dan kecocokan dalam berkomunikasi yang membuat hubungannya dengan adik lebih dekat.

“Hubungannya bisa dibilang dekat banget Kak, aku itu kan ada tiga saudara aku anak kedua, anak pertama kakak cewek, anak ketiga adikku itu yang meninggal. Nah itu hubunganku tuh lebih dekat sama adik dari pada sama mbak ya mungkin karena sama-sama cowok ya.” (W1.S1.10)

“Ada, yang paling diingat tuh selera film kita kan sama. Jadi kalau ada informasi tentang film itu kita langsung berkabar gitu. Terus sama dia kalo ngobrolin film-film gitu paling cocok, nyambung, seru gitu. Itu aja sih Kak.” (W1.S1.14)

Subjek merasakan adanya perubahan akibat kematian adik. Subjek merasakan kehilangan yang mendalam dan mengalami perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Kehilangan tersebut juga mempengaruhi perasaan subjek sebagai seorang anak laki-laki, yang membuatnya merasa lebih tertekan karena subjek sekarang menjadi anak laki-laki satu-satunya yang harus menanggung beban sendirian. Perubahan lainnya, terjadi pada keadaan rumah yang sekarang terasa sepi dan suasananya menjadi kelim serta tidak ada keceriaan seperti sebelumnya. Hal tersebut juga ditunjukkan oleh orang tua subjek yang tidak seceria dulu ketika adiknya masih ada.

“Ya iya Kak, jelas. Berpengaruh gitu rasanya ada yang hilang. Terus juga berpengaruhnya sama kehidupan sekarang tuh, kayak lebih merasa tertekan aja sebagai anak cowok gitu. Kalau dulu kan bebannya terbagi sama adik, nah sekarang mikirnya beban aja gitu buat diri sendiri sebagai anak cowok yang juga sekarang bisa dibilang jadi anak terakhir gitu.” (W1.S1.18)

“Kalau keadaan adik sebelum meninggal yak, lebih ramai terus ya kalau bapak ibu masih.. ibaratnya masih ceria lah. Ya semenjak adik nggak ada rumah terasa sepi terus juga apa ya.. Suasananya agak kelim sih jujur terus

ya kayak, bapak sama ibu ya kadang suka ya nggak seceria sebelumnya gitu.” (W2.S1.2)

Setiap anggota keluarga subjek memiliki respon yang berbeda-beda dalam menghadapi kedukaan akibat kematian yang menimpa adik subjek. Meskipun semua anggotanya merasakan kesedihan, namun cara setiap anggota keluarga dalam meresponnya berbeda-beda. Setelah tujuh hari ayahnya sudah mampu menerima kenyataan atas kematian adik subjek. Berbeda dengan respon ibu subjek yang membutuhkan waktu lama untuk menerima dan berdamai atas kenyataan tersebut. Sedangkan pada kakaknya, subjek mengaku tidak begitu paham akan perasaan kakak karena kurangnya interaksi dengan kakak subjek.

“Saat kejadian ya respon semua pastinya masih sedih berduka tapi cara responnya berbeda-beda, setelah 7 hari bapak udah bisa ikhlas.” (W1.S1.24)

“Kalo Ibu sih yang terlihat butuh berbulan-bulan baru bisa ikhlas, bahkan sampai sekarang pun kadang masih suka ke ingat. Kalo Mbak kurang tahu soalnya jujur aja kurang interaksi sama mbak.” (W1.S1.26)

Teman-teman subjek menunjukkan respon yang baik terhadap perasaan subjek yang tidak baik dalam menghadapi kedukaan. Teman-teman mengajak subjek untuk bertemu dan berbicara bersama untuk mengalihkan perasaan buruk yang dirasakan oleh subjek. Hal tersebut menunjukkan bahwa teman-teman subjek peduli dan ingin membantu mengatasi kedukaan yang dirasakan oleh subjek. Keberadaan dukungan sosial tersebut membantu subjek memperbaiki suasana hati dan dukungan secara emosional bagi subjek.

“Respon teman-temanku bagus, contohnya ngajak ketemu sekedar ngobrol bersama buat ngalihin perasaan burukku.” (W1.S1.29)

Tahapan Inisial Respon

Tahapan inisial respon ditunjukkan dengan reaksi pertama ketika subjek mengetahui bahwa adiknya meninggal. Keluhan fisik yang dirasakan dalam reaksi pertama subjek ketika mengetahui adiknya meninggal yaitu tremor yang sangat kuat. Tremor yang dimaksud subjek yaitu getaran atau gemetar yang tidak terkendali pada tangan, bahkan subjek merasa bahwa hal tersebut masih sering kali dirasakan hingga sekarang.

“Nggak ada sih Kak, cuma itu lho tremoran parah tangannya sampai sekarang aja kadang masih suka gitu.” (W1.S1.31)

Subjek memiliki perasaan cemas terhadap masa depan terutama dalam hal menjalankan peran dan tanggung jawab yang diharapkan dari orang tua. Subjek merasa dirinya kini menjadi anak laki-laki satu-satunya sehingga timbul perasaan cemas akan bagaimana masa depannya nanti. Subjek merasakan kecemasan akan ketidakpastian hidupnya di masa yang akan datang.

“Cemas sih nggak, tapi kalau takut iya.” (W1.S1.35)

“Cemas sih.. cemas sama takut tuh mirip-mirip nggak sih.. tapi kayaknya lebih ke cemas sih.. lebih ke cemas. Bukan takut sih cemas.” (W2.S1.17)

“Cemas kedepannya.. karena apa ya.. jadi anak laki-laki satu-satunya itu jadi bingung nanti kedepannya gimana bagi tanggungannya bagi orang tua juga. Karena kan kalau ikut kakak, nggak mungkin, kakak jauh juga.” (W2.S1.19)

Tahapan *Intermediate*

Subjek mengalami perasaan emosional yang kompleks. Awalnya subjek merasakan sedih namun beberapa lama setelah kematian adik subjek merasa kesedihannya lebih mendalam. Selain itu kematian adik juga menimbulkan kecemasan dalam dirinya akan masa depan, karena subjek tidak tahu bagaimana kehidupannya setelah adiknya meninggal.

“Perasaan pas awal pasti sedih, terus cemas juga. Sedih karena cuma adik teman di rumah, teman nonton, teman ngame. Pokoknya segala aktivitas di rumah pasti kita lakuin bareng. Cemas karena gak tau kedepannya nanti gimana setelah adek gak ada, yang biasa apa apa bareng sekarang jadi sendiri, ngerasa hampa dan kesepian. Rumah jadi sepi, karena dirumah jarang ngobrol sama orang rumah jadi hening suasananya. Juga waktu itu nggak berani langsung ke pemakaman adik. Seminggu setelahnya baru kesana. Kalau sekarang perasaan sedih sih nggak cuma kadang masih kepikiran, terus perasaan cemas juga kadang masih suka muncul.” (W1.S1.37)

Subjek menganggap bahwa kematian adik subjek merupakan kejadian yang traumatis. Hal tersebut karena telah menyebabkan dampak emosional yang kuat bagi subjek. Selain itu, karena adiknya merupakan orang yang sangat dicintai dan subjek merasa bahwa adiknya adalah orang yang paling dekat dengan subjek sehingga subjek merasa bahwa kematian tersebut merupakan kejadian yang trumatis baginya. Selain itu, subjek terkadang masih terpikirkan mengenai kejadian kematian adik.

“Ya bisa dibilang pengalaman traumatis.” (W1.S1.47)

“Hmm apa ya.. Sebenarnya ya bukan pertama kalinya sih mengetahui orang

meninggal, cuma karena memang adik, keluarga sendiri gitu terus juga dekat ya kan, jadi ya itu paling benar-benar bikin nyesek banget gitu.” (W2.S1.26)

“Kalau yang sering sih enggak, cuma kadang-kadang kepikiran aja.” (W1.S1.48)

Tahapan *Recovery*

Pada tahapan ini subjek menunjukkan proses pemulihan dirinya dalam mengatasi kedukaan. Subjek merasakan perasaan membaik setelah setengah tahun dari meninggalnya adik. Subjek sudah merasa ikhlas atas kematian adik sebesar 90%, subjek merasa belum ikhlas sepenuhnya karena sebelumnya sudah terbiasa melakukan kegiatan bersama dengan adik. Meski begitu ada kemajuan dalam dirinya untuk mengatasi kedukaan yang dihadapi.

“Perasaannya sih parahnya itu pas setengah tahun. Setelah itu sudah lebih baik tapi kalau ikhlas sebetulnya sih belum 100% ikhlas.” (W1.S1.49)

“Jadi ya lebih baik dari sebelumnya. Cuma kalau dikata ikhlas, belum sepenuhnya.” (W2.S1.44)

“Buat sekarang 90%, belum sepenuhnya karena dulu kita sering ngelakuin aktivitas bareng, terus juga masih banyak hal bagus di dunia ini yang belum dia liat, banyak makanan yg belum dia coba, banyak film yang belum dia lihat, banyak lagu yang belum dia dengerin.” (W3.S1.6)

Subjek merasakan adanya perubahan diri secara emosional setelah kehilangan adik akibat kematian. Perubahan tersebut yaitu dirinya susah mengendalikan emosinya, merasa lebih tersinggung dan mudah tersulut emosinya. Sebelumnya subjek mampu mengendalikan emosinya dengan baik namun berbeda setelah subjek mengalami kehilangan adik. Subjek menjadi susah menahan emosi yang sedang dirasa sehingga subjek memilih untuk meluapkan emosinya dengan mengeluarkan kata-kata kasar.

“Hmm, gimana ya Kak, saya sih memandang diri saya sekarang jadi lebih tersinggung dan gampang emosi gitu.” (W1.S1.52)

“Iya benar setelah itu emosinya jadi susah dikendalikan. Hmm.. sebetulnya hubungan yang apa ya yang benar-benar berhubungan banget antara meninggalnya adik dengan perubahan emosi yang sekarang ini tuh gatau apa ya, cuma gatau setelah adik meninggal itu emosinya susah banget dikontrolnya.” (W2.S1.31)

“Sebelumnya tuh masih bisa kan ngendaliin emosi, tapi semenjak adik meninggal rasanya nggak bisa lagi ditahan emosinya itu dalam lingkup hal apapun. Jadinya sering terluap gitu. Nah sekarang biasanya marah, suka ngeluarin kata-kata kasar. Kalau dulu suka mukulin tembok.” (W3.S1.13)

Upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kedukaan akibat kematian adik adalah dengan bermain bersama teman-temannya. Meskipun begitu subjek bukan tipe orang yang spontan dan terbuka dalam menceritakan kehidupannya, tetapi jika subjek diminta untuk bercerita, subjek dapat mengungkapkan apa yang dirasakannya. Selain itu, tidak ada momen atau insiden khusus yang mengakibatkan subjek bangkit dalam kedukaannya. Namun pemikirannya sendiri mengenai masa depan itulah yang membuat subjek bangkit dari keterpurukannya.

“Caraku buat ngatasin itu semua yang pasti aku cari teman. Cari teman teman biar gak kesepian. Kalo di rumah kan teman teman tuh pada sama urusan masing masing, makanya aku gak pernah betah lama-lama di rumah. Aku selalu sama teman teman kuliah biar gak kesepian dan gak ngerasa hampa.” (W1.S1.54)

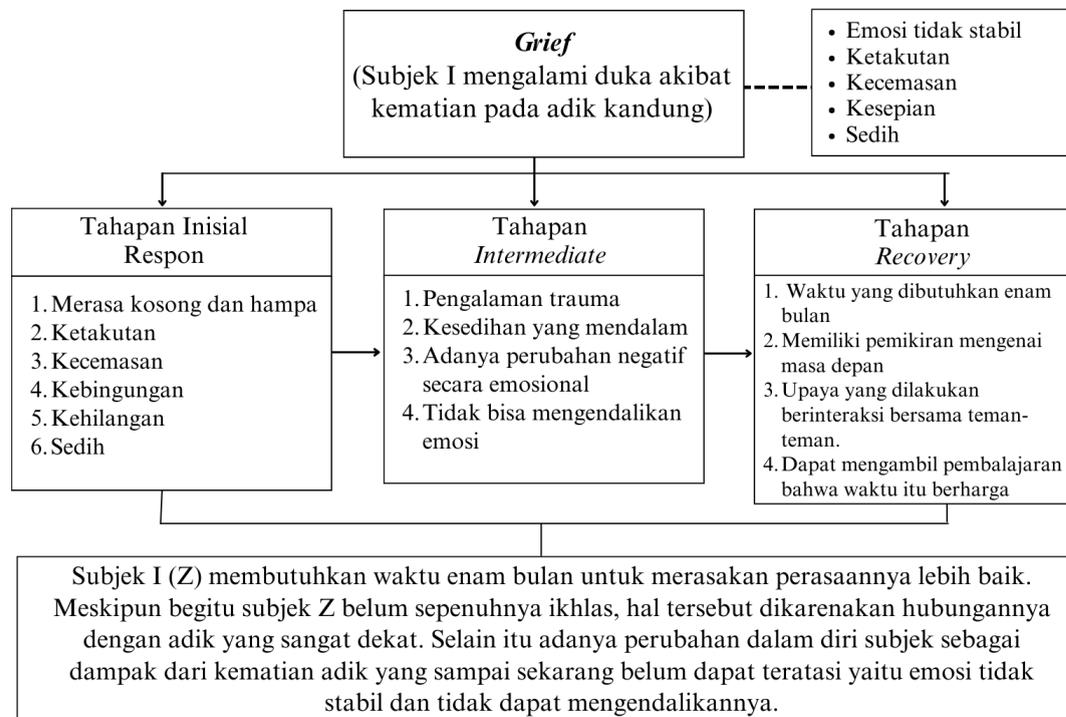
“Iya benar, cuma aku bukan yang tiba-tiba cerita. Tapi kalau diminta menceritakannya ya bisa saja.” (W1.S1.61)

“Momen khusus enggak, cuma keingat beban kuliah aja sih, pengen cepat selesai urusan kuliahnya. Cepat lulus.” (W1.S1.63)

Subjek mampu mengambil pembelajaran dari kematian adiknya. Pembelajaran yang diperolehnya meliputi pentingnya menghargai waktu dan momen-momen bersama orang-orang terdekat. Subjek menekankan bahwa setiap detik yang dilewati bersama orang-orang yang dicintai harus dimanfaatkan sepenuhnya. Dari kejadian tersebut subjek belajar bahwa waktu merupakan suatu hal yang sangat berharga.

“Tentu ada pembelajaran, harus lebih meluangkan banyak waktu ke orang terdekat, nikmati waktu yang masih ada lebih hargai keberadaannya.” (W1.S1.66)

“Jangan pernah sia siain waktu atau momen sama orang orang sekitar. We can't turn back time, maksimalkan tiap detiknya waktu yang kamu habiskan sama orang orang yang kamu suka. Kalo bisa abadikan setiap momen itu, walaupun waktu gak bisa diulang, tapi momennya masih bisa dikenang. Banyak orang yang masih nyepelein banget soal waktu, padahal menurutku waktu itu hal yang sakral banget. Kalo aku dikasih waktu buat ketemu sama orang orang yang udah pergi, pasti aku ambil walaupun cuma 0.001 detik. Jadi pembelajaran yang aku dapet ya lebih menghargai waktu, menghargai setiap momen yang dihabiskan dengan orang lain.” (W3.19)



Gambar 1 Skema grief subjek I

b. Subjek II (I)

Subjek kedua berinisial I. Subjek mengalami kehilangan ayahnya akibat kematian. Proses wawancara diawali dengan cerita subjek mengenai kronologi kejadian meninggalnya ayah. Subjek mengungkapkan bahwa kejadian ayahnya meninggal pada pertengahan tahun 2023. Ayah subjek meninggal dikarenakan memiliki penyakit. Pada saat kejadian tersebut subjek sedang tidak dirumah dikarenakan subjek sedang menempuh pendidikan tingkat sarjana (S1) di luar kota. Sehingga, subjek mendapat kabar bahwa ayahnya meninggal melalui telepon.

“Jadi bapak memang sudah memiliki penyakit sebelumnya, jadi tiap hari minum obat. Waktu itu bapak keadaannya makin drop, terus dibawa ke rumah sakit sama tetangga karena kebetulan dirumah lagi nggak ada orang, Ibu sama Kakak lagi kerja. Terus akhirnya Ibu menyusul ke rumah sakit temenin bapak, nggak lama bapak di rumah sakit, bapak dikabarkan

meninggal Posisinya aku lagi di beda kota. Jadi aku dikabari lewat telepon. Sehabis itu bapak dimakamkan di Klaten di tempat asalnya, jadi perjalanan dari Jakarta ke Klaten, sedang aku posisinya di Semarang tapi di hari itu aku berangkat ke Klaten juga.” (W1.S2.2)

Subjek memiliki hubungan yang kurang dekat dengan ayahnya, Selain itu, subjek dengan ayahnya jarang interaksi berdua. Ayah subjek merupakan seorang ayah yang memiliki karakter keras dalam mendidik subjek dan memiliki pendirian yang kuat. Ayahnya cenderung menganggap pikirannya yang paling benar, sehingga sering kali subjek memilih untuk diam. Meski hubungan subjek dengan ayah tidak dekat, namun subjek memiliki kenangan bersama ayah yang masih subjek ingat.

“Jujur hubungannya nggak dekat, jarang juga interaksi sama beliau.” (W1.S2.17)

“Beliau tuh tipikal yang keras, didik aku dengan sangat keras. Seringnya juga merasa pikiran dia itu yang paling benar. Jadi daripada debat, aku lebih memilih diam saja.” (W1.S2.18)

“Kalau kenangan ada, hal sederhana sih waktu itu lagi di Klaten kan itu tempat tinggal bapak sewaktu kecil ya, terus waktu itu bapak ngajakin muter-muter naik motor keliling berdua, sepanjang jalan itu bapak cerita masa-masa dulu ketika masih kecil.” (W1.S2.13)

Setiap anggota di keluarga subjek memiliki respon yang berbeda-beda dalam menghadapi kematian ayah subjek. Pada keluarga subjek, respon kakak subjek yang paling mencolok dikarenakan masih mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan atas kematian ayah subjek dan masih merasakan kehadiran ayah subjek di dalam kehidupannya. Sedangkan ibu subjek cenderung menyalurkan perasaannya melalui doa-doa untuk ayah subjek. Selain itu, ibu subjek mampu menerima kenyataan atas kematian ayah subjek. Hal tersebut disebabkan oleh fakta bahwa ayah subjek sebelumnya telah menderita penyakit, sehingga ibu subjek merasa lega bahwa ayah subjek tidak lagi merasakan sakit tersebut.

“Iya beda-beda sih, terlebih Kakak yang lebih menonjol. Dia tuh sampai sekarang masih kadang menganggap bapak masih ada, kayak suka ngomong ibaratnya masih seperti dulu ketika ayah ada.” (W1.S2.21)

“Kalau Ibu seringnya berdoa sih Kak caranya Ibu merespon kedukaannya.” (W1.S2.24)

“Iya ibu sudah lebih bisa nerima sih, sama kan ya sebelumnya bapak emang udah ada penyakit kan. Ibu pernah bilang kayak, gapapa kan bapak sudah nggak ngerasa sakit gitu.” (W2.S2.71)

Subjek mendapatkan respon positif dari orang-orang terhadap sosok ayahnya. Ayah subjek dipandang sebagai sosok yang baik di masyarakat. Sikap baik ayah subjek membuat banyak orang memiliki pandangan positif terhadapnya. Ketika berita ayahnya meninggal banyak pujian dan omongan baik yang ditujukan kepada ayah subjek. Selain itu subjek juga mendapatkan dukungan dari teman-temannya di masa berdukanya.

“Responnya tuh benar-benar luar biasa, bapak itu dipandang sebagai orang baik. Jadi bapak pernah sempat tinggal di masjid sebelum punya anak, nah dari situ pandangan orang-orang ke bapak itu baik. Pas dikabarkan meninggal, banyak sekali omongan baik tentang bapak.” (W1.S2.25)
 “Alhamdulillah baik juga, teman-temanku bantu, juga kasih dukungan.” (W1.S2.29)

Kematian ayah subjek berdampak pada ekonomi di dalam keluarga subjek. Meski begitu subjek tidak merasakan dampak ekonomi yang signifikan. Hal tersebut disebabkan oleh kebiasaan ayah subjek yang jarang mengeluarkan uang untuk hal yang tidak penting. Bagi ayah subjek yang terpenting adalah memastikan bahwa anak-anaknya memiliki kehidupan yang layak.

“Kalau itu sebenarnya ngaruh sih ada pasti, cuman aku sih nggak ngerasa mungkin keadaan dirumah yang lebih berasa. Soalnya bapak tipe yang benar-benar jarang jajan, yang penting anaknya tuh hidup gitu, jadi dia kayak udah prepare gitu.” (W2.S2.11)

Tahapan Inisial Respon

Tahapan inisial respon ditunjukkan dengan reaksi pertama subjek mengetahui bahwa ayahnya meninggal. Kematian ayah subjek berpengaruh pada perubahan keadaan dirumah. Perubahan yang terjadi dirasakan subjek pada awal meninggalnya ayah subjek yang menjadikan suasana menjadi hening dan berkurangnya interaksi di dalam keluarga tersebut, di mana setiap anggota keluarga masih merasakan perasaan kaget karena kehilangan salah satu anggota keluarga.

“Perubahan di awalnya tuh yang jadi diam masing-masing ngerasa masih kayak kaget karena salah satu anggota keluarga udah nggak ada gitu. Jadi ya ada yang beda, mungkin adaptasi gitu.” (W2.S2.7)

Subjek tidak merasakan adanya keluhan fisik. Reaksi pertama yang dirasakan subjek ketika mendapat kabar bahwa ayahnya meninggal adalah

perasaan kaget. Ketika subjek masih sendiri, subjek berusaha untuk mengeluarkan emosinya yang tertahan. Subjek merasa sulit untuk membuka diri di depan ibu dan kakaknya karena ingin menunjukkan bahwa subjek kuat, meski begitu sebetulnya pada saat itu subjek merasa terpuruk atas kematian ayah.

“Keluhan fisik nggak ada sih Kak, kaget aja.” (W1.S2.30)

“Waktu itu sempat kaget ya, pulang dari magang terus dikabarin bapak udah engga ada, terus ya aku berusaha meluapkan emosi dulu, itu nggak ada siapa-siapa kan, nah pas sudah gitu terus ke Klaten pemakaman bapak, yaudah disitu berusaha buat nggak kenapa-napa pokoknya gimana caranya nunjukin kalau kuat gitu, gamau kelihatan terpuruknya soalnya yang aku hadapi tuh ibu sama kakak, ya pokoknya tetap ada sedihnya sih kehilangan, cuma kalau didepan ibu sama kakak belum bisa terbuka.” (W2.S2.26)

Pada saat mengetahui ayahnya meninggal subjek menangis dan merasa belum bisa sepenuhnya menerima kenyataan bahwa ayahnya meninggal. Emosinya begitu kuat sehingga subjek merasa bahwa waktu berjalan begitu cepat. Namun setelah subjek merasa cukup mengeluarkan emosi tersebut, subjek mampu memikirkan tindakan selanjutnya yang harus diambil.

“Wah waktu itu aku nangis sih hehehe, nangis sih aku jujur, kayak belum bisa terima, kayak cepat banget gitu, terus yauda pas dirasa sudah cukup ngeluapin emosinya, terus mikir apa yang harus dilakukan gitu ngabarin teman yang satu tempat magang, nitip tugas, gitu-gitu minta tolong kabari kabari ke teman-teman terus aku langsung mikir gimana cara aku ke klaten gitu.” (W2.S2.34)

Tahapan *Intermediate*

Subjek merasakan perasaan sedih, meski begitu pada awalnya subjek masih dapat berpikir dengan baik. Namun setelah beberapa waktu meninggalnya ayah, subjek mulai merasakan dampak emosionalnya yang lebih kompleks. Subjek tidak ada perasaan marah atas kematian ayah namun lebih berfokus pada penyesalan yang dirasakannya. Subjek merasa menyesal karena hubungannya dengan ayah tidak dekat, subjek juga merasa perasaan kesedihan dan kehilangan yang lebih mendalam. Selain itu subjek kehilangan motivasi untuk melanjutkan tanggung jawabnya dalam menyelesaikan tugas akhir kuliahnya. Pada waktu enam bulan setelah meninggalnya ayah subjek, subjek mulai merasa bahwa harus bangkit dari situasi tersebut. Sehingga pada bulan Januari subjek merasa mulai adanya pemulihan dalam dirinya atas kedukaan yang dirasakannya.

“Awalnya jelas ada perasaan sedih. Cuma aku itu masih bisa mikir dengan

baik gitu pas awalnya, kayak itu kan dikabari setelah aku pulang magang yang mana aku belum makan, aku sempet makan dulu sebelum ke Klaten karena aku juga mikir kondisi badanku. Nah terus setelahnya aku mulai ngerasa perasaan menyesal karena hubunganku sama ayah kan nggak dekat ya, ngerasa kehilangan yang sangat dalam, juga hilang motivasi tuh sempat, skripsi aja stuck terus disitu. Sampai akhirnya Desember 2023 kemarin tuh aku mulai berpikir kalau harus bangkit, alhasil Januari kemarin awal tahun aku merasa perasaannya jauh lebih baik.” (W1.S2.32)

“Kalau marah nggak ada sih cuma penyesalan yang hubungan sama bapak kurang dekat,” (W2.S2.49)

Subjek merasa bahwa bulan Oktober merupakan masa yang paling sulit dalam proses menghadapi kedukaan, karena pada saat itu munculnya dampak emosional dari kehilangan atas kematian ayah yang dialaminya mulai terasa secara nyata. Pada bulan Januari subjek merasakan pemulihan emosional yang lebih baik setelah kehilangan yang mendalam.

“Betul paling parah itu waktu aku lagi KKN juga bulan oktober tuh masih ngerasa nggak enak perasaannya. Tapi Januari itu sudah benar-benar perasaannya lebih baik. Jadi ya enam bulan buat aku ngerasa lebih baik.” (W1.S2.41)

Subjek beberapa kali masih teringat dengan kejadian kematian yang menimpa pada ayahnya. Hal tersebut dikarenakan kejadian meninggalnya ayah masih membekas di pikiran dan ingatan subjek. Kejadian meninggalnya ayah dapat mengganggu keseharian subjek terlebih pada saat di masa sulitnya menghadapi kedukaan. Meskipun tidak sepenuhnya mengganggu waktvititas subjek secara signifikan, namun ingatan mengenai perkataan dan kenangan dengan ayah seringkali muncul dipikiran subjek.

“Kalau inget sih iya, masih keingat tiba-tiba.” (W1.S2.45)

“Iya kalau pas setengah tahunnya tuh pas lagi downnya ya ganggu aktivitas cuman yang nggak ngeganggu banget cuman ya sering aja terlintas, omongan-omongan dia tuh, cuman ya gimana ya hehehe.” (W2.S2.84)

Tahapan *Recovery*

Pada tahapan ini subjek menunjukkan proses pemulihan dirinya dalam mengatasi kedukaan. Meskipun subjek menyatakan bahwa perasaannya telah membaik sejak bulan Januari, tapi terkadang subjek masih teringat akan kepergian ayahnya. Ketika suasana hatinya mulai tidak baik, subjek cenderung melakukan monolog, mengungkapkan apa yang sedang dirasakannya dan subjek juga percaya

bahwa pesannya untuk ayah akan disampaikan oleh Allah. Selain itu, subjek merasa nyaman berbicara sendiri pada makam ayahnya.

“Ada sih sempat beberapa kali kayak ya inget aja sih itu kan hal yang biasa ya, terus kan juga ya paling aku ajak ngobrol gitu, titip salam kayak ya Allah nitip salam buat bapak, aku tuh yakin kayak pesanku tuh pasti disampaikan, aku kayak monolog sendiri gitu lho ke Allah, aku yakin kayak salamku pasti disampaikan, aku juga cerita kayak lagi dapat masalah di skripsi yang gini-gini aja, yang semangatnya naik turun yaudah paling monolog sendiri gitu sih, paling juga kalau di makam ngobrol sendiri gitu.” (W2.S2.52)

Upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kedukaannya dengan cara naik motor sendirian dan monolog. Subjek cenderung memilih untuk menghabiskan waktu sendirian. Hal tersebut dirasakan sebagai kesempatan untuk dirinya merenungkan perasaannya tanpa terganggu oleh kehadiran orang lain. Selain itu, subjek masih sulit untuk mengungkapkan apa yang dirasa terutama terkait ayahnya yang telah meninggal kepada ibu dan kakaknya. Meskipun ibu subjek selalu terbuka akan perasaan subjek, namun subjek memilih untuk diam atau menunjukkan bahwa dirinya baik-baik saja. Hal tersebut dikarenakan subjek kini menjadi laki-laki satu-satunya dalam keluarga, sehingga subjek merasa takut untuk membicarakan perasaannya kepada ibu dan kakaknya.

“Waktu buat diri sendiri, naik motor sendirian keliling aja gitu.” (W1.S2.46)

“Iya itu lebih ke waktu sendiri, dari pada yang ramai-ramai sih sebetulnya. Apalagi kalau ke ibu kakak belum waktunya sih menurutku buat ceritain apa yang dirasa soal bapak.” (W2.S2.63)

“Kalau ke Ibu ke Kakak, ke keluarga gitu rasanya masih sulit mengungkapkan yang dirasakan sih Kak. Ibu pernah sih bahas soal perasaan masing-masing setelah bapak meninggal, tapi aku diam aja.” (W1.S2.48)

“Ya karena aku ngerasa cowok satu-satunya sekarang di keluarga, takut aja gitu buat cerita khususnya ke Ibu. Tapi kalau soal apapun yang lainnya ya suka cerita aja.” (W1.S2.51)

Subjek merasakan ada perubahan dulu dan sekarang dalam menghadapi kedukaan. Dulu, subjek tidak mampu untuk melakukan monolog atau berbicara sendiri terkait perasaannya dan cenderung akan menangis ketika menceritakan apa yang dirasakannya mengenai kematian ayah. Namun, sekarang subjek merasa lebih baik dalam menyikapi kedukaan tersebut. Perubahan yang dirasakan subjek yaitu subjek mampu untuk melakukan monolog dan mengungkapkan perasaannya

mengenai kematian ayah tanpa harus menangis.

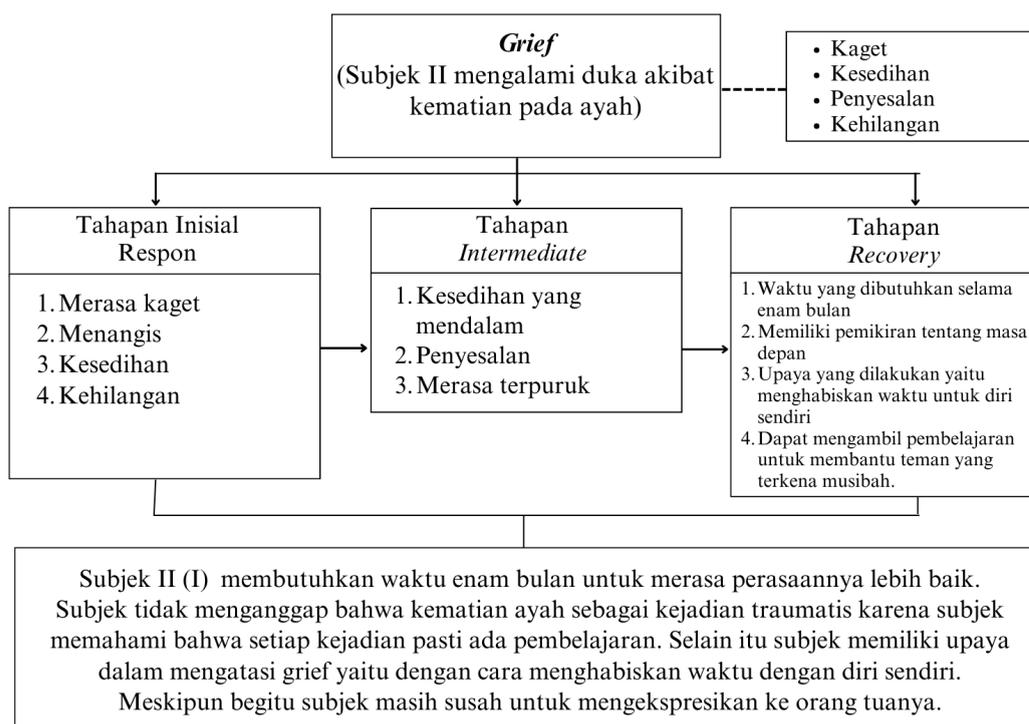
“Sekarang sih.. oh dulu ini aku nggak bisa tuh monolog gitu cerita. Kalau dulu ya nangis aja, ga bisa cerita-cerita gitu, kalau sekarang ya lebih baik aja menyikapinya. Cuma endingnya tetap sama mendoakan pasti. Bedanya cuma di situ, dulu nggak bisa monolog cerita-cerita gitu hehehe.” (W2.S2.87)

Subjek merasa tidak ada momen atau insiden khusus yang menyadarkannya untuk bangkit dari keterpurukannya akibat kematian ayah. Namun pikirannya sendirilah yang menyadarkannya untuk bangkit dari masa sulitnya. Subjek mengingat akan masa depannya yang membuatnya merasa bahwa harus bangkit dari keterpurukannya tersebut. Subjek merasa bahwa harus tetap melanjutkan masa perkuliahannya, termasuk menyelesaikan tugas akhir yang sedang dihadapinya. Sehingga motivasi dirinya mengenai masa depan berpengaruh pada dirinya untuk tidak terus terpuruk akan kematian ayahnya.

“Momen nggak ada sih, ya pikiran diri sendiri aja, kalau harus bangkit harus lanjutin beban perkuliahannya, skripsinya gitu. Mengingat semester tua yang memotivasi ku untuk bangkit sih Kak.” (W1.S2.54)

Subjek mendapatkan pembelajaran dari kejadian meninggalnya ayah. Pembelajaran ini membawa pemahaman baru baginya tentang pentingnya memberikan bantuan kepada teman yang membutuhkannya, karena subjek menyadari dampak positif yang dirasakan dari dukungan orang-orang. Selain itu, kejadian ini membantu subjek untuk tumbuh menjadi individu yang lebih kuat secara mental. Subjek dapat menunjukkan perubahan positif dalam dirinya yang telah belajar dari pengalaman sulitnya dan menggunakan pembelajaran tersebut untuk lebih baik dan lebih berempati terhadap orang lain.

“Pembelajarannya menurutku jadi ngajarin aku buat membantu teman yang lagi membutuhkan, karena ternyata bantuan dari orang sekitar itu membantu banget. Terus juga jadi orang yang lebih kuat.” (W1.S2.57)



Gambar 2 Skema grief subjek II

c. Subjek III (D)

Subjek ketiga berinisial D. Subjek mengalami kehilangan suami akibat kematian. Proses wawancara diawali dengan cerita subjek mengenai situasi keadaan dan kronologi kejadian meninggalnya suami subjek. Suami subjek sudah memiliki penyakit dari akhir tahun 2019. Meskipun suami subjek menjalani pemeriksaan rutin di rumah sakit setiap bulannya, namun kondisinya semakin memburuk hingga dokter merekomendasikan agar suami subjek di rawat inap pada bulan April tahun 2020. Subjek merasa terbebani dengan banyak pertimbangan terutama karena situasi pada saat itu pandemi COVID-19 dan akhirnya memutuskan untuk suami di rawat inap. Namun situasi semakin rumit ketika suaminya ditempatkan di ruang isolasi dan pada senin malam suami subjek dikabarkan meninggal.

“Hmm.. kejadiannya berawal dari suami saya yang sudah mulai sakit dari bulan desember tahun 2019, adanya penyakit bagian urologi. Setiap sebulan sekali periksa ke rumah sakit. Tapi makin lama makin parah keadaannya, sampai akhirnya dibulan April 2020 dokternya minta agar suami saya

dirawat inap. Sebetulnya ya banyak pertimbangan Mbak, karena itu keadaan negara kita kan sedang awal mengalami covid ya, tapi gimana lagi kita mikirnya buat kebaikan suami saya. Eh dua hari setelah suami dirawat inap, suami saya malah ditempatkan di isolasi, karena ada keluhan demam tinggi. Padahal tuh Mbak saya yakin banget kalau suami saya tidak terkena covid. Hari senin malam, saya meninggal. Suami saya dimakamkan dengan protokol covid karena hasil tesnya belum keluar.” (W1.S3.2)

“Iya benar mbak. Pas itu saya sama anak saya yang kedua kan ndak bisa ke rumah sakit karena suami saya di isolasi, jadi cuma anak saya yang pertama yang dirumah sakit. Itupun peraturannya ketat banget mbak karena ya emang awalan ada covid itu. Jadi pas itu saya di telp anak saya itu, ngasih kabar kalau Bapaknya sudah nggak ada. Saya nggak bisa apa-apa pas itu, suami langsung dimakamkan dengan protokol covid pihak rumah sakit dan anak saya cowok yang pertama itu yang ngurusin terus langsung dimakamkan karena ndak boleh dibawa ke rumah kan. Sedihnya saya dan anak perempuan atau anak kedua saya itu nggak boleh keluar rumah, karena mengingat status keluarga kita yaitu ODP atau orang dalam pemantauan ya karena itu Mbak hasil covidnya belum keluar, jadi saya juga nggak bisa menyaksikan pemakaman suami saya. Setelah empat hari berikutnya baru deh keluar hasil tesnya kalo negatif, lalu barulah saya diperbolehkan untuk ke makam.” (W1.S3.13)

Subjek memiliki hubungan yang erat dan harmonis dengan suaminya. Meskipun subjek dan suaminya telah berusia tua, namun hubungannya masih tetap kuat dan harmonis. Bagi subjek, suami bukan hanya sebagai tempat untuk meminta pendapat, tetapi juga sebagai tempat untuk berbagi cerita dan berkeluh kesah. Subjek dan suami saling mendukung, menguatkan satu sama lain dan saling bergantung.

“Ya jelas sangat dekat Mbak, bahkan sampai tua hubungan saya dengan suami masih sangat harmonis. Suami saya itu tempat saya untuk meminta pendapat, berkeluh kesah kita saling berbagi cerita, banyak hal menyenangkan, kita juga saling menguatkan dan ya saling bergantung satu sama lain.” (W1.S3.26)

Subjek memiliki banyaknya kenangan bersama suaminya. Diantara banyaknya kenangan tersebut ada satu kenangan yang membekas bagi subjek yaitu ketika subjek dan suami sholat dan berdoa bersama. Terkhususnya pada saat itu subjek bersama suami mendoakan anak pertamanya yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Momen ini menjadi kenangan yang tidak terlupakan bagi subjek, juga sebagai mengingat kebersamaan dalam menjalani ibadah juga sebagai kekuatan hubungan keluarga untuk saling mendukung dan mendoakan satu sama lain.

“Iya Betul. Sebetulnya banyak ya Mbak kenangan bersama suami saya. Tapi yang paling membekas, ketika kami sholat dan berdoa bersama, khususnya ketika ketika itu kami mendoakan anak pertama kami yang cowok itu yang sedang kuliah di luar negeri pas itu.” (W1.S3.30)

Subjek merasakan adanya perubahan dan pengaruh kematian suaminya. Hal tersebut berpengaruh dalam aspek emosional maupun kehidupan sehari-hari karena kebiasaan melakukan segala sesuatu bersama suami. Meski anak-anaknya sudah tidak kecil lagi, namun sebagai orang tua tunggal subjek merasa harus bisa menghadapi segala sesuatu sendiri. Hal tersebut termasuk dalam membuat keputusan dan mengurus keluarga yang sebelumnya dilakukan bersama dengan suami. Subjek merasa bahwa sekarang harus belajar untuk mengambil keputusan sendiri, meskipun masih memepertimbangkan pendapat dari anak-anaknya. Perubahan tersebut dirasakan subjek setelah kehilangan suami dan menjadikan dirinya sebagai orang tua tunggal, di mana tanggung jawabnya bertambah dan dimanika keluarganya berubah secara signifikan.

