

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kematian merupakan aspek inheren yang tidak dapat dipisahkan dari keberadaan manusia. Setiap makhluk hidup yang ada di planet ini ditakdirkan untuk mengalami peristiwa yang tak terelakkan, yaitu kematian. Kematian adalah suatu hal yang menakutkan, karena kematian sendiri berarti berakhirnya kehidupan seseorang di dunia untuk selamanya. Kematian merupakan sebuah peristiwa bencana, tragedi yang memilukan, dan musibah yang membuat mereka yang ditinggalkan mengalami duka cita.<sup>1</sup> Ketika dihadapkan pada kematian, seseorang akan menghadapi kepergian orang-orang terdekatnya, seperti meninggalnya orang tua, pasangan hidup, sahabat, dan kerabat dekat.

Kematian sudah menjadi suatu aspek universal dari kehidupan yang pasti akan dihadapi oleh semua makhluk hidup. Kematian tidak mengenal usia atau perbedaan, kematian dapat terjadi kepada orang yang sudah tua dan bayi yang baru lahir. Hal ini karena kematian merupakan *sunnatullah* yang ditakdirkan untuk setiap makhluk yang bernyawa. Namun demikian, waktu kematian tidak dapat diketahui oleh dirinya sendiri juga orang lain dan hanya Allah-lah yang Maha Mengetahui kapan kematian terjadi. Dalam Al-Qur'an, kematian disebutkan beberapa kali

---

<sup>1</sup>Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kematian*, Revisi (Jakarta: PT Mizan Publika, 2006), 143.

karena kematian adalah salah satu bentuk keimanan seorang muslim yaitu meyakini bahwa setiap manusia akan mati dan akan dibangkitkan jiwanya diakhirat nanti.<sup>2</sup>

Sebagaimana yang tertera pada firman Allah sebagai berikut:

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ۗ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ۗ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ ۗ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْعُرُورِ

Artinya: “*Tiap-tiap yang berjiwa pasti akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan.*” (Q.S. *Āli ‘Imrān/ 3:185.*)<sup>3</sup>

Walaupun kematian adalah sebuah takdir yang pasti akan dihadapi oleh manusia, namun tetap saja tidak semua orang akan siap menghadapinya baik itu orang yang meninggal maupun orang-orang terdekat yang ditinggalkan. Kematian yang menyebabkan seseorang kehilangan orang terdekatnya tentunya akan memiliki dampak bagi psikologisnya, apalagi jika orang tersebut memiliki kedekatan dan hubungan baik dengan orang yang meninggal. Akan ada saat dimana orang yang ditinggalkan akan merasakan kesedihan yang mendalam dan meratapi kepergian orang yang meninggal karena tahu tidak akan bertemu lagi untuk selamanya. Terlebih lagi jika orang yang mempunyai peran penting dalam kehidupan seseorang itu meninggalkannya, misalnya anggota keluarga.

Keluarga memainkan peran penting dalam kehidupan seseorang, karena terdiri dari beberapa orang terdekat dan tersayang. Jika seseorang tersebut kehilangan salah satu keluarganya, maka akan berdampak bagi kelangsungan

---

<sup>2</sup>Hidayat, *Psikologi Kematian*.

<sup>3</sup>Qur'an Kemenag, “Surah Ali ‘Imran,” Qur'an Kemenag, diakses 10 Januari 2024, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/3?from=185&to=185>.

kehidupannya. Seperti saat seorang anak ditinggalkan oleh salah satu orang tuanya, maka anak tersebut akan kehilangan figur ayah/ibu nya yang mana figur kedua orang tua memiliki peran penting bagi perkembangan seorang anak.

Anak yang kehilangan orang tua sedikit banyaknya akan berpengaruh bagi kehidupannya, baik itu dalam segi ekonomi maupun keadaan psikologis seorang anak yang kehilangan orang tuanya, apalagi jika ia memiliki hubungan yang sangat dekat atau bergantung kepada orang tuanya. Pada umumnya orang tua adalah orang yang paling dekat dengan anak, kedekatan yang terjalin antara anak dan orang tua membentuk kepribadian yang kuat pada anak yang berasal dari penanganan dan pengasuhan yang baik dari orang tua. Sehingga saat salah satunya tidak ada, maka akan ada ketimpangan dalam perkembangan anak.<sup>4</sup> Harlock menyebutkan bahwa hubungan orang tua-anak mempunyai peran penting untuk menentukan bagaimana pola sikap dan perilaku anak.<sup>5</sup>

