

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehilangan orang tua merupakan salah satu peristiwa kehidupan yang paling berat dan berpengaruh dalam perkembangan psikologis remaja. Masa remaja adalah periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif yang signifikan. Pada fase ini, remaja masih membutuhkan kehadiran dan peran orang tua sebagai sumber kasih sayang, perlindungan, bimbingan, serta dukungan moral dalam pembentukan identitas diri. Ketika orang tua meninggal dunia, remaja tidak hanya kehilangan figur penting dalam kehidupannya, tetapi juga kehilangan sumber utama dukungan emosional dan sosial.¹

Secara psikologis, kehilangan orang tua dapat menimbulkan reaksi grief atau kedukaan yang mendalam. Grief pada remaja dapat muncul dalam bentuk kesedihan

¹ Siti Wardah Annisa, Ananda Ade Salsabila, and Aulia Meylindah Mahmud, "Perkembangan Emosional Remaja Broken Home," *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2024): 709–26.

berkepanjangan, perasaan marah, rasa bersalah, kecemasan, penarikan diri dari lingkungan sosial, hingga penurunan motivasi belajar. Apabila proses kedukaan ini tidak dikelola dengan baik, maka dapat menyebabkan terganggunya perkembangan kepribadian, kesehatan mental, serta fungsi sosial remaja. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan ideal, yaitu remaja mampu berkembang secara optimal, dengan realita di lapangan.¹

Kompleksitas permasalahan ini menunjukkan bahwa pemulihan grief pada remaja tidak hanya merupakan persoalan individu, tetapi juga persoalan sosial yang melibatkan sistem pendukung di sekitarnya. Apabila kondisi ini dibiarkan tanpa intervensi yang memadai, dikhawatirkan akan menghambat proses perkembangan remaja, mengganggu pencapaian tugas-tugas perkembangan, serta berdampak pada kualitas sumber daya manusia.

¹ Fina Rismayanti et al., "Pengaruh Kehilangan Dan Berduka Terhadap Kondisi Mental Individu," *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 4, no. 1 (2026): 103–16.

Kedukaan (*Grief*) berdampak luas pada kesehatan fisik dan mental, mulai dari risiko penyakit jantung hingga gangguan konsentrasi yang menghambat aktivitas sehari-hari. Dalam kondisi ini, dukungan sosial berperan sebagai pelindung utama yang meredakan stres dan mencegah rasa kesepian yang berlebihan. Jaringan sosial yang baik memberikan dukungan emosional yang mempercepat proses pemulihan.²

Menurut Trianah and Pieter Sahertian bentuk dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, bantuan praktis, serta dukungan informasional yang membantu remaja dalam menjalani kehidupan pasca-kehilangan. Dalam konteks sosial, dukungan dari lingkungan sekitar sangat berperan dalam membantu remaja melewati masa kedukaan.³

² M Katherine Shear et al., "Complicated Grief And Related Bereavement Issues For Dsm-5," *Depress Anxiety* 28, no. 2 (2012): 108–27.

³ Trianah and Pieter Sahertian, "Lingkungan Keluarga, Lingkungan Sosial Dan Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Hasil Belajar," *Jurnal Penelitian Dan Pendidikan IPS* 14, no. 1 (2020): 7–14.

Ervy Widyanti, Johana Purba, dan Aries Yulianto mengatakan bahwa dukungan sosial baik dari keluarga, kerabat, teman sebaya, guru, maupun tokoh masyarakat terbukti mampu memberikan dampak positif dalam proses adaptasi remaja terhadap kehilangan.⁵

Menurut teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino, dukungan sosial mencakup beberapa bentuk, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Keempat bentuk dukungan ini memiliki peran penting dalam membantu individu mengatasi stres dan tekanan psikologis, termasuk dalam proses pemulihan *grief*.⁶

Fatwa Tentama mengungkapkan bahwa kehilangan orang tua pada masa remaja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti rasa kesepian yang mendalam, perasaan ditinggalkan, gangguan kecemasan, depresi, bahkan

⁵ Ervy Widyanti, Johana Purba, and Aries Yulianto, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru," *Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2020): 80–82.

⁶ Edward P Sarafino and Timothy W. Smith, *Health Psychology, Biopsychosocial Interactions*, Mariah Maguire-Fong, Seventh (John Wiley dan Sons Inc, 2011).

kemarahan yang tak tersalurkan. Dalam beberapa kasus, remaja yang mengalami kehilangan ini menunjukkan penurunan prestasi akademik, gangguan hubungan sosial, hingga peningkatan risiko terhadap perilaku menyimpang seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan zat, dan isolasi sosial. Kondisi ini menunjukkan betapa besar kebutuhan remaja akan sistem dukungan yang kuat dalam menghadapi dan mengelola duka yang mereka alami. Sehingga para remaja yang merasakan kehilangan sangat membutuhkan dukungan yang sangat kuat sehingga membuat remaja bersemangat dalam menjalani hari-harinya meskipun tidak sama lagi.

Berdasarkan data yang saya dapatkan di Desa Lubuk Sahung Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma bahwa terdapat 10 orang remaja yang mengalami kehilangan orang tua.⁷ Situasi ini dapat menimbulkan berbagai tantangan bagi para remaja tersebut, termasuk perasaan kesepian, kecemasan, depresi, kesulitan dalam penyesuaian diri di sekolah dan

⁷ Siti Nuraini, *Data Desa*, 2025.

lingkungan sosial, serta potensi kerentanan terhadap perilaku berisiko. Tanpa dukungan sosial yang cukup, pemulihan remaja dari pengalaman kehilangan atau trauma bisa terhambat dan berdampak pada kesejahteraan psikologis maupun sosial mereka. Remaja yang kurang mendapat dukungan berisiko mengalami stres, cemas, depresi, dan perasaan terasing, yang dapat menurunkan rasa percaya diri. Oleh karena itu, dukungan sosial sangat penting agar remaja mampu beradaptasi dan berkembang dengan baik setelah mengalami trauma atau kehilangan.

Selain itu, masih terdapat anggapan di masyarakat bahwa kesedihan akibat kehilangan adalah hal yang wajar dan akan sembuh dengan sendirinya seiring berjalannya waktu. Pandangan tersebut terkadang menyebabkan kurangnya perhatian terhadap kebutuhan emosional remaja yang sedang berduka. Padahal, tanpa dukungan yang tepat, grief yang tidak terselesaikan dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks, seperti gangguan kecemasan, depresi, kesulitan penyesuaian diri, dan penurunan kualitas hubungan

sosial.⁸

Berdasarkan hal diatas maka penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana bentuk dukungan sosial (emosional, informasional, instrumental, dan penilaian) dapat memperkuat daya adaptasi remaja, mencegah mereka dari perilaku menyimpang, serta mendukung perkembangan psikologis dan sosial mereka. Dengan demikian, arah penelitian ini adalah untuk menegaskan pentingnya kehadiran dukungan sosial yang kuat sebagai faktor kunci dalam pemulihan remaja pasca kehilangan orang tua, serta memberikan gambaran bagi masyarakat agar lebih peduli dan berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif.

Data di lapangan yang dilakukan di Desa Lubuk Sahung menunjukkan bahwa remaja merasakan kurangnya dukungan dan dorongan dari lingkungan sekitar baik dari keluarga, tetangga ataupun masyarakat lainnya. Sehingga membuat remaja tersebut merasa kurangnya interaksi di desa tersebut yang membuat remaja tersebut merasa tidak dianggap disesa

⁸ Masyarakat, *Pandangan Masyarakat Desa Lubuk Sahung*, 2025.

Lubuk Sahung tersebut Peneliti memperoleh data awal melalui observasi dan mendengar langsung keluhan dari remaja tersebut kepada pihak desa. Sehingga saya mencari tau lebih dalam tentang hal yang dirasakan remaja tersebut. Peneliti menemukan bahwa dukungan sosial kepada para remaja di desa Lubuk Sahung sangat kurang sehingga remaja merasa kurangnya ada dukungan. Maka dari itu peneliti meneliti hal yang membuat dukungan sosial itu mendukung proses pemulihan remaja yang kehilangan orang tua.

Selain itu, masih terdapat anggapan di masyarakat bahwa kesedihan akibat kehilangan adalah hal yang wajar dan akan sembuh dengan sendirinya seiring berjalannya waktu. Pandangan tersebut terkadang menyebabkan kurangnya perhatian terhadap kebutuhan emosional remaja yang sedang berduka. Padahal, tanpa dukungan yang tepat, *grief* yang tidak terselesaikan dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks, seperti gangguan kecemasan, depresi, kesulitan penyesuaian diri, dan penurunan kualitas hubungan

sosial.⁹

Berdasarkan hal diatas maka penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana bentuk dukungan sosial (emosional, informasional, instrumental, dan penilaian) dapat memperkuat daya adaptasi remaja, mencegah mereka dari perilaku menyimpang, serta mendukung perkembangan psikologis dan sosial mereka. Dengan demikian, arah penelitian ini adalah untuk menegaskan pentingnya kehadiran dukungan sosial yang kuat sebagai faktor kunci dalam pemulihan remaja pasca kehilangan orang tua, serta memberikan gambaran bagi masyarakat agar lebih peduli dan berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif.

Data di lapangan yang dilakukan di Desa Lubuk Sahung menunjukkan bahwa remaja merasakan kurangnya dukungan dan dorongan dari lingkungan sekitar baik dari keluarga, tetangga ataupun masyarakat lainnya. Sehingga membuat remaja tersebut merasa kurangnya interaksi di desa tersebut yang membuat remaja tersebut merasa tidak dianggap disesa

⁹ Masyarakat, *Pandangan Masyarakat Desa Lubuk Sahung*, 2025.

Lubuk Sahung tersebut¹⁰ Peneliti memperoleh data awal melalui observasi dan mendengar langsung keluhan dari remaja tersebut kepada pihak desa. Sehingga saya mencari tau lebih dalam tentang hal yang dirasakan remaja tersebut. Peneliti menemukan bahwa dukungan sosial kepada para remaja di desa Lubuk Sahung sangat kurang sehingga remaja merasa kurangnya ada dukungan. Maka dari itu peneliti meneliti hal yang membuat dukungan sosial itu mendukung proses pemulihan remaja yang kehilangan orang tua.¹¹

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana proses *grief* remaja pasca kemataian orang tua di Desa Lubuk Sahung Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma?
2. Bagaimana dukungan sosial dalam pemulihan *grief* remaja pasca kematian orang tua di Desa Lubuk Sahung Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma?

¹⁰ Nuraini, *Observasi Bersama Sekretaris Desa*.

¹¹ Remaja, *Observasi Remaja Di Desa Lubuk Sahung*, 2025.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini penulis batasi pada masalah yang akan dibahas yaitu :

1. Remaja dengan rentang usia 13 hingga 18 tahun
2. Remaja yang mengalami kehilangan orang tua dalam kurun waktu 6 bulan hingga 3 tahun terakhir.
3. Dukungan Sosial dari aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informative.
4. Dampak *grief* dari aspek emosional, fisik, sosial dan spiritual

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, terdapat beberapa tujuan penelitian diantaranya untuk:

1. Untuk mendeskripsikan dan menganalisis gambaran mendalam mengenai proses duka cita (*grief*) yang dialami remaja pasca kematian orang tua di Desa Lubuk Sahung, Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Seluma.

2. Untuk mengidentifikasi dan memahami bentuk dukungan sosial yang berperan dalam proses pemulihan *grief* pada remaja pasca kematian orang tua di Desa Lubuk Sahung, Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Seluma, serta bagaimana dukungan tersebut membantu remaja bangkit dari masa sulit.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan oleh penulis dalam penelitian ini yakni untuk sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan menambah ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya mengenai peran dukungan sosial dalam konteks kehilangan dan pemulihan pada remaja. terkait dukungan sosial, resiliensi, dan trauma pada masa remaja.
- b. Mampu menambah pemahaman yang lebih mendalam dan holistik mengenai bagaimana remaja yang kehilangan orang tua mengalami proses pemulihan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang berharga bagi para psikolog, pekerja sosial, konselor, guru, dan pihak-pihak lain yang bekerja dengan remaja yang mengalami kehilangan.
- b. Keluarga dan lingkungan terdekat: Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada anggota keluarga, teman, dan komunitas di sekitar remaja yang berduka tentang pentingnya dukungan sosial dan bagaimana cara memberikannya secara sensitif dan konstruktif. Hal ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih suportif bagi proses pemulihan remaja.
- c. Remaja di Desa Lubuk Sahung : Penelitian ini memberi remaja kesempatan bersuara, mengidentifikasi kebutuhan dukungan spesifik mereka, meningkatkan akses ke sumber daya dukungan yang tepat, serta membantu membangun resiliensi dan kesejahteraan psikologis.

d. Peneliti selanjutnya: Penelitian ini menjadi landasan untuk penelitian lanjutan, mengidentifikasi fokus penelitian baru, memberikan contoh metode penelitian kualitatif, dan memfasilitasi perbandingan antar budaya.

F. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti lainnya, maka beberapa penelitian terdahulu yang relevan digunakan sebagai kajian penelitian terdahulu dalam penelitian ini, antara lain :

1. Penelitian skripsi Oleh Glory Romanna Manalu tahun (2024) yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Emerging Adulthood Yang Mengalami Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua. Metode yang digunakan adalah kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan berupa analisis korelasi product moment pearson (SPSS). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada masa emerging

adulthood yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua. Penelitian ini sama-sama meneliti tentang dukungan sosial akibat kehilangan orang tua, dan perbedaannya penelitian ini fokus pada dukungan sosial dengan resiliensi pada *emerging adulthood* sedangkan penelitian saya fokus pada proses pemulihan remaja.¹²

2. Penelitian skripsi oleh Astri Yani Calsum dan Eny Purwandari tahun (2024) yang berjudul Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Remaja Pasca Kematian Orang Tua: Sebuah Kajian Literatur. Metode yang digunakan kualitatif, teknik analisis data yang digunakan fenomenologi dan hasilnya bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi positif terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian. Kesamaannya pada penelitian saya yaitu sama-sama meneliti dukungan sosial terhadap remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian, dan perbedaannya bahwa penelitian ini meneliti

¹² Glory Romanna Manalu and Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Emerging Adulthood Yang Mengalami Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua," *Jurnal Psikologi Malahayati* 7, no. 1 (2025): 28–37.

tentang resiliensi pasca kematian dan penelitian saya tentang proses pemulihan remaja yang kehilangan orang tua.¹³

3. Penelitian skripsi oleh Fatimah Ibda tahun (2023) yang berjudul Dukungan Sosial: sebagai bantuan menghadapi stres dalam kalangan remaja yatim di panti asuhan. Metode yang digunakan yaitu kualitatif, teknik analisis data yang digunakan berupa analisis sistematik review. Hasil dari penelitian ini dukungan sosial pada remaja yatim di panti asuhan berpengaruh untuk melindungi dan menurunkan konsekuensi negatif pada psikologis remaja, membantu remaja dalam beradaptasi atas pengalaman buruk yang dapat memicu stres dan traumatis. Kesamaan dengan penelitian saya yaitu sama-sama meneliti dukungan sosial dan perbedaannya penelitian ini fokus pada bantuan menghadapi stress dalam kalangan remaja yatim di panti asuhan dan penelitian saya fokus pada proses pemulihan

¹³ Astri Yani Calsum and Eny Purwandari, “Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Remaja Pasca Kematian Orang Tua: Sebuah Kajian Literatur,” *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 9, no. 2 (2024): 139.

remaja yang kehilangan orang tua.¹⁴

4. Jurnal Suprapmanto, Mukti, and Sujoko (2023) “Resiliensi Remaja Pasca Kematian Salah Satu Orangtua Diakibatkan Kecelakaan” oleh Alifian Yogi Suprapmanto, Patria Mukti, dan Sujoko dari Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta, Indonesia. Jurnal ini menggunakan metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dengan metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara langsung dengan teknik wawancara semi terstruktur, jurnal ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada remaja pasca kematian salah satu orang tuanya yang diakibatkan kecelakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran resiliensi remaja berbeda-beda hal tersebut dapat di pengaruhi oleh latar belakang remaja, gender dan peran pasca kematian salah satu orang tua, adapun upaya Resiliensi yang dilakukan remaja seperti berusaha untuk

¹⁴ Fatimah Ibda, “Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres Dalam Kalangan Remaja Yatim Di Panti Asuhan,” *Intelektualita* 12, no. 2 (2023)

ihklas dengan cara mendoakan, mengenang. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada jenis pendekatan yang diambil, penelitian terdahulu merupakan pendekatan fenomenologi sementara penelitian ini menyoroti secara khusus peran dukungan sosial dalam pemulihan *grief* remaja di Desa Lubuk Sahung, Kecamatan Sukaraja.¹⁵

5. Penelitian oleh Vina Maulidia (2024) berjudul Gambaran Grief Pada Remaja Yang Mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, Hasil penelitian ini berusaha mendiskripsikan dan menjelaskan gambaran grief pada remaja yang mengalami kematian orangtua akibat kecelakaan serta untuk mengetahui fase-fase grief pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kecelakaan. Kesamaan dari keduanya sama-sama meneliti grief pada remaja yang mengalami kematian dan perbedaannya bahwa penelitian ini fokus pada gambaran

¹⁵ Alifian Yogi Suprapmanto and Patria Mukti, "Resiliensi Remaja Pasca Kematian Salah Satu Orangtua Diakibatkan Kecelakaan," *Journal of Psychology* 7, no. 1 (2023): 34–44.

grief sedangkan penelitian saya fokus pada dukungan sosial.¹⁶

G. Sistematika Penulisan

BAB I Berisi Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Batasan Masalah, Manfaat Penelitian, Manfaat Penelitian, Penelitian Terdahulu, dan Sistematika Penulisan.

BAB II Berisi Landasan Teori yang di dalamnya membahas tentang Dukungan Sosial Dalam Pemulihan *Grief* Remaja Pasca Kematian Orang Tua Di Desa Lubuk Sahung Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma

BAB III Berisi metode penelitian yang meliputi Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, Informan Penelitian, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data, Uji Keabsahan Data, dan Teknik Analisis Data.

¹⁶ Vina Maulidia, "Gambaran Grief Pada Remaja Yang Mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan," *Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 2 (2024): 290–302.

BAB IV Hasil pembahasan dari penelitian yang berkaitan tentang Dukungan Sosial Dalam Pemulihan *Grief* Remaja Pasca Kematian Orang Tua Di Desa Lubuk Sahung Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma

BAB V Penutup meliputi kesimpulan dan saran.

