

Gambaran *Grief* Pada Remaja Yang Mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan

Grief in Adolescents Who Have Experienced the Death of a Parent Due to an Accident

Vina Maulidia¹, Ella Suzanna^{2*}, Rahmia Dewi³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: ella.suzanna@unimala.c.id

Abstract: *Grief is what a person feels when they experience loss, which is expressed through thoughts, feelings and behavior. This research aims to determine the phases of grief in teenagers who experience the death of a parent due to an accident. The method used in this research is a qualitative method with a phenomenological approach. This research uses a non-probability sampling technique by taking samples using a purposive sampling technique. The subjects in this study were four teenagers who experienced the death of their parents as a result of an accident. The results of this study showed that the four subjects went through the grief phase, namely the denial, anger, bargaining, depression and acceptance phases.*

Keywords: *Grief, teenagers, death of parents, accidents*

Abstrak: *Grief merupakan apa yang dirasakan seseorang ketika merasakan kehilangan yang ditunjukkan melalui pikiran, perasaan maupun perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fase-fase *grief* pada remaja yang mengalami kematian orangtua akibat kecelakaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah empat orang remaja yang mengalami kematian orangtuanya akibat kecelakaan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek melewati fase *grief* yakni fase penyangkalan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*) dan penerimaan (*acceptance*).*

Kata Kunci: *Grief, remaja, kematian orangtua, kecelakaan*

Pendahuluan

Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati, Kemudian hanyalah kepada kami kamu dikembalikan (QS.Al Ankabut: 57). Peristiwa kematian bukan hanya melibatkan seseorang yang meninggal dunia saja tetapi juga terbukti menimbulkan dampak yang luas, seperti halnya kematian orangtua yang dapat menghancurkan anak dan anggota keluarga lainnya (Astuti, 2007). Peristiwa kematian orangtua akan melibatkan anak khususnya yang memasuki usia remaja, karena pada usia ini adalah masa transisi dari anak-anak menuju ke arah dewasa dan merupakan tonggak yang sangat penting dalam pembentukan identitas diri sehingga pada masa ini mereka sangat membutuhkan peranan orangtua dalam mendampingi dan memberikan bimbingan serta arahan agar mereka dapat melewati masa perkembangan dengan baik dan tumbuh menjadi dewasa secara optimal (Hudria, 2021).

Dalam proses perkembangan yang serba sulit serta masa-masa membingungkan dirinya, remaja membutuhkan pengertian dan bantuan dari orang yang dicintai dan dekat dengannya terutama orang tua atau keluarganya (Sarwono, 2004). Namun berbeda pada remaja yang dihadapkan pada suatu peristiwa yang tidak diinginkan pada

hidupnya pasti akan terasa berat menerimanya, seperti peristiwa kematian yang dapat memisahkan hubungan komunikasi antara anak dengan orangtua (Fitria dkk, 2013).

Mereka yang ditinggalkan akan merasakan kesepian dan kehilangan, kehilangan tersebut bisa datang dari berbagai macam bentuk akan tetapi tidak ada kehilangan yang lebih besar selain kematian dari seseorang yang kita cintai seperti orangtua (Nurhidayati, 2014). Kecemasan, depresi, rasa bersalah dan kemarahan atas kematian orangtua adalah reaksi yang umum terjadi pada anak yang dapat menjurus kearah gangguan emosi dan masalah keluarga yang lebih serius jika tidak segera terpecahkan (Santrock 2004). Peristiwa kematian orangtua juga sangat berarti bagi remaja karena menimbulkan kedukaan dan situasi keluarga yang tidak lagi utuh serta kedukaan pada remaja berbeda antara satu sama lain (Susanto, 2021).

