

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedukaan merupakan respon emosional yang rumit ketika individu mengalami kematian terhadap seseorang yang memiliki hubungan emosional yang kuat, khususnya orang yang dicintai dalam keluarga.¹ Respons emosional ini tidak hanya berupa kesedihan biasa, tetapi juga melibatkan berbagai reaksi psikologis yang kompleks dan dalam. Kompleksitas reaksi itu terlihat dari munculnya perasaan hampa, penderitaan batin, hilangnya minat terhadap kegiatan sehari-hari, serta gangguan pada pola pikir dan interaksi sosial. Gangguan pada pikiran dan perilaku ini menunjukkan bahwa dukacita bukan hanya sekedar perasaan sementara, melainkan sebuah proses yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu.²

Salah satu bentuk kesedihan yang paling dalam ialah dukacita yang dialami oleh seorang ibu ketika putra-putrinya meninggal dunia. Kehilangan anak tidak hanya menyebabkan rasa sedih yang mendalam, tetapi juga bisa menimbulkan ketidakseimbangan emosional yang berat serta tekanan

¹Yanto P. H dan Thony R. N., "Konseling Pastoral Kedukaan Melaksanakan Tahapan Berduka Kulber Ross Dalam Kasus Kematian Keluarga Inti," *SANCTIUM DOMINE: Jurnal Teologi* 13,no.1 (2023): 77.

²Rossi Anita Sari, "Pengalaman Kehilangan *Loss* dan Berduka *Grief* Pada Ibu Preeklampsia Yang Kehilangan Bayinya," (Skripsi Sarjana Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang 2015): 6.

Psikologis yang terus-menerus. Tekanan tersebut sering kali muncul dalam bentuk kemarahan, depresi, perasaan bersalah, rasa tidak mampu, bahkan bisa menyebabkan seseorang berpikir jika dirinya sendiri yang bertanggung jawab atas kematian anaknya itu. Berbagai respons tersebut menunjukkan bahwa kesedihan yang dirasakan oleh seorang ibu sangat dalam dan bisa berlangsung selama waktu yang cukup lama. Namun, pengalaman dukacita yang dirasakan oleh setiap ibu tetap beragam, karena dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam beradaptasi, pengalaman hidup yang pernah mereka alami serta, cara masing-masing orang menangani tekanan dan penderitaan.³

Berangkat dari pemahaman bahwa kematian memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, maka penting untuk mempelajari bagaimana kondisi ini dipahami dari sudut pandang psikologis. Pemahaman ini membantu mendeskripsikan perasaan dan proses batin yang dirasakan individu saat berhadapan dengan kematian, khususnya bagi seorang ibu yang kehilangan anak. Dalam konteks ini, Totok S. Wiryasaputra dalam *Grief Psychotherapy* menjelaskan bahwa rasa sedih pada orang dewasa sering muncul secara tersembunyi, misalnya berupa perasaan bersalah, penyesalan, menarik diri dari lingkungan sosial, kelelahan secara mental, serta menyalahkan diri sendiri.⁴ Beberapa seorang ibu mengalami kematian anak lebih dari sekali, cukup sering merasa sedih secara

³Zakiyah Mujahidah, Achir YaniS. Hamid, Yossie Susanti E.P., "Pengalaman Kehilangan Dan Berduka Pada Ibu Yang Mengalami Kematian Bayi Di Depok," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 3, no. 2 (2015): 125.