“Untuk perasaan ya berpengaruh jadi kerasa sedih pada saat itu duka juga pasti, kalo soal kehidupan ya berpengaruh juga karena ya itu biasanya apa-apa kan bareng. Tapi lama kelamaan menjadi tertata menjadi ikhlas sehingga kita berjalan sesuai alur aja. Hanya awalnya saja yang kerasa timpang, tapi lama kelamaan kita harus bisa menyesuaikan keadaan. Sehingga kita berjalan sesuai alur saja.” (W2.S3.13)

“Ya otomatis ada perubahan pada diri sendiri, ya walaupun anak-anak sudah tidak kecil, tapi kan sekarang saya sudah single parents, jadi harus apa-apa sendiri, kalau dulu kan bekerja sama dengan suami untuk mengingatkan anak, untuk kehidupan. Kalau sekarang kan sendiri, memutuskan sesuatu gitu walaupun juga anak bisa diajak pertimbangan, tapi tetap beda dibandingkan dulu ada suami.” (W2.S3.58)

Setiap anggota keluarga subjek memiliki respon yang berbeda-beda atas kematian suami. Anak pertama subjek yang merupakan seorang laki-laki, terlihat lebih tegar dan jarang menunjukkan ekspresi kesedihan secara terbuka. Ketika suami subjek meninggal, anak pertama cenderung menahan tangisnya. Sehingga pada saat itu subjek meminta anak pertamanya untuk meluapkan tangisnya. Berbeda dengan anak kedua subjek yang merupakan seorang perempuan, anak keduanya cenderung merespons dengan lebih emosional ketika mengingat ayahnya. Perbedaan ini menunjukkan setiap anak memiliki cara yang berbeda dalam menangani dan mengekspresikan apa yang dirasakan akibat kedukaan yang

dihadapinya.

“Jelas ada Mbak, anak saya yang pertama mungkin karena laki-laki dia kelihatan lebih tegar dan jarang sekali menunjukkan kesedihan. Bahkan pas hari meninggal ayahnya itu, sampai saya minta dia untuk meluapkan tangisnya ke saya. Berbeda dengan anak kedua saya, dia cenderung sensitif ketika mengingat Ayahnya.” (W1.S3.34)

Subjek merasakan adanya dukungan yang kuat satu sama lain dalam keluarga inti yang membantu untuk menjalani situasi sulit karena kematian suami. Subjek juga mendapatkan dukungan yang positif baik secara emosional maupun materi dari keluarga besar. Namun respon yang didapatkan dari tetangga berbeda. Ketika suami subjek diduga terpapar COVID-19, banyak tetangga yang menghindari subjek dan keluarga subjek. Hal tersebut menjadikan subjek merasa seperti terisolasi atau diasingkan dari lingkungan sekitar.

“Kalau keluarga inti kita saling menguatkan satu sama lain, pun keluarga besar juga sama mendukung kita baik secara emosional atau materi. Tapi kalau tetangga, karena pada saat itu suami saya dikabarkan positif covid padahal hasilnya belum keluar jadi banyak tetangga yang menghindari karena takut terkena covid, rasanya kita seperti dikucilkan.” (W1.S3.41)

Tahapan Inisial Respon

Tahapan inisial respon ditunjukkan dengan reaksi pertama ketika subjek mengetahui bahwa suaminya meninggal. Keluhan fisik yang dirasakan dalam reaksi pertama subjek ketika mengetahui suaminya meninggal yaitu mengalami perasaan *shock* yang intens. Hal tersebut dikarenakan subjek merasakan getaran pada tubuhnya dan adanya teras sesak. Selain itu subjek juga merasakan kecemasan tentang bagaimana dirinya akan melanjutkan hidup tanpa kehadiran suami dan mencemaskan kemampuan dirinya untuk menghadapi tantangan hidup setelah suaminya tidak ada. Subjek juga merasakan takut karena harus menghadapi hidup seorang diri yang sebelumnya selalu bersama suami.

“Yang jelas saya shock sangat kaget, tangan saya sangat bergetar juga dada sesak.” (W1.S3.49)

“Kalau mempengaruhi fisik nggak Mbak, tapi perasaan takut dan cemas ada. Mungkin lebih kecemasan saya bagaimana meneruskan hidup tanpa suami” (W1.S3.52)

“Ya jelas pas awal-awal itu ya, karena masih ada yang dipikirkan. Takut gitu kan kok sekarang aku sendiri padahal aku selalu berdua sebelumnya. Terus cemas nanti aku bisa nggak jalanin ini sendiri. Itu pas awal-awal sih ”

(W2.S3.46)

Tahapan *Intermediate*

Awalnya subjek merasakan kesedihan akibat kematian suami namun semakin lama perasaan kesedihan semakin terasa lebih kuat dan mendalam. Subjek merasa sulit untuk menemukan kalimat yang tepat untuk menggambarkan perasaannya. Subjek juga mengalami perasaan kosong, kebingungan dan tidak percaya bahwa suami meninggal. Selain itu subjek juga masih sering menangis dan merasakan rasa sakit akibat kehilangan suami. Rasa kerinduan yang mendalam juga dirasakan subjek. Sebelum menjelang tahun ke empat suaminya meninggal, subjek masih sering teringat keseharian juga kebiasaan yang dulu dilakukan bersama suami.

“Awalnya sedih jelas, sangat teramat. Tapi rasanya sulit dijabarkan perasaan saya saat itu, blank saja rasanya. Saya juga masih tidak percaya pada saat itu kalau suami saya meninggal. Tapi saya pasrahkan saja kepada Allah” (W1.S3.54)

“Ya tetap sedih itu jelas masih terasa to Mbak, bahkan sampai lama ya sampai menjelang empat tahun itu kalau teringat kejadian itu masih sering menangis. Selain itu juga ada perasaan sakit karena ditinggal suami ya juga kangen banget rasanya.” (W1.S3.57)

“Sebelum menjelang empat tahun itu masih ingat terus, tiba-tiba nangis, tiba-tiba keinget keseharian juga kebiasaan dulu pas masih bersama gitu.” (W2.S3.20)

Subjek tidak menganggap bahwa kematian suami merupakan kejadian yang traumatis. Meskipun begitu, subjek menyadari bahwa tetap adanya proses untuk pemulihan akan dirinya mengatasi kedukaan. Subjek memandang kematian suami sebagai momen yang mempengaruhi dirinya, namun subjek tidak ingin terus menerus terpuruk dalam kesedihan.

“Kalau traumatis nggak ya, itu sudah takdir Tuhan. Tapi ya butuh proses.” (W1.S3.61)

“Betul, lebih tepatnya bagi saya ini pengalaman yang membekas, karena saya enggak mau terpuruk terus. Saya harus bangkit.” (W1.S3.63)

Tahapan *Recovery*

Pada tahapan ini subjek menunjukkan proses pemulihan dirinya dalam mengatasi kedukaan. Setelah tiga tahun meninggalnya suami, subjek masih sedih namun sudah tidak mengalami kesedihan yang mendalam seperti sebelumnya. Meski begitu pada tahun ketiga subjek belum sepenuhnya merasa ikhlas.

Menjelang tahun ke empat meninggalnya suami, subjek mulai merasa perasaannya membaik dan sudah dapat ikhlas atas kematian yang menimpa pada suaminya.

“Iya begitu. Kalau kapannya sih, tiga tahun setelah meninggalnya suami saya masih sering ngerasa sedih. Mungkin mulai menjelang tahun ke empat kira-kira ya akhir tahun kemarin, saya mulai merasa lebih baik perasaannya.” (W1.S3.66)

“Iya, sebetulnya ya tahun ketiga udah nggak terlalu sedih perasaannya. Cuma masih belum ikhlas, baru setelah tiga tahun itu saya baru merasa kalau sudah bisa ikhlas.” (W1.S3.69)

Subjek memiliki kesadaran untuk tidak terus menerus terpuruk dalam kedukaan dan tidak perlu untuk terus mengingat-ingat masa lalu yang menyedihkan. Subjek menyadari bahwa harus lebih banyak mendoakan dan memusatkan perhatiannya pada hal-hal yang ingin dicapai dalam hidup. Meskipun perasaan kehilangan akan tetap ada karena kehilangan orang yang dicintainya, namun subjek menyadari bahwa tidak boleh terus meratapi kesedihan tersebut karena kehidupan terus berjalan dan harus berusaha untuk tidak terlalu fokus pada kehilangan tersebut. Subjek memiliki keinginan yang kuat untuk bangkit dari kedukaannya. Subjek berusaha menggantikan perasaan sedih tersebut dengan berdoa dan mendekat diri kepada Tuhan.

“Untuk yang sekarang ini kita harus harus lebih ikhlas, harus lebih banyak mendoakan, jadi kita tidak berfokus ke itu terus, karena kehidupan terus berjalan, masih ada yang ingin dicapai. Sehingga dengan sendirinya kita tidak terlalu memikirkan, ya walaupun sebetulnya dalam hati yang namanya kehilangan masih tetap terasa kehilangan.” (W2.S3.23)

“Ya jelas. Ini sudah mau masuk tahun ke empat, mestinya sudah tidak harus mengingat ingat yang dulu. Meskipun rasa kehilangan tetap ada kehilangan orang yang kita cintai, tapi bukan berarti kita meratapi terus menerus jadi kita ganti dengan berdoa dan mendekatkan diri lagi ke Allah SWT.” (W2.S3.40)

“Nggak ada momen khusus yang terjadi sih Mbak, cuma ya saya menyadari aja kalau saya harus bangkit. Juga nggak baik terus-terusan meratapi kesedihan, kalau dalam agama kan juga ndak baik to Mbak.” (W1.S3.72)

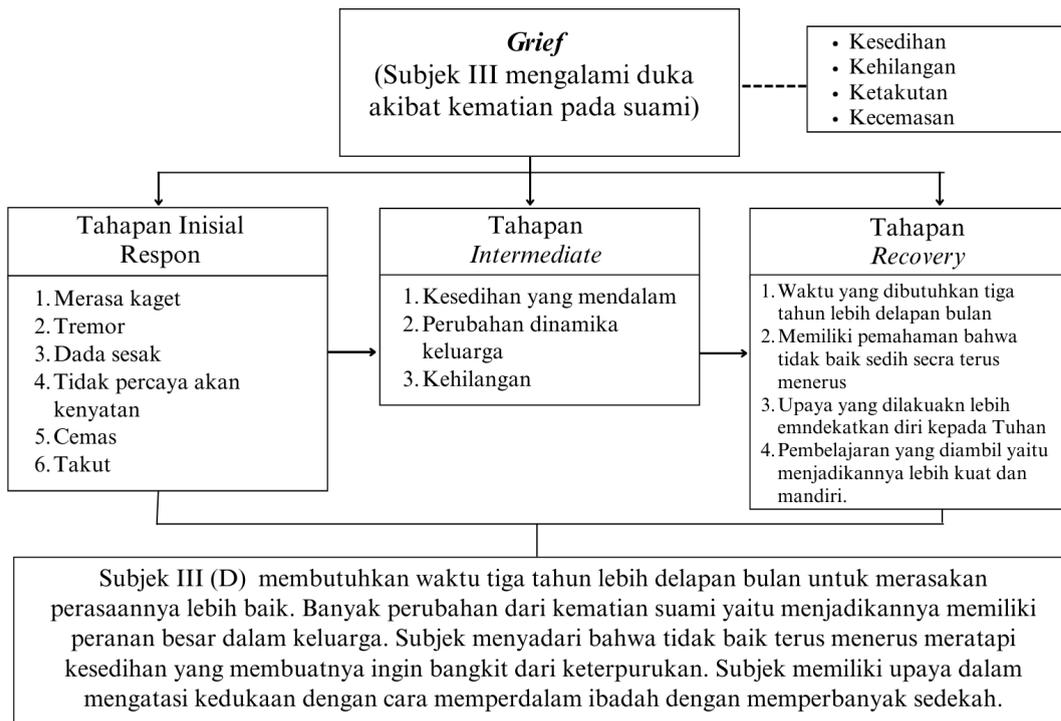
Upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kedukaannya akibat kehilangan suami adalah dengan cara memperbanyak doa, memperkuat ibadah, berkeluh kesah kepada Tuhan dan berusaha menerima takdir yang diberikan untuknya serta subjek menyadari bahwa semua yang terjadi merupakan bagian dari rencana Tuhan yang harus dijalani. Dengan hal tersebut subjek berusaha

menemukan ketenangan dan kekuatan dalam spiritualnya saat menghadapi kedukaan.

“Saya perkuat ibadah, saya banyakin doa ke Allah, saya berkeluh kesah kepadaNya, saya pasrahkan semua ke Allah.” (W1.S3.74)

Subjek dapat mengambil pembelajaran dari kematian suaminya. Pembelajaran yang diperolehnya yaitu menjadikan dirinya sebagai individu yang lebih mandiri. Ketika suaminya masih ada, subjek cenderung bergantung pada suaminya. Namun, setelah kepergian suami subjek merasa perlu belajar untuk menjadi individu yang lebih mandiri. Pembelajaran lainnya yang didapatkan subjek yaitu untuk dapat meningkatkan hubungan spiritual dengan Tuhan.

“Pembelajarannya mengajarkan saya untuk lebih mandiri, karena sebelumnya mengajarkan saya untuk lebih mandiri, karena sebelumnya saya sangat bergantung pada suami saya. Setelah suami saya pergi, saya jadi harus lebih mandiri, harus lebih kuat lagi dan lebih mendekatkan diri kepada Allah.” (W1.S3.77)



Gambar 3 Skema grief subjek III

d. Subjek IV (S)

Subjek keempat berinisial S. Subjek mengalami kehilangan ibu akibat kematian. Proses wawancara diawali dengan cerita subjek mengenai situasi keadaan dan kronologi kejadian meninggalnya ibu subjek. Ibu subjek meninggal dikarenakan kondisi kesehatannya yang sebelumnya sudah memiliki penyakit. Pada kejadian tersebut subjek sedang dirumah, namun kondisinya semua anggota rumah sedang tertidur. Hanya ibunya dan nenek subjek yang terbangun lebih awal dibanding anggota keluarga lainnya untuk mempersiapkan jualan. Pada saat itu nenek mencari keberadaan ibu subjek, setelah ditemukannya ibu subjek sudah dalam keadaan tidak sadar dan posisinya agak terbungkuk. Nenek subjek segera membangunkan ayah subjek dan situasi rumah menjadi gaduh. Subjek sendiri dibangunkan terakhir dan merasa bingung ketika sadar bahwa keadaan rumahnya ramai, kemudian diberi tahu bahwa ibunya meninggal.

“Penyebabnya itu mama emang punya penyakit sebelumnya. Mama itu kan jaga kantin di sekolah jadi pagi pagi banget sudah bangun gitu Kak buat nyiapin masak-masak segala macamnya bareng sama ibu nya atau ya nenek aku gitu. Nah biasanya tuh yang bangun duluan nenek, cuma ga tau di hari itu mama bangun lebih awal. Jadi pas kejadian meninggalnya mama semua

itu masih keadaan tidur. Sewaktu nenek bangun, cari mama engga ketemu, ternyata di belakang rumah juga posisinya gelap ya Kak engga begitu kelihatan, pas nenek nemuin mama, mama itu posisi badannya agak bungkuk gitu udah keadaan nggk sadar. Nenek yang lihat itu kan jelas panik, langsung bangunin ayah. Terus orang rumah keadaannya ramai, nah aku posisinya masih tidur, aku itu dibangunin terakhir terus bingung aja karena rumah seheboh itu keadaannya, terus baru dikasih tau kalo mama udah nggk ada.” (W1.S4.2)

Hubungan subjek dengan ibunya awalnya tidak begitu dekat dan interaksi di antara subjek dan ibu subjek jarang terjadi. Namun, kedekatan mereka mulai terasa ketika ibu subjek sakit karena subjek sering mengantar ibunya ke rumah sakit. Hal tersebut membuat subjek mulai menghabiskan banyak waktu bersama ibunya dan menjalani momen-momen berharga bersama ibu subjek. Salah satu momen yang berkesan baginya ketika subjek dan ibu subjek makan berdua setelah subjek mengantar ibunya untuk periksa ke dokter. Meskipun sederhana, momen tersebut menjadi kesan yang mendalam bagi subjek.

“Jujur sebenarnya awalnya nggk begitu dekat sama Mama, jarang interaksi gitu. Mulai dekatnya itu pas Mama udah sakit, aku kan sering ngantar Mama ke rumah sakit, karena ya fun fact aku kan punya kakak cewek satu, tapi di antara aku, mama, sama kakak yang bisa nyetir cuma aku doang. Jadinya aku sering jadi supir gitu ngantar-ngantar. Nah gegara itu aku jadi dekat sama mama, jadi banyak waktu sama mama.” (W1.S4.20)

“Apa ya Kak, oh ini sehabis nganter mama periksa aku minta makan dulu hehehe. Terus kita makan berdua, makan mie ayam. Hal itu tuh kayak berkesan aja.” (W1.S4.27)

Kehilangan ibu akibat kematian berdampak besar pada subjek. Subjek merasakan dampak tersebut berpengaruh pada perubahan keadaan emosionalnya. Kehilangan tersebut menjadikan subjek merasa sedih dan kosong karena kehilangan sosok yang sangat subjek cintai. Sebelum kepergian ibunya, subjek merasa bahwa hidupnya terasa aman dan bahagia. Namun, sejak kepergian ibunya subjek merasa kehilangan kebahagiaannya dalam keluarga, terutama saat menghadapi momen-momen penting seperti puasa, lebaran dan ulang tahun. Subjek merasa bahwa waktunya berlalu begitu cepat, sementara dirinya merasa bahwa proses kedukaannya terasa lambat.

“Ya iya kak berpengaruh, banget. Pengaruhnya tuh ya sama keadaan perasaanku sekarang ya, kehilangan jelas. Juga kan berarti sekarang yang kerja Ayah aja, tapi bisa jadi motivasi ku buat cepat-cepat kuliah, kasian Ayah biayain aku sendirian.” (W1.S4.32)

“Passtiii, namanya kehilangan orang terkasih apalagi sosok utama yang ada di keluarga ya. Sebelum mama ga ada tuh rasanya dunia aman, tenang, aku juga ngadepin keseharian dengan enjoy... tiap pagi selalu ada sarapan, rumah ramai buanget, pokoknya penuh warna. Belakangan sebelum mama ga ada tuh jadi makin dekat gitu karena sebelumnya kan mama kerja jam 6-17. Setelah phk massal itu jadi makin dekat. Nah dua tahun belakangan ini rasanya pasti beda. apalagi banyak momen momen penting. momen sakral kaya puasa, lebaran, ulang tahun tuh jadi terasa beda. karena biasanya aku ulang tahun dibuatin nasi kuning dll. belum lagi belakangan ini mbak ku ada lamaran dan nikahan, aduh rasanya kaya gimana ya makin-makin lah aku ngerasa sepi kalau mbak ku udh dibawa org lain. Jadi yang ku rasa sekarang tuh hari ke hari rasanya berjalan cepet banget. Proses masih stuck disini aja, walaupun jalan tapi lambat sedangkan umur ayah ga bisa di pause. Berasa lagi kejar kejaran aja.” (W2.S4.3)

Subjek menyadari bahwa semua anggota keluarga merasakan kesedihan yang mendalam akibat kehilangan ibu subjek namun meresponnya dengan cara yang berbeda-beda. Ayah subjek masih merasakan kesedihan hingga saat ini. Sedangkan kakaknya menghadapi kehilangan dengan cara yang berbeda. Beberapa hari setelah kematian ibu kakak subjek berusaha untuk menjalani rutinitasnya seperti biasa.

“Semuanya sama sedihnya, sama-sama kehilangan. Aku tahu ayah mungkin masih sedih sampai sekarang. Kalau kakak nggak begitu tahu, beberapa hari setelahnya dia berusaha jalani kegiatan rutinitasnya seperti biasa, ya kerja gitu.” (W1.S4.36)

“Iya benar, sama-sama terpuruknya. Tapi mungkin cara menghadapinya beda-beda. Sebetulnya ya Kak, kalau yang lebih down itu malah ibunya mama, karena kan dia tahu yang paling awal mama nggak ada, nenek sama adiknya mama itu masih kelihatan juga ngerasa kesedihan kehilangan mama.” (W1.S4.40)

Subjek merasakan adanya semangat dan dukungan satu sama lain di dalam keluarganya. Setiap anggota keluarga saling memberikan dukungan positif dalam menghadapi kehilangan tersebut. Respon yang didapatkan dari teman-teman subjek juga positif. Teman-temannya memberikan dukungan secara emosional dan perhatian yang besar ketika subjek mengatasi masa-masa sulit akibat kematian ibu, bahkan beberapa temannya memastikan bahwa keadaan subjek baik-baik saja. Selain itu, teman-teman subjek mengajaknya untuk pergi sekadar mengalihkan perasaan sedih dan kerinduan yang dirasakan subjek.

“Kalau keluarga tuh ya saling menguatkan satu sama lain. Kebetulan juga rumah aku tuh rumah keluarga betawi yang besar gitu, jadi kita tinggal

semua jadi satu disitu. Responnya ya bagus sih kak, pada semangat juga pada ngerasa sedih juga. Nah kalau teman-teman tuh, benar benar luar biasa banget tanggapannya, pada kasih aku semangat, bahkan beberapa kali mastiin kalau aku baik-baik aja atau engga. Ada juga yang kalo aku bilang lagi sedih ingat mama, langsung disamperin diajak main. Alhamdulillah banget pada baik-baik semua.” (W1.S4.45)

Tahapan Inisial Respon

Tahapan inisial respon ditunjukkan dengan reaksi pertama ketika subjek mengetahui bahwa ibunya meninggal. Ketika subjek mengetahui bahwa ibunya meninggal, subjek *denial* atau merasa tidak percaya atas kenyataan tersebut dan berharap bahwa ibunya masih hidup. Pada saat itu subjek masih dalam tahap *denial* dan tidak bisa menangis karena masih adanya keyakinan bahwa ibunya masih hidup. Namun ketika dokter menyatakan bahwa ibunya telah meninggal, baru lah saat itu subjek menerima kenyataan tersebut dan dapat menangis atas kenyataan bahwa ibunya meninggal.

“Aku tuh ya pas pertama kali dikasih tahu kalau mama meninggal, aku nggak percaya Kak, masih denial gitu. Aku belum ada nangis tuh, karena masih percaya kalau mama itu masih hidup. Padahal itu jantung mama udah nggak berdetak, sampai dipanggilkan dokter dan dokter menyatakan mama meninggal, baru disitu aku percaya Kak, barulah aku nangis.” (W1.S4.54)

Ketika subjek menyadari kenyataan bahwa ibunya meninggal, subjek merasakan *shock* yang sangat kuat. Perasaan tersebut berpengaruh pada pola makannya karena subjek merasa tidak nafsu makan. Selain itu subjek juga sempat pingsan ketika ibunya akan dimakamkan.

“Yang jelas shock banget kaget gitu lho, sama tremoran banget. Sama benar-benar nggak nafsu makan Kak, oiya kak aku sempat pingsan sebentar waktu mama mau dimakamkan.” (W1.S4.59)

Subjek merasa cemas akan masa depan tanpa kehadiran ibunya. Subjek merasa terpukul dengan pemikiran bahwa dirinya sudah tidak memiliki ibu yang hadir untuk mendukungnya. Hal tersebut membuat subjek kehilangan dan cemas akan bagaimana hidupnya tanpa kehadiran ibu. Subjek juga jadi mencemaskan akan kondisi kesehatan ayahnya yang sudah tidak stabil. Subjek merasakan kesedihan yang mendalam atas kematian ibunya dan merasakan begitu berat kehilangan seorang ibu. Selain itu, subjek merasakan adanya ketakutan akan kehilangan orang yang dicintainya lagi karena subjek merasakan betapa tidak

menyenangkan dan menyakitkan ketika kehilangan seseorang yang sangat dicintai.

“Ada sih Kak pasti perasaan kayak gitu karena mikirin kedepannya itu gimana tanpa Mama. Terfikir aja berarti aku sudah benar-benar nggak punya mama lagi.” (W1.S4.64)

“Cemas tuh ada pastii, apalagi kondisi ayah udah ga se sehat dulu. rasanya tuh kaya gimana yaa lihat perubahan org tua dari waktu ke waktu tuh. Mungkin karena faktor umur juga yaa.” (W2.S4.34)

“Campur-campur Kak perasaannya, setahun meninggalnya Mama itu benar-benar yang nangis terus hampir tiap hari. Perasaanku jelas berat kehilangan seorang ibu gitu. Juga makin takut kalau kehilangan orang lagi, karena rasanya gak enak banget.” (W1.S4.69)

Tahapan *Intermediate*

Subjek merasakan adanya dampak emosional yang terkait dengan pengalaman trauma dan kesedihan yang mendalam akibat kematian ibu subjek. Subjek merasakan adanya perasaan marah, ketakutan dan kesedihan yang mendalam di mana timbul karena kehilangan seseorang atau situasi traumatis yang dialami oleh subjek. Subjek merupakan orang terakhir yang mengetahui bahwa ibunya meninggal, hal tersebut menjadi pemicu kemarahan subjek. Subjek juga merasa bahwa kejadian kematian ibu termasuk kejadian yang traumatis karena menyebabkan ketakutan akan kehilangan lebih lanjut. Subjek merasa bahwa kesedihannya kembali lagi ketika subjek mendapatkan kabar duka dari saudaranya, yang menjadikan dirinya lebih sensitif dan mudah menangis.

“Marah pasti ada waktu itu, karena ngerasa telat banget buat tahu kondisi yang sebenarnya waktu itu.” (W2.S4.45)

“Iyaa banget kak, jadi trauma gitu. Ya lebih ke itu kebayang kalo ngerasa kehilangan lagi, benar-benar trauma sama kehilangan seseorang. Takut.” (W1.S4.74)

“Iya kadang-kadang ya, masih ingat. Cuma bisa ngendaliinnya kalau sekarang.” (W1.S4.76)

“Bangett. Sedih ku malah jadi terpancing lagi karena saudara dekat ku lagi ngerasain apa yang aku rasain dua tahun lalu.” (W2.S4.17)

“Beberapa hari ini jadi sensitif, bisa gampang nangis, padahal gak mau nangis. Tapi Alhamdulillahnya untuk yang sekarang bisa aku kontrol.” (W2.S4.22)

Tahapan *Recovery*

Pada tahapan ini subjek menunjukkan proses pemulihan dirinya dalam mengatasi kedukaan. Selama setahun meninggalnya ibu subjek, subjek merasakan

kesedihan yang sangat mendalam. Namun seiring berjalannya waktu, terutama setelah melewati setahun masa berkabung tersebut, subjek merasa perasaannya lebih baik. Kini subjek merasa lebih mampu untuk menerima dan mulai berdamai atas kenyataan bahwa ibunya meninggal. Subjek berusaha untuk melihat sisi positif dari kepergian ibunya.

“Itu kak setelah setahun meninggalnya mama, sepanjang setahun itu kan aku down banget ya. Tapi setelahnya aku merasa lebih baik, ya walaupun sekarang masih ada nangis-nangisnya, cuma menurutku perasaanku jauh lebih baik sekarang daripada setahun pas meninggalnya mama.” (W1.S4.78)
 “Nggak sih alhamdulillah sekarang ga ada rasa marah gitu, aku ambil hikmahnya aja mama pergi dengan cara yang sangat amat tenang. Bener bener ga nyusahin sebelum meninggalnya. Disaat sakitnya pun mama ga pernah ngeluh yang gimana gimana. Allah panggil mama berarti allah lebih sayang sama mama aja sih sekarang aku mikirnya gitu.” (W2.S4.48)

Subjek merasa tidak ada momen atau insiden khusus yang menyadarkannya untuk bangkit dari keterpurukannya akibat kematian ayah. Namun pikirannya sendirilah yang menyadarkannya untuk bangkit dari masa sulitnya. Subjek memikirkan kehidupannya kedepan termasuk memikirkan keadaan ayahnya dan menyadari bahwa dirinya tidak ingin terus berada dalam situasi terpuruk terus menerus.

“Momennya nggak ada, tapi ingat ayah. Akhir tahun 2022 bulan desember tuh ada pemikiran kayak aku nggak bisa nih gini-gini terus.” (W1.S4.83)

Upaya yang dilakukan subjek dalam mengatasi kedukaan akibat kematian ibu adalah dengan terlibat dalam berbagai kegiatan. Subjek aktif dalam berbagai organisasi di perkuliahannya sebagai salah satu cara untuknya mengatasi rasa duka tersebut. Dengan banyaknya kesibukan dan aktivitas yang dilakukan, subjek mencoba untuk mengalihkan fokusnya dari kesedihan yang dirasakan akibat kedukaan yang dialaminya.

“Banyak ikut kegiatan sih, aku ikut beberapa organisasi tuh ya salah satunya satunya sebagai upaya aku untuk mengatasi duka gitu. Banyak kesibukan, aktif sana sini.” (W1.S4.85)

Sejak kepergian ibunya, subjek merasakan adanya perubahan dalam dirinya yang membuatnya lebih sensitif dan mudah tersentuh. Awalnya, subjek dikenal sebagai seorang yang keras. Namun, sekarang subjek merasa bahwa dirinya mudah terharu. Sebelumnya, subjek tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang

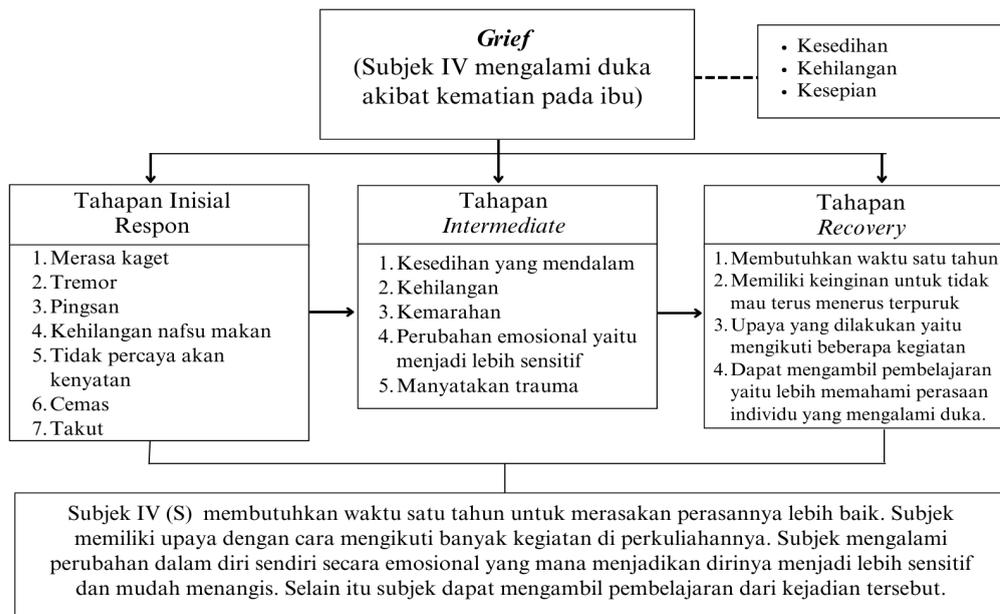
menyedihkan atau emosional, namun subjek merasa bahwa dirinya sekarang mudah menangis ketika melihat atau mengetahui adanya situasi yang menyedihkan. Meski begitu, sekarang subjek lebih mampu untuk mengekspresikan apa yang dirasakannya. Walaupun subjek terkadang masih menangis ketika mengingat ibunya, namun tidak seperti dulu pada saat awal kejadian ibunya meninggal dimana tangisannya begitu kuat ketika menceritakan kematian ibunya.

“Hmm gimana ya.. aku tuh ngerasa banget ada perubahan dalam diri aku. Tadinya tuh aku orangnya keras gitu kan, tapi setelah meninggalnya mama, hatiku gampang banget kesentuh, aku jadi sensitif banget, nggak bisa dibantah di omongin pake nada tinggi gitu aduh nggak bisa banget. Terus kalau lihat ibu-ibu di pinggir jalan yang ngemis, atau apa gitu langsung nangis. Lihat yang sedih dikit aja di tiktok gitu juga nangis, apalagi yang berhubungan sama ibu gitu aku nangis.” (W1.S4.89)

“O iya jelas kak beda banget, dulu tuh aku kalau cerita soal mama udah pasti langsung nangis, nangisnya benar-benar yang kenceng banget, sesek gitu. Nah kalau sekarang masih suka nangis, tapi udah nggak kayak dulu.” (W1.S4.96)

Subjek merasakan adanya pembelajaran yang didapatkannya dari kejadian kematian ibunya. Subjek telah belajar dari pengalaman ditinggalkan seseorang yang sangat disayangi. Subjek jadi lebih menyadari betapa sakitnya tersebut. Sehingga dari situlah subjek mengambil pelajaran untuk lebih menghargai keberadaan orang-orang yang disayangnya.

“Ada kak, aku jadi mengerti kalau rasanya ditinggalkan seseorang yang sangat disayang tuh ternyata memang sesakit ini. Jadi harus lebih hargai keberadaannya.” (W1.S4.99)



Gambar 4 Skema grief subjek IV

e. Subjek V (C)

Subjek kelima berinisial C. Subjek mengalami kehilangan ayahnya akibat kematian. Proses wawancara diawali dengan cerita subjek bahwa ayah dan ibunya sudah cerai kemudian dilanjutkan dengan cerita subjek mengenai kronologi kejadian meninggalnya ayah. Sebelumnya ayah subjek sudah mengidap penyakit, namun situasinya semakin memburuk ketika ayah subjek terkena COVID-19 dan dirawat di rumah. Ketika ayahnya sakit tersebut, subjek yang merawat ayahnya. Namun pada suatu hari, subjek menemukan ayahnya di kamar dengan keadaan sudah meninggal.

“Jadi tuh sebelumnya bapak sama ibu udah cerai dari 2017 terus 2021 bapak meninggal. Hubungan bapak sama aku itu masih baik-baik saja. Bapak kan tinggalnya udah beda rumah sama kita. Aku sama mas tinggal bareng sama ibu. Sebelumnya bapak sudah punya penyakit tapi waktu itu bapak terkena covid dan dirawat di rumah. Waktu itu aku kerumah bapak buat ngerawat bapak segala macamnya. Pas di hari itu aku nyariin bapak dimana kok nggak ada, tahunya dikamar sudah terbaring dengan keadaan sudah meninggal. Tapi memang sebelumnya itu sudah ada tanda-tanda sebetulnya, bapak jadi lebih sering tidur, bapak pendengarannya jadi kurang berfungsi dengan baik, aku harus teriak teriak dulu biar bapak dengar suaraku, cuma ya pada saat itu aku nggak terpikir kalau bapak akan meninggal.” (W1.S5.4)

Setelah ayah dan ibu subjek cerai, subjek justru merasakan bahwa

hubungannya dengan ayah menjadi lebih erat. Meski sejak dulu, subjek sudah merasa memiliki hubungan yang dekat dengan ayah. Selain itu subjek memiliki banyaknya momen-momen bersama dengan ayahnya, meski dirinya dan ayah sudah tidak satu rumah. Salah satu momen yang sangat terbekas dalam pikiran subjek yaitu ketika subjek masih kecil, subjek ikut ayahnya kerja di mana pekerjaan ayahnya yaitu tukang parkir. Ayahnya mendapatkan makanan dari orang lain, kemudian dimakan bersama dengan subjek. Momen itulah yang masih membekas apda benak subjek hingga sekarang.

“Justru aku ngerasanya setelah cerai hubunganku sama bapak lebih dekat, tapi memang dari dulu aku sama bapak hubungannya dekat.” (W1.S5.17)

“Wah banyak banget, karena memang sering bareng sama bapak meski udah nggak satu rumah. Hmm yang mana ya... oh ini tapi pas aku masih kecil. Bapak itu kan tukang parkir, pas itu aku ikut bapak kerja tukang parkir itu. Nah bapak dikasih makan, dikasihnya tuh ada dua kardus makan. Kan aku fikir bakal satu-satu ya, bapak satu, aku satu. Tapi ternyata kita makan satu buat barengan berdua, kata bapak biar yang satunya buat ibu dan mas dirumah.” (W1.S5.19)

Subjek berfikir bahwa ibu dan kakaknya juga merasakan kesedihan sama seperti yang dirasakan oleh subjek, namun tidak menampakkan rasa sedihnya secara terbuka. Subjek menyadari bahwa ibunya juga merasakan kehilangan, sedangkan kakaknya subjek juga berpikir hal yang sama. Meski begitu subjek tidak benar-benar mengerti bagaimana perasaan kakaknya, karena sedang bekerja diluar dan jarang pulang.

“Yang dirasakan ibu sama mas ya sama-sama sedihnya sih pasti, cuma nggak terlihat saja. Aku tahu ibu juga pasti kehilangan, kalau mas ya karena mas jarang banget di rumah, mas itu kerjanya pelayaran, jadi aku engga tau pasti perasaannya bagaimana. Tapi ya mungkin cara merespon kedukaannya beda-beda.” (W1.S5.28)

Subjek merasakan bahwa adanya perubahan yang dirasa setelah ayahnya meninggal. Meski sebelumnya ayah dan ibunya cerai namun hubungan dengan ayah tidak menjadi renggang, justru hubungannya dengan ayah semakin dekat. Sehingga setelah ayah dan ibunya cerai subjek tidak kehilangan sosok dan peran ayah. Setelah meninggalnya ayah, barulah subjek benar-benar kehilangan peranan ayah dan sudah tidak adanya aktivitas yang biasanya subjek lakukan bersama ayah. Hal tersebut yang menjadikan subjek merasa bahwa adanya perubahan setelah ayahnya meninggal. Selain itu kematian ayah berdampak pada kondisi

keuangan keluarganya, terutama setelah mengetahui bahwa ayah subjek meninggalkan hutang yang sangat besar di bank. Subjek merasa keadaannya semakin sulit dan bagaimana subjek berjuang untuk menyelesaikan hutang tersebut.

“Hmm kalau perubahan ada, karena aku tiap hari kontak sama bapakku, chatin gitu sering. Terus emang aku kalau libur tuh aku bobo disana, misalnya sabtu minggu gitu aku bobo disana. Terus kebetulan bapak itu ketua alumni sekolahnya, nah kalau ada acara apa aku diminta tolongin ikut bantuin gitu, aku sering ikut bapak kalau bapak ada acara, atau kita nonton dimana gitu. Tapi memang ya setelah bapak ibuku cerai itu sih bapakku langsung gas gitu lho kayak aku mau apa langsung dituruti, mungkin caranya buat narik perhatian aku ya dengan itu, karena dulu tuh nggak. Kayak perubahannya sekarang kita sudah nggak sosok bapak gitu ya, sekarang jadi kayak mandiri banget gitu, terus kan dulu mondar mandir bobo dirumah bapak gitu, ya sekarang udah ga bisa kesana lagi gitu. Perubahannya mungkin ya ke makam terus sih, terus sama aku ada kayak rasa keirian gitu sama orang yang masih punya bapak kayak gitu, itu sih. Oh sama kadang ada masalah yang timbul yang berkaitan sama bapak, kadang aku kayak menyalahkan kayak kenapa sih bapak gini bapak harus gini.” (W2.S5.21)

“Berpengaruh, berpengaruh banget sama ekonomi. Selama setahun tuh, soalnya ternyata hmmm yang mengagetkan tuh bapakku meninggalkan hutang di bank dengan jumlah yang banyak, em itu diluar kemampuanku gitu lho. Kan anaknya cuma aku dan maksu, nah kebetulan masku sudah berkeluarga dan punya kebutuhan banyak gitu lho, dan ibuku udah ga punya hak, tapi ya ibuku bantuin aku sih, ya bantuin mikir, bantuin materi. Itu kan aku dulu dibeliin bapakku motor scoopy gitu, terus ya emang dari bapakku motor itu terus tak jual. Kaget kan aku di chat dari BRI disuruh ngelunasin utangnya, disuruh datang ke kantornya. Pihak bank kan nyamperin rumah bapak kosong terus ketemu sama budhe, budhe nyuruh iki wae kontak anakke, terus dari bank ngechat aku, terus dikasih tau itu nek ternyata ada hutang. Terus aku ki gatau itu hutangnya buat apa, soale nek buat aku kayae ga mungkin sebanyak itu kan, itu wae aku jual motor ibuku masih nambah. Terus itu sih setahun itu pengaruh ekonomi itu. Setahun itu keadaannya terpuruk banget.” (W2.S5.52)

Subjek mendapatkan respon yang kurang baik dari keluarga ayahnya atas kematian yang menimpa ayah subjek. Hal tersebut ditunjukkan ketika keluarga ayahnya justru lebih memikirkan masalah warisan dan uang daripada memberikan dukungan emosional atau menghargai proses pemakaman ayah subjek. Namun berbeda dengan respon lingkungan sekitarnya yang baik. Tetangga justru membantu secara materi berupa mengurus dan mengadakan pengajian dalam rangka memperingati kematian ayah subjek. Begitu juga respon positif yang

didapatkan dari teman-teman subjek berupa dukungan secara emosional ataupun secara materi.

“Kalau dari keluarga bapak itu kurang dapat respon yang bagus, lha gimana baru meninggal tuh lho malah udah ngomongin soal warisan. Terus kan biasanya kalau layat gitu kan ada kotak uang gitu kan, nah itu uangnya malah diambil semua sama keluarga bapak. Padahal yang ngurusin proses pemakaman bapak itu aku. Aku ngerasa keluarga bapak malah mikirin uanglah warisan gitu.” (W1.S5.33)

“Heem bener. Kalau lingkungan sekitar tetangga itu malah baik banget, karena ngurusin pengajian segala macam itu malah yang ngurusin tetangga disana terus nanti laporan ke aku, abis ada cara pengajian gitu karena kan aku udah beda rumah kan. Bapak itu juga terkenal orang baik dirumah itu, jadi tetangga malah yang ngurusin acara-acara pengajian gitu.” (W1.S5.39)

“Alhamdulillah ya pada datang ke rumah pada saat itu, juga kasih kata-kata positif buat aku biar semangat.” (W1.S5.44)

Tahapan Inisial Respon

Tahapan inisial respon ditunjukkan dengan reaksi pertama ketika subjek mengetahui bahwa ayahnya meninggal. Subjek mengalami perubahan dalam pola makannya karena merasa kehilangan nafsu untuk makan. Namun subjek merasa tidak ada keluhan fisik yang lainnya.

