

## 5. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab Pendahuluan telah dijelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran proses *grief* pada ayah yang anaknya meninggal dunia secara mendadak, serta usaha apa saja yang ia lakukan untuk mengatasi perasaan kehilangan akibat kematian anak. Pada bab ini akan dijelaskan kesimpulan hasil penelitian, diskusi, serta saran untuk penelitian selanjutnya.

### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan proses *grief* yang dilalui oleh dua orang subjek penelitian ini. Pak Ageng melampaui tahap *grief* mulai dari tahap *shock* hingga tahap *healing*, namun belum mencapai tahap *renewal*. Hingga saat penelitian ini dilakukan, Pak Ageng belum sepenuhnya melupakan peristiwa kematian anaknya dan masih berfokus dalam kenangan tersebut. Sementara itu, Pak Eka tidak melalui seluruh tahap *grief*. Ia tidak mengalami reaksi *shock* yang intens, melainkan langsung mengalami tahap *awareness of loss*. Ia juga tidak mengalami tahap *withdrawal* dan telah melalui tahap *healing* dan tahap *renewal*.

Usaha yang dilakukan kedua subjek untuk mengatasi kesedihan akibat kematian anak adalah dengan mendekatkan diri kepada Tuhan, memperkuat ibadah dan banyak berdoa. Salah seorang subjek penelitian, Pak Ageng, mengaku mengatasi perasaan kehilangan dengan menyibukkan diri dalam pekerjaan. Pak Eka tidak menyebutkan pekerjaan sebagai usaha yang ia lakukan untuk mengatasi perasaan kehilangan, namun saat ini ia berfokus pada pekerjaan dan usaha yang ia miliki. Kedua subjek saat ini berusaha berfokus memperhatikan anak-anak mereka yang masih hidup. Dalam mengatasi perasaan kehilangan, usaha lain yang pernah dilakukan Pak Eka adalah melalui interaksi dengan anak yang memiliki kemiripan fisik dengan mendiang putrinya.

## 5.2. Diskusi

Berdasarkan analisis dan kesimpulan, peneliti menemukan beberapa temuan yang menarik dalam penelitian ini. Terdapat perbedaan *grief* yang dialami oleh kedua orang subjek. Salah seorang subjek, yaitu Pak Eka, menunjukkan reaksi awal *grief* yang berbeda dibandingkan teori dimana individu biasanya mengalami *shock* yang intens terutama dalam kasus kematian anak dan kematian mendadak (Papalia et al., 2007). Pak Eka tidak menunjukkan *shock* yang intens karena ia telah pasrah dan mendapatkan petunjuk dari Tuhan. Hal ini membantu Pak Eka melalui proses *grief* hingga mencapai *renewal*. Pak Eka mengaku memiliki keyakinan bahwa kematian bukanlah akhir dari kehidupan. Hal ini dikarenakan nilai-nilai yang ia pelajari sebagai suku Bali dan umat agama Hindu, dimana terdapat ajaran bahwa setelah kematian, jiwa seseorang akan mengalami kelahiran kembali (reinkarnasi). Reinkarnasi terjadi untuk menyempurnakan karma-karma dari kehidupan sebelumnya atau memperbaiki hidup seseorang serta menabung untuk kehidupan selanjutnya (Madrasuta, 2004).

