

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam kehidupannya, manusia yang merupakan makhluk sosial tidak terlepas dari interaksinya dengan manusia lain maupun lingkungan sekitar. Seiring perjalanan kehidupan, individu sering kali mengalami kehilangan beberapa hal yang menjadi bagian penting dalam hidupnya, seperti orang-orang yang dicintai, hewan peliharaan, barang kesayangan, dan lain sebagainya. Fernandez dan Soedagijono (2018) mengemukakan kehilangan yang dialami individu bisa dalam bentuk objek, orang, hewan, atau sesuatu yang berharga dan dicintai individu. Nugraha dan Tobing (2017) juga menjelaskan bahwa individu dapat mengalami kehilangan orang yang dicintai, teman, hewan peliharaan, pekerjaan, dan sesuatu yang sangat disayanginya, bahkan kekalahan dalam permainan. Kehilangan yang dialami individu, akan menimbulkan respons alami berupa reaksi emosional serta psikologis yang disebut dengan *grief* atau kedukaan.

Frears dan Schneider (1981) menyebutkan bahwa kehilangan terdiri dari beberapa jenis, yakni kehilangan internal seperti kegagalan, perkosaan, dan lainnya, lalu kehilangan eksternal misalnya kematian, putus cinta, dan lainnya, kehilangan yang ambigu yaitu kehilangan yang tidak benar-benar hilang, serta kehilangan tanpa disadari. Purnama dan Wahyuni (2017) menambahkan kehilangan dapat terjadi pada siapa saja, termasuk remaja, yaitu masa transisi dari anak-anak menuju dewasa dan mencakup aspek perkembangan berupa fisik, kognitif, dan psikososial.

Walsh (2012) menjelaskan ketika individu berduka, terdapat beberapa gejala yang dapat dialami, seperti kesepian, tidak berdaya, terkejut, kesedihan, merasa bersalah, kecewa, marah, ingin menjauh dari interaksi dengan orang lain, dan mati rasa. Terdapat pula tanda fisik seperti kekurangan energi, tekanan pada lambung, halusinasi, gelisah, dan hilang nafsu makan. Dengan gejala yang dialami individu, peran penting dari dukungan sosial berpengaruh dalam

dalam pemulihan duka. Worden dalam Zizzo, Mackenzie, Irizarry, dan Goodwin-Smith (2020) mengungkapkan beberapa faktor yang juga mempengaruhi kedukaan adalah kelekatan, yaitu kecenderungan individu untuk menciptakan ikatan perasaan yang kuat dengan orang lain, sehingga saat individu mengalami kehilangan, hal itu merupakan situasi yang membahayakan ikatan afeksi tersebut. Semakin besar kehilangan yang dialami, akan semakin dalam pula kedukaan dirasakan oleh individu. Faktor berikutnya yaitu sifat kedukaan tersebut (kematian atau bukan kematian), kepribadian individu, pengaruh sosial, dan adanya perubahan dan krisis yang muncul bersamaan, seperti kondisi ekonomi dan psikis yang melemah secara bersamaan setelah mengalami kehilangan.

Menurut Kubler-Ross dan Kessler (2014) individu yang berduka akan mengalami lima tahapan proses kedukaan, yaitu penolakan (*denial*) seperti ketidakpercayaan individu terhadap kepergian yang disayanginya, kemarahan (*anger*) seperti bentuk tidak merawat diri atau tidak makan, tawar-menawar (*bargaining*) dengan menanyakan kehilangan secara terus menerus, depresi (*depression*) berupa perasaan kosong maupun kesedihan yang mendalam, dan penerimaan (*acceptance*) yaitu mengakui kehilangan yang dialami dan mulai belajar menata hidup tanpa sesuatu yang hilang itu.

