BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kedukaan dan kondisi psikologis orang tua pasca kematian anak, dapat disimpulkan bahwa pengalaman kehilangan anak memberikan dampak yang cukup besar terhadap kondisi emosional, psikologis, fisik, aktivitas, serta hubungan sosial orang tua. Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan, diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Guncangan emosional dan ketidakpercayaan setelah kehilangan
   Kematian anak menimbulkan guncangan emosional yang ditandai dengan rasa tidak percaya, kebingungan, diam, termenung, dan kesulitan menerima kenyataan. Kondisi tersebut terutama muncul pada masa awal setelah orang tua mengetahui bahwa anaknya telah meninggal. Besarnya harapan terhadap anak yang telah lama dinantikan turut membuat proses penerimaan menjadi lebih berat.
2. Kesedihan, penyesalan, dan gejolak emosional
   Kesedihan menjadi respons emosional yang paling dominan setelah kehilangan anak. Orang tua menunjukkan kesedihan melalui menangis, diam, termenung, serta mengingat kembali anak dan perjuangan yang telah dilakukan selama merawatnya. Penyesalan juga muncul dalam bentuk pikiran mengenai kemungkinan keadaan yang berbeda apabila anak masih

UIN IMAM BONJOL PADANG

hidup. Namun, gejolak berupa kemarahan kepada orang lain maupun keadaan tidak menjadi respons yang dominan. Orang tua cenderung menahan dan mengendalikan emosinya, terutama di hadapan anggota keluarga lainnya.

3. Perubahan kondisi psikologis dan fisik setelah kehilangan
   Kehilangan anak memberikan perubahan pada kondisi psikologis dan fisik orang tua. Secara psikologis, perubahan terlihat melalui banyak diam, banyak pikiran, berkurangnya semangat, dan kesedihan yang masih muncul ketika mengingat anak. Secara fisik, ditemukan perubahan berupa gangguan tidur, berkurangnya nafsu makan, kelelahan, serta munculnya keluhan kesehatan. Meskipun demikian, kondisi tersebut secara perlahan mengalami perbaikan seiring dengan berjalannya waktu dan kemampuan orang tua dalam menerima kehilangan.
4. Pemaknaan keagamaan dan proses menerima kehilangan
   Proses penerimaan kehilangan dilakukan secara bertahap melalui kesabaran, keikhlasan, dan usaha menerima kenyataan. Orang tua berusaha memandang kematian anak sebagai sesuatu yang harus diterima dan berusaha meyakini bahwa keadaan yang terjadi merupakan jalan terbaik bagi anak. Kehilangan juga dimaknai sebagai pengalaman yang memberikan pembelajaran mengenai kesabaran, keikhlasan, dan kenyataan hidup. Dengan demikian, menerima kehilangan tidak berarti melupakan anak, tetapi belajar mengingatnya tanpa terus-menerus berada dalam kesedihan dan penyesalan.

UIN IMAM BONJOL PADANG

5. Perubahan aktivitas dan cara menghadapi kedukaan
   Pada masa awal kehilangan, aktivitas orang tua cenderung mengalami penurunan. Sebagian lebih banyak berdiam diri, beristirahat, dan mengurangi aktivitas sosial. Namun, seiring berjalannya waktu, orang tua mulai kembali menjalankan aktivitas sehari-hari dan menjalankan tanggung jawabnya. Interaksi dengan keluarga juga tetap dipertahankan meskipun pada awalnya orang tua cenderung lebih banyak diam. Cara menghadapi kedukaan kemudian berkembang dari sekadar bertahan menghadapi kesedihan menjadi kemampuan untuk menjalani kehidupan dan mengingat anak dengan lebih tenang.
6. Dukungan keluarga dalam menghadapi kehilangan
   Dukungan keluarga menjadi salah satu faktor penting yang membantu orang tua melewati masa kedukaan. Dukungan diberikan melalui kehadiran, perhatian, pemberian ruang, bantuan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, bantuan tenaga maupun finansial, serta saling menguatkan antaranggota keluarga. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar membuat orang tua tidak merasa menghadapi kehilangan seorang diri. Hubungan keluarga yang saling menopang menjadi sumber kekuatan dalam proses pemulihan dan penerimaan kehilangan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kedukaan setelah kematian anak merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan berbeda pada setiap individu. Orang tua mengalami guncangan emosional, kesedihan, perubahan psikologis dan fisik, serta perubahan aktivitas. Namun, melalui proses

