

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kedukaan

1 Pengertian Kedukaan

Kedukaan berasal dari kata dasar “duka” yang artinya sedih hati. Kedukaan dapat diartikan sebagai sebuah perasaan kesedihan yang dipicu ketika individu diperhadapkan dengan peristiwa kehilangan, yaitu kematian orang yang dikasihi.²⁸ Kedukaan adalah respon emosional yang terjadi pada individu dari keadaan atau situasi kehilangan seseorang yang menekan akibat kematian atau kehilangan seseorang yang memiliki ikatan emosional yang kuat dengan yang ditinggalkan.²⁹ Kedukaan merupakan respon emosional yang kompleks terhadap peristiwa kehilangan orang atau benda yang dicintai lebih dari rasa sedih dan menderita.³⁰ Sehingga kedukaan dapat disimpulkan bahwa, kedukaan adalah reaksi emosional yang timbul sebagai respon terhadap kehilangan orang atau benda dengan melibatkan perasaan kesedihan, kehilangan minat, kekosongan dan menderita yang menekan berat

²⁸ Khasanah, “Konseling Teman Sebaya Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Grief* Akibat Kematian Ayah di Yayasan Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Musawwa”, (Skripsi, S.sos, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023), 26

²⁹

³⁰Yanto P.H dan Thony R.N., “Konseling Pastoral Kedukaan Melaksanakan Tahapan Berduka Kubler Ross Dalam Kasus Kematian Keluarga Inti” *SANCTUM DOMINE: Jurnal Teologi*, Vol,13, No. 1 (Desember 2023)77-94

akibat kematian. Kedukaan dapat mempengaruhi aspek kehidupan termasuk perilaku, pikiran dan interaksi sosial. Kedukaan juga telah dibahas beberapa ahli sebagai berikut.

a. John W. Santrock

Mengemukakan kedukaan sebagai reaksi emosional yang timbul sebagai respon terhadap kehilangan yang signifikan, seperti kematian seseorang yang dicintai. Kedukaan dapat melibatkan berbagai perasaan seperti kesedihan, kehilangan minat dan kekosongan, serta dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang termasuk perilaku, pikiran dan interaksi sosial.³¹

b. Sullender

Kedukaan merupakan proses yang kompleks dan dinamis, selalu berubah dan tidak akan pernah memiliki bentuk tetap untuk menuju penerimaan. Dinamika kedukaan dipengaruhi oleh konteks budaya dimana penduka tinggal atau mengidentifikasikan dirinya dari kehilangan dan keterpisahan seseorang dengan bagian internal atau eksternalnya, misalnya kehilangan karena kematian, perceraian, kehilangan bagian tubuh tertentu, kondisi fisik tubuh(karena faktor usianya) citra diri, kesempatan, cita-cita, inginan, impian, uang, rumah, barang, binatang peliharaan.³²

³¹Sisca Nusi Wiandri “ Penggunaan sudut pandang Tokoh Utama Untuk merepresentasikan Teori 5 Stages of Grief Kubler Ross dalam penulisan Skenario Film “Senandika Lara” (Skripsi, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2020), 5

³² T.S Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*, 22.

c. Totok S. Wiryasaputra.

Kedukaan merupakan tanggapan alamiah individu atas kehilangan sesuatu atau seseorang yang dianggap menjadi bagian utuh dari hidupnya yang berharga dan bernilai. Kedukaan merupakan reaksi manusiawi untuk mempertahankan diri ketika seseorang atau sekelompok orang sedang menghadapi kehilangan atau keterpisahan.³³

d. Tomb

Menurut Tomb dalam buku *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan* mengatakan kedukaan itu sebagai sebuah reaksi alamiah atau reaksi normal terhadap suatu peristiwa kehilangan atas seseorang atau sesuatu yang sangat berharga. Kedukaan tidak hanya muncul sebagai akibat dari seseorang yang dicintai meninggal melainkan juga disebabkan oleh kehilangan lain, seperti kehilangan suami atau istri, kesehatan, karir, tabungan, status.³⁴

Berdasarkan pendapat para ahli, kedukaan dapat didefinisikan sebagai suatu reaksi alamiah yang melibatkan perasaan kesedihan, timbul terhadap suatu peristiwa kehilangan yang signifikan seperti kematian, perceraian, kehilangan karir, uang, dan hewan peliharaan.

