



POST-TRAUMATIC GROWTH PADA ANAK PEREMPUAN PASCA KEMATIAN AYAH

Stevie Feliana Br. Simamora^{1,2}, Zakwan Adri²

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, Indonesia^{1,2}

e-mail: steviefeliana95@gmail.com

Diterima: 8/07/2026; Direvisi: 20/07/2026; Diterbitkan: 22/07/2026

ABSTRAK

Penelitian mengenai pengalaman perempuan setelah kematian ayah di Indonesia masih terbatas, terutama penelitian yang membedakan strategi koping, proses adaptasi, dan perubahan positif yang berkaitan dengan post-traumatic growth. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi reaksi duka dan sumber daya yang dipersepsikan membantu perempuan beradaptasi setelah kematian ayah. Penelitian menggunakan survei kualitatif dengan pendekatan indigenous psychology. Penelitian ini melibatkan 172 perempuan yang telah kehilangan ayah karena kematian dan direkrut secara purposif. Data dikumpulkan melalui kuesioner terbuka dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan mengalami beragam reaksi duka, seperti kesedihan, rasa kehilangan, penyangkalan, kemarahan, kerinduan terhadap keberadaan ayah, dan proses penerimaan. Sumber daya yang membantu proses adaptasi meliputi dukungan keluarga dan sahabat, praktik serta pemaknaan spiritual, keterlibatan dalam aktivitas positif, ekspresi emosi, dan pengembangan kemandirian. Sebagian partisipan juga masih mengalami kesulitan dalam menghadapi kehilangan. Temuan ini tidak secara langsung membuktikan terjadinya post-traumatic growth, tetapi mengidentifikasi sumber daya adaptasi dan kemungkinan perubahan positif yang perlu dikaji lebih mendalam. Hasil penelitian dapat menjadi dasar pengembangan dukungan kedukaan yang melibatkan keluarga, sekolah, komunitas keagamaan, dan tenaga kesehatan mental.

Kata Kunci: *Anak Perempuan, Duka, Kematian Ayah, Post-Traumatic Growth (PTG)*

ABSTRACT

Research on women's experiences following paternal death in Indonesia remains limited, particularly studies that distinguish coping strategies, adaptation processes, and positive changes associated with post-traumatic growth. This study aimed to explore grief reactions and the resources perceived to help women adapt after the death of their fathers. A qualitative survey using an indigenous psychology approach was employed. The study involved 172 women who had lost their fathers due to death and were recruited through purposive sampling. Data were collected using an open-ended questionnaire and analyzed through thematic analysis. The findings showed that participants experienced various grief reactions, including sadness, a sense of loss, denial, anger, longing for their fathers' presence, and gradual acceptance. Resources that supported the adaptation process included support from family and friends, spiritual practices and meaning-making, engagement in positive activities, emotional expression, and the development of independence. Some participants continued to experience difficulties in coping with the loss. These findings do not directly establish the occurrence of post-traumatic growth but identify adaptive resources and potential positive changes that require further investigation. The findings may provide a basis for developing bereavement support involving families, schools, religious communities, and mental health professionals.

Keywords: *Daughters, Father Loss, Grief, Post-Traumatic Growth (PTG)*





PENDAHULUAN

Kehilangan orang yang dicintai merupakan pengalaman kehidupan yang dapat terjadi karena perpisahan, perceraian, atau kematian. Dalam konteks Indonesia, Badan Pusat Statistik (2025) mencatat 399.921 kasus perceraian pada 2024, sedangkan KemenPPPA (2024) melaporkan bahwa sekitar 2,19% penduduk berusia 15–49 tahun berstatus cerai hidup. Kementerian Sosial RI (2025) juga mencatat besarnya jumlah anak yang tidak memiliki salah satu atau kedua orang tua. Data BPS dan UNICEF Indonesia menunjukkan bahwa sebagian anak mengalami keterbatasan kehadiran ayah dalam kehidupan sehari-hari (Badan Pusat Statistik, 2025; UNICEF Indonesia, 2025). Meskipun sama-sama berkaitan dengan ketidakhadiran figur ayah, kondisi *fatherless* akibat perceraian, pekerjaan, atau keterpisahan tempat tinggal berbeda dari kehilangan ayah karena kematian yang bersifat permanen. Oleh karena itu, penelitian ini secara khusus berfokus pada pengalaman perempuan setelah kematian ayah.

Ayah memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis, sosial, dan emosional anak. Namun, tidak setiap individu memiliki kesempatan untuk tumbuh dengan kehadiran ayah karena perceraian, keterpisahan, atau kematian (Putri Fajriyanti & Saputri, 2024). Kematian terjadi ketika tubuh tidak lagi mampu mempertahankan fungsi kehidupan dan secara umum dapat disebabkan oleh penyakit atau proses biologis maupun faktor eksternal, seperti kecelakaan (Hutasoit & Brahmana, 2021; Nur'ainy et al., 2025; Suprapmanto et al., 2023; World Health Organization, 2024). Meskipun penyebab kematian dapat memengaruhi pengalaman kehilangan, penelitian ini tidak berfokus pada klasifikasi kematian, melainkan pada respons duka dan proses adaptasi individu yang ditinggalkan.

Kematian seseorang tidak hanya berkaitan dengan individu yang meninggal, tetapi juga memengaruhi orang-orang yang memiliki hubungan emosional dengannya. Individu yang ditinggalkan dapat mengalami keterkejutan, kesedihan, kesepian, ketakutan, kemarahan, rasa bersalah, dan kesulitan menerima kenyataan. Respons tersebut merupakan bagian dari pengalaman duka yang wajar setelah kehilangan orang yang dicintai (Kustanti et al., 2024; Novianti, 2021; Worden, 2018). Pengalaman duka tidak berlangsung dengan cara yang sama pada setiap individu karena dipengaruhi oleh usia ketika kehilangan terjadi, kedekatan dengan orang yang meninggal, kondisi kematian, dukungan sosial, serta konteks keluarga dan budaya.

Kematian orang tua dapat memberikan dampak besar terhadap perkembangan anak dan remaja. Kehilangan orang tua dapat memengaruhi kondisi emosional, psikologis, sosial, dan perkembangan individu (Nickman et al., 1998; Ulfayasha et al., 2025). Remaja yang kehilangan orang tua dapat mengalami kesedihan, ketakutan, kesepian, mimpi buruk, dan tekanan psikologis yang berat (Harjuna & Rinaldi, 2022; Suprapmanto et al., 2023). Mereka juga dapat mengalami kemarahan, penolakan, hilangnya rasa aman, penarikan diri dari lingkungan sosial, kesulitan berkonsentrasi, penurunan prestasi akademik, serta perubahan perilaku. Menurut Bowlby (2018), respons anak terhadap kematian orang tua dipengaruhi oleh usia, kualitas hubungan dengan orang tua yang meninggal, dan dukungan yang tersedia di lingkungan sekitarnya.

