

DESCRIPTION OF GRIEF IN ADOLESCENTS WHO HAVE LOST THEIR PARENTS IN THE CITY OF JAMBI

Ayne Yesa Parmasta Lumban Gaol¹, Agung Iranda², Nurul Hafizah³

¹²³Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi

e-mail: ¹ayneyesaparmasta@gmail.com, ²agungiranda@unja.ac.id, ³nurulhafizah@unja.ac.id

Ayne Yesa Parmasta Lumban Gaol

ABSTRACT

The loss of a parent is an event that has a significant impact on the psychological condition of adolescents. During a period of development marked by emotional changes and identity searching, the death of a parent can trigger various complex grief reactions. This study aims to describe the experiences and stages of grief in adolescents who have lost a parent in the city of Jambi. This study used a qualitative method with a phenomenological approach. Participants were selected using purposive sampling, namely adolescents who had lost a parent. Data collection was conducted through in-depth interviews, observation, and documentation. Data analysis used Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The results showed that adolescents experienced grief in emotional, cognitive, social, and spiritual aspects. Adolescents also went through stages of grief such as denial, anger, bargaining, deep sadness, and acceptance, with a process that did not always occur linearly. Grief in adolescents is unique and influenced by emotional closeness to parents, social support, and individual coping abilities, thus requiring ongoing psychological support.

Keywords: *grief, adolescents, loss of parents, phenomenology*

Kehilangan orang tua merupakan peristiwa yang berdampak besar terhadap kondisi psikologis remaja. Pada masa perkembangan yang ditandai dengan perubahan emosional dan pencarian identitas, kematian orang tua dapat memunculkan berbagai reaksi kedukaan yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman serta tahap-tahap kedukaan pada remaja yang orang tuanya meninggal di Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu remaja yang telah kehilangan orang tua. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja mengalami kedukaan dalam aspek emosional, kognitif, sosial, dan spiritual. Remaja juga melalui tahap-tahap kedukaan seperti penolakan, kemarahan, tawar-menawar, kesedihan mendalam, dan penerimaan, dengan proses yang tidak selalu berlangsung secara linear. Kedukaan pada remaja bersifat unik dan dipengaruhi oleh kedekatan emosional dengan orang tua, dukungan sosial, serta kemampuan coping individu, sehingga diperlukan dukungan psikologis yang berkelanjutan.

Kata kunci: kedukaan, remaja, kehilangan orang tua, fenomenologi

Article submission: 26 Feb 2026

Article revision: 27 Feb 2026

Article acceptance: 28 Feb 2026

I. INTRODUCTION

Fenomena kehilangan orangtua pada remaja terdapat dampak negatif. Kehilangan dapat memunculkan perasaan kesepian, bingung, dan cemas akan masa depan. Remaja merasa tidak memiliki figur yang memberikan arahan dan perlindungan yang dapat meningkatkan perasaan tidak aman dan terisolasi. Beberapa remaja dapat berisiko mengalami gangguan mental seperti depresi atau kecemasan. Tanpa dukungan yang memadai, remaja bisa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan besar dalam hidupnya (Praticia, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh American Psychological Association menunjukkan bahwa remaja yang kehilangan orang tua memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan dengan mereka yang masih memiliki orang tua. Beberapa faktor yang memengaruhi hal ini adalah usia remaja saat kehilangan terjadi, kedekatan hubungan dengan orang tua yang hilang, dan sejauh mana remaja mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat.

Orang tua adalah laki-laki dan perempuan yang terikat dalam suatu status perkawinan yang memiliki tanggung jawab terhadap anak, baik mengasuh, mendidik, dan membentuk karakter serta kepribadian anak. Orang tua memiliki tugas mengasuh dan membimbing anak dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan data Kementerian Sosial Republik Indonesia, pada tahun 2022 jumlah anak yatim piatu di Indonesia mencapai 4.043.622 jiwa. Sementara itu, Dinas Sosial Kota Jambi pada tahun 2018 melaporkan jumlah anak yatim dan anak terlantar di Kota Jambi sebanyak 702 jiwa. Anggapan remaja tentang kematian adalah bahwa mereka tidak nyaman dengan kematian, bukan kenyataan tentang kapasitas mereka untuk memahami dan mengatasi kematian. Hal ini karena kematian orang tua merupakan salah satu tahap kesedihan bagi remaja. Remaja memerlukan perhatian khusus karena kehidupan mereka mendapat perhatian khusus dalam adolescence psychology.