³³T.S. Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*,(Yogyakarta : Pohon Cahaya, 2019), 9

³⁴T.S.Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*,(Yogyakarta:Pustaka Referensi, 2019), 22

2 Gejala Kedukaan.

Gejala kedukaan dapat bersifat holistik yaitu menyangkut aspek fisik, sosial, mental dan spiritual. Aspek-aspek tersebut di jabarkan sebagai berikut.

a. Aspek Fisik

Aspek fisik dapat menimbulkan gejala seperti menangis, mata menerawang, mati rasa, kesemutan, tubuh gemetaran, berjalan seperti melayang, tidak tenang atau bahkan sebaliknya yaitu sangat tenang dan diam, tubuh lemah, tenggorokan kering atau serak, dada sesak, kejang-kejang, napas pendek, pusing, kadang merasa gatal-gatal, sulit tidur, kurangnya nafsu makan.³⁵

b. Aspek Mental

Pada aspek mental, individu yang mengalami kedukaan pada aspek ini dengan menunjukkan perasaan seperti berikut. Perasaan takut mati, gelisah, pikiran kacau, cemas, bingung, sedih, panik, tidak menerima kenyataan, bingung mengambil keputusan, tidak dapat berkonsentrasi, acuh tak acuh, selalu berpikir tentang yang hilang, merindukan orang yang sudah tidak ada tersebut, halusinasi, mudah tersinggung, benci, marah, kecewa putus asa, batin tertekan, berasa tidak berarti lagi, merasa tidak ada yang menolong, merasa tidak ada yang

³⁵T.S. Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*, (Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2019) 120

memperhatikan, merasa sendirian, kesepian dan kadang muncul keinginan untuk bunuh diri.³⁶

c. Aspek sosial:

Aspek sosial yaitu gejala sosial yang dialami individu yaitu: suka menyendiri dan menarik diri, mengurung diri, kehilangan minat dalam kegiatan masyarakat, tidak aktif lagi dalam kegiatan keagamaan, bahkan sebaliknya yaitu ingin menceritakan orang atau sesuatu yang hilang secara berlebihan. Mengunjungi makam atau tempat lain yang berhubungan dengan orang atau sesuatu yang hilang secara berlebihan. Mempersalahkan orang lain atau marah pada orang lain, merasa bahwa ada yang iri lalu menjahati dirinya.³⁷ Individu yang mengalami kedukaan tidak jarang menimbulkan perselisihan antar anggota keluarga termasuk soal warisan.³⁸

d. Aspek Spritual

Pada aspek ini, gejala individu mengalami kedukaan dapat dilihat seperti, rasa berdosa, dan merasa malu, mempersalahkan Tuhan, marah kepada Tuhan, tawar menawar dengan Tuhan. Gejala lain yang ditunjukkan yaitu marah atau benci kepada kelompok keagamaannya, menarik diri dari kelompok keagamaan

³⁶ T.S. Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*,120

³⁷ T.S.Wisayasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*, 120-123

³⁸T.S. Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*,(Yogyakarta: Pohon Cahaya, 2019), 40

dan bahkan pindah gereja atau aliran keagamaan, merasa tidak diperhatikan oleh kelompoknya ketika mengalami kedukaan.³⁹

3 Jenis- jenis Kedukaan.

a. Kedukaan Normal

Kedukaan normal merupakan keadaan dimana individu sudah mampu mengelolah kedukaannya secara tuntas dalam waktu relatif pendek, yaitu 1-3 bulan atau bahkan sampai empat bulan dan kembali ke kondisi semula sebelum mengalami kedukaan. Dalam hal ini individu tidak mengalami gejala-gejala kedukaan secara berkepanjangan, dan mampu menjadikan kedukaannya sebagai sarana pertumbuhan.⁴⁰

b. Kedukaan Tak terselesaikan.

Totok Wiryasaputra menyebutkan bahwa kedukaan tak terselesaikan sebagai *unfinished Grief*. *Unfinished Grief* adalah keadaan dimana individu tidak mampu mengelolah kedukaannya secara tuntas pada waktunya.⁴¹ Gejala utama kedukaan ini dapat bersifat kronis, bertahun-tahun, berkepanjangan dan dapat mengganggu fungsi-fungsi kehidupan dan kepribadian individu dan hidup dalam kondisi tidak normal. Pada masa ini individu tidak mampu mengelolah dan