Seorang anak tumbuh dan berkembang dengan adanya orang tua dan keluarga dekat disekitarnya, sehingga struktur kepribadian yang terbentuk berasal dari pengasuhan dan apa yang biasa seorang anak lihat dari lingkungannya.<sup>6</sup> Hal ini dapat menunjukkan bahwa anak terbiasa hidup dengan adanya orang tua dalam setiap proses kehidupannya dan disaat kehilangan orang tua, tentunya anak akan merasakan kesedihan dan kedukaan yang mendalam karena sosok yang selalu berperan dalam kehidupannya telah tiada dan tidak akan kembali menemaninya

---

<sup>4</sup>Gita Apriliza, "Pengaruh Kematian Orang tua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Jorong Simarasok Kecamatan Baso," *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 1, no. 2 (February 2022): 48–54.

<sup>5</sup>Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Kelima (Jakarta: Penerbit Erlangga, t.t.), 93.

<sup>6</sup>Hurlock, 93–95.

untuk menjalani kehidupan selanjutnya. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, walaupun kematian adalah kenyataan yang akan dihadapi oleh setiap manusia, tetap saja seseorang yang kehilangan orang terdekatnya akan memiliki perasaan yang berat untuk menerima hal tersebut karena hubungan antara orang tua dan anak itu akan terpisah untuk selama-lamanya.

Kematian orang tua yang dialami setiap orang akan memiliki reaksi atau respon yang berbeda-beda bagi tiap individu. Reaksi-reaksi tersebut seperti adanya perasaan sedih, *shock*/terkejut, tidak percaya akan peristiwa yang terjadi, masih ada penolakan, hingga dapat muncul kemarahan. Hal tersebut adalah hal yang lumrah terjadi sebagai bentuk respon atas kesedihan yang dirasakan akibat dari kehilangan. Baik yang merasakan kehilangan berada di masa usia anak-anak atau bahkan usia dewasa akan tetap muncul reaksi-reaksi tertentu saat mengalami kehilangan dan dengan bentuk yang berbeda-beda pula karena cara mengekspresikannya dipengaruhi oleh umur dan pemahamannya mengenai kematian itu sendiri.<sup>7</sup>

Penney menyebutkan bahwa remaja dan dewasa mempunyai cara mengekspresikan perasaan duka yang cenderung mirip. Orang yang berada pada masa dewasa akan enggan untuk menunjukkan perasaan duka yang dialaminya karena mereka takut terlihat tidak normal atau kurang terkendali.<sup>8</sup> Masa dewasa awal adalah masa yang penuh akan ketegangan emosional dan banyak perubahan-perubahan yang terjadi karena masa inilah terjadi transisi dari masa remaja ke masa dewasa. Pada masa ini individu dihadapkan dengan beberapa macam penyesuaian

---

<sup>7</sup>Penney Upton, *Developmental Psychology: Psikologi Perkembangan* (England: Pearson Education Limited, 2012), 250.

<sup>8</sup>Upton, 253.

baik dalam psikologis, sosial, juga dalam pola kehidupan yang mulai berubah.<sup>9</sup> Sehingga dengan adanya masalah kematian orang tua akan bertambah lagi permasalahan yang dihadapi individu dewasa awal yang artinya semakin kompleks permasalahan dalam perkembangan fase dewasa awal. Terlebih jika terjadi pada seorang wanita yang dikenal lebih sensitif terhadap perasaan. Kartini Kartono menyebutkan bahwa para wanita memiliki fungsi sekunderitas yang terletak pada perasaan bukan pada bidang intelek. Sehingga apabila terjadi pengalaman yang mengandung unsur emosionalitas yang cukup kuat pada wanita, maka akan mempengaruhi kejiwaannya.<sup>10</sup>

Setelah meninggalnya orang tua, banyak tantangan atau permasalahan yang mungkin muncul, terutama pada kondisi psikologis seseorang. Hal ini dapat mencakup berbagai macam emosi, termasuk kesedihan, kerinduan, kehilangan, serta kesendirian yang semuanya saling terkait. Bagi seseorang yang kehilangan ibu akan memberikan dampak pada kehidupan selanjutnya, karena ibu memegang posisi penting dalam kehidupan seorang anak, seperti menawarkan dukungan dan bimbingan yang terus menerus. Terutama kepada anak perempuannya, ada kepedulian yang tinggi bahwa ketika anak perempuannya akhirnya menikah, dan dia harus berusaha untuk lebih mandiri. Demikian pula, seseorang yang mengalami kehilangan figur ayah, akan merasakan luka emosional yang cukup mendalam. Sosok ayah lebih dari sekedar pencari nafkah keluarga; ayah juga berperan sebagai sumber perlindungan, keamanan, dan pelipur lara bagi anak-anak mereka. Apalagi

---

<sup>9</sup>Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 246.

