GRIEVING PADA ANAK YANG KEHILANGAN ORANGTUA AKIBAT BENCANA GEMPA BUMI DI KECAMATAN CUGENANG KABUPATEN CIANJUR

Clara Annisa Onesia, Dr. Epi Supiadi, M.Si, Ahmad Yaneri, S.ST, M.Kesos
Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Keywords:
Grieving, Anak, Kehilangan Orangtua, Bencana

Corresponding Author:
Clara Annisa Onesia
Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung
Email:
claraannisa@gmail.com

Abstract: *This research describes the level of grieving in children who lost their parents due to the earthquake in Cugenang District, Cianjur Regency. This research was conducted 5 months after the earthquake disaster during the transition from emergency to disaster recovery which showed that children still experienced high levels of grieving. This research aims to get an empirical description of: 1) the characteristics of the respondents, 2) to accept the reality of the loss, 3) to process the pain and sadness, 4) to adapt to the new environment, and 5) to maintain a relationship with the deceased while still living life. The method used in this research is quantitative research with descriptive methods. The population in this research were children who lost their parents due to the earthquake in Cugenang District, Cianjur Regency with a total sample of 30 respondents. The sampling technique used in this research was purposive sampling or with certain considerations and criteria for children who lost their parents due to the earthquake. The data collection techniques used were: 1) questionnaire, 2) observation, and 3) documentation study. The research instrument uses a rating scale. The validity test used was a face validity test and a reliability test using Cronbach's Alpha with a result of 0.814 or a high reliability value. The results showed that the grieving rate of children who lost their parents due to the earthquake in Cugenang District, Cianjur Regency was high with an actual score of 2,286 from the ideal score for the high interval class, namely 2,201 – 3,000. The results of the research show that children still do not realize, understand, and accept themselves as they are; not yet fully able to overcome pain, both physical and mental; find it difficult to interact and provide awareness of himself; and maintaining closeness with parents excessively. Therefore, a "Grieving Recovery Program Through Counseling and Therapy for Children Who Lost Parents Due to the Earthquake" was proposed in Cugenang District, Cianjur Regency.*

Abstrak: *Penelitian ini menggambarkan bagaimana tugas mengatasi grieving pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur berdasarkan. Penelitian ini dilakukan 5 bulan pasca bencana gempa bumi dalam kondisi peralihan masa darurat ke pemulihan bencana yang menunjukkan bahwa anak-anak masih mengalami kondisi grieving yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran secara empiris tentang: 1) karakteristik responden, 2) menerima kenyataan atas kehilangan, 3) mengatasi rasa sakit dan kesedihan, 4) beradaptasi pada lingkungan baru, dan 5) mempertahankan hubungan dengan almarhum selagi tetap menjalani kehidupan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur dengan total sampel berjumlah 30 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling atau dengan pertimbangan dan kriteria tertentu terhadap anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: 1) angket, 2) observasi, dan 3) studi dokumentasi. Instrumen penelitian menggunakan rating scale. Uji validitas yang digunakan adalah uji validitas muka (face validity) dan uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach dengan hasil 0.814*

atau nilai reliabilitasnya tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat grieving pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur tinggi dengan skor aktual sebanyak 2.286 dari skor ideal kelas interval tinggi yaitu 2.201 – 3.000. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak masih belum menyadari, memahami, dan menerima diri apa adanya; belum sepenuhnya bisa mengatasi rasa sakit, baik fisik maupun batin; merasa kesulitan berinteraksi dan memberikan kesadaran terhadap dirinya; dan mempertahankan kedekatan dengan orangtua secara berlebihan. Oleh karena itu, diusulkan "Program Pemulihan Grieving Melalui Konseling dan Terapi pada Anak yang Kehilangan Orangtua Akibat Bencana Gempa Bumi" di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur.