³⁹ T.S.Wiryasaputra. *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*,121

⁴⁰ Totok W.S.,*Grief Psychotherapy- Psikoterapi Kedukaan*, 202

⁴¹ Ibid, 203

memfungsikan dirinya kembali secara normal.⁴² Masa kedukaan tak terselesaikan adalah 100 hari menurut perhitungan budaya Jawa atau lebih dari tiga bulan. Kedukaan tak terselesaikan terbagi menjadi empat bagian kedukaan yaitu sebagai berikut.⁴³

Pertama *Complicated Grief*-Kedukaan Komplikatif yaitu situasi, kondisi dan faktor kedukaan yang muncul yang terus menerus terjadi dan berkepanjangan. Dalam kedukaan ini individu tidak merasa mengalami perkembangan, kemajuan, dan perubahan dan muncul seperti kepedihan, depresi, kecemasan, rindu, marah selama berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun. Kedua, *Prolonged Grief*-Kedukaan Berkepanjangan, adalah keadaan dimana individu mengalami kedukaan yang berlangsung lebih lama, dan tidak pasti daripada jangka waktu masa berduka yang secara umum. Ciri umumnya adalah merasa waktu terlalu lama misalnya 4 hari berasa dua minggu, hidup tanpa arti, tanpa tujuan yang jelas. Kedukaan ini muncul karena tidak ada pertolongan profesional untuk menuntaskan kedukaannya sehingga terjadi selama bertahun-tahun. Gejala yang dapat muncul dalam kondisi tersebut adalah depresi stadium awal, perasaan bersalah dan perasaan rendah diri (*low self esteem*).

Ketiga *Delayed grief*- kedukaan tertunda, yakni individu yang mengalami pemikiran bahwa berduka itu hanya untuk orang yang lemah imannya, atau

⁴² T.S. Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*,39

⁴³ T.S. wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*, 205

berfikir saya adalah orang yang diteladani dan tidak boleh berduka. Hal ini yang dapat menyebabkan kedukaan tertunda bagi individu. Pada kondisi ini individu seolah-olah merasa adalah orang yang bijaksana karena dapat menunda kedukaannya. Kedukaan ini juga dapat muncul karena tidak memiliki hubungan emosional yang dalam antara individu dengan yang meninggal. Jenis kedukaan tak terselesaikan yang keempat adalah *Distorted Grief*- kedukaan terdistorsi, pada kedukaan merupakan keadaan dimana individu mengalami kedukaan tidak penuh atau terhambat. Hal ini dapat terjadi karena ketika peristiwa kematian terjadi individu menangis kemudian di nasihati seseorang untuk tidak menangis dan menyerahkan semuanya kepada Tuhan dan individu yang berduka menuruti dengan memendam kedukaannya sehingga tidak mengalami duka secara utuh. Tujuan dari pemberian nasihat memang baik namun waktunya yang kurang tepat.⁴⁴

B. Perspektif Tahapan Kedukaan Elisabeth Kubler Ross

Elisabeth Kubler Ross adalah seorang dokter medis, psikiater dan secara internasional dikenal sebagai ahli thanatologi yaitu studi yang mempelajari tentang kematian, terutama aspek psikososial.⁴⁵ Dia memaparkan lima tahapan kedukaan yang ditulis dalam buku *On Grief And Dying* yang bertujuan untuk mengetahui tanggapan yang ditunjukkan oleh individu dalam menghadapi

⁴⁴ T.S., Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy-Psikoterapi Kedukaan*, 205-212

⁴⁵ Elisabeth Kubler Ross, *On Death And Dying: Kematian Sebagai Bagian Kehidupan* (New York : PT Gramedia Pustaka Utama, 1998), 48

dukacita dan peristiwa yang menyedihkan.⁴⁶ Tahapan yang dimaksud yaitu sebagai berikut.

1. Penyangkalan /penolakan (*denial*)

Penyangkalan/penolakan adalah sikap individu yang mengalami kehilangan menolak kenyataan yang terjadi pada dirinya.⁴⁷ Penyangkalan/penolakan yaitu reaksi yang penuh dengan kegelisahan terhadap situasi tidak nyaman dan menyakitkan. Penyangkalan/penolakan dapat berupa keterkejutan dan respon orang biasanya adalah “oh tidak, tidak mungkin terjadi padaku”. Hal ini karena dalam bawa sadar diri kita adalah immortal artinya hampir tidak terbayangkan bahwa kitapun harus menghadapi kematian. Kondisi tersebut sangat tergantung pada bagaimana individu diberi tahu kejadian tak terelakan Seperti kematian, kehilangan atau penyakit, sehingga membutuhkan banyak waktu untuk memahaminya. Fungsi penyangkalan/penolakan tersebut sebagai penahan setelah berita mengejutkan yang tidak diharapkan.⁴⁸ Penyangkalan/penolakan juga dapat diartikan sebagai fase individu menolak kenyataan dari peristiwa yang sedang atau sudah terjadi. Bentuk penyangkalan/penolakan dapat terjadi melalui kata-kata seperti “ dia seperti dia