<sup>10</sup>Kartini Kartono, *Psikologi Wanita: Mengenal Gadis Remaja & Wanita Dewasa* (Bandung: Mandar Maju, 1992), 181.

bagi seorang anak perempuan, wajar jika menikah nanti menginginkan ayahnya-lah yang menjadi wali pernikahannya. Belum lagi status sosial yang baru sebagai seorang yatim piatu akan semakin menambah beban emosional bagi seseorang yang kehilangan orangtua. Selain itu, mungkin ada kekhawatiran lain yang muncul jika orang tua yang masih hidup memutuskan untuk menikah lagi di kemudian hari.

Kondisi kurangnya figur seorang ayah dalam kehidupan seseorang dapat mempengaruhi orang dewasa untuk mengembangkan rasa rendahnya harga diri (*self-esteem*) ketika individu telah dewasa, rasa marah (*anger*) dan malu (*shame*) yang berasal dari perbedaan yang mereka rasakan dengan anak-anak lain yang mengalami kehadiran ayah. Dampak secara psikologis dapat bermanifestasi dalam bentuk penyimpangan dalam perilaku dan perasaan tidak berarti dalam hidup.<sup>11</sup> Pada tahun 1994, sebuah survei yang dilakukan oleh Biro Pusat Statistik yang mengungkapkan bahwa di Indonesia, sebanyak 778.156 perempuan bercerai dan menjadi kepala rumah tangga. sementara itu, sebanyak 3.681.568 perempuan mengambil peran ini disebabkan oleh kematian suami mereka. Sehingga, jumlah total Perempuan yang menjadi kepala keluarga selama periode tersebut mencapai 4.459.724 orang. Kemudian, pada tahun 2004 berdasarkan informasi data dari Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga menunjukkan bahwa terdapat 40 juta orang yang berstatus janda berperan sebagai kepala keluarga. Dari Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah orang tua tunggal yang konsisten setiap tahunnya di Indonesia selama satu dekade, yang menandakan adanya

---

<sup>11</sup>Arie Rihardini Sundari and Febi Herdajani, "Dampak Fatherless terhadap Perkembangan Psikologis Anak," *Prosiding Seminar Nasional Parenting*, 2013, 256–271.

peningkatan jumlah anak yang kehilangan orang tuanya.<sup>12</sup> Kemudian, terhitung sejak pandemi COVID-19 dimulai terdapat 25.430 anak di Indonesia kehilangan salah satu atau kedua orang tua mereka yang meninggal akibat COVID-19. Data ini didapatkan melalui pemetaan nasional yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) bersama dengan UNICEF. Pemetaan tersebut menemukan bahwa mayoritas kehilangan ayah yaitu sebesar 57%, lebih dari sepertiga atau 37% kehilangan ibu, dan sekitar 5% kehilangan kedua orang tua. Kehilangan tersebut dapat menimbulkan beban ekonomi dan kesehatan mental yang lebih besar.<sup>13</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dwiartyani, Hasan dan Arief menunjukkan bahwa kehilangan orang tua menyebabkan dampak emosional bagi dewasa awal. Hal ini ditunjukkan oleh mereka yang mengalami trauma dan takut menghadapi pandemi Covid-19 karena orang tuanya meninggal akibat terpapar virus Covid-19. Dan dalam proses *grieving* dewasa awal dapat melewatinya dengan beberapa hal yang membantu seperti adanya keyakinan dan kemauan pada diri sendiri bahwa mereka mampu menghadapi musibah yang terjadi dalam hidup mereka.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup>Wildah Alfasma, Dyan Evita Santi, dan Rahma Kusumandari, "Loneliness dan Perilaku Agresi pada Remaja Fatherless," *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi* 3, no. 1 (Juni 2022): 40–50.