UIN IMAM BONJOL PADANG

penerimaan, pemaknaan terhadap kehilangan, dan dukungan keluarga, orang tua secara perlahan mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan setelah kehilangan. Anak yang telah meninggal tetap menjadi bagian dari ingatan keluarga, tetapi kenangan tersebut secara bertahap dapat diterima dengan lebih tenang dan penuh keikhlasan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan pada lembaga-lembaga terkait, khususnya rumah sakit untuk mengadakan *counselling* pada orangtua yang berduka, diharapkan dapat memberikan perhatian dan dukungan kepada orangtua melalui dukungan, kehadiran, dan bantuan yang dapat diberikan
2. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengembangan kajian-kajian dalam psikologi islam terutama yang terkait dengan psikologi positif mengenai *grief*. Peneliti berharap materi Psikologi Positif juga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pada orangtua yang berduka. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan kajian *grief* melalui pendekatan kualitatif maupun kuantitatif serta mengkaji keterkaitan *grief* dengan variabel lain yang relevan

DAFTAR PUSTAKA

Anis, A., Kerwanto, K., & Lubis, Z. H. (2025). Interaksi ruhani antara orang yang sudah meninggal dengan orang-orang yang masih hidup: Studi tafsir tematik ayat-ayat ruh dalam Tafsir Al-Mishbâh. *Hidayah: Cendekia Pendidikan Islam dan Hukum Syariah*, 2(3), 1–16.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (1996). *Hilgard's introduction to psychology* (12th ed.). Harcourt Brace College Publishers.

Badan Pusat Statistik Kota Padang. (2025). *Kelurahan Kuranji dalam angka 2025.* BPS Kota Padang.

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2026). *Duka.* Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.* https://kbbi.kemdikbud.go.id/

Berrozpe, J., Cantero-García, M., & Caro-Cañizares, I. (2024). Parental grief after the unexpected death of a child: A scoping review about the impact on parent's social networks and the function of self-help groups. *OMEGA—Journal of Death and Dying*. https://doi.org/10.1177/00302228241276137

Calderwood, K. A., & Alberton, A. M. (2023). Understanding the bereavement process: Voices of bereaved parents. *Journal of Pediatric Oncology Nursing, 31*(1). https://doi.org/10.1177/10541373211030491

Çınaroğlu, M., Yılmazer, E., Ülker, S. V., & Çinar, F. (2025). Effects of Ericksonian hypnotherapy versus cognitive behavioral therapy on prolonged grief among university students: A randomized clinical trial. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis,* 73(1), 1–28. https://doi.org/10.1080/00207144.2025.2464747

Chlaudina, D. (2021). *Etika Minangkabau (Telaah terhadap tungku tigo sajarangan)* (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/57038

Das, M. K., Arora, N. K., Gaikwad, H., Chellani, H., Debata, P., Rasaily, R., Meena, K. R., Kaur, G., Malik, P., Joshi, S., & Kumari, M. (2021). Grief reaction and psychosocial impacts of child death and stillbirth on bereaved North Indian parents: A qualitative study. *PLoS ONE,* 16(1), Article e0240270. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240270

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). The Sage handbook of qualitative research (5th ed.). SAGE Publications.

De Stefano, R., Muscatello, M. R. A., Bruno, A., Cedro, C., Mento, C., Zoccali, R. A., & Pandolfo, G. (2021). Complicated grief: A systematic review of the last 20 years. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(5), 492–499. https://doi.org/10.1177/0020764020960202

Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. (2023). Profil Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. https://dinsos.sumbarprov.go.id/profil

Elegy of Sorrow. (2024). The experience of grief for individuals who have lost family members due to COVID-19. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/379979242

Elvaretta, S. C., Nasution, E. S., & Pratiwi, I. W. (2022). Gambaran proses kedukaan (*grief*) pada wanita dewasa awal akibat ditinggal oleh ayah yang meninggal dunia. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Borobudur*, 1(1), 15–24. https://doi.org/10.37721/psdunbor.v1i1.15

Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company.

GoodStats. (2024). 10 Provinsi dengan prevalensi penyakit jantung tertinggi. https://goodstats.id/article/10-provinsi-dengan-prevalensi-penyakitjantung-tertinggi-r0yvq

Harahap, N. A. (2023). Kondisi psikologis suami yang ditinggal mati istrinya di Lingkungan 1 Panyanggar Kota Padangsidimpuan. Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Hidayat, K. (2025). *Psikologi kematian*. PT Mizan Publika.