⁴⁶ Windy N., Yelinda S.S., Srimart R. “Kajian Teologis Kitab Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis Terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak Di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo” KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen, Vol 1, No.2 (Desember 2020) 115

⁴⁷Dian Kristiyawaty Habsara, *Penatalaksanaan Psikologi Untuk Kasus Normal Bermasalah*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024) 26

⁴⁸ E.K.Ross. On Death And Dying: Kematian Sebagai Bagian Kehidupan, 48-62

sedang tidur”.⁴⁹ Tahapan ini bersifat sementara karena sesungguhnya individu belum sepenuhnya menerima hal yang terjadi pada dirinya serta diekspresikan dalam bentuk respon fisik yaitu kaget, dan menggoyang-goyangkan tubuh, dan bahkan mengecek denyut nadi orang yang meninggal tersebut.⁵⁰ Penyangkalan/penolakan juga dapat diartikan sebagai respon sikap menolak kenyataan yang terjadi pada dirinya walaupun ada bukti yang disajikan akan tetapi individu akan merasa sulit untuk percaya. Respon penyangkalan/penolakan tersebut dapat berupa pernyataan yang tidak menerima kematian dan merasa ada yang salah dengan kematian seseorang.⁵¹ Sehingga bentuk penyangkalan dapat berupa kaget, gelisah, menolak kenyataan, mengecek denyut nadi orang yang meninggal, menggoyang-goyangkan tubuh orang meninggal, merasa bahwa orang yang meninggal masih tertidur.

2 Marah (*Anger*)

Marah, pada tahapan ini akan terjadi dari penyangkalan/penolakan yang tidak tertahankan lagi, dan akan di gantikan dengan rasa marah, gusar, cemburu, dan benci. Marah dapat berupa rasa penyesalan, bersalah, rendah diri, dan merasa

⁴⁹Tri Julianti , Hermien Laksmiwati, “Pengalaman Kedukaan Pasca Kehilangan Anggota Keluarga Akibat COVID-19, CHARAKTER: Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8, No.9, (Desember 2022). 79

⁵⁰Windi N.P., Yelinda S.S., Srimart R., “Kajian Teologis Kitab Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis Terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak Digereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo” KAMASEAN:Jurnal Teologi Kristen, Vol.1, No.2 (Desember 2020) 115

⁵¹Dian Kristyawati Habsara, Penatalaksanaan Untuk Kasus Normal Bermasalah, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024) hal 25.

lebih baik mati saja. Objek kemarahan, kebencian eksternal tersebut dapat berupa orang, barang, atau keadaan tertentu. Kadang kalah kemarah juga diarahkan pada Tuhan “mengapa Tuhan memanggil dia terlebih dahulu, bukan saya saja. Sering kali pada tahapan ini, yang menjadi kambing hitam kemarahan individu adalah Tuhan, karena dianggap penentu dari semua terjadinya peristiwa termasuk kematian.⁵² Pada tahapan ini, Totok S.Wiryasaputra dalam buku *Grief Psikoterapi* mengemukakan bahwa gejala marah tidak selalu muncul dalam proses kedukaan orang Indonesia. Hal ini karena pengaruh pola pikir dan kebudayaan, yang kebanyakan gejala marah muncul secara halus atau tersamar bahkan memang tidak muncul sama sekali dalam hal ini seperti menyesal, perasaan bersalah, ingin ikut mati dan berusaha untuk bunuh diri. Salah satu contoh kemarahan adalah “coba kalau saya tidak membawa dia ke kota, pasti kecelakaan sial ini tidak akan pernah terjadi.⁵³ Pada tahapan ini sebagai bentuk ekspresi individu karena perasaan ketidakadilan atas kondisi yang dialami. Perasaan marah muncul karena pada tahapan penyangkalan/penolakan tidak terjadi perubahan apa-apa lagi, dapat diekspresikan seperti tidak mau bergabung dengan lingkungan sosial, sensitif dan mudah curiga.⁵⁴ Tahapan marah juga dapat di ekspresikan dengan

