

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap yang bernyawa pasti akan merasakan kematian, demikianlah ungkapan yang sering didengar sebagai pengingat bagi manusia bahwa tidak ada kehidupan yang abadi. Kematian adalah sebuah janji dari Allah SWT sebagai mana yang telah difirmankan oleh-Nya dalam kitab suci Al-Quran. Secara biologis kematian merupakan berhentinya proses aktivitas dalam tubuh biologis seorang individu yang ditandai dengan hilangnya fungsi otak, berhentinya detak jantung, berhentinya tekanan aliran darah dan berhentinya proses pernafasan (Novia, 2022).

Menemui ajal atau mati merupakan fenomena esensial dan universal dalam rentang kehidupan manusia. Setiap orang pada suatu saat akan mengalami tanpa sanggup menunda atau bahkan meniadakannya, karena kematian adalah salah satu janji yang telah Allah berikan kepada setiap umatnya. Sebagaimana firman Allah dalam Al-Quran surat Ali Imran ayat 185;

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ تَفَمَّنْ رُحُوحَ عَنِ النَّارِ وَأَدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ

Artinya : *“Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barang siapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan.”* (Ali-Imran [3]: 185)

Menurut perspektif Islam, sebagaimana yang dijelaskan oleh Miskahuddin (2019) kematian adalah terpisahnya ruh dari jasad, sedangkan hidup

yakni bertemunya ruh dengan jasad. Kematian dianggap sebagai peralihan kehidupan, dari kehidupan dunia menuju kehidupan di alam lain. Kehidupan dan kematian merupakan tanda-tanda kebesaran Allah SWT.

Tidak dapat dipungkiri bahwa kematian akan menimbulkan reaksi psikologis yang beragam. Reaksi yang muncul nantinya akan memberikan dampak yang kurang baik bagi aktivitas sehari-hari jika tidak ada penanganan. Begitu juga halnya dengan kematian orang tua, kehilangan orang tua merupakan sebuah luka yang mendalam bagi seorang anak. Kematian orang tua akan menimbulkan perasaan duka yang menyebabkan penolakan realita, ketidakmampuan menerima kebenaran, perasaan mandiri, putus asa, menangis, tidak berdaya, perasaan bersalah dan lain sebagainya.

Mahasiswa adalah sebuah peran yang dijalankan oleh seseorang dengan rentang usia remaja akhir sampai dewasa awal. Mahasiswa yang sedang menjalankan pendidikan di sebuah perguruan tinggi akan menghadapi berbagai rintangan dan masalah selama masa perkuliahan dijalani. Mahasiswa sebagai individu yang berada dalam masa transisi kerap dihadapkan dengan tantangan akademik dan sosial yang tidak jarang meminta dukungan baik secara moril maupun materil dari keluarga terutama keluarga.

Bayu Bimantara dkk. (2022) kesulitan berdamai dengan keadaan dapat menjadi hambatan untuk menyelesaikan tantangan yang tengah mereka hadapi, oleh karena itu mahasiswa memerlukan sesuatu kemampuan untuk bertahan dan menghadapinya. Kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan atau masa sulit

untuk melanjutkan kehidupan dinamakan resiliensi. Perlu untuk membangun resiliensi dalam rangka menghadapi situasi yang menekan agar dampak-dampak yang tidak menyenangkan bisa diminimalisir untuk terjadi. Hal tersebut menunjukkan bahwa resiliensi berperan penting dalam menghindari individu dari hal-hal yang berpotensi mewujudkan deteriorasi (penurunan mutu, kemunduran mental). Penelitian oleh Asmika Tranggono dkk. (2022) menyatakan bahwa 50-60% mahasiswa rantau memiliki keterbatasan akses dukungan psikologis ketika menghadapi masalah besar, seperti kehilangan orang tua.

Namun, demikian tidak semua individu yang mengalami peristiwa traumatis seperti kematian orang tua berakhir dengan kondisi psikologis yang memburuk. Justru mengalami perubahan positif yang disebut dengan *Post Traumatic Growth*. Lawrence G. Calhoun dan Richard G. Tedeschi (2004) mendefinisikan PTG sebagai perubahan positif yang dialami seseorang sebagai hasil perjuangan menghadapi peristiwa hidup yang menantang. Salah satu bentuk dari *Post Traumatic Growth* ini adalah pengalaman mahasiswa kehilangan orang tua yang dapat memaknai kepergian orang tua sebagai bagian dari takdir serta dapat menjadikan sebagai pendorong untuk menjalani kehidupan yang lebih baik dan bermakna. Hal ini terlihat pada wawancara pra-penelitian pada subjek SH yang mengatakan :

“Menurut aku semua garis takdir Allah jadi harus sabar dan ikhlas dan pasti itu adalah yang terbaik, kalau masalah ikhlas aku udah ikhlas se ikhlas-ikhlasnya”

Pada pertanyaan “apakah ada penyesalan atau perasan tidak ikhlas yang muncul secara tiba-tiba setelah kepergian ayah anda ?” subjek mengatakan :

“kalau dibilang penyesalan, namanya hidup pasti ada yang disesalikan. Tapi gimana yaa, kalau terus disesali jatuhnya ke gak ikhlas kan. Jadi gak ada gunanya gitu penyesalan menurut aku, aku gak pengen ada yang harus aku sesali. Jadi sekarang aku selalu ingat pengajian ustadz saat bapak ku meninggal, hidup itu harus tetap berjalan dan berlanjut gitu, jadi hal-hal yang kemarin udah selesai, anggap sudah selesai sampai disitu dan kita usahain buat ngelakuin yang terbaik kedepannya gitu. Kalau keingat itu pasti selalu keingat, tapi aku langsung kirimin alfatihah atau doa gitu. ”

Dari pernyataan subjek, subjek terlihat dapat mengelola emosi dari dirinya dan tidak membiarkan penyesalan menguasai dirinya. *Post Traumatic Growth* adalah pengalaman individu yang berkembang setelah mengalami kejadian traumatik. Individu tersebut tidak hanya bertahan tetapi juga memiliki perubahan dari keadaan sebelumnya (Tazkiyah, 2019). Pertumbuhan psikologis dari peristiwa traumatik yang dialami subjek dapat terlihat dari lebih menghargai kehidupan dan menerima kenyataan, meningkatkan spiritualitas dan memilih fokus kepada masa depan dibandingkan dengan terjebak dengan kesedihan dan kedukaan.

Pengalaman traumatis akan berdampak negatif pada individu yang mengalaminya salah satunya yang disebabkan oleh kehilangan orang tua. Perubahan kehidupan yang terjadi secara mendadak akan meninggalkan jejak traumatis dalam hidup individu tersebut. Akan tetapi, pengalaman traumatis tidak selalu memberikan dampak negatif namun terkadang akan memberikan efek positif atau perubahan positif pada individu pasca trauma yang dialaminya.

Subandi dalam Purwanto dan Hendriyani (2021) menjelaskan bahwa pengalaman traumatis dapat membawa perubahan positif dan pada akhirnya menjadikan mereka tumbuh dan berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Dibalik banyaknya ungkapan ataupun kenyataan yang terlihat perihal kemunduran psikologis yang terjadi pada seseorang pasca ditinggalkan orang tua untuk selamanya, namun ada sebagian individu yang menjadikan pengalamannya sebagai pedang untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya. *Post Traumatic Growth* menyatakan adanya perubahan kearah yang positif setelah melewati peristiwa traumatis. Perubahan yang dimaksud dimana seseorang dapat memaknai usaha yang sudah dilewati setelah peristiwa traumatis (Tedeschhi dan Calhoun, 2004). Singkatnya *post traumatic growth* bukan hasil dari sebuah trauma akan tetapi sebuah bentuk perjuangan kognitif dan emosional setelah pengalaman traumatis yang dialami tersebut.

Penelitian oleh Robertus Surjoseto dan Devy Sofyanty (2024) menjelaskan bahwa gambaran *Post Traumatic Growth* pada pasien penderita kanker serviks pasca Histerektomi terlihat dari perubahan persepsi, hubungan dengan orang lain dan perubahan filosofi hidup. Perubahan filosofi hidup ditemukan sebagai dimensi yang paling dominan. Subjek dapat mengembangkan dirinya menuju pertumbuhan psikologis yang lebih baik dari sebelumnya serta proses ini juga dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial dan kepercayaan kepada Tuhan. Maknanya disini yaitu ketiga subjek mengungkap semua aspek dengan mendominasi pada aspek yang berbeda. Dalam Quran surat Yusuf ayat 87 yaitu :

وَلَا تَأْتِسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْتِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya : “Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir.” (Yusuf [12]: 87)

Dari ayat diatas Allah memerintahkan kepada hambanya untuk tidak berputus asa karna yang berputus asa hanyalah orang-orang kafir. Ayat ini juga berkenaan dengan bagaimana seorang individu untuk memandang kehidupannya lebih baik kedepannya, memberikan pemaknaan yang positif dari peristiwa yang terjadi dan termotivasi untuk lebih baik lagi dari peristiwa traumatis yang dialami.

Selain itu, Surat Al-Baqarah ayat 156 Allah juga berfirman :

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan “*Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji‘ūn*” (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali).”(Al-Baqarah [2]:156)

Dari ayat diatas Allah juga memerintahkan agar senantiasa menerima setiap kejadian atau musibah yang diberikan oleh Allah sebagai bentuk penghambaan seorang manusia terhadap Tuhannya. Sebagai manusia yang beriman, sudah sepantasnya seorang manusia menerima setiap kejadian atau musibah yang menimpanya karna hanya kepada Allah lah semua akan kembali.

Post traumatic growth nampaknya memberikan peran terhadap fenomena atau masalah yang dialami oleh subjek. Karna fakta umumnya, seorang anak yang kehilangan orang tua akan berlarut dengan kesedihan yang dialami dan mereka akan berlama-lama dan bertahan pada situasi tersebut. Akan tetapi, pada subjek tidak menahan dirinya hanya untuk bertahan disituasi tersebut. Selain itu,

hasil observasi dan pernyataan orang-orang yang ada disekitar subjek menyatakan bahwa subjek memang memiliki perubahan yang kearah yang lebih baik setelah kepergian orang tua. Subjek terlihat tidak berlama-lama dalam kesedihannya dan juga siap dengan situasi baru yang akan dihadapinya.

Panjangnya waktu yang dilalui untuk memproses dan memaknai peristiwa traumatis akan memberikan gambaran secara nyata tentang proses pemaknaan peristiwa traumatis dan hasil dari *post traumatic growth*. Sejalan dengan penelitian Aprilia dalam Putri (2023) seorang individu yang mengalami kehilangan akan membutuhkan waktu satu sampai dua tahun untuk bisa kembali membaik.

Proses adanya pertumbuhan psikologis ini tentu tidak semata-mata terjadi secara sendirinya, akan tetapi ada banyak faktor dan proses kenapa akhirnya subjek dapat memaknai dan memproses kearah yang lebih positif trauma yang dialami. Dari uraian diatas penulis dapat menyimpulkan judul penelitian ini adalah “Gambaran *Post Traumatic Growth* Pada Mahasiswa Pasca Meninggalnya Orang Tua” untuk melihat bagaimana penjelasan atau deskripsi mengenai *post traumatic growth* yang dirasakan oleh mahasiswa pasca meninggalnya orang tua mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat dikemukakan mengenai rumusan masalah ini adalah “Bagaimana Gambaran *Post Traumatic Growth* pada Mahasiswa Pasca Meninggalnya Orang Tua ?”

C. Fokus Penelitian

Penetapan fokus sebagai pokok masalah penelitian penting artinya dalam usaha menemukan batas penelitian. Moelong (2013) mengemukakan bahwa, fokus penelitian kualitatif bersifat tentatif, yaitu penyempurnaannya masih tetap dilakukan selama penelitian berlangsung sesuai dengan penemuan yang didapat oleh peneliti selama berada di lapangan. Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak meluas dari pembahasan dimaksudkan, maka penelitian ini membataskan ruang lingkup penelitian diantaranya :

1. Bagaimana gambaran *Post Traumatic Growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua ?
2. Apa saja faktor yang mendukung *Post traumatic Growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua ?
3. Bagaimana proses *Post Traumatic Growth* yang dilalui oleh mahasiswa pasca meninggalnya orang tua ?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran *Post Traumatic Growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua
2. Untuk mengetahui apa saja faktor yang mendukung *Post traumatic Growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua ?
3. Untuk mengetahui bagaimana proses *Post Traumatic Growth* yang dilalui oleh mahasiswa pasca meninggalnya orang tua ?