<sup>13</sup>Tim Media UNICEF, "Indonesia: Sejak pandemi dimulai, lebih dari 25.000 anak kehilangan orang tua akibat COVID-19," UNICEF Indonesia, 30 September 2021, <https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/indonesia-sejak-pandemi-dimulai-lebih-dari-25000-anak-kehilangan-orang-tua-akibat-covid>.

<sup>14</sup>Adelia Dwiartyani, Aliah B Purwakania Hasan, dan Hanifah Arief, "Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19," *Psikologi Prima* 4, no. 1 (23 Agustus 2021): 20–32, <https://doi.org/10.34012/psychoprima.v4i1.1864>.

Peneliti juga telah melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada salah satu perempuan yang berada pada usia dewasa awal yang ayahnya meninggal saat subjek berusia 19 tahun. Berdasarkan hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa subjek pada awal terjadinya peristiwa kematian ayahnya subjek merasakan kesedihan yang sangat mendalam. Ayah subjek meninggal secara mendadak yang mana tidak mengalami sakit parah atau terjadi kecelakaan sehingga hal ini membuat subjek merasa tidak ada persiapan untuk ditinggalkan oleh ayahnya. Selama beberapa minggu setelah meninggalnya, subjek tidak dapat bercerita atau membahas mengenai ayahnya tersebut, jika seseorang bertanya mengenai peristiwa meninggal atau lainnya yang berhubungan dengan ayahnya, subjek tidak bisa menahan tangisannya. Subjek juga menyebutkan setelah ayahnya meninggal, subjek dan keluarga mengalami sedikit kesulitan ekonomi karena sumber penghasilan sebagian besar berasal dari ayahnya. Dengan situasi subjek dan kakaknya masih berstatus sebagai mahasiswa, sedangkan penghasilan ibunya tidak begitu besar membuat subjek khawatir dengan masa depannya nanti apakah dapat menyelesaikan kuliah atau tidak akibat kendala biaya yang akan dihadapinya. Hal inilah yang menyebabkan subjek seringkali merasa tertekan dengan keadaannya sekarang dan sering muncul pertanyaan-pertanyaan seperti “kira-kira kalau saat itu ayah langsung dibawa ke rumah sakit, apakah ayah masih ada sampai saat ini?”, “bagaimana saya melanjutkan kuliah setelah ini?”, “kenapa Allah mengambil ayah secepat ini ya?”. Subjek juga beberapa kali memimpikan almarhum ayahnya sehingga saat bangun dari tidur subjek mengira meninggal ayahnya hanyalah mimpi. Setelah dalam jangka waktu kurang lebih setahun kehilangan ayahnya,

keadaan subjek sudah lebih baik. Seperti, subjek dapat bercerita atau membahas mengenai ayahnya tanpa menangis atau bersedih yang berlebihan. Subjek merasa sudah menyadari dan meikhlaskan atas kehilangan ayahnya adalah sebuah takdir yang sudah ditetapkan oleh Allah. Namun, dibebberapa waktu subjek terkadang bisa tiba-tiba teringat tentang ayahnya dan merasakan kesedihan serta kedukaan kembali sampai subjek dapat menangis seperti yang dirasakan saat awal-awal terjadi kematian ayahnya tetapi tidak berlangsung lama.<sup>15</sup>

Bedasarkan paparan diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang *recovery* pada perempuan dewasa awal yang mengalami *grief* karena kematian ayah.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana bentuk-bentuk *grief* yang terjadi akibat kematian ayah pada perempuan dewasa awal?
2. Bagaimana proses *recovery* dari *grief* yang dialami oleh perempuan dewasa awal?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bentuk-bentuk *grief* yang terjadi akibat kematian ayah pada perempuan dewasa awal.
2. Untuk memahami proses *recovery* dari *grief* yang dialami oleh perempuan dewasa awal.

---

<sup>15</sup>EN, "Wawancara Pribadi," Desember 2022

#### **D. Signifikansi Penelitian**

Adapun signifikansi penelitian ini terbagi menjadi dua macam, yakni sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
  - a. Untuk memberikan sumbangsih bagi khazanah keilmuan, yaitu pada jurusan psikologi Islam yang khususnya berkaitan dengan psikologi klinis, karena penelitian ini akan menggunakan teori-teori yang berkaitan dengan *grief* dan dampak psikologis perempuan yang kehilangan ayah di usia dewasa awal.
  - b. Hasil penelitian yang berupa data dapat dipertanggung jawabkan, dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian lanjutan yang serupa dengan penelitian ini.
2. Secara Praktis
  - a. Penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan masukan yang bermanfaat mengenai psikologis perempuan dewasa awal yang mengalami *grief* akibat kehilangan ayah.
  - b. Menjadi masukan bagi masyarakat yang berada disekitar orang yang mengalami *grief* untuk lebih mengetahui bagaimana meminimalisir dampak yang berlebihan dari *grief* pada perempuan dewasa awal akibat kehilangan ayah agar terhindar dari dampak negatif psikologisnya.