Penyebab Pak Eka tidak mengalami *shock* yang intens juga dapat dianalisis dari teori psikoanalisa. Sejak awal kematian T, Pak Eka tidak mengakui anaknya telah tiada. Hal ini adalah fakta yang bertentangan, dimana di satu sisi ia mengaku telah siap menerima kepergian anaknya, namun bagi dirinya, anaknya tidak pernah meninggalkan dirinya. Menurut Pak Eka, meskipun secara fisik anaknya telah tiada, namun anaknya masih ada secara spirit. Dapat dilihat bahwa Pak Eka melakukan salah satu *defense mechanism* yaitu penyangkalan (*denial*). *Defense mechanisms* dapat berguna untuk mengurangi kecemasan pada seseorang, namun dapat membawa individu menjauh dari realitas (Pervin, Cervone, & John, 1996). *Denial* adalah bentuk *defense mechanism* yang sederhana dimana di alam sadar, seseorang menyangkal kehadiran suatu fakta yang menyakitkan. Kenyataan tersebut sangat buruk sehingga seseorang menyangkal bahwa hal tersebut terjadi. Pak Eka berkali-kali menekankan bahwa anaknya tidak pernah benar-benar pergi meninggalkan dirinya. Hal ini juga terlihat dari reaksi Pak Eka dalam beberapa kali wawancara, matanya berkaca-kaca ketika berbicara mengenai keistimewaan putrinya maupun peristiwa kematian anaknya yang menunjukkan bahwa Pak Eka sesungguhnya merasakan kehilangan.

Perbedaan reaksi *shock* maupun keseluruhan proses *grief* yang dialami kedua subjek juga terjadi karena penyebab kematian anak yang berbeda. Salah satu faktor yang mempengaruhi *grief* adalah peristiwa terjadinya kematian (Aiken, 1994). Pak Ageng sama sekali tidak memperkirakan kematian anaknya. Ia menemukan anaknya dalam keadaan telah meninggal dunia, sehingga tidak memiliki kesempatan untuk mempersiapkan diri secara psikologis. Menurut Aiken (1994), kematian terutama mengejutkan apabila orang yang ditinggalkan secara psikologis belum siap menghadapi kehilangan. Pak Ageng mengalami reaksi *shock* yang sangat intens dan hingga saat ini belum sepenuhnya mencapai tahap *renewal*. Sementara itu putri Pak Eka sempat mengalami perawatan medis dan berbagai usaha telah dilakukan untuk menyembuhkan penyakit, sehingga Pak Eka lebih siap menerima peristiwa kematian anaknya.

Perbedaan *grief* dari kedua subjek juga dapat disebabkan perbedaan usia diantaranya. Meskipun usia keduanya tidak terpaut terlalu jauh, namun Pak Ageng saat ini berada pada akhir dewasa muda sedangkan Pak Eka berada pada awal dewasa madya. Pada tahap dewasa muda seseorang mulai berpikir menggunakan *postformal thought* dimana seseorang bergantung pada pengalaman subjektif, intuisi serta logika. Sementara itu, tahap dewasa madya adalah salah satu titik balik dimana seseorang dapat mengalami pertumbuhan positif sebagai hasil dari kesuksesan maupun situasi yang menekan (Papalia et al., 2007). Pada tahap ini seseorang melakukan evaluasi ulang terhadap kehidupan yang telah mereka jalani. Jung (dalam Papalia et al., 2007) melihat tahap dewasa madya sebagai tahap dimana seseorang mulai berfokus pada diri spiritual. Hal ini dapat dilihat bahwa Pak Eka mengaku memiliki kedewasaan secara spiritual. Ia pun telah dapat menerima peristiwa kematian anaknya dan meyakini bahwa peristiwa tersebut adalah kehendak Tuhan.

Faktor lain yang dapat menyebabkan perbedaan *grief* diantara kedua subjek diantaranya adalah faktor sosial ekonomi, pendidikan, dan tingkat spiritualisme. Pak Eka berasal dari tingkat sosial ekonomi yang lebih tinggi dan mengenyam bangku pendidikan yang tinggi. Hal ini menyebabkan Pak Eka mudah merasionalisasi setiap peristiwa yang ia alami. Seperti ketika ia menyadari bahwa seluruh jalan telah

tertutup untuk menyelamatkan anaknya, ia merasa hal tersebut merupakan pertanda atas kematian anaknya. Selain itu juga tingkat spiritualisme Pak Eka yang lebih tinggi menyebabkan Pak Eka lebih mudah menerima peristiwa kematian anaknya. Pak Eka mengaku telah mendalami ajaran agama sejak tahun 1991. Hal ini berbeda dengan Pak Ageng yang baru memperoleh makna dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan setelah peristiwa kematian anaknya.