PENDAHULUAN

Grieving merupakan keadaan berduka yang biasanya dialami individu oleh beberapa tahapan yang dimulai dengan tahap *shock* dan tidak percaya, kemudian tahap asik dengan kenangan mereka yang meninggal, dan tahap resolusi (Papalia, 2008). Namun tahapan tersebut tidak semestinya harus sesuai saat individu melalui fase berduka atau *grieving*. Hasil observasi peneliti pada kejadian gempa bumi di Cianjur saat melakukan praktikum komunitas melihat kebanyakan dari anak-anak merasa sangat takut dan sering menangis setelah merasakan gempa besar pertama kalinya. Bahkan kondisi kesedihan tersebut juga ditunjukkan anak yang kehilangan orangtua dengan mengurung diri, marah, dan beberapa dari mereka menghindari segala sesuatu yang mengingatkan dengan orang yang dicintainya. Anak-anak juga kesulitan untuk mengatasi keadaan dirinya, baik mengontrol dirinya maupun interaksi dengan lingkungannya. Kondisi tersebut membuat anak menjadi enggan bersosialisasi dan menutup diri ketika berhadapan dengan orang lain. Namun ada juga sebagian dari mereka yang menanggapi respon *grieving* dengan merasa biasa saja karena beranggapan bahwa mendiang akan kembali lagi. Jeffreys (2011) juga menyatakan bahwa beberapa anak saat mengalami *grieving* mungkin tidak tampak sedih atau tertekan sama sekali, namun ditunjukkan dengan menarik diri, dan berbicara tentang merindukan orang tua dan kemudian kembali bersama temannya seolah-olah tidak ada yang terjadi.

Anak-anak yang mengalami *grieving* dapat mengalami gejala emosi dan perilaku tertentu yang berbeda-beda di beberapa kondisi dalam hidupnya. Namun, bagaimana mereka menerima kondisi tersebut, mengatasi kedukaan, menyesuaikan dengan lingkungannya, dan menemukan jalan menuju penyembuhan merupakan sesuatu yang harus diselesaikan sepanjang hidup mereka. Kehilangan orangtua pada masa anak-anak atau remaja memungkinkan individu kurang mampu untuk berduka secara memadai dan di kemudian hari dapat muncul dengan gejala depresi atau ketidakmampuan untuk membentuk hubungan yang dekat selama dewasa (Worden, 2018). Kondisi tersebut sesuai dengan teori Worden (2018) yang menyatakan empat tugas proses *grieving* yaitu menerima kenyataan atas kehilangan, mengatasi rasa sakit dan kesedihan,

beradaptasi pada lingkungan baru, serta mempertahankan hubungan dengan almarhum selagi tetap menjalani kehidupan. Semua pertumbuhan dan perkembangan manusia tentunya dipengaruhi oleh berbagai tugas perkembangan, misalnya dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Robert Havehurst (dalam Worden, 2018) mengatakan ada tugas perkembangan tertentu (mental, fisik, sosial, dan emosional) yang terjadi saat anak tumbuh. Jika anak tidak menyelesaikan tugas tertentu di tingkat yang lebih rendah, maka adaptasi anak tersebut dapat terganggu saat mencoba menyelesaikan tugas serupa di tingkat berikutnya.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan konsep tugas *grieving* yang berbeda dari beberapa penelitian terdahulu. Peneliti juga melihat bahwa beberapa penelitian terdahulu terdapat keterbatasan yang menjadi motivasi peneliti untuk melakukan replikasi diantaranya adanya perbedaan penelitian ini pada responden penelitian, metode penelitian, dan lokasi penelitian di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan selama masa transisi darurat ke pemulihan bencana gempa bumi.

Peneliti tertarik memilih lokasi penelitian ini berdasarkan pengamatan terhadap lokasi bencana gempa bumi yang sebelumnya juga peneliti rasakan pada saat melakukan praktikum komunitas di Kabupaten Cianjur. Dampak bencana gempa bumi tersebut sangat meresahkan masyarakat, terutama kelompok rentan yaitu anak-anak. Anak-anak merasakan kesedihan yang mendalam karena kehilangan orangtua secara mendadak akibat bencana gempa bumi. Dampak kehilangan ini akan menghambat kemampuan anak untuk berkembang karena terkadang mereka akan timbul regresi serta ketakutan untuk ditinggalkan atau dibiarkan kesepian. Penelitian ini dilakukan 5 bulan pasca bencana gempa bumi dalam kondisi peralihan masa darurat ke pemulihan bencana yang menunjukkan bahwa anak-anak masih mengalami kondisi *grieving* yang tinggi.