#### **E. Batasan Istilah**

Agar mencegah kesalahpahaman dalam mendefinisikan setiap variabel, penelitian ini menetapkan batasan fokus dengan memberikan penjelasan atau

mendeskripsikan secara singkat untuk kata kunci atau variabel yang akan menjadi pembahasan dalam penelitian ini.

### 1. *Recovery*

*Recovery* adalah kata yang berasal dari bahasa Inggris yang berarti pemulihan. Pemulihan berasal dari kata pulih dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia yang berarti kembali seperti semula, kembali baik, sembuh. Sedangkan pemulihan berarti cara atau proses kembali baik atau sembuh.<sup>16</sup>

Dalam Kamus Psikologi oleh *American Psychological Association* (APA) *recovery* adalah kemajuan yang konsisten dalam pengembalian kemampuan, keterampilan, dan fungsi yang dapat diukur setelah sakit atau cedera.<sup>17</sup> *Recovery* atau pemulihan merupakan kata yang dapat ditujukan pada keadaan seseorang yang telah sembuh dari sakit yang dideritanya. Sakit yang dimaksud bukan hanya sakit secara fisik, namun juga sakit secara batin atau psikologis.

Menurut James dan Friedman *recovery* adalah periode seseorang sudah merasa lebih baik setelah mengalami depresi. Pada masa *recovery* seseorang mampu menikmati dan mengingat kenangan indah tanpa harus menimbulkan perasaan sedih dan penyesalan yang menyakitkan. Pemulihan adalah mengakui bahwa tidak apa-apa untuk merasa sedih dari waktu ke waktu dan membicarakan kejadian yang menyedihkan bagi seseorang tersebut.<sup>18</sup> Seperti saat seseorang yang

---

<sup>16</sup>Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, "Pemulihan," dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring*, 2016, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pemulihan>.

<sup>17</sup>Gary R. VandenBos, "APA Dictionary of Psychology" (Washington DC: American Psychological Association, 2015), 890.

<sup>18</sup>John W. James dan Russell Friedman, *The Grief Recovery Handbook*, 20th Anniversary Expanded Edition (United States: HarperCollins e-books, 2009), 15.

mengalami kehilangan seseorang terdekatnya, orang tersebut akan merasakan kesedihan yang mendalam sampai dapat mempengaruhi kehidupannya. Namun, seiring berjalannya waktu orang tersebut akan mulai menerima apa yang terjadi dan perasaan sedihnya menjadi lebih baik.

Andresen menyebutkan bahwa *psychological recovery* atau pemulihan psikologis yaitu individu dapat menemukan dan mempertahankan harapan, mengambil tanggung jawab atas kesejahteraan dan kehidupan secara keseluruhan, pembaharuan kesadaran diri dan membangun kembali identitas positif, dan menemukan tujuan dan makna hidup.<sup>19</sup>

Sehingga berdasarkan definisi di atas, yang dimaksud *recovery* dalam penelitian ini adalah upaya individu untuk mencapai keadaan psikologis yang lebih baik dan mampu menerima peristiwa menyedihkan yang dialaminya serta dapat menjalankan kehidupan dengan baik.

## **2. Grief**

Berasal dari bahasa Inggris, *grief* berarti kedukaan atau kesedihan. *Grief* atau *grieving* adalah suatu reaksi yang muncul ketika seorang individu mengalami kehilangan. Reaksi emosional ini dapat muncul dalam berbagai bentuk emosi negatif, yaitu seperti kesedihan, kemarahan ataupun rasa kesepian.<sup>20</sup> Freud mengkonseptualisasikan berkabung atau berduka (*grief*) sebagai suatu hal yang normal, yang mana merupakan reaksi alami dari kehilangan orang yang dicintai,

---

<sup>19</sup>Retta Andresen, Lindsay G. Oades, dan Peter Caputi, *Psychological Recovery: Beyond Mental Illness* (UK: John Wiley & Sons, Ltd, 2011), 41.

<sup>20</sup>Dwiartyani, Hasan, dan Arief, "Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19."

dan bahkan Freud menganggap bahwa kesedihan karena kehilangan adalah suatu hal yang sulit dan seringkali menyakitkan bagi seseorang yang ditinggalkan karena adanya keterikatan emosional dengan orang yang meninggal.<sup>21</sup>

Sehingga *grief* merupakan suatu kondisi psikologis seseorang yang mengalami kehilangan orang terdekatnya yang mana dalam penelitian ini membahas mengenai keadaan psikologis pada perempuan dewasa awal yang mengalami peristiwa kematian ayah.

### 3. Perempuan Dewasa Awal

Dalam perkembangan masa hidup terdapat beberapa periode yaitu masa anak-anak, remaja, dan dewasa. Periode kedewasaan dapat dibagi menjadi beberapa masa yaitu masa dewasa awal (*early adulthood*), masa dewasa tengah (*middle adulthood*) dan masa dewasa akhir (*late adulthood*). Santrock menyebutkan bahwa dewasa awal merupakan masa perkembangan yang berawal pada usia akhir belasan tahun atau usia awal duapuluh dan berakhir pada usia tigapuluh tahunan. Pada masa dewasa awal ini, terjadi banyak perubahan dalam kehidupan karena merupakan masa transisi seseorang dari remaja menuju dewasa.<sup>22</sup>

Jadi, dewasa awal adalah periode dalam perkembangan masa hidup pada perkiraan usia 18 sampai usia 25 tahunan yang mana pada penelitian ini

---

<sup>21</sup>Holly G. Prigerson dkk., "Validation of the new DSM-5-TR criteria for prolonged grief disorder and the PG-13-Revised (PG-13-R) scale," *World Psychiatry* 20, no. 1 (Februari 2021): 96–106, <https://doi.org/10.1002/wps.20823>.

<sup>22</sup>John W Santrock, *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*, 5 ed. (Jakarta: Erlangga, 2004), 23.

memfokuskan pada perempuan yang berada pada usia dewasa awal yang mengalami peristiwa kematian ayah.

#### **F. Penelitian Terdahulu**

Dalam penelitian ini, penulis juga mengacu pada literatur hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dwiartyani, Hasan dan Arief pada tahun 2021 dengan judul “*Gambaran Proses Grieving pada Dewasa Awal yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19*”. Berdasarkan hasil penelitian tersebut yang menggunakan pendekatan kualitatif, menunjukkan bahwa semua subjek dalam penelitian tersebut mampu menyelesaikan proses *grieving* dengan beberapa cara seperti adanya keyakinan dan kemauan pada diri sendiri bahwa mereka mampu menghadapi musibah yang terjadi dalam hidup mereka, dan juga lebih mendekatkan diri kepada Allah serta ada pekerjaan yang membuat kesedihan yang dirasakannya teralihkan untuk bekerja.<sup>23</sup> Persamaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama ingin mengetahui bagaimana proses *grieving* yang dialami oleh dewasa awal dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan, perbedaan diantara penelitian terdahulu dan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada penelitian oleh Dwiartyani dibahas kehilangan anggota keluarga saat pandemi dan fokusnya pada proses *grieving* itu sendiri, sedangkan

---

<sup>23</sup>Dwiartyani, Hasan, dan Arief, “Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19.”

penelitian yang akan dilakukan ini membahas secara khusus kehilangan ayah yang dialami oleh dewasa awal dan berfokus pada pemulihan dalam *grief* itu sendiri.

2. Pada penelitian yang dilakukan oleh Melinda Ramadhanti dan Satiningsih pada tahun 2022 dengan judul “*Gambaran Grief pada Emerging Adulthood yang Mengalami Kematian Orang Tua Akibat Covid-19*”, diketahui bahwa walaupun individu tidak memiliki kedekatan secara emosional dengan orang tuanya ia tetap merasakan berduka atas kepergian ayahnya. Ada beberapa perilaku adaptif yang terlihat saat dalam masa *grief* seperti dapat menerima keadaan, tidak berlarut dalam kesedihan, dan meningkatkan interaksi dengan keluarga. Namun, juga terlihat perilaku non-adaptif yaitu perilaku yang tidak sesuai, seperti subjek kehilangan kontrol hidup, terlalu menyalahkan diri atas perilaku buruk terhadap orang tua, merasa hampa dan merasa tidak percaya diri.<sup>24</sup> Persamaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian yang membahas bagaimana *grief* atau kedukaan yang dialami oleh seseorang pada masa dewasa akibat kematian orang tua. Sedangkan, perbedaannya penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian untuk *grief* yang terjadi karena kematian ayah.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Milawati dan Widyastuti pada tahun 2023 dengan judul “*Grief pada Remaja Perempuan Pasca Kematian Orangtua Akibat Covid-19*” ini menjelaskan bagaimana gambaran *grief* dan prosesnya