Menurut Santrock (2004), dukacita (*grief*) normal bagi mereka yang ditinggalkan, rasa berduka ini timbul sebab munculnya rasa terkejut, tidak percaya akan perginya orang yang mereka cintai. *Grief* adalah proses dimana seseorang mengalami respon psikologis, sosial dan fisik terhadap kehilangan yang dipersepsikan, respon ini dapat berupa

keputusan, kesepian, ketidakberdayaan, kesedihan, rasa bersalah dan marah (Santrock, 2004). Menurut Wiryasaputra (2003), identitas *grief* pada tiap individu berbeda dan dapat berlangsung selama beberapa bulan atau bahkan beberapa tahun, durasi kesedihan bervariasi dan bergantung pada faktor yang mempengaruhi respon kesedihan itu sendiri.

Penelitian dengan variabel *grief* sebelumnya sudah dilakukan, diantaranya adalah menggunakan subjek remaja yang meninggal orangtuanya karena penyakit. Hasil yang diperoleh subjek merasakan sedih, akan tetapi subjek tetap bisa menjalankan aktifitas seperti biasanya misalnya makan, minum, shalat, sekolah karena subjek cepat menerima apa yang terjadi terhadap dirinya dan sudah terbiasa melihat serta merawat orangtuanya yang sudah lama sakit. Subjek juga mengalami perubahan dalam pola tidur dan konsentrasi ketika orangtuanya meninggal tetapi subjek tetap giat belajar karena mengingat akan wasiat orangtuanya ketika sakit supaya subjek tetap rajin belajar (Sari, 2009). Sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada subjek remaja yang mengalami kematian orangtua akibat kecelakaan.

Setiap individu memiliki reaksi yang berbeda-beda terhadap peristiwa kematian (Nurhidayati, 2014). Peristiwa

kematian dapat menyebabkan *grief*, *grief* dapat dialami oleh siapa saja termasuk remaja. Peristiwa kematian bagi remaja akan lebih buruk jika peristiwa kematian secara tiba-tiba atau mendadak dan tak terpikirkan oleh mereka, seperti halnya kematian orangtua akibat kecelakaan, peristiwa ini akan benar-benar mengejutkan bagi remaja karena mereka tidak memiliki kesempatan untuk menyiapkan diri secara psikologis untuk menghadapi kehilangan karena kematian orang yang dekat dengan dirinya (Qayumah, 2019).

Penelitian ini dilakukan karena peneliti ingin mengetahui bagaimana proses *grief* yang dialami oleh remaja ketika mengalami kehilangan orangtua. Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah yang telah dibahas di atas sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul tentang "Gambaran *Grief* Pada Remaja Yang mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan".

Metode

Penelitian ini menggunakan teknik non probability sampling yaitu purpose sampling. Teknik ini dimaksud teknik penentuan subjek dengan pertimbangan tertentu yaitu berdasarkan kepada karakteristik subjek yang sesuai dengan

tujuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti (Sugiyono, 2018).

Subjek dalam penelitian ini berjumlah empat orang remaja yang mengalami kematian orangtuanya akibat kecelakaan. Penelitian ini dilakukan di Bireuen.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara terjun langsung

ke lokasi keberadaan subjek, maka peneliti menggunakan metode wawancara. Menurut Sugiyono (2018), wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Hasil

Hasil penelitian ini berusaha mendeskripsikan dan menjelaskan gambaran *grief* pada remaja yang mengalami kematian orangtua akibat kecelakaan serta untuk mengetahui fase-fase *grief* pada remaja yang mengalami kematian orangtua akibat kecelakaan. Data dalam penelitian ini didapatkan melalui wawancara mendalam dengan partisipan. Adapun fase-fase *grief* yang dilalui terdiri dari 5 fase yaitu penyangkalan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*) dan penerimaan (*acceptance*). Ada beberapa temuan lainnya yang menjadi dampak kematian orangtua pada subjek yaitu dampak negatif yang meliputi kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orangtua, pola makan mulai tidak teratur dan menjadi pribadi yang tertutup. Kemudian dampak positif yaitu lebih religius, mulai mandiri dan optimis.