⁵² Tri Julianti, Hermien Laksmiwati, “Pengalaman IKedukaan Pasca Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Covid-19, CHARAKTER: Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8 No.9, (Desember 2022), 19

⁵³ T.S. Wiryasaputra. *Grief Psychotherapy*(Yogyakarta: Pustaka referensi ,2019) 176-177

⁵⁴ Windy N.P.,Yelinda S.S., Srimart S., “Kajian Teologis Kitab Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis Terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo”, KAMASEAN” Jurnal Teologi Kristen, Vol.1, No.1 , 115-116

berbagai cara ke lingkungannya seperti ada pihak yang disalahkan.⁵⁵ Marah terjadi karena timbulnya suatu kesadaran akan kenyataan terjadinya kehilangan, yang dapat di ekspresikana dengan menyalahkan pihak lain dan rasa kecewa dilampiaskan kepada orang lain.⁵⁶ Sehingga reaksi marah dapat berupa marah, gusar, menyesal, rasa bersalah, rendah diri, marah pada benda sekitar, marah pada orang lain, marah pada Tuhan. Sensitif.

3 Tawar menawar (*Bargaining*)

Tawar menawar merupakan usaha untuk menunda terjadinya hal yang tidak diharapkan. Tawar menawar dapat diungkapkan secara halus, samar-samar atau lugas, terus terang. Hampir semua tawar menawar itu dibuat dengan Tuhan dan biasanya dirahasiakan atau di ungkapkan secara tersirat. Diungkapkan dengan kata “kalau boleh” atau biarlah dia hidup lebih lama lagi, karena anak-anaknya masih membutuhkan dia”.⁵⁷ Tawar menawar merupakan tahapan negosiasi untuk mendapatkan kondisi hidup yang diharapkan.⁵⁸ Tahapan ini juga sebagai bentuk kumpulan penyesalan, yaitu individu terkurung pada perasaan bersalah atas hal-hal yang belum bisa atau tidak dilakukan saat seseorang tersebut

⁵⁵ D.K. Habsara, *penatalaksanaan psikologi untuk kasus normal bermasalah*, 30.

⁵⁶ Dian Kristyawati Habsara, *Penatalaksanaan Untuk Kasus Normal Bermasalah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024) hal 30.

⁵⁷ E.K. Ross. *on death and dying: kematian sebagai bagian kehidupan* 102-104

⁵⁸ Windy Nuandri Pratama, Yelinda Sri Silvia, Srimart Ryeni, “Kajian Teologis Kitab Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis Terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak Di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo, *KAMASEAN: Jurnal Teologi kristen*, Vol. 1, No.2 (Desember 2020) 115

belum meninggal.⁵⁹ Sehingga ekspresi tawa menawar dapat berupa rasa penyesalan, melakukan negosiasi dengan Tuhan, bersalah karena belum bisa memenuhi keinginan sebelum orang tersebut meninggal.

4 Depresi (*Depression*)

Depresi adalah perasaan yang muncul ketika individu sudah tidak dapat menyangkal penyebab kedukaannya karena kehilangan pada dirinya. Individu yang mengalami depresi dapat menunjukkan reaksi sikap menarik diri, tidak mau bicara, menyatakan keputusasaannya, perasaan tidak berharga, ada keinginan bunuh diri, dan perasaan lebih baik mati saja.⁶⁰ Depresi terdapat dua jenis depresi yang pertama, depresi reaktif ditandai dengan perasaan bersalah, atau malu yang tidak realistis. Orang yang depresi reaktif biasanya memiliki banyak hal untuk diungkapkan dan memerlukan banyak interaksi verbal serta sering melibatkan intervensi aktif dari orang-orang diberbagai bidang ilmu. Kedua depresi *preparatori* muncul karena adanya kehilangan yang tak terelakan. Depresi jenis kedua ini lebih diam(tenang), membutuhkan ungkapan perasaan, bisa dalam bentuk sentuhan tangan, usapan pada rambut, atau sekadar duduk bersama dalam diam.⁶¹ Individu dalam tahapan ini akan kehilangan gairah untuk hidup, dan mengalami kesedihan yang mendalam, menarik diri dan terkadang