⁴S. Wijayasaputra, *Grief Psychotherapy* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 120-3.

lebih dalam, karena proses pemulihan dari kehilangan sebelumnya belum tuntas, sehingga mereka kembali menghadapi trauma kehilangan yang baru. Kondisi ini bisa menyebabkan masalah psikologis, seperti kesulitan menerima kebenaran, perasaan tidak stabil, serta penurunan kemampuan dalam melakukan kegiatan sehari-hari.⁵ Jika rasa sedih tidak ditangani secara tepat, hal itu dapat menghambat perkembangan pribadi dan berdampak pada aspek psikologis serta spiritual. Oleh karena itu, memahami perkembangan psikologis seorang ibu sangat penting agar dukungan yang diberikan selaras dengan kebutuhan tersebut, serta tahapan kehidupan individu.⁶

Fenomena kedukaan dikemukakan Lichtenthal, Neimeyer, Currier, Roberts dan Jordan. Mereka menemukan bahwa banyak seorang ibu mengalami tingkat kesusahan yang tinggi serta kesulitan untuk memaknai kematian anak mereka, terutama ketika kematian anak terjadi secara tidak sengaja atau traumatis.⁷ Song, Floyd, Seltzer, Geenberg dan Hong juga menemukan bahwa seorang ibu yang ditinggal anak akibat kematian karena penyakit kronis mengalami kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan seorang ibu yang kehilangan anak akibat kecelakaan atau kekerasan.⁸ Selain itu, Wijngaards-

⁵Margaret S. Stroebe, Henk Schut, & Kathrin Boerner, "Cautioning health-care professionals: Bereaved persons are misguided through the stages of grief," *OMEGA – Journal of Death and Dying* 74, no. 4 (2017): 455–7.

⁶S. Wiryasaputra, *Grief Psychotherapy* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 120.

⁷Wendy G. Lichtenthal et al., "Cause of Death and the Quest for Meaning After the Loss of a Child," *Death Studies* 37, no. 4 (2013): 6–8.

⁸Song et al., "Long-term Effects of Child Death on Parents' Health-Related Quality of Life: A Dyadic Analysis," *Family Relations* 59, no. 3 (2010): 279.

de Meij menemukan bahwa kehilangan anak memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental seorang ibu, termasuk peningkatan resiko depresi dan gangguan emosional.⁹

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh penulis di Gereja Toraja Jemaat Bukit Ararat Sangpolo, terdapat perubahan yang cukup nyata dalam kehidupan seorang ibu yang mengalami kehilangan anak secara berturut-turut. Sebelum kejadian kehilangan, seorang ibu tersebut, dikenal sebagai individu yang aktif dalam berbagai kegiatan sosial dan terlibat dalam berbagai aktivitas yang dilakukan oleh jemaat. Seorang ibu secara rutin mengikuti persekutuan dan kegiatan bersama, serta berinteraksi secara terbuka dengan lingkungan sekitarnya. Namun, setelah mengalami kehilangan anak secara berulang, individu mulai menunjukkan kemungkinan untuk menjauh dari lingkungan sosialnya. Perubahan tersebut dapat dilihat dari penurunan partisipasi anggota jemaat dalam berbagai kegiatan, serta berkurangnya keterlibatan inidvidu dalam aktivitas sosial yang sebelumnya dilakukan secara rutin. Individu tampak semakin tertutup dan mengurangi interaksi dengan orang lain. Individu kini tidak lagi hadir secara aktif dalam acara bersama dan lebih memilih untuk tinggal di rumah. Observasi ini menunjukkan adanya perubahan fungsi sosial yang cukup

⁹Stefany Valentia, Winarini Wilman D. Mansoer, "Pemaknaan Orang Tua yang Kehilangan Anak Dalam Peristiwa Kekerasan Politik," *Studi Fenomenologi Jurnal Psikologi Ulayat* 6, no. 2 (2019): 203.

signifikan dibandingkan dengan kondisi sebelum terjadi kematian anaknya secara beruntun.