Fase-fase *Grief* pada Remaja yang Mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan

1. Penyangkalan

Tidak menerima hal yang terjadi maupun tidak percaya hal yang terjadi merupakan salah satu bentuk penyangkalan yang dilakukan subjek, subjek HR masih tidak percaya dengan kematian ayahnya ketika tetangga mengatakan ayahnya sudah tiada walaupun di rumahnya sudah mulai banyak orang-orang menunggu kepulangan jenazah ayahnya. Penyangkalan di awal kematian juga dilakukan pada subjek AN dan RK, yang mana belum menerima kematian ayahnya dan tidak percaya karena subjek mengaku sangat dekat dengan ayah serta kejadian itu juga terjadi secara tiba-tiba. Subjek NS merasa masih tidak percaya dengan peristiwa kematian ibunya pada awal mendengar kabar duka dirinya sangat terkejut. Saat mendengar kabar kematian NS mulai berpikir apakah kabar yang didengarnya benar karena sebelumnya NS sempat berkomunikasi dengan ibunya kalau ibunya mau pulang ke rumah dan masih baik-baik saja.

2. Kemarahan

Pada tahap ini merujuk pada reaksi subjek yakni kemarahan, kemarahan ini merupakan mekanisme pertahanan diri yang sifatnya sementara. Sebagaimana pada reaksi subjek AN yang marah dengan penyebab kematian orangtuanya setelah mengetahui kalau ternyata orangtuanya meninggal karena bertabrakan dengan mobil I300, subjek merasa penyebab kematian orangtuanya adalah karena supir I300 yang menabrak orangtuanya.

3. Tawar-menawar

Tawar-menawar merupakan fase bagi individu yang mengalami *grief* karena peristiwa kematian orang yang dicintainya, dalam fase ini individu memberikan harapan kepada dirinya sendiri bahwa dia bisa saja memperbaiki keadaan penyebab *grief*nya. Subjek HR mengungkapkan bahwa adanya perasaan bersalah pada dirinya karena pada saat sebelum orangtuanya meninggal subjek tidak bisa menghentikan orangtuanya untuk pergi supaya kecelakaan pada orangtuanya tidak terjadi. Kehilangan juga sangat dirasakan pada subjek NS yang mana subjek mengatakan seandainya bisa mengubah takdir subjek menginginkan ibunya hidup kembali, karena setelah orangtua tiada banyak sekali perubahan yang terjadi bahkan setelah ibunya tiada subjek merasa hilangnya semangat hidup.

4. Depresi

Berdasarkan hasil wawancara dengan keempat subjek penelitian, semua subjek mengaku bahwa mereka merasa kehilangan akan sosok orangtua yang sudah meninggal. Rasa kehilangan itu merupakan bagian dari depresi, sebagaimana pada subjek HR yang mengatakan rindu pada orangtuanya dan kerap kali memandangi foto ayahnya yang sudah tiada serta mengingat kenangan-kenangan bersama ayahnya. Sama halnya dengan subjek RK yang mengaku sering melihat foto ayahnya ketika rindu akan orangtuanya, selain itu subjek juga sering membersihkan jam-jam sepeninggalan ayahnya dulu ketika rindu akan ayahnya. Kemudian pada subjek AN yang mengaku merasa kehilangan dan rindu kepada orangtua yang sudah tiada sehingga sering memimpikan orangtuanya terus. Sebagaimana kutipan wawancara berikut: Berbeda dengan NS, subjek mengatakan sering merasa adanya kehadiran almarhum ibunya setelah ibunya tiada. Subjek merasa ibunya masih ada dirumah melakukan kegiatan seperti biasanya padahal ibunya sudah tiada.