⁵⁹Sisca Nusi Wiandri. "Penggunaan Sudut Pandang Tokoh Utama Untuk Merepresentasikan Teori 5 *Stages of Grief Kubler Ross* Dalam Penulisan Skenario Senandika Lara", (Skripsi, Institut Seni Indonesia Jogjakarta, 2020) 6

⁶⁰ Dian Kristyawati Habsara, *Penatalaksanaan Untuk Kasus Normal Bermasalah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024) hal 31

⁶¹ E.K.Ross, *On Death and Dying*, 105-108, 132

mengungkapkan keputusan serta ketidakberhargaan hidup.⁶² Ekspresi umum dari depresi adalah individu mengalami gangguan tidur, gangguan makan, gangguan mood, interaksi sosial terganggu, menurunnya produktivitas. Gangguan tersebut muncul karena individu mengalami kesedihan yang mendalam.⁶³ Ciri-ciri orang depresi yaitu hiperaktif/ hipoaktif, lebih banyak diam, membutuhkan ungkapan perasaan, membutuhkan sentuhan tangan, kehilangan gairah hidup, mengalami gangguan tidur, gangguan nafsu makan, menurunnya produktivitas, menarik diri dari lingkungan, merasa malu yang tidak realistis, tidak mau bicara, menyatakan keputusan, perasaan tidak berharga, ada keinginan bunuh diri, lebih baik mati saja.

5 Penerimaan (*Acceptance*)

Penerimaan adalah individu mulai memasuki tahap menerima apa yang terjadi dalam hidupnya, pikiran tentang objek yang hilang sudah mulai berkurang.⁶⁴ Penerimaan merupakan dasar paling kukuh untuk perubahan, pertumbuhan, dan berfungsi ya kembali penduka secara maksimal. Penerimaan ini dapat terjadi secara jelas misalnya dengan mengatakan bahwa “tidak apa-apa dia meninggalkan kami, daripada lebih tersiksa karena penyakitnya” atau

⁶² Windy N.P., Yelinda S.S., Srimart R., “Kajian Teologis Kitab Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis terhadap keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak Di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo, KAMASEAN : Jurnal Teologi Kristen, Vol.1, No.2 (Desember 2020) 116

⁶³ Tri Julianti, Hermien Laksmiwati, “ Pengalaman Kedukaan Pasca Kehilangan Anggota Akibat COVID-19” CHARAKTER: Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8, N. 9 (Desember 2022). 80

⁶⁴ Dian Kristyawati Habsara, *Penatalaksanaan Untuk Kasus Normal Bermasalah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2024) hal 32.

tersamar-samarkan. Menerima adalah suatu kondisi tanpa ketakutan dan keputusasaan.⁶⁵ Tahap penerimaan individu akan mulai menemukan kedamaian yang lebih besar atas sikap menerima dan mulai belajar menjalani realita baru dengan kondisi orang yang dicintai telah tiada.⁶⁶ Individu akan mencapai tahap penerimaan jika mampu berdamai dengan kenyataan-kenyataan yang terjadi pada dirinya.⁶⁷ Tahapan ini ditandai dengan tidak adanya gangguan yang dialami individu seperti gangguan tidur, gangguan makan dan gangguan produktivitas.⁶⁸ Sehingga tahap penerimaan ditandai dengan tanpa putus asa, kembali produktif, berdamai dengan kenyataan-kenyataan, tidak mengalami gangguan tidur, nafsu makan kembali normal, dan tidak mengurung diri.

C. *Single Mom*

Single Mom adalah individu yang mengurus, mengasuh dan membesarkan anak-anak mereka dan menjalankan peran demi keberlangsungan hidup keluarga mereka sendiri tanpa bantuan seorang suami.⁶⁹ *Single Mom* merupakan wanita yang dalam struktur keluarganya hanya terdapat seorang ibu yang dapat disebabkan

⁶⁵Ross *On Death and Dying*, 134-135.

⁶⁶Sisca Nusi Wiandri, "penggunaan sudut pandang tokoh utama untuk merepresentasikan teori *5 stages of grief Kubler Ross* dalam Penulisan Skenario Senandika Lara" (Skripsi, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2020), 7

⁶⁷Windy Nuandri Pratama, Yelinda Sri Silvia, Srimart Ryeni "Kajian Teologis Kita Ayub 1-2 dan Implikasi Psikologis Terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak Di Gereja Toraja Klasik Makalah Tengah Jemaat Imanuel Tampo, KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen, Vol.1 No.2 (Desember 2020)

⁶⁸Tri Julianti, Herimien Laksmiwati "Pengalaman Kedukaan Pasca kehilangan Anggota Keluarga Akibat COVID-19" (Desember 2022).