Menurut Katherine (2012), menyatakan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi reaksi kognitif, emosional, dan perilaku anak terhadap *grieving*, selain usia dan tahap perkembangan, termasuk juga pengalaman sebelumnya dengan kematian, reaksi orang lain di sekitar mereka, dan keunikan anak itu sendiri. Misalnya pada anak-anak yang masih berusia dibawah umur belum mengetahui akan kehilangan orangtua sehingga perlu adanya pendampingan maupun dukungan terhadap mereka. Bahkan anak yang memasuki usia remaja bisa saja mengalami disintegrasi dalam keluarga karena mereka memahami makna kematian, serupa dengan orang dewasa. Sehingga respon tersebut tidak boleh dibiarkan berlarut-larut karena *grieving* yang berkepanjangan dapat menimbulkan stress bahkan depresi. Hal ini menyebabkan usia anak maupun remaja tidak dapat melanjutkan tugas perkembangannya, terutama perkembangan emosional dan sosial mereka sehingga sedikit banyak memiliki andil dalam setiap perilaku mereka. Usia anak dan remaja merupakan usia yang cukup krusial bagi anak

dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Usia kanak-kanak akhir atau masa usia sekolah merupakan usia ketika individu mengalami masa pubertas atau matang secara seksual sehingga pada masa tersebut akan mengalami perubahan penyesuaian sosial pada anak. Sedangkan usia remaja adalah peralihan masa perkembangan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif dan psikososial (Papalia dkk, 2009).

Berdasarkan paparan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti termotivasi dan tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *Grieving* pada Anak yang Kehilangan Orangtua Akibat Bencana Gempa Bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Isu kebencanaan tersebut juga masih menjadi prioritas utama dalam penanganannya yang belum usai sampai sekarang. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mencari suatu cara supaya anak-anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi tersebut dapat melewati tahapan-tahapan kedukaan dengan baik dan tidak memakan waktu yang berkepanjangan.

Peneliti berharap penelitian ini dapat dijadikan acuan atau referensi bagi pembuatan berbagai kebijakan dan program baik kepada instansi pemerintah maupun lembaga masyarakat terkait dengan *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana. Manfaat positif juga diharapkan dalam penelitian ini, sehingga akan memberikan dampak pada pemulihan korban bencana, khusunya kelompok rentan yaitu anak-anak.

METODE

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian kuantitatif ini adalah jenis penelitian deskriptif. Penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan hasilnya (Arikunto, 2013:12). Sedangkan menurut Ramdhan (2021) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian dengan metode untuk menggambarkan suatu hasil penelitian dengan tujuan memberikan deskripsi, penjelasan, juga validasi mengenai fenomena yang sedang diteliti. Tujuan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif adalah untuk memperoleh data dari daftar kuesioner yang dilakukan di lokasi penelitian dengan responden anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Setelah data kuantitatif tersebut diolah kemudian dianalisis untuk mengetahui hasil dari gambaran kondisi yang terjadi pada responden, sehingga data yang dihasilkan mudah dipahami secara deskripsi berupa narasi yang logis serta diperkuat dengan adanya persentase perolehan data yang pasti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian mengenai *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur yang dilakukan dengan mengambil responden sebanyak 30 anak dengan tabel 4.6 yang menunjukkan bahwa sama banyaknya responden yang berjenis kelamin perempuan dan laki – laki yaitu sebanyak 15 orang. Anak laki – laki cenderung memiliki tingkat penderitaan emosional yang lebih rendah daripada perempuan. Anak laki-laki memiliki lebih banyak kesulitan dibandingkan anak perempuan dalam mengungkapkan emosi kesedihan secara umum (Dyregrov, 2008). Bahkan terkadang dalam menghadapi perasaan sedihnya, anak perempuan akan lebih merasa lemah dan merasa sedih berkepanjangan, misalnya menangis. Hal tersebut terjadi karena anak laki-laki pada umumnya mampu menahan diri untuk berbicara tentang kesedihan dan mereka mengalami kesulitan untuk menunjukkan perasaan mereka. Sehingga dukungan lingkungan pun lebih banyak ditujukan pada anak perempuan yang terlihat lebih rentan daripada anak laki-laki. Perbedaan jenis kelamin juga berpengaruh terhadap tingkat *grieving* pada setiap individu.