5. Penerimaan

Penerimaan merupakan fase terakhir *grief* yang mana individu tidak berarti mulai bahagia karena yang bersangkutan telah menerima kematian dalam hidupnya, melainkan pada tahapan ini individu akan merasa lebih tenang, bersikap pasrah dan penerimaan nasib. Seperti

halnya pada subjek HR yang mulai belajar untuk menerima takdir setelah kematian orangtuanya dan mulai berpikir pada kejadian yang terjadi adalah jalannya Allah kalau orangtuanya meninggal dengan cara seperti itu. Kemudian subjek RK juga mengatakan sudah ikhlas dengan kematian orangtuanya karena tidak mungkin berlarut-larut dalam kesedihan.

Sebagaimana juga pernyataan dari subjek AN walaupun masih teringat pada ayah subjek mengaku sudah mengikhhlaskan kepergian ayah karena ketika rindu subjek masih bisa mendoakan ayahnya. Subjek NS juga mengaku sudah ikhlas dengan kematian ibunya sebab tidak ada hal yang bisa subjek lakukan karena kejadian itu memang sudah ketentuan dan jalannya Allah.

Dampak Kematian Orangtua

1. Dampak positif

Dampak positif yang terjadi pada individu adalah religius, mulai mandiri dan optimis. Religius adalah hal yang dilakukan semua subjek setelah mengalami kematian orangtua, salah satu subjek AN mengaku lebih mendekatkan diri dengan berkeluh kesah pada Allah dan mengirim doa untuk orangtua setelah kematian orangtuanya. Setelah ayah tiada subjek lebih rutin mengaji yasin seminggu sekali di malam jumat dan membacakan surat-surat pendek untuk almarhum ayahnya dan juga mulai lebih sering menyedekahkan sesuatu dengan meniatkan pahala untuk ayahnya.

Dampak positif seperti lebih mulai mandiri juga dirasakan oleh subjek HR yang setelah kematian orangtuanya subjek lebih terbiasa mengatasi apapun sendiri seperti mulai bisa membagi waktu ngaji, main dan tidur malam, karena sebelumnya apa-apa harus di ingatin dan disuruh dulu sama ayahnya. Kemudian sebagaimana juga pada subjek RK yang mengaku mulai mandiri dengan mengisi waktu luangnya untuk mulai mempersibuk diri dengan hal yang bermanfaat seperti bekerja agar tidak terlarut dalam kesedihan akan kematian orangtuanya. Selain itu dari hasil bekerja RK juga bisa membantu perekonomian keluarganya. Adanya rasa optimis juga menjadi dampak yang dirasakan oleh semua subjek, seperti halnya pada salah satu subjek NS yang mulai belajar dan ingin menjadi orang sukses kedepannya walaupun tanpa orangtua.

2. Dampak negatif

Dampak negatif yang terjadi pada individu adalah kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orangtua, pola hidup mulai tidak teratur dan menjadi pribadi yang tertutup. Seperti pada subjek RK, RK mengaku dampak negative yang dirasakan setelah kematian orangtua yaitu pola hidup mulai tidak teratur karena masih sering memikirkan orangtuanya

yang sudah tiada. subjek juga menjadi susah tidur dan nafsu makan berkurang sehingga membuat berat badannya menjadi turun. Kemudian sebagaimana pernyataan pada subjek NS yang mengatakan mulai menjadi tertutup yang lebih suka dirumah dan kurang suka bergaul setelah kematian orangtuanya. Dampak negatif lainnya juga dirasakan oleh subjek HR, HR mengaku setelah kematian orangtua merasakan kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orangtua seperti yang biasanya selalu ada yang menegur kalau subjek telat tidur malam tetapi setelah ayahnya tiada tidak ada lagi yang menegur subjek.