Kematian ayah dapat menjadi pengalaman yang sangat bermakna bagi anak perempuan karena ayah sering dipersepsikan sebagai sumber perlindungan, kasih sayang, dukungan, dan rasa aman. Hubungan yang hangat dengan ayah berperan dalam pembentukan konsep diri, kepercayaan diri, regulasi emosi, dan kemampuan membangun hubungan interpersonal. Dengan demikian, kematian ayah tidak hanya berarti kehilangan anggota keluarga, tetapi juga



kehilangan figur afektif yang memiliki peran penting dalam kehidupan. Anak yang kehilangan orang tua dapat mengalami perubahan dalam hubungan interpersonal dan menghadapi tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan peran baru di dalam keluarga (Mason, 2026). Pada perempuan, kematian ayah juga dapat memengaruhi identitas diri, rasa aman, dan cara mereka memaknai hubungan dengan orang lain (Ramadhanti, 2021).

Pengalaman duka pada perempuan perlu dipahami tanpa mendasarkan penjelasan pada stereotip bahwa perempuan selalu lebih emosional, sedangkan laki-laki lebih rasional. Sejumlah penelitian memang melaporkan adanya variasi dalam cara perempuan dan laki-laki mengekspresikan emosi, tetapi perbedaan tersebut juga dipengaruhi oleh norma gender, pola komunikasi keluarga, lingkungan sosial, dan budaya (Abidin & Mujahid, 2022). Oleh sebab itu, pengalaman perempuan setelah kematian ayah lebih tepat dipahami melalui makna yang mereka berikan terhadap kehilangan, kualitas relasi dengan ayah, serta dukungan yang tersedia selama proses kedukaan.

Meskipun kematian ayah dapat menimbulkan tekanan psikologis, sebagian individu mampu menata kembali kehidupan dan melaporkan perubahan positif setelah berjuang menghadapi kehilangan. Perubahan tersebut dikenal sebagai *post-traumatic growth* atau PTG. PTG mengacu pada perubahan positif yang berkembang melalui perjuangan menghadapi peristiwa yang sangat menantang, bukan sekadar berkurangnya kesedihan atau kembalinya individu pada kondisi sebelum kehilangan (Hasanah et al., 2023; Sarikoç & Uğur, 2025; Titlestad et al., 2022). Berdasarkan *Post-Traumatic Growth Inventory*, PTG mencakup lima domain, yaitu hubungan yang lebih bermakna dengan orang lain, munculnya kemungkinan baru, peningkatan kekuatan pribadi, perubahan spiritual, dan penghargaan yang lebih besar terhadap kehidupan (Tedeschi & Calhoun, 1996).

PTG perlu dibedakan dari koping, resiliensi, dan adaptasi. Koping merupakan upaya individu untuk mengelola tekanan, sedangkan resiliensi mengacu pada kemampuan mempertahankan atau memulihkan fungsi setelah menghadapi kesulitan. PTG menunjukkan perubahan yang lebih mendalam dalam cara individu memandang diri sendiri, orang lain, kehidupan, masa depan, dan spiritualitas. Karena itu, kegiatan seperti berkumpul dengan keluarga, berdoa, mengikuti organisasi, melakukan hobi, menulis jurnal, atau berkonsultasi dengan psikolog lebih tepat dipahami sebagai strategi koping atau sumber daya adaptasi. Kegiatan tersebut baru dapat dikaitkan dengan PTG apabila disertai perubahan positif yang lebih luas dan relatif menetap.

Dukungan sosial menjadi salah satu sumber daya penting dalam proses adaptasi setelah kehilangan. Dukungan keluarga, sahabat, dan komunitas dapat memberikan rasa aman, kesempatan untuk mengekspresikan emosi, serta bantuan dalam membangun kembali makna kehidupan. Sumber daya sosial, karakteristik individual, dan strategi koping dapat mendukung munculnya perubahan positif setelah individu menghadapi krisis (Buana, 2020; Turan et al., 2023). Selain dukungan sosial, spiritualitas juga dapat membantu individu memahami kematian, menerima kenyataan kehilangan, dan mempertahankan harapan. Dalam konteks Indonesia, proses adaptasi setelah kematian ayah kemungkinan berlangsung melalui keterhubungan dengan keluarga, komunitas, nilai kebersamaan, dan praktik keagamaan.

Pendekatan *indigenous psychology* digunakan untuk memahami pengalaman tersebut berdasarkan konsep, nilai, bahasa, dan praktik kehidupan yang berkembang dalam konteks budaya partisipan. Pendekatan ini menekankan bahwa pengalaman psikologis tidak dapat dipisahkan dari lingkungan sosial dan budaya tempat individu hidup (Putri et al., 2012; Rarasati dkk., 2012). Dalam konteks kehilangan ayah di Indonesia, kedekatan dengan ibu dan keluarga





besar, kebiasaan berkumpul, praktik berdoa, pemaknaan tentang keikhlasan, serta munculnya tanggung jawab baru dalam keluarga dapat memiliki arti yang khas. Dengan demikian, kontribusi pendekatan *indigenous psychology* dalam penelitian ini terletak pada upaya memahami kedukaan dan kemungkinan perubahan positif berdasarkan ungkapan partisipan sendiri, bukan semata-mata memaksakan kategori psikologis yang dikembangkan dalam konteks budaya lain.

Penelitian terdahulu telah banyak membahas dampak psikologis kehilangan orang tua, strategi koping setelah kedukaan, dan PTG setelah peristiwa traumatis. Namun, penelitian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman perempuan setelah kematian ayah dalam konteks budaya Indonesia masih terbatas. Literatur sebelumnya juga belum selalu membedakan secara tegas antara strategi koping, proses adaptasi, dan perubahan positif yang dapat dikategorikan sebagai PTG. Selain itu, penggunaan kerangka PTG yang dikembangkan dalam konteks Barat belum sepenuhnya menjelaskan bagaimana nilai keluarga, religiositas, dan pemaknaan keikhlasan membentuk pengalaman perempuan Indonesia setelah kehilangan ayah.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap pengalaman perempuan setelah kematian ayah serta penggunaan pendekatan *indigenous psychology* untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk dukungan, pemaknaan, dan perubahan yang muncul dalam konteks budaya Indonesia. Penelitian ini tidak mengasumsikan bahwa setiap strategi menghadapi kesedihan merupakan bukti PTG, tetapi membedakan sumber daya koping dan adaptasi dari kemungkinan perubahan positif yang berkaitan dengan domain PTG. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memperluas pemahaman tentang kedukaan akibat kematian ayah sekaligus memberikan dasar kontekstual bagi pengembangan dukungan psikologis yang melibatkan keluarga, komunitas, dan nilai spiritual.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi reaksi duka serta sumber daya yang dipersepsikan membantu perempuan beradaptasi setelah kematian ayah. Penelitian ini juga mengidentifikasi kemungkinan perubahan positif yang berkaitan dengan PTG berdasarkan pengalaman dan pemaknaan partisipan. Secara khusus, penelitian diarahkan untuk menjawab dua pertanyaan: bagaimana perempuan menggambarkan pengalaman duka setelah kematian ayah dan sumber daya apa yang mereka persepsikan membantu proses adaptasi serta kemungkinan munculnya perubahan positif setelah kehilangan tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan survei kualitatif dengan pendekatan *indigenous psychology*. Penelitian kualitatif digunakan untuk memahami pengalaman dan pemaknaan partisipan secara holistik dalam konteks kehidupannya (Moleong, 2017; Creswell & Poth, 2018). Survei kualitatif dipilih untuk mengidentifikasi keragaman pengalaman berdasarkan jawaban naratif, bukan untuk menguji hubungan sebab-akibat atau melakukan generalisasi statistik (Jansen, 2010). Pendekatan *indigenous psychology* memungkinkan pengalaman kehilangan dipahami berdasarkan bahasa, nilai, hubungan keluarga, praktik spiritual, dan konteks budaya partisipan (Putri et al., 2012; Rarasati et al., 2012).

