

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

“Ketika putri saya meninggal dunia, saya merasa kehilangan bagian dari diri saya. Saya merasa tidak utuh dan segala sesuatu tidak akan pernah sama lagi. Beberapa hari setelah kepergiannya, terkadang saya menangis ketika tidak ada orang lain yang melihat. Angan-angan tentang putri saya seringkali muncul. Saya berharap dapat bertemu dan memeluknya sekali lagi, namun itu tidak akan pernah terjadi”

(Wawancara dengan Bapak BR, 3 Maret 2008)

Kematian adalah takdir yang tidak dapat dielakkan oleh siapapun (Aiken, 1994). Secara alamiah, seseorang akan melalui tahap perkembangan mulai dari dalam kandungan, kemudian lahir di dunia melewati masa kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia dan akhirnya meninggal dunia (Papalia, Olds, & Feldman, 2007). Kematian dapat terjadi kapanpun, tanpa diduga-duga, pada orang tua maupun anak-anak, seperti yang dialami oleh putri bungsu Bapak BR.

Kematian seseorang selalu berhubungan dengan orang yang ditinggalkan (Aiken, 1994). Kematian orang terdekat merupakan kehilangan paling menyakitkan yang dapat dialami seseorang (Turner & Helms, 1987). Ketika orang yang dicintai meninggal dunia, individu dapat merasa seolah-olah kehilangan bagian dari dirinya (Atwater, 1999). Pengalaman ini dapat menimbulkan stres karena kehidupan orang tersebut mengalami perubahan (Sarafino, 1998).

Bereavement adalah keseluruhan pengalaman kehilangan seseorang melalui kematian. *Grief* adalah penderitaan emosional yang kuat yang menyertai pengalaman kehilangan, dan *mourning* adalah ekspresi yang terlihat dari *bereavement* dan *grief* (Atwater, 1999; Sarafino, 1998). *Grief* adalah perasaan yang dialami seseorang akibat *bereavement* namun tidak tampil di permukaan, ekspresi yang terlihat pun tidak dapat sepenuhnya menggambarkan *grief* yang dialami seseorang, sehingga perlu dipahami secara mendalam.

Dalam peristiwa kematian anak, kehilangan yang dirasakan orang tua semakin intens karena hubungan antara orang tua dan anak bersifat unik (Woodgate, 2006).

Woodgate (2006) menyatakan bahwa kehilangan anak melalui kematian adalah salah satu trauma terbesar bagi orang tua, sebab hubungan anak dan orang tua bukan sekedar ikatan darah semata. Bagi orang tua, anak merupakan bagian dari diri orang tua yang akan diteruskan ke generasi selanjutnya (Sanders, 1998).

Kematian anak dapat mengakibatkan *grief* yang lebih intens dibandingkan dengan kematian pasangan atau orang tua. Dalam studi terhadap 109 wanita Australia yang mengalami kematian anak, 91% menyatakan peristiwa tersebut adalah hal terburuk yang pernah terjadi dalam hidup mereka (Uren & Wastell, 2002 dalam Buchi, Morgeli, Schnyder et al., 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Sanders (1998) mengenai efek *grief* yang dialami seseorang akibat kematian orang tua, pasangan dan anak menunjukkan bahwa kematian anak menempati posisi kehilangan paling signifikan yang dialami seseorang.

Sebelum pergantian abad ke 21, kematian bayi dan anak merupakan peristiwa yang umum terjadi dalam kehidupan keluarga, seperti halnya kematian orang berusia lanjut (Shapiro, 1994; Aiken, 1994). Pada masa itu, penyakit-penyakit seperti campak, cacar air dan gondok, yang kini dianggap tidak berbahaya, merupakan penyebab kematian anak-anak (Aiken, 1994). Orang tua dan anggota keluarga pada masa itu tidak membiarkan diri mereka terlalu terikat dengan anak-anak mereka sehingga apabila dinilai berdasarkan standar masa kini, reaksi mereka terhadap kematian anak seolah tidak berperasaan. Keluarga pada masa tersebut cenderung memiliki banyak anak dalam rangka untuk menghindari punahnya keluarga serta mengurangi kesedihan ketika salah seorang anggota keluarga meninggal dunia (Aiken, 1994).

Pemerintah serta masyarakat dunia telah meningkatkan perhatian terhadap kesejahteraan dan pencegahan kematian anak (<http://www.koranindonesia.com>). Berkat perbaikan perawatan medis terhadap ibu dan anak, kini kematian anak telah menurun drastis (Aiken, 1994). Dengan menurunnya jumlah kematian anak secara drastis, maka kematian anak dilihat sebagai peristiwa yang melawan siklus alamiah kehidupan. Orang tua masa kini memiliki harapan bahwa anak mereka akan hidup

lebih lama daripada diri mereka. Ekspektasi ini menambah penyalahan terhadap diri sendiri (*self-blame*) dari orang tua yang anaknya meninggal dunia (Shapiro, 1994).

Kematian anak dapat mengganggu kondisi keluarga secara emosional (Aiken, 1994), terutama apabila kematian terjadi secara mendadak, misalnya karena kecelakaan, bunuh diri, atau *sudden fatal illness*. Kematian anak dapat mengakibatkan orang tua mengalami masalah fisik maupun masalah emosional, dan *grief* yang kompleks (Woodgate, 2006). Ketika kematian terjadi secara mendadak, stres yang ditimbulkan semakin besar karena tidak adanya persiapan psikologis bagi orang yang ditinggalkan (Turner & Helms, 1995; Aiken, 1994).

Grief yang dialami seseorang merupakan proses yang berlangsung dalam tahapan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sanders (1998), ada lima tahap *grief* yang dilalui seseorang, yaitu: (1) *Shock*; (2) *Awareness of loss*; (3) *Conservation/ Withdrawal*; (4) *Healing*; dan (5) *Renewal*. Kematian anak menimbulkan periode *shock* yang mendalam dan rasa tidak percaya bagi orang tua yang ditinggalkan. Ketika kematian terjadi secara tiba-tiba, periode *shock* yang dialami dapat berlangsung hingga berbulan-bulan lamanya (Sanders, 1998).

Aiken (1994), menyatakan bahwa bersamaan dengan rasa bersalah dan depresi, orang tua mengalami perasaan tidak mampu, frustrasi dan kemarahan terhadap peristiwa yang dialami. Pada banyak kasus, perasaan tersebut sangat kuat sehingga orang tua tidak pernah pulih sepenuhnya dari perasaan-perasaan negatifnya. Masalah emosional yang mereka alami seringkali tetap muncul hingga 10 tahun setelah peristiwa kematian anak atau bahkan lebih (Aiken, 1994). Penderitaan ini dialami orang tua terutama karena kematian anak, pada usia berapapun, dianggap sebagai peristiwa yang tidak seharusnya terjadi atau merupakan *nonnormative live events* (Raphael, 1983 dalam Shapiro, 1994; Baltes, Reese, & Lipsitt, 1980 dalam Papalia et al., 2007).

Dalam kasus kematian, perkiraan jangka waktu berlangsungnya proses *grief* sulit dilakukan. Proses *grief* yang dialami oleh orang tua dapat berlangsung lebih lama daripada peristiwa kehilangan lainnya (Sanders, 1998). Menurut Shapiro (1994), *bereavement* yang dialami orang tua setelah kematian anak dapat melibatkan proses

grief yang berlangsung seumur hidup. Faktor-faktor yang mempengaruhi berlangsungnya proses *grief* antara lain: hubungan dengan orang yang meninggal; kepribadian, usia, dan jenis kelamin orang yang ditinggalkan; peristiwa ketika terjadinya kematian dan durasi penyakit; serta konteks budaya dimana kematian terjadi (Aiken, 1994).

Grief merupakan pengalaman personal dan dialami secara berbeda oleh setiap orang. Menurut Aiken (1994), salah satu faktor yang mempengaruhi *grief* adalah jenis kelamin orang yang ditinggalkan. Pria diharapkan untuk berespon tidak terlalu emosional dibandingkan wanita. Sejak kecil, pria dididik untuk menjadi kuat dan tidak cengeng, sementara wanita diharapkan memiliki kepekaan secara emosional. Pria seolah-olah tidak boleh menunjukkan kesedihan dengan menangis. Hal ini terlihat pada waktu seorang anak laki-laki terjatuh, orang tua akan mengatakan kepada anak tersebut bahwa ia adalah seorang “jagoan” sehingga ia tidak boleh menangis (Sarwono, 1999; Berry, Poortinga, Segall, & Dasen, 1992).