II. LITERATURE REVIEW

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan kedukaan sebagai kesedihan dan kesusahan, dan "duka" sebagai susah hati dan sedih hati. Ketika seseorang mengalami stres dan kehilangan seseorang atau sesuatu, duka merupakan emosi yang umum. Reaksi fisik, mental, sosial, dan spiritual seseorang yang sedang berduka atas kehilangan atau perpisahan dengan seseorang atau barang yang telah menjadi bagian penting dan sangat berarti dalam hidupnya adalah hal yang normal, alami, dan saling terkait. Reaksi ini dikenal sebagai kesedihan. Kesedihan merupakan respons yang normal dari dimensi fisik, mental, sosial, dan spiritual orang yang berduka (Wiryasaputra, 2019).

Makna kematian, kehilangan, dan kesedihan berdampak pada cara orang, keluarga, dan masyarakat beroperasi. Menafsirkannya secara positif akan membantu remaja memenuhi tanggung jawab perkembangan mereka, yang meliputi kemandirian emosional dan tanggung jawab sosial. Namun, masalah perkembangan akan terjadi pada remaja yang tidak mampu memahami kehilangan dan kesedihan secara konstruktif. Kedukaan muncul secara tiba-tiba tanpa pernah dipikirkan sebelumnya (*unanticipated grief*), atau sebagai akibat dari peristiwa kehilangan yang telah dipikirkan sebelumnya (*anticipated grief*).

Oleh karena itu, kedukaan adalah bentuk energi emosional atau respons yang dialami manusia berupa kesedihan yang merupakan reaksi emosi, fisik, dan kognitif yang normal ketika mengalami tekanan atau kehilangan seseorang atau sesuatu yang memiliki makna yang mendalam dan merupakan bagian hidupnya.

III. METHODS

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkarakterisasi kedukaan yang dialami oleh remaja yang orang tuanya telah meninggal dunia. Teknik penelitian kualitatif digunakan untuk melakukan investigasi ini. Penelitian kualitatif adalah metode untuk memeriksa dan menguraikan signifikansi perilaku individu dan kolektif, yang mengkarakterisasi masalah sosial atau kemanusiaan.

Penelitian ini menggunakan metodologi fenomenologi. Istilah fenomena dan logos merupakan sumber makna etimologis dari kata fenomenologi. Kata Yunani "*phainesthai*" (muncul) merupakan akar dari istilah "fenomena". Fenomenologi merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif di mana peneliti mengamati individu dalam kehidupan sehari-hari mereka untuk mengumpulkan data (Creswell, 2012).

Rancangan Penelitian, menggunakan metodologi fenomenologi. Fenomenologi merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif di mana peneliti mengamati individu dalam kehidupan sehari-hari mereka untuk mengumpulkan data. Teknik Analisis Data, metode Analisis Fenomenologi Interpretatif (IPA) digunakan untuk menganalisis data yang dikumpulkan. IPA bertujuan untuk menyelidiki pengalaman pribadi dengan cara yang unik.

Partisipan, partisipan penelitian ini yaitu YL, YS, R, dan T. Kriteria partisipan adalah remaja yang kehilangan orang tua dan berdomisili di Kota Jambi. Instrumen, pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Peneliti menyiapkan panduan wawancara dan alat perekam berupa handphone.

IV. RESULTS

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, peneliti menemukan 8 tema terkait gambaran kedukaan pada remaja yang orang tua meninggal dunia di Kota Jambi. Tema-tema tersebut adalah ;

1. Kondisi Mental, perasaan sedih, bingung, terkejut, dan menarik diri sementara waktu.
2. Kenangan Orang Tua, adanya pergeseran makna hidup dan integrasi nilai yang ditinggalkan dalam kehidupan mereka pasca kehilangan.
3. Penerimaan dan Adaptasi, setiap partisipan melewati proses penerimaan dengan jangka waktu yang berbeda-beda dan adaptasi yang bermacam-macam.
4. Mandiri dan Tanggung Jawab, remaja menunjukkan kemampuan resiliensi yang membantu mereka beradaptasi dan bertanggung jawab terhadap kehidupan mereka.

5. Konflik, tema temuan yang terjadi baik sebelum dan setelah berduka terjadi pada 75% partisipan.
6. Harapan dan Keinginan, terdapat perubahan arah hidup dan harapan yang telah didiskusikan sebelumnya bersama orang tua.
7. Penolakan, bentuk respon awal terhadap kematian orang tua, menunjukkan bahwa mereka belum siap untuk menerima kenyataan.
8. Spiritual, salah satu cara jika teringat orang tua yaitu dengan berdoa untuk menguatkan diri.

Selain tema, didapatkan dua faktor dalam penelitian ini, yaitu :

1. Dukungan Keluarga, sangat krusial dalam membantu remaja menghadapi kedukaan melalui perhatian, motivasi, serta nasehat.
2. Aktivitas, melakukan aktivitas terstruktur sebagai bagian dari strategi coping untuk mengalihkan fokus dari kesedihan.