Penelitian ini melibatkan 172 perempuan yang telah kehilangan ayah karena kematian. Partisipan direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* karena pemilihannya disesuaikan dengan tujuan penelitian. Kriteria partisipan meliputi perempuan yang telah kehilangan ayah karena kematian, mampu memahami bahasa Indonesia, bersedia mengikuti penelitian, dan memberikan jawaban terhadap pertanyaan terbuka. Respons tidak dianalisis apabila partisipan





tidak memenuhi kriteria, tidak menyelesaikan kuesioner, atau memberikan jawaban yang tidak relevan. Data usia partisipan, usia saat ayah meninggal, lama waktu sejak kematian, tingkat pendidikan, domisili, dan penyebab kematian dikumpulkan untuk memberikan gambaran konteks pengalaman kehilangan.

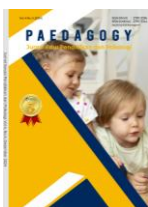
Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terbuka agar partisipan dapat menjelaskan pengalaman dengan bahasa dan pemaknaannya sendiri. Pertanyaan yang dianalisis mencakup “Apa yang Anda rasakan setelah ayah meninggal?” dan “Apa yang membantu atau memotivasi Anda untuk menghadapi kesedihan setelah ayah meninggal?”. Kedua pertanyaan tersebut dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan tujuan penelitian dan fokus kajian mengenai pengalaman kedukaan, strategi koping, proses adaptasi, serta kemungkinan perubahan positif setelah kematian ayah. Sebelum digunakan dalam pengumpulan data, pertanyaan penelitian telah melalui proses validasi ahli oleh dua validator yang merupakan dosen pembimbing. Para validator menelaah kesesuaian pertanyaan dengan tujuan penelitian dan memberikan masukan untuk penyempurnaan redaksi. Peneliti kemudian merevisi pertanyaan berdasarkan saran kedua validator sebelum kuesioner diberikan kepada partisipan. Pertanyaan pertama digunakan untuk mengidentifikasi reaksi duka, sedangkan pertanyaan kedua mengeksplorasi strategi koping, sumber daya adaptasi, dan kemungkinan perubahan positif. Jawaban partisipan tidak langsung dianggap sebagai bukti terjadinya *post-traumatic growth*. Respons hanya dikaitkan dengan kemungkinan PTG apabila menunjukkan perubahan dalam hubungan dengan orang lain, kemungkinan baru, kekuatan pribadi, spiritualitas, atau penghargaan terhadap kehidupan.

Rekrutmen dilakukan melalui penyebaran informasi penelitian kepada calon partisipan yang memenuhi kriteria. Sebelum mengisi kuesioner, partisipan memperoleh penjelasan mengenai tujuan, prosedur, kerahasiaan data, sifat sukarela keikutsertaan, dan kemungkinan munculnya ketidaknyamanan emosional. Partisipan memberikan *informed consent* serta memiliki hak untuk melewati pertanyaan tertentu atau menghentikan partisipasi tanpa konsekuensi. Identitas partisipan disamarkan menggunakan kode R.1, R.2, dan seterusnya, sedangkan data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila melibatkan partisipan di bawah usia 18 tahun, persetujuan orang tua atau wali dan *assent* partisipan diperlukan. Informasi mengenai persetujuan etik institusi dan nomor persetujuannya perlu dicantumkan dalam naskah final.

Data dianalisis menggunakan analisis tematik secara induktif. Analisis diawali dengan membaca seluruh respons secara berulang untuk memahami isi dan konteks data. Bagian jawaban yang relevan kemudian diberi kode awal dan dikelompokkan berdasarkan kesamaan makna menjadi subtema serta tema utama. Tema yang terbentuk ditinjau kembali dengan membandingkannya terhadap kutipan asli, kemudian didefinisikan dan diberi nama sesuai makna utamanya. Setelah tema induktif terbentuk, hasilnya dibandingkan dengan konsep kedukaan dan lima domain PTG tanpa memaksakan seluruh respons ke dalam kerangka tersebut. Prosedur ini digunakan untuk membedakan reaksi duka, strategi koping, sumber daya adaptasi, dan kemungkinan perubahan positif.

Kredibilitas data dijaga melalui pembacaan berulang, penyusunan definisi operasional setiap kode, dan pemeriksaan kesesuaian tema dengan respons asli. Hasil pengodean dibahas antarpeneliti untuk mengidentifikasi perbedaan interpretasi dan mencapai kesepakatan mengenai kategori akhir. Proses analisis didokumentasikan melalui *audit trail* yang memuat kode awal, perubahan kategori, definisi tema, dan dasar pengambilan keputusan. Kutipan partisipan digunakan untuk menunjukkan hubungan antara interpretasi peneliti dan data asli. Frekuensi serta persentase tema dihitung untuk memberikan gambaran deskriptif, dengan setiap





respons ditempatkan pada kategori yang paling dominan. Refleksivitas juga diterapkan untuk mengurangi pengaruh asumsi dan latar belakang peneliti terhadap interpretasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

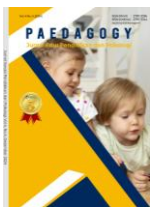
Analisis tematik menghasilkan tiga kelompok temuan yang dibedakan secara konseptual, yaitu respons kedukaan, strategi koping, dan indikator *post-traumatic growth* atau PTG. Respons kedukaan mencakup reaksi emosional, kognitif, dan fisik yang muncul setelah kematian ayah. Strategi koping mencakup tindakan yang dilakukan partisipan untuk mengelola kesedihan dan menyesuaikan diri dengan kehilangan. Indikator PTG hanya digunakan untuk respons yang secara eksplisit menunjukkan perubahan positif dalam hubungan interpersonal, kemungkinan baru, kekuatan pribadi, spiritualitas, atau penghargaan terhadap kehidupan. Setiap jawaban pada masing-masing pertanyaan ditempatkan dalam satu kategori utama berdasarkan makna yang paling dominan. Oleh karena itu, jumlah kategori utama pada Tabel 1 dan Tabel 2 masing-masing sama dengan jumlah partisipan, yaitu 172 orang, dan persentasenya berjumlah 100%. Frekuensi subkategori juga dihitung menggunakan jumlah seluruh partisipan sebagai penyebut agar dasar perhitungan konsisten. Seluruh persentase dibulatkan menjadi satu angka di belakang koma, sedangkan jumlah frekuensi subkategori harus sesuai dengan frekuensi kategori utama yang menaunginya.