Perbedaan sosialisasi peran antara pria dan wanita menyebabkan ayah mengalami *grief* yang berbeda dari ibu dalam kasus kematian anak. Ayah dianggap sebagai pelindung keluarga sehingga diharapkan untuk menjadi kuat dan dapat mengendalikan perasaannya (Shapiro, 1994). Ketika menghadapi kematian anak, pria harus menunjukkan kontrol diri yang kuat, dimana ia tidak boleh menangis atau melibatkan emosi yang kuat (Sanders, 1998; Shapiro, 1994). Akan tetapi, kontrol diri yang tampil pada seorang ayah, tidak menggambarkan perasaan ayah yang sesungguhnya. Ekspresi kesedihan dan *grief* pada ayah tidak tampak di permukaan. Hal ini seringkali luput dari perhatian masyarakat. Selain itu penelitian mengenai pengaruh psikologis kematian anak pada Ayah masih sedikit diketahui (Badenhorst, Riches, Turton, & Hughes, 2006).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Buchi et al. (2007), ditemukan bahwa kematian bayi yang lahir prematur akan memberikan pengaruh jangka panjang terhadap kehidupan orang tua, baik pada Ibu maupun Ayah. Ayah menunjukkan *grief* yang berkepanjangan akibat kematian anak yang lahir secara prematur, bahkan hingga bertahun-tahun lamanya. Ketika salah satu atau kedua orang tua tidak mampu

mengatasi *grief* akibat kematian anak, kehidupan keluarga dapat terganggu. Orang tua dapat mengalami gangguan emosional seperti kecanduan alkohol, disfungsi sosial, gangguan tidur dan makan, dan jika tidak diatasi reaksi ini dapat mengakibatkan perpisahan dan perceraian (Aiken, 1994).

Usaha yang dapat dilakukan seseorang untuk mengatasi *grief* secara lebih efektif diantaranya adalah membicarakan perasaan yang ia alami, mengekspresikan perasaan dengan menangis, serta melakukan aktivitas tertentu sehubungan dengan orang yang tiada seperti menjalankan ritual pemakaman (Atwater, 1999). Dalam Brooks (2008), dikemukakan beberapa strategi yang dapat membantu orangtua mengatasi kesedihan diantaranya adalah: berbicara dengan orang lain, memahami bahwa seseorang akan dapat bertahan melalui pengalaman kehilangan, mengatur keseimbangan dalam kehidupan melalui latihan fisik serta makanan sehat, mencari pemahaman spiritual dan menghargai apa yang masih dimiliki daripada berfokus dengan kehilangan.

Penelitian mengenai *grief* pada orang tua banyak dilakukan di masyarakat negara Barat, sementara itu sepanjang pengetahuan peneliti, penelitian mengenai *grief* pada orang tua di Indonesia masih jarang dilakukan. Meskipun proses *grief* dan *bereavement* adalah pengalaman yang universal, namun dipengaruhi konteks budaya (Papalia, Sterns, Feldman, & Camp, 2007). Masyarakat Indonesia memiliki nilai-nilai dan kepercayaan yang berbeda dengan orang Barat. Budaya timur serta budaya di Indonesia menanamkan nilai-nilai untuk tidak terlalu mengekspresikan perasaan.