---

<sup>24</sup>Melinda Ramadhanti and Satiningsih, “Gambaran Grief Pada Emerging Adulthood Yang Mengalami Kematian Orang Tua Akibat Covid-19,” *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 7 (2022): 161–178.

pada remaja perempuan setelah kematian orangtuanya dikarenakan Covid-19. Diketahui dalam penelitian tersebut gambaran *grief* yang dialami oleh pada responden memiliki kesamaan yaitu pada awalnya adanya penolakan, kemarahan terhadap orang yang menyebarkan virus Covid-19, dan sampai pada penerimaan. Persamaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada pembahasan mengenai proses *grief* pada perempuan yang mengalami kematian orangtua. Sedangkan, perbedaannya penelitian yang akan dilakukan ini mengambil subjek dari perempuan dewasa awal dan secara spesifik membahas *grief* yang terjadi akibat kematian ayah.

4. Pada penelitian yang dilakukan pada tahun 2021 oleh Ike Nur Safitri dengan judul “*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Grief pada Dewasa Awal yang Kehilangan Orang Tua Akibat Covid-19*” yang dilakukan dengan pendekatan kuantitatif, diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki korelasi yang positif dengan variabel *grief* yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *grief* individu dan sebaliknya jika dukungan sosial rendah maka *grief* akan rendah. Sehingga variabel dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap *grief*.<sup>25</sup> Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah membahas mengenai *grief* pada dewasa awal. Perbedaannya penelitian terdahulu ini menyebutkan kehilangan orang tua secara umum dan menggunakan penelitian kuantitatif

---

<sup>25</sup>Ike Nur Safitri, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Grief pada Dewasa Awal yang Kehilangan Orang Tua Akibat Covid-19” (Skripsi-S1, Malang, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021).

sedangkan penelitian yang dilakukan berfokus pada kematian ayah dan menggunakan jenis penelitian kualitatif.

5. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 oleh R. Amalia Puspitasari dengan judul “*Dinamika Emosi pada Dewasa Awal yang Mengalami Grief Karena Kematian Orang Tua*” dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif, diketahui bahwa dinamika emosi yang dialami tiap subjek dipengaruhi oleh pikiran kognitif yang muncul setelah kematian orang tuanya.<sup>26</sup> Persamaannya dengan penelitian yang akan dilakukan sama-sama menggunakan variabel *grief* dan subjek usia dewasa awal. Perbedaannya penelitian ini berfokus pada dinamika emosi subjek sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan berfokus pada *recovery grief* subjek.

## **G. Sistematika Penulisan**

Dalam penelitian ini disusun dalam bentuk tulisan yang sistematika penulisannya terbagi dalam lima bab, yaitu sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan. Dalam bab ini terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, batasan istilah, penelitian terdahulu, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian Teori dan Kerangka Pikir. Pada bab ini, mengeksplorasi kajian teoritik yang diuraikan dalam berbagai referensi untuk menelaah objek kajian yang dikaji. Terdiri atas pengertian, faktor-faktor yang mempengaruhi, dan

---

<sup>26</sup>R. Amalia Puspitasari, “Dinamika Emosi pada Dewasa Awal yang Mengalami Grief Karena Kematian Orang Tua” (Skripsi-S1, Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim, 2020).

fase-fase *grief*. Kemudian juga menjelaskan mengenai pengertian, ciri-ciri, dan tugas perkembangan dari dewasa awal.

Bab III Metode Penelitian. Pada bab ini menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Memberikan analisis rangkuman dari hasil penelitian di lapangan yang berasal dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui *recovery* dari perempuan dewasa awal yang mengalami *grief* karena kematian ayah.

Bab V Penutup. Bab ini berisi dua poin yaitu simpulan dan rekomendasi.