Respons Kedukaan setelah Kematian Ayah

Respons kedukaan partisipan dikelompokkan menjadi enam kategori utama, yaitu kesedihan dan tekanan emosional, ketidakpercayaan dan keterkejutan, penerimaan dan ikatan berkelanjutan dengan ayah, kemarahan, kerinduan terhadap keberadaan ayah, serta keterbatasan ingatan atau respons minimal. Kesedihan dan tekanan emosional merupakan kategori yang paling banyak dilaporkan oleh partisipan. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman duka setelah kematian ayah bersifat beragam dan tidak selalu muncul dalam urutan tertentu. Distribusi kategori dan subkategori respons kedukaan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Perasaan duka anak perempuan yang ditinggal ayah meninggal

Kategori	All	
Emosi negatif	85	49,4%
Rasa kehilangan	29	16,9%
Kesedihan	28	16,3%
Perasaan hampa	10	5,8%
Rasa bersalah	5	2,9%
Iri terhadap orang lain	4	2,3%
Sesak atau kesulitan bernapas	4	2,3%
Pengalaman yang dipersepsikan traumatis	3	1,7%
Kecemasan	2	1,2%
Penyangkalan (<i>denial</i>)	28	16,3%
Tidak percaya	19	11,05%
Terkejut	6	3,5%
Bingung	3	1,7%



Penerimaan (<i>acceptance</i>)		15	8,7%
	Mengingat kenangan bersama ayah	10	5,8%
	Mengikhlaskan kepergian ayah	5	2,9%
Kemarahan (<i>anger</i>)		11	6,4%
	Marah	10	5,8%
	Kesal	1	0,6%
Berharap masih ada		8	4,6%
	Berharap masih hidup	8	4,6%
Lainnya		25	14,5%
	Tidak memiliki ingatan langsung tentang ayah	24	13,9%
	Memberikan respons minimal	1	0,6%
Total		172	100%

Berdasarkan tabel 1, kesedihan dan tekanan emosional dilaporkan oleh 85 partisipan. Respons dalam kategori ini meliputi rasa kehilangan, kesedihan, kehampaan, rasa bersalah, iri terhadap orang lain, sesak, kecemasan, dan pengalaman yang dipersepsikan traumatis. Istilah tersebut digunakan untuk menggambarkan pengalaman partisipan dan tidak dimaksudkan sebagai diagnosis klinis karena penelitian tidak menggunakan wawancara diagnostik atau instrumen psikologis. Salah satu partisipan menggambarkan kematian ayah sebagai hilangnya sumber perlindungan dan rasa aman:

“Saya merasa kehilangan sosok pelindung, pemberi nasihat, dan tempat untuk mengadu. Saya juga merasa kehilangan rasa aman setelah ayah saya meninggal.” (R.17)

Kesedihan juga memengaruhi aktivitas sehari-hari sebagian partisipan. Salah satu partisipan menyampaikan bahwa kesedihan setelah kematian ayah membuatnya tidak ingin mengikuti kegiatan sekolah. Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa kedukaan tidak hanya muncul dalam bentuk perasaan, tetapi juga dapat memengaruhi motivasi dan fungsi sosial. Partisipan tersebut menyatakan:

“Kejadian itu saya ingat dengan jelas hingga sekarang. Peristiwa tersebut terasa sangat mendadak dan membuat saya sedih selama beberapa minggu sehingga saya tidak ingin bersekolah.” (R.80)

Ketidakpercayaan dan keterkejutan dilaporkan oleh 28 partisipan dalam bentuk sulit menerima kenyataan, terkejut, dan bingung. Pada sebagian partisipan, kesadaran mengenai kehilangan baru muncul setelah beberapa waktu berlalu. Temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman terhadap kematian dapat berkembang secara bertahap sesuai dengan usia dan kesiapan emosional individu. Salah satu partisipan menjelaskan:



“Awalnya saya tidak merasakan apa-apa. Setelah seratus hari berlalu, baru terasa bahwa saya sudah tidak memiliki ayah dan tidak ada lagi yang memanggil setiap sore. Saat itu saya mulai mencari-cari dan merasakan kesedihan sampai sesak.” (R.16)

Penerimaan dan ikatan berkelanjutan dengan ayah dilaporkan oleh 15 partisipan. Kategori ini mencakup kemampuan mengakui kenyataan kematian, mengikhlaskan kepergian ayah, dan mempertahankan kenangan mengenai hubungan mereka. Mengingat ayah tidak selalu berarti proses kedukaan telah selesai karena kenangan dapat memberikan kenyamanan sekaligus memunculkan kembali kesedihan. Salah satu partisipan menyampaikan:

“Saya hanya memiliki sedikit kenangan tentang ayah, tetapi sejauh yang saya ingat, beliau sering menggendong saya.” (R.33)

Kemarahan dilaporkan oleh 11 partisipan dan berkaitan dengan kehilangan kesempatan untuk membangun kedekatan atau menyelesaikan persoalan dalam hubungan dengan ayah. Kemarahan tidak hanya ditujukan pada kematian, tetapi juga pada kondisi yang membatasi interaksi dengan ayah sebelum kematian terjadi. Respons tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman duka dipengaruhi oleh kualitas hubungan sebelumnya. Salah satu partisipan menyatakan:

“Hubungan dengan ayah terasa jauh sejak kecil karena beliau sering merantau. Saat beliau meninggal, muncul perasaan antara kehilangan dan kesal karena saya merasa belum pernah benar-benar dekat.” (R.167)

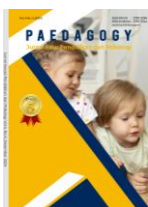
Kerinduan terhadap keberadaan ayah dilaporkan oleh delapan partisipan melalui harapan untuk kembali mendengar suara, melihat, atau berinteraksi dengan ayah. Respons tersebut lebih tepat dipahami sebagai kerinduan dan keberlanjutan ikatan emosional daripada langsung dikategorikan sebagai tahap tawar-menawar. Kerinduan dapat tetap muncul meskipun individu telah memahami bahwa kematian bersifat permanen. Salah satu partisipan menyampaikan:

“Ingatan tentang ayah masih cukup jelas, terutama cara beliau berbicara dengan lembut. Ketika melihat jenazah ayah, saya berharap masih dapat mendengar suaranya lagi.” (R.99)

Sebanyak 25 partisipan memberikan respons yang menunjukkan keterbatasan ingatan atau respons minimal. Sebagian besar partisipan dalam kategori ini kehilangan ayah ketika masih kecil sehingga tidak memiliki ingatan langsung mengenai ayah. Ketiadaan ingatan tidak berarti bahwa kematian ayah tidak memberikan dampak karena pengalaman kehilangan dapat terbentuk melalui cerita keluarga dan ketiadaan figur ayah dalam kehidupan sehari-hari. Namun, jawaban yang tersedia belum cukup mendalam untuk menjelaskan bentuk dampak tersebut.