“Engga ada sih, aku cuma benar-benar kehilangan nafsu makan, pola makanku jadi berantakan gitu. Jadi malas buat makan. Tapi kalau keluhan fisik gitu nggak ada.” (W1.S5.46)

Subjek merasakan adanya kecemasan dan ketakutan terutama terkait masalah ekonomi yang merupakan dampak atas kematian ayahnya. Subjek merasa cemas karena ayahnya meninggalkan hutang yang sangat besar sehingga cemas bagaimana caranya agar subjek dapat membayar hutang tersebut. Subjek juga khawatir jika dikejar terus oleh bank. Selain itu adanya pikiran subjek bahwa ayahnya tidak tenang di alam kubur karena meninggalkan hutang yang besar. Subjek sempat memikirkan untuk kuliah sambil bekerja, tetapi takut jika dirinya sulit mengelola waktu dan tanggung jawabnya.

“Heem ada, dulu pas menghadapi duka aku juga ngerasa cemas sama takut. Kalo karena apa, ya karena itu terkait ekonomi, bapakku kan meninggalkan hutang, terus kayak kalau aku nggak bisa bayar hutangnya gimana ya, apakah aku bakal dikejar terus sama bank, terus kepikiran bapak juga pasti ga tenang kan di kuburan kayak meninggal dengan masih punya hutang yang banyak. Terus sempet kepikiran apa aku kuliah sambil kerja tapi nanti aku takutnya kuliahku jadi keteteran.” (W2.S5.183)

Tahapan *Intermediate*

Subjek merasakan perasaan sedih akibat kehilangan ayahnya yang merupakan orang yang sangat disayangi. Hubungan yang dekat antara subjek dan ayah yang menjadikan subjek merasa sangat sedih atas kehilangan tersebut. Subjek juga merasakan sedih karena hanya dirinya yang mengurus pemakaman ayahnya tanpa bantuan dari orang lain. Selain itu subjek juga merasakan marah ketika mengetahui bahwa ayahnya meninggalkan hutang yang besar. Namun setelah menemukan jalan keluarnya dengan berhasil membayar hutang tersebut subjek merasa lega.

“Perasaanku pastinya jelas sedih to, kehilangan orang yang sangat disayangi dan ya memang hubunganku sama bapak itu dekat. Jadi ya sedih banget lah, sedih kehilangan bapak terus juga sedih karena pas ngurusin pemakaman tuh benar-benar aku sendiri doang.” (W1.S5.50)

“Awalnya kehilangan banget sedih, terus pas tahu yang soal hutang jadi stres itu makin terpuruk down ada amarahnya juga makin sedih, bingung sepanjang tahun itu. Terus pas sudah kekumpul tuh udah ada jalan keluarnya udah lega, udah mulai berkurang perasaan stresnya. Pokoknya setelah membayar itu aku langsung lega rasanya.” (W2.S5.117)

Subjek menganggap bahwa kejadian meninggalnya ayah sebagai kejadian yang traumatis. Hal tersebut dikarenakan subjek mengurus proses pemakaman ayahnya sendirian. Pengalaman tersebut membuatnya sangat terpukul, terutama ketika subjek harus di dalam ambulans sendirian tanpa ada keluarga yang emenmaninya. Sejak saat itu, subjek mengalami trauma pada suara ambulans yang mengingatkannya pada kejadian meninggalnya ayah.

“O jelas ya aku ngerasa kejadian ini ya kejadian yang traumatis. Karena kalau ingat ngurusin segala macam proses pemakaman bapak yang aku sendirian, terus juga tuh aku di dalam ambulans sendiri, enggak ada keluarga lain yang nemani aku. Jadi tuh aku sampai sekarang trauma sama suara ambulans itu. Aku tuh kalau dengar suara ambulans rasanya tuh kayak teringat lagi kejadian waktu itu, ya jadi buat aku trauma banget sih.” (W1.S5.54)

“Iya, trauma banget aku tuh. Sampai sekarang yang nggak bisa aku hilangkan itu suara ambulans. Aku enggak bisa banget dengar suara ambulans. Langsung keingat pas aku lagi ngafanin pas lagi ngurusin bapak meninggal itu. Sampai sekarang itu aku belum bisa ngatasin trauma ambulans itu.” (W2.S5.175)

Subjek memiliki perasaan sedih dan marah akan masalah yang dihadapinya. Subjek merasa bahwa usianya masih muda untuk menanggung permasalahan

seberat yang dirasakannya terumata akan ayahnya meninggalkan hutang yang besar dan dirinyalah yang menanggung utang tersebut. Namun disisi lain subjek tetap merasakan bahwa kehilangan ayahnya sangatlah berat.

“Marah oh banget banget, sedih juga kayak kenapa harus aku yang mengalami ini gitu di usiaku sekarang ini berat banget. Terus yo kalo marah kayak kok aku nggak dikasih tau bapak kalau ada hutang ini sebelumnya, terus ini uangnya buat apa.” (W2.S5.82)

“Oh jelas kehilangan bapak banget, karena ya mau gimana lagi orang tua kan. Terus emang aku sebenarnya dari dulu tuh lebih dekatnya sama bapak. 90% kehilangan 10% marah kalo buat sekarang, kalo dulu ya beda, sekarang lebih ke menyayangkan kenapa bapak kok kayak gitu, aku mikirnya kalo bapak sama ibu ga cerai pada saat itu mesti kan hidupnya lebih senang, hidupnya lebih teratur, kesehatannya lebih terjamin gitu karena ada yang ngurusin.” (W2.S5.108)

Tahapan *Recovery*

Pada tahapan ini subjek menunjukkan proses pemulihan dirinya dalam mengatasi kedukaan. Subjek merasakan setelah satu tahun ayahnya meninggal perasaan jauh lebih baik daripada sebelumnya. Adanya pemikiran dari subjek yang menyadari bahwa dirinya harus bangkit dari kedukaan yang dialaminya, yaitu kesadaran bahwa semua orang akan mengalami kematian dan dirinya tidak bisa terus menerus terpuruk dalam kesedihan. Subjek juga merasa masih memiliki banyak keinginan dan harapan untuk masa depannya yang memotivasinya untuk bangkit. Selain itu hal yang membuatnya merasa perasaannya lebih baik adalah ketika dirinya berhasil untuk membayar hutang ayahnya. Subjek merasa yakin bahwa hidupnya akan berjalan baik kedepannya.

“Hmm aku ngerasanya satu tahun setelah meninggalnya bapak itu perasaanku jauh lebih baik.” (W1.S5.61)

“Lebih ke fikiranku aja, aku menyadari kalau semua orang itu akan meninggal dan aku enggak bisa untuk terus terpuruk, aku juga masih banyak keinginan juga ada harapan untuk masa depanku gitu. Masih ada ibu yang saat ini udah nggak bekerja, jadi aku harus cepat selesai kuliah terus cari pekerjaan. Ya jadi hal kayak gitu bikin aku bangkit dari keterpurukanku dari kedukaan.” (W1.S5.63)

“Iya down dari bapak meninggal itu, jujur yang bikin bangkit lagi salah satunya karena masalah yang hutang itu selesai. Setelah aku menyerahkan uang itu, tanda tangan sudah tidak ada tanggungan lagi dah itu setelah itu aku ngerasa lega, hidup udah ga mikir itu lagi. Terus yang kedua karena apa ya sadar kalau semua akan meninggal gitu dan yakin aja kalo hidup tuh semuanya akan baik-baik aja kedepannya, yang penting juga kita hidup bermanfaat untuk orang lain. Yawes itu aja yang bikin bangkit, urusannya

selesai dan pemikiranku itu.” (W2.S5.98)

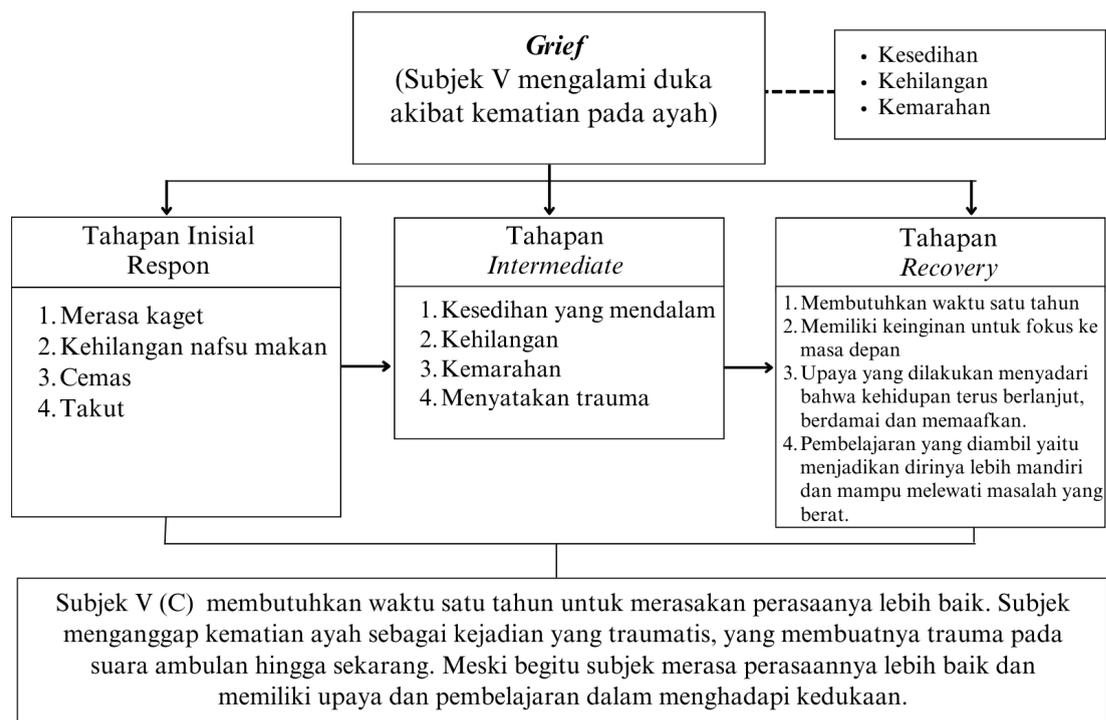
Subjek merasakan adanya perubahan dalam dirinya yaitu subjek merasa bahwa dirinya yang sekarang lebih mandiri daripada sebelumnya. Subjek juga lebih santai dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah yang ada. Terutama dalam hubungan pertemanan, karena subjek sadar bahwa semua orang akan pergi. Selain itu subjek lebih merespon permasalahan yang dihadapi dengan memfokuskan pada keinginannya di masa depan.

“Aku memandang diriku sendiri tuh sekarang jauh berbeda dari pada dulu. Aku ngerasa sekarang ku itu lebih lebih mandiri. Terus aku tuh sekarang rasanya aku udah kayak nggak terlalu ambil pusing kalau ada masalah aku lebih enjoy sekarang ngatasin masalah apalagi kalo masalah pertemanan, karena aku sadar semua orang itu akan pergi. Intinya sih aku memandang diriku sekarang jadi lebih mandiri lebih baiklah dari pada sebelumnya.” (W1.S5.69)

“Apa ya hmmm bukan upaya sih cuma lebih ke pemikiranku aja buat bangkit fokus sama keinginanku kedepannya gimana, kayak udahlah capek kalau sedih terus duka terus aku juga pengen hidup tenang hidup damai bahagia gitu.” (W1.S5.75)

Subjek dapat mengambil pembelajaran dari kematian yang menimpa ayahnya di mana membuatnya semakin sadar bahwa kematian merupakan bagian dari kehidupan yang tidak terlepas dari manusia. Selain itu, dari kejadian ini subjek merasakan bahwa dirinya menjadi pribadi yang lebih kuat karena mampu melewati masa-masa sulitnya serta membentuk dirinya menjadi pribadi yang lebih baik. Subjek merasa dirinya menjadi lebih mandiri dan kuat sehingga mampu mengatasi rintangan-rintangan yang mungkin terjadi di masa depan.

“Pembelajarannya ya bikin aku tambah yakin kalau semua orang itu akan meninggal. Terus dari kejadian ini bikin aku tambah kuat, kayak oh ternyata aku bisa melalui hal yang berat. Pembelajarannya jadi bentuk diriku yang lebih baik sih, aku lebih mandiri, aku kuat juga aku mampu melewati hal yang berat.” (W1.S5.79)



Gambar 5 Skema grief subjek V

4.2.2 Analisis Hasil Temuan

Setelah memaparkan hasil penelitian secara keseluruhan dari masing-masing subjek terkait dengan *grief* akibat kematian anggota keluarga inti. Langkah berikutnya adalah menganalisis dan menyajikan paparan analisis dari data hasil penelitian tersebut. Peneliti menggunakan tahapan grief menurut Glick, dkk (dalam Lemme, 1995:201). *Grief* merupakan suatu respon normal secara emosional, sosial, dan fisik yang terjadi karena kehilangan. *Grief* terbagi menjadi tiga tahapan, yang meliputi tahapan inisial respon, tahapan *intermediate* dan tahapan *recovery*.

Dalam penelitian ini, ditemukan hasil bahwa setiap subjek memiliki pengalaman yang berbeda-beda dalam menghadapi duka. Hal tersebut ditunjukkan dengan waktu untuk mengatasi duka dan reaksi serta respon terhadap duka yang berbeda-beda. Meskipun demikian kelima subjek menunjukkan kemampuan untuk mengalami proses tahapan *recovery* atau tahapan pemulihan walaupun dengan waktu yang berbeda-beda, hal tersebut karena adanya faktor *grief*. Menurut Aiken (1994:164) faktor *grief* meliputi penyebab orang meninggal, hubungan individu dengan orang yang meninggal, kepribadian orang yang meninggal, usia, jenis

kelamin dan status ekonomi orang yang ditinggalkan.

Ditemukan hasil bahwa penyebab meninggalnya anggota keluarga pada semua subjek dikarenakan oleh sakit. Pada keempat subjek yaitu subjek I (Z), subjek III (D), subjek IV (S) dan subjek V (C) memiliki hubungan yang dekat dengan anggota keluarga yang meninggal sehingga menyebabkan kedukaan dan kehilangan yang mendalam. Berbeda dengan subjek II (I) memiliki hubungan yang tidak terlalu dekat dengan anggota keluarga yang meninggal, meskipun demikian hal tersebut memunculkan perasaan menyesal. Kematian orang yang disayangi akan berpengaruh pada kehidupan orang yang ditinggalkan.

Subjek I (Z) merasa bahwa perasaannya kosong, hampa dan kesepian serta merasakan perubahan dalam keadaan di keluarganya yang menjadi hening setelah kematian adik. Sedangkan subjek II (I) merasakan adanya pengaruh ekonomi namun tidak signifikan dan berpengaruh pada perasaannya dalam mengikhlaskan serta menerima kehilangan. Selanjutnya pada subjek III (D) mengalami perubahan dinamika keluarga, kematian suaminya menjadikan dirinya mengambil peranan besar dalam keluarganya. Sedangkan pada subjek IV (S) merasakan pengaruh kematian ibu secara emosional yaitu kesepian, kesedihan dan kehilangan yang mendalam. Lalu pada subjek V (S) kematian ayahnya berpengaruh besar pada ekonomi di keluarganya karena ayahnya meninggalkan hutang dengan jumlah yang besar. Selanjutnya peneliti akan membahas gambaran *grief* kelima subjek berdasarkan tahapan *grief* yang telah disebutkan sebelumnya.

Tahapan yang pertama adalah tahapan inisial respon. Pada subjek I (Z) ketika mengetahui bahwa adiknya meninggal reaksinya adalah tremor pada tangannya, cemas, takut, kebingungan, sedih, dan perasaan kosong serta hampa. Lalu reaksi subjek II (I) yaitu menangis, kaget dan tidak bisa menerima. Sedangkan reaksi pada subjek III (D) meliputi kaget, tangan bergetar, sesak dada, kebingungan, takut dan cemas serta tidak percaya akan kenyataan. Kemudian reaksi awal pada subjek IV (S) yaitu tidak percaya akan kematian ibu, kaget, tremor, pingsan, cemas dan takut serta kehilangan nafsu makan. Seperti halnya pada subjek V (C) yang juga tidak nafsu makan sehingga menyebabkan pola makan yang tidak teratur, merasa kehilangan dan merasa kaget atas kematian ayah serta cemas dan takut.

Tahapan selanjutnya yaitu tahapan *intermediate*. Setelah beberapa waktu meninggalnya adik subjek I (Z) merasa sedih yang mendalam, menganggap bahwa kematian adik merupakan kejadian yang traumatis, emosi yang tidak stabil dan susah mengendalikan emosinya tersebut. Sedangkan yang dirasakan pada subjek II (I) yaitu perasaan menyesal, sedih yang mendalam, kenyamanan menyendiri dan keterpurukan yang berpengaruh pada aktivitasnya dalam bidang pendidikan. Lalu pada subjek III (D) merasakan kesedihan yang mendalam, kerinduan, dan sering menangis ketika teringat suami. Seperti halnya yang dirasakan oleh subjek IV (S) sering menangis, kesedihan yang mendalam, kemarahan, perubahan emosi yang cenderung sensitif dan menganggap kematian ibu merupakan kejadian yang traumatis. Kemudian pada subjek V (C) merasakan sedih yang mendalam, kemarahan dan menganggap kematian ayah sebagai kejadian yang traumatis serta trauma pada suara ambulans.

Tahapan terakhir adalah tahapan *recovery*. Subjek I (Z) membutuhkan waktu enam bulan untuk mengatasi masa tersulitnya menghadapi duka, mampu mengungkapkan apa yang dirasakan, memiliki kesadaran untuk bangkit mengingat tujuan dan keinginan akan masa depannya, upaya yang dilakukannya yaitu menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya dan dapat mengambil pembelajaran bahwa waktu merupakan hal yang berharga serta lebih menghargai momen bersama orang-orang terdekat. Seperti subjek I, subjek II (I) membutuhkan waktu enam bulan juga dalam mengatasi masa sulitnya menghadapi kedukaan, belum dapat mengungkapkan dan mengekspresikan apa yang dirasakan ke ibu dan kakaknya, memiliki kesadaran, keinginan dan kemauan untuk bangkit dari masa terpuruknya, upaya yang dilakukannya adalah dengan merenung, monolog dan lebih nyaman menghabiskan waktu sendiri, serta adanya pembelajaran yang didapat yaitu lebih peduli dan membantu sekelilingnya yang membutuhkan bantuan karena menyadari dampak besar bantuan orang lain ketika di masa sulit.

Pada subjek III (D) menjelang tahun keempat kematian suami mulai dapat mengatasi perasaan terpuruknya akibat duka, memiliki kesadaran untuk tidak baik meratapi kedukaan secara terus menerus dan harus bangkit, upaya yang dilakukannya dengan memperkuat ibadah, mendekatkan diri kepada Tuhan serta

dapat mengambil pembelajaran dan makna dari kejadian tersebut yang meliputi pembelajaran untuk menjadi pribadi yang lebih mandiri, lebih kuat dan memperdalam ibadah. Kemudian pada subjek IV (S) membutuhkan waktu satu tahun untuk mengatasi masa tersulitnya menghadapi kedukaan, memiliki kesadaran untuk bangkit dari keterpurukannya karena mengingat ayahnya dan kehidupan kedepannya, upaya yang dilakukannya dengan cara aktif mengikuti beberapa kegiatan di perkuliahannya dan dari kejadian tersebut menjadikannya mengerti rasanya kehilangan seseorang yang disayangi sehingga mengajarkan untuk lebih menghargai keberadaan orang-orang disekitarnya. Selanjutnya pada subjek V (C) juga membutuhkan waktu satu tahun untuk dirinya dapat mengatasi masa tersulitnya menghadapi kedukaan, memiliki kesadaran dan kemauan tinggi untuk bangkit dari masa dukanya, memiliki pemikiran bahwa hidup terus berlanjut, adanya keinginan dan tujuan untuk masa depannya serta mampu mengambil pembelajaran bahwa semua orang akan mengalami kematian, menjadikan dirinya sebagai individu yang lebih kuat dan mandiri.

4.1 Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah memaparkan hasil penelitian secara keseluruhan dari masing-masing subjek terkait dengan *grief* akibat kematian anggota keluarga inti. Langkah berikutnya adalah membahas analisis dari data hasil penelitian tersebut. Peneliti menggunakan tahapan *grief* menurut Glick, dkk (dalam Lemme, 1995:201). *Grief* merupakan suatu respon normal secara emosional, sosial, dan fisik yang terjadi karena kehilangan. *Grief* terbagi menjadi tiga tahapan, yang meliputi tahapan inisial respon, tahapan *intermediate* dan tahapan *recovery*.

Dalam penelitian ini, ditemukan hasil bahwa setiap subjek memiliki pengalaman yang berbeda-beda dalam menghadapi duka. Hal tersebut ditunjukkan dengan waktu untuk mengatasi duka dan reaksi serta respon terhadap duka yang berbeda-beda. Kubler Ross (dalam Papalia, 2008) menyatakan bahwa waktu individu dalam pemulihan duka yaitu selama enam bulan dimana individu yang ditinggalkan tersebut mencoba menerima kenyataan namun belum bisa menerima sepenuhnya. Sedangkan Shapiro (dalam Fahransa, 2008) mengatakan bahwa individu biasanya dapat mengatasi duka dua hingga tiga tahun setelah kematian

terutama kematian pada pasangan. Selain itu menurut Ringdal (2001) mengatakan bahwa wanita akan membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan pria.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan kedua subjek yang berjenis kelamin laki-laki membutuhkan waktu untuk mengatasi dukanya lebih cepat dibandingkan dengan subjek perempuan yaitu dalam waktu enam bulan. Berbeda dengan dua subjek perempuan yang membutuhkan waktu satu tahun. Sedangkan, satu subjek perempuan membutuhkan waktu tiga tahun lebih delapan bulan yang mana kehilangan pasangannya. Hal tersebut dikarenakan pria relatif lebih dapat menyesuaikan duka dibanding wanita (Ringdal, 2001). Meskipun demikian kelima subjek menunjukkan kemampuan untuk mengalami proses tahapan *recovery* atau tahapan pemulihan. Selanjutnya peneliti akan membahas gambaran *grief* kelima subjek berdasarkan tahapan *grief* yang telah disebutkan sebelumnya.

Tahapan pertama yaitu inisial respon. Tahap inisial respon adalah tahap pertama seseorang mengalami duka ketika peristiwa kematian terjadi dan selama masa pemakaman serta ritual-ritual lain dalam melepas kematian orang yang disayangi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek pada tahapan awal merasakan *shock*, tidak percaya, kebingungan, cemas, takut dan perasaan kosong serta hampa. Selain itu terdapat dua subjek yang kehilangan nafsu makan. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Adina (2013) bahwa reaksi yang muncul dalam tahapan inisial respon adalah kaget, kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian Syifa (2022) ditemukan hasil bahwa tahapan inisial respon ditunjukkan dengan kaget dan tidak percaya atas kematian yang terjadi. Sedangkan menurut penelitian Novi (2017) bahwa hasil penelitian dalam tahapan inisial respon meliputi perasaan hampa, tidak percaya dan tidak bisa menentukan arah serta kehilangan nafsu makan.

Tahap kedua adalah tahap *intermediate*. Menurut Glick, dkk (dalam Lemme, 1995:201) tahap *intermediate* merupakan tahapan kedua yang terjadi setelah tahapan inisial respon dan pada tahapan ini muncul beberapa kondisi baru yang merupakan kelanjutan dari reaksi terhadap kondisi sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua subjek merasakan kesedihan yang mendalam. Meski begitu terdapat reaksi yang berbeda-beda. Hal tersebut karena

setiap orang memiliki respon yang berbeda-beda ketika menghadapi kedukaan (Laila, 2022:4). Tiga subjek mengatakan bahwa kematian anggota keluarga inti termasuk kejadian yang traumatis namun berbeda dengan dua subjek lainnya yang merasa bahwa kejadian tersebut bukan kejadian yang traumatis melainkan pengalaman yang penuh pembelajaran. Selain itu terdapat perubahan emosi pada dua subjek. Perubahan emosi tersebut meliputi mudah tersinggung hingga marah dan mudah menangis. Terdapat subjek yang merasa menyesal karena hubungannya dengan orang yang meninggal tidak dekat juga terdapat subjek yang merasa marah atas hal yang dilakukan orang yang telah meninggal semasa hidupnya. Menurut penelitian Novi (2017) dalam tahapan *intermediate* munculnya rasa marah, bersalah, menyesal, kerinduan dan merasa kehadiran orang yang sudah meninggal. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Adina (2013) yang menemukan hasil tahapan *intermediate* ditunjukkan dengan kemarahan dan kerinduan. Sedangkan menurut penelitian Syifa (2022) mendapatkan hasil bahwa dalam tahapan *intermediate* yaitu individu merasakan kehilangan dan adanya keinginan untuk bertemu dengan orang yang telah meninggal.

Selanjutnya yaitu tahapan *recovery*. Tahapan *recovery* dapat dikatakan sebagai tahapan pemulihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki kemampuan untuk mengalami proses tahapan *recovery* atau tahapan pemulihan. Semua subjek memiliki pemikiran mengenai kehidupan kedepannya, yang menjadikan sebuah motivasi untuk bangkit dari kedukaan. Sehingga berupaya dalam mengatasi kedukaan tersebut. Upaya yang dilakukan pun berbeda-beda, yang meliputi menghabiskan waktu bersama teman-teman, mencari dukungan sosial, mendekati diri ke Tuhan dengan memperbanyak ibadah, menghabiskan waktu untuk diri sendiri, serta mengikuti banyak kegiatan. Selain itu kelimanya dapat menemukan makna dan pembelajaran yaitu menghargai waktu bersama orang terdekat, membantu orang yang terkena musibah dan lebih memperkuat spiritual serta menjadikan individu lebih kuat dan mandiri. Hal tersebut sesuai dengan Glick (dalam Lemme, 1995:201) bahwa individu yang berada dalam tahapan *recovery* yaitu individu yang ditinggalkan sudah mulai menemukan makna dari peristiwa kematian orang yang disayangi dan dapat mulai berpikir mengenai masa depan. Menurut hasil penelitian Syifa (2022) dalam tahapan

recovery individu sudah memiliki kesadaran untuk menerima kenyataan dan keinginan untuk bangkit. Sedangkan penelitian menurut Adina (2013) dan Novi (2017) bahwa individu yang mengalami tahapan recovery sudah mulai menerima kematian orang yang disayangi dan kembali pada kehidupan normal.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada kelima subjek dapat disimpulkan bahwa:

- a. Dalam penelitian ini dapat dilihat beberapa hal yang ditunjukkan subjek ketika menghadapi duka. Pada tahapan inisial respon menunjukkan bahwa semua subjek merasakan *shock*, tidak percaya, kebingungan, cemas, takut, perasaan kosong dan hampa serta terdapat dua subjek yang kehilangan nafsu makan. Selanjutnya dalam tahapan intermediate kelima subjek merasakan kesedihan yang mendalam. Pada tiga subjek menyatakan trauma atas kejadian kematian anggota keluarganya, sedangkan dua subjek lainnya mengatakan bahwa kejadian tersebut bukan kejadian yang traumatis melainkan pengalaman yang penuh pembelajaran. Selain itu terdapat perubahan emosi pada dua subjek, yang meliputi mudah tersinggung hingga marah dan mudah menangis. Terdapat subjek yang merasa menyesal karena hubungannya dengan orang yang meninggal tidak dekat juga terdapat subjek yang merasa marah atas hal yang dilakukan orang yang telah meninggal semasa hidupnya. Sedangkan dalam tahapan recovery, semua subjek memiliki pemikiran mengenai kehidupan kedepannya, yang menjadikan sebuah motivasi untuk bangkit dari kedukaan serta memiliki upaya untuk mengatasi kedukaan tersebut. Selain itu semua subjek dapat menemukan makna dan pembelajaran yaitu menghargai waktu bersama orang terdekat, membantu orang yang terkena musibah dan lebih memperkuat spiritual serta menjadikan individu lebih kuat dan mandiri.
- b. Dalam penelitian ini dapat dilihat faktor-faktor yang mempengaruhi *grief* yang meliputi penyebab meninggal, hubungan dengan almarhum, kepribadian, usia, jenis kelamin dan status ekonomi orang yang ditinggalkan. Penyebab meninggalnya anggota keluarga inti pada kelima subjek dikarenakan memiliki penyakit. Sedangkan terkait hubungan, pada keempat subjek memiliki hubungan yang dekat dengan anggota keluarga yang meninggal sehingga menyebabkan kedukaan dan kehilangan yang

mendalam. Namun terdapat satu subjek yang memiliki hubungan yang tidak dekat dengan anggota keluarga yang meninggal. Selain itu terdapat dua subjek yang tidak mengalami dampak kematian anggota keluarga secara ekonomi. Berbeda dengan dua subjek lainnya yang merasakan adanya dampak ekonomi namun tidak signifikan. Sedangkan satu subjek mengalami dampak ekonomi secara signifikan.

5.2 Saran

a. Bagi Individu yang Mengalami *Grief*

Menerima dan rasakanlah setiap emosi yang muncul, mencari dukungan dari orang-orang terdekat, menjaga kesehatan dengan tidur yang cukup, makan makanan bergizi dan mencari waktu untuk relaksasi dan pemulihan, terlibat dalam kegiatan yang membuat senang, menghormati setiap proses yang dilalui karena tiap orang memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasi *grief* dan tidak ada batasan waktu untuk proses penyembuhan. Semoga dapat lebih semangat dan tegar dalam menjalani kehidupan.

b. Bagi Orang Terdekat Individu yang Mengalami *Grief*

Berdasarkan hasil penelitian sebaiknya orang terdekat individu yang mengalami duka dapat menjadi pendengar yang penuh perhatian tanpa menghakimi dan berikanlah dukungan yang kuat dan empati yang mendalam untuk individu yang mengalami duka akibat kematian pada anggota keluarga inti. Hal tersebut dapat membantu individu mengatasi masa sulitnya akibat kedukaan yang dihadapinya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai pijakan untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, diharapkan lebih mengeksplorasi teori-teori yang relevan untuk dapat memperluas cakupan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. dan Jalaluddin. (2007). *Filsafat Pendidikan: Manusia, Filsafat dan Pendidikan*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Adi, Riyanto. 2010. *Metodologi Penelitian Sosial dan Hukum*. Jakarta: Granit.
- Afiyanti, Y. (2008). *Focus Group Discussion (Diskusi Kelompok Terfokus) Sebagai Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif*.
- Aiken, Lewis R. (1994). *Psychological Testing and Assessment*, (Eight Edition). Boston: Allyn and Bacon.
- Aiken, L. R. (2001). *Death, dying, and bereavement* (Fourth edi). Lawrence Erlbaum Associates, Publisher.
- Aliah B.Purwakata Hasan, 2006, *Psikologi Perkembangan Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada)
- Amirah, F., Dominikus D., & Listya, L. (2023). Languishing and Flourishing Experiences in Schizoph Renic Patients During Hospitalization *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 8, No 1 (2023): 103–118. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.15536>
- Annisa, R., Subandi, M., & Tina, A. (2023). The dynamics of flourishing Indonesian Muslim families: An Interpretative Phenomenological Analysis. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 8, No 1 (2023): 1–18.
- Ann, L. & Lee. A. 2001. *Encountering Death and Dying (7th ed)*. McGraw Hill
- Assegaf, A. 2019. Pengaruh Biaya Tetap dan Biaya Variabel Terhadap Profitabilitas PT. Pecel Lele Lela Internasional, Cabang 17, Tanjung Barat, Jakarta Selatan. *Jurnal Ekonomi dan Industri*, 20(1): 1-5
- Aziz Alimul Hidayat, M. U. (2012). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Surabaya: Health Book Publishing
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia* . Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bachri, B. S. (2010, April). Menyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, X(1), 46-62.
- Baharuddin, *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Arruz Media, Jogjakarta: 2010
- Bakri, M. H. (2017). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Pustaka Mahardika.
- Caballero, D. M., Pruett, J. H., & Hayslip, B. (2015). *The How and When of Parental Loss in Adulthood: Effects on Grief and Adjustment*:

- (610982013-001) [Data set]. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/e610982013-001>
- Chaplin. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi* (Terjemahan dari Dr. Kartini. Kartono). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Darmadi, Hamid. 2011. *Metode penelitian pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Diane E. Papalia, et. Al. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta
- Fitria, A.S. 2013. *Grief Pada Remaja Akibat Kematian Orang Tua Secara Mendadak*. Diakses dari <http://lib.unnes.ac.id/18463/1/1550408014.pdf>
- Friedman, M. 2010. *Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek*. Edisi ke-5. Jakarta: EGC.
- Hartini. N. (2007). *Deat and Dying*. Kematian dan Proses Menuju Kematian (Makalah ini dipresentasikan pada konferensi nasional sress management dalam berbagai kehidupan,Bandung 2-3 Februari 2007).
- Herdiansyah, Haris. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ismail, R. (2009). *Menuju Hidup Islami*. Yogyakarta. Insan Madani
- Kubler-Ross, E., & Kessler, D. (2014). *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. New York, United States: Scribner.
- Lemme, B. H. 1995. *Development in Adulthood*. USA: Allyn & Bacon.
- Lestari, Sri. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Litasari, N. (2016). *Recovery dampak psikologis akibat kematian orangtua*. Skripsi. Purwokerto (ID) : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
- Marty, M. (2018). Analisis Koping dan Pertumbuhan Pasca-trauma pada Masyarakat Terpapar Konflik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 3, No 2 (2018): 211–222. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2818>
- Miles, M.B, Huberman, A.M, & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook*, Edition 3. USA: Sage Publications. Terjemahan Tjetjep Rohindi Rohidi, UI-Press.
- Moleong, L. J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Papalia, E. D. dan Feldman, R. T. (2014). *Meyelami Perkembangan Manusia ; Experience Hman Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prigerson, H. G., Boelen, P. A., Xu, J., Smith, K. V., Maciejewski, P. K. (2021). Validation Of The Nwe DSM-5-TR Criteria For Prolonged Grieving Disorder and The PG-13-Revised (PG-13-R) Scale. *World Psychiatry, 20(1)*, 96–106. <https://doi.org/10.1002/wps.20823>
- Santrock, J. W. 2004. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup (5th ed)*. Jakarta: Erlangga.
- Shear, M. K. (2012). Grief and mourning gone awry: Pathway and course of complicated grief. *Dialogues in Clinical Neuroscience, 14(2)*, 119–128. <https://doi.org/10.31887/dcns.2012.14.2/msharear>
- Stuart, GW. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Missouri: Elsevier Mosby
- Sugiyono, 2013, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA)
- Sutopo. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Surakarta

LAMPIRAN 1

Panduan Wawancara

Jadwal Pelaksanaan Penelitian

PANDUAN WAWANCARA

A. Informasi Subjek

- 1) Nama/Inisial :
- 2) Usia :
- 3) Jenis Kelamin :
- 4) Status :
- 5) Alamat :

B. Pertanyaan

- Nama/Inisial :
- Tanggal :
- Durasi :
- Tempat Wawancara :
- Anggota keluarga yang meninggal :

NO	Aspek	Pertanyaan yang diajukan
1.	Latar Belakang	<ul style="list-style-type: none"> 1) Bisakah diceritakan, bagaimana kejadian atau penyebab meninggalnya seseorang tersebut? 2) Bagaimana anda mendeskripsikan kedekatan atau hubungan anda dengan orang yang telah meninggal tersebut? 3) Bisakah diceritakan, momen atau kenangan khusus yang muncul dalam pikiran anda ketika memikirkan orang yang sudah meninggal tersebut? 4) Bagaimana orang yang meninggal tersebut berpengaruh pada kehidupan anda sehari-hari?

		<p>5) Apakah ada perbedaan pada setiap anggota keluarga dalam merespon kematian tersebut?</p> <p>6) Bagaimana respon lingkungan anda terhadap kematian yang menimpa anggota keluarga anda?</p>
2.	Tahapan <i>Inisial Respon</i>	<p>7) Bagaimana reaksi tubuh anda ketika pertama kali mengetahui tentang kematian yang terjadi pada anggota keluarga anda?</p> <p>8) Apakah anda merasakan adanya gejala fisik seperti sakit kepala, sakit perut atau ketidaknyamanan fisik lainnya?</p> <p>9) Bagaimana perasaan takut dan kecemasan mempengaruhi tubuh anda secara fisik?</p>
3.	Tahapan <i>Intermediate</i>	<p>10) Bagaimana anda merasakan perubahan dalam perasaan setelah beberapa waktu kematian itu terjadi?</p> <p>11) Apakah anda menggambarkan kejadian kematian tersebut sebagai pengalaman berduka yang traumatis?</p> <p>12) Apakah anda sering terbayang mengenai kejadian kematian yang menimpa pada anggota keluarga anda?</p> <p>13) Bagaimana keadaan fisik atau mental anda setelah beberapa waktu kematian tersebut?</p>
4.	Tahapan <i>Recovery</i>	<p>14) Berapa waktu atau kapan anda mulai merasa bahwa perasaan anda lebih baik dalam proses penerimaan kedukaan</p>

		<p>tersebut?</p> <p>15) Bagaimana anda menggambarkan perubahan perasaan atau pandangan hidup ada selama proses pemulihan?</p> <p>16) Apa saja upaya yang anda lakukan untuk mengatasi kedukaan akibat kehilangan anggota keluarga anda?</p> <p>17) Apakah anda merasa lebih mampu untuk mengekspresikan perasaan anda atau membicarakan kehilangan ini sekarang dibandingkan sebelumnya?</p> <p>18) Apakah ada momen atau sesuatu hal yang terjadi yang menyebabkan anda menyadari untuk dapat bangkit dalam kedukaan yang anda rasakan dan menemukan tujuan hidup kembali?</p> <p>19) Apakah anda merasakan adanya pembelajaran baru dalam diri anda setelah anda mengalami kedukaan akibat kematian yang terjadi pada anggota keluarga anda?</p>
--	--	--

LAMPIRAN 2

Lembar Persetujuan Subjek

INFORMATION SHEET

Judul Penelitian : Studi Fenomenologis *Grief* Akibat Kematian Anggota Keluarga Inti
Peneliti : Maritza Ocky Saputra
Status : Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Sebelum Anda menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, dianjurkan untuk membaca terlebih dahulu penjelasan dibawah ini. Hal tersebut untuk memahami tujuan, prosedur, dan pelaksanaan serta kerahasiaan dari penelitian yang akan dilakukan.

Tujuan Penelitian:

Penelitian ini merupakan tugas akhir atau skripsi dari peneliti. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan memahami pengalaman seseorang yang mengalami *grief* akibat kematian anggota keluarga inti secara lebih mendalam. Selain itu, mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami keduakaan akibat kematian anggota keluarga inti.

Prosedur Penelitian:

Proses pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara yang pertanyaannya mengenai topik penelitian yaitu, pengalaman *grief* akibat kematian anggota keluarga inti. Waktu yang diperlukan dalam proses wawancara tersebut sekitar 1 jam dan adanya kemungkinan untuk wawancara lebih dari satu kali. Selama proses wawancara, peneliti menggunakan alat bantu perekam suara dengan tujuan membantu peneliti mengolah data, kemudian informasi yang telah didapat akan ditranskripsi untuk proses analisis data.

Oleh karena itu, peneliti memohon kesediaan anda untuk mengikuti prosedur dalam penelitian tersebut.

Kerahasiaan:

Informasi yang nantinya peneliti dapatkan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian. Jika penelitian ini diterbitkan, maka segala bentuk identitas akan disamarkan. Pihak yang mengetahui identitas asli Anda hanyalah peneliti dan dosen pembimbing dalam penelitian ini. Maka dari itu, diharapkan Anda menyampaikan informasi dengan jujur.

Dalam proses pengambilan data melalui wawancara, Anda diberikan kesempatan untuk membagikan pengalaman, pemikiran dan perasaan yang Anda miliki mengenai topik dalam penelitian ini. Jika Anda keberatan dan merasa ada hal yang berjalan tidak sesuai dengan kehendak Anda, maka anda dapat mengajukan atau mengatakan hal tersebut. Penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan, sehingga Anda dapat menolak atau mengundurkan diri. Selain itu, partisipasi Anda sebagai subjek dalam penelitian ini sangat dihargai.

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial :

Usia :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada) :

- 1.
- 2.

Semarang,

(.....)