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis data yang telah peneliti lakukan terhadap empat subjek ditemukan bahwa tidak mudah bagi remaja untuk menjalani kehidupan setelah kematian orangtuanya. *Grief* yang dirasakan membuat remaja tertekan sehingga munculnya rasa penyangkalan, kemarahan, menawar, depresi, penerimaan, gangguan emosional, pola hidup tidak teratur, kurangnya kasih sayang dan perhatian, menjadi lebih tertutup serta meningkatnya kemandirian dan juga motivasi dan harapan yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria (2013) menyatakan bahwa peristiwa kematian orangtua dapat menimbulkan *grief* yang berkepanjangan hal ini membuat remaja mengalami stress sampai depresi sehingga menghambat tugas perkembangan emosional dan sosial yang dapat mempengaruhi perilaku remaja.

Kemudian penelitian Nurhidayati, dkk (2014) menyatakan peristiwa kematian orang tua membuat remaja merasakan

kehilangann yang mendalam dimana remaja kehilangan perhatian, rasa kasih sayang, kehilangan rasa aman, kehilangan teman berbagi dan kehilangan arah.

Fase pertama adalah fase penyangkalan tahapan ini merujuk pada reaksi individu yakni rasa tidak percaya dan shock terhadap kematian orang yang berharga bagi dirinya. Tidak percaya dan tidak bisa menerima keadaan yang terjadi merupakan bentuk penyangkalan dalam diri keempat subjek. Keempat subjek terkejut dan tidak percaya akan berita kematian orangtuanya, mereka merasa hal yang sedang terjadi hanya sebuah mimpi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Julianti, dkk (2022) yang menyatakan bahwa tahapan awal *grief* adalah penyangkalan yang diekspresikan dengan penolakan, tangisan.

Fase kedua dari fase *grief* adalah kemarahan yang merujuk pada reaksi individu yakni kemarahan, kemarahan ini timbul akibat penolakan yang dilakukannya tidak dapat dipertahankan lagi sehingga menjadi celah untuk munculnya reaksi

kemarahan, kebencian, kegusaran dan iri hati. Orang-orang terdekatnya pun menjadi sasaran kemarahannya. Salah satu subjek dari penelitian belum bisa menerima kematian orangtuanya sehingga kemudian merasa marah dengan penyebab kematian orangtuanya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Seputro (2022) remaja yang mengalami kedukaan yang disebabkan oleh kehilangan orangtua belum mampu untuk mengelola setiap emosi yang dialaminya dengan baik, remaja yang berduka dapat berfikir bahwa menjadi marah pada seseorang yang telah menyebabkan kematian orang itu serta rasa marah kadang diarahkan pada orang yang berkaitan dengan peristiwa yang dialami individu tersebut.

Fase ketiga dari fase *grief* adalah tawar-menawar merujuk pada reaksi individu yakni melakukan penawaran atau negosiasi kepada tuhan agar menunda kematian orang yang dicintai atau menghentikan musibah yang sedang terjadi. Tahapan ini individu memberikan harapan kepada dirinya sendiri bahwa dia bisa saja memperbaiki keadaan penyebab *grief*nya. Kedua subjek adanya perasaan bersalah dan berandai-andai jikalau misalnya orangtuanya masih ada mungkin kehidupannya akan jauh lebih baik serta subjek juga meminta kepada tuhan agar

peristiwa yang terjadi bukanlah kenyataan dan memohon kepada tuhan agar mengembalikan sosok orangtua yang telah meninggal kedalam kehidupannya. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhanti (2022) yang menyatakan perasaan yang muncul akibat kehilangan orangtua bisa jadi memiliki perasaan cinta dan benci yang kompleks serta merasa bersalah dan tahap tawar-menawar ini muncul dalam diri individu sebelum dan setelah kehilangan orang yang dikasihi. Kemudian Seputro (2022) juga menyatakan bahwa individu akan melewati tahapan Menawar (*Bargaining*) dalam dukacita dimana individu mulai percaya akan peristiwa yang menimpanya sehingga individu membuat kesepakatan dengan tuhan sebagai upaya melindungi diri dari rasa dukacita yang dialaminya.