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini memberikan dukungan empirik dan konseptual untuk melihat gambaran *post traumatic growth* sebagai reaksi emosional dan kognisi bagi mahasiswa pasca meninggalnya orang tua.
- b. Selain itu, penelitian ini memiliki manfaat teoritis yaitu untuk memberikan landasan bagi para peneliti lain dalam melakukan penelitian lain yang sejenis.

2. Manfaat praktis

- a. Menambah pengalaman, ilmu pengetahuan, serta wawasan terkait tema penelitian. Selain itu diharapkan dengan adanya penelitian akan mempermudah mereka-mereka yang ingin mengkaji atau meneliti dengan tema yang sama.
- b. Selain itu, adapun manfaat penelitian ini adalah untuk menambah khazanah pengetahuan bagi penulis dan bagi mereka yang nantinya membaca hasil penelitian ini.

F. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Signifikansi dan keunikan penelitian terletak pada fenomena yang ditemui di lapangan yaitu mengenai *post traumatic growth* yang terjadi pada salah seorang mahasiswa yaitu kehilangan orang tua sejak masa remaja. Rentang waktu yang lama memberikan keunikan pada penelitian ini dimana semakin lama waktu yang dilalui pasca trauma semakin nampak secara nyata proses yang sudah dilalui

pasca trauma. Jarak antara penggalian data dengan peristiwa traumatis membuat subjek hanya menceritakan sedikit tentang pengalaman negatif yang dialami dan fokus pada perkembangan dan pertumbuhan pasca trauma.

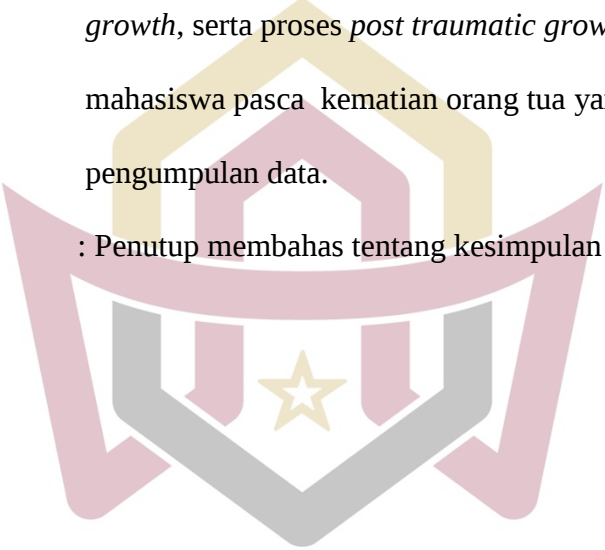
Selain itu, keunikan yang terdapat pada penelitian ini yaitu pengaruh gender untuk fenomena penelitian ini. Subjek pada penelitian ini merupakan seorang perempuan, berdasarkan penelitian oleh Helena Nova Dianti dan Hadi Sutarmanto (2016) menjelaskan bahwa ayah merupakan sosok figur laki-laki pertama yang dikenali oleh seorang anak perempuan dan dengan adanya figur seorang ayah anak perempuan akan mengenali dunia lawan jenisnya. Maka dari itu, subjek perempuan dalam penelitian ini akan memberikan deskripsi mengenai bagaimana pandangan seorang anak perempuan setelah kehilangan ayahnya.

G. Sistematika Penulisan

Penelitian ini disusun menjadi lima bab, adapun sistematika pembahasannya adalah sebagai berikut:

- BAB I** : Pendahuluan, membahas tentang: latar belakang penelitian, rumusan dan fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta signifikansi dan keunikan dari penelitian.
- BAB II** : Landasan teori yang membahas tentang teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, penelitian yang relevan, serta kerangka konseptual.

- BAB III : Metode penelitian yang membahas tentang jenis penelitian, pendekatan penelitian, data sumber data, metode pengumpulan data, serta analisis data.
- BAB IV : Hasil penelitian yang membahas tentang: gambaran dari *post traumatic growth*, faktor yang mendukung *post traumatic growth*, serta proses *post traumatic growth* yang dialami oleh mahasiswa pasca kematian orang tua yang didapat dari proses pengumpulan data.
- BAB V : Penutup membahas tentang kesimpulan dan saran



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL
PADANG