Menurut Aiken (1994) menyatakan bahwa grieving menimbulkan dampak kesedihan yang berbeda tergantung dengan usia pada tahap perkembangan seseorang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan anak usia 8 - 12 tahun atau sedang menempuh tingkat pendidikan SD. Usia tersebut termasuk pada periode masa perkembangan kanak-kanak akhir atau masa usia sekolah. Pada masa periode tersebut, anak membutuhkan interaksi dan mulai belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan. Tahapan belajar anak tersebut salah satunya adalah melalui tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan dapat menunjukkan pengetahuan dan wawasan yang dimiliki oleh responden, sehingga berpengaruh terhadap cara responden dalam memandang masalah, salah satunya *grieving*.

Mayoritas responden tinggal di Desa Cibulakan yang menjadi salah satu desa yang terdampak paling parah dengan jumlah korban jiwa paling banyak mencapai 91 orang. Dampak tersebut dikarenakan struktur bangunan yang sudah lama dan tidak tahan gempa yang mengakibatkan banyak rumah yang roboh. Selain itu, keberadaan sesar Cugenang yang melintasi beberapa kampung di Desa Cibulakan menjadi faktor utama daerah tersebut terdampak parah.

Berdasarkan hasil penelitian juga menunjukkan sama banyaknya responden yang kehilangan ayah sebanyak 15 orang dan kehilangan ibu sebanyak 15 orang. Namun, tidak ada responden yang kehilangan kedua orangtuanya akibat bencana gempa bumi. Anak yang kehilangan ibu akan mengalami tingkat *grieving* tinggi karena pada umumnya ibu berperan dalam fungsi pengasuhan yang lebih penting daripada ayah. Kehilangan ibu dikaitkan dengan lebih banyak masalah emosional/perilaku anak, termasuk tingkat kecemasan yang lebih tinggi, hilangnya pengasuh emosional keluarga, harga diri yang lebih rendah, dan keyakinan yang lebih lemah pada diri anak (Katherine, 2012). Begitu juga anak yang kehilangan ayah akan merasa

bahwa mereka harus kehilangan seseorang yang selama ini menjaganya dan merasa kebutuhan akan rasa aman menjadi hilang.

2. Aspek Menerima Kenyataan Atas Kehilangan

Grieving anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi terhadap aspek menerima kenyataan atas kehilangan termasuk dalam kategori tinggi, dapat dilihat pada penjelasan tabel 4.18 Data Kontinum Aspek Menerima Kenyataan Atas Kehilangan, yang mana hasil skor aktual 607 berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Dalam hal ini anak masih belum menyadari, memahami dan menerima diri apa adanya setelah salah satu orangtuanya meninggal akibat bencana gempa bumi, bahkan menjadi sulit karena kematiannya mendadak. Ketidaknyataan sangat sulit dalam kasus kematian mendadak (Worden, 2018).

Setiap orang yang mengalami kehilangan orang yang dicintai, bahkan pada peristiwa kehilangan secara mendadak akan memiliki reaksi terhadap kehilangan yang berbeda-beda. Menurut Santrock (2004) menyatakan bahwa mereka yang ditinggalkan karena kehilangan akan merasa terkejut, tidak percaya, sering menangis dan terkadang menjadi mudah marah. Dalam hal ini, keyakinan dan ketidakpercayaan akan dialami bergantian saat seseorang berada pada fase *grieving*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kematian mendadak ini membuat anak-anak merasa ketidaknyataan tentang kehilangan. Sebenarnya mereka tahu bahwa salah satu orangtuanya telah tiada, namun di sisi lain mereka tidak mau mempercayainya, apalagi lingkungan yang masih mengingatkan mereka pada penyebab kematian orangtuanya yaitu bencana gempa bumi.

Menurut Jeffreys (2011) menyatakan bahwa *grieving* diungkapkan dalam perasaan, pikiran, dan perilaku individu, termasuk anak. Kondisi kesedihan yang dialami anak – anak sering membuat mereka berpikir bahwa waktu berlalu begitu lambat sejak orangtua meninggal. Selain itu, beberapa anak juga sering merasa kosong karena dipengaruhi aktivitas keseharian yang cukup melelahkan dan menjenuhkan. Selain itu, beberapa anak masih sering merasa tersinggung ketika ada yang membahas orangtuanya yang meninggal. Mereka menyangkal dan menjadi marah namun tidak selalu dilampiaskan dengan perilakunya.

