

***RECOVERY* PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG  
MENGALAMI *GRIEF* KARENA KEMATIAN AYAH**

**SKRIPSI**

**OLEH  
FADIA AZIZAH HB**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2024**

***RECOVERY* PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG  
MENGALAMI *GRIEF* KARENA KEMATIAN AYAH**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Ilmu Psikologi

**Oleh :**

**Fadia Azizah HB  
NIM. 190103040402**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fadia Azizah HB  
NIM : 190103040402  
Tempat, Tgl. Lahir : Martapura, 15 Januari 2001  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari  
Banjarmasin

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “*Recovery pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Grief Karena Kematian Ayah*” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Banjarmasin, 30 November 2023

Yang membuat pernyataan,



Fadia Azizah HB  
NIM.190103040402

## PERSETUJUAN SKRIPSI

### RECOVERY PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG MENGALAMI GRIEF KARENA KEMATIAN AYAH

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Fadia Azizah HB**  
**NIM.190103040402**

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing  
untuk dapat disajikan kepada Tim Penguji

Pembimbing



Widiya Aris Radiani, M.Psi, Psikolog  
NIP. 198512042023212024

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M.Ag  
NIP. 196810101994032004






## PENGESAHAN SKRIPSI

### **RECOVERY PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG MENGALAMI GRIEF KARENA KEMATIAN AYAH**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Fadia Azizah HB**  
**190103040402**

Telah Diujikan pada Tim Penguji  
Pada: Jumat, 5 Januari 2024

		<b>Tim Penguji</b>	
	<b>Nama</b>		<b>Tanda Tangan</b>
1.	Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag (Ketua Penguji)	1.	
2.	Musfichin, M.A (Penguji I)	2.	
3.	Widiya Aris Radiani, M.Psi, Psikolog (Penguji II)	3.	
4.	Dra. Mulyani, M.Ag (Penguji III)	4.	
5.	Sarihat, M.A (Notulen)	5.	

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin



**Dr. Ozikri Nirwana, M.Ag**  
NIP. 197812272003121002

## ABSTRAK

**Fadia Azizah HB.** 190103040402. *Recovery pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Grief Karena Kematian Ayah.* Pembimbing Widiya Aris Radiani, M.Psi, Psikolog. pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. 2024.

**Kata Kunci:** *Recovery, Grief, Dewasa Awal, Kematian Ayah*

*Grief* atau duka cita dapat dirasakan oleh individu yang memasuki usia dewasa awal. Masa ini memiliki banyak tugas perkembangan dan dengan terjadinya peristiwa kematian tersebut, menambah persoalan baru yang harus dihadapi individu dewasa awal. Individu yang mengalami peristiwa kematian ayah akan merasakan kesedihan yang mendalam dan walaupun hal tersebut sudah terjadi sekian tahun, individu tersebut akan tetap merasakan kesedihan apabila teringat tentang ayahnya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk *grief* dan memahami tahapan-tahapan *grief* sampai kepada fase *recovery* yang dialami oleh perempuan dewasa awal karena kematian ayah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi naratif yang menggunakan 3 orang sebagai subjek dengan pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. Adapun teknik analisis data yang dilakukan adalah dengan reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa bentuk-bentuk dari *grief* berupa perasaan sedih, marah, penyesalan, menangis, tidak nafsu makan, tidak memiliki semangat untuk melakukan aktifitas, mengalami mimpi bertemu almarhum, dan mengalami halusinasi. Tahapan *grief* yaitu, tahap *initial response* (*denial* dan *anger*), tahap *intermediate* (*bargaining* dan *depression*) dan tahap *recovery* (*acceptance*). Setiap subjek memiliki rentang waktu yang berbeda-beda untuk dapat mencapai tahap *recovery*. Seperti pada subjek pertama kurang lebih 3 bulan setelah kematian mencapai *recovery*, subjek kedua kurang lebih sebulan, dan subjek ketiga kurang lebih setahun baru dapat mencapai tahap *recovery*. Hal ini disebabkan oleh penyebab kematian yang mana menjadi salah satu faktor seseorang mengalami *grief*. Subjek pertama ayahnya meninggal setelah sakit selama dua minggu, subjek kedua ayahnya meninggal setelah sakit kurang lebih 7 bulan, dan pada subjek ketiga ayahnya meninggal secara mendadak (tidak mengalami sakit parah). *Recovery* dari *grief* yang dirasakan oleh subjek berupa penerimaan bahwa semua yang terjadi merupakan takdir yang harus dihadapi dan subjek telah mencapai keadaan yang lebih baik dibandingkan saat peristiwa terjadi serta dapat melanjutkan kehidupan dengan baik. *Recovery* dari *grief* ini juga ditandai dengan respon kesedihan yang berkurang dibandingkan saat pertama mengalami peristiwa kematian, seperti tidak sedih berlarut-larut dan dapat menjalani aktifitas yang sebelumnya sempat terhenti akibat peristiwa kematian.

## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”*

*(Q.S Al-Baqarah 2:286)*

*“Yesterday’s me, today’me, tomorrow’s me, I’m learning how to love myself*

*With no exception, it’s all me.”*

*(Answer:Love Myself – BTS )*

## **KATA PERSEMBAHAN**

Skripsi yang saya selesaikan dengan usaha penuh suka dan duka ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya Alm. H. Syamsul Bahrun dan Amaliya Hasna, yang menjadi alasan utama saya untuk menyelesaikan masa perkuliahan ini. Kemudian, tentunya saya persembahkan kepada diri saya sendiri yang sudah mampu bertahan dan berjuang hingga akhir walaupun banyak duka dan rintangan dalam proses penyelesaiannya. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat dan setiap perjalanan hidup kita diberkahi oleh Allah SWT. Aamiin.



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا ومولانا محمد وعلى آله

وصحبه أجمعين، أما بعد

Puji dan syukur tak hentinya dipanjatkan kepada Allah SWT., Tuhan yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, hanya karena-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Recovery pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Grief Karena Kematian Ayah*". Shalawat serta salam tak lupa selalu penulis curahkan kepada sang pembawa risalah, penyampai amanah dan teladan segala kisah, Nabi Muhammad SAW, yang karena beliau-lah kita dapat berada di zaman keilmuan yang terang benderang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dan dorongan semangat dari berbagai pihak. Karenanya penulis mengucapkan terimakasih yang tulus dengan kerendahan hati dan penghormatan kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang telah memberi ruang bagi kami meniti perjalanan di kampus tercinta dan memberikan banyak perubahan yang lebih baik terhadap fakultas.
2. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam sekaligus Dosen Penasehat Akademik penulis yang telah memberikan waktunya untuk

membantu peneliti menyelesaikan skripsi dan memberikan dorongan semangat kepada penulis agar segera menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas bimbingan, saran, kritikan serta waktu yang telah diberikan.

3. Bapak Musfichin, MA, selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam, dengan keramahannya senantiasa membantu peneliti dalam memberikan layanan urusan administrasi dengan penuh keikhlasan.
4. Ibu Widiya Aris Radiani, M.Psi, Psikolog, selaku dosen dan Pembimbing Skripsi penulis yang telah meluangkan waktu yang berharga ditengah kesibukan untuk membimbing dengan bijaksana dan memberi saran dalam menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih atas bimbingan, saran, kritikan, serta waktu yang telah diberikan.
5. Ibu Gusti Noor Ermawati, S.Psi, Psikolog, selaku *Expert Judgement* peneliti yang telah meluangkan waktu dalam memeriksa pedoman wawancara penulis serta memberikan masukan dan dorongan semangat kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
6. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora terutama pada Program Studi Psikologi Islam yang dengan penuh dedikasi memberikan ilmu pengetahuan, menginspirasi, dan membantu kami memahami berbagai materi perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu Tenaga Kependidikan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, atas usaha dan kerja keras dalam menyediakan fasilitas, dukungan administratif, serta membantu kelancaran kegiatan akademik kami.
8. Kepala perpustakaan pusat UIN Antasari Banjarmasin beserta seluruh staf yang banyak membantu peneliti dalam memenuhi literatur referensi skripsi yang diperlukan.

9. Para subjek dan informan yang telah banyak membantu peneliti dalam mengumpulkan data sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
10. Teristimewa untuk kedua orangtua peneliti, Alm. H. Syamsul Bahrin dan Amaliya Hasna, terima kasih atas doa, cinta, kasih sayang dan pengorbanan yang tidak pernah ada habisnya kepada peneliti serta menjadi alasan utama peneliti untuk tetap bertahan dan menyelesaikan skripsi ini hingga akhir.
11. Yang tersayang, kakak peneliti Habibah HB yang telah membantu, mendukung, dan mendorong peneliti untuk selalu semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada kedua wali peneliti, Bapak Rusman dan Ibu Zakiah beserta anak-anak beliau Putri Nur Khalisa, Farah Adinda Putri, dan Hanun Putri Azkia yang telah membantu, mendukung, dan mendorong serta selalu memberikan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
13. Keluarga besar terkhusus “Keluarga Abdullah” yang senantiasa membantu dan memberikan dorongan semangat agar peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Para sahabat terdekat peneliti sejak masa SMA, yakni Putri Zulfa Salsabila, Laila Hajriana Hartati, Lathiposhalhah, Aulia Habibah, Nur Imelda Rahman, Nurul Ashfiya, Febi Aulia Safitri, Fatma Kirana, Ilfa Rahmah dan Lydia Rahmi yang siap sedia memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti dalam keadaan apapun.
15. Para sahabat perkuliahan peneliti, Lathiposhalhah, Roro Endang Rika Safitri, Rofiatun Nasihah, Ghina Aulia Putri, Nida Sabrina, dan Ilmina Shofiya yang selalu bersama menikmati masa perkuliahan dengan penuh suka duka.

16. Keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2019, atas pertemanan, kebersamaan, dan semangat dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa studi peneliti di Program Studi Psikologi Islam ini.
17. Para idola peneliti, Bangtan Sonyeondan atau BTS yakni Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jeong Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, dan Jeon Jungkook yang lagu-lagu dan konten-konten menghiburnya telah menemani dan memberikan semangat secara tidak langsung kepada peneliti agar terus dalam keadaan yang baik untuk menyelesaikan skripsi ini.
18. Serta seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dan menyemangati peneliti dalam menyelesaikan skripsi.

Semoga limpahan kasih sayang Allah Swt. senantiasa menghampiri pihak-pihak yang telah disebutkan dan yang tidak sempat kami sebutkan. Akhir kata, penulis dengan penuh kerendahan hati berharap atas ampunan dan ridha-Nya. Semoga karya tulis ini menjadi berkah dan memberikan manfaat serta menjadi penambah kekayaan ilmu pengetahuan bagi seluruh Sivitas Akademika. Amin

Banjarmasin, 20 November 2023

Peneliti

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

Transliterasi kata Arab ke dalam huruf Latin dalam skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Tanggal 22 Januari 1988 Nomor 157/1987 dan 0593/1987.

### I. Konsonan tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba	b	be
ت	ta'	t	te
ث	s\ a'	s\	es (dengan titik di atas)
ج	jim	J	je
ح	h}a'	h}	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha'	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	z\ al	z\	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	s}ad	s}	es (dengan titik di bawah)
ض	d}ad}	d}	de (dengan titik di bawah)
ط	t}a'	t}	te (dengan titik di bawah)
ظ	z}a'	z}	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbalik di atas

غ	gain	g	ge
ف	fa'	f	ef
ق	qaf	q	qi
ك	kaf	k	ka
ل	lam	l	'el
م	mim	m	'em
ن	nun	n	'en
و	waw	w	we
ه	ha'	h	ha
ء	hamzah	`	apostrof
ي	ya'	y	ye

## II. Konsonan rangkap karena syaddah ditulis rangkap

متكبر	ditulis	<i>mutakabbir</i>
القدوس	ditulis	<i>al-qudu&gt;s</i>

## III. Ta' marbutah di akhir kata

a. Bila dimatikan ditulis *h*

جامعة	ditulis	<i>ja&gt;mi'ah</i>
مكتبة	ditulis	<i>maktabah</i>

(ketentuan ini tidak diperlukan untuk kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti salat, surat, ayat, zakat dan zebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya).

b. Bila diikuti dengan kata sandang 'al' serta bacaan kedua terpisah, maka ditulis dengan *h*

المكتبة الجميلة	ditulis	<i>al-maktabah al-jami&gt;lah</i>
-----------------	---------	-----------------------------------

#### IV. Vokal pendek

◌َ	fathah	Ditulis	a
◌ِ	kasrah	Ditulis	i
◌ُ	dammah	Ditulis	u
شكر	fathah	Ditulis	syakara
قرأ	kasrah	Ditulis	quri'a
ينطق	dammah	Ditulis	yant }iqu

#### V. Vokal panjang

1	fathah + alif كاملة	ditulis ditulis	<i>a&gt;</i> <i>ka&gt;milah</i>
2	fathah + ya mati صلى	ditulis ditulis	<i>a&gt;</i> <i>s}alla&gt;</i>
3	kasrah + ya mati شديد	ditulis ditulis	<i>i&gt;</i> <i>syadi&gt;d</i>
4	dammah + wawu mati صدر	ditulis ditulis	<i>u&gt;</i> <i>s}udu&gt;r</i>

#### VI. Vokal rangkap

1	fathah + ya mati رويد	ditulis ditulis	ai <i>ruwaidun</i>
2	fathah + wawu mati وفرعون ذي الأوتاد	ditulis ditulis	au <i>wa fir'auna z\i al-auta&gt;d</i>

**VII. Vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof**

أأنتم أشد خلقا	ditulis	<i>a'antum asyaddu khalqan</i>
----------------	---------	--------------------------------

**VIII. Kata sandang alif+lam**

a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القران	ditulis	<i>al-Qur'a&gt;n</i>
الكتاب	ditulis	<i>al-kita&gt;b</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan diidgamkan

الصبح	ditulis	<i>as}-s}ubh}u</i>
الساهرة	ditulis	<i>as-sa&gt;hirah</i>

**IX. Penulisan Kata-Kata Dalam Rangkaian Kalimat**

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dengan menulis penulisannya

بر الوالدين	ditulis	<i>birru al-wa&gt;lidaini</i>
إذا الشمس	ditulis	<i>Iz\ a asy-syamsu</i>



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Signifikansi Penelitian .....	10
E. Batasan Istilah.....	10
F. Penelitian Terdahulu .....	14
G. Sistematika Penulisan .....	17
<b>BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR</b> .....	<b>19</b>
A. Kajian Teori .....	19
1. <i>Grief</i> .....	19
2. Perempuan Dewasa Awal .....	36
B. Kerangka Pikir .....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>45</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	45
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	46

C. Data dan Sumber Data .....	46
D. Teknik Pengumpulan Data .....	47
E. Teknik Analisis Data .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan .....	67
1. Bentuk-Bentuk <i>Grief</i> yang Dialami Perempuan Dewasa Awal.....	67
2. Proses <i>Recovery</i> dari <i>Grief</i> pada Perempuan Dewasa Awal.....	68
3. Tabulasi <i>Recovery Grief</i> .....	76
C. Temuan Penelitian .....	77
D. Keterbatasan Penelitian .....	77
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>78</b>
A. Simpulan.....	78
B. Rekomendasi .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>84</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>152</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel. 4. 1. Alur Penelitian .....	51
Tabel. 4. 2. Identitas Subjek.....	52
Tabel. 4. 3. Identitas Informan .....	52
Tabel. 4. 4 Gambaran Proses <i>Grief</i> pada Tiap Subjek .....	73
Tabel. 4. 5. <i>Recovery</i> pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami <i>Grief</i> Karena Kematian Ayah.....	76

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Konsultasi.....	84
Lampiran 2. Surat Keputusan Seminar Proposal .....	86
Lampiran 3. Formulir <i>Expert Judgement</i> .....	88
Lampiran 4. Surat Pengantar Riset.....	91
Lampiran 5. Surat Izin Riset .....	93
Lampiran 6. Surat Selesai Riset .....	94
Lampiran 7. Surat Bebas Plagiasi .....	95
Lampiran 8. <i>Informed Consent</i> .....	97
Lampiran 9. Pedoman Wawancara .....	103
Lampiran 10. Verbatim .....	116
Lampiran 11. Dokumentasi.....	150