# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Siapa saja yang merasakan kehilangan anak akibat kematian dapat menyebabkan kesedihan serta stres jangka panjang yang dapat mengancam kesehatan serta kesejahteraan mental. Berbeda dengan stres yang berasal dari berbagai sumber lain, kematian adalah sebuah kenyataan yang tidak bisa diubah oleh cara apapun. Saat kehilangan orang yang dicintai, kesedihan muncul karena kematian mencabut harapan serta impian masa depan yang telah dirancang bersama orang tersayang. Perasaan kehilangan itu menimbulkan kesedihan yang sangat mendalam. Kematian bukan hanya peristiwa fisik tetapi juga memiliki efek psikologis, seperti cara orang mengatasi kematian, membuat keputusan tentang perawatan akhir hidup, dan mengungkapkan kesedihan (Yusuf, 2022)

UIN IMAM BONJOL PADANG

Kematian merupakan bagian yang sangat erat kaitannya dengan kehidupan individu dan menimbulkan penderitaan bagi orang-orang yang ditinggalkannya (Elvaretta dkk., 2022). Kematian seorang anak merupakan peristiwa traumatis yang menimbulkan dampak psikologis mendalam bagi orangtua. Pengalaman duka orangtua yang kehilangan anak dapat menyebabkan dinamika emosional yang kompleks seperti rasa bersalah, penolakan, dan kemarahan yang berlarut-larut, terutama ketika tidak ada dukungan emosional yang memadai dari pasangan atau lingkungan (De Stefano dkk., 2021)

Di Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (2021) menunjukkan bahwa sekitar 15-20% orangtua yang menderita

kehilangan anak mengalami masalah kesehatan mental, menurut laporan dari puskesmas. Adapun Laporan Dinas Sosial Sumatra Barat pada tahun 2023 mencatat bahwa hanya 23% puskesmas di kabupaten/kota yang memiliki program khusus untuk orangtua berduka. Minimnya tenaga profesional di bidang trauma *counselling* dan ketergantungan berlebihan pada jaringan informal menjadi kendala serius dalam penanganan kasus *prolonged grief* (Dinsos, 2021). Data ini tetap relevan sebagai referensi umum, meskipun data statistik spesifik mengenai orangtua yang berduka lebih jarang dirinci secara terpisah dalam laporan BPS terbaru.

Salah satu faktor struktural yang relevan adalah kedukaan yang mempengaruhi emosional, kognitif, sosial dan spiritual orangtua yang ditinggalkan anaknya. Informasi resmi menunjukkan adanya kesedihan, kebingungan, perasaan kehilangan, integrasi nilai-nilai agama. Hal ini mempengaruhi kehidupan bagi orangtua yang berduka dalam kehidupan sehari-hari dan melibatkan psikologis yang tidak seimbang. Selain itu, berdasarkan pengalaman empirik saya, ditemukan bahwa adanya orangtua yang berduka karna kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang yang memiliki proses duka yang panjang dan mempengaruhi psikologis serta kehidupan sehari-hari (J dkk., 2024)

UIN IMAM BONJOL PADANG

Intensitas *grief* yang dialami seseorang dapat berbeda-beda dan dapat berlangsung selama beberapa bulan atau bahkan tahun. *Grief* dapat dilalui seseorang dalam beberapa tahap. Pertama mereka terkejut dan tidak percaya pada awalnya, kemudian mereka menikmati kenangan yang telah pergi, dan akhirnya mereka mencapai resolusi (Ross, 2024). Banyak orang menggunakan

pola penyelesaian duka yang dideskripsikan, tetapi berduka tidak selalu mengikuti jalur dari kejutan ke resolusi. Salah satu ciri individu yang berhasil mengaktualisasikan dirinya adalah dengan penerimaan diri, hal ini berarti mereka mampu menerima diri sendiri apa adanya tanpa mengharapkan kesempurnaan dari diri mereka sendiri atau orang lain. Mereka cenderung menerima hal-hal secara alami dan tidak berpura-pura.

Kehilangan anak tidak hanya berdampak pada individu orangtua, tetapi juga pada dinamika keluarga secara keseluruhan. Ibu yang kehilangan anak mungkin mengalami berbagai reaksi emosi seperti kejutan, duka, kecemasan, dan keputusasaan (Das dkk., 2021). Dampak ini dapat mempengaruhi semua anggota keluarga dan mengubah dinamika hubungan antar anggota keluarga. Ketidakmampuan untuk menerima kenyataan kehilangan dapat menyebabkan ketidakseimbangan sistem saraf, yang berdampak pada kondisi kognitif dan fisik seseorang. Mengakses emosi di alam bawah sadar dan membantu individu menyelesaikan trauma, intervensi psikologis seperti hipnoterapi dan terapi kognitif sangat diperlukan (Çınaroğlu dkk., 2025).

UIN IMAM BONJOL PADANG

*Grief* adalah respons emosional yang dialami setiap indiviodu terhadap kehilangan, sering kali ditandai dengan berbagai perasaan seperti kesedihan, kemarahan, dan kebingungan (Ross, 2024). Worden menjelaskan bahwa perasaan bersalah sering kali menjadi bagian dari proses berduka, di mana orangtua merasa seolah-olah mereka memiliki tanggung jawab atas kematian anak mereka. Kondisi ini diperparah oleh penyesalan atas kesempatan yang hilang untuk memberikan yang terbaik bagi anak dan ketidakmampuan untuk memperbaiki hubungan yang mungkin sudah rusak (Worden, 2018)

Dalam konteks masyarakat Indonesia yang religius, integrasi nilai-nilai spiritual menjadi penting dalam proses pemulihan. Allah SWT telah menjelaskan dalam firman-Nya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya" (Al-Baqarah: 1: 286). Ayat ini memberikan perspektif bahwa setiap individu memiliki kapasitas untuk menghadapi ujian hidup, termasuk kehilangan anak. Allah berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَاۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ اِنْ نَّسِيْنَآ اَوْ اَخْطَأْنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَآ اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ عَلَى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖۚ وَاعْفُ عَنَّاۗ وَاغْفِرْ لَنَاۗ وَارْحَمْنَاۗ اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكٰفِرِيْنَ ٢٨٦

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (Kemenag, 2024).

Dalam Al-Quran Surat Al-Baqarah Ayat 286 ini, ada pemahaman yang mendalam tentang ketahanan psikologis dan ujian. Menurut Ayat 286 Surat Al-Baqarah, setiap orang diuji sesuai dengan kemampuan mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami makna resiliensi psikologis dalam Islam dan mengetahui bagaimana ayat tersebut berdampak pada kehidupan sehari-hari orang. Dalam Tafsir Kemenag, Ayat tersebut menunjukkan bahwa manusia dimotivasi untuk meningkatkan ketangguhan dan ketahanan saat menghadapi tantangan. Masalah dianggap dapat diselesaikan karena sesuai dengan

kemampuan manusia. Ketahanan dan ketakwaan seseorang kepada Allah diuji melalui cobaan dan godaan (Kemenag, 2024)**.**

Tingkat kesabaran dan ketabahan orang yang sabar dan tabah berbedabeda, dan masing-masing dapat ditingkatkan melalui latihan. Karena Allah mencintai hamba-Nya yang sabar, umat Islam diminta untuk menjadi hamba yang sabar. Konsep Islam meminta umatnya untuk berdoa dan berharap agar mereka sukses dan mencapai tujuan mereka, selain berusaha dengan kemampuan mereka sendiri (Wahyudin dkk., 2024).

Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa *grief* dapat dilihat melalui proses duka orangtua yang kehilangan anaknya untuk selamanya. Dalam penelitian (Sariani & Izzaty, 2026) mengatakan bahwa kesedihan adalah pengalaman yang kompleks dan dinamis yang ditandai dengan munculnya rasa syok, kesedihan yang mendalam, kemarahan, dan akhirnya proses penerimaan. Selanjutnya penelitian (Yani, 2025) menunjukkan bahwa *grief* pada orangtua mengalami dampak psikologis berupa mati rasa, kesedihan dan kerinduan yang mendalam, penurunan fungsi kognitif, kehilangan minat, stres, dan trauma.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Mekanisme pertolongan tradisional, seperti musyawarah tiga generasi yang dikenal sebagai "tungku tigo sajarangan", telah terbukti efektif dalam mendistribusikan beban emosional yang dialami oleh kelompok orang. Namun, sistem dukungan tradisional ini mulai melemah karena urbanisasi dan perubahan struktur keluarga modern. Menurut Valentia & Mansoer (2019) ditemukan beberapa tema dalam pengalaman dan pemaknaan ayah maupun ibu, yaitu kesedihan mendalam, kemarahan yang besar, tidak menerima kematian