Menerima kenyataan atas kehilangan ini membutuhkan waktu karena tidak hanya melibatkan pemikiran tetapi juga dampak emosional yang dialami anak-anak (Worden, 2018). Hal tersebut seringkali membuat anak – anak merasa bahwa orangtuanya masih ada di sekitar dan mengawasi mereka. Beberapa anak – anak yang masih tinggal di tenda pengungsian juga mengaku sering menganggap wajah atau perilaku orang lain itu sama seperti orangtuanya yang sudah meninggal. Hal ini dapat dijelaskan bahwa *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur terhadap aspek menerima kenyataan atas kehilangan termasuk tinggi.

3. Aspek Mengatasi Rasa Sakit dan Kesedihan

Grieving anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi terhadap aspek mengatasi rasa sakit dan kesedihan termasuk dalam kategori tinggi, dapat dilihat pada penjelasan tabel 4.24 Data Kontinum Aspek Mengatasi Rasa Sakit dan Kesedihan, yang mana hasil skor aktual 591 berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Dalam hal tersebut anak-anak masih belum sepenuhnya bisa mengatasi rasa sakit, baik fisik maupun batik dan mengontrol emosinya ketika perasaan sedih itu datang secara begitu saja.

Respon emosi yang muncul dalam *grieving* tidak selalu perasaan sedih yang tampak, tetapi bisa juga bentuk emosi lain seperti rasa bersalah, mencela diri sendiri, dan rasa malu yang dikaitkan dengan hal-hal yang telah mereka lakukan atau pikirkan. Ketika ada kematian mendadak, pertemuan terakhir yang marah atau negatif juga dapat mengakibatkan rasa bersalah semakin terjadi (Dyregrov, 2008). Kematian mendadak akibat bencana gempa bumi ini membuat anak tidak ada kesempatan waktu untuk meminta maaf kepada orangtua. Sehingga mereka merasa bersalah karena belum sempat meminta maaf pada orangtua. Selain itu, perasaan sedih juga nampak dengan tangisan. Anak-anak menunjukkan ekspresi sedih dengan mata berkaca-kaca. Namun, tidak banyak juga anak yang menolak untuk menangis di depan teman atau orang lain karena takut dan merasa malu.

Kesepian menjadi perasaan sedih yang sering diungkapkan oleh orang yang mengalami kehilangan, terutama mereka yang kehilangan dan sehari-hari terbiasa berhubungan dekat bersamanya. Salah satu faktor penyebab *grieving* menurut Aiken (1994) adalah hubungan kedekatan individu dengan orang yang meninggal. Pada beberapa peristiwa menunjukkan bahwa apabila seseorang memiliki hubungan yang sangat baik dengan orang yang telah meninggal maka proses *grieving* tersebut akan sangat sulit. Begitu pula dengan anak-anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi yang sudah tidak lagi mendapat kasih sayang dan pengasuhan dari orangtua secara utuh. Kedekatan mereka dengan orangtua inilah yang menjadi faktor timbulnya kesepian yang dialami responden.

Rasa kesedihan menjadi tidak normal ketika seseorang merasakan sedih dan berpikir terus-menerus dengan mengabaikan aktivitas yang lain. Walaupun terasa sulit, tetapi menahan dan menolak rasa sedih justru akan membuat makin terasa berat. Gillies & Neimeyer (dalam Tri Julianti, 2022) menyebutkan bahwa kehilangan berdampak pada produktivitas seseorang seperti hilangnya minat terhadap sesuatu yang menyenangkan, menarik diri dari lingkungan sosialnya, serta diliputi perasaan tidak berarti dan keputusasaan. Beberapa anak – anak menjadi malas untuk berkegiatan karena berlarut – larut terjebak dalam perasaan sedihnya. Namun, ada juga sebagian dari mereka yang sudah menyadari untuk bisa melakukan aktivitas kesehariannya

sebagai anak dan tidak melalaikan kewajibannya sebagai murid yang harus selalu belajar untuk sukses di masa depan.