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : ZHP
Usia : 23
Alamat : Jalan Pengilon III

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada) :

- 1.
- 2.

Semarang, 7 Februari 2024 .


(.....ZHP.....)

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : MF
Usia : 22
Alamat : Jalan Pengilon V. Rt 140 12

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada):

- 1.
- 2.

Semarang, 8 Februari 2024


(... MF...)

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

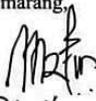
Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : Dr
Usia : 58 th
Alamat : Jatisari Asdori

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada) :

- 1.
- 2.

Semarang,


(Dr. Maritza Ocky Saputra ...)

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : S
Usia : 21 th
Alamat : NGALYAN, SEMARANG

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada) :

- 1.
- 2.

Semarang, 4 Maret 2024

Sut -

(...S.....)

INFORMED CONSENT

Lembar Persetujuan Subjek

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Maritza Ocky Saputra, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Maka dari itu, saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti prosedur dan rangkaian dari penelitian ini. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : C

Usia : 22 Tahun

Alamat : Kab. Kendal

Menyatakan bahwa saya bersedia/tidak bersedia untuk mengikuti prosedur wawancara dan rangkaian penelitian. Kemudian guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses pengambilan data (jika ada) :

- 1.
- 2.

Semarang, 15 Februari 2024


(..di.....)

LAMPIRAN 3

Transkrip Verbatim

Wawancara

Tabel Horizontalisasi

Verbatim Wawancara 1 Subjek 1

Nama/Inisial : Z
 Hari, Tanggal wawancara : Selasa, 7 Februari 2024
 Waktu : 16.00 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek, Jl. Pengilon III, Bringin, Ngaliyan, Semarang.

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Selamat sore Kak, perkenalkan saya Maritza. Sebelumnya terima kasih banyak atas kesediaannya saya wawancara. Apakah bisa langsung kita mulai saja untuk sesi wawancaranya?”
1.	S	“Sore Kak, iya boleh langsung saja”
	P	“Baik Kak, pertanyaan pertama. Bisakah diceritakan, bagaimana kejadian atau penyebab meninggalnya adik?”
2	S	“Aku waktu itu posisinya lagi rantau, jadi tahu kronologi meninggalnya
3	S	adik dari keluarga. Jadi waktu itu adik sakit demam berdarah, terus dibawa
4	S	ke rumah sakit. Tapi pas di rumah sakit A ditolak akhirnya dirujuk ke
5	S	rumah sakit B. Sampai di rumah sakit B langsung ditangani tapi nggak
6	S	lama adikku dinyatakan meninggal.”
	P	“Nah sakitnya sudah lama kak atau baru mulai ada keluhan Kak?”
7	S	“Sudah beberapa hari sebetulnya, tapi pas mulai tambah parah baru
8	S	dibawa ke rumah sakit itu. Eh tapi ada kendala kan, jadi udah engga
9	S	tertolong”

	P	“Baik kak, saya lanjutkan ke pertanyaan berikutnya ya. Bagaimana kedekatan atau hubungan dengan Adik?”
10	S	“Hubungannya bisa dibilang dekat banget Kak, aku itu kan ada tiga
11	S	saudara aku anak kedua, anak pertama kakak cewek, anak ketiga adikku
12	S	itu yang meninggal. Nah itu hubunganku tuh lebih dekat sama adik
13	S	daripada sama mbak ya mungkin karena sama-sama cowok ya.”
	P	“Oke kak, jadi dekat ya Kak hubungannya. Nah ada momen atau kenangan khusus yang muncul dalam pikiran ketika teringat sama Adik?”
14	S	“Ada, yang paling diingat tuh selera film kita kan sama. Jadi kalau ada
15	S	informasi tentang film itu kita langsung berkabar gitu. Terus sama dia kalo
16	S	ngobrolin film film gitu paling cocok, nyambung, seru gitu. Itu aja sih
17	S	Kak.”
	P	“Wah iya Kak. Lalu gimana Kak setelah adik meninggal apakah berpengaruh pada kehidupan kakak?”
18	S	“Ya iya Kak, jelas. Berpengaruh gitu rasanya ada yang hilang. Terus juga
19	S	berpengaruh nya sama kehidupan sekarang tuh, kayak lebih merasa
20	S	tertekan saja sebagai anak cowok gitu. Kalau dulu kan bebannya terbagi
21	S	sama adik, nah sekarang mikirnya beban aja gitu buat diri sendiri
22	S	sebagai anak cowok yang juga sekarang bisa dibilang jadi anak terakhir
23	S	gitu.”
	P	“Baik kak. Lalu apakah ada perbedaan pada setiap anggota

		keluarga dalam merespon meninggalnya Adik?
24	S	“Saat kejadian ya respon semua pastinya masih sedih berduka, tapi cara
25	S	responnya beda-beda, setelah 7 hari bapak udah bisa ikhlas.”
	P	“Kalau Ibu dan Kakak bagaimana?”
26	S	“Kalo Ibu sih yang terlihat butuh berbulan-bulan baru bisa ikhlas, bahkan
27	S	sampai sekarang pun kadang masih suka ke ingat. Kalo Mbak kurang tahu
28	S	soalnya jujur aja kurang interaksi sama mbak.”
	P	“Baik kak, jadi emang responnya tuh beda-beda ya. Nah kalau lingkungan sekitar responnya terhadap meninggalnya Adik gimana Kak?”
29	S	“Respon teman-temanku bagus, contohnya ngajak ketemu sekedar ngobrol
30	S	bersama buat ngalihin perasaan burukku.”
	P	“Alhamdulillah pada peduli gitu berarti ya. Kita lanjut ya kak, sewaktu pertama kali Kakak tahuu Adik meninggal apa ada keluhan fisik Kak?”
31	S	“Nggak ada sih Kak, cuma itu lho tremoran parah tangannya sampai
32	S	sekarang aja kadang masih suka gitu.”
	P	“Berarti cuma tremor aja Kak? atau pernah pusing atau sakit perut gitu Kak?”
33	S	“Itu tadi yang aku bilang kalau pusing, sakit perut atau keluhan fisik
34	S	lainnya nggak ada. Cuma tremor aja.”
	P	“Baik Kak. Nah kalau perasaan cemas dan takut itu ada nggak Kak?”
35	S	“Cemas sih enggak, tapi kalau takut iya.”
	P	“Perasaan takutnya sampai mempengaruhi fisik tidak Kak?”

36	S	“Nggak Kak, benar-benar nggak ada keluhan fisik sakit gitu.”
	P	“Oke kak, Nah kalau sekarang gimana kak yang dirasa? Mungkin bisa diceritakan Kak perubahan perasaan dari awal sampai sekarang ini?”
37	S	“Perasaan pas awal pasti sedih, terus cemas juga. Sedih karena cuma adik
38	S	teman di rumah, teman nonton, teman ngegame. Pokoknya segala aktivitas
39	S	di rumah pasti kita lakuin bareng. Cemas karena gak tau kedepannya nanti
40	S	gimana setelah adek gak ada, yang biasa apa apa bareng sekarang jadi
41	S	sendiri, ngerasa hampa dan kesepian. Rumah jadi sepi, karena dirumah
42	S	jarang ngobrol sama orang rumah jadi hening suasananya. Juga waktu itu
43	S	nggak berani langsung ke pemakaman adik. Seminggu setelahnya baru
44	S	kesana. Kalau sekarang perasaan sedih sih nggak cuma kadang masih
45	S	kepikiran, terus perasaan cemas juga kadang masih suka muncul.”
	P	“Berarti awalnya sedih sama takut, tapi sampai sekarang pun masih terasa takut ya Kak?”
46	S	“Iya, cuma ya kadang-kadang aja muncul rasa takutnya.”
	P	“Lalu Kakak menganggap ini sebagai pengalaman traumatis Kak?”
47	S	“Ya bisa dibilang pengalaman traumatis.”
	P	“Tapi sekarang sering khayal tidak Kak kejadian meninggalnya Adik?”
48	S	“Kalau yang sering sih enggak, cuma kadang-kadang kepikiran aja.”
	P	“Baik Kak. Nah kalau waktunya kapan Kakak merasa lebih baik

		perasaannya?”
49	S	“Perasaannya sih parahnya itu pas setengah tahun. Setelah itu sudah
50	S	lebih baik tapi kalau ikhlasnya sih belum 100% ikhlas.”
	P	“Berarti waktunya setengah tahun ya Kak?”
51	S	“Iya kurang lebih gitu.”
	P	“Nah adanya kejadian ini bagaimana pandangan Kakak ke diri Kakak sendiri?”
52	S	“Hmm, gimana ya Kak, saya sih memandang diri saya sekarang jadi lebih
53	S	tersinggung dan gampang emosi gitu.”
	P	“Baik Kak. Lalu apa saja upaya yang dilakukan untuk mengatasi kedukaan ini Kak?”
54	S	“Caraku buat ngatasin itu semua yang pasti aku cari teman. Cari teman
55	S	teman biar gak kesepian. Kalo di rumah kan teman teman tuh pada sama
56	S	urusan masing masing, makanya aku gak pernah betah lama-lama di
57	S	rumah. Aku selalu sama teman teman kuliah biar gak kesepian dan gak
58	S	ngerasa hampa.”
	P	“Berarti upaya yang dilakukan perbanyak kegiatan sama teman-teman gitu ya Kak? Selain itu ada lagi Kak?”
59	S	“Ya benar, atau nggak kalau pas lagi sendiri ya main hp aja cari kesibukan
60	S	sendiri.”
	P	“Begitu ya Kak.. sekarang gimana Kak dengan upaya-upaya itu bisa membuat jadi mudah mengekspresikan diri atau menceritakan kehilangan ini nggak Kak dibanding sebelumnya?”
61	S	“Iya benar, cuma aku bukan yang tiba-tiba cerita. Tapi kalau diminta

62	S	menceritakannya ya bisa saja.”
	P	“Baik Kak, lalu apakah ada momen atau sesuatu hal yang terjadi yang menyebabkan untuk bangkit dari kedukaan ini Kak?”
63	S	“Momen khusus enggak, cuma keingat beban kuliah aja sih, pengen cepat
64	S	selesai urusan kuliahnya. Cepat lulus.”
	P	“Aamiin-amiin Kak saya doakan”
65	S	“Hahaha iya”
	P	“Untuk kejadian ini apakah ada pembelajaran buat Kakak?”
66	S	“Tentu ada pembelajaran, harus lebih meluangkan banyak waktu ke orang
67	S	terdekat, nikmati waktu yang masih ada lebih hargai keberadaannya.”
	P	“Apakah ada lagi Kak?”
68	S	“Kurang lebih itu sih Kak, intinya ya itu.”
	P	“Oke Kak, pertanyaannya sudah cukup. Terima kasih banyak.”
69	S	“Hahaha sudah ya, oke sama-sama”

Verbatim Wawancara 2 Subjek 1

Nama/Inisial : Z
 Hari, Tanggal wawancara : Senin, 26 Februari 2024
 Waktu : 15.30 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek, Jl. Pengilon III, Bringin, Ngaliyan, Semarang.

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Sore kak, ketemu lagi hehehe. Bisa langsung kita mulai aja Kak?”
1	S	“Hahaha boleh boleh”
	P	“Oke langsung aja ya, bisakah diceritakan keadaan awal sebelum adik meninggal seperti apa?”
2	S	“Kalau keadaan adik sebelum meninggal yak, lebih ramai terus ya kalau
3	S	bapak ibu masih.. ibaratnya masih ceria lah. Ya semenjak adik nggak ada
4	S	rumah terasa sepi terus juga apa ya.. Suasananya agak kelim sih jujur
5	S	terus ya kayak, bapak sama ibu ya kadang suka ya nggak seceria
6	S	sebelumnya gitu.”
	P	“Berarti dulu tuh keluarganya baik-baik sajakah yang harmonis gitu atau ada sesuatu hal?”
7	S	“Ya harmonis..”
	P	“Tapi setelah adik meninggal itu yang kayak diam gitu?”
8	S	“Iya..”

	P	“Berarti jarang interaksi sama orang rumah?”
9	S	“Kalau interaksi sih, kalau saya sendiri kalau ke orang tua memang jarang
10	S	sih interaksi ke bapak ibu gitu.”
	P	“O gitu ya Kak.. oiya itu kan kakak udah beda rumah ya, berarti di rumah bertiga doang ya Kak?”
11	S	“Hmm dirumah tuh ada bapak, ibu, saya, adik terus sama ada ponakan satu”
	P	“Berarti sekarang di rumah tinggal bapak, ibu sama ponakan ya?”
12	S	“Heem iya”
	P	“Oke, berarti kalau ditanya perbedaan sama setelah meninggalnya adik beda banget kan ya?”
13	S	“Iya, beda banget sih”
	P	“Itu yang bikin bedanya karena kondisi adik meninggal atau hal lain kak?”
14	S	“Hmm karena itu sih, sebelumnya yang bikin ramai cair suasana itu emang
15	S	adik gitu.”
	P	“Hmm okee.. nah kan sebelumnya kamu bilang kalau adanya perasaan takut boleh diceritain lebih dalam nggak kak, takut yang bagaimana?”
16	S	“Hmm gimana ya...”
	P	“Itu kan sebelumnya dibilang takut kedepannya seperti apa gitu ya, tapi kalau cemas itu ada juga?”
17	S	“Cemas sih.. cemas sama takut tuh mirip-mirip engga sih.. tapi kayaknya
18	S	lebih ke cemas sih.. lebih ke cemas. Bukan takut sih cemas.”
	P	“Berarti lebih ke cemas gitu kedepannya gimana gitu ya?”
19	S	“Cemas kedepannya.. karena apa ya.. jadi anak laki-laki satu-satunya itu
20	S	jadi bingung nanti kedepannya gimana bagi tanggungannya bagi

		orang
21	S	tua juga. Karena kan kalau ikut kakak, nggak mungkin, kakak jauh juga.”
	P	“Hmm oke.. jadi lebih mikir kedepannya ya”
22	S	“Iya”
	P	“Selain itu ada lagi nggak yang dicemaskan?”
23	S	“Hmm itu aja sih.”
	P	“Kalau perasaan takutnya berarti nggak ada ya.”
24	S	“Iya benar ke cemas itu sih.”
	P	“Nah sebelumnya kan menggambarkan peristiwa ini sebagai kejadian yang traumatis ya, betul?”
25	S	“Iya, betul”
	P	“Itu kenapa bisa menganggap kejadian ini tuh sebagai traumatis?”
26	S	“Hmm apa ya.. Sebenarnya ya bukan pertama kalinya sih mengetahui
27	S	orang meninggal, cuma karena memang adik, keluarga sendiri gitu terus
28	S	juga dekat ya kan, jadi ya itu paling benar-benar bikin nyesek banget gitu.”
	P	“Terus sekarang trauma nya tuh yang kayak gimana? Takut kehilangan lagi atau gimana?”
29	S	“Kalau takut kehilangan lagi ya pasti ada, cuman ya nyoba buat ya pasrah
30	S	aja deh. Terus kan semuanya suatu saat juga bakal meninggal.”
	P	“Hmm oke, terus kan juga sebelumnya mengatakan bahwa adanya perubahan secara emosional gitu ya, itu sebabnya karena adik meninggal atau bagaimana?”
31	S	“Iya benar setelah itu emosinya jadi susah dikendalikan. Hmm.. sebetulnya
32	S	hubungan yang apa ya yang benar-benar berhubungan banget antara

33	S	meninggalnya adik dengan perubahan emosi yang sekarang ini tuh
34	S	gatau apa ya, cuma gatau setelah adik meninggal itu emosinya susah
35	S	banget dikontrolnya.”
	P	“Hmm.. berarti sebelumnya enggak ya kak?”
36	S	“Iya, sebelumnya enggak.. sebelumnya yauda biasanya kalo emosi yauda
37	S	nahan nih, diam aja udah bisa gitu. Kalau sekarang kenapa ya rasanya
38	S	pengen ngeluapin langsung gitu.”
	P	“Sampai sekarang itu berarti ya kak?”
39	S	“Sampai sekarang.”
	P	“Ada cara ngendaliin nya enggak?”
40	S	“Hmm apa yaa.. Hmm mungkin buat sekarang yak bisa sedikit ngendaliin.
41	S	cuman kadang ada waktunya kayak pengen negelepasin kalau benar-benar
42	S	membuat emosi.”
	P	“Berarti ini ya, ngendalinnya kadang tapi seringnya ngelampiasin gitu?”
43	S	“Iya ngelampiasin.”
	P	“Ini kan ngerasa lebih baiknya setelah setengah tahun meninggalnya adik, tapi sekarang gimana?”
44	S	“Jadi ya lebih baik dari sebelumnya. Cuma kalau dikata ikhlas, belum
45	S	sepenuhnya.”
	P	“Hmm okee, jadi belum sepenuhnya ikhlas ya kak?”
46	S	“Iya betul..”
	P	“Oke sudah selesai Kak, terimakasih banyak kak”

47	S	“Lho udah selesai to? Cepat banget.”
	P	“Heheh sudah kak terima kasih.”
48	S	“Iya kak.”

Verbatim Wawancara 3 Subjek 1

Nama/Inisial : Z
 Hari, Tanggal wawancara : Senin, 11 Maret 2024
 Waktu : 15.15WIB
 Lokasi wawancara : WhatsApp

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Sore kak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya kak. Saya ingin wawancara lagi kak. Apakah kira-kira kayak bersedia?”
1	S	“Boleh aja sih, cuma sebetulnya aku bingung mau ngomong apalagi haha.”
	P	“Ini pertanyaannya cuma sedikit kok kak, yang saya ingin tanyakan berkaitan dengan jawaban kemarin.”
2	S	“Oke boleh”
	P	“Terima kasih banyak kak, kira-kira mau kapan ya kak?”
3	S	“Sekarang aja boleh”
	P	“Oke kak, mulai sekarang aja berarti ya?”
4	S	“Iya silahkan”
	P	“Kemarin kan menyampaikan kalau belum bisa ikhlas 100% bener ya?”
5	S	“Iya benar belum ikhlas sepenuhnya gitu.”
	P	“Nah kenapa belum bisa ikhlas sepenuhnya kak? Lalu kira-kira sekarang berapa persen tingkat keikhlasannya?”
6	S	“Buat sekarang 90%, belum sepenuhnya karena dulu kita sering

		ngelakuin
7	S	aktivitas bareng, terus juga masih banyak hal bagus di dunia ini yang
8	S	belum dia liat, banyak makanan yg belum dia coba, banyak film yg belum
9	S	dia lihat, banyak lagu yang belum dia dengerin.”
	P	“Wah berarti kurang 10% aja ya sampai ke 100%nya”
10	S	“Hahaha iyaa”
	P	“Berarti belum bisa ikhlas sepenuhnya karena sebelumnya sering melakukan aktivitas bersama gitu ya.”
11	S	“Iya seperti itu”
	P	“Oke kita lanjut ke pertanyaan selanjutnya ya. Wawancara kemarin menyampaikan bahwa susah untuk mengendalikan emosi betul begitu ya?”
12	S	“Iya betul”
	P	“Nah kalau emosinya meluap itu biasanya dengan cara apa?”
13	S	“Sebelumnya tuh masih bisa kan ngendaliin emosi, tapi semenjak adik
14	S	meninggal rasanya nggak bisa lagi ditahan itu dalam lingkup hal apapun.
15	S	Jadinya sering terluap gitu. Nah sekarang biasanya marah, suka ngeluarin
16	S	kata-kata kasar. Kalau dulu suka mukulin tembok.”
	P	“Sampai mukulin tembok dulu kak?”
17	S	“Iya karena saat itu nggak bisa bngget buat nahan emosi. Kalau sekarang
18	S	sudah sedikit mendingan. Ya ngeluarin kata-kata kasar aja gitu.”
	P	“Oke begitu ya kak.. boleh dijelaskan kembali kak pembelajaran seperti apa yang didapat dari kejadian meninggalnya adik?”
19	S	“Jangan pernah sia siain waktu atau momen sama orang orang sekitar. We

20	S	can't turn back time, maksimalkan tiap detiknya waktu yang kamu habiskan
21	S	sama orang orang yang kamu suka. Kalo bisa abadikan setiap momen itu,
22	S	walaupun waktu gak bisa diulang, tapi momennya masih bisa dikenang.
23	S	Banyak orang yang masih nyepelein banget soal waktu, padahal menurutku
24	S	waktu itu hal yang sakral banget. Kalo aku dikasih waktu buat ketemu
25	S	sama orang orang yang udah pergi, pasti aku ambil walaupun cuma 0.001
26	S	detik. Jadi pembelajaran yang aku dapet ya lebih menghargai waktu,
27	S	menghargai setiap momen yang dihabiskan dengan orang lain.”
	P	“Waw kak bagus banget pembelajaran sekaligus jadi reminder juga buat aku.”
28	S	“Hahaha iya gitu”
	P	“Oke kak sudah cukup pertanyaannya nih, terima kasih banyak ya kak.”
29	S	“Iya masama, santai aja ya”
	P	“Hehehe oke kak, makasih kak”

Verbatim Wawancara 1 Subjek 2

Nama/Inisial : I
 Hari, Tanggal wawancara : Selasa, 8 Februari 2024
 Waktu : 14.00 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah subjek, Beringin, Ngaliyan, Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Selamat siang Kak, perkenalkan saya Maritza. Sebelumnya terima kasih banyak atas kesediaannya saya wawancara. Bisakah langsung kita mulai saja untuk sesi wawancaranya?”
1.	S	“Siang juga Kak, sama-sama. Boleh-boleh”
	P	“Baik Kak, langsung ke pertanyaan pertama ya. Bisakah diceritakan, bagaimana kejadian atau penyebab meninggalnya ayah?”
2	S	“Jadi ayah memang sudah memiliki penyakit sebelumnya, jadi tiap hari
3	S	minum obat. Waktu itu bapak keadaannya makin drop, terus dibawa ke
4	S	rumah sakit sama tetangga karena kebetulan dirumah lagi nggak ada orang,
5	S	Ibu sama Kakak lagi kerja. Terus akhirnya Ibu nyusul ke rumah sakit
6	S	temenin bapak, nggak lama di rumah sakit, bapak dikabarkan meninggal
7	S	Posisinya aku lagi di beda kota. Jadi aku dikabari lewat telepon. Sehabis

8	S	itu bapak dimakamkan di Klaten di tempat asalnya, jadi perjalanan dari
9	S	Jakarta ke Klaten, sedang aku posisinya di Semarang tapi di hari itu aku
10	S	berangkat ke Klaten juga.”
	P	“Jadi begitu ya Kak.. kejadian meninggalnya bapak itu sudah lama Kak?”
11	S	“Sebenarnya nggak begitu lama, belum ada setahun tepatnya tahun 2023
12	S	bulan Juni.”
	P	“Wah kurang lebih delapan bulan ya. Nah Kak, teringat tidak kenangan atau momen yang membekas sama ayah?”
13	S	“Iya kurang lebihnya segitu berarti. Kalau kenangan ada, hal sederhana sih
14	S	waktu itu lagi di Klaten itu tempat tinggal bapak sewaktu kecil ya, terus
15	S	bapak ngajakin muter-muter naik motor keliling berdua, sepanjang
16	S	jalan itu bapak cerita masa-masa dulu ketika masih kecil.”
	P	“Wah pasti seru banget ya Kak. Tapi sebetulnya hubungan atau kedekatan Kakak sama ayah itu seperti apa sih?”
17	S	“Jujur hubungannya nggak dekat, jarang juga interaksi sama beliau.”
	P	“Kira-kira kenapa hubungannya nggak terlalu dekat Kak?”
18	S	“Beliau tuh tipikal yang keras, didik aku dengan sangat keras. Seringnya
19	S	juga merasa pikiran dia itu yang paling benar. Jadi daripada debat, aku
20	S	lebih memilih diam saja.”
	P	“Oh jadi gitu ya hubungannya kurang dekat.. nah sewaktu Ayah meninggal itu keluarga responnya beda-beda engga Kak?”
21	S	“Iya beda-beda sih, terlebih Kakak yang lebih menonjol. Dia tuh sampai

22	S	sekarang masih suka menganggap bapak masih ada, kayak suka ngomong
23	S	ibaratnya masih seperti dulu ketika bapak ada.”
	P	“Kalau Ibu bagaimana Kak?”
24	S	“Kalau Ibu seringnya berdoa sih Kak caranya Ibu merespon kedukaannya.”
	P	“Baik, berarti memang berbeda-beda ya cara meresponnya. Nah kalau lingkungan sekitar merespon kejadian ini seperti apa?”
25	S	“Responnya tuh benar-benar luar biasa, bapak itu dipandang sebagai orang
26	S	baik. Jadi bapak pernah sempat tinggal di masjid sebelum punya anak, nah
27	S	dari situ pandangan orang-orang ke bapak itu baik. Pas dikabarkan
28	S	meninggal, banyak sekali omongan baik tentang bapak”
	P	“Wah Alhamdulillah ya Kak, tapi kalau teman-teman bagaimana kak responnya?”
29	S	“Alhamdulillah baik juga, teman-temanku bantu, juga kasih dukungan.”
	P	“Bagus Kak kalau begitu. Nah Kak waktu tahu ayah meninggal itu ada keluhan fisik tidak yang dirasa?”
30	S	“Keluhan fisik nggak ada sih Kak, kaget aja.”
	P	“Berarti nggak ngerasa pusing atau apa gitu ya Kak?”
31	S	“Iya benar.”
	P	“Kalau perasaannya bagaimana kak dari awal sampai sekarang adakah perubahan perasaan setelah beberapa waktu Kak?”
32	S	“Awalnya jelas ada perasaan sedih. Cuma aku itu masih bisa mikir dengan
33	S	baik gitu pas awalnya, kayak itu kan dikabari setelah aku pulang magang,
34	S	yang mana aku belum makan, aku sempet makan dulu sebelum ke Klaten

35	S	karena aku juga mikir kondisi badanku. Nah terus setelahnya aku mulai
36	S	ngerasa menyesal karena hubunganku sama bapak kan nggak dekat
37	S	ya, ngerasa kehilangan yang sangat dalam, juga hilang motivasi tuh
38	S	sempat, skripsi aja stuck terus disitu. Sampai akhirnya Desember 2023
39	S	kemarin tuh aku mulai berpikir kalau harus bangkit, alhasil Januari kemarin
40	S	awal tahun aku merasa perasaannya jauh lebih baik.”
	P	“Berarti kurang lebih enam bulan sampai akhirnya merasa lebih baik ya Kak?”
41	S	“Betul, paling parah itu waktu aku lagi KKN juga bulan oktober tuh masih
42	S	ngerasa nggak enak perasaannya. Tapi Januari itu sudah benar-benar
43	S	perasaannya lebih baik. Jadi ya enam bulan buat aku ngerasa lebih baik.”
	P	“Baik, Kak menganggap pengalaman ini jadi pengalaman traumatis engga?”
44	S	“Enggak sih Kak. Karena aku percaya semua ada pembelajarannya”
	P	“Oh engga ya Kak, tapi masih suka terbayang tidak kejadian itu Kak?”
45	S	“Kalau keingat sih iya, masih keingat tiba-tiba.”
	P	“Keinget gitu ya Kak tiba-tiba, nah buat cara mengatasi kedukaan ini gimana tuh Kak?”
46	S	“Main sama teman-teman, atau enggak waktu buat diri sendiri, naik motor
47	S	sendirian keliling aja gitu.”
	P	“Menyenangkan ya Kak caranya. Hmm Kak sekarang jadi lebih

		mampu mengekspresikan perasaan atau membicarakan kehilangan ini nggak Kak?”
48	S	“Kalau ke Ibu ke Kakak, ke keluarga gitu rasanya masih sulit
49	S	mengungkapkan yang dirasakan sih Kak. Ibu pernah sih bahas soal
50	S	perasaan masing-masing setelah ayah meninggal, tapi aku diam aja.”
	P	“Kenapa begitu Kak?”
51	S	“Ya karena aku ngerasa cowok satu-satunya sekarang di keluarga, takut aja
52	S	gitu buat cerita khususnya ke Ibu. Tapi kalau soal apapun yang lainnya ya
53	S	suka cerita aja.”
	P	“Baik Kak, lanjut ke pertanyaan berikutnya ya Kak. Ada momen engga Kak yang menyadari diri untuk bangkit?”
54	S	“Momen nggak ada sih, ya pikiran diri sendiri aja, kalau harus bangkit,
55	S	harus lanjutin beban perkuliahannya, skripsinya gitu. Mengingat semester
56	S	tua yang memotivasi ku untuk bangkit sih Kak.”
	P	“Wah seperti itu ya Kak, untuk pembelajarannya apa nih Kak yang bisa diambil dari kejadian yang udah dilewati ini?”
57	S	“Pembelajarannya menurutku jadi ngajarin aku buat membantu teman yang
58	S	lagi membutuhkan, karena ternyata bantuan dari orang sekitar itu
59	S	membantu banget. Terus juga jadi orang yang lebih kuat.”
	P	“Bagus banget itu Kak. Untuk pertanyaannya sudah selesai Kak, sudah habis nih. Terima kasih ya Kak.”

60	S	“Lho udah selesai ya hahaha, okedeh Kak. Sama-sama.”
----	---	--

Verbatim Wawancara 2 Subjek 2

Nama/Inisial : I
 Hari, Tanggal wawancara : Senin, 26 Februari 2024
 Waktu : 16.15 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah subjek, Beringin, Ngaliyan, Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Sore Kak, ketemu lagi nih. Mau langsung dimulai aja kak?”
1	S	“Sore juga, boleh boleh”
	P	“Oke langsung ya kak, bisakah diceritakan keadaan rumah sebelum ayah meninggal seperti apa?”
2	S	“Sebelum bapak meninggal biasa aja sih, kayak biasa apa ya, kadang yang
3	S	Rame itu ibu sama kakak, bapak jarang ngomong.”
	P	“Hmm bapak berarti karakternya yang jarang ngomong gitu ya?”
4	S	“Iya nggak yang banyak ngomong.”
	P	“Berarti tidak ada perubahan yang drastis kak?”
5	S	“Kalau perubahan drastis mungkin diawal-awal sih ya, kemudian ya lama-
6	S	Lama kayak biasa aja sih.”

	P	“Perubahan di awalnya yang seperti apa kak?”
7	S	“Perubahan di awalnya tuh yang jadi diam masing-masing ngerasa masih
8	S	Kayak kaget karena salah satu anggota keluarga udah nggak ada gitu. Jadi
9	S	Ya ada yang beda, mungkin adaptasi gitu.”
	P	“Tapi kalau sekarang berarti sudah biasa saja atau masih ada rasa sepi?”
10	S	“Udah mulai biasa lagi sih sebenarnya.”
	P	“Hmm okee, kalau meninggalnya ayah ini apakah berdampak pada ekonomi kak?”
11	S	“Kalau itu sebenarnya ngaruh sih ada pasti, cuman aku sih nggak ngerasa
12	S	Mungkin keadaan dirumah yang lebih berasa. Soalnya bapak tipe yang
13	S	Benar-benar jarang jajan, yang penting anaknya tuh hidup gitu, jadi dia
14	S	Kayak udah prepare gitu.”
	P	“Berarti bapak sama ibu tuh sama-sama kerja ya?”
15	S	“Iya kerja.”
	P	“Oke berarti ada dampaknya cuma di kamu nya nggak kerasa ya?”
16	S	“Ya nggak signifikan gitu lah.”
	P	“Kalau perasaan cemas dan takut kan ada ya, itu yang seperti apa?”
17	S	“Apa ya sebenarnya cemasnya kayak gimana ya jelasinnya ya haha lebih
18	S	ke kayak pengen gitu kayak orang-orang pas kita nya udah mulai dewasa
19	S	Terus masih bisa diskusi sama bokap, kayak pengen juga lihat bokap, pas
20	S	Aku nanti dah kerja, terus ntar ya mungkin diskusi hmm

		ngertilah kita
21	S	Pembicaraan Seputar orang dewasa, jadi aku bisa nanya gitu ke orang yang
22	S	Udah berpengalaman, ya bokap gitu.”
	P	“Tapi sebelumnya dapat nggak peranan ayah itu?”
23	S	“Wah nggak dapat, jarang ngomong sama bapak.”
	P	“Tapi satu sisi pengen ada ya peranan itu ya, walaupun bapak masih ada kan masih bisa diusahakan ya.”
24	S	“Iya..”
	P	“Berarti perasaan cemas dan takutnya engga terlalu ya?”
25	S	“Hmm iya engga yang gimana-gimana pengen ada figur bapak aja.”
	P	“Oke, boleh dijelaskan lagi tidak perasaan ketika menghadapi kedukaan.”
26	S	“Waktu itu sempat kaget ya, pulang dari magang terus dikabarin bapak
27	S	Udah engga ada, terus ya aku berusaha meluapkan emosi dulu, itu nggak
28	S	ada siapa-siapa kan, nah pas sudah gitu terus ke Klaten pemakaman
29	S	Bapak, yaudah disitu berusaha buat nggak kenapa-napa pokoknya gimana
30	S	caranya nunjukin kalau kuat gitu, gamau kelihatan terpuruknya soalnya
31	S	Yang aku hadapi tuh ibu sama kakak, ya pokoknya tetap ada sedihnya sih
32	S	Kehilangan cuma kalau didepan ibu sama kakak belum bisa terbuka.”
	P	“Sampai sekarang itu ya?”
33	S	“Iya”
	P	“Apa yang dilakuin pas lagi meluapkan emosi itu, nangis kah?”

34	S	“Wah waktu itu aku nangis sih hehehe, nangis sih aku jujur, kayak belum
35	S	bisa nerima, kayak cepat banget gitu, terus yauda pas dirasa sudah cukup
36	S	Ngeluapin emosinya, terus mikir apa yang harus dilakukan gitu ngabarin
37	S	Teman yang satu tempat magang, nitip tugas, gitu-gitu minta tolong kabar-
38	S	kabari ke teman-teman terus aku langsung mikir gimana cara aku ke Klaten
39	S	gitu.”
	P	“Tapi setelah itu bisa terluap lagi nggak emosinya atau pada saat itu aja?”
40	S	“Sebelum di hmm makaman sih, kalau dikampung aku gitu kan tradisinya
41	S	Orang perwakilan pasti datang sepatah dua kata nyampein soal bapak gitu,
42	S	Terus juga apa itu namanya terus acara udah selesai itu aku sempet ngerasa
43	S	Sedih gitu, cuma ditahan aja.”
	P	“Terus habis itu bisa terluapkan nggak?”
44	S	“Hmm terluapnya di beda momen sih.”
	P	“Berarti pada saat itu berusaha buat tegar gitu?”
45	S	“Hehehe iyaa gitu heem”
	P	“Tapi bisa sampai nangis nggak pada saat itu, atau sedihnya berarti ketahan gitu?”
46	S	“Iya ketahan aja sih”
	P	“Berarti aslinya pengen nangis gitu ya.”
47	S	“Iyaa..”
	P	“Tapi selain sedih itu ada perasan lain kah, kayak marah misal atau penyesalan eh penyesalan sebelumnya kan udah pernah jelasin ya”

48	S	“Iya kalau penyesalan ada.”
	P	“Kalau perasaan marah atau yang lain ada?”
49	S	“Kalau marah nggak ada sih cuma penyesalan yang hubungan sama bapak
50	S	kurang dekat.”
	P	“Berarti sekarang nih keadaannya sudah lebih baik?”
51	S	“Iya udah jauh lebih baik.”
	P	“Benar-benar semenjak januari itu kah, apa dari januari sampai sekarang Ini, ada masalah gitu buat ngehadapin kedukaan?”
52	S	“Ada sih sempat beberapa kali kayak ya keingat aja sih itu kan hal yang
53	S	Biasa ya, terus kan juga ya paling aku ajak ngobrol gitu, titip salam
54	S	Kayak ya Allah nitip salam buat bapak, aku tuh yakin kayak pesanku
55	S	Tuh pasti disampaikan, aku kayak monolog sendiri gitu lho ke Allah, aku
56	S	Yakin kayak salamku pasti disampaikan, aku juga cerita kayak lagi dapat
57	S	Masalah di skripsi yang gini-gini aja, yang semangatnya naik turun yaudah
58	S	Paling monolog sendiri gitu sih, paling juga kalau di makam ngobrol
59	S	Sendiri gitu.”
	P	“Hmm berarti salah satu upaya mengatasi kedukaannya dengan menolog itu ya?”
60	S	“Hahaha iyaaa”
	P	“Tapi ngobrol gitu momennya kalau pas lagi ada masalah nih apa pas abis sholat gitu misal?”
61	S	“Iyaa hmm dua-duanya, tapi pas paling sering kalau pas ada masalah gitu
62	S	sih monolog aja gitu hahaha.”

	P	“Selain itu apa yang dilakukan buat ngatasin itu?”
63	S	“Iya itu lebih ke waktu sendiri, dari pada yang ramai-ramai sih sebetulnya
64	S	Apalagi kalau ke ibu kakak belum waktunya sih menurutku buat ceritain
65	S	Apa yang dirasa soal bapak.”
	P	“Tapi sebetulnya ibu tuh kayak yang welcome gitu kan ya?”
66	S	“Oh iya benar sangat terbuka banget, cuman aku nya yang nggak pengen
67	S	Cerita macam-macam.”
	P	“Jadi kalau ditanya tuh lebih milih buat diam atau mengalihkan ke yang lain?”
68	S	“Hahaha iya sih, ya pokoknya kalau ditanya sama ibu soal perasaan ya
69	S	Bilang aja gapapa gitu, berdoa aja udah gitu aja.”
	P	“Kalau yang respon kakak tuh sedih gitu ya, yang paling menonjol gitu?”
70	S	“Iya benar kakak yang masih kelihatan sedih”
	P	“Kalau ibu yang udah nerima gitu?”
71	S	“Iya ibu udah lebih bisa nerima sih, sama kan ya sebelumnya bapak emang
72	S	udah ada penyakit kan. Ibu pernah bilang kayak, gapapa kan bapak sudah
73	S	Nggak ngerasa sakit gitu.”
	P	“Berarti sebelumnya kayak udah mengantisipasi gitu ya”
74	S	“Iya, cuma kakak emang lebih menonjol kelihatan kedukaannya aja.”
	P	“Masih menganggap ayah masih ada gitu ya, terus udah beda rumah ya, eh apa masih serumah ya belum nikah kan ya?”
75	S	“Iya serumah, belum nikah. Jadi kan bapakku kan guru ya, nah ada foto

76	S	Bareng-bareng sama guru lainnya. Nah pas bapak gak ada itu foto diantar
77	S	Kerumah. Nah setiap kali kakakku pulang kerja nih, buka pintu langsung
78	S	Hadap ke foto, langsung kayak, bapak ima pulang, kakak pulang.”
	P	“Sampai sekarang gitu ya masih menganggap ayah ada. Tapi pada saat gitu tuh perasaannya gimana ya?”
79	S	“Aku gatau langsung sih ya, cuma diceritain aja dari ibu.”
	P	“Berarti ini ibu sama kakak dirumah berdua ya?”
80	S	“Iya benar.”
	P	“Berarti sekarang mentalnya udah lebih baik ya?”
82	S	“Aku nya?”
	P	“Iya, gimana?”
83	S	“Iya udah lebih baik, cuma pasti nanti ya ada momen naik turunnya.”
	P	“Tapi yang setengah tahun lalu itu sampai mengganggu aktivitas enggak?”
84	S	“Iya kalau pas setengah tahunnya tuh pas lagi downnya ya ganggu aktivitas
85	S	Cuman yang nggak ngeganggu banget cuman ya sering aja terlintas,
86	S	Omongan-omongan dia tuh, cuman ya gimana ya hehehe.”
	P	“Bedanya nih setengah tahun yang pas lagi downnya itu sama sekarang yang dirasa udah jauh lebih baik, itu bedanya apa sih?”
87	S	“Sekarang sih.. oh dulu ini aku nggak bisa tuh monolog gitu cerita. Kalau
88	S	Dulu ya nangis aja, ga bisa cerita cerita gitu, kalau sekarang ya lebih baik
89	S	aja menyikapinya. Cuma endingnya tetap sama mendoakan pasti. Bedanya
90	S	cuma di situ, dulu nggak bisa monolog cerita-cerita gitu

		hehehe.”
	P	“Tapi pernah engga pada enam bulan itu, kan masih dibilang baru-baru ayah meninggal ya. Terus ditanya-tanya eh ayahmu meninggal ya, kenapa gitu-gitu. Pas jawab gitu ada perasaan gimana gitu gak bisa jawabnya gak?”
91	S	“Aku apa ya pas enam bulan itu jarang ada yang nanya sih ya, karena udah
92	S	Pada tahu gitu. Soalnya emang udah pada tahu, apalagi orang rumah,
93	S	Karena ya bisa dibilang bapak tuh kayak famous lah hahaha dirumah.
94	S	Cuma Januari kemarin tuh ada yang nanya kayak gitu, terus disamping
95	S	Itu ibunya baru meninggal, terus dia juga kayak yang bercanda dark gitu
96	S	Terus aku kayak udah tahu arahnya kemana gitu, yaudah diam aja sih
97	S	Aku menyikapinya, karena ku mikirnya ini engga cocok buat bercandaan
98	S	Gitu, aku enggak masuk aja dengan bercandaan yang kayak gitu.”
	P	“Hmm iya soalnya kan memang ada orang yang dibuat bercandaan ya kayak gitu.”
99	S	“Iya dan aku enggak bisa kayak gitu.”
	P	“Hmm iyaa kak.. Oke kak ini kita udah habis pertanyaanya. Udah selesai nih kak.”
100	S	“Woo iya udah? Kok kerasanya cepat banget.”
	P	“Hahaha iyaa kak sudah, terima kasih banyak ya kak.”