Selain itu, berdasarkan wawancara dapat terlihat bahwa kedua subjek memperoleh banyak makna maupun hikmah dari peristiwa. Kedua subjek mengaku semakin mendekatkan diri kepada Tuhan. Pak Eka dan Pak Ageng menyadari bahwa manusia hanya dapat berusaha secara maksimal manusia, namun tetap harus menyerahkan hasilnya kepada Tuhan. Dalam Spilka, Hood, Hunsberger & Gorsuch (2003), dinyatakan bahwa ketika kematian terjadi, seseorang akan kembali pada agama untuk memperoleh makna dan pemahaman mengenai peristiwa tersebut. Keyakinan biasanya merupakan dasar utama dari proses *coping* dan memiliki peran yang signifikan dalam membantu mengatasi *grief* yang dialami seseorang (Spilka et al., 2003).

### 5.3 Saran

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, saran untuk penelitian selanjutnya adalah:

1. Berdasarkan penelitian ini, dapat dilihat bahwa Pak Ageng dan Pak Eka mengalami *grief* yang berbeda. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan tersebut adalah konteks budaya (Papalia et al., 2007; Aiken, 1994). Pak Eka sebagai Bali dan penganut ajaran agama Hindu memiliki keyakinan bahwa kematian bukanlah akhir dari kehidupan seseorang. Kepercayaan ini membuat Pak Eka tidak bereaksi secara intens dalam menghadapi kematian anaknya dan dapat membantu mengatasi kesedihan. Sementara itu Pak Ageng yang keturunan Betawi dan Sunda mengalami reaksi *grief* yang berbeda. Oleh karena itu penelitian selanjutnya dapat dilakukan studi perbandingan proses *grief* yang dialami suku bangsa tertentu. Selama ini teori yang berkembang mengenai proses *grief* adalah teori dari Barat. Indonesia yang terdiri atas lebih

dari 500 suku bangsa memiliki keunikan dan keanekaragaman budaya dan kepercayaan (Koentjaraningrat, 1998) yang dapat mempengaruhi proses *grief* yang dialami individu. Penelitian lintas budaya ini dapat memberikan sumbangan untuk ilmu psikologi khas Indonesia.

2. Terlihat bahwa kedua subjek melakukan usaha secara spiritual yaitu mendekati diri pada agama untuk mengatasi kesedihan. Dalam Spilka et al. (2003) dikatakan bahwa keyakinan beragama merupakan salah satu faktor yang dapat membantu seseorang mengatasi *grief*. Oleh karena itu, peneliti menyarankan untuk dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh keyakinan beragama terhadap *grief* yang dialami individu.
3. Perbedaan *grief* dapat dipengaruhi peristiwa terjadinya kematian (Aiken, 1994). Dalam penelitian ini dapat terlihat bahwa Pak Ageng dan Pak Eka mengalami *grief* yang berbeda. Putra Pak Ageng meninggal dunia akibat tenggelam, sementara itu putri Pak Eka meninggal dunia karena penyakit *bronco pneumonia*. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan secara spesifik untuk melihat *grief* yang dialami orang tua yang anaknya meninggal akibat penyebab tertentu, seperti kecelakaan, bunuh diri atau penyakit akut.
4. Pak Ageng yang berada dalam tahap perkembangan akhir dewasa muda mengalami reaksi *grief* berbeda dengan Pak Eka yang berada dalam rentang awal masa dewasa madya. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan membandingkan penghayatan *grief* yang dialami orang tua yang berada pada berbagai tahap perkembangan masa dewasa.
5. Penelitian selanjutnya disarankan untuk dapat menggali informasi dari anggota keluarga lainnya untuk memperoleh pengalaman yang lebih utuh. Dalam penelitian ini, hanya dilakukan wawancara terhadap ayah. Kedua subjek mengatakan bahwa istri mereka mengalami kesedihan yang lebih intens. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat membandingkan *grief* yang dialami kedua orang tua serta dukungan yang diberikan terhadap satu sama lain.