

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Menurut Hurlock (2011), Istilah *adult* atau dewasa berasal dari kata kerja latin yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Oleh karena itu orang dewasa adalah seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya di masyarakat bersama orang dewasa lainnya. Masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, seperti suami/istri, orang tua, dan pencari nafkah, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru dan nilai-nilai baru sesuai tugas baru (Alifia, 2019).

Tahap perkembangan *young adult* ini seseorang mendapat tawaran kesempatan baru, seperti kuliah di sebuah universitas dan dilanjutkan dengan pekerjaan baru, namun sekaligus juga menghadapi persoalan kehilangan atau kedukaan. Pada tahap ini seseorang menghadapi risiko dan tantangan baru yang tidak pernah dihadapi pada tahap sebelumnya. Dalam tahap ini pun manusia tetap bertumbuh melalui proses kehilangan, kedukaan, dan tantangan seperti pindah

tempat tinggal dan meninggalkan keluarganya karena pekerjaan (Wiryasaputra, 2019).

Pengalaman yang melibatkan pembelajaran emosional, baik pengalaman buruk maupun pengalaman menyenangkan, merupakan bentuk dari pembelajaran yang menjadi bagian dari proses perkembangan (Nelson, dkk., 2014). Berhubungan dengan pengalaman buruk, kematian merupakan sebuah fenomena, karena kematian terus terjadi berulang-ulang, dengan obyek yang sama yaitu manusia. Semua manusia pasti akan dijemput oleh kematian, semua orang akan menjumpai kematian itu. Namun tidak ada yang tahu kapan hal itu terjadi, yang pasti ketika kematian itu sudah datang menjemput maka tak seorangpun dapat menghindarinya (Abdul, 2015).

Berbicara mengenai kematian, diawal tahun 2020 banyak kasus kematian yang diakibatkan oleh virus corona jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut dengan *Coronavirus disease* 2019 (COVID-19). Diketahui asal mula virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok. Ditemukan pada akhir Desember tahun 2019. Sampai saat ini sudah dipastikan terdapat 65 negara yang telah terjangkit virus satu ini (WHO dalam PDPI, 2020). Keberadaan pandemik virus corona-19 ini cukup berbahaya, di Indonesia ada 4.259.644 jumlah kasus yang tercatat dan 143.969 diantaranya meninggal dunia akibat COVID-19 (Covid.go.id, 2021). Di Kabupaten Karawang sendiri tercatat 43.392 kasus dengan 1.851 korban jiwa yang meninggal dunia (Karawangkab.go.id, 2021).

Dalam kasus kematian tidak hanya melibatkan orang yang meninggal dunia saja, namun ada juga pihak yang merasa kehilangan atas meninggalnya seseorang.

*Loss* (kehilangan) adalah suatu situasi aktual maupun potensial yang dapat dialami individu ketika berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada, baik sebagian atau keseluruhan, atau terjadi perubahan dalam hidup sehingga terjadi perasaan kehilangan (Hidayat, 2012). Hal ini berkesinambungan dengan pendapat dari Brent (Mash, 2015) yang menyatakan, faktanya, dewasa awal yang berduka lebih sering mengalami duka yang *intens* dan berkepanjangan, penurunan kesehatan, peningkatan kunjungan dokter untuk masalah fisik dan emosional, dan peningkatan penggunaan narkoba, alkohol, setelah mengalami kehilangan.

Hal di atas sejalan dengan pendapat menurut Koocher (Hayslip, dkk, 2015), kehilangan sosok yang dicintai karena kematian merupakan salah satu hal yang dianggap sebagai kejadian paling memicu stres yang dapat dialami oleh seorang individu dalam kehidupannya. Dimana kehilangan seseorang yang sangat dicintai sangatlah berharga dan tidak dapat tergantikan oleh apapun. Dampak psikologis yang diakibatkan dari rasa kehilangan ini adalah berduka, *grieving* (berduka) adalah reaksi emosional dari kehilangan dan terjadi bersama dengan kehilangan baik karena perpisahan, perceraian, maupun kematian (Hidayat, 2012).