Strategi Koping dan Sumber Daya Adaptasi

Jawaban mengenai hal-hal yang membantu partisipan menghadapi kesedihan menghasilkan lima kategori utama, yaitu dukungan relasional, koping spiritual, aktivitas pengelolaan diri, strategi penguatan pribadi, serta kesulitan yang masih berlanjut. Kategori-



kategori tersebut menggambarkan tindakan atau sumber daya yang digunakan untuk menghadapi kehilangan. Aktivitas tersebut tidak langsung dikategorikan sebagai PTG karena belum tentu menunjukkan perubahan positif yang mendalam dan relatif menetap. Distribusi strategi koping dan sumber daya adaptasi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Aspek tema *post-traumatic growth*

Kategori			All	
Hubungan dengan orang lain (<i>Relating to Others</i>)			59	34,3%
	Bercerita dan berkumpul dengan keluarga		37	21,5%
	Bercerita dan berkumpul dengan sahabat		22	12,79%
Perubahan spiritual (<i>Spiritual Change</i>)			54	31,4%
	Mengikhlaskan		40	23,2%
	Berdoa		14	8,1%
Aktivitas positif			45	26,1%
	Mengikuti kegiatan organisasi		19	11,04%
	Menyibukkan diri sendiri		12	6,97%
	Menulis jurnal		8	4,65%
	Melakukan hobi		5	2,9%
	Konsultasi dengan psikolog		1	0,58%
Kekuatan pribadi (<i>Personal Strength</i>)			9	5,23%
	Mencoba tidak membandingkan diri dengan orang lain		4	2,3%
	Mengeluarkan emosi yang terpendam		4	2,3%
	Menjadi pribadi mandiri		1	0,58%
Lainnya			5	2,9%
	Belum bisa keluar dari rasa trauma		4	2,3%
	Tidak ada		1	0,58%
Total			172	100%

Catatan: Perbedaan kecil pada jumlah persentase hasil pembulatan dapat terjadi karena setiap nilai dibulatkan menjadi satu angka di belakang koma. Frekuensi merupakan dasar utama penentuan jumlah kategori dan seluruh kategori utama berjumlah 172 respons.



Berdasarkan tabel 2, dukungan relasional merupakan strategi koping yang paling banyak dilaporkan. Partisipan menghadapi kesedihan dengan bercerita, berkumpul, dan memperoleh dukungan dari keluarga serta sahabat. Dukungan tersebut memberikan ruang untuk mengekspresikan emosi dan mengurangi perasaan menghadapi kehilangan seorang diri. Salah satu partisipan menyatakan:

“Saya menjadi jauh lebih dekat dengan ibu. Saya juga belajar memahami bahwa kematian merupakan sesuatu yang pasti.” (R.18)

Koping spiritual dilaporkan dalam bentuk mengikhlaskan kepergian ayah dan berdoa. Kedua tindakan tersebut membantu partisipan mengelola kesedihan dan menempatkan kematian dalam kerangka keyakinan religius. Namun, berdoa atau berusaha ikhlas belum dengan sendirinya menunjukkan perubahan spiritual sebagai indikator PTG. Respons hanya dapat dikaitkan dengan perubahan spiritual apabila partisipan menjelaskan adanya perubahan yang lebih mendalam dalam keyakinan, hubungan dengan Tuhan, atau pemaknaan kehidupan. Aktivitas pengelolaan diri mencakup mengikuti organisasi, menyibukkan diri, menulis jurnal, melakukan hobi, dan berkonsultasi dengan psikolog. Aktivitas tersebut membantu partisipan mengatur perhatian, membangun rutinitas, mengekspresikan emosi, dan memperoleh dukungan. Aktivitas ini dikategorikan sebagai strategi koping karena fungsi utamanya dalam jawaban partisipan adalah mengurangi atau mengelola kesedihan. Salah satu partisipan menyampaikan:

“Saya menulis perasaan di catatan. Saya juga mulai aktif mengikuti kegiatan sekolah supaya pikiran tidak kosong.” (R.23)

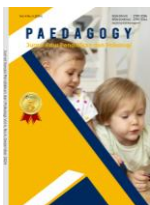
Strategi penguatan pribadi mencakup usaha untuk tidak membandingkan kehidupan sendiri dengan kehidupan orang lain, memberikan ruang bagi ekspresi emosi, dan belajar menjadi lebih mandiri. Strategi tersebut menunjukkan bahwa sebagian partisipan mulai mengembangkan cara yang lebih adaptif dalam menghadapi kehilangan. Namun, strategi ini baru dapat dipandang sebagai indikator kekuatan pribadi dalam PTG apabila partisipan menjelaskan bahwa perubahan tersebut menjadi bagian yang menetap dari cara mereka menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Salah satu partisipan menyatakan:

“Perlahan saya belajar menjadi lebih mandiri dan tidak terlalu bergantung pada orang lain.” (R.87)

Sebagian kecil partisipan masih mengalami ketakutan, kesedihan, atau dampak yang mereka gambarkan sebagai trauma. Temuan tersebut ditempatkan sebagai kesulitan yang masih berlanjut dan tidak dimasukkan ke dalam kategori strategi koping atau PTG. Pengelompokan ini penting agar penelitian tidak memberikan kesan bahwa semua individu telah pulih atau mengalami pertumbuhan setelah kehilangan. Salah satu partisipan menyatakan bahwa rasa kehilangan masih disertai ketakutan terhadap laut dalam waktu yang lama (R.139).

Indikator Post-Traumatic Growth

Indikator *post-traumatic growth* diidentifikasi secara terpisah dari respons kedukaan dan strategi koping. Suatu respons dikategorikan sebagai indikasi PTG hanya apabila secara



eksplisit menunjukkan perubahan positif dalam hubungan dengan orang lain, munculnya kemungkinan baru, peningkatan kekuatan pribadi, perubahan spiritual, atau penghargaan yang lebih besar terhadap kehidupan. Berdasarkan jawaban partisipan, beberapa respons mengindikasikan perubahan pada kedekatan hubungan, kemandirian, dan pemaknaan terhadap kematian. Kedekatan yang meningkat dengan ibu dapat dipandang sebagai indikator perubahan hubungan apabila mencerminkan kualitas relasi yang lebih erat, bukan sekadar aktivitas berkumpul. Pernyataan mengenai kemandirian dapat dikategorikan sebagai indikator kekuatan pribadi apabila menunjukkan perubahan yang konsisten dalam cara partisipan menilai kemampuan dirinya. Sementara itu, keterlibatan dalam organisasi atau kegiatan sekolah belum dapat dianggap sebagai kemungkinan baru apabila partisipan tidak menjelaskan munculnya tujuan, arah, atau peluang hidup yang baru. Berdoa dan mengikhlaskan juga lebih tepat dipahami sebagai coping spiritual apabila tidak disertai perubahan keyakinan atau pemaknaan spiritual yang mendalam. Penelitian ini tidak menghitung persentase PTG secara terpisah karena satu pertanyaan terbuka belum memadai untuk menilai kedalaman, keberlanjutan, dan cakupan perubahan positif pada seluruh domain PTG.

Domain penghargaan terhadap kehidupan belum muncul secara kuat dalam data. Beberapa partisipan menyatakan lebih memahami bahwa kematian merupakan sesuatu yang pasti atau lebih menghargai keberadaan keluarga, tetapi respons tersebut belum cukup untuk membentuk kategori PTG yang berdiri sendiri. Oleh karena itu, hasil penelitian lebih tepat dipahami sebagai identifikasi sumber daya adaptasi dan indikasi awal perubahan positif. Penelitian lanjutan memerlukan pertanyaan yang secara langsung mengeksplorasi setiap domain PTG.

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kematian ayah memunculkan pengalaman kedukaan yang beragam, seperti kesedihan, rasa kehilangan, ketidakpercayaan, kemarahan, rasa bersalah, kerinduan, dan penerimaan. Ragam respons tersebut memiliki kemiripan dengan kategori kedukaan yang dikemukakan Kübler-Ross (1969), tetapi tidak menunjukkan bahwa partisipan mengalaminya dalam urutan yang tetap. Kedukaan lebih tepat dipahami sebagai proses dinamis karena beberapa emosi dapat muncul secara bersamaan, berulang, atau berubah sesuai dengan waktu dan situasi. Oleh karena itu, model Kübler-Ross digunakan sebagai kerangka untuk memahami variasi respons, bukan sebagai tahapan linear dan universal yang harus dilalui setiap individu (Kübler-Ross & Kessler, 2014; Ross & Kessler, 2014).

Dominannya kesedihan dan tekanan emosional menunjukkan bahwa kematian ayah dipahami sebagai kehilangan terhadap figur yang memberikan perlindungan, nasihat, kedekatan, dan rasa aman. Temuan ini sejalan dengan Porter dan Claridge (2021), yang menjelaskan bahwa kehilangan orang tua dapat memunculkan keterkejutan, ketidakpercayaan, kemarahan, dan kesedihan. Kedukaan juga dapat memengaruhi aktivitas, produktivitas, hubungan sosial, dan kemampuan individu menjalankan peran sehari-hari (Julianti & Laksmiwati, 2022). Meskipun demikian, respons emosional yang ditemukan tidak dapat langsung dianggap sebagai depresi atau gangguan trauma karena penelitian ini tidak menggunakan pemeriksaan klinis atau instrumen diagnostik.

Kedalaman pengalaman duka berkaitan dengan kualitas hubungan partisipan dengan ayah sebelum kematian. Kehilangan menjadi lebih kompleks ketika ayah dipersepsikan sebagai pelindung, tempat bercerita, dan sumber dukungan emosional, tetapi juga dapat disertai kemarahan ketika hubungan sebelumnya terasa jauh atau belum terselesaikan. Hal ini



mendukung pandangan Wiryasaputra (2019) bahwa ikatan emosional dengan orang yang meninggal memengaruhi intensitas dan bentuk kedukaan. Selain itu, proses memahami kehilangan dapat berkembang secara bertahap melalui perubahan rutinitas, peran keluarga, dan pengalaman hidup setelah kematian ayah (Rismayanti et al., 2026; Sianto et al., 2025)

Dalam konteks budaya Indonesia, pengalaman kedukaan partisipan tampak tidak hanya berlangsung pada tingkat individual, tetapi juga melalui hubungan dengan ibu, keluarga besar, sahabat, dan komunitas. Kedekatan keluarga menjadi sumber rasa aman dan ruang untuk mengekspresikan kesedihan, terutama ketika peran ayah tidak lagi hadir dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini mencerminkan karakter relasional masyarakat Indonesia yang cenderung menempatkan keluarga dan kebersamaan sebagai sumber utama dukungan psikologis. Dari perspektif *indigenous psychology*, pemulihan setelah kehilangan perlu dipahami melalui keterhubungan sosial, perubahan peran keluarga, serta makna yang dibentuk bersama orang-orang terdekat.

Dukungan relasional dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai sumber daya koping yang dapat membantu proses adaptasi daripada bukti langsung terjadinya *post-traumatic growth*. Kesempatan untuk berbicara, berkumpul, dan memperoleh dukungan emosional dapat membantu partisipan mengorganisasi kembali pengalaman kehilangan serta mengurangi perasaan terisolasi. Keterbukaan kepada orang lain juga dapat memfasilitasi pembentukan makna baru terhadap peristiwa yang dialami (Tedeschi et al., 2018). Dukungan tersebut baru dapat dikaitkan dengan PTG apabila partisipan menunjukkan perubahan yang lebih menetap dalam kualitas hubungan, empati, atau penghargaan terhadap orang lain.

Praktik berdoa dan mengikhlaskan menunjukkan pentingnya dimensi spiritual dalam proses kedukaan partisipan. Dalam konteks budaya dan religiositas masyarakat Indonesia, konsep ikhlas tidak hanya menggambarkan penerimaan pasif, tetapi juga usaha menempatkan kematian dalam kerangka keyakinan, keterbatasan manusia, dan kehendak Tuhan. Temuan ini sejalan dengan Asgari dan Naghavi (2020), yang mengidentifikasi peran kehidupan spiritual pada remaja setelah kehilangan ayah secara mendadak. Namun, berdoa dan mengikhlaskan tetap lebih tepat dikategorikan sebagai koping spiritual apabila belum disertai perubahan mendalam dalam keyakinan, hubungan dengan Tuhan, atau pemaknaan kehidupan.

Keterlibatan dalam organisasi, kegiatan sekolah, pekerjaan rumah, jurnal, hobi, dan konsultasi psikolog menunjukkan bahwa partisipan menggunakan aktivitas terstruktur untuk mengelola kesedihan dan membangun kembali rutinitas. Aktivitas tersebut dapat memberikan ruang bagi ekspresi emosi, memperluas dukungan sosial, dan membantu individu menata kehidupan setelah kehilangan (Cinzia et al., 2014). Meskipun demikian, aktivitas baru tidak secara otomatis menunjukkan domain *new possibilities*. Menurut Tedeschi dan Calhoun (2004), kemungkinan baru lebih tepat diidentifikasi ketika pengalaman kehilangan mendorong individu menemukan tujuan, arah, kesempatan, atau prioritas hidup yang sebelumnya tidak dipertimbangkan.

Beberapa respons mengenai meningkatnya kemandirian dan kemampuan menghadapi emosi menunjukkan kemungkinan perubahan pada kekuatan pribadi. Pengalaman kehilangan dapat mendorong individu menyadari kemampuan yang sebelumnya tidak dikenali serta mengambil tanggung jawab baru dalam keluarga (Calhoun et al., 2010; Doka, 2017). Dalam konteks Indonesia, perubahan tersebut dapat berkaitan dengan tuntutan untuk membantu ibu, merawat anggota keluarga lain, atau menyesuaikan diri dengan perubahan pembagian peran setelah ayah meninggal. Namun, kemandirian perlu ditafsirkan secara hati-hati karena dapat mencerminkan pertumbuhan pribadi, tuntutan situasional, atau keduanya.





Domain penghargaan terhadap kehidupan belum muncul secara kuat dalam jawaban partisipan. Beberapa respons menunjukkan meningkatnya kesadaran mengenai kepastian kematian dan pentingnya keberadaan keluarga, tetapi data belum cukup untuk menunjukkan perubahan prioritas hidup yang mendalam dan relatif menetap. Kesadaran terhadap pengalaman traumatis dapat mendorong individu untuk lebih menghargai kehidupan dan menilai kembali hal-hal yang dianggap penting (Chabirah et al., 2020; Novanti & Asiyah, 2023). Penelitian selanjutnya perlu menggunakan pertanyaan yang lebih langsung mengenai perubahan prioritas, tujuan hidup, hubungan interpersonal, dan cara partisipan memaknai kehidupan setelah kehilangan.

Temuan mengenai partisipan yang masih mengalami ketakutan dan kesulitan beradaptasi menegaskan bahwa perubahan positif bukan hasil otomatis dari kedukaan. Distress dan pertumbuhan dapat hadir secara bersamaan, sehingga individu tidak seharusnya dituntut untuk segera menjadi lebih kuat setelah kehilangan. Dukungan psikologis perlu memberi ruang bagi kesedihan, kerinduan, dan ketidakpastian sambil tetap membantu individu membangun sumber daya adaptasi sesuai kebutuhannya. Dengan demikian, sebagian besar temuan penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai respons kedukaan dan strategi koping, sedangkan indikasi PTG masih memerlukan eksplorasi lebih lanjut melalui wawancara mendalam atau penelitian longitudinal.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan yang kehilangan ayah melaporkan beragam respons kedukaan, seperti kesedihan, rasa kehilangan, ketidakpercayaan, kemarahan, kerinduan, dan penerimaan. Respons tersebut tidak selalu berlangsung secara linear atau seragam, tetapi dapat muncul secara bersamaan dan berubah sesuai dengan waktu, kualitas hubungan dengan ayah, serta dukungan yang tersedia. Partisipan juga melaporkan berbagai strategi koping, terutama dukungan keluarga dan sahabat, praktik spiritual, keterlibatan dalam aktivitas bermakna, ekspresi emosi, dan pengembangan kemandirian. Dalam konteks budaya Indonesia, kedekatan keluarga, kebersamaan, doa, dan pemaknaan terhadap keikhlasan tampak menjadi sumber daya penting dalam proses adaptasi setelah kematian ayah. Sebagian respons mengindikasikan kemungkinan perubahan positif pada kualitas hubungan, kekuatan pribadi, dan pemaknaan spiritual, tetapi temuan ini belum cukup untuk menyimpulkan terjadinya *post-traumatic growth*.

Secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan dukungan kedukaan yang melibatkan keluarga, sekolah, komunitas keagamaan, dan tenaga kesehatan mental. Dukungan tersebut perlu memberi ruang bagi individu untuk mengekspresikan kesedihan tanpa menuntut mereka segera pulih atau menunjukkan pertumbuhan setelah kehilangan. Penelitian ini terbatas oleh penggunaan kuesioner terbuka yang membatasi kedalaman eksplorasi, tidak adanya pengamatan longitudinal, serta belum digunakannya instrumen khusus untuk mengukur PTG. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan wawancara mendalam, desain longitudinal, dan instrumen PTG yang sesuai dengan konteks budaya Indonesia. Kajian berikutnya juga perlu mempertimbangkan usia partisipan, usia saat ayah meninggal, lama waktu sejak kehilangan, penyebab kematian, kualitas hubungan dengan ayah, serta bentuk dukungan sosial yang diterima.

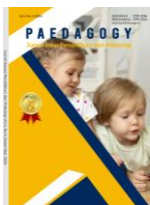
DAFTAR PUSTAKA

Abidina, A., & Mujahid, D. R. (2022). Regulasi emosi remaja putri yang kehilangan ayah karena kematian. *Acta Psychologia*, 4(1), 38–47.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