Adapun hasil wawancara dengan cucu dari individu yang merupakan Informan mengatakan bahwa setelah mengalami kehilangan anak secara beruntun, neneknya semakin pendiam dan tidak lagi tertarik untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Sebelumnya, nenek sering hadir dalam berbagai acara keluarga serta kegiatan gereja, namun kini neneknya lebih memilih untuk tidak terlibat dalam kegiatan tersebut. Informan juga menyebutkan bahwa neneknya sering terbangun tengah malam dan duduk dalam durasi yang cukup lama sebelum akhirnya kembali tidur, sehingga pada pagi hari neneknya terlihat kurang bersemangat.¹⁰

Dampak kehilangan anak secara berturut-turut memberikan pengaruh yang sangat mendalam dan kompleks bagi seorang ibu, baik dari segi emosional, mental, maupun spiritual. Dari sisi emosional, hal ini merupakan kondisi yang mengganggu kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengatur perasaan secara seimbang sesuai dengan situasi yang dialami.¹¹ Secara mental, seseorang yang sedang berduka akibat kematian mengalami sesuatu yang kompleks dan berat. Hal ini seperti, "*Pukulan*" yang menggoncangkan seluruh eksistensinya.¹²

¹⁰Santi, Wawancara Awal oleh Penulis, Tana Toraja, 20 Februari 2026.

¹¹Aura N. M. Muhammad. M. Alvina R. Muhammad I. A. R. I., "Konseling Kedukaan: Dampak Stres Terhadap Kesehatan Emosional dan Fisik dalam Proses Kedukaan," *Jurnal Konseling* 11, no. 1 (2025): 130-1.

¹²Paulus Chendi Runenda, "Strategi Pelayanan Pastoral Kedukaan Yang Holistik" *Jurnal Teologi* 14, no. 1 (2013): 66.

Dari sisi spiritual, juga sangat dirasakan. Individu yang sedang berduka dapat merasa bersalah, malu, menyalahkan, atau marah kepada Tuhan, serta melakukan proses negosiasi secara spiritual.¹³ Kondisi ini menunjukkan bahwa proses berduka yang berulang bukanlah sesuatu yang mudah atau linear melainkan sebuah pengalaman yang dalam dan memerlukan perhatian dan bimbingan.

Untuk memahami proses kedukaan secara struktur, penulis menggunakan teori tahapan, yang diperkenalkan Elizabeth Kubler Ross yaitu lima fase berduka dalam buku *On Death and Dying*, yang telah diterima secara luas dalam penelitian psikologi, medis, dan bimbingan spritual antara lain: Penyangkalan/Penolakan (*Denial*), Marah (*Anger*), Tawar Menawar (*Bargaaining*), Depresi (*Depression*), Penerimaan (*Accptance*).¹⁴

Berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan oleh Elshafa dan Haerani, menunjukkan bahwa remaja dengan gaya *attachment* aman, cenderung mengalami *grief* yang lebih adaptif, ditandai dengan penerimaan kehilangan yang lebih cepat dan dukungan sosial yang efektif, sedangkan *attachment* cemas atau menghindar, berkorelasi dengan *grief* yang berkepanjangan, seperti kesedihan intens dan kesulitan regulasi emosi. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi berbasis teori *attachment* untuk mendukung resiliensi berduka pada remaja yatim piatu.¹⁵

¹³S. Wiryasaputra, *Gief Psychotherapy* (Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2019), 120-3.

¹⁴Kubler Ross, *On Death And Dying* (Yogyakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998), 47.

¹⁵Elshafa Salsabil Anwar dan Haerani Nur, "Attachment dan Grief pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua," *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 3, no. 1 (2023): 69.

Penelitian lain yang membahas mengenai kedukaan mengatakan bahwa Az-Zahra dan Suparman menemukan bahwa individu dewasa awal mengalami kedukaan dengan gejala dan tahapan yang berbeda-beda pasca kematian orang tua karena sakit, dipengaruhi oleh *coping* antisipasi, persepsi, hubungan emosional, dan dukungan sosial. Hanya satu dari empat partisipan menjalani kelima tahapan Kubler-Ross (penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, penerimaan), sementara yang lain melewati tiga hingga empat tahap. Pengalaman ini mencakup aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual yang unik per individu.¹⁶

Sementara itu, Ausie dan Mansoer menyatakan bahwa kehilangan yang terjadi secara berulang dapat menyebabkan dampak psikologis yang lebih rumit dan memperlambat proses penerimaan dibandingkan dengan mengalami kehilangan yang hanya terjadi sekali.¹⁷

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Estin Asri Kadang mengacu pada teori lima tahap kedukaan Elisabeth Kubler-Ross, yang menekankan pada munculnya tahapan-tahapan kedukaan yang dialami seseorang setelah mengalami kehilangan. Penelitian ini membantu memahami dinamika tahapan kedukaan, termasuk kemungkinan munculnya tahapan secara tidak linier dan berulang dalam kehidupan orang yang berduka.

¹⁶Ratu Aliyah Az-Zahra dan Meiske Yunithree Suparman, "Gambaran Pengalaman Kedukaan Individu Dewasa Awal Pasca Kematian Orang Tua Karena Sakit," *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 4, no. 1 (2024): 56.

¹⁷Ausie R. K. dan Mansoer W. W., "Mengapa Tuhan Mengambil Mereka? Pengalaman Duka Dan Pemaknaan Anak Yang Kehilangan kedua Orang Tua Secara Beruntun," *Jurnal Psikologi Ulayat* 8, no. 2 (2020): 154.

Penelitian mengenai kedukaan telah dilakukan oleh berbagai peneliti dengan fokus yang berbeda-beda. Elshafa dan Haerani meneliti hubungan antara gaya attachment dan proses kedukaan pada remaja yatim piatu. Sementara itu, Az-Zahra dan Suparman mengkaji tahapan kedukaan yang dialami individu dewasa awal setelah kehilangan orang tua. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa proses kedukaan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti hubungan emosional dengan orang yang meninggal, dukungan sosial, persepsi terhadap kehilangan, dan kemampuan individu dalam menghadapi kehilangan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Estin Asri Kadang menggunakan teori lima tahap kedukaan Elisabeth Kubler-Ross untuk melihat tahapan-tahapan kedukaan yang dialami partisipan setelah mengalami kehilangan. Fokus penelitian tersebut adalah mengidentifikasi tahapan kedukaan yang muncul berdasarkan teori Kubler-Ross.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa hal yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya. Penelitian Estin Asri Kadang lebih berfokus pada tahapan kedukaan yang dialami partisipan, sedangkan pengalaman kedukaan yang dirasakan dan dimaknai oleh individu belum dibahas secara mendalam. Selain itu, penelitian tersebut belum mengaitkan pengalaman kedukaan dengan praktik konseling pastoral, sehingga kebutuhan pendampingan pastoral bagi individu yang mengalami kehilangan belum menjadi perhatian utama. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitian yang digunakan. Estin Asri Kadang menggunakan pendekatan fenomenologi deskriptif untuk

menggambarkan pengalaman partisipan. Sementara itu, penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus untuk memahami secara lebih mendalam tahapan dan pengalaman kedukaan seorang ibu yang kehilangan anak secara berturut-turut. Penelitian ini tidak hanya melihat pada tahapan kedukaan yang muncul, tetapi juga berusaha memahami bagaimana subjek mengalami, memaknai, dan menjalani proses kedukaan tersebut dalam kehidupannya.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji tahapan dan pengalaman kedukaan seorang ibu akibat kehilangan anak secara berturut-turut dalam konteks praktik konseling pastoral. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman kedukaan serta kebutuhan pendampingan pastoral yang diperlukan oleh individu yang mengalami kehilangan. Penelitian ini penting dilakukan karena kehilangan anak merupakan salah satu pengalaman yang sangat berat bagi orang tua. Kehilangan yang terjadi secara berturut-turut dapat menimbulkan kesedihan yang mendalam dan memengaruhi kondisi emosional, sosial, serta spiritual seseorang. Selain itu, setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi kehilangan. Oleh karena itu, memahami tahapan kedukaan saja belum cukup untuk menjelaskan seluruh pengalaman yang dialami oleh seseorang yang sedang berduka. Diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana individu merasakan, memaknai, dan menjalani proses kedukaan dalam kehidupannya sehari-hari.

Penelitian ini juga penting karena masih sedikit penelitian yang membahas pengalaman kedukaan seorang ibu akibat kehilangan anak secara berturut-turut dalam konteks praktik konseling pastoral. Karena, pemahaman mengenai pengalaman tersebut dapat membantu konselor pastoral memahami kebutuhan orang yang sedang berduka dan memberikan pendampingan yang lebih sesuai dengan kondisi yang dialaminya. Melalui penelitian ini, diharapkan diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai tahapan dan pengalaman kedukaan seorang ibu akibat kehilangan anak secara berturut-turut. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi konselor pastoral dalam memberikan pendampingan yang lebih peka, tepat, dan sesuai dengan kebutuhan individu yang sedang mengalami kedukaan.

B. Fokus Masalah

Dari uraian latar belakang masalah tersebut, maka fokus permasalahan dalam penelitian ini tertuju pada tahapan kedukaan dan pengalaman yang dialami oleh seorang ibu yang kehilangan anak secara berturut-turut di gereja Toraja Jemaat Bukit Ararat Sangpolo. Penelitian ini memusatkan perhatian pada proses kedukaan seorang ibu, respons emosional, psikologis, dan spiritual yang muncul, serta bagaimana praktik pastoral konseling dilakukan dalam menghadapi kedukaan beruntun tersebut.

C. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah

Bagaimana tahapan dan pengalaman kedukaan yang dialami oleh seorang ibu yang kehilangan anak secara beruntun dalam konteks praktik Pastoral konseling: studi kasus di gereja Toraja Jemaat Bukit Ararat Sangpolo

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah menganalisis tahapan dan pengalaman kedukaan seorang ibu yang kehilangan anak secara beruntun dalam konteks praktik pastoral konseling: studi kasus di gereja Toraja Jemaat Bukit Ararat Sangpolo.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Melalui penelitian ini, penulis berharap penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber referensi bagi Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, khususnya bagi dosen dan mahasiswa Program Studi Pastoral Konseling. Dalam hal pentingnya pemahaman terhadap tahapan dan pengalaman berdukaan akibat kematian beruntun, yang relevan dalam mata kuliah Pratikum *Assessment Individu*, serta *Basic Micro Counseling*.

2. Manfaat Praktis

Karya ilmiah ini diharapkan memberikan kontribusi bagi gereja dalam meningkatkan pemahaman dan perhatian terhadap individu yang sedang

mengalami fase berduka. Bagi konselor pastoral, karya ini diharapkan menjadi pedoman untuk memberikan dukungan yang lebih tepat dan efektif kepada mereka yang berduka akibat kematian beruntun, sekaligus membantu menyesuaikan pendekatan berdasarkan tahapan kedukaan yang telah teridentifikasi.

F. Sistematika Penulisan

- BAB I** Latar Belakang Masalah, Fokus Penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Sistematika Penulisan.
- BAB II** Kajian Teori yang terdiri dari pengertian kedukaan, dimensi kedukaan, gejala kedukaan, jenis-jenis kedukaan, perspektif Elizabeth Kubler Ros tentang tahapan kedukaan, konseling kedukaan, kedukaan seorang ibu yang kehilangan anak secara beruntun, tokoh Alkitab yang kehilangan anak secara beruntun
- BAB III** Metode penelitian. gambaran umum lokasi penelitian, waktu penelitian, informan, teknik pengumpulan data, analisis data, dan instrumen penelitian.
- BAB IV** Hasil Penelitian tahapan kedukaan kematian beruntun, hasil analisis tahapan kedukaan kematian beruntun, dan refleksi teologis.
- BAB V** Kesimpulan dan Saran.