Menurut Wiryasaputra (2019) *grieving* adalah reaksi normal, alamiah, dan saling terkait dari seluruh tahapan hidup penduka, yakni fisik, mental, sosial, dan spiritual atas peristiwa kehilangan atau keterpisahan penduka dari seseorang atau sesuatu yang telah menjadi bagian utuh dan sangat berarti bagi hidupnya. Dalam *grieving* memiliki tahapan, menurut Kubler-Ross (2014) menganggap *grieving* sebagai proses, antara lain: *Denial* (penolakan), *anger* (kemarahan), *bargaining* (tawar-menawar), depresi, dan *acceptance* (penerimaan). Adapun faktor yang

mempengaruhi kondisi *grieving*, ada faktor internal meliputi: ketahanan psikologis,  *coping skills*, antisipasi, persepsi, hubungan emosional, dan visi penduka, faktor lainnya adalah faktor eksternal, meliputi: jenis objek yang hilang, lapisan kehilangan, skopa kehilangan, cara kehilangan, jangka waktu kehilangan, dan dukungan sosial (Wiryasaputra, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dwiartyani, dkk (2021) bahwa ketiga subjek dewasa awal yang mereka teliti mampu menyelesaikan empat tugas proses *grieving* dari William Worden dengan cara yang berbeda-beda, walaupun berada di era pandemi yang memiliki banyak hambatan. Para subjek mampu melewati proses *grieving* dengan cara mendekati diri dengan Tuhan yang maha Esa, serta memiliki pekerjaan yang membantu mengalihkan fokus mereka atas kesedihannya. Lalu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2020) bahwa proses *grief* yang dialami oleh subjek memiliki beberapa tahapan, yaitu *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Pada subjek dewasa awal ditemukan beberapa faktor yang mempengaruhi proses *grief* yaitu keadaan ayah saat meninggal, kondisi ibu, peran sebagai anak pertama, *support system* yang dimiliki dan kedekatan dengan ayah. Faktor-faktor tersebut kemudian saling mempengaruhi dan menghasilkan berbagai emosi yang dapat menstabilkan emosi dalam menghadapi *grief* karena kematian orang tua.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yunita, dkk (2017) proses *grieving* yang dilalui oleh responden ibu-ibu rumah tangga yang terjangkit HIV meliputi penolakan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan. Terdapat dua bentuk penerimaan, yakni penerimaan positif dan penerimaan

negatif. Ketika ibu rumah tangga mengembangkan bentuk penerimaan secara positif, akan berlanjut menuju proses penerimaan diri yang pada akhirnya membentuk *Self-compassion* dan *self-disclosure*. Setelah melihat beberapa penelitian yang telah dilakukan di atas ditemukan bahwa setiap orang memiliki proses *grieving* yang berbeda beda, dalam konteks kehidupan, kematian, dan kehilangan. Hal ini berkesinambungan dengan hasil wawancara awal yang telah dilakukan oleh peneliti di wilayah Kabupaten Karawang.

Hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 20 November 2021 kepada seorang wanita dewasa awal berinisial DP di rumahnya, ia mengalami *grieving* akibat dari anggota keluarganya yang meninggal karena COVID-19 di Kabupaten Karawang. Wanita ini kehilangan sosok ayah, paada saat itu ia tidak dapat mempercayai tentang kabar tersebut karena sebelumnya ayahnya hanya merasa demam panas dan batuk-batuk ringan, ia merasa bersalah pada dirinya sendiri karena tidak menyadari bahwa itu adalah COVID-19, ia mengetahui hal tersebut setelah dilakukan pemeriksaan di rumah sakit, ia kecewa karena tidak dapat mendampingi ayahnya untuk terakhir kalinya dan melakukan isolasi mandiri, terlebih lagi ia tidak dapat menghadiri upacara pemakaman ayahnya itu karena prosedur pemakaman COVID-19 yang masih berlaku pada saat itu.

Lalu selanjutnya wawancara yang dilakukan pada 22 November 2021 dengan pria dewasa awal berinisial TH di rumahnya, ia telah kehilangan seorang nenek di masa pandemi COVID-19, ia merasa kesal pada ayahnya karena ayahnya adalah yang menjadi penyebab faneneknya meninggal karena sang ayah tertular COVID-19 dan menularkannya kepada sang neneknya tersebut, ayahnya

pun tidak dapat berbuat apa-apa akan hal tersebut, hingga saat ini apabila diingatkan tentang peristiwa neneknya ia merasa tidak tenang.