Selanjutnya fase keempat dari fase *grief* adalah depresi yang merujuk pada reaksi individu cenderung pendiam, suka menyendiri, menghabiskan banya waktu untuk berduka dan merindukan sosok orangtua yang dicintainya hal ini normal terjadi pada orang yang mengalami dukacita. Seperti pada keempat subjek dalam penelitian yang merasakan sedih karena kehilangan orangtua yang sangat dekat dengan mereka serta merasa rindu akan orangtua yang sudah tiada, temuan ini

sejalan dengan penelitian Fitria (2022) bahwa jika dukacita yang dialami remaja berlarut-larut maka akan menimbulkan stress bahkan depresi sehingga remaja tidak dapat menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik.

Tahapan terakhir selanjutnya dari fase *grief* adalah penerimaan yang merujuk pada reaksi individu yakni penerimaan pada tahap ini individu mulai bangkit dari kesedihannya dan menerima segala hal yang terjadi. Konsep penerimaan pada keempat subjek meliputi berusaha untuk ikhlas menerima takdir Allah. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Funaidi, dkk (2021) bahwa setiap individu mengalami fase panjang yang berbeda-beda untuk mencapai pemulihan dari dukacita yang dihadapinya dan individu tersebut harus memiliki perilaku dan pandangan positif terhadap dirinya sendiri serta memiliki usaha dan kemauan untuk berubah dan berkembang untuk dirinya maupun orang yang berada di sekitarnya.

Dari penelitian ini ditemukan temuan lainnya berupa dampak kematian orangtua bagi remaja, yaitu dampak positif dan juga dampak negative. Dampak positif meliputi lebih religius, mulai mandiri dan optimis. Hal ini sejalan dengan penelitian Susanto, dkk (2022) bahwa Remaja yang memaknai kematian orangtua sebagai salah satu hal

yang positif akan membawa dampak baik bagi perkembangannya dimana para remaja cenderung mulai bertanggung jawab secara sosial, mempercepat pertumbuhan dan memiliki kemandirian dalam diri, menjadi individu yang lebih tangguh, mampu menyesuaikan diri dan mencoba bangkit dengan mempelajari coping dalam mengatasi dukacita yang dialaminya.

Selanjutnya dampak negatif dari kematian orangtua juga menjadi temuan baru dalam penelitian ini dimana dampak negative tersebut meliputi kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orangtua, pola hidup mulai tidak teratur dan menjadi pribadi yang tertutup. Hal ini sejalan dengan Nurhidayati (2014) yang menyatakan bahwa setiap remaja memiliki makna tersendiri tentang kematian orangtua, namun pada umumnya remaja mengartikan kehilangan orangtua sebagai hilangnya figure yang memberikan kasih sayang, hilangnya keutuhan keluarga, kehilangan arah, kehilangan rasa aman dan kehilangan tempat berbagi.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis data, keseluruhan subjek melewati 5 fase dukacita fase pertama yaitu penyangkalan dan pengasingan diri (denial),

kemarahan (anger), tawar-menawar (bargaining), depresi (depression) dan penerimaan (acceptance). Pada fase penyangkalan seluruh subjek tidak percaya dan tidak dapat menerima hal yang terjadi.. Pada fase kedua yaitu kemarahan salah satu subjek marah dengan penyebab kematian orangtuanya. Pada fase ketiga yakni tawar-menawar salah satu subjek merasakan perasaan bersalah dan kedua subjek lainnya ingin orangtuanya hidup kembali. Sedangkan fase keempat yaitu depresi seluruh subjek merasakan kerinduan akan orangtua yang telah meninggal. Dan pada fase terakhir yakni penerimaan, seluruh subjek mulai ikhlas menerima takdir Allah.

Dalam penelitian ini juga ditemukan temuan lainnya yang menjadi dampak kematian orangtua pada subjek yaitu dampak negatif yang meliputi kurangnya kasih sayang dan perhatian dari orangtua, pola hidup mulai tidak teratur dan menjadi pribadi yang tertutup. Kemudian dampak positif yang meliputi lebih religius, mulai mandiri dan optimis.

Saran

Bagi para remaja yang kehilangan orangtua agar dapat mengurangi dampak negatifnya seperti mencari seseorang yang dapat menjadi tempat untuk berkeluh kesah

seingga bisa membuat diri lebih termotivasi untuk keidupan yang lebih baik dan bahagia.

Untuk keluarga dan masyarakat diharapkan dapat lebih memberikan dukungan sosial terhadap mereka yang ditinggalkan seperti menjadi pendengar yang baik sehingga mereka remaja yang ditinggalkan bisa lebih terbuka dan masyarakat juga bisa menghibur mereka lewat humor-humor maupun mengajak berkegiatan sehingga mengurangi dukacita yang dialaminya.

Penelitian selanjutnya yang ingin membahas mengenai hal serupa dengan penelitian ini diharapkan dapat mengambil subjek yang lebih beragam seperti dengan mengambil subjek yang tidak hanya remaja yang orangtuanya meninggal karena kecelakaan namun juga remaja yang orangtuanya meninggal karena bencana alam, bunuh diri serta remaja yang hidup di jalanan.

Referensi

- Al-Qur'an Surat Al-Ankabut (29) ayat 57. Al-Qur'an dan Terjemahan. Publishing House
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek, Edisi Revisi*. Rineka Cipta
- Asrori, M., & Ali, M. (2016). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara
- Astuti, D. W. (2007). Kematian Akibat Bencana dan Pengaruhnya Pada Kondisi Psikologis Survivor; Tinjauan Teoritis Tentang Arti Penting Death Education. *Journal Psikologi Indonesia*, XXX(66). 363-376. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v2i1.314>.
- Fitria, A., Deliana M. S., & Hendriyani R. (2013). *Grief Pada Remaja Akibat Kematian Orangtua Secara Mendadak. Jurnal Clinical Psychology and Development*.2(2).1-5. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp/article/view/2569>
- Funaidi, P., Airin., Angel., & Hartini, S. (2021). Penerimaan Diri pada Remaja Panti Asuhan Puteri Aisyah Medan. *Jurnal Psikologi*. 14(1), 17-21
https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2c5&q=penerimaan+pada+remaja+yang+mengalami+kematian+orangtua&DtnG=d=gs_Qabs&t=170373878060&u=%23p%3DKEX5J3ka1zwj
- Herdiansyah, H. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Salemba Humanika
- Hogan, N. S., Greenfield, D. B. & Schmidt, L. A. (2010). Pengembangan dan Validasi Daftar Periksa Reaksi Duka Hogan. *Jurnal Studi Kematian*, 25(1), 1-32. <https://doi.org/10.1080/07481180125831>
- Hudria (2021). Dampak psikologis kehilangan orangtua pada remaja (Studi Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Jambi).*Skripsi Bimbingan Penyuluhan Islam*. UIN Sulthan Thaha Saifuddin
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga
- Julianti, T., & Laksmiawati, H. (2022). Pengalaman Kedukaan Pasca Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(9), 74-86. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/150354>
- Kalesaran, T. (2016). Gambaran Resiliensi Remaja Putri Pasca Kematian Ibu. *Skripsi Universitas Pembangunan Jaya*. Arsip Digital UPJ.
- Masi, M. L., & Ate, P. C. (2019). The Teknik Modelling Dlam Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi *Grief* Remaja Pasca Kematian Orangtua. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 9(1), 25-32. [Http://ejournal.unikama.ac.id](http://ejournal.unikama.ac.id)