Verbatim wawancara 1 pada subjek 3

Nama/Inisial : D
 Hari, Tanggal wawancara : Senin, 12 Februari 2024
 Waktu : 06.30 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek di Jatisari Asabri, Mijen, Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Selamat pagi Ibu, perkenalkan saya Maritza. Sebelumnya terima kasih banyak atas kesediaannya saya wawancara. Apakah bisa langsung kita mulai saja untuk sesi wawancaranya?”
1.	S	“Selamat pagi juga, sama-sama Mbak.. iya boleh silahkan”
	P	“Baik Ibu, pertanyaan pertama. Bisakah diceritakan, bagaimana kejadian atau penyebab meninggalnya suami Ibu?”
2	S	“Hmm.. kejadiannya berawal dari suami saya yang sudah mulai sakit dari bulan
3	S	desember tahun 2019, adanya penyakit bagian urologi. Setiap sebulan sekali
4	S	periksa ke rumah sakit. Tapi makin lama makin parah keadaannya, sampai
5	S	akhirnya dibulan April 2020 dokternya minta agar suami saya dirawat inap.
6	S	Sebetulnya ya banyak pertimbangan Mbak, karena itu keadaan negara kita kan
7	S	sedang awal mengalami covid ya, tapi gimana lagi kita mikirnya buat kebaikan
8	S	suami saya. Eh dua hari setelah suami dirawat inap, suami saya malah
9	S	ditempatkan di isolasi, karena ada keluhan demam tinggi. Padahal tuh Mbak
10	S	saya yakin banget kalau suami saya tidak terkena covid. Hari senin malam,

11	S	saya meninggal. Suami saya dimakamkan dengan protokol covid karena hasil
12	S	tesnya belum keluar.”
	P	“Berarti meninggalnya pada saat awal kabar covid itu ya Bu. Lalu bagaimana kondisi di pemakaman Bapak Bu?”
13	S	“Iya benar mbak. Pas itu saya sama anak saya yang kedua kan ndak bisa ke
14	S	rumah sakit karena suami saya di isolasi, jadi cuma anak saya yang pertama
15	S	yang dirumah sakit. Itupun peraturannya ketat banget mbak karena ya emang
16	S	awalan ada covid itu. Jadi pas itu saya di telp anak saya itu, ngasih kabar kalau
17	S	Bapaknya sudah nggak ada. Saya nggak bisa apa-apa pas itu, suami langsung
18	S	dimakamkan dengan protokol covid pihak rumah sakit dan anak saya cowok
19	S	yang pertama itu yang ngurusin terus langsung dimakamkan karena ndak boleh
20	S	dibawa ke rumah kan. Sedihnya saya dan anak perempuan atau anak kedua saya
21	S	itu nggak boleh keluar rumah, karena mengingat status keluarga kita yaitu ODP
22	S	atau orang dalam pemantauan ya karena itu Mbak hasil covidnya belum keluar,
23	S	jadi saya juga nggak bisa menyaksikan pemakaman suami saya. Setelah empat
24	S	hari berikutnya baru deh keluar hasil tesnya kalo negatif, lalu barulah saya
25	S	diperbolehkan untuk ke makam.”
	P	“Ya Allah, pasti berat untuk Ibu pada kondisi saat itu. Saya lanjut pertanyaan berikutnya ya Ibu.. bagaimana kedekatan atau hubungan Ibu dengan suami Ibu?”

26	S	“Ya jelas sangat dekat Mbak, bahkan sampai tua hubungan saya dengan suami
27	S	masih sangat harmonis. Suami saya itu tempat saya untuk meminta pendapat,
28	S	berkeluh kesah kita saling berbagi cerita, banyak hal menyenangkan, kita juga
29	S	saling menguatkan dan ya saling bergantung satu sama lain.”
	P	“Berarti hubungan Ibu dengan suami sangat dekat ya Bu. Lalu bisakah Ibu ceritakan momen atau kenangan khusus yang muncul dalam pikiran Ibu ketika mengingat suami Ibu?”
30	S	“Iya Betul. Sebetulnya banyak ya Mbak kenangan bersama suami saya. Tapi
31	S	yang paling membekas, ketika kami sholat dan berdoa bersama, khususnya ketika
32	S	ketika itu kami mendoakan anak pertama kami yang cowok itu yang sedang
33	S	kuliah di luar negeri pas itu.”
	P	“Wah, pasti sangat membekas momen itu. Lanjut pertanyaan berikutnya ya Bu, apakah ada perbedaan pada setiap anggota keluarga dalam merespon meninggalnya Bapak? ”
34	S	“Jelas ada Mbak, anak saya yang pertama mungkin karena laki-laki dia kelihatan
35	S	lebih tegar dan jarang sekali menunjukkan kesedihan. Bahkan pas hari meninggal
36	S	ayahnya itu, sampai saya minta dia untuk meluapkan tangisnya ke saya. Berbeda
37	S	dengan anak kedua saya, dia cenderung sensitif ketika mengingat Ayahnya.”
	P	“Sangat berbeda berarti ya Bu, tapi pernah tidak mengumpulkan semuanya dan membicarakan perasaan setelah meninggalnya Bapak?”
38	S	“Kalau membicarakan perasaan satu sama lain terlebih secara mendalam jarang

39	S	Mbak, malah mungkin nggak pernah. Seringnya membicarakan momen-momen
40	S	ketika masih ada Ayahnya.”
	P	“Baik Ibu.. lalu bagaimana respon lingkungan sekitar atas meninggalnya suami Ibu?
41	S	“Kalau keluarga inti kita saling menguatkan satu sama lain, pun keluarga besar
42	S	juga sama mendukung kita baik secara emosional atau materi. Tapi kalau
43	S	tetangga, karena pada saat itu suami saya dikabarkan positif covid padahal
44	S	hasilnya belum keluar jadi banyak tetangga yang menghindari karena takut
45	S	terkena covid, rasanya kita seperti dikucilkan.”
	P	“Berarti lingkungan sekitar kurang memberikan dukungan ya Bu?”
46	S	“Iya betul, ya karena itu tadi takut kalau terkena covid. Tapi setelah hasilnya
47	S	keluar kalau suami saya negatif, baru pada memberikan dukungannya. Meski
48	S	begitu tetap ada orang-orang yang benar-benar peduli pada kami.”
	P	“Baik Ibu. Kalau keadaan fisik Ibu bagaimana pada saat dikabarkan suami Ibu meninggal?”
49	S	“Yang jelas saya shock sangat kaget, tangan saya sangat bergetar juga dada
50	S	rasanya sangat sesak”
	P	“Apakah ada keluhan fisik lainnya Ibu?”
51	S	“Nggak ada, itu tok tadi Mbak”
	P	“Baik Ibu, lalu bagaimana Ibu merasakan takut dan kecemasan mempengaruhi tubuh Ibu secara fisik?”
52	S	“Kalau mempengaruhi fisik nggak Mbak, tapi perasaan takut dan cemas ada.

53	S	Mungkin lebih kecemasan saya bagaimana meneruskan hidup tanpa suami”
	P	“Jadi yang dirasakan lebih ke kecemasan ya Bu, namun tidak berpengaruh pada fisik begitu ya. Lalu bagaimana Ibu merasakan perubahan dalam perasaan setelah beberapa waktu meninggalnya suami Ibu?”
54	S	“Awalnya sedih jelas, sangat teramat. Tapi rasanya sulit dijabarkan perasaan saya
55	S	saat itu, blank saja rasanya. Saya juga masih tidak percaya pada saat itu kalau
56	S	suami saya meninggal. Tapi saya pasrahkan saja kepada Allah”
	P	“Berarti awalnya merasa sangat sedih begitu ya Bu, lalu setelahnya apa yang dirasa?”
57	S	“Ya tetap sedih itu jelas masih terasa to Mbak, bahkan sampai lama ya sampai
58	S	menjelang empat tahun itu kalau teringat kejadian itu masih sering menangis.
59	S	Selain itu juga ada perasaan sakit karena ditinggal suami ya juga kangen banget
60	S	rasanya.”
	P	“Baik Ibu, kalau menurut Ibu apakah pengalaman ini bisa jadi pengalaman yang traumatis bagi Ibu?”
61	S	“Kalau traumatis nggak ya, itu sudah takdir Tuhan. Tapi ya butuh proses.”
62	P	“Berarti Ibu tidak menganggap ini sebagai pengalaman yang traumatis ya.”
63	S	“Betul, lebih tepatnya bagi saya ini pengalaman yang membekas, karena saya
64	S	enggak mau terpuruk terus. Saya harus bangkit.”
	P	“Baik Ibu. Lalu apakah Ibu sering terbayang mengenai kejadian meninggalnya suami Ibu?”
65	S	“Kalau yang tiba-tiba terbayang enggak, cuma kalau mengingatnya pasti.”

	P	“Karena seperti yang Ibu bilang tadi ya, jadi sebuah pengalaman yang membekas ya Bu. Nah untuk waktunya kapan Ibu mulai merasa bahwa perasaan Ibu lebih baik dalam proses penerimaan kedukaan tersebut?”
66	S	“Iya begitu. Kalau kapannya sih, tiga tahun setelah meninggalnya suami saya
67	S	masih sering ngerasa sedih. Mungkin mulai menjelang tahun ke empat kira-kira
68	S	ya akhir tahun kemarin, saya mulai merasa lebih baik perasaannya.”
	P	“Berarti setelah tiga tahun baru mulai perasaannya lebih baik ya Bu?”
69	S	“Iya, sebetulnya ya tahun ketiga udah engga terlalu sedih perasaannya. Cuma
70	S	masih belum ikhlas, baru setelah tiga tahun itu saya baru merasa kalau sudah
71	S	bisa ikhlas.”
	P	“Lalu apa yang membuat Ibu akhirnya bangkit dalam kedukaan yang Ibu rasakan? Apakah ada sesuatu hal atau momen yang terjadi
72	S	“Nggak ada momen khusus yang terjadi sih Mbak, cuma ya saya menyadari
73	S	aja kalau saya harus bangkit. Juga nggak baik terus-terusan meratapi kesedihan,
74	S	kalau dalam agama kan juga ndak baik to Mbak.”
	P	“Bagaimana cara Ibu untuk bangkit tersebut Bu?”
74	S	“Saya perkuat ibadah, saya banyakin doa ke Allah, saya berkeluh kesah
75	S	kepadaNya, saya pasrahkan semua ke Allah”
	P	“Berarti upaya Ibu lebih mendekatkan diri kepadaNya ya Bu. Nah untuk sekarang bagaimana Ibu, apakah dengan itu Ibu sekarang merasa lebih mampu untuk mengekspresikan perasaan atau membicarakan kehilangan ini dibandingkan sebelumnya?”
76	S	“Iya jelas mbak, sekarang sudah jauh lebih baik.”

	P	“Alhamdulillah Ibu, lalu apa pembelajaran baru yang Ibu rasakan dari kejadian ini?”
77	S	“Pembelajarannya mengajarkan saya untuk lebih mandiri, karena sebelumnya
78	S	mengajarkan saya untuk lebih mandiri, karena sebelumnya saya sangat
79	S	bergantung pada suami saya. Setelah suami saya pergi, saya jadi harus lebih
80	S	mandiri, harus lebih kuat lagi dan lebih mendekatkan diri kepada Allah.”
	P	“Baik Ibu, pertanyaannya sudah cukup. Terima kasih banyak Ibu, sehat selalu.”
81	S	“Wah sudah ya Mbak, aamiin terima kasih juga Mbak”

Verbatim wawancara 2 pada subjek 3

Nama/Inisial : D
 Hari, Tanggal wawancara : Kamis, 6 Maret 2024
 Waktu : 19.30 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek di Jatisari Asabri, Mijen, Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No.	Ket	Verbatim
	P	“Selamat malam Ibu, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktu istirahat Ibu”
1	S	“Malam mbak, gapapa.”
	P	“Baik terima kasih Ibu, boleh langsung kita mulai Bu?”
2	S	“Ya boleh mbak.”
	P	“Keadaan rumah sebelum sama setelah suami meninggal apakah beda bu?”
3	S	“Tentunya beda, karena merasa ada yang kurang. Biasanya kita lengkap
4	S	suami, istri dan anak. Suami yang biasanya ada, sekarang udah gak ada. Ya
5	S	jadi terasa ada yang kurang.”
	P	“Terasa kurangnya yang bagaimana Ibu?”
6	S	“Ya itu tadi seperti yang saya bilang tadi, biasanya ada jadi gak ada, jadi
7	S	kadang-kadang lupa. Bahwa kita tuh seakan-akan itu masih ada, tapi kita
8	S	sekarang sudah berkurang satu.”
	P	“Perbedaannya yang dirasa itu apa Ibu?”
9	S	“Biasanya kita selalu bersama contohnya pergi bareng, makan bareng nah
10	S	setelah ditinggal pergi otomatis sekarang sudah tidak bisa

		seperti itu lagi.”
	P	“Okay.. berarti perubahannya sekarang itu lebih ke perasaannya yang dirasa ya?”
11	S	“Iya ngerasa kurang yang biasanya lengkap jadi berkurang gitu satu
12	S	anggota keluarga”
	P	“Menurut Ibu meninggalnya suami berpengaruh nggak ke kehidupan Ibu?”
13	S	“Untuk perasaan ya berpengaruh jadi kerasa sedih pada saat itu duka juga
14	S	pasti, kalo soal kehidupan ya berpengaruh juga karena ya itu biasanya
15	S	apa-apa kan bareng. Tapi lama kelamaan menjadi tertata menjadi ikhlas
16	S	sehingga kita berjalan sesuai alur aja. Hanya awalnya saja yang kerasa
17	S	timpang, tapi lama kelamaan kita harus bisa menyesuaikan keadaan.
18	S	Sehingga kita berjalan sesuai alur saja.”
	P	“Okay.. waktu itu kan ibu bilang merasa lebih baik itu ketika menjelang empat tahun ini betul ya?”
19	S	“Betul.”
	P	“Nah sewaktu tiga tahun itu apa saja yang Ibu rasakan?”
20	S	“Sebelum menjelang empat tahun itu masih ingat terus, tiba-tiba nangis,
21	S	tiba-tiba keinget keseharian kebiasaan dulu pas masih bersama gitu.”
	P	“Berarti yang tiga tahun itu masih sering menangis ya?”
22	S	“Iya benar”
	P	“Tapi yang menjelang empat tahun ini sudah nggak seperti itu Bu?”
23	S	“Untuk yang sekarang ini kita harus harus lebih ikhlas, harus

		lebih banyak
24	S	mendoakan, jadi kita tidak terus berfokus itu, karena kehidupan terus
25	S	berjalan, masih ada yang ingin dicapai. Sehingga dengan sendirinya kita
26	S	tidak terlalu memikirkan, ya walaupun sebetulnya dalam hati yang
27	S	namanya kehilangan masih tetap terasa kehilangan.”
	P	“Kalau ingat kejadian sewaktu meninggal itu masih suka terbayang kesedihan, sakit hati, duka yang dirasa pada saat itu enggak?”
28	S	“Nggak sih, harus gak. Sedikit-sedikit harus kita tutup dengan hal yang
29	S	lebih baik lagi. Jadi ga seharusnya kita terus berduka, lebih banyak
30	S	mendoakan lagi dari pada kita sedih terus.”
	P	“Itu Ibu merasa seperti itu empat tahun ini apa sebelumnya sudah ada fikiran soal itu?”
31	S	“Ya berjalannya waktu. Dari bulan, hitungan tahun kemudian sampai hari
32	S	ini gitu.”
	P	“Hmm ibu bisa mengekspresikan apa yang Ibu rasakan ke orang lain gak terutama ke orang terdekat Ibu?”
33	S	“Maksudnya mengekspresikan yang bagaimana?”
	P	“Misalnya tiba-tiba lagi teringat suami atau perasaan lain gitu Ibu bisa ungkapkan gak ceritakan ke orang lain atau seringnya Ibu simpan sendiri?”
34	S	“Kalau yang nangis, sakit hati kehilangan orang yang disayang gitu ya pas
35	S	awal-awal saja setahun dua tahun menjelang tiga tahun. Tapi lama
36	S	kelamaan tidak seperti itu lagi. Pernah secara nggak sengaja kalau cerita

37	S	gitu seperti kayak mau mengeluarkan air mata gitu aja, tapi nggak yang
38	S	seperti itu. Karena di agama pun sudah tidak boleh kalau kita meratapi
39	S	terus menerus, sehingga kita harus ikhlas.”
	P	“Hmm berarti untuk saat ini kalau mengungkapkan apa yang di rasa atau menceritakan kejadian meninggalnya suami lebih mudah daripada dulu ya?”
40	S	“Ya jelas. Ini sudah mau masuk tahun ke empat, mestinya sudah tidak
41	S	harus mengingat ingat yang dulu. Meskipun rasa kehilangan tetap ada
42	S	kehilangan orang yang kita cintai, tapi bukan berarti kita meratapi terus
43	S	menerus jadi kita ganti dengan berdoa dan mendekatkan diri lagi ke Allah
44	S	SWT.”
	P	“Mohon maaf Ibu, Ibu kan dari tadi mengatakan ‘harus’ ‘harus’ gitu kan tapi sesuai tidak bu sama yang ibu rasakan?”
45	S	“Ya harus untuk sekarang ini ya harus sesuai.”
	P	“Kalau perasaan takut dan cemas pada saat itu ada ya?”
46	S	“Ya jelas pas awal-awal itu ya, karena masih ada yang dipikirkan. Takut
47	S	gitu kan kok sekarang aku sendiri padahal aku selalu berdua sebelumnya.
48	S	Terus nanti suamiku gimana disana, terus aku bisa nggak sendiri. Itu pas
49	S	awal-awal sih.”
	P	“Okay.. berarti perasaan itu munculnya pas baru mengalami kejadian suami meninggal ya?”
50	S	“Iya pas awal kejadian itu.”
	P	“Merasa takutnya karena sebelumnya saling bergantung gitu ya?”

51	S	“Iya karena saling membutuhkan pada saat itu.”
	P	“Okay.. kalo meninggalnya suami berpengaruh ke ekonomi tidak?”
52	S	“Tidak, masih terus berjalan ekonomi karena kan saya kerja. Terus
52	S	anak-anak sudah tidak seperti dulu yang dua-duanya butuh biaya besar,
53	S	sekarang kan anak pertama sudah lulus bahkan sudah bekerja juga.”
	P	“Baik.. waktu itu Ibu mengatakan bahwa kejadian meninggalnya suami itu bukan kejadian yang traumatis betul ya?”
54	S	“Iya benar”
	P	“Karena apa itu Bu?”
55	S	“Ya karena kita harus percaya bahwa ini adalah jalan terbaik dari Allah
56	S	takdir Allah, sehingga kita jangan terlalu memikirkan hal negatif yang
57	S	menjadikan traumatis.”
	P	“Menurut Ibu ada tidak yang berubah dalam diri Ibu sendiri setelah kejadian meninggalnya suami?”
58	S	“Ya otomatis ada perubahan dalam diri sendiri, ya walaupun anak-anak
59	S	sudah tidak kecil, tapi kan sekarang saya sudah single parents, jadi harus
60	S	apa-apa sendiri, kalau dulu kan bekerja sama dengan suami untuk
61	S	mengingatkan anak, untuk kehidupan. Kalau sekarang kan
62	S	sendiri, memutuskan sesuatu gitu walaupun juga anak bisa diajak pertimbangan,
63	S	tapi tetap beda dibandingkan dulu ada suami.”
	P	“Adakah yang menghambat ibu dalam mengatasi duka?”
64	S	“Tidak, kita justru harus bangkit karena mengingat sekarang kan

		sudah
65	S	sendiri jadi harus bisa jadi contoh buat anak untuk kuat untuk bisa berfikir
66	S	lebih baik lagi.”
	P	“Kalau pembelajaran yang bisa ibu ambil dari kejadian ini apa?”
67	S	“Hmm.. pembelajarannya kita harus ikhlas, kita harus tawakal, kita harus
68	S	lebih berhati-hati menjalani hidup ini. Sehingga ketika kita mengalami
69	S	kedukaan lagi kita jadi lebih kuat.”
	P	“Okay sudah cukup pertanyaannya Ibu. Terima kasih banyak Ibu.”
70	S	“Ya sama-sama mbak.”

Verbatim wawancara pada subjek 4

Nama/Inisial : S
 Hari, Tanggal wawancara : Selasa, 13 Februari 2024
 Waktu : 16.00 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek, Perumahan BPI, Ngaliyan,
 Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

	P	“Selamat sore Kak, perkenalkan saya Maritza. Sebelumnya terima kasih banyak atas kesediaannya saya wawancara. Apakah bisa langsung kita mulai saja untuk sesi wawancaranya?”
1.	S	“Selamat sore juga Kak, iya kak santai aja sama-sama.”
	P	“Baik Kak, pertanyaan pertama. Bisakah diceritakan, bagaimana kejadian atau penyebab meninggalnya Ibu?”
2	S	“Penyebabnya itu mama emang punya penyakit sebelumnya. Mama itu kan
3	S	jaga kantin di sekolah jadi pagi pagi banget sudah bangun gitu Kak buat
4	S	nyiapin masak-masak segala macamnya bareng sama ibu nya atau ya nenek
5	S	aku gitu. Nah biasanya tuh yang bangun duluan nenek, cuma ga tau di hari
6	S	itu mama bangun lebih awal. Jadi pas kejadian meninggalnya mama semua
7	S	itu masih keadaan tidur. Sewaktu nenek bangun, cari mama engga ketemu,
8	S	ternyata di belakang rumah juga posisinya gelap ya Kak engga begitu
9	S	kelihatan, pas nenek nemuin mama, mama itu posisi badannya agak
10	S	bungkuk gitu udah keadaan nggak sadar. Nenek yang lihat itu kan jelas

11	S	panik, langsung bangunin ayah. Terus orang rumah keadaannya ramai, nah
12	S	aku posisinya masih tidur, aku itu dibangunin terakhir terus bingung aja
13	S	karena rumah seheboh itu keadaannya, terus baru dikasih tau kalo mama
14	S	udah nggak ada.”
	P	“Jadi gitu Kak.. berarti meninggalnya itu dirumah ya Kak?”
15	S	“Iya betul, pas kebetulan aku juga lagi dirumah itu.”
	P	“Sebelumnya itu sudah ada tanda-tanda belum Kak? mungkin malamnya sakit atau ada sesuatu hal?”
16	S	“Nah itu dia Kak, sebelumnya itu enggak ada apa-apa, bahkan malamnya
17	S	kita tuh ngumpul semua ketawa-ketawa bareng gitu. Nggak bakal ngira
18	S	kalau paginya mama meninggal.”
	P	“Wah pasti semuanya kaget juga ya Kak karena kan berarti sebelumnya baik-baik saja ya.”
19	S	“Iya Kak benar banget.”
	P	“Kalau kedekatan atau hubungan Kakak sama Mama itu gimana kak?”
20	S	“Jujur sebenarnya awalnya nggak begitu dekat sama Mama, jarang
21	S	interaksi gitu. Mulai dekatnya itu pas Mama udah sakit, aku kan sering
22	S	ngantar Mama ke rumah sakit, karena ya fun fact aku kan punya kakak
23	S	cewek satu, tapi di antara aku, mama, sama kakak yang bisa nyetir cuma
24	S	aku doang. Jadinya aku sering jadi supir gitu ngantar-ngantar. Nah gegara
25	S	itu aku jadi dekat sama mama, jadi banyak waktu sama mama.”

	P	“Wah berarti dengan bisanya naik motor jadi banyak waktu ya sama mama.”
26	S	“Hahaha iya Kak.”
	P	“Kita lanjut pertanyaannya ya Kak. Boleh nggak Kak diceritakan momen sama mama yang paling berkesan?”
27	S	“Apa ya Kak, oh ini sehabis nganter mama periksa aku minta makan dulu
28	S	hehehe. Terus kita makan berdua, makan mie ayam. Hal itu tuh kayak
29	S	berkesan aja.”
	P	“Sederhana tapi indah ya Kak”
30	S	“Iya gitu, banyak momen sih ngantar mama periksa, tapi salah satunya itu
31	S	yang berkesan.”
	P	“Mmm iya kak... nah meninggalnya Mama tuh berpengaruh nggak sih kak sama kehidupan Kakak?”
32	S	“Ya iya kak berpengaruh, banget. Pengaruhnya tuh ya sama keadaan
33	S	perasaanku sekarang ya, kehilangan jelas. Juga kan berarti sekarang yang
34	S	kerja Ayah aja, tapi bisa jadi motivasi ku buat cepat-cepat kuliah, kasian
35	S	Ayah biayain aku sendirian.”
	P	“Sangat berpengaruh berarti ya Kak. Kalau respon ayah sama kakak gimana terhadap meninggalnya Mama.”
36	S	“Semuanya sama sedihnya, sama-sama kehilangan. Aku tahu ayah
37	S	mungkin masih sedih sampai sekarang. Kalau kakak nggak begitu tahu,
38	S	beberapa hari setelahnya dia berusaha jalani kegiatan rutinitasnya seperti
39	S	biasa, ya kerja gitu.”

	P	“Berarti semuanya merasakan hal yang sama ya?”
40	S	“Iya benar, sama-sama terpuruknya. Tapi mungkin cara menghadapinya
41	S	beda-beda. Sebetulnya ya Kak, kalau yang lebih down itu malah ibunya
42	S	mama, karena kan dia tahu yang paling awal mama nggak ada, nenek sama
43	S	adiknya mama itu masih kelihatan juga ngerasa kesedihan kehilangan
44	S	mama.”
	P	“Kalau respon lingkungan sekitar gimana Kak?”
45	S	“Kalau keluarga tuh ya saling menguatkan satu sama lain. Kebetulan juga
46	S	rumah aku tuh rumah keluarga betawi yang besar gitu, jadi kita tinggal
47	S	semua jadi satu disitu. Responnya ya bagus sih kak, pada semangat juga
48	S	pada ngerasa sedih juga. Nah kalau teman-teman tuh, benar benar luar
49	S	biasa banget tanggapannya, pada kasih aku semangat, bahkan beberapa kali
50	S	mastiin kalau aku baik-baik aja atau engga. Ada juga yang kalo aku bilang
51	S	lagi sedih ingat mama, langsung disamperin diajak main. Alhamdulillah
52	S	banget pada baik-baik semua.”
	P	“Seneng Kak dengernya, Alhamdulillah ya Kak pada kasih dukungan.”
53	S	“Iya huhu, Alhamdulillah luar biasa banget semangatnya.”
	P	“Nah kalau respon Kakak sendiri pas pertama kali tahu gimana Kak?”
54	S	“Aku tuh ya pas pertama kali dikasih tahu kalau mama meninggal, aku

55	S	nggak percaya Kak, masih denial gitu. Aku belum ada nangis tuh, karena
56	S	masih percaya kalau mama itu masih hidup. Padahal itu jantung mama
57		udah nggak berdetak, sampai dipanggilkan dokter dan dokter menyatakan
58		mama meninggal, baru disitu aku percaya Kak, barulah aku nangis.”
	P	“Berarti awalnya nggak percaya ya Kak. Kalau respon fisik terhadap meninggalnya Mama gimana Kak?”
59	S	“Yang jelas shock banget kaget gitu lho, sama tremoran banget. Sama
60	S	benar-benar nggak nafsu makan Kak, oiya kak aku sempat pingsan
61	S	sebentar waktu mama mau dimakamkan.”
	P	“Wah terus gimana itu Kak?”
62	S	“Pingsan sebentar pada bantuin, terus akhirnya sadar lagi.”
	P	“Selain itu ada keluhan fisik lagi tidak Kak?”
63	S	“Nggak sih Kak.”
	P	“Kalau perasaan cemas dan takut ada tidak Kak waktu awal mengetahui mama meninggal itu?”
64	S	“Ada sih Kak pasti perasaan kayak gitu karena mikirin kedepannya itu
65	S	gimana tanpa Mama. Terfikir aja berarti aku sudah benar-benar nggak
66	S	punya mama lagi.”
	P	“Cemas dan takutnya mempengaruhi fisik engga Kak?”
67	S	“Nggak sampai berpengaruh sampai ke fisik sih, tapi ya ngerasa juga
68	S	cemas dan takutnya itu.”
	P	“Hmm baik Kak.. setelah beberapa waktu meninggalnya mama itu apa yang dirasakan Kak?”

69	S	“Campur-campur Kak perasaannya, setahun meninggalnya Mama itu
70	S	benar-benar yang nangis terus hampir tiap hari. Perasaanku jelas berat
71	S	kehilangan seorang ibu gitu. Juga makin takut kalau kehilangan orang lagi,
72	S	karena rasanya gak enak banget.”
	P	“Berarti bisa dibilang yang dirasa setelah beberapa waktu itu kesedihan yang mendalam gitu ya Kak?”
73	S	“Iya betul Kak, ya gitu.”
	P	“Tapi Kakak menganggap ini sebagai pengalaman yang traumatis nggak Kak?”
74	S	“Iyaa banget kak, jadi trauma gitu. Ya lebih ke itu kebayang kalo ngerasa
75	S	kehilangan lagi, benar-benar trauma sama kehilangan seseorang. Takut.”
	P	“Hmm.. kalau kejadiannya meninggalnya mama masih suka tiba-tiba teringat nggak Kak?”
76	S	“Iya kadang-kadang ya, masih ingat. Cuma bisa ngendaliinnya kalau
77	S	sekarang.”
	P	“Baik, berapa waktu atau kapan sih Kakak mulai merasa bahwa perasaannya lebih baik?”
78	S	“Itu kak setelah setahun meninggalnya mama, sepanjang setahun itu kan
79	S	aku down banget ya. Tapi setelahnya aku merasa lebih baik, ya walaupun
80	S	sekarang masih ada nangis-nangisnya, cuma menurutku perasaanku jauh
81	S	lebih baik sekarang daripada setahun pas meninggalnya mama.”
	P	“Berarti bisa dibilang butuh setahun sampai akhirnya meras alebih baik ya Kak?”
82	S	“Iya Kak, betul”

	P	“Ada nggak sih Kak momen yang menyadari atau sesuatu hal yang memicu Kakak untuk bangkit dari kedukaan ini?”
83	S	“Momennya nggak ada, tapi ingat ayah. Akhir tahun 2022 bulan desember
84	S	tuh ada pemikiran kayak aku engga bisa nih gini-gini terus.”
	P	“Lalu apa aja sih Kak upaya yang Kakak lakuin untuk bangkit dari kedukaan itu?”
85	S	“Banyak ikut kegiatan sih, aku ikut beberapa organisasi tuh ya salah
86	S	satunya sebagai upaya aku untuk mengatasi duka gitu. Banyak kesibukan,
87	S	aktif sana sini.”
	P	“Iya kak jadi kayak teralihkan gitu ya Kak.”
88	S	“Nah iya, jadi ga kek stuck gitu lho.”
	P	“Betul Kak. Nah setelah kejadian itu bagaimana nih Kakak menggambarkan perubahan perasaan atau pandangan hidup Kakak?”
89	S	“Hmm gimana ya.. aku tuh ngerasa banget ada perubahan dalam diri aku.
90	S	Tadinya tuh aku orangnya keras gitu kan, tapi setelah meninggalnya mama,
91	S	hatiku gampang banget kesentuh, aku jadi sensitif banget, nggak bisa
92	S	dibantah di omongin pake nada tinggi gitu aduh nggak bisa banget. Terus
93	S	kalau lihat ibu-ibu di pinggir jalan yang ngemis, atau apa gitu langsung
94	S	nangis. Lihat yang sedih dikit aja di tiktok gitu juga nangis, apalagi yang
95	S	berhubungan sama ibu gitu aku nangis.”
	P	“Jadi lebih perasa ya Kak, tapi sekarang ini lebih mampu mengekspresikan atau menceritakan kehilangan Mama dibanding dulu tidak Kak?”

96	S	“O iya jelas kak beda banget, dulu tuh aku kalau cerita soal mama udah
97	S	pasti langsung nangis, nangisnya benar-benar yang kenceng banget, sesek
98	S	gitu. Nah kalau sekarang masih suka nangis, tapi udah nggak kayak dulu.”
	P	“Alhamdulillah kalau gitu Kak uda lebih baik gitu ya. Nah apakah pembelajaran baru yang dapat Kakak peroleh dari kejadian ini apa Kak?”
99	S	“Ada kak, aku jadi mengerti kalau rasanya ditinggalkan seseorang yang
100	S	sangat disayang tuh ternyata memang sesakit ini. Jadi harus lebih hargai
101	S	keberadaannya.”
	P	“Ada lagi Kak?”
102	S	“Hmm.. kurang lebihnya itu kak.”
	P	“Oke Kak, udah selesai pertanyaannya. Alhamdulillah, terima kasih banyak ya Kak. Semangat selalu”
103	S	“Wah sudah yaa, siap Kak makasih juga ya Kak.”
	P	“Iya Kak...”

Verbatim wawancara pada subjek 4

Nama/Inisial : S
 Hari, Tanggal wawancara : Selasa, 4 Maret 2024
 Waktu : 19.30 WIB
 Lokasi wawancara : WhatsApp

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

	P	“Selamat malam Kak, apakah sudah siap?”
1.	S	“Malam, yukk yukk.”
	P	“Sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya ya Kak, oke bisa langsung kita mulai Kak?”
2	S	“Engga kok, yuk bisa.”
	P	“Sebelum mama meninggal keadaan di rumah seperti apa, apakah ada perbedaan sama sekarang?”
3	S	“Psssstiii, namanya kehilangan orang terkasih apalagi sosok utama yang ini
4	S	ada di keluarga. Sebelum mama ga ada tuh rasanya dunia aman, tenang
5	S	aku juga ngadepin keseharian dengan enjoy... tiap pagi selalu ada sarapan,
6	S	rumah ramai buanget, pokoknya penuh warna. belakangan sebelum mama
7	S	ga ada tuh jadi makin dekat gitu karena sebelumnya kan mama kerja jam
8	S	6-17. Setelah phk massal itu jadi makin dekat. Nah dua tahun belakangan
9	S	rasanya pasti beda. apalagi banyak momen momen penting. Momen sakral
10	S	kaya puasa, lebaran, ulang tahun tuh jadi terasa beda karena biasanya aku
11	S	ulang tahun dibuatkan nasi kuning dll. belum lagi belakangan ini mbak ku

12	S	ada lamaran dan nikahan, aduh rasanya kaya gimana ya makin-makin lah
13	S	aku ngerasa sepi kalau mbak ku udah dibawa orang lain. Jadi yang ku rasa
14	S	sekarang tuh hari ke hari rasanya berjalan cepet banget. Proses masih
15	S	stuck disini aja, walaupun jalan tapi lambat sedangkan umur ayah ga bisa
16	S	di pause. Berasa lagi kejar kejaran ajaaa”
	P	“Hmmm i see, pasti berat banget rasanya. Dulu pas ada mama hidup bawaannya tenang enjoy aja gitu yaa sekarang beda banget berarti yaa?”
17	S	“Bangett. Sedih ku malah jadi terpancing lagi karena saudara dekat ku lagi
18	S	ngerasain apa yg aku rasain dua tahun lalu.”
	P	“Jadi apaa yang kamu rasain sekarang?”
19	S	“Untuk sekarang yaa?”
	P	“Iyaa sekarang ini dengan saudara kamu meninggal, kamu kan ngerasa terpancing juga yah jadi kerasa lagi gimana kamu kehilangan awal waktu itu kan yah?”
20	S	“Sekarang tuh kembali mengenang gitu. Jadi kaya ngerasain awal aku
21	S	ngadepin fase duka nya.”
	P	“Jadi perasaan kamu kayak balik awal pas kamu ngerasa dukaa waktu itu yaa? Apa saja yang dirasa?”
22	S	“Beberapa hari ini jadi sensitif, bisa gampang nangis, padahal nggak mau
23	S	nangis. Tapi Alhamdulillahnya untuk yang sekarang bisa aku kontrol.”
	P	“Hampir tiap hari nangis?”
24	S	“Engga, jumat doang pas dikabarin saudara dekat meninggal itu yang
25	S	nangis sampe kepala pusing. Sekarang rasanya kalau harus

		nangis kayak
26	S	gitu tuh malah jadi bikin lelah badan. pikiran ku sudah buanyak banget.”
	P	“Gimana caranya kamu ngontrol itu?
27	S	“Aku rem ajaahh, karena tauu kalau nangis bakal ngerasain pusing dll. Jadi
28	S	di remm.”
	P	“Keren kamu bisa ngendaliinnya. Meski sulit banget pasti yah.”
29	S	“Iyaaa.”
	P	“Berarti sekarang kalo dijabarin perasaannya lebih ke sedih yaa?”
30	S	“Untuk sekarang karena dengar kabar duka ‘lagi’ iyaaaa banget. Tapi kalau
31	S	ga ada kabar duka yang ku terima kayanyaa lebih ke mumet aja mikirin
32	S	skripsi wkwkwkwk.”
	P	“Kamu kan pernah bilang dari kejadian mama, jadi takut rasanya kehilangan, nah pas kamu ngerasa kehilangan lagi, kamu jadi bikin tambah takut dan merasa trauma kah?”
33	S	“Untuk sekarang rasa takutnya jadi nambah 2x lipat deh.”
	P	“Kalau cemas gitu ada nggak?”
34	S	“Cemas tuh ada pastii, apalagi kondisi ayah udah ga se sehat dulu. rasanya
35	S	tuh kaya gimana yaa lihat perubahan org tuah dari waktu ke waktu tuh.
36	S	Mungkin karena faktor umur juga yaa.”
	P	“Oiyaaa, cemasnya lebih ke keadaan ayah yaa? Ditambah juga perasaan takut kehilangan lagi?”
37	S	“Iyaaaa benar, benar banget. Aku rasanya pengen cepet nyelesain studi.
38	S	Pengen banyak punya waktu buat ayah.”

	P	“Takut ada penyesalan kah?”
39	S	“Iya, aku takut ada sesuatu hal yang terjadi sama ayah. Ayah juga udah
40	S	sulit angkat berat kalau pakai lengan kanan, pegang gas motor ga bisa jadi
41	S	sekarang kemana mana aku yang anter. Nah momen ini tuh sama kaya aku
42	S	sama mama duluu. jd kaya gak mau aku sia siain lagi.”
	P	“Perasaan itu masih ngeganggu banget sampai sekarang yaa?”
43	S	“Iya banget masih.”
	P	“Hmmm iyaah, rasanya pengen ngeluangin waktu maksimal ngelakuin sesuatu buat ayah ya.”
44	S	“Aaaaa iyaa banget...”
	P	“Selain perasaan sedih ya cemas sama takut itu berarti yaa? Ada perasaan amarah penyesalan atau perasaan yang lain?”
45	S	“Marah pasti ada waktu itu, karena ngerasa telat banget buat tahu kondisi
46	S	yang sebenarnya waktu itu.”
	P	“Karena dibangunin yang paling terakhir kah?”
47	S	“Iyaaa, bener bener terakhir.”
	P	“Perasaan marah pas itu aja apa sekarang masih ada perasaan seperti itu?”
48	S	“Ngga sih alhamdulillah sekarang ga ada rasa marah gitu, aku ambil
49	S	hikmahnya aja mama pergi dengan cara yang sangat amat tenang. Bener
50	S	bener ga nyusahin sebelum meninggalnya. Disaat sakitnya pun mama ga
51	S	pernah ngeluh yang gimana gimana. Allah panggil mama berarti allah lebih
52	S	sayang sama mama aja sih sekarang aku mikirnya gitu.”

	P	“Perasaannya berarti sekarang kerasa sedih lagi ya, tapi masih bisa mengendalikannya?”
53	S	“Iyaa betul, aku yakin semua ada hikmahnya.”
	P	“Oke, sudah cukup pertanyaannya. Makasih banyak ya, sudah mau wawancara lagi. Selamat istirahat.”
54	S	“Oke sama-samaa.”