Salah satu penelitian mengenai *grief* pada orang tua telah dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif yang digabungkan dengan metode kualitatif, yaitu pada orang tua yang anaknya meninggal pada usia remaja (Pohan, 2004). Penelitian tersebut pada dasarnya menggunakan metode penelitian kuantitatif, oleh karenanya untuk mendapat gambaran secara mendalam mengenai proses *grief* sebaiknya dilakukan penelitian kualitatif. Penelitian tersebut dilakukan terbatas pada orang tua yang anaknya meninggal pada usia remaja. Dalam Shapiro (1994) dan Sanders (1998) dinyatakan bahwa usia anak tidak mempengaruhi keparahan *grief* yang dialami orang tua, tetapi merubah isu perkembangan keluarga yang dicetuskan oleh kematian dan

kehilangan orang yang dikasihi. Hal ini karena pola hubungan antara anak dan orang tua mengalami perubahan pada setiap masa perkembangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Buchi et al. (2007) dan Badenhorst et al. (2006) menunjukkan bahwa para ayah juga mengalami *grief* akibat kematian anak, namun sepanjang pengetahuan peneliti, penelitian ini belum banyak dilakukan di Indonesia sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *grief* pada ayah yang anaknya meninggal dunia secara mendadak pada usia kanak-kanak. Pada usia kanak-kanak, seorang anak masih sangat tergantung kepada orang tua sehingga orang tua bertanggung jawab memenuhi kebutuhan dan memberikan perlindungan kepada anak-anak mereka (Papalia et.al, 2007; Brooks, 2008). Kematian anak pada usia ini menyebabkan orang tua merasa tidak mampu memenuhi fungsi terpenting untuk melindungi anak mereka (Shapiro, 1994). Selain itu, Peneliti juga ingin mengetahui usaha apa saja yang dilakukan ayah untuk mengatasi perasaan kehilangan setelah anaknya meninggal dunia.

1.2. Permasalahan

Permasalahan umum yang ingin dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran proses *grief* pada ayah yang anaknya meninggal dunia secara mendadak pada usia kanak-kanak?
2. Usaha apa saja yang ayah lakukan untuk mengatasi perasaan kehilangan akibat meninggalnya anak?

1.3. Tujuan Penelitian

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran *grief* pada ayah yang anaknya meninggal secara mendadak pada usia kanak-kanak serta usaha-usaha yang dilakukan oleh ayah untuk mengatasi kesedihan akibat kematian anak.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat teoretis penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan pengetahuan mengenai proses *grief* yang dialami ayah yang anaknya meninggal dunia

secara mendadak pada usia kanak-kanak. Hal ini perlu dilakukan mengingat karena selama ini fokus penelitian lebih banyak menyoroiti dampak kematian anak terhadap ibu (Badenhorst et al., 2006)

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan untuk ‘membuka mata’ masyarakat bahwa laki-laki pun sebagai seorang ayah dapat mengalami *grief*, sehingga bisa menepis anggapan bahwa laki-laki harus kuat dan tidak boleh menunjukkan ekspresi kesedihan. Dalam Sarwono (1999) dan Berry et al. (1992), dinyatakan bahwa laki-laki dianggap tidak emosional, kuat dan rasional. Hal ini dapat menyadarkan keluarga maupun kerabat dari ayah yang kehilangan anak, bahwa ayah juga perlu mendapatkan dukungan untuk mengatasi *grief* yang ia rasakan. Selain itu, dengan mengetahui usaha apa saja yang dilakukan ayah untuk mengatasi perasaan kehilangan dapat membantu ayah yang mengalami kematian anak untuk mengatasi *grief* secara efektif.

Manfaat praktis dari pemahaman tentang proses *grief* yang dialami ayah dapat dijadikan dasar pemikiran untuk merancang penelitian kuantitatif, dengan jumlah partisipan yang lebih besar dengan topik yang sama. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi konselor dalam menangani ayah yang anaknya meninggal dunia, khususnya kasus kematian anak secara mendadak.

1.5. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi ini terdiri dari bab pertama (pendahuluan) berisi penjelasan mengenai latar belakang masalah, permasalahan, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan. Bab kedua berisi teori-teori serta penelitian-penelitian yang digunakan sebagai dasar acuan bagi penelitian ini yaitu teori mengenai *grief*, kematian anak, peran ayah, dan nilai anak bagi orang tua. Bab ketiga merupakan penjabaran metode penelitian yang digunakan oleh peneliti. Bab keempat adalah temuan dan analisis penelitian berisi tentang gambaran umum subjek, analisis intrakasus dan analisis interkasus. Bab kelima atau terakhir berisi kesimpulan hasil penelitian, diskusi dan saran.