⁶⁹Listia Dewi, "Kehidupan Keluarga Single Mother", *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, No.2. Vol 3.(November 2017), 46

karena faktor kematian, perceraian, perkawinan tidak jelas. *Single Mom* juga dapat diartikan sebagai seseorang orang tua tunggal yang harus menggantikan posisi suaminya sebagai kepala keluarga, pengambil keputusan, pencari nafkah disamping perannya sebagai pengurus rumah tangga, membesarkan, membimbing dan memenuhi kebutuhan keluarga.⁷⁰

Single Mom dapat disimpulkan sebagai individu yang dalam struktur keluarganya, mengasuh, mengurus anak tanpa bantuan suami baik dalam mengambil keputusan, menjadi kepala keluarga, dan menjalankan peran suami untuk menafkahi anak demi keberlangsungan hidup mereka. Faktor penyebab terjadinya *Single Mom* adalah kematian, perceraian, dan perkawinan tidak jelas.

D. Kematian Beruntun

Kematian beruntun adalah suatu fenomena ketika seseorang mengalami kehilangan beberapa orang yang dicintai dalam periode waktu yang relatif singkat. Fenomena tersebut dapat terjadi dalam keluarga atau lingkaran sosial yang sama dan dapat memiliki dampak emosional yang besar pada individu yang mengalaminya.⁷¹ World Healty Organization (WHO), mengemukakan bahwa kematian beruntun dikenal sebagai "*cluster death*" yang diartikan sebagai kemunculan kasus kematian yang lebih tinggi dari yang diharapkan dalam suatu

⁷⁰ Succy Primayuni, Kondisi Kehidupan Wanita Single parent, SCHOULID: Indonesian Journal Of School Counseling, No. 3 vol. 3 (April 20219),21

⁷¹ Roseli K.A., Winaeini W.D.M., "Mengapa Tuhan Mengambil Mereka?: Pengalaman Duka Dan Pemaknaan Anaka Yang Kehilangan Kedua Orang Tua Secara Beruntun" Jurnal Psikologi Ulayat : Indonesian Journal Of Indigenous Psychologi, Vol. 8, No. 2 (Oktober 2020), 153-163.

populasi atau area dalam rentan waktu tertentu. Kematian beruntun dapat disebabkan oleh faktor penyakit menular, bencana alam, kecelakaan, atau kejadian kekerasan. Berdasarkan definisi diatas kematian beruntun dapat diartikan sebagai kehilangan beberapa orang yang dicintai dalam periode waktu singkat, dapat disebabkan kecelakaan, penyakit menular, bencana alam, atau bahkan kekerasan. Kematian beruntun termasuk dalam jenis kedukaan yaitu *prolonged grief*, karena masa kedukaan dialami lebih dari 100 hari.⁷² Dilansir dari Kompas.com, individu yang mengalami kedukaan berkepanjangan mengalami rasa sakit yang intens, mati rasa, merasa bahwa hidup tidak berarti, dan kesepian.⁷³

Adapun beberapa tanggapan terkait dengan peristiwa kematian beruntun yaitu sebagai berikut. Dikutip dari Liputan 6.com, bahwa kematian beruntun adalah takdir dari yang Maha kuasa, faktor lanjut usia, dan penyakit.⁷⁴ Tanggapan lain dari Kominfo, bahwa kematian beruntun terjadi karena ritual adat yaitu adanya peran dari makhluk hidup tidak kasat mata atau astral yang sedang mencari

⁷² T.S Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy- Psikoterapi Kedukaan*, 205

⁷³Ariska Puspita Anggraini, "Sedih Berkepanjangan, Waspada Prolonged Grief Disorder" Kompas.com, 13 April 2023, diunduh 14 April 2024

⁷⁴Mufti Sholih "Jurnal Misteri Kematian Beruntun di Karanglo", <https://www.liputan6.com/news/read/2502535>, Liputan6.com 10 Mei 2016

mangsa.⁷⁵ Selain itu, kematian beruntun terjadi karena akibat terlampau banyak doa dan maksiat.⁷⁶