anak, kehilangan kebahagiaan, kehangatan, semangat, harapan, menarik diri dari kehidupan sosial dan bangkit karena dukungan sosial.

Orang tua yang mengalami kehilangan anak akibat kematian mendapatkan pengalaman emosional yang mendalam. Dalam keadaan duka yang sangat mendalam ini, orangtua dapat mengalami berbagai reaksi psikologis yang biasanya berlangsung lama, termasuk kesedihan yang mendalam, rasa bersalah, kehilangan harapan, dan ketidakmampuan untuk kembali menjalani kehidupan normal. Sepertinya beberapa orang tua yang kehilangan anak mengalami gejala psikologis yang parah, menurut data lapangan dan wawancara yang dilakukan di daerah Kelurahan Kuranji, Kota Padang. Di antaranya adalah perasaan menyalahkan diri sendiri, kesulitan mengendalikan emosi, perasaan putus asa, munculnya gangguan tidur, sakit kepala dan gejala psikosomatik.

Kondisi ini menunjukkan bahwa menata kembali kehidupan setelah kematian adalah tugas yang sulit, dan orang cenderung terperangkap dalam masa lalu yang menyakitkan. Konseling realitas, misalnya, adalah pendekatan konseling yang menekankan bahwa orang harus fokus pada masa kini agar mereka tidak larut dalam penyesalan dan luka yang tidak terselesaikan. Oleh karena itu pembahasan tentang kedukaan pada orang tua menarik untuk diteliti, karena dimasa kedukaan tersebut timbul beberapa gejolak secara bertahap pada kedukaannya. Sangat menarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang fenomena ini, terutama dengan mempertimbangkan bagaimana orang tua menghadapi dan menanggapi kenyataan yang mengerikan ini di rumah mereka untuk itu peneliti melakukan penelitian dengan judul "***Grief* Pada Orang Tua yang Berduka atas Kematian Anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang"**

UIN IMAM BONJOL PADANG

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana dinamika *grief* pada orangtua yang berduka pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang?

## C. Batasan Masalah

1. Bagaimana dinamika *grief* pada orangtua pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang dilihat dari aspek *Denial*?
2. Bagaimana dinamika *grief* pada orangtua pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang dilihat dari aspek *Anger?*
3. Bagaimana dinamika *grief* pada orangtua pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang dilihat dari aspek *Bargaining?*
4. Bagaimana dinamika *grief* pada orangtua pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang dilihat dari aspek *Depression?*
5. Bagaimana dinamika *grief* pada orangtua pasca kematian anak di Kelurahan Kuranji Kota Padang dilihat dari aspek *Acceptance?*

UIN IMAM BONJOL PADANG

## D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui dinamika *grief* pada orangtua yang berduka pasca kematian anak
2. Untuk mengetahui apa saja tahapan yang dilalui orangtua yang berduka

## E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai *grief*, duka mendalam

(*bereavement*), dan proses adaptasi psikologis pada individu atau orangtua yang berduka

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat berguna bagi seluruh masyarakat terutama mengenai orangtua yang berduka, diharapkan mampu memberikan visualitas secara mendalam tentang *grief* pada orangtua, menjadi sumber referensi dan informasi bagi para orangtua yang berduka.

**F. Sistematika Penulisan**

**BAB I:** Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan

**BAB II:** Tinjauan pustaka yang terdiri dari teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, penelitian yang relevan, kerangka berpikir, dan penelitian terdahulu

**BAB III:** Metodologi penelitian, yang terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian yang digunakan, populasi dan sampel, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data, dan uji keabsahan data

**BAB IV:** Hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan

**BAB V:** Kesimpulan dan Saran

UIN IMAM BONJOL PADANG