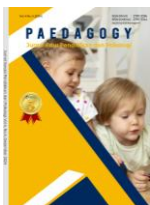


<https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



<https://doi.org/10.21831/ap.v4i1.46515>

- Asgari, Z., & Naghavi, A. (2020). The Experience of Adolescents' Post-Traumatic Growth after Sudden Loss of Father. *Journal of Loss and Trauma*, 25(2), 173–187. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1664723>
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Profil Anak Indonesia 2025: Analisis Ketidakhadiran Ayah dan Durasi Kerja Orang Tua*. Jakarta: BPS RI. <https://www.bps.go.id>
- Bowlby, J. (2018). *Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness, and Depression*. Basic Books.
- BPS. (2025). *Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara), 2024*
- Buana, D. R. (2020). Analisis perilaku masyarakat Indonesia dalam menghadapi pandemi virus Corona (COVID-19) dan kiat menjaga kesejahteraan jiwa. *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(1), 217–226. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15082>
- Budiyanto, A. (1997). *Ilmu kedokteran forensik*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Cann, A., & Hanks, E. A. (2010). Positive Outcomes Following Bereavement: Paths to Posttraumatic Growth. *Psychologica Belgica*, 50(1–2), 125. <https://doi.org/10.5334/pb-50-1-2-125>
- Chabirah, S., Bujawati, E., Habibi, H., & Azriful, A. (2020). Impact of posttraumatic growth on the quality of life in woman with breast cancer. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 12(1), 48–57. <https://doi.org/10.24252/as.v12i1.14564>
- Cinzia, P. A., Montagna, L., Mastroianni, C., Giuseppe, C., Piredda, M., & de Marinis, M. G. (2014). Losing a Parent: Analysis of the Literature on the Experiences and Needs of Adolescents Dealing With Grief. *Journal of Hospice & Palliative Nursing*, 16(6), 362–373. <https://doi.org/10.1097/NJH.0000000000000079>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Doka, K. J. (2017). *Grief Is A Journey: Finding Your Path Through Loss*. Atria.
- Fajriyanti, A., Safitri, D., & Sujarwo. (2024). Fenomena *fatherless* di Indonesia. *The Indonesian Journal of Social Studies*, 7(1), 189–194. <https://doi.org/10.26740/ijss.v7n1.p189-194>
- Harjuna, R. T. B., & Rinaldi. (2022). Kontribusi regulasi emosi terhadap resiliensi mahasiswa dengan rentang usia remaja pasca kematian orangtua. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(1), 29–44. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i1.480>
- Hasanah, N., Hidayah, N., & Safaria, T. (2023). Posttraumatic growth pada individu dewasa penyintas *child maltreatment*. *Jiip: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 4722–4733. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.1895>
- Hutasoit, I. T. M. B., & Brahmana, K. M. B. (2021). Single mother role in the family. *Education and Social Sciences Review*, 2(1), 27–34. <https://doi.org/10.29210/07essr208800>
- Jansen, H. (2010). The logic of qualitative survey research and its position in the field of social research methods. *Forum: Qualitative Social Research*, 11(2). doi.org <https://doi.org/10.17169/fqs-11.2.1450>
- Julianti, T., & Laksmiwati, H. (2022). Pengalaman kedukaan pasca kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 74–86. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/50354>
- KemenPPPA. (2024). *Persentase Penduduk Usia 15-49 Yang Cerai Hidup Menurut Tipe Daerah* (2020). <https://siqa.kemenpppa.go.id/pencarian?topik=MTY5>
- Kementerian Sosial RI. (2025). *Data Terpadu Kesejahteraan Sosial (DTKS) Tahun 2025*.



Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kesejahteraan Sosial. Halaman Utama Kemensos.

Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. Macmillan.

Kustanti, C. Y., Palupi, E., Indrayanti, I., Melati, N., Kurniawan, E. A. P. B., Betania, A., & Nomleni, R. N. (2024). Penguatan peran relawan REKKAB dalam pendampingan proses berduka: *Strengthening the role of REKKAB volunteers in supporting the bereavement process*. *JAMAS: Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(3), 599–603. <https://doi.org/10.62085/jms.v2i3.142>

Mason, P. Q. (2026). When prophecy fails. *Dialogue: A Journal of Mormon Thought*, 59(1), 109–115. <https://doi.org/10.5406/15549399.59.1.07>

Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.

Nickman, S. L., Silverman, P. R., & Normand, C. (1998). Children's construction of a deceased parent: The surviving parent's contribution. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68(1), 126–134. <https://doi.org/10.1037/h0080277>

Novanti, I. D., & Asiyah, S. N. (2023). Dinamika *post-traumatic growth* pada anak berhadapan dengan hukum (ABH). *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 1(2), 170–178. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v1i2.1023>

Novianti, H. (2021). Pendekatan *Thought Situation Consequences* (TSC) framework untuk mereduksi *grief*. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 37–48. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8754>

Nur'ainy, N., Marhumah, M., Wibowo, S. A., Purwanto, S., & Dewi, L. A. (2025). Resilience in parenting: Peran orang tua *single parent* dalam membentuk kemandirian anak usia 4–5 tahun di tengah keterbatasan ekonomi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(6), 2641–2648. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i6.7543>

Porter, N., & Claridge, A. M. (2021). Unique grief experiences: the needs of emerging adults facing the death of a parent. *Death Studies*, 45(3), 191–201. <https://doi.org/10.1080/07481187.2019.1626939>

Putri, A. K., Prawitasari, J. E., Hakim, M. A., Yuniarti, K. W., & Kim, U. (2012). Sadness as perceived by Indonesian male and female adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(1), 27–36. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2012.v1i1.22>

Ramadhanti, M., & Satiningsih. (2022). Gambaran *grief* pada *emerging adulthood* yang mengalami kematian orang tua akibat COVID-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 161–178. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i7.48254>

Rarasati, N., Hakim, M. A., & Yuniarti, K. W. (2012). Javanese adolescents' future orientation and support for its effort: An indigenous psychological analysis. *International Journal of Psychological and Behavioral Sciences*, 6(6), 1263–1267. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1077173>

Rismayanti, F., Azzani, S. N. A., Anggraeni, N., & Mulyeni, S. (2026). Pengaruh kehilangan dan berduka terhadap kondisi mental individu. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 4(1), 103–116. <https://doi.org/10.61132/observasi.v4i1.2035>

Ross, E. K., & Kessler, D. (2014). *On grieve & grieving finding the meaning of grief through the five stages of loss*. Scribner-Simon & Schuster, Inc. <https://grief.com/images/pdf/5%20Stages%20of%20Grief.pdf>

Saliano, Handoko, F., Samosir, F. N., Qur-ani, O. H., & Andwina. (2025). Dampak psikologis kematian ayah yang dirasakan oleh perempuan dewasa muda. *Pahlawan: Jurnal Pendidikan-Sosial-Budaya*, 21(2), 296–306. <https://doi.org/10.57216/pah.v21i2.14>

Sarıkoç, M., Uğur, E. Post-traumatic growth, psychological inflexibility, and the mediating role



- of intolerance of uncertainty in adolescents affected by the Kahramanmaraş earthquake. *Sci Rep* 15, 36179 (2025). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-19935-2>
- Suprapmanto, A. Y., Mukti, P., & Sujoko. (2023). Resiliensi remaja pasca kematian salah satu orangtua diakibatkan kecelakaan. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 34–44. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i1.6347>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Post-Traumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471. Akses Jurnal via Wiley Online Library
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications* (1 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315527451>
- Titlestad, K. B., Kristensen, P., O'Connor, M., Hystad, S., & Dyregrov, K. (2022). Paths to positive growth in parents bereaved by drug-related death: A mixed-method study. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 982667. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.982667>
- Turan, Ç., Ünal, S., Şenormancı, G., & Şenormancı, Ö. (2023). Posttraumatic growth in family members of individuals with methamphetamine use disorder. *The European Research Journal*, 9(5), 984–991. <https://doi.org/10.18621/eurj.1276458>
- Ulfayasha, K., Fadilah, R., & Indrawan, Y. F. (2025). Living with loss: Emotional maturity and resilience among internal migrant students in Medan, Indonesia, experiencing paternal loss due to death. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 7(2), 24–43. <https://doi.org/10.18326/ijip.v7i2.4852>
- UNICEF Indonesia. (2025). *Annual Results Report 2024: Child Protection and Family Care*. Jakarta: UNICEF. Laporan UNICEF.
- Wiryasaputra. (2019). *Grief psychotherapy: psikoterapi kedukaan*. Pustaka Referensi.
- Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826134752>
- World Health Organization. (2024). *The Top 10 Causes of Death*. Dikutip dari Situs Resmi WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>