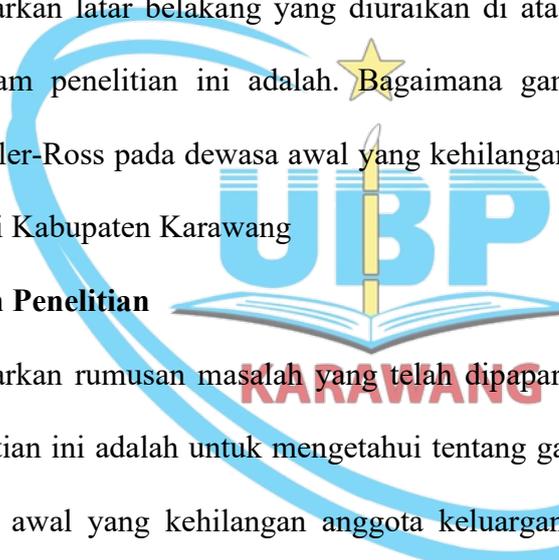
Dari hasil wawancara di atas ditemukan bahwa proses *grieving* setiap orang itu berbeda-beda, ada yang kecewa pada dirinya sendiri, ada yang menyalahkan lingkungan sekitar, dan lainnya. Menurut Kubler Ross (2014) ada 5 tahapan dalam berduka yaitu, penolakan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi, dan penerimaan (*acceptance*). Itu semua adalah bagian dari kerangka kerja yang membentuk pembelajaran untuk kita hidup dengan yang telah meninggalkan kita. Kubler-Ross menambahkan bahwa proses *grieving* tidak terjadi secara linier, melainkan membentuk siklus. Selain itu perlu juga kebermaknaan dalam *grieving*, menurut Kessler (2021) kebermaknaan adalah bentuknya bisa berbeda-beda, seperti mensyukuri saat-saat yang dilewatkan bersama orang yang disayang, atau menemukan cara untuk mengenang dan menghargai orang-orang yang disayangi, atau menyadari singkatnya hidup beserta nilainya, dan menjadikannya sebagai pijakan untuk melakukan suatu perubahan besar.

Menurut Wiryasaputra (2019), *grieving* berakhir ketika penduka telah mampu menerima kenyataan kehilangan. Pada titik itu penduka telah mampu berdiri tegak kembali dan hidup tanpa objek yang hilang. Kessler (2021) juga mengatakan selain mereka yang bisa mencapai penerimaan, dengan menemukan kebermaknaan cenderung jauh lebih mudah menghadapi kedukaan ketimbang yang tidak bisa menemukan makna. Mereka lebih kecil kemungkinannya untuk terjebak dalam salah satu dari lima tahapan itu. Ada makna yang bisa ditemukan

di balik momen sekecil apapun seandainya kita mau mencari dan berusaha menciptakannya.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Tahapan *Grieving* Pada Dewasa Awal Yang Kehilangan Anggota Keluarganya Akibat COVID-19 Di Kabupaten Karawang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas, maka pertanyaan yang diajukan dalam penelitian ini adalah.  Bagaimana gambaran tahapan *grieving* menurut Kubler-Ross pada dewasa awal yang kehilangan anggota keluarga akibat COVID-19 di Kabupaten Karawang

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang gambaran tahapan *grieving* pada dewasa awal yang kehilangan anggota keluarganya akibat COVID-19 di Kabupaten Karawang berdasarkan teori tahapan *grieving* Kubler-Ross.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam pendidikan dan klinis. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis**

Berdasarkan tujuan penelitian yang diuraikan di atas, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam kesehatan mental Indonesia khususnya

tentang gambaran *grieving* pada dewasa awal yang kehilangan anggota keluarganya akibat COVID-19.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi responden, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran mengenai proses *grieving* dan dapat membantu responden untuk melewati proses *grieving* yang dialaminya.
- b. Bagi keluarga, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan seputar *grieving* pada keluarga korban COVID-19, sehingga mampu melewati masa-masa keberdukaan.
- c. Bagi peneliti selanjutnya. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi selanjutnya yang berhubungan dengan gambaran *grieving* pada dewasa awal yang kehilangan anggota keluarganya akibat COVID-19.