Nurhidayati (2014) menyebutkan kedukaan akibat kematian orang terdekat, seperti kematian salah satu atau kedua orangtua membuat remaja merasa kehilangan. Kehilangan yang dirasakan dalam bentuk perhatian, kasih sayang, *role model*, rasa aman, teman berbagi, keutuhan keluarga, dan arah hidup. Pasca kematian orangtua, remaja membutuhkan figur pengganti, yakni pengasuhan dari keluarga terdekat, yang jika berfungsi baik akan memperoleh perilaku sosial yang bertanggung jawab serta kemandirian secara emosional. Namun, figur pengganti yang tidak berfungsi dengan baik akan menghasilkan penyimpangan perilaku sosial dan gangguan moral.

Dalam penelitian Ausie dan Mansoer (2020) disebutkan, kematian orangtua menimbulkan berbagai emosi, seperti perasaan tidak siap, kebingungan, kekosongan, kesepian, merasa tidak didukung. Subjek juga merasa marah kepada Tuhan atas kehilangan yang dialami, hingga membuatnya

berpikir untuk pindah agama dan bunuh diri. Menurut Suryaman dan Karneli (2020), selain kesedihan mendalam juga menunjukkan adanya perasaan bersalah dengan adanya faktor hubungan kurang baik antara remaja dan seseorang yang meninggal. Hal itu berkaitan dengan permasalahan yang belum terselesaikan di masa lalu dan menimbulkan pikiran serta perasaan negatif, seperti penyesalan dan kecemasan. Kematian yang mendadak juga dapat memperburuk rasa bersalah dan membuat remaja merasa sangat terpukul.

Setiap individu memiliki respons berduka yang berbeda dalam menghadapi kehilangan seseorang yang dicintai. Dalam penelitian Guldin, dkk. (2017) disebutkan, kehilangan orang tua ketika dewasa memiliki dampak yang lebih kecil daripada kehilangan pasangan. Faktor lain seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan juga mempengaruhi tingkat tekanan psikologis ketika berduka. Penelitian Nielsen, dkk. (2019) dilakukan pada individu yang kehilangan pasangan, menemukan hasil bahwa usia yang lebih muda dan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kedukaan sedang dan tinggi. Pada penelitian ini juga menunjukkan rata-rata skor kedukaan secara bertahap menurun seiring waktu, dari jangka waktu 6 bulan setelah kematian hingga 3 tahun setelah kematian semakin ringan. Hal ini menunjukkan bahwa gejala kedukaan berkurang intensitasnya seiring waktu ketika orang yang berduka menyesuaikan diri dengan kehilangan. Tingkat pendidikan yang rendah juga menghasilkan tingkat kedukaan yang lebih tinggi daripada tingkat pendidikan menengah.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri (SMKN) 62 Jakarta dengan melakukan pengambilan data berupa angket mengenai pengalaman perasaan dukacita yang dirasakan peserta didik kelas 10, mengungkapkan 34 peserta didik pernah mengalami kehilangan, yakni perceraian atau meninggalnya orang tua, orang-orang yang dicintai, hewan peliharaan, barang yang disukai, tidak lagi berteman dengan teman yang disayangi (tidak berkomunikasi lagi dengan teman karena bertengkar), serta putus cinta. Sebanyak 25 peserta didik menjawab mengenai pengalaman kematian orang terdekat yang membuatnya merasa berduka, dan beberapa diantaranya diceritakan dalam angket tersebut. Seperti salah satu peserta didik

yang menceritakan peristiwa kematian ayahnya. ketika dia berada di rumah, teman ayahnya menelfon dan memberi kabar bahwa ayahnya tersengat listrik dan meninggal ketika akan dibawa ke rumah sakit.

Orang terdekat sangat berpengaruh terhadap kedukaan yang mungkin dialami individu. Mengutip Kessler (2019) yang mengatakan dalam hidup ini, kedukaan adalah pilihan yang hanya dapat dihindari dengan menghindari cinta. Artinya, seseorang bisa tidak merasa sedih kehilangan, apabila dia tidak mengenal dan menyayangi orang yang pergi. Kessler menambahkan bahwa cinta dan duka merupakan satu paket, kalau individu mencintai, maka dia akan berduka saat kehilangan.

Kemudian mengenai cara kehilangan, sebanyak 21 peserta didik mengalami cara kehilangan yang mendadak, 12 peserta didik menyebutkan ada persiapan lebih dulu sebelum kehilangan, dan 1 peserta didik pernah kehilangan dengan kedua cara tersebut. Kehilangan yang dialami peserta didik menimbulkan respons berduka, yaitu merasa kesepian, sedih, kecewa, *shock*, marah, perasaan bersalah, keinginan menjauh dari lingkungan sosial, susah tidur, tidak terima dengan kehilangan, dan merasa tidak lagi dicintai. Sebanyak 31 peserta didik menyatakan dirinya merasa takut kehilangan lagi, 22 peserta didik masih merasakan sakit ketika mengingat peristiwa kehilangan, sebanyak 32 peserta didik dapat memaknai kehilangan yang dialami, dan 29 peserta didik memiliki peristiwa kehilangan yang membekas hingga saat ini, seperti kematian orangtua atau orang terdekat, ditinggal teman, perceraian orangtua, ditinggalkan pacar, dan kematian hewan peliharaan.

Hasil angket tersebut memperlihatkan bahwa 31 peserta didik masih merasa takut mengalami kehilangan lagi. Hal itu merupakan salah satu tanda seseorang yang berada dalam tahap kedukaan, sebagaimana yang disebutkan David Kessler (2019) bahwa individu yang terjebak dalam tahapan kedukaan responsnya dapat beragam, seperti kecanduan obat-obatan, amarah terpendam, atau takut mengalami kehilangan lagi sehingga sulit membangun hubungan dengan orang baru. Tanda ini menunjukkan adanya kedukaan yang dialami hampir seluruh peserta didik. Namun, berat atau ringannya, kedukaan saat ini atau sudah lampau, belum diketahui dengan pasti. Sehingga, didasarkan pada

studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti memilih melakukan penelitian mengenai **“Gambaran Kedukaan Karena Kematian Orang Terdekat Remaja pada SMK Negeri di Jakarta”**

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yang didapatkan dari latar belakang masalah adalah:

1. Bagaimana gambaran remaja yang mengalami kedukaan karena kematian orang terdekat di SMKN 62 Jakarta?
2. Bagaimana karakteristik remaja yang mengalami kedukaan karena kematian orang terdekat di SMKN 62 Jakarta?
3. Bagaimana pengaruh kedukaan karena kematian orang terdekat terhadap kepribadian remaja di SMKN 62 Jakarta?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis membatasi permasalahan yang akan dikaji, yaitu **“gambaran kedukaan karena kematian orang terdekat pada remaja di SMKN 62 Jakarta?”**

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan permasalahannya, yaitu **“Bagaimana gambaran kedukaan karena kematian orang terdekat yang dialami remaja di SMKN 62 Jakarta?”**

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian ini adalah :

a) Manfaat Teoritis

Penelitian mengenai gambaran kedukaan karena kematian orang terdekat pada remaja dapat memberikan pengetahuan mengenai *loss and grief*, dan menjadi sumber pendukung dalam penelitian-penelitian terkait topik *loss and grief*, terutama kedukaan karena kematian orang terdekat.

b) Manfaat Praktis

a. Bagi Pembaca

Penelitian ini bisa bermanfaat untuk remaja yang mengalami kedukaan karena kematian orang terdekat dan guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang memberikan pelayanan BK di sekolah

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengetahuan, wawasan, dan kesempatan kepada peneliti untuk mengetahui dan mempelajari lebih dalam mengenai *loss and grief* yang terjadi pada remaja, terutama bagi peserta didik yang mengalami kedukaan karena kematian orang terdekat.