Kekhawatiran berlebihan tentang masa depan juga menjadi luka batin yang menganggu pikiran anak – anak. Hal tersebut kebanyakan dikarenakan selama ini sosok ayah yang bekerja dan menjadi tulang punggung keluarga. Sebenarnya anak – anak seringkali diberikan pengertian para pengampunya tentang dampak bencana gempa bumi yang membuat kondisi perekonomian tidak stabil. Ada beberapa dari mereka yang belum mampu menyadarinya tetapi selama ini mereka masih bisa melanjutkan sekolah dengan adanya donasi yang membantu anak – anak dan keluarganya untuk kehidupan sehari-hari.

4. Aspek Beradaptasi pada Lingkungan Baru

Grieving anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi terhadap aspek beradaptasi pada lingkungan baru termasuk dalam kategori sedang, dapat dilihat pada penjelasan tabel 4.30 Data Kontinum Aspek Beradaptasi Pada Lingkungan Baru, yang mana hasil skor aktual 483 berada pada kelas interval sedang dengan jumlah dari 351 – 550. Dalam hal tersebut sebagian anak-anak masih merasa kesulitan untuk berinteraksi maupun bersosialisasi dengan orang lain dan kesulitan untuk memberikan kesadaran terhadap dirinya sendiri. Namun, penyesuaian spiritual pada sebagian besar anak-anak tentang bagaimana kematian orangtua dapat mempengaruhi kepercayaan dan nilai sudah cukup baik.

Menurut Aiken (1994) menyatakan bahwa *grieving* menimbulkan dampak kesedihan yang berbeda tergantung dengan kepribadian, jenis kelamin, dan usia pada tahap perkembangan seseorang. Salah satu tahap perkembangan pada anak yang mempengaruhi *grieving* adalah kemampuan anak dalam berinteraksi dengan orang lain. Pada anak usia sekolah (6 – 12 tahun) merupakan masa anak belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan menganggap hubungannya terhadap orang lain itu penting, sehingga cara mereka merespon kehilangan juga berbeda. Ada beberapa dari mereka yang merasa ingin akrab dengan peneliti karena menganggap orang-orang yang datang ke lingkungan rumahnya adalah orang baik yang akan membuatnya senang dengan mengajaknya bermain dan belajar bersama. Namun, berbeda dengan anak usia remaja (12 – 18 tahun) yang merasa sulit untuk dekat dengan orang lain karena takut akan kehilangan lagi dan belum sepenuhnya bisa percaya begitu saja dengan orang lain. Selain itu faktor penyebab yang mempengaruhi *grieving* adalah jenis kelamin, yang mana anak perempuan biasanya akan lebih rentan daripada anak laki-laki. Sehingga dalam pergaulan dengan teman-temannya, anak perempuan akan lebih menarik diri.

Kehilangan salah satu orangtua, baik ayah atau ibu bagi anak tentu akan berpengaruh pada respon mereka yang berbeda. Menurut Santrock (2004) menyatakan bahwa pada awal masa kehilangan, anak akan menganggap kehilangan ibu jauh lebih merusak daripada kehilangan ayah.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menyebutkan beberapa anak yang kehilangan sosok ibu menganggap bahwa ibu berperan penting dalam proses pengasuhannya selama ini. Misalnya, ibulah yang mengajari mereka belajar, membantu menyiapkan makanan, bahkan menjadi tempat cerita bagi mereka. Kehilangan tersebut membuat mereka menjadi harus beradaptasi untuk bisa melakukan aktivitas yang sebelumnya bersama ibu kini harus dilakukannya sendiri. Selain itu, sebagian dari mereka juga mengaku bahwa susah untuk fokus belajar dan kehilangan arah terhadap kegiatan yang dulunya disukai.

Sedangkan menurut Santrock (2004) juga menyatakan bahwa dengan bertambahnya usia, kehilangan ayah sering lebih serius daripada kehilangan ibu, terutama bagi anak laki-laki. Hal tersebut dikarenakan mereka tidak mempunyai sumber indetifikasi sebagaimana teman mereka dan mereka tidak senang tunduk pada wanita dirumah sebagaimana halnya disekolah. Ketika anak – anak merasa dirinya hampa dan sedih teringat orangtua, serta tidak tahu apa yang harus dilakukan, kebanyakan dari mereka akan bertemu teman-temannya untuk mendapat dukungan. Namun, penyesuaian spiritual pada sebagian besar anak-anak tentang kehilangan sudah cukup membuat mereka menyadarinya. