

## 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.