Verbatim wawancara 1 pada subjek 5

Nama/Inisial : C
 Hari, Tanggal wawancara : Kamis, 15 Februari 2024
 Waktu : 12.30 WIB
 Lokasi wawancara : Rumah Subjek, Boja, Kabupaten Kendal,
 Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

	P	“Selamat siang Kak, sebelumnya makasih lho ya sudah menyempatkan waktunya untuk aku wawancarai.”
1.	S	“Siang, santai aja... sama-sama.”
	P	“Oke, bisa kita langsung mulai?”
2	S	“Bisa-bisa.”
	P	“Pertanyaan pertama ya, bisakah diceritakan kejadian atau penyebab meninggalnya ayah itu bagaimana?”
3	S	“Hmm.. ini aku ceritain semuanya gapapa yaa?”
	P	“Gapapa.. boleh banget...”
4	S	“Jadi tuh sebelumnya bapak sama ibu udah cerai dari 2017 terus 2021
5	S	bapak meninggal. Hubungan bapak sama aku itu masih baik-baik saja.
6	S	Bapak kan tinggalnya udah beda rumah sama kita. Aku sama mas tinggal
7	S	bareng sama ibu. Sebelumnya bapak sudah punya penyakit tapi waktu itu
8	S	bapak terkena covid dan dirawat di rumah. Waktu itu aku kerumah bapak
9	S	buat ngerawat bapak segala macamnya. Pas di hari itu aku nyariin bapak
10	S	dimana kok nggak ada, tahunya dikamar sudah terbaring dengan keadaan

11	S	sudah meninggal. Tapi memang sebelumnya itu sudah ada tanda-tanda
12	S	sebetulnya, bapak jadi lebih sering tidur, bapak pendengarannya jadi
13	S	kurang baik berfungsinya, aku harus teriak teriak dulu biar bapak dengar
14	S	suaraku, cuma ya pada saat itu aku nggak terpikir kalau bapak akan
15	S	meninggal.”
	P	“Berarti yang tahu pertama kali ayah meninggal itu kamu ya?”
16	S	“Iya benar banget..”
	P	“Hmm... itu kan kamu bilang bapak sama ibu sudah cerai nah hubungan kamu sama bapak gimana dekat atau gimana?”
17	S	“Justru aku ngerasanya setelah cerai hubunganku sama bapak lebih dekat,
18	S	tapi memang dari dulu aku sama bapak hubungannya dekat.”
	P	“Ada momen atau kenangan bareng ayah engga?”
19	S	“Wah banyak banget, karena memang sering bareng sama bapak meski
20	S	udah nggak satu rumah. Hmm yang mana ya... oh ini tapi pas aku masih
21	S	kecil. Bapak itu kan tukang parkir, pas itu aku ikut bapak kerja tukang
22	S	parkir itu. Nah bapak dikasih makan, dikasihnya tuh ada dua kardus
23	S	makan. Kan aku pikir bakal satu-satu ya, bapak satu, aku satu. Tapi ternyata
24	S	kita makan satu buat barengan berdua, kata bapak biar yang satunya buat
25	S	ibu dan mas dirumah.”
	P	“Wah aduh.. pasti membekas banget ya”
26	S	“Iyaa, sedih sih ingatnya”

	P	“Meninggalnya ayah berpengaruh sama kehidupan kamu yang sekarang?”
27	S	“Pastilah berpengaruh, aku jadi harus lebih mandiri lagi, harus lebih kuat.”
	P	“Hmm.. iya benar pasti berpengaruh ya. Terus respon keluarga terhadap meninggalnya bapak itu gimana?”
28	S	“Yang dirasakan ibu sama mas ya sama-sama sedihnya sih pasti, cuma
29	S	nggak terlihat saja. Aku tahu ibu juga pasti kehilangan, kalau mas ya
30	S	karena mas jarang banget di rumah, mas itu kerja nya pelayaran,
31	S	jadi aku engga tau pasti perasaannya bagaimana. Tapi ya mungkin cara merespon
32	S	kedukaannya beda-beda.”
	P	“Hmm, oke.. kalau lingkungan sekitar bagaimana responnya?”
33	S	“Kalau dari keluarga bapak itu kurang dapat respon yang bagus, lha gimana
34	S	baru meninggal tuh lho malah udah ngomongin soal warisan. Terus kan
35	S	biasanya kalau layak gitu kan ada kotak uang gitu kan, nah itu uangnya
36	S	malah diambil semua sama keluarga bapak. Padahal yang ngurusin proses
37	S	pemakaman bapak itu aku. Aku ngerasa keluarga bapak malah mikirin
38	S	uanglah warisan gitu.”
	P	“Walah.. berarti respon dari keluarga bapak tuh kurang baik ya. Nah kalau respon lingkungan sekitar tuh gimana?”
39	S	“Heem bener. Kalau lingkungan sekitar tetangga itu malah baik banget,
40	S	karena ngurusin pengajian segala macam itu malah yang ngurusin tetangga
41	S	disana terus nanti laporan ke aku, abis ada cara pengajian gitu

		karena kan
42	S	aku udah beda rumah kan. Bapak itu juga terkenal orang baik dirumah itu,
43	S	jadi tetangga malah yang ngurusin acara-acara pengajian gitu.”
	P	“Wah Alhamdulillah kalau gitu ya.. ah kalau teman kamu gimana dalam merespon meninggalnya ayah?”
44	S	“Alhamdulillah ya pada datang ke rumah pada saat itu, juga kasih kata-kata
45	S	positif buat aku biar semangat.”
	P	“Alhamdulillah.. nah pas awal kejadian meninggalnya ayah itu ada nggak sih keluhan fisik yang kamu rasa kayak pusing atau sakit perut atau ada keluhan fisik yang lain gitu?”
46	S	“Engga ada sih, aku cuma benar-benar kehilangan nafsu makan, pola
47	S	makanku jadi berantakan gitu. Jadi malas buat makan. Tapi kalau keluhan
48	S	fisik gitu nggak ada.”
	P	“Itu kehilangan nafsu makannya sampai kapan?”
48	S	“Aduh sampai kapannya lupa, tapi awal tuh benar-benar ga nafsu makan.”
	P	“Jadi cuma kehilangan nafsu makan itu aja ya?”
49	S	“Iya benar ga mood makan aja, ga ada keluhan fisik lainnya.”
	P	“Kalau keadaann mentalnya bagaimana?”
50	S	“Perasaanku pastinya jelas sedih to, kehilangan orang yang sangat
51	S	disayangi dan ya memang hubunganku sama bapak itu dekat. Jadi ya sedih
52	S	banget lah, sedih kehilangan bapak terus juga sedih karena pas ngurusin
53	S	pemakaman tuh benar-benar aku sendiri doang.”
	P	“Sedih gitu ya berarti perasaan. Nah kamu menganggap kejadian ini sebagai kejadian yang traumatis nggak sih?”

54	S	“O jelas ya aku ngerasa kejadian ini ya kejadian yang traumatis. Karena
55	S	kalo ingat ngurusin segala macam proses pemakaman bapak yang aku
56	S	sendirian, terus juga tuh aku di dalam ambulan sendiri, enggak ada
57	S	keluarga lain yang nemani aku. Jadi tuh aku sampai sekarang trauma sama
58	S	suara ambulan itu. Aku tuh kalau dengar suara ambulan rasanya tuh kayak
59	S	teringat lagi kejadian waktu itu, ya jadi buat aku trauma banget sih.”
	P	“Jadi ya bikin kamu trauma gitu ya sama suara ambulan?”
60	S	“Iyaa benar”
	P	“Nah terus berapa waktu atau kapan nih kamu mulai merasa bahwa perasaanmu tuh lebih baik dalam menghadapi kedukaan itu?”
61	S	“Hmm aku ngerasanya satu tahun setelah meninggalnya bapak itu
62	S	perasaanku jauh lebih baik.”
	P	“Apa ada momen atau sesuatu hal yang terjadi yang bikin kamu menyadari untuk dapat bangkit dalam kedukaan?”
63	S	“Lebih ke pikiranku aja, aku menyadari kalau semua orang itu akan
64	S	meninggal dan aku enggak bisa untuk terus terpuruk, aku juga masih
65	S	banyak keinginan juga ada harapan untuk masa depanku gitu.
66	S	Masih ada ibu yang saat ini udah nggak bekerja, jadi aku harus cepat selesai kuliah
67	S	terus cari pekerjaan. Ya jadi hal kayak gitu bikin aku bangkit dari
68	S	keterpurukanku dari kedukaan.”
	P	“Setelah kejadian meninggalnya bapak itu kamu memandang

		dirimu itu seperti apa? Apakah ada yang berubah dari diri kamu?"
69	S	"Aku memandang diriku sendiri tuh sekarang jauh berbeda dari pada dulu.
70	S	Aku ngerasa sekarang ku itu lebih lebih mandiri. Terus aku tuh sekarang
71	S	rasanya aku udah kayak nggak terlalu ambil pusing kalau ada masalah aku
72	S	lebih enjoy sekarang ngatasin masalah apalagi kalo masalah pertemanan,
73	S	karena aku sadar semua orang itu akan pergi. Intinya sih aku memandang
74	S	diriku sekarang jadi lebih mandiri lebih baiklah dari pada sebelumnya."
	P	"Kalau upaya yang kamu lakukan untuk bangkit dari kedukaan itu apa?"
75	S	"Apa ya hmmm bukan upaya sih cuma lebih ke pemikiranku aja buat
76	S	bangkit fokus sama keinginanku kedepannya gimana, kayak udahlah capek
77	S	kalau sedih terus duka terus aku juga pengen hidup tenang hidup damai
78	S	bahagia gitu."
	P	"Nah kalau pembelajaran adakah pembelajaran yang diambil dari kejadian ini?"
79	S	"Pembelajarannya ya bikin aku tambah yakin kalau semua orang itu akan
80	S	meninggal. Terus dari kejadian ini bikin aku tambah kuat, kayak oh
81	S	ternyata aku bisa melalui hal yang berat. Pembelajarannya jadi bentuk
82	S	diriku yang lebih baik sih, aku lebih mandiri, aku kuat juga aku mampu

83	S	melewati hal yang berat.”
	P	“Wah luar biasa kak keren banget. Oh iya ini pertanyaannya sudah selesai. Terima kasih banyak ya kak”
84	S	“Hahaha okee sama-sama...”

Verbatim wawancara 2 pada subjek 5

Nama/Inisial : C
 Hari, Tanggal wawancara : Kamis, 29 Februari 2024
 Waktu : 16.00 WIB
 Lokasi wawancara : Angkringan, Mijen, Semarang

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

	P	“Sore Kak, maaf ini ganggu waktunya lagi hehehe”
1.	S	“Halah gapapaa santai wae to”
	P	“Sebelumnya makasih banyak ya, karena sudah bersedia aku wawancarai lagi. Oiya mau langsung kita mulai?”
2	S	“Sama-sama, heem”
	P	“Bisakah diceritakan keadaan ayah sebelum meninggal itu seperti apa?”
3	S	“Keadaan bapaknya atau apa?”
	P	“Iya keadaan bapak juga keadaan dirumah.”
4	S	“Keadaan bapak sebelum meninggal tuh tiga hari sudah sakit, sakitnya
5	S	demam terus tak bawa ke rumah sakit ternyata covid. Terus tuh sebenarnya
6	S	ya sudah ada tanda-tanda omongannya ngelantur terus sering nangis, terus
7	S	keadaan lain apa ya oiya udah nggak dengar itu di hari terakhir kecuali
8	S	ngomongnya sambil teriak-teriak gitu baru dengar.”
	P	“Hmmm... nah kalau hubungannya gimana tuh itu kan udah beda rumah ya? Hubungan sebelum ayah meninggal itu ke kamu juga ke ibu masmu itu gimana?”
9	S	“Hubungannya aman, karena semuanya diselesaikan dengan baik ya. Hmm
10	S	ibuku sebagai mantan gitu ya tetap bantu tetap kasih makan,

		obat-obatan di
11	S	tiga hari itu, terus aku juga biasanya mondar mandir sering ke rumah bapak
12	S	terus yawes sudah jadi hal yang biasa gitu. Terus memang apa sebelum
13	S	meninggal sampai meninggal ibuku ya memang bantuin.”
	P	“Kalau sakitnya itu dari kapan?”
14	S	“Kalau yang diabet itu ya dari aku kecil, kalo covid itu tiga hari itu. Kalau
15	S	diabet itu memang keluarga ku semua diabet sih, budhe-budhe, mbah gitu
16	S	semua diabet.”
	P	“Oke berarti sebelumnya memang hubungannya baik ya? Nah kalau bapak sama ibu sama mas itu hubungannya ke bapak gimana sebelumnya?”
17	S	“Ya baik aku, ibu sama masku ya aman-aman wae hubungannya baik, yang
18	S	nggak baik itu hubungan dari keluarga bapak, ya kayak yang aku ceritain
19	S	waktu itu hari meninggalnya bapak kok wes ngomongke warisan. Greget
20	S	aku.”
	P	“Terus ada perubahan yang dirasa nggak, karena kan udah nggak satu rumah ya? Nah pas bapak meninggal itu ada perubahan kah?”
21	S	“Hmm kalau perubahan ada, karena aku tiap hari kontak sama bapakku,
22	S	chatingan gitu sering. Terus emang aku kalau libur tuh aku bobo disana,
23	S	misalnya sabtu minggu gitu aku bobo disana. Terus kebetulan bapak itu
24	S	ketua alumni sekolahnya, nah kalau ada acara apa aku diminta tolongin

25	S	ikut bantuin gitu, aku sering ikut bapakku kalau bapak ada acara, atau kita
26	S	nonton dimana gitu. Tapi memang ya setelah bapak ibuku cerai itu sih
27	S	bapakku langsung gas gitu lho kayak aku mau apa langsung diturutin,
28	S	mungkin caranya buat narik perhatian aku ya dengan itu, karena dulu tuh
29	S	enggak. Kayak perubahannya sekarang kita sudah engga sosok bapak gitu
30	S	ya, sekarang jadi kayak mandiri banget gitu, terus kan dulu mondar mandir
31	S	bobo dirumah bapak gitu, ya sekarang udah ga bisa kesana lagi gitu.
32	S	Perubahannya mungkin ya ke makam terus sih, terus sama aku ada kayak
33	S	rasa keirian gitu sama orang yang masih punya bapak kayak gitu, itu sih.
34	S	Oh sama kadang ada masalah yang timbul yang berkaitan sama bapak,
35	S	kadang aku kayak menyalahkan kayak kenapa sih bapak gini bapak harus
36	S	gini.”
	P	“Mungkin masih ada ini ya amarah pas cerainya itu ya?”
37	S	“Betulll”
	P	“Tapi kan ini ya, pas cerai kamu enggak kehilangan sosok bapak itu kan ya?”
38	S	“Nggak, pas bapak ibu cerai itu aku nggak sama sekali kehilangan sosok
39	S	bapak. Jadi pas bapak meninggal aku baru kerasa kehilangan banget. Aku
40	S	to itu beberapa minggu yang lalu iseng bukain gmaps rumahku yang dulu

41	S	pas bapak ibu belum cerai gitu lha malah nemu ada foto bapakku di gmaps
42	S	ki lho kok iso ya, pas liatki aku brmabang gitu o meh nangis.”
	P	“Berarti pas liat itu nangis gitu ya?”
43	S	“Hee tapi aku isin o nek ibuku lihat dadine yo aku neng njero kamar haha.”
	P	“Hahaha tapi cerita gak sama ibu?”
44	S	“Yo cerita sih tapi yo ga cerita nangisnya hahaha. Terus ibuku yo mung
45	S	ketawa tok sih. Aku ki masih ngerasa ibu bapakku yo masih sama-sama
46	S	sayang ngono lho, cuma eh soale tuh apa yo setelah berpisah empat tahun
47	S	itu bapak ibuku masih sendiri, terus kayak bapakku misal ngomong ke kau
48	S	kangen masakanne ibuku, terus aku ngomong mbek ibu, habis itu
49	S	dimasakin. Terus opo ya pas itu aku sama bapak ki beli durian trus bapak
50	S	beli durian nyuruh aku duriannya buat ibu dirumah. Sebenarnya aku
51	S	sampai sekarang amsih kek abu-abu gitu lho, kayak bener nggak sih ini
52	S	masalah cerainya gara-gara ini soalnya mereka ini masih sama-sama peduli
53	S	gitu lho sebenarnya tapi aiwes itu udah ga bisa bareng-bareng gitu.”
	P	“Jadi sebenarnya kamu masih kayak menyayangkan kenapa cerai gitu ya?”
54	S	“Heem betul, ya walaupun mereka udah sama sekali engga kontak pas
55	S	saat itu. Ketemu juga ga pernah. Tapi ya nitip salam gitu-gitu.”
	P	“Lha itu bapak itu tinggalnya sendiri apa sama keluarga?”

56	S	“Heem sama keluarga terus rumahnya kan gede itu nah itu di sekat gitu,
57	S	yang buat bapak mana, yang buat budhe mana saudara lain yang mana
58	S	gitu.”
	P	“Nah pas kamu kesana gimana?”
59	S	“Gapapa sih, cuma aku kayak yang pura-pura gitu kalo ke keluarga bapak.
60	S	Cuma nek hubungan bapakku ke keluargane ya baik-baik aja. Kalau aku
61	S	sebenarnya malas.”
	P	“Terus meninggalnya bapak tuh berpengaruh enggak sama ekonomi?”
62	S	“Berpengaruh, berpengaruh banget sama ekonomi. Selama setahun tuh,
63	S	soalnya ternyata hmmm yang mengagetkan tuh bapakku meninggalkan
64	S	hutang di bank dengan jumlah yang banyak, em itu diluar kemampuanku
65	S	gitu lho. Kan anaknya cuma aku dan maksu, nah kebetulan amsku sudah
66	S	berkeluarga dan punya kebutuhan banyak gitu lho, dan ibuku udah ga
67	S	punya hak, tapi ya ibuku bantuin aku sih, ya bantuin mikir, bantuin materi.
68	S	Itu kan aku dulu dibeliin bapakku motor scoopy gitu, terus ya emang dari
69	S	bapakku motor itu terus tak jual. Kaget kan aku di chat dari BRI disuruh
70	S	ngelunasin utangnya, disuruh datang ke kantornya. Pihak bank kan
71	S	nyamperin rumah bapak kosong terus ketemu sama budhe, budhe nyuruh

72	S	iki wae kontak anakke, terus dari bank ngechat aku, terus diaksih tau itu
73	S	nek ternyata ada hutang. Terus aku ki gatau itu hutangnya buat apa, soale
74	S	nek buat aku kayae ga mungkin sebanyak itu kan, itu wae aku jul motor
75	S	ibuku masih nambah. Terus itu sih setahun itu pengaruh ekonomi itu.
76	S	Setahun itu keadaannya terpuruk banget.”
	P	“Pas setelah setahun atau sampai setahun meninggal itu?”
77	S	“Sampai setahun setelah meninggal, dikasih tau kabar bapak hutang itu
78	S	desember sampai tahun depannya baru selesai urusannya.”
	P	“Pas kamu tahu bapak meninggalkan hutang itu jadi berdampak ke perasaan kamu yang menambah kedukaan itu nggak?”
79	S	“Oh iyaa to jelas heem to. Aku ngerasanya ya sedih, terus sangat-sangat
80	S	bingung iki bayare pie karena kan terus iki dilimpahkan ke aku semua.
81	S	Pada saat itu ya aku stres buanget, karena tiap hari ngomongin itu”
	P	“Itu pada saat itu ada perasan marah juga gak?”
82	S	“Marah oh banget banget, sedih juga kayak kenapa harus aku yang
83	S	mengalami ini gitu di usiaku sekarang ini berat banget. Terus yo kalo
84	S	marah kayak kok aku nggak dikasih tau hal ini sebelumnya, terus ini
85	S	uangnya buat apa.”
	P	“Iya ya kayak ada perasaan ngeganjel ya kayak ini tuh uangnya buat apa gitu ya”
86	S	“Heem iyaa iyaa.. Itu sih setahun mikir itu. Kalau sekarang yawes udah

87	S	ngga ada perasaan kayak gitu lagi, soale yawes sudah selesai urusannya.
88	S	Jadi nggak ada perasaan marah lagi.”
	P	“Berarti kamu ngerasa perasaanmu lebih baik pas urusanmu itu udah selesai ya?”
89	S	“Heem bener setahun, pokoknya aku merasa 12 bulan itu aku ngerasa
90	S	benar-benar down.”
	P	“Lha hutangnya itu atas nama anaknya kamu itu apa diarahkannya ke kamu?”
91	S	“Iya diarahin sama budhe ku itu buat ngehubungin aku.”
	P	“Walahh, lha pas sebelum bapak meninggal tuh bapak ngasih pemasukan ekonomi ga?”
92	S	“Enggak, gak sama sekali, semua dicover ibukku. Nggak pernah memenuhi
93	S	ekonomi sama sekali.”
	P	“Berarti kalo meninggalnya bapak berpengaruh sama ekonomi tuh karena meninggalkan hutang ya, bukan karena sebelumnya ada pemasukan ekonomi dari bapak?”
94	S	“Iya karena ada hutang, tapi yo karena mau ngelunasin hutang jadi kita
95	S	ngepres banget hidupnya.”
	P	“Semuanya bantuin tapi kan ya?”
96	S	“Iya ibu sama masku bantuin tapi namanya itu ya pas lagi covid sih jadi
97	S	sepi gitu ya.”
	P	“Nah kamu kan setahun itu down banget ya, terus yang bikin kamu bangkit lagi apa?”
98	S	“Iya down dari bapak meninggal itu, jujur yang bikin bangkit lagi salah
99	S	satunya karena masalah yang hutang itu selesai. Setelah aku menyerahkan

100	S	uang itu, tanda tangan sudah tidak ada tanggungan lagi dah itu setelah itu
101	S	aku ngerasa lega, hidup udah ga mikir itu lagi. Terus yang kedua karena
102	S	apa ya sadar kalau semua akan meninggal gitu dan yakin aja kalo hidup tuh
103	S	semuanya akan baik-baik aja kedepannya, yang penting juga kita hidup
104	S	bermanfaat untuk orang lain. Yawes itu aja yang bikin bangkit, urusannya
105	S	selesai dan pemikiranku itu.”
	P	“Berarti itu kellar itu setelah setahun bapak meninggal?”
106	S	“Iya, setelah setahun itu bangkit tapi kadang yo masih inget cuma ga
107	S	separah pas setahun itu ya.”
	P	“Itu kan kamu perasaannya banyak amarahnya waktu itu ya terus juga kehilangan ayah. Nah kalau ditanya diantara perasaan amarah kamu sama kehilangan ayah itu mana yang lebih kamu rasa?”
108	S	“Oh jelas kehilangan bapak, karena ya mau gimana lagi orang tua kan.
109	S	Terus emang aku sebenarnya dari dulu tuh lebih dekatnya sama bapak. 90%
110	S	kehilangan 10% marah kalo buat sekarang, kalo dulu ya beda, sekarang
111	S	lebih ke menyayangkan kenapa bapak kok kayak gitu, aku mikirnya kalo
112	S	bapak sama ibu ga cerai pada saat itu mesti kan hidupnya lebih senang,
113	S	hidupnya lebih teratur, kesehatannya lebih terjamin gitu karena ada yang
114	S	ngurusin. “
	P	“Berarti momen yang bikin bangkit itu karena pertama

		urusannya udah selesai dan kedua karena fikiran bahwa semua orang akan meninggal gitu ya?”
115	S	“Yoi bener, yang pertama itu kedua itu ya dari mindset pemikiran kalo
116	S	semua orang akan meninggal.”
	P	“Bisa diceritakan perubahan perasaan dari awal sampai sekarang gimana?”
117	S	“Awalnya kehilangan banget sedih, terus pas tahu soal hutang jadi stres
118	S	itu makin terpuruk down ada amarahnya juga makin sedih, bingung
119	S	sepanjang tahun itu. Terus pas sudah kekumpul tuh udah ada jalan
120	S	keluarnya udah lega, udah mulai berkurang perasaan stresnya. Pokoknya
121	S	setelah membayar itu aku langsung lega rasanya.”
	P	“Berarti yang pas setahun itu downnya itu sebenarnya karena lebih ke mikir hutangnya ya?”
123	S	“Iya benar ga munafik ya lha pie kepikiran to sampe bikin terpuruk.
124	S	Pokoknya agustus itu masih duka wae sampai desember dihubungi bank itu
125	S	perasaannya marah, marah gitu marah dan duka nya kayak ketutup sama
126	S	hutang itu.”
	P	“Setelah urusan hutangnya beres selain lega apa yang dirasa?”
127	S	“Perasaannya lebih memaafkan sih ya udah emang jalan hidup seperti
128	S	itu. Ternyata akhirnya bisa menerima gitu.”
	P	“Tapi pernah ga setelah itu down lagi?”
129	S	“Pernah beberapa kali gitu.”
	P	“Downnya karena amarah apa lebih kesedih karena

		meninggalnya bapak?”
130	S	“Lebih ke sedih, soal amarahnya setelah urusan hutang itu selesai udah
131	S	engga ada amarah. Eh aku pernah mimpi bapak bawa tas besar gitu terus
132	S	narik narik aku buat ikut sama bapak, tapi di mimpi aku nggak mau.”
	P	“Sekarang masih suka mimpi bapak gak?”
133	S	“Enggak sekarang udah enggak”
	P	“Hmm.. berarti setelah setahun itu perasaannya udah lebih baik ya?”
134	S	Heem, setelah setahun ya pemulihan ya. Tapi bener pas abis aku ngelunasin
135	S	hutang bapak itu terus bener-bener engga ada perasaan lagi selain
136	S	kehilangan itu ya, wes kayak new dunia ngono lho. Terus pas aku di
137	S	makam cerita mbe bapak, ya kayak ngobrol sendiri tak kasih lihat surat
138	S	lunas hutangnya bapak aku bilang pak ki wes lunas, bapak yang tenang
139	S	disana.”
	P	Terus kamu ada perasaan lain lagi gak?
140	S	Apa ya kalo ingat dulu itu, aku ngurusin sendirian proses pemakaman
141	S	bapak. Aku di ambulans ki sendiri ga ada yang bantu lain ya cuma petugas
142	S	medis wae, kelaurga dari bapak ki malah menjauh, kan bapak covid ya, nek
143	S	aku wes bismillah wae gitu.”
	P	Perasaannya pada saat itu gimana sih?
144	S	Wah campur campur pas itu perasaannya, kayak kok yo rak ono

		seng
145	S	ngancani ngono lho, ibukku yo kerja kan kebetulan kerjane kayak muter
146	S	gitu lho kemana-mana. Nah pas itu ibu mau nyamperin aku kan, tapi aku
147	S	ngomong ibu selesaikan dulu aja kerjanya nanti kalau udah mau
148	S	dimakamkan tak kabarin, jam empat kemungkinan dimakamkan. Karena
149	S	ngurus dulu pemakamannya kan sama petinya gitu, jadi aku mikirnya ibu
150	S	ke rumah itu kalau udah mau dimakamkan aja. Eh ternyata jam dua itu peti
151	S	dan makamnya sudah siap, dan aku nggak sempet ngabarin ibuku sama
152	S	sekali. Terus yaudah akhirnya aku ngurusin sendiri mbe mas masnya
153	S	petugas medis tak mandiin terus tak makamin. Pas aku udah selesai
154	S	urusannya baru aku bisa ngabarin ibuku, nah disitu ibuku kayak kecewa
155	S	gitu lho, itu seng jadi ibuku ada penyesalan sampai sekarang. Ibu mikir
156	S	harusnya ibu nolak kamu nyuruh ibu ngelanjutin kerja. Eh ini kok lagu ya
157	S	relate banget.”
	P	“Lha iya ya tentang ayah”
158	S	“Heem aku keinget bapak dulu tuh aku sering juga karaokean bareng bapak.
159	S	Kan bapak kerjane tukang parkir nah itu sering dapat tiket karaokean
160	S	gitu.”
	P	Berarti emang se sering itu ya pergi sama bapak?

161	S	“Oiya sering, makanya pas bapak ibu cerai pun aku nggak yang terlalu
162	S	masalahin sebenarnya karena aku tetap ngerasa ada peranan bapak.”
	P	“Hmm pas cerai pun hubungannya sama bapak ya masih baik itu ya.”
163	S	“Iyaa bahkan sampai gede tuh aku kadang bobo masih sama bapak.”
	P	“Wohh dekat banget berarti ya hubungannya. Kalau perasaannya selain sedih apa, kalo penyesalan gitu atau yang lain ada gak?”
164	S	“Oh nggak ada kalo penyesalan karena yo gaada yang aku sesali, ngerasa
165	S	udah cukup sih. Terus juga almarhum minta aku kuliah di uin gitu. Terus
166	S	apa ya oh gangguan makan itu sih pas awal-awal doang tapi sih. Terus
167	S	motivasi hidup menurun terus oh ini sih mungkin aku kalo lagi nginep
168	S	dikeluarga mereka tuh sama bapaknya masih so sweet-so
169	S	sweetan gitu lho aku ya sedih aja gitu.”
	P	“Heem yaa.. Kalo fisiknya berarti cuma gangguan makan itu aja ya? berarti ndak ada keluhan fisik sakit apa gitu?”
170	S	“Nggak ada kehilangan nafsu makan aja itu.”
	P	“Oh ya kamu kan sebelumnya bilang kalo kejadian ini tuh kejadian yang traumatis kenapa gitu?”
171	S	“Ya itu karena sendirian pas meninggalnya bapak kan ngurusin sendirian to
172	S	itu. Terus ndak punya tumpuan waktu itu bener-bener aku mikir sendiri
173	S	bertindak sendiri gitu. Pada saat itu perasaanku kayak acak-acakan, kosong
174	S	gitu hampa. Ya sedih itu duka banget.”

	P	“Hmm.. jadi ngerasa trauma nya gara gara itu yaa..”
175	S	“Iya, trauma banget aku. Sampai sekarang yang engga bisa aku hilangin
176	S	itu suara ambulan. Aku enggak bisa banget dengar suara ambulan.
177	S	Langsung keingat pas aku lagi ngafanin pas lagi ngurusin bapak meninggal
178	S	itu. Sampai sekarang itu aku belum bisa ngatasin trauma ambulan itu.”
	P	“Berarti sekarang yang masih dirasa itu trauma sama suara ambulan itu ya?”
179	S	“Iya suara ambulan itu.”
	P	“Hmm.. berarti yang dirasa itu sedih, amarah, trauma itu ya?”
180	S	“Iya kalo marah pernah ngerasa tapi sekarang udah nggak. Kalo sedih
181	S	sekarang sih perasaannya sudah better cuma kadang sedih juga sih kayak.”
182	S	mellow gitu, tapi ya udah jauh lebih baik.”
	P	“Kalau cemas sama takut itu ada nggak?”
183	S	“Heem ada, dulu pas menghadapi duka aku juga ngerasa cemas sama takut.
184	S	Kalo karena apa, ya karena itu terkait ekonomi, bapakku kan meninggalkan
185	S	hutang, terus kayak kalau aku nggak bisa bayar hutangnya gimana ya,
186	S	apakah aku bakal dikejar terus sama bank, terus kepikiran bapak juga pasti
187	S	ga tenang kan di kuburan kayak meninggal dengan masih punya hutang
188	S	yang banyak. Terus sempet kepikiran apa aku kuliah sambil kerja tapi nanti
189	S	aku takutnya kuliahku jadi keteteran.”

	P	“Sekarang masih ada gak cemas dan takut yang berkaitan dengan bapak?”
190	S	“Gak ada dah lama ndak merasakan inii, kayake karena wes ikhlas yaa?”
191	S	“Paling sekarang cuma kangen aja.”
	P	“Oke jadi perasaannya udah lebih baik ya kak. Tapi ada nggak sih kak yang menghambat dalam mengatasi duka ini?”
192	S	“Ada hahaha ya itu budhe ku itu keluarga dari bapak.”
	P	“Selain itu ada nggak?”
193	S	“Nggak ada sih.”
	P	“Oke.. udah cukup pertanyaannya.”
194	S	“Wah udah selesai?”
	P	“Sudah, terima kasih banyak ya kak.”
195	S	“Siap, sama-sama..”

Horizontalisasi Subjek 1 (Z)

Baris	Unit Makna	Deskripsi unit makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1.2	<p>“Aku waktu itu posisinya lagi rantau, jadi tahu kronologi meninggalnya adik dari keluarga. Jadi waktu itu adik sakit demam berdarah, terus dibawa ke rumah sakit. Tapi pas di rumah sakit A ditolak akhirnya dirujuk ke rumah sakit B. Sampai di rumah sakit B langsung ditangani tapi nggak lama adikku dinyatakan meninggal.”</p>	<p>S1 menceritakan kejadian dan penyebab adiknya meninggal dikarenakan sakit.</p>	<p>S1 mengungkapkan faktor penyebab kematian Adiknya.</p>	<p>S1 dapat menjelaskan kronologi meninggalnya adik karena sakit.</p>	<p>Faktor kematian</p>
W1.10	<p>“Hubungannya bisa dibilang dekat banget Kak, aku itu kan</p>	<p>S1 memiliki hubungan yang</p>	<p>S1 mengalami kedekatan yang</p>	<p>S1 merasa hubungannya dengan Adik sangat</p>	<p>Hubungan antara subjek dengan</p>

	ada tiga saudara aku anak kedua, anak pertama kakak cewek, anak ketiga adikku itu yang meninggal. Nah itu hubunganku tuh lebih dekat sama adik dari pada sama mbak ya mungkin karena sama-sama cowok ya.”	sangat dekat dengan Adik.	sangat erat dengan Adik.	dekat dibanding dengan anggota keluarga lainnya.	adik.
W1.14	“Ada, yang paling diingat tuh selera film kita kan sama. Jadi kalau ada informasi tentang film itu kita langsung berkabar gitu. Terus sama dia kalo ngobrolin film-film gitu paling cocok, nyambung, seru gitu. Itu aja sih Kak.”	S1 mengingat kenangan bersama Adik.	S1 mengalami fungsi kognitif yang berjalan dalam mengingat memori bersama Adik.	S1 mampu mengingat dan menceritakan pengalamannya bersama Adik yang menjadi sebuah kenangan yang tidak terlupakan.	Memori
W1.18	“Ya iya Kak, jelas.	S1 merasa	S1 merasakan	Bagi S1 meninggalnya	Dampak kematian

	<p>Berpengaruh gitu rasanya ada yang hilang. Terus juga berpengaruhnya sama kehidupan sekarang tuh, kayak lebih merasa tertekan aja sebagai anak cowok gitu. Kalau dulu kan bebannya terbagi sama adik, nah sekarang mikirnya beban aja gitu buat diri sendiri sebagai anak cowok yang juga sekarang bisa dibilang jadi anak terakhir gitu.”</p>	<p>meninggalnya Adik sangat berpengaruh di dalam kehidupannya dan menjadi sebuah beban untuk dirinya.</p>	<p>dampak kedukaan secara emosional.</p>	<p>adik berpengaruh pada kehidupannya, dirinya merasa bahwa posisinya sekarang menjadi beban.</p>	
W2.2	<p>“Kalau keadaan adik sebelum meninggal yak, lebih ramai terus ya kalau bapak ibu masih.. ibaratnya masih ceria lah. Ya semenjak adik nggak</p>	<p>Kematian adik dari S1 berpengaruh pada keadaan dirumah.</p>	<p>S1 merasa bahwa meninggalnya adik menjadikan keadaan rumah menjadi sepi dan</p>	<p>S1 merasa meninggalnya adik berpengaruh dalam keadaan di rumahnya yang menjadi sepi.</p>	<p>Dampak kematian.</p>

	<p>ada rumah terasa sepi terus juga apa ya.. Suasananya agak kelam sih jujur terus ya kayak, bapak sama ibu ya kadang suka ya nggak seceria sebelumnya gitu.”</p>		berbeda dengan sebelumnya.		
W1.24	<p>“Saat kejadian ya respon semua pastinya masih sedih berduka tapi cara responnya berbeda-beda, setelah 7 hari bapak udah bisa ikhlas.”</p>	<p>Ayah dari S1 mengalami tahapan duka yang cepat untuk ke tahapan <i>recovery</i>.</p>	<p>S1 mengungkapkan semua anggota memiliki respon yang berbeda</p>	<p>Anggota keluarga S1 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya adik.</p>	<p>Respon kedukaan</p>
W1.26	<p>“Kalo Ibu sih yang terlihat butuh berbulan-bulan baru bisa ikhlas, bahkan sampai sekarang pun kadang masih suka ke ingat. Kalo Mbak kurang tahu soalnya jujur aja</p>	<p>Ibu dari S1 butuh waktu lama untuk ikhlas, sedangkan pada kakaknya S1 mengaku tidak tahu karena tidak</p>	<p>S1 mengungkapkan semua anggota memiliki respon yang berbeda.</p>	<p>Anggota keluarga S1 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya adik.</p>	<p>Respon kedukaan</p>

	kurang interaksi sama mbak.”	memiliki kedekatan yang erat.			
W1.29	“Respon teman-temanku bagus , contohnya ngajak ketemu sekedar ngobrol bersama buat ngalihin perasaan burukku.”	S1 mendapatkan dukungan positif dari lingkungan sekitarnya.	S1 merasakan adanya dukungan sosial yang bagus	Subjek memiliki respon yang bagus dari teman-temannya dalam menghadapi kedukaan.	Dukungan sosial berupa dukungan emosional.
W1.31	“Nggak ada sih Kak, cuma itu lho tremoran parah tangannya sampai sekarang aja kadang masih suka gitu.”	S1 mengungkapkan bahwa tidak ada keluhan fisik yang serius.	S1 merasa bahwa tidak ada keluhan secara mental yang mempengaruhi fisik.	Tidak adanya keluhan fisik seperti pusing, mual, atau lainnya. Hanya merasa badan bergetar.	Keluhan fisik dalam tahapan inisial respon.
W1.35	“Cemas sih nggak, tapi kalau takut iya.”	S1 memiliki dampak emosional akibat kedukaan.	S1 merasa adanya reaksi secara emosional	S1 mengalami takut ketika mengetahui adiknya meninggal.	Reaksi emosional dalam tahapan inisial respon.
W2.17	“Cemas sih.. cemas sama takut	S1 memiliki dampak	S1 merasa adanya	S1 mengalami dampak	Reaksi emosional

	tuh mirip-mirip nggak sih.. tapi kayaknya lebih ke cemas sih.. lebih ke cemas. Bukan takut sih cemas. ”	emosional akibat kedukaan.	reaksi secara emosional berupa kecemasan.	emosional berupa kecemasan.	dalam tahapan inisial respon.
W2.19	“ Cemas kedepannya.. karena apa ya.. jadi anak laki-laki satu-satunya itu jadi bingung nanti kedepannya gimana bagi tanggungannya bagi orang tua juga. Karena kan kalau ikut kakak, nggak mungkin, kakak jauh juga.”	S1 merasa cemas memikirkan kedepannya karena dirinya sekarang anak laki-laki satunya.	S1 mengalami kecemasan mengenai masa depan.	S1 merasakan adanya reaksi emosional berupa kecemasan akan masa depan.	Reaksi emosional dalam tahapan inisial respon.
W1.37	“ Perasaan pas awal pasti sedih, terus cemas juga. Sedih karena cuma adik teman di rumah, teman nonton, teman ngegame. Pokoknya segala	S1 adanya perubahan perasaan dari awal hingga beberapa waktu setelah	S1 mengalami proses reaksi emosional.	S1 mengalami reaksi emosional yang lebih mendalam.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .

	<p>aktivitas di rumah pasti kita lakuin bareng. Cemas karena gak tau kedepannya nanti gimana setelah adek gak ada, yang biasa apa apa bareng sekarang jadi sendiri, ngerasa hampa dan kesepian. Rumah jadi sepi, karena dirumah jarang ngobrol sama orang rumah jadi hening suasananya. Juga waktu itu nggak berani langsung ke pemakaman adik. Seminggu setelahnya baru kesana. Kalau sekarang perasaan sedih sih nggak cuma kadang masih kepikiran, terus perasaan cemas juga</p>	<p>meninggalnya Adik.</p>			
--	---	---------------------------	--	--	--

	kadang masih suka muncul.”				
W1.47	“Ya bisa dibilang pengalaman traumatis. ”	S1 menganggap pengalaman ini sebagai pengalaman traumatis.	S1 merasa bahwa kejadian meninggalnya Adik termasuk kejadian yang traumatis.	S1 mengalami reaksi emosional yang lebih mendalam.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W2.26	“Hmm apa ya.. Sebenarnya ya bukan pertama kalinya sih mengetahui orang meninggal, cuma karena memang adik, keluarga sendiri gitu terus juga dekat ya kan, jadi ya itu paling benar-benar bikin nyesek banget gitu.”	S1 merasa kedukaan mendalam sehingga menganggap bahwa kejadian kehilangan adik merupakan kejadian yang traumatis.	S1 merasakan adanya sesak dan kedukaan yang mendalam.	S1 mengalami reaksi emosional yang lebih mendalam.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W1.48	“Kalau yang sering sih	S1 mengaku dirinya	S1 mengalami	S1 beberapa kali masih	Tahapan

	enggak, cuma kadang-kadang kepikiran aja. ”	masih teringat kejadian meninggalnya Adik.	proses kognitif dan emosional.	teringat kejadian meninggalnya Adik.	<i>intermediate</i>
W1.49	“Perasaannya sih parahnya itu pas setengah tahun. Setelah itu sudah lebih baik tapi kalau ikhlas sebetulnya sih belum 100% ikhlas. ”	S1 membutuhkan waktu setengah tahun untuk mengatasi kedukaan.	S1 mengalami tahapan menuju pemulihan.	Waktu yang dialami S1 untuk merasa lebih baik yaitu setengah tahun, meski begitu dirinya masih dalam proses untuk ikhlas.	Tahapan <i>recovery</i>
W2.44	“Jadi ya lebih baik dari sebelumnya. Cuma kalau dikata ikhlas, belum sepenuhnya. ”	S1 merasa lebih baik namun belum bisa sepenuhnya ikhlas.	S1 ada perasaan lebih baik meski belum dapat menerima sepenuhnya.	S1 memiliki perasaan lebih baik namun belum bisa ikhlas sepenuhnya.	Proses menuju tahapan <i>recovery</i> .
W3.6	“Buat sekarang 90% , belum sepenuhnya karena dulu kita	S1 merasa bahwa 90% ikhlas akan	S1 mulai merasa ikhlas meski	S1 mengalami adanya kemajuan dalam proses	Proses dalam tahapan <i>recovery</i> .

	<p>sering ngelakuin aktivitas bareng, terus juga masih banyak hal bagus di dunia ini yang belum dia liat, banyak makanan yg belum dia coba, banyak film yang belum dia lihat, banyak lagu yang belum dia dengerin.”</p>	<p>kematian adiknya. Belum sepenuhnya ikhlas dikarenakan seringnya aktivitas yang biasanya dilakukan bersama dengannya.</p>	<p>belum sepenuhnya. Namun hal tersebut menunjukkan adanya tahapan menuju pemulihan.</p>	<p>penerimaan kematian adik.</p>	
W1.52	<p>“Hmm, gimana ya Kak, saya sih memandang diri saya sekarang jadi lebih tersinggung dan gampang emosi gitu.”</p>	<p>Adanya perubahan sikap S1 dalam mengelola emosinya.</p>	<p>S1 merasakan adanya perubahan diri secara emosional.</p>	<p>S1 merasa ada perubahan dalam dirinya yaitu jadi mudah tersinggung dan susah mengendalikan emosi.</p>	<p>Perubahan diri secara emosional.</p>
W2.31	<p>“Iya benar setelah itu emosinya jadi susah dikendalikan. Hmm.. sebetulnya hubungan yang apa</p>	<p>S1 memiliki perubahan secara emosional dan sulit dikendalikannya.</p>	<p>S1 merasakan adanya perubahan diri secara emosional.</p>	<p>S1 merasa adanya dampak kedukaan pada perubahan emosional dirinya.</p>	<p>Perubahan dir secara emosional.</p>

	ya yang benar-benar berhubungan banget antara meninggalnya adik dengan perubahan emosi yang sekarang ini tuh gatau apa ya, cuma gatau setelah adik meninggal itu emosinya susah banget dikontrolnya. ”				
W3.13	“Sebelumnya tuh masih bisa kan ngendaliin emosi, tapi semenjak adik meninggal rasanya nggak bisa lagi ditahan emosinya itu dalam lingkup hal apapun. Jadinya sering terluap gitu. Nah sekarang biasanya marah, suka ngeluarin kata-kata kasar. Kalau dulu suka	S1 memiliki perubahan secara emosional yaitu sulit mengendalikan emosinya sehingga emosi yang dirasakan subjek akan terluap.	S1 merasakan adanya perubahan diri secara emosional.	S1 tidak mampu mengendalikan emosinya sehingga emosi yang dirasakan subjek akan meluap dengan perkataan kasar yang keluar dari mulut subjek.	Perubahan diri secara emosional.

	mukulin tembok.”				
W1.54	“Caraku buat ngatasin itu semua yang pasti aku cari teman. Cari teman teman biar gak kesepian. Kalo di rumah kan teman teman tuh pada sama urusan masing masing, makanya aku gak pernah betah lama-lama di rumah. Aku selalu sama teman teman kuliah biar gak kesepian dan gak ngerasa hampa. ”	S1 memiliki caranya untuk bangkit dalam kedukaan.	S1 memiliki upaya untuk mengatasi kedukaan dengan cara bersama temannya.	S1 mau untuk bangkit dari kedukaan dan menemukan upayanya untuk mengatasi kedukaan tersebut dengan menghabiskan waktu bersama teman.	Upaya mengatasi kedukaan dalam tahapan <i>recovery</i> .
W1.61	“Iya benar, cuma aku bukan yang tiba-tiba cerita. Tapi kalau diminta menceritakannya ya bisa	S1 bisa menceritakan kejadian meninggalnya adik	S1 mampu mengekspresikan perasaannya dalam tahapan menuju	S1 mampu mengekspresikan perasaannya hal tersebut meliputi kemampuan	Tahapan <i>recovery</i> .

	saja.”	dan perasaannya terkait kejadian.	pemulihan.	dirinya untuk dapat bercerita apa yang sedang dirasakan.	
W1.63	“Momen khusus enggak, cuma keingat beban kuliah aja sih, pengen cepat selesai urusan kuliahnya. Cepat lulus. ”	S1 adanya kesadaran untuk bangkit dalam kedukaan.	S1 kembali memiliki harapan dalam tahapan menuju pemulihan.	Tidak ada momen khusus yang membuat S1 menyadari bahwa dirinya harus bangkit, namun ada sebuah pemikiran dirinya terhadap kehidupan kedepannya.	Tujuan akan masa depan.
W1.66	“Tentu ada pembelajaran, harus lebih meluangkan banyak waktu ke orang terdekat, nikmati waktu yang masih ada lebih hargai keberadaannya. ”	Bagi S1 pembelajaran yang diperoleh yaitu lebih meluangkan waktu dan menghargai keberadaan orang terdekatnya.	S1 mampu memperoleh makna dan pembelajaran.	S1 dapat memperoleh makna dari pengalaman hidupnya yaitu lebih meluangkan waktu dan menghargai keberadaan orang terdekatnya.	Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i> .

W3.19	<p>“Jangan pernah sia siain waktu atau momen sama orang orang sekitar. We can't turn back time, maksimalkan tiap detiknya waktu yang kamu habiskan sama orang orang yang kamu suka. Kalo bisa abadikan setiap momen itu, walaupun waktu gak bisa diulang, tapi momennya masih bisa dikenang. Banyak orang yang masih nyepelein banget soal waktu, padahal menurutku waktu itu hal yang sakral banget. Kalo aku dikasih waktu buat ketemu sama orang orang yang udah pergi, pasti aku ambil walaupun cuma</p>	<p>Pembelajaran yang diperoleh oleh S1 adalah lebih menghargai waktu dan momen yang dihabiskan bersama dengan orang terdekat.</p>	<p>S1 mampu memperoleh makna dan pembelajaran dari kematian adiknya.</p>	<p>S1 mendapatkan pembelajaran yang berupa kesadaran akan pentingnya waktu bersama orang terdekat dan berusaha menjalin kualitas hubungan interpersonal.</p>	<p>Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i>.</p>
-------	---	---	--	--	--

	<p>0.001 detik. Jadi pembelajaran yang aku dapet ya lebih menghargai waktu, menghargai setiap momen yang dihabiskan dengan orang lain.”</p>				
--	--	--	--	--	--

Horizontalisasi Subjek 2 (I)

Baris	Unit Makna	Deskripsi unit makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1.2	<p>“Jadi bapak memang sudah memiliki penyakit sebelumnya, jadi tiap hari minum obat. Waktu itu bapak keadaannya makin drop, terus dibawa ke rumah sakit sama tetangga karena kebetulan dirumah lagi nggak ada orang, Ibu sama Kakak lagi kerja. Terus akhirnya Ibu menyusul ke rumah sakit temenin bapak, nggak lama bapak di rumah sakit, bapak dikabarkan meninggal Posisinya aku lagi di beda kota. Jadi aku dikabari</p>	<p>S2 menceritakan kejadian dan penyebab ayahnya meninggal dikarenakan sakit.</p>	<p>S2 mengungkapkan faktor penyebab kematian Ayahnya.</p>	<p>S2 dapat menjelaskan kronologi meninggalnya ayah karena sakit.</p>	<p>Faktor kematian.</p>

	<p>lewat telepon. Sehabis itu bapak dimakamkan di Klaten di tempat asalnya, jadi perjalanan dari Jakarta ke Klaten, sedang aku posisinya di Semarang tapi di hari itu aku berangkat ke Klaten juga.”</p>				
W1.13	<p>“Iya kurang lebihnya segitu berarti. Kalau kenangan ada, hal sederhana sih waktu itu lagi di Klaten kan itu tempat tinggal bapak sewaktu kecil ya, terus waktu itu bapak ngajakin muter-muter naik motor keliling berdua, sepanjang jalan itu bapak cerita masa-masa dulu ketika masih kecil.”</p>	<p>S2 mengingat kenangan bersama Ayah.</p>	<p>S2 mengalami fungsi kognitif yang berjalan dalam mengingat memori bersama Ayah</p>	<p>S2 mampu mengingat dan menceritakan pengalamannya bersama Ayah yang menjadi sebuah kenangan yang tidak terlupakan</p>	<p>Memori mengenai ayah.</p>

W1.17	“Jujur hubungannya nggak dekat , jarang juga interaksi sama beliau.”	S2 merasa bahwa hubungannya dengan Ayah tidak dekat.	S2 tidak mengalami kedekatan dengan ayah.	S2 tidak memiliki hubungan yang dekat dengan Ayah.	Hubungan subjek dengan ayah
W1.21	“Iya beda-beda sih, terlebih Kakak yang lebih menonjol . Dia tuh sampai sekarang masih kadang menganggap bapak masih ada , kayak suka ngomong ibaratnya masih seperti dulu ketika ayah ada.”	Kakak dari S2 masih merasa bahwa ayahnya masih hidup.	S2 mengungkapkan semua anggota memiliki respon yang berbeda.	Anggota keluarga S2 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya ayah	Perbedaan respon anggota keluarga terhadap kematian.
W1.24	“Kalau Ibu seringnya berdoa sih Kak caranya Ibu merespon kedukaannya.”	Ibu dari S2 menunjukkan respon kedukaan dengan berdoa.	S2 mengungkapkan semua anggota memiliki respon yang berbeda.	Anggota keluarga S2 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya ayah.	Perbedaan respon anggota keluarga terhadap kematian.
W2.71	“Iya ibu udah lebih bisa	Ibu dari S2 sudah	S2 merasa bahwa	Ibu dari S2 dapat	Respon Ibu subjek

	<p>nerima sih, sama kan ya sebelumnya bapak emang udah ada penyakit kan. Ibu pernah bilang kayak, gapapa kan bapak sudah nggak ngerasa sakit gitu.”</p>	<p>dapat menerima dan ikhlas.</p>	<p>ibunya sudah dapat menerima dan ikhlas atas kematian ayahnya.</p>	<p>memproses dan mengatasi kedukannya.</p>	<p>terhadap kematian.</p>
W1.25	<p>“Responnya tuh benar-benar luar biasa, bapak itu dipandang sebagai orang baik. Jadi bapak pernah sempat tinggal di masjid sebelum punya anak, nah dari situ pandangan orang-orang ke bapak itu baik. Pas dikabarkan meninggal, banyak sekali omongan baik tentang bapak.”</p>	<p>S2 mendapatkan respon yang positif dari lingkungan sekitar.</p>	<p>S2 merasakan adanya respon positif mengenai kepribadian ayahnya.</p>	<p>S2 memiliki respon positif dari lingkungan sekitar, karena lingkungannya memandang ayah subjek merupakan orang yang baik.</p>	<p>Respon dari lingkungan atas kematian ayah.</p>

W1.29	“Alhamdulillah baik juga, teman-temanku bantu, juga kasih dukungan. ”	S2 mendapatkan dukungan positif dari teman-temannya.	S2 merasakan adanya dukungan sosial yang bagus	S2 memiliki respon yang bagus dari teman-temannya dalam menghadapi kedukaan.	Dukungan sosial.
W2.11	“Kalau itu sebenarnya ngaruh sih ada pasti, cuman aku sih nggak ngerasa mungkin keadaan dirumah yang lebih berasa. Soalnya bapak tipe yang benar-benar jarang jajan, yang penting anaknya tuh hidup gitu, jadi dia kayak udah prepare gitu.”	Kematian ayah S2 berpengaruh pada ekonomi namun tidak signifikan.	Kematian ayah S2 berdampak secara ekonomi namun tidak signifikan.	S2 merasa adanya dampak kematian ayah secara ekonomi namun tidak signifikan.	Dampak kematian secara ekonomi.

W1.30	“Keluhan fisik nggak ada sih Kak, kaget aja.”	S2 mengungkapkan bahwa tidak ada keluhan fisik yang serius.	S2 merasa bahwa tidak ada keluhan secara mental yang mempengaruhi fisik.	Tidak adanya keluhan fisik seperti pusing, mual, atau lainnya. Hanya kaget saja.	Keluhan fisik dalam tahapan inisial respon.
W2.7	“Perubahan diawalnya tuh yang jadi diam masing-masing ngerasa masih kayak kaget karena salah satu anggota keluarga udah nggak ada gitu. Jadi ya ada yang beda, mungkin adaptasi gitu.”	S2 merasa adanya perubahan kondisi di rumah ketika awal ayah meninggal	S2 merasa bahwa semua anggota merasa kaget hingga menjadi diam	S2 mengungkapkan bahwa kondisi rumahnya di awal kematian ayah menjadi hening karena semua masih pada perasaan kaget atas kehilangan ayah.	Perubahan keadaan dalam tahapan inisial respon

W2.26	<p>“Waktu itu sempat kaget ya, pulang dari magang terus dikabarin bapak udah engga ada, terus ya aku berusaha meluapkan emosi dulu, itu nggak ada siapa-siapa kan, nah pas sudah gitu terus ke Klaten pemakaman bapak, yaudah disitu berusaha buat nggak kenapa-napa pokoknya gimana caranya nunjukin kalau kuat gitu, gamau kelihatan terpuruknya soalnya yang aku hadapi tuh ibu sama kakak, ya pokoknya tetap ada sedihnya sih kehilangan, cuma kalau didepan ibu sama kakak belum bisa terbuka.”</p>	<p>S2 merasa kaget ketika mengetahui ayahnya meninggal lalu meluapkan emosinya ketika subjek sedang sendiri dan berusaha kuat didepan banyak orang</p>	<p>S2 mengalami kaget dan merasa ada tekanan yang membuatnya menjadi kuat dan tidak melihatkan kelemahannya.</p>	<p>S2 ketika mengetahui ayahnya meninggal dirinya merasa kaget, meluapkan emosinya namun setelah bertemu dengan orang banyak subjek berusaha untuk terlihat kuat.</p>	<p>Tahapan inisial respon</p>
-------	--	--	--	---	-------------------------------

W2.34	<p>“Wah waktu itu aku nangis sih hehehe, nangis sih aku jujur, kayak belum bisa nerima, kayak cepat banget gitu, terus yauda pas dirasa sudah cukup ngeluapin emosinya, terus mikir apa yang harus dilakukan gitu ngabarin teman yang satu tempat magang, nitip tugas, gitu-gitu minta tolong kabari kabari ke teman-teman terus aku langsung mikir gimana cara aku ke klaten gitu.”</p>	<p>S2 awalnya merasa tidak percaya, sedih yang mendalam namun masih bisa dikendalikan.</p>	<p>S2 merasa denial dengan kematian ayah, meski begitu subjek dapat berfikir secara logis apa yang harus dilakukannya.</p>	<p>S2 sulit untuk menerima kematian ayah namun dirinya dapat mengendalikan diri untuk tetap berfikir secara logis.</p>	<p>Respon awal subjek dalam tahapan inisial respon.</p>
W1.32	<p>“Awalnya jelas ada perasaan sedih. Cuma aku itu masih</p>	<p>S2 mengalami perubahan perasaan</p>	<p>S2 mengalami dampak kedukaan</p>	<p>S2 merasakan kesedihan, adanya</p>	<p>Tahapan intermediate</p>

	<p>bisa mikir dengan baik gitu pas awalnya, kayak itu kan dikabari setelah aku pulang magang yang mana aku belum makan, aku sempet makan dulu sebelum ke Klaten karena aku juga mikir kondisi badanku. Nah terus setelahnya aku mulai ngerasa perasaan menyesal karena hubunganku sama ayah kan nggak dekat ya, ngerasa kehilangan yang sangat dalam, juga hilang motivasi tuh sempat, skripsi aja stuck terus disitu. Sampai akhirnya Desember 2023 kemarin tuh aku mulai berpikir kalau harus</p>	<p>dalam proses kedukaan.</p>	<p>secara mental berupa kesedihan, perasaan menyesal, dan kehilangan yang mendalam serta hilangnya motivasi.</p>	<p>perasaan menyesal, perasaan kehilangan yang mendalam, dan adanya hilang motivasi hingga kesadaran untuk dirinya kembali bangkit.</p>	
--	---	-------------------------------	--	---	--

	bangkit, alhasil Januari kemarin awal tahun aku merasa perasaannya jauh lebih baik.”				
W2.49	“Kalau marah nggak ada sih cuma penyesalan yang hubungan sama bapak kurang dekat.”	S2 merasa menyesal karena hubungannya dengan ayah tidak dekat.”	S2 merasa ada dampak emosional berupa penyesalan.	S2 tidak ada perasaan marah, selain sedih subjek merasa menyesal karena hubungannya dengan ayah tidak dekat.	Perasaan lebih lanjut mengenai kedukaan dalam tahapan intermediate.
W1.41	“Betul paling parah itu waktu aku lagi KKN juga bulan oktober tuh masih ngerasa nggak enak perasaannya. Tapi Januari itu sudah benar-benar perasaannya lebih baik. Jadi ya enam bulan buat aku ngerasa lebih baik.”	S2 mengalami keterpurukannya akibat kedukaan hingga setengah tahun setelah ayahnya meninggal.	S2 membutuhkan waktu enam bulan untuk dirinya merasakan perasaan lebih baik dalam proses kedukaan.	Selama enam bulan S2 merasakan dampak secara emosional hingga setelah enam bulan tersebut subjek merasa perasaannya lebih baik.	Waktu yang diperlukan dalam tahapan <i>recovery</i> .

W1.45	“Kalau keingat sih iya , masih keingat tiba-tiba.”	S2 mengaku dirinya masih teringat kejadian meninggalnya Ayah.	S2 mengalami proses kognitif dan emosional.	S2 masih teringat kejadian meninggalnya Ayah.	Tahapan <i>intermediate</i> .
W2.84	“Iya kalau pas setengah tahunnya tuh pas lagi downnya ya ganggu aktivitas cuman yang nggak ngeganggu banget cuman ya sering aja terlintas, omongan-omongan dia tuh, cuman ya gimana ya hehehe. ”	S2 merasa terpuruk dalam waktu enam bulan meninggalnya ayah dan sering teringat ayahnya namun dapat mengendalikannya.	S2 mengalami keterpurukan akibat kematian ayah dalam waktu enam bulan sejak kematian ayahnya.	S2 mengalami keterpurukan dalam waktu enam bulan namun dapat mengendalikannya.	Perasaan subjek dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W2.52	“Ada sih sempat beberapa kali kayak ya inget aja sih itu kan hal yang biasa ya, terus kan juga ya paling aku ajak ngobrol gitu , titip salam	S2 sering monolog kepada Allah untuk meluapkan apa sedang difikirkan dan dirasakan.	S2 berusaha refleksi dan mengolah emosi dengan cara monolog dengan	S2 memiliki upaya dalam mengatasi kedukaannya yaitu dengan monolog dengan dirinya sendiri dan	Upaya mengatasi kedukaan dalam tahapan <i>recovery</i>

	<p>Kayak ya Allah nitip salam buat bapak, aku tuh yakin kayak pesanku tuh pasti disampaikan, aku kayak monolog sendiri gitu lho ke Allah, aku yakin kayak salamku pasti disampaikan, aku juga cerita kayak lagi dapat masalah di skripsi yang gini-gini aja, yang semangatnya naik turun yaudah paling monolog sendiri gitu sih, paling juga kalau di makam ngobrol sendiri gitu.”</p>		<p>diri sendiri dan memproses emosinya.</p>	<p>kepada Allah untuk segala hal yang sedang dirasakannya.</p>	
W1.46	<p>“Waktu buat diri sendiri, naik motor sendirian keliling aja gitu.”</p>	<p>S2 memiliki caranya untuk bangkit dalam kedukaan.</p>	<p>S2 memiliki upaya untuk mengatasi kedukaan dengan</p>	<p>S2 mau untuk bangkit dari kedukaan dan menemukan upayanya</p>	<p>Upaya mengatasi kedukaan dalam tahapan <i>recovery</i></p>

			cara meluangkan waktu untuk dirinya sendiri.	untuk mengatasi kedukaan tersebut dengan meluangkan waktu untuk dirinya sendiri.	
W2.63	“Iya itu lebih ke waktu sendiri, dari pada yang ramai-ramai sih sebetulnya. Apalagi kalau ke ibu kakak belum waktunya sih menurutku buat ceritain apa yang dirasa soal bapak.”	S2 merasa lebih nyaman sendiri dalam memproses kedukaan dan dirinya belum bisa terbuka dengan keluarga.	S2 merasa bahwa dengan waktu sendiri lebih dapat memulihkan emosinya dan dirinya kurang bisa mengekspresikan apa yang di rasa ke keluarganya.	S2 belum bisa sepenuhnya mengekspresikan apa yang dirasakan dirinya lebih nyaman sendiri.	Proses menuju tahapan recovery
W1.48	“Kalau ke Ibu ke Kakak, ke keluarga gitu rasanya masih sulit mengungkapkan yang	S2 merasa belum dapat terbuka dengan keluarganya	S2 merasa sulit untuk mengekspresikan	S2 menganggap bahwa belum saatnya terbuka dengan keluarga	Keterbatasan mengkomunikasikan apa yang di rasa

	dirasakan sih Kak. Ibu pernah sih bahas soal perasaan masing-masing setelah bapak meninggal, tapi aku diam aja. ”	mengenai perasaannya terkait kedukaan akibat kematian ayah.	apa yang dirasa ke ibu dan kakaknya.	mengenai perasaannya atas kedukaan.	
W1.51	“Ya karena aku ngerasa cowok satu-satunya sekarang di keluarga, takut aja gitu buat cerita khususnya ke Ibu. Tapi kalau soal apapun yang lainnya ya suka cerita aja.”	S2 merasa bahwa dirinya cowok satu-satunya di keluarga, sehingga ada perasaan takut ketika menceritakan apa yang dirasa mengenai kedukaan akibat kematian ayah.	S2 memiliki perasaan takut apabila menceritakan apa yang dirasakan ke keluarganya.	S2 merasakan takut hingga sulit untuk mengekspresikan apa yang dirasa karena berpikir bahwa dirinya cowok satu-satunya di keluarga.	Faktor sulit mengekspresikan apa yang dirasa.
W2.87	“Sekarang sih.. oh dulu ini aku nggak bisa tuh monolog	S2 merasa bahwa dirinya sekarang	S2 ada perubahan di dirinya dalam	S2 sekarang mampu menyikapi dengan baik	Proses tahapan recovery.

	<p>gitu cerita. Kalau dulu ya nangis aja, ga bisa cerita-cerita gitu, kalau sekarang ya lebih baik aja menyikapinya. Cuma endingnya tetap sama mendoakan pasti. Bedanya cuma di situ, dulu nggak bisa monolog cerita-cerita gitu hehehe.”</p>	<p>lebih bisa menyikapi kedukaan daripada dirinya yang dulu.</p>	<p>menyikapi kedukaan akibat kematian ayah</p>	<p>atas kedukaan dibandingkan dulu.</p>	
W1.54	<p>“Momen nggak ada sih, ya pikiran diri sendiri aja, kalau harus bangkit harus lanjutin beban perkuliahannya, skripsinya gitu. Mengingat semester tua yang memotivasi ku untuk bangkit sih Kak.”</p>	<p>S2 adanya kesadaran untuk bangkit dari kedukaan.</p>	<p>S2 kembali memiliki tujuan dalam tahapan menuju pemulihan.</p>	<p>Tidak ada momen khusus yang membuat S2 menyadari bahwa dirinya harus bangkit, namun ada sebuah pemikiran dirinya terhadap kehidupan kedepannya.</p>	<p>Tujuan dalam tahapan <i>recovery</i></p>

W1.57	<p>“Pembelajarannya menurutku jadi ngajarin aku buat membantu teman yang lagi membutuhkan, karena ternyata bantuan dari orang sekitar itu membantu banget. Terus juga jadi orang yang lebih kuat.”</p>	<p>Bagi S2 pembelajaran yang diperoleh yaitu lebih membantu teman ketika teman membutuhkan dan menjadi orang yang lebih kuat.</p>	<p>S2 mampu memperoleh makna dan pembelajaran.</p>	<p>S2 dapat memperoleh makna dari pengalaman hidupnya yaitu membantu teman ketika membutuhkan dan menjadi pribadi yang lebih kuat.</p>	<p>Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i>.</p>
-------	---	---	--	--	--

Horizontalisasi Subjek 3 (D)

Baris	Unit Makna	Deskripsi unit makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1.2	<p>“Hmm.. kejadiannya berawal dari suami saya yang sudah mulai sakit dari bulan desember tahun 2019, adanya penyakit bagian urologi. Setiap sebulan sekali periksa ke rumah sakit. Tapi makin lama makin parah keadaannya, sampai akhirnya dibulan April 2020 dokternya minta agar suami saya dirawat inap. Sebetulnya ya banyak pertimbangan Mbak, karena itu keadaan negara kita kan sedang awal mengalami covid</p>	<p>S3 menceritakan kejadian dan penyebab suaminya meninggal dikarenakan sakit.</p>	<p>S3 mengungkapkan faktor penyebab kematian suaminya.</p>	<p>S3 dapat menjelaskan kronologi meninggalnya suami karena sakit.</p>	<p>Faktor kematian</p>

	<p>ya, tapi gimana lagi kita mikirnya buat kebaikan suami saya. Eh dua hari setelah suami dirawat inap, suami saya malah ditempatkan di isolasi, karena ada keluhan demam tinggi. Padahal tuh Mbak saya yakin banget kalau suami saya tidak terkena covid. Hari senin malam, saya meninggal. Suami saya dimakamkan dengan protokol covid karena hasil tesnya belum keluar.”</p>				
W1.13	<p>“Iya benar mbak. Pas itu saya sama anak saya yang kedua kan ndak bisa ke rumah sakit karena suami saya di isolasi,</p>	<p>S3 menceritakan kronologi kejadian meninggalnya suami.</p>	<p>S3 merasa sedih dan tidak bisa melakukan apa-apa.</p>	<p>S3 tidak dapat menyaksikan pemakaman suami, adanya perasaan sedih</p>	<p>Kronologi kematian.</p>

	<p>jadi cuma anak saya yang pertama yang dirumah sakit. Itupun peraturannya ketat banget mbak karena ya emang awalan ada covid itu. Jadi pas itu saya di telp anak saya itu, ngasih kabar kalau Bapaknya sudah nggak ada. Saya nggak bisa apa-apa pas itu, suami langsung dimakamkan dengan protokol covid pihak rumah sakit dan anak saya cowok yang pertama itu yang ngurusin terus langsung dimakamkan karena ndak boleh dibawa ke rumah kan. Sedihnya saya dan anak perempuan atau anak kedua</p>			<p>dan merasa tidak bisa melakukan apa-apa.</p>	
--	---	--	--	---	--

	<p>saya itu nggak boleh keluar rumah, karena mengingat status keluarga kita yaitu ODP atau orang dalam pemantauan ya karena itu Mbak hasil covidnya belum keluar, jadi saya juga nggak bisa menyaksikan pemakaman suami saya. Setelah empat hari berikutnya baru deh keluar hasil tesnya kalo negatif, lalu barulah saya diperbolehkan untuk ke makam.”</p>				
W1.26	<p>“Ya jelas sangat dekat Mbak, bahkan sampai tua hubungan saya dengan suami masih sangat harmonis. Suami saya itu tempat saya untuk meminta</p>	<p>S3 memiliki hubungan yang sangat dekat dengan suaminya.</p>	<p>S3 mengalami kedekatan secara ikatan atau hubungan emosional dengan</p>	<p>S3 dengan suaminya memiliki hubungan yang sangat dekat. Baginya suami tempatnya untuk saling berbagi cerita,</p>	<p>Hubungan.</p>

	pendapat, berkeluh kesah kita saling berbagi cerita , banyak hal menyenangkan , kita juga saling menguatkan dan ya saling bergantung satu sama lain. ”		suami.	menguatkan dan bergantung satu sama lain.	
W1.30	“Iya Betul. Sebetulnya banyak ya Mbak kenangan bersama suami saya. Tapi yang paling membekas, ketika kami sholat dan berdoa bersama , khususnya ketika ketika itu kami mendoakan anak pertama kami yang cowok itu yang sedang kuliah di luar negeri pas itu.”	S3 mengingat kenangan bersama suami.	S3 mengalami fungsi kognitif yang berjalan dalam mengingat memori bersama suami.	S1 mampu mengingat dan menceritakan pengalamannya bersama suami yang menjadi sebuah kenangan yang tidak terlupakan.	Memori.
W2.13	“ Untuk perasaan ya	S3 merasakan	S3 beranggapan	S3 mengalami pengaruh	Pengaruh kematian

	<p>berpengaruh jadi kerasa sedih pada saat itu duka juga pasti, kalo soal kehidupan ya berpengaruh juga karena ya itu biasanya apa-apa kan bareng. Tapi lama kelamaan menjadi tertata menjadi ikhlas sehingga kita berjalan sesuai alur aja. Hanya awalnya saja yang kerasa timpang, tapi lama kelamaan kita harus bisa menyesuaikan keadaan. Sehingga kita berjalan sesuai alur saja.”</p>	<p>kematian suami berpengaruh terhadap kehidupannya.</p>	<p>bahwa kematian suami berpengaruh pada perannya dalam keluarga.</p>	<p>kematian suami pada kehidupan kesehariannya.</p>	<p>pada kehidupan subjek.</p>
W2.58	<p>“Ya otomatis ada perubahan pada diri sendiri, ya walaupun anak-anak sudah tidak kecil, tapi kan sekarang</p>	<p>S3 merasa kematian suami juga berpengaruh pada dirinya sendiri</p>	<p>S3 mengalami pengaruh kematian suami berdampak pada perannya</p>	<p>S3 menjadi orang tua tunggal yang membuat subjek mengalami perubahan peranan</p>	<p>Pengaruh kematian pada kehidupan subjek.</p>

	<p>saya sudah single parents, jadi harus apa-apa sendiri, kalau dulu kan bekerja sama dengan suami untuk mengingatkan anak, untuk kehidupan. Kalau sekarang kan sendiri, memutuskan sesuatu gitu walaupun juga anak bisa diajak pertimbangan, tapi tetap beda dibandingkan dulu ada suami.”</p>	<p>terhadap perannya di keluarga karena menjadi orang tua tunggal.</p>	<p>dalam keluarga.</p>	<p>didalam keluarga.</p>	
W1.34	<p>“Jelas ada Mbak, anak saya yang pertama mungkin karena laki-laki dia kelihatan lebih tegar dan jarang sekali menunjukkan kesedihan. Bahkan pas hari meninggal ayahnya itu, sampai saya</p>	<p>Anak pertama dari S3 mengalami tahapan duka yang cepat untuk ke tahapan <i>recovery</i> namun anak kedua mengalami tahapan</p>	<p>S3 mengungkapkan semua anggota memiliki respon yang berbeda</p>	<p>Anggota keluarga S3 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya suami.</p>	<p>Respon kedukaan.</p>

	minta dia untuk meluapkan tangisnya ke saya. Berbeda dengan anak kedua saya, dia cenderung sensitif ketika mengingat ayahnya.”	kedukaan yang lama dibanding anak pertama.			
W1.41	“ Kalau keluarga inti kita saling menguatkan satu sama lain, pun keluarga besar juga sama mendukung kita baik secara emosional atau materi. Tapi kalau tetangga, karena pada saat itu suami saya dikabarkan positif covid padahal hasilnya belum keluar jadi banyak tetangga yang menghindari karena takut terkena covid, rasanya kita seperti dikucilkan.”	S3 mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga namun kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar hingga merasa terkucilkan.	S3 merasa adanya dukungan yang baik dari keluarga namun merasa kurang mendapat dukungan dari lingkungan sekitar.	S3 memiliki respon yang baik dalam keluarga, namun kurang mendapatkan dukungan positif dari lingkungan sekitar.	Kurang adanya dukungan sosial.

W1.49	“Yang jelas saya shock sangat kaget , tangan saya sangat bergetar juga dada sesak. ”	S3 mengalami adanya keluhan fisik ketika mengetahui kematian suami.	S3 mengalami keluhan fisik dalam tahapan inisial respon.	S3 merasakan adanya keluhan fisik berupa shock, dada sesak dan tangan bergetar ketika mengetahui kematian suami.	Keluhan fisik dalam tahapan inisial respon
W1.52	“Kalau mempengaruhi fisik nggak Mbak, tapi perasaan takut dan cemas ada. Mungkin lebih kecemasan saya bagaimana meneruskan hidup tanpa suami ”	S3 mengaku adanya perasaan cemas ketika mengetahui suaminya meninggal.	S3 memiliki kecemasan akan kehidupan kedepannya.	S3 memiliki perasaan kecemasan namun tidak berpengaruh pada fisiknya.	Mengalami kecemasan dalam tahapan inisial respon.
W2.46	“Ya jelas pas awal-awal itu ya, karena masih ada yang dipikirkan. Takut gitu kan kok sekarang aku sendiri padahal aku selalu berdua	S3 mengalami perasaan takut dan cemas.	S3 mengalami respon tahapan inisial respon yang berupa cemas dan takut.	S3 merasakan ketakutan dan kecemasan akan kehidupan kedepannya tanpa suami.	Respon dalam tahapan inisial respon.

	sebelumnya. Terus cemas nanti aku bisa nggak jalanin ini sendiri. Itu pas awal-awal sih ”				
W1.54	“Awalnya sedih jelas, sangat teramat . Tapi rasanya sulit dijabarkan perasaan saya saat itu, blank saja rasanya. Saya juga masih tidak percaya pada saat itu kalau suami saya meninggal. Tapi saya pasrahkan saja kepada Allah”	S3 mengalami kesedihan yang mendalam, tidak percaya akan kematian suami namun sekarang subjek pasrah kepada Tuhan.	S3 merasakan adanya dampak emosional yang mendalam berupa kesedihan dan tidak percaya akan kematian suaminya.	S3 merasakan sedih, merasa sulit menjabarkan apa yang dirasa, dan ketidakpercayaan akan kematian suami. Namun subjek berusaha mengendalikan dirinya dengan pasrah ke Tuhan.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W1.57	“ Ya tetap sedih itu jelas masih terasa to Mbak , bahkan sampai lama ya sampai menjelang empat tahun itu	S3 mengalami kesedihan, sering menangis, dan merasa sakit akan	S3 merasakan adanya reaksi emosional yang lebih mendalam.	S3 mengalami kesedihan yang mendalam, dan merasa sakit karena kehilangan suami.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .

	<p>kalau teringat kejadian itu masih sering menangis. Selain itu juga ada perasaan sakit karena ditinggal suami ya juga kangen banget rasanya.”</p>	kehilangan suami.			
W2.20	<p>“Sebelum menjelang empat tahun itu masih ingat terus, tiba-tiba nangis, tiba-tiba keinget keseharian juga kebiasaan dulu pas masih bersama gitu.”</p>	S3 mengalami nangis, teringat akan kematian suami juga teringat kebiasaan keseharian ketika masuk bersama.	S3 merasakan adanya reaksi emosional kedukaan lebih dalam.	S3 mengalami kesedihan yang mendalam, sering menangis dan teringat aktivitas bersama sebelum suami meninggal.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W1.61	<p>“Kalau traumatis nggak ya, itu sudah takdir Tuhan. Tapi ya butuh proses.”</p>	S3 tidak menganggap kematian suami sebagai kejadian yang traumatis.	S3 memiliki ketahanan mental meski bagi nya butuh proses.	Bagi S3 kematian suaminya bukan kejadian yang traumatis namun membutuhkan proses.	Tahapan <i>intermediate</i> .