Selain tanggapan, juga ada reaksi-reaksi terhadap kematian beruntun seperti yang dijabarkan Roseli. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa reaksi-reaksi dari kematian beruntun yaitu cemas, lelah, tidak siap, kesedihan mendalam, tidak ikhlas, perasaan tidak dimengerti oleh keluarga, muncul perasaan marah pada keluarga besar, perasaan kesepian dan kosong, bingung tidak dapat menerima, kehilangan motivasi, tidak terarah, marah kepada Tuhan.⁷⁷

E. Tokoh Alkitab Yang Mengalami Kedukaan Akibat Kematian Beruntun.

Tokoh yang tercatat sebagai salah orang yang mendapatkan penderitaan secara bertubi-tubi karena kematian adalah Ayub. Nama “Ayub” berarti “orang yang dianiaya”. Kisah Ayub ditulis dalam kitab Ayub, namun penulis kitab ini tidak diketahui pasti.⁷⁸ Meski demikian kitab ini merupakan salah satu kanon Ibrani yang unik karena kisahnya yang sangat ekstrim dimana tentang kisah nyata seorang Ayub yang mengalami penderitaan karena imannya kepada Allah disertai

⁷⁵Disinformasi “ Kematian Beruntun Belasan Warga Desa lawang Uru Setelah Ritual Adat”, <https://www.kominfo.go.id/content> , (di unduh 15 April 2024).

⁷⁶Kementrian Agama Republik Indonesia, “Mengapa Saat ini musibah banyak terjadi dan selalu terjadi” <https://ntb.kemenag.go.id/>, (di unduh 15 April 2024)

⁷⁷Roseli Kesia Ausie, Winarini Wilman D.Mansoer, “ Mengapa Tuhan Mengambil Mereka? Pengalaman duka dan pemaknaan anak yang kehilangan kedua orang tua secara berurutan”, *Jurnal Psikologi Ulayat : Indonesian Journal Of Indigenous Psychologi*, Vol. 8, No. 2 (Oktober 2020), 167

⁷⁸Windi Nuandri P., Yelinda S.S., Srimart R., “ Kajian Teologis Ayub 1-2 Dan Implikasinya T (Ross 1998)terhadap Keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo”, *KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen*, Vol.1 nOo.2 (Desember 2020) 108

dikenal sebagai orang yang saleh dan benar.⁷⁹ Penderitaan yang dialami Ayub yaitu mengalami dukacita yang mendalam karena kematian anak-anaknya, dan tentunya akan merasakan kesedihan. Sikap Ayub terhadap kedukaan yang dialaminya tetap dengan berpengharapan bahwa akan ada hal yang indah terjadi pada waktunya. Menyadari bahwa penderitaan yang terjadi berkaitan dengan rencana Allah.⁸⁰ Selain karena kematian anaknya, Ayub juga menderita karena barah busuk yang muncul pada seluruh tubuhnya, sehingga keluarganya dan sahabat-sahabatnya menangis dan meratap selama tujuh hari. Meskipun Ayub adalah orang yang saleh namun pada akhirnya ada masa dia mulai mempertanyakan kepada Tuhan tentang hal yang dialami dan merasa bahwa Tuhan tidak adil terhadap dirinya. Dalam hal ini Ayub menolak dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan “mengapa aku menderita”. Namun pada akhirnya dia dengan ketaatannya yang lebih tinggi sehingga kesedihannya berakhir dengan penerimaan.⁸¹ Tahapan kedukaan yang dialami oleh Ayub adalah denial diawal-awal dengan merasa Tuhan tidak Adil dan berakhir dengan penerimaan bahwa dukacita yang dialami berkaitan dengan rencana Allah.

⁷⁹ Kalis Stevanus, Stefanus M.Marbun, “Memaknai Kisah Ayub Sebagai Refleksi Iman kedalam Menghadapi Penderitaan” LOGIA: Jurnal Teologi Pentakosta, Vol 1. No 1, (Desember 2019), 25

⁸⁰ Windy Nuandri P., Yelinda S.S., Srimart R., “ Kajian Teologis Ayub 1-2 Dan Implikasi Psikologis Terhadap keluarga Kristen Yang Mengalami Kematian Anak di Gereja Toraja Klasis Makale Tengah Jemaat Imanuel Tampo”, KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen, Vol.1, No.2 (Desember 2020) 115

⁸¹ Kalis Stevanus, Stefanus M.M., “ Memaknai Kisah Ayub sebagai Refleksi Iman Dalam Menghadapi Penderitaan” LOGIA” Jurnal Teologi Pentakosta, Vol 2.no.1 (Desember 2019) 26-29.