V. CONCLUSION AND SUGGESTION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat delapan tema yang menggambarkan kedukaan pada remaja yang orang tua meninggal di Kota Jambi, yaitu kondisi mental, kenangan terhadap orang tua, penerimaan dan adaptasi, kemandirian dan tanggung jawab, konflik, harapan dan keinginan, penolakan, serta spiritual. Tema-tema tersebut merepresentasikan berbagai respon remaja dalam menghadapi kehilangan orang tua. Penelitian ini juga menemukan dua faktor yang mempengaruhi kedukaan, yaitu dukungan keluarga dan aktivitas.

Masyarakat dapat berperan penting dalam memberikan dukungan bagi yang mengalami kedukaan. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini dengan mempertimbangkan keterbatasan literatur dan teknis pengaturan waktu wawancara.

VI. BIBLIOGRAPHY

Asih, M. M., Arumsari, C., & Isti'adah, F. N. (2022). Hubungan Kelekatan Dengan Tingkat Kedukaan Pada Orang Dewasa. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan*

- Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 6(1), 18–23.
<https://doi.org/10.22460/q.v6i1p30-36.3063>
- Ausie, R. K., Wilman, W., & Mansoer, D. (2021). *Pengalaman Duka Dan Pemaknaan Anak Yang Kehilangan Kedua Orang Tua Secara Berurutan Roselli Kezia Ausie & Winarini Wilman Dahlan Mansoer Ross (1970). Pasca mengalami peristiwa kehilangan , individu diasumsikan akan melalui tahap. 8*, 153–173.
<https://doi.org/10.24854/jpu137>
- Brent, D. A., Melhem, N. M., Masten, A. S., Porta, G., & Payne, M. W. (2012). Longitudinal effects of parental bereavement on adolescent developmental competence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(6), 778–791.
- Chairani, N. & L. (2018). *Konsep Ketakutan Kematian Dan Balapan Liar Diunduh Oleh : Murniati Reo Makassar*.
- Fhadila, K. D. (2018). *Menyikapi perubahan perilaku remaja. 2(2)*.
- Harlock, E. B. (1992). *Psikologi Perkembangan* (R. Sijabat (ed.); Edisi Keli). PT. Gelora Aksara Pratama.
- Intan Farisah & Sulistia Ningrum. (2021). *Dinamika Kedukaan Pasca Kematian Ayah Atau Ibu Bagi Mahasiswa Psikologi Islam Iain Pontianak Dynamics Of Grief After The Death Of A Father Or Mother For Islamic Psychology Students. Jurnal Pendidikan*, 146–152.
- Kubler-Ross, Elisabeth & Keessler, D. (2014). *On Grief & Grieving*.
- Maulidia, V., Suzanna, E., & Dewi, R. (2024). Gambaran grief pada remaja yang mengalami kematian orang tua akibat kecelakaan. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2).
- Monsó, S., & Osuna-mascaró, A. J. (2021). Death is common , so is understanding it : the concept of death in other species. *Synthese*, 199(1), 2251–2275.
<https://doi.org/10.1007/s11229-020-02882-y>
- Nurriyana, A. M., & Savira, S. I. (2021). Mengatasi Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua: Studi Fenomenologi Self Healing pada Remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(03), 46–60.
- Putro, K. Z. (2017). *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. 17*, 25–32.

- Riskha, R., Zarina, A., Kusuma, R. A. M., & Wirasti. (2019). *JURNAL EDUKASI Jurnal Bimbingan Konseling*. 5(2), 120–135.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (N. I. Sallama (ed.); edisi keti). PT. Gelora Aksara Pratama.
- Surbakti, E. (2008). *Kenakalan Orang Tua Penyebab Kenakalan Remaja*. PT. Gramedia.
https://books.google.co.id/books?id=MxpbDwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Wadu, Y. A. K., Subrabo, G. Y. A., & Lauterboom, M. (2024). Kedukaan Dalam Kepercayaan Jengitui Dari Perspektif Pendampingan Keindonesiaan Di Sabu Barat. *Jurnal Basataka (JBT)*, 7(2), 555–568.
<https://doi.org/10.36277/basataka.v7i2.486>
- Wirasaputra, T. S. (2019). *Grief Psychotherapy* (A. Prabawati (ed.)). Pustaka Refrensi.
- Wulandari, A. (n.d.). TERHADAP MASALAH KESEHATAN DAN KEPERAWATANNYA. 39–43.
- Yunalia, E., & Etika, A. (2020). *Remaja Dan Konformitas Teman Sebaya* (N. Hidayati (ed.)). Ahlimedia Press.