W1.63	<p>“Betul, lebih tepatnya bagi saya ini pengalaman yang membekas, karena saya enggak mau terpuruk terus. Saya harus bangkit.”</p>	<p>S3 merasa kejadian kematian suaminya sebagai kejadian yang berkesan.</p>	<p>S3 memiliki keinginan untuk bangkit dari keterpurukannya.</p>	<p>S3 tidak menganggap kematian suami sebagai kejadian yang traumatis namun sebagai kejadian yang berkesan untuknya.</p>	<p>Proses menuju tahapan <i>recovery</i>.</p>
W1.66	<p>“Iya begitu. Kalau kapannya sih, tiga tahun setelah meninggalnya suami saya masih sering ngerasa sedih. Mungkin mulai menjelang tahun ke empat kira-kira ya akhir tahun kemarin, saya mulai merasa lebih baik perasaannya.”</p>	<p>S3 membutuhkan waktu tiga tahun lebih untuk mengatasi kedukaan.</p>	<p>S3 mengalami tahapan menuju pemulihan.</p>	<p>Waktu yang dialami S3 untuk merasa lebih baik yaitu tiga tahun lebih.</p>	<p>Tahapan <i>recovery</i></p>
W1.69	<p>“Iya, sebetulnya ya tahun ketiga udah enggak terlalu sedih perasaannya. Cuma masih</p>	<p>S3 membutuhkan waktu tiga tahun lebih untuk</p>	<p>S3 mengalami tahapan menuju pemulihan.</p>	<p>Waktu yang dialami S3 untuk merasa lebih baik yaitu tiga tahun lebih.</p>	<p>Tahapan <i>recovery</i></p>

	belum ikhlas, baru setelah tiga tahun itu saya baru merasa kalau sudah bisa ikhlas. ”	mengatasi kedukaan.			
W2.23	“Untuk yang sekarang ini kita harus harus lebih ikhlas, harus lebih banyak mendoakan, jadi kita tidak berfokus ke itu terus, karena kehidupan terus berjalan, masih ada yang ingin dicapai. Sehingga dengan sendirinya kita tidak terlalu memikirkan, ya walaupun sebetulnya dalam hati yang namanya kehilangan masih tetap terasa kehilangan.”	S3 berfikir bahwa harus lebih ikhlas, berdoa sehingga tidak berfokus terus menerus kepada kedukaan.	Adanya kesadaran dan pemikiran positif dari S3 untuk bangkit dari kedukaannya.	S3 memiliki pemikiran yang memotivasi dirinya untuk bangkit dari kedukaan yang dialaminya.	Tahapan <i>recovery</i>
W2.40	“Ya jelas. Ini sudah mau	S3 memiliki	Adanya kesadaran	S3 memiliki pemikiran	Tahapan <i>recovery</i>

	<p>masuk tahun ke empat, mestinya sudah tidak harus mengingat ingat yang dulu. Meskipun rasa kehilangan tetap ada kehilangan orang yang kita cintai, tapi bukan berarti kita meratapi terus menerus jadi kita ganti dengan berdoa dan mendekati diri lagi ke Allah SWT.”</p>	<p>kesadaran untuk bangkit dari kedukaannya dengan berdoa dan mendekati diri lagi ke Tuhan.</p>	<p>dan pemikiran positif dari S3 untuk bangkit dari kedukaannya.</p>	<p>positif untuk dirinya bangkit dari kedukaan yang dialaminya.</p>	
W1.72	<p>“Nggak ada momen khusus yang terjadi sih Mbak, cuma ya saya menyadari aja kalau saya harus bangkit. Juga nggak baik terus-terusan meratapi kesedihan, kalau</p>	<p>S3 ada kesadaran dari dirinya untuk bangkit dalam kedukaan.</p>	<p>S3 memiliki kesadaran dirinya untuk menuju pemulihan.</p>	<p>Tidak ada momen khusus yang membuat S3 menyadari bahwa dirinya harus bangkit, namun ada sebuah pemikiran dirinya terhadap kedukaan yang dialaminya.</p>	<p>Tahapan <i>recovery</i>.</p>

	dalam agama kan juga ndak baik to Mbak.”				
W1.74	“Saya perkuat ibadah , saya banyakin doa ke Allah , saya berkeluh kesah kepadaNya , saya pasrahkan semua ke Allah. ”	S3 memiliki caranya untuk bangkit dalam kedukaan.	Upaya yang dilakukan S3 yaitu dengan memperkuat spiritual.	S3 menemukan upayanya untuk mengatasi kedukaan tersebut dengan mendekati dirinya kepada Tuhan.	Upaya mengatasi kedukaan dalam tahapan <i>recovery</i> .
W1.77	“Pembelajarannya mengajarkan saya untuk lebih mandiri , karena sebelumnya mengajarkan saya untuk lebih mandiri, karena sebelumnya saya sangat bergantung pada suami saya. Setelah suami saya pergi, saya jadi harus lebih mandiri, harus lebih kuat lagi dan lebih	Bagi S3 pembelajaran yang diperoleh yaitu menjadi pribadi yang mandiri, kuat, dan menjadikannya untuk memperkuat ibadah.	S3 mampu memperoleh makna dan pembelajaran.	S3 dapat memperoleh makna dari pengalaman hidupnya yaitu menjadi pribadi yang mandiri, kuat, dan menjadikannya untuk memperkuat ibadah.	Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i> .

	mendekatkan diri kepada Allah.”				
--	--	--	--	--	--

Horizontalisasi Subjek 4 (S)

Baris	Unit Makna	Deskripsi unit makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1.2	<p>“Penyebabnya itu mama emang punya penyakit sebelumnya. Mama itu kan jaga kantin di sekolah jadi pagi pagi banget sudah bangun gitu Kak buat nyiapin masak-masak segala macamnya bareng sama ibunya atau ya nenek aku gitu. Nah biasanya tuh yang bangun duluan nenek, cuma ga tau di hari itu mama bangun lebih awal. Jadi pas kejadian meninggalnya mama semua itu masih keadaan tidur. Sewaktu</p>	<p>S4 menceritakan kejadian dan penyebab ibunya meninggal dikarenakan sakit.</p>	<p>S4 mengungkapkan faktor penyebab kematian Ibunya.</p>	<p>S4 dapat menjelaskan kronologi meninggalnya ibu karena sakit.</p>	<p>Faktor kematian</p>

<p>nenek bangun, cari mama engga ketemu, ternyata di belakang rumah juga posisinya gelap ya Kak engga begitu kelihatan, pas nenek nemuin mama, mama itu posisi badannya agak bungkuk gitu udah keadaan nggak sadar. Nenek yang lihat itu kan jelas panik, langsung bangunin ayah. Terus orang rumah keadaannya ramai, nah aku posisinya masih tidur, aku itu dibangunin terakhir terus bingung aja karena rumah seheboh itu keadaannya, terus baru dikasih tau kalo mama udah</p>				
--	--	--	--	--

	nggak ada.”				
W1.20	<p>“Jujur sebenarnya awalnya nggak begitu dekat sama Mama, jarang interaksi gitu. Mulai dekatnya itu pas Mama udah sakit, aku kan sering ngantar Mama ke rumah sakit, karena ya fun fact aku kan punya kakak cewek satu, tapi di antara aku, mama, sama kakak yang bisa nyetir cuma aku doang. Jadinya aku sering jadi supir gitu ngantar-ngantar. Nah gegara itu aku jadi dekat sama mama, jadi banyak waktu sama mama.”</p>	<p>Sebelumnya hubungan S4 dengan ibu kurang dekat, setelah ibunya sakit menjadikan hubungannya dengan ibu dekat.</p>	<p>S4 mengalami perubahan dalam hubungan dengan ibunya yang sebelumnya kurang dekat menjadi dekat.</p>	<p>S4 merasa hubungannya dengan ibu sebelumnya tidak dekat dan merasa dekat ketika ibunya sudah sakit.</p>	<p>Hubungan</p>
W1.27	<p>“Apa ya Kak, oh ini sehabis</p>	<p>S4 mengingat</p>	<p>S4 mengalami</p>	<p>S4 mampu mengingat</p>	<p>Memori</p>

	<p>nganter mama periksa aku minta makan dulu hehehe. Terus kita makan berdua, makan mie ayam. Hal itu tuh kayak berkesan aja.”</p>	kenangan bersama Ibu.	fungsi kognitif yang berjalan dalam mengingat memori bersama Ibu.	dan menceritakan pengalamannya bersama Ibu yang menjadi sebuah kenangan yang tidak terlupakan.	
W1.32	<p>“Ya iya kak berpengaruh, banget. Pengaruhnya tuh ya sama keadaan perasaanku sekarang ya, kehilangan jelas. Juga kan berarti sekarang yang kerja Ayah aja, tapi bisa jadi motivasi ku buat cepat-cepat kuliah, kasian Ayah biayain aku sendirian.”</p>	S4 merasa meninggalnya Ibu sangat berpengaruh di dalam kehidupannya secara emosional maupun keadaan ekonomi.	S4 merasakan dampak kedukaan secara emosional dan keadaan ekonomi	Bagi S4 meninggalnya ibu berpengaruh pada kehidupannya secara emosional dan keadaan ekonominya.	Dampak kematian
W2.3	<p>“Passtiii, namanya kehilangan orang terkasih apalagi sosok utama yang ada di keluarga ya.</p>	S4 merasakan perubahan keadaan keluarga setelah	S4 mengalami dampak emosional pada perubahan	S4 menganggap dunianya aman dan tenang sebelum	Dampak kematian

	<p>Sebelum mama ga ada tuh rasanya dunia aman, tenang, aku juga ngadepin keseharian dengan enjoy... tiap pagi selalu ada sarapan, rumah ramai buanget, pokoknya penuh warna. Belakangan sebelum mama ga ada tuh jadi makin deket gitu karena sebelumnya kan mama kerja jam 6-17. Setelah phk massal itu jadi makin dekat. Nah dua tahun belakangan ini rasanya pasti beda. apalagi banyak momen momen penting. momen sakral kaya puasa, lebaran, ulang tahun tuh jadi terasa beda.</p>	<p>mamanya meninggal.</p>	<p>keadaan dan suasana di keluarga.</p>	<p>mamanya meninggal, namun semua berbeda ketika mamanya meninggal.</p>	
--	--	---------------------------	---	---	--

	<p>karena biasanya aku ulang tahun dibuatin nasi kuning dll. belum lagi belakangan ini mbak ku ada lamaran dan nikahan, aduh rasanya kaya gimana ya makin-makin lah aku ngerasa sepi kalau mbak ku udh dibawa org lain. Jadi yang ku rasa sekarang tuh hari ke hari rasanya berjalan cepet banget. Proses masih stuck disini aja, walaupun jalan tapi lambat sedangkan umur ayah ga bisa di pause. Berasa lagi kejar kejaran aja.”</p>				
W1.36	<p>“Semuanya sama sedihnya, sama-sama kehilangan. Aku tahu ayah mungkin masih</p>	<p>Semua anggota keluarga memiliki respon</p>	<p>S4 mengungkapkan semua anggota</p>	<p>Anggota keluarga S4 memiliki respon yang berbeda-beda atas</p>	<p>Respon kedukaan</p>

	<p>sedih sampai sekarang. Kalau kakak nggak begitu tahu, beberapa hari setelahnya dia berusaha jalani kegiatan rutinitasnya seperti biasa, ya kerja gitu.”</p>	<p>yang berbeda-beda atas kematian Ibu.</p>	<p>memiliki respon yang berbeda-beda.</p>	<p>meninggalnya Ibu.</p>	
W1.40	<p>“Iya benar, sama-sama terpuruknya. Tapi mungkin cara menghadapinya beda-beda. Sebetulnya ya Kak, kalau yang lebih down itu malah ibunya mama, karena kan dia tahu yang paling awal mama nggak ada, nenek sama adiknya mama itu masih kelihatan juga ngerasa kesedihan kehilangan mama.”</p>	<p>Semua anggota keluarga S4 merasakan kesedihan yang mendalam namun memiliki respon yang berbeda-beda terhadap kematian Ibu.</p>	<p>S4 merasa bahwa semua anggota keluarganya merasa kesedihan yang mendalam namun memiliki caranya masing-masing dalam menghadapi kedukaan.</p>	<p>Anggota keluarga S4 merasa kesedihan yang mendalam namun memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya Ibu.</p>	<p>Respon kedukaan</p>

W1.45	<p>“Kalau keluarga tuh ya saling menguatkan satu sama lain. Kebetulan juga rumah aku tuh rumah keluarga betawi yang besar gitu, jadi kita tinggal semua jadi satu disitu. Responnya ya bagus sih kak, pada semangat juga pada ngerasa sedih juga. Nah kalau teman-teman tuh, benar benar luar biasa banget tanggapannya, pada kasih aku semangat, bahkan beberapa kali mastiin kalau aku baik-baik aja atau engga. Ada juga yang kalo aku bilang lagi sedih ingat mama, langsung disamperin diajak</p>	S4 mendapatkan dukungan positif dari keluarga dan pertemanannya.	S4 merasakan adanya dukungan sosial yang bagus	Subjek memiliki respon yang bagus dari keluarga dan teman-temannya dalam menghadapi kedukaan.	Dukungan sosial
-------	--	--	--	---	-----------------

	main. Alhamdulillah banget pada baik-baik semua.”				
W1.54	“Aku tuh ya pas pertama kali dikasih tahu kalau mama meninggal, aku nggak percaya Kak, masih denial gitu. Aku belum ada nangis tuh, karena masih percaya kalau mama itu masih hidup. Padahal itu jantung mama udah nggak berdetak, sampai dipanggilkan dokter dan dokter menyatakan mama meninggal, baru disitu aku percaya Kak, barulah aku nangis.”	S4 awalnya tidak percaya bahwa mama nya meninggal, setelahnya baru dirinya menangis ketika menyadari kenyataan itu.	S4 mengalami penyangkalan akan kematian mama nya.	S4 tidak langsung menerima dan mempercayai bahwa mama nya sudah meninggal.	Respon kematian
W1.59	“Yang jelas shock banget	S4 merasa kaget,	S4 mengalami	S4 mengalami keluhan	Keluhan fisik

	<p>kaget gitu lho, sama tremoran banget. Sama benar-benar nggak nafsu makan Kak, oiya kak aku sempat pingsan sebentar waktu mama mau dimakamkan.”</p>	<p>badan bergetar dan kehilangan nafsu makan serta mengalami pingsan.</p>	<p>reaksi emosional yang berpengaruh pada kondisi fisik ketika mengetahui mamanya meninggal.</p>	<p>fisik yaitu kaget, badan bergetar dan kehilangan nafsu makan serta mengalami pingsan.</p>	<p>dalam tahapan inisial respon.</p>
W1.64	<p>“Ada sih Kak pasti perasaan kayak gitu karena mikirin kedepannya itu gimana tanpa Mama. Terfikir aja berarti aku sudah benar-benar nggak punya mama lagi.”</p>	<p>S4 merasakan adanya perasaan takut dan cemas akan kehidupan kedepannya.</p>	<p>S4 mengalami reaksi emosional yaitu takut dan cemas.</p>	<p>S4 memikirkan bagaimana kehidupan kedepannya tanpa amma yang membuatnya menjadi takut dan cemas.</p>	<p>Tahapan inisial respon.</p>
W2.34	<p>“Cemas tuh ada pastii, apalagi kondisi ayah udah ga se sehat dulu. rasanya tuh kaya gimana yaa lihat perubahan</p>	<p>S4 merasakan cemas akan kondisi ayahnya.</p>	<p>S4 mengalami reaksi emosional akibat kedukaan.</p>	<p>S4 mencemaskan keadaan fisik ayahnya.</p>	<p>Tahapan inisial respon</p>

	org tua dari waktu ke waktu tuh. Mungkin karena faktor umur juga yaa.”				
W1.69	<p>“Campur-campur Kak perasaannya, setahun meninggalnya Mama itu benar-benar yang nangis terus hampir tiap hari. Perasaanku jelas berat kehilangan seorang ibu gitu. Juga makin takut kalau kehilangan orang lagi, karena rasanya gak enak banget.”</p>	<p>S4 merasakan kesedihan dan kedukaan yang mendalam, serta adanya perasaan atkut akan kehilangan kembali.</p>	<p>S4 merasa adanya reaksi emosional yang lebih mendalam.</p>	<p>S4 mengalami sedih, duka dan kehilangan yang mendalam dan ketakutan akan kehilangan.</p>	<p>Perasaan dalam tahapan <i>intermediate.</i></p>
W2.45	<p>“Marah pasti ada waktu itu, karena ngerasa telat banget buat tahu kondisi yang</p>	<p>S4 memiliki perasaan marah karena dirinya</p>	<p>S4 merasakan gejala emosi ketika sedang</p>	<p>S4 merasa marah karena dirinya diberi tahu paling terakhir bahwa mamanya</p>	<p>Tahapan <i>intermediate.</i></p>

	sebenarnya waktu itu.”	paling terakhir mengetahui jika mamanya mamanya meninggal.	menghadapi kedukaan.	meninggal.	
W1.74	“Iyaa banget kak, jadi trauma gitu. Ya lebih ke itu kebayang kalo ngerasa kehilangan lagi, benar-benar trauma sama kehilangan seseorang. Takut. ”	S4 menganggap pengalaman ini sebagai pengalaman traumatis.	S4 mengalami reaksi emosional yang lebih mendalam.	S4 merasa bahwa kejadian meninggalnya ibu termasuk kejadian yang traumatis.	Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W1.76	“Iya kadang-kadang ya, masih ingat. Cuma bisa ngendaliinnya kalau sekarang.”	S4 mengaku dirinya masih teringat kejadian meninggalnya ibu.	S4 mengalami proses kognitif dan emosional.	S4 beberapa kali masih teringat kejadian meninggalnya ibu.	Tahapan <i>intermediate</i> .
W2.17	“Bangett. Sedih ku malah jadi terpancing lagi karena	S4 mengalami kedukaan lagi yang	S4 mengalami kedukaan lagi	S4 merasakan dirinya terpicu untuk merasa	Kondisi mental dalam tahapan

	saudara dekat ku lagi ngerasain apa yang aku rasain dua tahun lalu.”	terjadi pada saudaranya yang membuat dirinya kembali sedih.	yang menjadi pemicu kesedihannya kembali.	sedih kembali ketika mengalami kedukaan lagi.	<i>intermediate.</i>
W2.22	“ Beberapa hari ini jadi sensitif, bisa gampang nangis, padahal gak mau nangis. Tapi Alhamdulillahnya untuk yang sekarang bisa aku kontrol. ”	S4 menjadi lebih sensitif, mudah menangis namun bisa mengendalikannya.	S4 mengalami perubahan perasaan lebih lanjut.	S4 mengalami dampak emosional berupa sensitif dan mudah menangis, namun dapat dikendalikan nya.	Tahapan <i>intermediate</i> dalam proses <i>recovery</i> .
W1.78	“Itu kak setelah setahun meninggalnya mama, sepanjang setahun itu kan aku down banget ya. Tapi setelahnya aku merasa lebih baik, ya walaupun sekarang masih ada nangis-nangisnya,	S4 membutuhkan waktu setahun untuk dirinya merasakan perasaan lebih baik.	S4 mengalami proses mengatasi kedukaan selama satu tahun.	S4 mengalami kesedihan yang sangat mendalam pada waktu satu tahun, setelah satu tahun dirinya merasa lebih baik.	Waktu dalam memproses <i>recovery</i> .

	<p>cuma menurutku perasaanku jauh lebih baik sekarang daripada setahun pas meninggalnya mama.”</p>				
W2.48	<p>“Ngga sih alhamdulillah sekarang ga ada rasa marah gitu, aku ambil hikmahnya aja mama pergi dengan cara yang sangat amat tenang. Bener bener ga nyusahin sebelum meninggalnya. Disaat sakitnya pun mama ga pernah ngeluh yang gimana gimana. Allah panggil mama berarti allah lebih sayang sama mama aja sih sekarang aku mikirnya gitu.”</p>	<p>S4 sudah tidak merasa marah dirinya sudah proses menerima dan mengambil hikmah dari kejadian ini.</p>	<p>S4 mengalami proses penyesuaian dan pemulihan.</p>	<p>S4 sudah tidak merasakan kemarahan, mengambil hikmah dan memproses penerimaan dalam tahapan pemulihan.</p>	<p>Tahapan <i>recovery</i>.</p>

W1.83	“Momennya nggak ada, tapi ingat ayah. Akhir tahun 2022 bulan desember tuh ada pemikiran kayak aku nggak bisa nih gini-gini terus. ”	S4 adanya kesadaran untuk bangkit dalam kedukaan.	S4 memiliki kesadaran dirinya untuk menuju pemulihan.	Tidak ada momen khusus yang membuat S4 menyadari bahwa dirinya harus bangkit, namun ada sebuah pemikiran dirinya terhadap kedukaan yang dialaminya.	Proses dalam tahapan <i>recovery</i> .
W1.85	“ Banyak ikut kegiatan sih, aku ikut beberapa organisasi tuh ya salah satunya satunya sebagai upaya aku untuk mengatasi duka gitu. Banyak kesibukan, aktif sana sini. ”	S4 memiliki caranya untuk bangkit dalam kedukaan.	Upaya yang dilakukan S4 yaitu memperbanyak sosialisasi dengan melakukan banyak kegiatan positif.	S4 menemukan upayanya untuk mengatasi kedukaan tersebut dengan memperbanyak kegiatan positif.	Upaya mengatasi kedukaan dalam tahapan <i>recovery</i> .
W1.89	“Hmm gimana ya.. aku tuh ngerasa banget ada perubahan dalam diri aku. ”	S4 merasakan adanya perubahan dalam dirinya	S4 memiliki perubahan secara emosional yang	S4 merasa adanya dampak kedukaan pada perubahan emosional	Perubahan diri.

	<p>Tadinya tuh aku orangnya keras gitu kan, tapi setelah meninggalnya mama, hatiku gampang banget kesentuh, aku jadi sensitif banget, nggak bisa dibantah di omongin pake nada tinggi gitu aduh nggak bisa banget. Terus kalau lihat ibu-ibu di pinggir jalan yang ngemis, atau apa gitu langsung nangis. Lihat yang sedih dikit aja di tiktok gitu juga nangis, apalagi yang berhubungan sama ibu gitu aku nangis.”</p>	<p>semenjak kematian mama.</p>	<p>menjadikan dirinya menjadi lebih sensitif.</p>	<p>dirinya.</p>	
W1.96	<p>“O iya jelas kak beda banget, dulu tuh aku kalau cerita soal mama udah pasti</p>	<p>S4 bisa menceritakan kejadian</p>	<p>S4 mampu mengekspresikan perasaannya dalam</p>	<p>S4 dapat menceritakan kejadian meninggalnya ibu dibandingkan</p>	<p>Tahapan <i>recovery</i>.</p>

	langsung nangis, nangisnya benar-benar yang kenceng banget, sesek gitu. Nah kalau sekarang masih suka nangis, tapi udah nggak kayak dulu.”	meninggalnya ibu dan perasaannya terkait kejadian.	tahapan menuju pemulihan.	sebelumnya.	
W1.99	“Ada kak, aku jadi mengerti kalau rasanya ditinggalkan seseorang yang sangat disayang tuh ternyata memang sesakit ini. Jadi harus lebih hargai keberadaannya.”	Pembelajaran yang diperoleh S4 yaitu mengerti perasaan ketika seseorang mengalami kehilangan dan mengajarkan untuk lebih menghargai keberadaan orang disekitarnya.	S4 mampu memperoleh makna dan pembelajaran.	S4 dapat memperoleh makna dari pengalaman hidupnya yaitu mengerti perasaan seseorang ketika mengalami kehilangan sehingga dapat lebih menghargai keberadaan orang-orang.	Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i> .

Horizontalisasi Subjek 5 (C)

Baris	Unit Makna	Deskripsi unit makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
--------------	-------------------	--------------------------------------	----------------------------	-----------------------------	-------------

W1.4	<p>“Jadi tuh sebelumnya bapak sama ibu udah cerai dari 2017 terus 2021 bapak meninggal. Hubungan bapak sama aku itu masih baik-baik saja. Bapak kan tinggalnya udah beda rumah sama kita. Aku sama mas tinggal bareng sama ibu. Sebelumnya bapak sudah punya penyakit tapi waktu itu bapak terkena covid dan dirawat di rumah. Waktu itu aku kerumah bapak buat ngerawat bapak segala macamnya. Pas di hari itu aku nyariin bapak dimana kok nggak ada,</p>	<p>S5 menceritakan kejadian dan penyebab ayahnya meninggal dikarenakan sakit.</p>	<p>S5 mengungkapkan faktor penyebab kematian ayah.</p>	<p>S5 dapat menjelaskan kronologi meninggalnya ayah karena sakit.</p>	<p>Faktor kematian.</p>
------	--	---	--	---	-------------------------

	<p>tahunya dikamar sudah terbaring dengan keadaan sudah meninggal. Tapi memang sebelumnya itu sudah ada tanda-tanda sebetulnya, bapak jadi lebih sering tidur, bapak pendengarannya jadi kurang berfungsi dengan baik, aku harus teriak teriak dulu biar bapak dengar suaraku, cuma ya pada saat itu aku nggak terpikir kalau bapak akan meninggal.”</p>				
W1.17	<p>“Justru aku ngerasanya setelah cerai hubunganku sama bapak lebih dekat, tapi memang dari dulu aku</p>	<p>S5 memiliki hubungan yang sangat dekat dengan ayah.</p>	<p>S5 mengalami kedekatan yang sangat erat dengan ayah.</p>	<p>S5 merasa setelah ayah ibunya cerai, hubungannya dengan ayah semakin dekat.</p>	<p>Hubungan anantara subjek dengan ayah.</p>

	sama bapak hubungannya dekat.”				
--	---	--	--	--	--

W1.19	<p>“Wah banyak banget, karena memang sering bareng sama bapak meski udah nggak satu rumah. Hmm yang mana ya... oh ini tapi pas aku masih kecil. Bapak itu kan tukang parkir, pas itu aku ikut bapak kerja tukang parkir itu. Nah bapak dikasih makan, dikasihnya tuh ada dua kardus makan. Kan aku pikir bakal satu-satu ya, bapak satu, aku satu. Tapi ternyata kita makan satu buat barengan berdua, kata bapak biar yang satunya buat ibu dan mas dirumah.”</p>	S5 mengingat kenangan bersama ayah.	S5 mengalami fungsi kognitif yang berjalan dalam mengingat memori bersama ayah.	S5 mampu mengingat dan menceritakan pengalamannya bersama ayah yang menjadi sebuah kenangan yang tidak terlupakan.	Memori
-------	--	-------------------------------------	---	--	--------

W1.28	<p>“Yang dirasakan ibu sama mas ya sama-sama sedihnya sih pasti, cuma nggak terlihat saja. Aku tahu ibu juga pasti kehilangan, kalau mas ya karena mas jarang banget di rumah, mas itu kerjanya pelayaran, jadi aku engga tau pasti perasaannya bagaimana. Tapi ya mungkin cara merespon kedukaannya beda-beda.”</p>	<p>Semua anggota keluarga merasakan perasaan sedih akibat kematian ayah meski begitu memiliki caranya masing-masing dalam merespon kedukaan tersebut.</p>	<p>S5 mengungkapkan semua anggota merasakan kehilangan yang mendalam.</p>	<p>Anggota keluarga S5 memiliki respon yang berbeda-beda atas meninggalnya ayah.</p>	<p>Respon kedukaan</p>
W2.21	<p>“Hmm kalau perubahan ada, karena aku tiap hari kontak sama bapakku, chatngan gitu sering. Terus</p>	<p>S5 merasakan adanya perubahan sebelum dan setelah ayah meninggal.</p>	<p>S5 mengalami dampak emosional pada perubahan keadaan akibat</p>	<p>Perubahan yang dirasakan S5 yaitu terasa kehilangan peran ayah, sudah tidak ada juga</p>	<p>Dampak kematian</p>

<p>emang aku kalau libur tuh aku bobo disana, misalnya sabtu minggu gitu aku bobo disana. Terus kebetulan bapak itu ketua alumni sekolahnya, nah kalau ada acara apa aku diminta tolongin ikut bantuin gitu, aku sering ikut bapak kalau bapak ada acara, atau kita nonton dimana gitu. Tapi memang ya setelah bapak ibuku cerai itu sih bapakku langsung gas gitu lho kayak aku mau apa langsung dituruti, mungkin caranya buat narik perhatian aku ya dengan itu, karena dulu tuh</p>		<p>kematian ayah.</p>	<p>adanya perasaan iri ketika sekelilingnya masih memiliki ayah dan kebiasaan yang dulu dilakukan ketika ayah masih ada.</p>	
---	--	-----------------------	--	--

<p>nggak. Kayak perubahannya sekarang kita sudah nggak sosok bapak gitu ya, sekarang jadi kayak mandiri banget gitu, terus kan dulu mondar mandir bobo dirumah bapak gitu, ya sekarang udah ga bisa kesana lagi gitu. Perubahannya mungkin ya ke makam terus sih, terus sama aku ada kayak rasa keirian gitu sama orang yang masih punya bapak kayak gitu, itu sih. Oh sama kadang ada masalah yang timbul yang berkaitan sama bapak, kadang aku kayak</p>				
--	--	--	--	--

	menyalahkan kayak kenapa sih bapak gini bapak harus gini.”				
W2.62	<p>“Berpengaruh, berpengaruh banget sama ekonomi. Selama setahun tuh, soalnya ternyata hmmm yang mengagetkan tuh bapakku meninggalkan hutang di bank dengan jumlah yang banyak, em itu diluar kemampuanku gitu lho. Kan anaknya cuma aku dan maksu, nah kebetulan masku sudah berkeluarga dan punya kebutuhan banyak gitu lho, dan ibuku udah ga punya hak, tapi ya ibuku bantuin</p>	S5 merasakan adanya dampak kematian ayah secara ekonomi.	Adanya tanggungan hutang yang membebani S5 secara finansial.	S5 mengalami dampak kematian ayah terhadap ekonomi yang membuat dirinya semakin terpuruk.	Dampak kematian secara ekonomi.

<p>aku sih, ya bantuin mikir, bantuin materi. Itu kan aku dulu dibeliin bapakku motor scoopy gitu, terus ya emang dari bapakku motor itu terus tak jual. Kaget kan aku di chat dari BRI disuruh ngelunasin utangnya, disuruh datang ke kantornya. Pihak bank kan nyamperin rumah bapak kosong terus ketemu sama budhe, budhe nyuruh iki wae kontak anakke, terus dari bank ngechat aku, terus dikasih tau itu nek ternyata ada hutang. Terus aku ki gatau itu hutangnya buat apa, soale nek buat aku kayae ga</p>				
---	--	--	--	--

	<p> mungkin sebanyak itu kan, itu wae aku jual motor ibuku masih nambah. Terus itu sih setahun itu pengaruh ekonomi itu. Setahun itu keadaannya terpuruk banget.”</p>				
W1.33	<p>“Kalau dari keluarga bapak itu kurang dapat respon yang bagus, lha gimana baru meninggal tuh lho malah udah ngomongin soal warisan. Terus kan biasanya kalau layat gitu kan ada kotak uang gitu kan, nah itu uangnya malah diambil semua sama keluarga bapak. Padahal yang</p>	<p>S5 tidak mendapatkan respon yang baik pada keluarga dari ayah.</p>	<p>S5 mendapatkan respon negatif dari keluarga ayahnya terhadap kematian yang menimpa ayahnya.</p>	<p>S5 merasa kurang mendapatkan respon yang bagus dari keluarga ayahnya terhadap kematian yang menimpa ayahnya.</p>	<p>Dukungan negatif dari keluarga ayah.</p>

	ngurusin proses pemakaman bapak itu aku. Aku ngerasa keluarga bapak malah mikirin uanglah warisan gitu. ”				
W1.39	“Heem bener. Kalau lingkungan sekitar tetangga itu malah baik banget , karena ngurusin pengajian segala macam itu malah yang ngurusin tetangga disana terus nanti laporan ke aku, abis ada cara pengajian gitu karena kan aku udah beda rumah kan. Bapak itu juga terkenal orang baik dirumah itu, jadi tetangga malah yang	S5 merasakan adanya dukungan positif dari lingkungan sekitar	Respon positif yang dirasakan S5 yaitu dukungan instrumental yang berupa bantuan secara konkret dalam mengadakan acara pengajian.	S5 mendapatkan respon positif dari lingkungan sekitarnya terhadap kematian ayah.	Dukungan instrumental.

	ngurusin acara-acara pengajian gitu.”				
W1.44	“Alhamdulillah ya pada datang ke rumah pada saat itu, juga kasih kata-kata positif buat aku biar semangat. ”	S5 mendapatkan dukungan yang positif dari lingkungan pertemanannya.	S5 merasakan adanya dukungan emosional dari teman-temannya dalam menghadapi kedukaan.	S5 memiliki respon yang bagus dari teman-temannya dalam menghadapi kedukaan.	Dukungan emosional
W1.46	“Engga ada sih, aku cuma benar-benar kehilangan nafsu makan , pola makanku jadi berantakan gitu. Jadi malas buat makan. Tapi kalau keluhan fisik gitu nggak ada.”	S5 tidak ada keluhan fisik hanya merasakan kehilangan nafsu makan.	S5 mengalami keluhan hilang nafsu makan pada saat tahapan inisial respon.	S5 mengalami gangguan makan berupa hilangnya nafsu makan.	Gangguan makan dalam tahapan inisial respon.

W2.183	<p>“Heem ada, dulu pas menghadapi duka aku juga ngerasa cemas sama takut. Kalo karena apa, ya karena itu terkait ekonomi, bapakku kan meninggalkan hutang, terus kayak kalau aku nggak bisa bayar hutangnya gimana ya, apakah aku bakal dikejar terus sama bank, terus kepikiran bapak juga pasti ga tenang kan di kuburan kayak meninggal dengan masih punya hutang yang banyak. Terus sempet kepikiran apa aku kuliah sambil kerja tapi nanti aku</p>	<p>S5 memiliki pikiran-pikiran yang membuat dirinya menjadi cemas dan takut.</p>	<p>S5 mengalami cemas dan takut dalam tahapan inisial respon.</p>	<p>Ayah dari S5 meninggalkan hutang yang membuat dirinya menjadi cemas dan takut.</p>	<p>Perasaan cemas dan takut dalam tahapan inisial respon.</p>
--------	--	--	---	---	---

	takutnya kuliahku jadi keteteran.”				
W1.50	“Perasaanku pastinya jelas sedih to, kehilangan orang yang sangat disayangi dan ya memang hubunganku sama bapak itu dekat. Jadi ya sedih banget lah , sedih kehilangan bapak terus juga sedih karena pas ngurusin pemakaman tuh benar-benar aku sendiri doang.”	S5 mengalami kesedihan yang mendalam.	S5 mengalami respon emosional terhadap kematian ayah berupa kesedihan yang mendalam.	S5 merasakan sedih yang mendalam akibat kematian ayah.	Perasaan dalam tahapan <i>intermediate</i> .
W2.117	“Awalnya kehilangan banget sedih , terus pas tahu yang soal hutang jadi stres itu makin terpuruk down ada amarahnya juga makin	S5 merasakan sedih terhadap kematian yang menimpa ayah, juga perasaan marah dan mengalami stres	S5 mengalami respon emosional yang lebih mendalam berupa kesedihan, stres	Adanya perasaan emosional yang dirasakan S5 yaitu kesedihan yang mendalam, stres dan	Perasaan dalam tahapan <i>intermediate</i> .

	<p>sedih, bingung sepanjang tahun itu. Terus pas sudah kekumpul tuh udah ada jalan keluarnya udah lega, udah mulai berkurang perasaan stresnya. Pokoknya setelah membayar itu aku langsung lega rasanya.”</p>	<p>karena ayah meninggalkan hutang.</p>	<p>dan amarah.</p>	<p>amarah.</p>	
W1.54	<p>“O jelas ya aku ngerasa kejadian ini ya kejadian yang traumatis. Karena kalau ingat ngurusin segala macam proses pemakaman bapak yang aku sendirian, terus juga tuh aku di dalam ambulan sendiri, enggak ada keluarga lain yang nemani aku. Jadi tuh aku sampai</p>	<p>S5 menganggap pengalaman ini sebagai pengalaman traumatis.</p>	<p>S5 merasa bahwa kejadian meninggalnya ayah termasuk kejadian yang traumatis.</p>	<p>S5 merasa bahwa kejadian meninggalnya ayah termasuk kejadian yang traumatis.</p>	<p>Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i>.</p>

	<p>sekarang trauma sama suara ambulan itu. Aku tuh kalau dengar suara ambulan rasanya tuh kayak teringat lagi kejadian waktu itu, ya jadi buat aku trauma banget sih.”</p>				
W2.175	<p>“Iya, trauma banget aku tuh. Sampai sekarang yang nggak bisa aku hilangkan itu suara ambulan. Aku enggak bisa banget dengar suara ambulan. Langsung keingat pas aku lagi ngafanin pas lagi ngurusin bapak meninggal itu. Sampai sekarang itu aku belum bisa ngatasin trauma ambulan</p>	<p>S5 meraskaan trauma ketika mendengar suara ambulan.</p>	<p>S5 mengalami adanya pemicu trauma yaitu suara ambulan yang mengingatkannya pada kematian ayah.</p>	<p>Hingga sekarang S5 merasa trauma mendengar suara ambulan yang mengingatkannya pada kematian ayah.</p>	<p>Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i>.</p>

	itu.”				
W2.82	<p>“Marah oh banget banget, sedih juga kayak kenapa harus aku yang mengalami ini gitu di usiaku sekarang ini berat banget. Terus yo kalo marah kayak kok aku nggak dikasih tau bapak kalau ada hutang ini sebelumnya, terus ini uangnya buat apa.”</p>	<p>S5 merasa marah ketika mengetahui ayahnya meninggalkan hutang.</p>	<p>Adanya respon emosional yaitu perasaan amarah.</p>	<p>S5 mengalami perasaraan marah atas kejadian yang dihadapinya pada sata itu dan perasan marah karena baru mengetahui ayahnya meninggalkan hutang.</p>	<p>Reaksi emosional dalam tahapan <i>intermediate</i>.</p>
W2.108	<p>“Oh jelas kehilangan bapak banget, karena ya mau gimana lagi orang tua kan. Terus emang aku sebenarnya dari dulu tuh lebih dekatnya sama bapak. 90%</p>	<p>Berjalannya waktu S5 sudah tidak merasakan marah namun merasa sangat kehilangan ayah.</p>	<p>S5 mengalami proses berduka yang mana amarah yang dirasakan sudah perlahan menghilang</p>	<p>S5 merasakan kehilangan yang mendalam terhadap kematian ayahnya.</p>	<p>Reaksi emosional menuju tahapan <i>recovery</i>.</p>

	<p>kehilangan 10% marah kalo buat sekarang, kalo dulu ya beda, sekarang lebih ke menyayangkan kenapa bapak kok kayak gitu, aku mikirnya kalo bapak sama ibu ga cerai pada saat itu mesti kan hidupnya lebih senang, hidupnya lebih teratur, kesehatannya lebih terjamin gitu karena ada yang ngurusin.”</p>		<p>namun tetap merasa kehilangan yang mendalam.</p>		
W1.61	<p>“Hmm aku ngerasanya satu tahun setelah meninggalnya bapak itu perasaanku jauh lebih baik.”</p>	<p>S5 membutuhkan waktu setahun untuk dirinya merasakan perasaan lebih baik</p>	<p>S5 mengalami proses mengatasi kedukaan selama satu tahun.</p>	<p>S5 merasa dirinya lebih baik setelah satu tahun meninggalnya ayah.</p>	<p>Waktu dalam memproses <i>recovery</i>.</p>

W1.63	<p>“Lebih ke pikiranku aja, aku menyadari kalau semua orang itu akan meninggal dan aku enggak bisa untuk terus terpuruk, aku juga masih banyak keinginan juga ada harapan untuk masa depanku gitu. Masih ada ibu yang saat ini udah nggak bekerja, jadi aku harus cepat selesai kuliah terus cari pekerjaan. Ya jadi hal kayak gitu bikin aku bangkit dari keterpurukanku dari kedukaan.”</p>	S5 adanya kesadaran untuk bangkit dalam kedukaan	S5 memiliki kesadaran dirinya untuk menuju pemulihan.	Adanya pemikiran tentang masa depan yang membuat S5 bangkit dari keterpurukannya menghadapi kedukaan.	Proses dalam tahapan <i>recovery</i> .
-------	---	--	---	---	--

W2.98	<p>“Iya down dari bapak meninggal itu, jujur yang bikin bangkit lagi salah satunya karena masalah yang hutang itu selesai. Setelah aku menyerahkan uang itu, tanda tangan sudah tidak ada tanggungan lagi dah itu setelah itu aku ngerasa lega, hidup udah ga mikir itu lagi. Terus yang kedua karena apa ya sadar kalau semua akan meninggal gitu dan yakin aja kalo hidup tuh semuanya akan baik-baik aja kedepannya, yang penting juga kita hidup</p>	<p>Momen yang membuat S5 bangkit yaitu ketika urusan hutang ayahnya sudah lunas dan juga adanya pemikiran dirinya akan kedepannya yang membuatnya harus bangkit.</p>	<p>S5 dapat mengatasi keterpurukannya akibat kedukaan.</p>	<p>Ada momen yang membuat S5 bangkit yaitu ketika urusan hutangnya sudah selesai dan adanya pikiran positif yang membuatnya bangkit.</p>	<p>Momen dalam tahapan <i>recovery</i>.</p>
-------	--	--	--	--	---

	<p>bermanfaat untuk orang lain. Yawes itu aja yang bikin bangkit, urusannya selesai dan pemikiranku itu. “</p>				
W1.69	<p>“Aku memandang diriku sendiri tuh sekarang jauh berbeda dari pada dulu. Aku ngerasa sekarang ku itu lebih lebih mandiri. Terus aku tuh sekarang rasanya aku udah kayak nggak terlalu ambil pusing kalau ada masalah aku lebih enjoy sekarang ngatasin masalah apalagi kalo masalah pertemanan, karena aku sadar semua</p>	<p>S5 merasakan bahwa dirinya jadi lebih baik karena lebih mandiri dan lebih kuat dalam menghadapi permasalahan.</p>	<p>S5 mengalami perubahan diri dalam proses pertumbuhan pribadi yang baik akibat dampak kematian ayahnya.</p>	<p>S5 mengalami perubahan dalam dirinya yang membuatnya merasa jadi pribadi yang lebih baik.</p>	<p>Perubahan diri dalam proses <i>recovery</i>.</p>

	orang itu akan pergi. Intinya sih aku memandang diriku sekarang jadi lebih mandiri lebih baiklah dari pada sebelumnya.”				
W1.75	“Apa ya hmmm bukan upaya sih cuma lebih ke pemikiranku aja buat bangkit fokus sama keinginanku kedepannya gimana, kayak udahlah capek kalau sedih terus duka terus aku juga pengen hidup tenang hidup damai bahagia gitu.”	S5 memiliki kesadaran untuk bangkit dan fokus pada kehidupan kedepannya.	S5 memiliki kemampuan dan keinginan untuk pulih dari kedukaannya.	Upaya yang dilakukan S5 yaitu fokus dalam mencapai keinginan di masa depannya dan kesadaran akan dirinya untuk bangkit dari keterpurukan akibat kedukaan.	Proses dalam tahapan <i>recovery</i> .

W1.79	<p>“Pembelajarannya ya bikin aku tambah yakin kalau semua orang itu akan meninggal. Terus dari kejadian ini bikin aku tambah kuat, kayak oh ternyata aku bisa melalui hal yang berat. Pembelajarannya jadi bentuk diriku yang lebih baik sih, aku lebih mandiri, aku kuat juga aku mampu melewati hal yang berat.”</p>	<p>S5 merasa adanya pembelajaran dari kejadian meninggalnya ayah ayitu menjadikannya pribadi yang lebih baik.</p>	<p>S5 memiliki kemampuan untuk pulih dan bisa mengatasi kedukaannya.</p>	<p>Adanya pembelajaran yang diperoleh S5 yaitu menyadarkannya bahwa semua orang meninggal dan menjadikannya pribadi yang kuat dan mampu melewati hal berat di kehidupannya.</p>	<p>Pengambilan pembelajaran dalam tahapan <i>recovery</i>.</p>
-------	---	---	--	---	--

Dokumentasi



RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Maritza Ocky Saputra
2. Tempat, tanggal lahir : Semarang, 24 Oktober 2002
3. Alamat Rumah : Perumahan Jatisari Asabri, D3/No3 Mijen,
Semarang.
4. No. *Handphone* : 081225232690
5. Email : maritzaocky@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Sekolah Dasar : SD Negeri Jatisari
2. Sekolah Menengah Pertama : SMP Negeri 35 Semarang
3. Sekolah Menengah Atas : SMA Negeri 13 Semarang
4. Universitas : Universitas Islam Negeri Walisongo
Semarang

C. Pengalaman Organisasi

1. Staff Divisi Media dan Informasi HMJ Psikologi UIN Walisongo 2021
2. Koordinator Divisi Media dan Informasi HMJ Psikologi UIN Walisongo
2022
3. Staff Kementerian Informasi dan Komunikasi DEMA Fakultas Psikologi
dan Kesehatan 2023

D. Pengalaman Magang

1. RSJ Magelang 2023
2. PKBI Jawa Tengah 2023
3. Divisi Konseling WHPDC sebagai peer counselor 2023 - 2024