Kaspari, A. (2025). Hidup setelah mati dalam Al-Qur'an (Studi komparatif Tafsir Ath-Thabari dan Al-Mishbah) [Skripsi tidak diterbitkan]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2026). Al-Qur'an Kemenag. https://quran.kemenag.go.id/

Kingsley, J., Taylor, M., Bogetz, J. F., Trowbridge, A., Rosenberg, A. R., & Barton, K. S. (2024). Grief trajectories of bereaved parents of adolescents and young adults with advanced cancer: A qualitative analysis using phenomenology. *OMEGA—Journal of Death and Dying*, *90*(1), 275–301. https://doi.org/10.1177/00302228221101705

Kübler-Ross, E., & Elisabeth Kübler-Ross Foundation. (1997). *Kübler-Ross change curve*. Elisabeth Kübler-Ross Foundation. https://www.ekrfoundation.org/5-stages-of-grief/change-curve/

Kochen, E. M., Grootenhuis, M. A., Teunissen, S. C. C. M., Boelen, P. A., Tataranno, M. L., Fahner, J. C., de Jonge, R. R., Houben, M. L., Kars, M. C., & the emBRACE Working Group. (2023). *A grounded theory study on the dynamics of parental grief during the children's end of life. Acta Paediatrica*, 112(5), 1101–1108. https://doi.org/10.1111/apa.16716

Lichtenthal, W. G., Roberts, K. E., Catarozoli, C., Schofield, E., Holland, J. M., Fogarty, J. J., Coats, T. C., Barakat, L. P., Baker, J. N., Brinkman, T. M., Neimeyer, R. A., Prigerson, H. G., Zaider, T., Breitbart, W., & Wiener, L. (2020). Regret and unfinished business in parents bereaved by cancer: A mixed methods study. *Palliative Medicine*, 34(3), 367–377. https://doi.org/10.1177/0269216319900301

Liputan6.com. (2024, 5 Juli). Jadi kasus tertinggi di Indonesia, penyakit jantung juga dijamin BPJS Kesehatan. https://www.liputan6.com/bisnis/read/5635778/jadi-kasustertinggi-di-indonesia-penyakit-jantung-juga-dijamin-bpjs-kesehatan

Octavia, I. A., & Himam, F. (2019). Refleksi kehidupan ibu tunggal yang memiliki anak intellectual disability. Jurnal Ilmu Perilaku, 3(1), 1–17.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (15th ed.). McGraw-Hill.

Pelacho-Ríos, L., Mayoral, S., Jorques-Infante, M. J., & Bernabe-Valero, G. (2025). Healing through support: Beneficial and detrimental practices in parental grief—A qualitative study. *Behavioral Sciences, 15*(4), 535. https://doi.org/10.3390/bs15040535

Postavaru, G. I., Hamilton, J., Davies, S., Swaby, H., Michael, A., Swaby, R., & Mukaetova-Ladinska, E. B. (2023). The FATHER model of loss. Pediatrics, 152(1), Article e2022059122. https://doi.org/10.1542/peds.2022-059122

Sariani, S., & Izzaty, R. E. (2026). *The lived experience of grief and hope among mothers after the loss of their first child: A phenomenological study. GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling,* 16(2), 101–115. https://doi.org/10.24127/gdn.v16i2.16012

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.

Santrock, J. W. (2024). *Life-span development* (19th ed.). McGraw-Hill Education.

Shafi, N. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap kedukaan (grief) pada masyarakat Toraja, Sulawesi Selatan (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/82240

Stroebe, M. S., & Schut, H. (1999). *The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. Death Studies,* 23(3), 197–224. https://doi.org/10.1080/074811899201046

Sugiyono. (2022). Metode penelitian kualitatif. Alfabeta.

Sugiyono. (2024). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi ke-2). Alfabeta.

Valentia, S., & Mansoer, W. W. D. (2019). Pemaknaan orang tua yang kehilangan anak dalam peristiwa kekerasan politik: Studi fenomenologi. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(2), 202–226. https://doi.org/10.24854/jpu95

Vig, P. S., Lim, J. Y., Lee, R. W. L., Huang, H., Tan, X. H., et al. (2021). Parental bereavement—Impact of death of neonates and children under 12 years on personhood of parents: A systematic scoping review. *BMC Palliative Care, 20*, 136. https://doi.org/10.1186/s12904-021-00831-1

Wahyudin, E., A'yuni, M. R. Q., & Mulyadi, D. (2024). Konsep sabar dalam Islam dan penerapannya terhadap kegiatan belajar mengajar. *AlMaheer: Jurnal Pendidikan Islam,* 2(1), 76–82. https://doi.org/10.63018/jpi.v2i01.56

Wiryasaputra, T. S. (2019). *Psikoterapi kedukaan. PT Kanisius.*

Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.

Yani, I. (2025). Penerimaan diri pada ibu pasca kematian anak di Desa Bakungan. *Tabsyir: Jurnal Dakwah Dan Sosial Humaniora,* 6(2), 12–25. https://doi.org/10.59059/tabsyir.v6i2.2224

Yusuf, A. R. (2022, 10 April). *Kesedihan akibat kehilangan.* IDN Times. https://www.idntimes.com/science/discovery/fakta-ilmiah-terkait-kesedihan