- Milawati., & Widyastuti. (2022). *Grief* Pada Remaja Perempuan Pasca Kematian Orangtua Akibat Covid-19. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora*,1(2).159-172.
https://scholar.google.com/scholar?LOOUP+0&Q=grief+remaj+akibat+kematian+orangtua&hl=id&as_sdt+0,5#d=gs_qabs&t=168674175751&u=%23p%DYmFaCMeG4DIJ
- Moleong, I. J. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Nurhidayati. & Chairani, L. (2014). Makna Kematian Orangtua Bagi Remaja (Studi Fenomonologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua). *Jurnal Psikologi*. 10 (1), 41-48. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
<https://media.neliti.com/media/publications/127023-ID-makna-kematian-orangtua-bagi-remaja-stud.pdf>
- Papalia, D. E., Olds, S. W & Feldman. (2008). *Humandevlopment Psikologi (9th ed)*. Kencana
- Parebong, E. R. (2021). Pendekatan Trauma Healing Untuk Mengatasi Pathological *Grief* Pada Anak Usia Remaja Yang Ditinggal Mati Orang Tuanya. *Journal of Pastoral Counseling*, 1(20), 109-120.
https://scholar.google.com/scholar?lookup=0&q=grief+pad=remajaa&hl=id&as_sdt=0,5#d=dgs_qabs&t+1686741831339u&=%23p%3D3SRgCX_o_5JwJ
- Qayumah. (2019). Tahapan Kedukaan Elizabeth Kubler Ross Terhadap Kematian Adik. *Skripsi Kesejahteraan Sosial*. UIN Syarif Hidayatullah
- Ramadhanti, M & Satiningsih. (2022). Gambaran *Grief* pada Emerging Adulthood yang Mengalami Kematian Orang Tua Akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 9(7), 161-178
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/48254>
- Ross, K. E., & Kessler, D. (2004). *On Grief & Grieving. Edisi Translate. Maria Shriver*
- Sandra, M. G., & Surjaningrum, R. E. (2022). Mekanisme Coping Remaja Yang Berduka Akibat kematian orangtua. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 262-274.
<https://psikologi.unair.ac.id>
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Erlangga
- Santrock, J. W. (2004). *Adolescence Perubahan Masa Hidup*. Erlangga
- Santrock, J.W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga
- Sari, A R (2009). Rasa Berduka Pada Remaja yang Ditinggal Oleh Orangtuanya. *Skripsi Keperawatan*. <https://ejournal-s1.undip.ac.id/>
- Sarwono, S. W. (2004). *Psikologi Remja*. Edisi Revisi. Rajawali Press
- Savira, S. I. & Nurriyana, M. A. (2021). (Mengatasi Loss & *Grief* Akibat Kematian Orangtua; Studi Self-Healing Pada Remaja). *Jurnal Psikologi*. 8(12), 46-60.

Universitas Negeri Surabaya.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41169>

Seputro, A.A. (2022). Teknik *Grief* Counseling dalam Mengatasi Keduakaan pada Remaja yang Kehilangan Orangtua. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 2(3), 71-78.
<https://widyasari-press.com/wp-content/upload>

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkins, M. (2009). *Interpretative Phenomonological Analysis-theory, Method and Research*. Sage Publications

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta

Susanto, V., & Surjaningrum, R E. (2021). Pemaknaan Keduakaan Akibat Kematian Orangtua Pada Remaja. *Jurnal Pemulihan Psikososial dan Kesehatan Mental Pasca Pandemi*, 1(1), 262-274. Universitas Airlangga.
<https://psikologi.unair.ac.id/proceeding-series-of-psychology/index.php/proceedingseriesofpsychology/article/view/37>

Wiryasaputra, T. (2003). *Mengapa Berduka: Kreatif Mengelola Perasaan Duka*. Kanisius

Yuliawati, L., Setiawan, L. J. & Mulya, W. J. (2007). Perubahan Pada Remaja Tanpa Ayah. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 9-19. Universitas Tarumanegara.
<https://oneseach.id/Record/10S2777.123456789-98/Details>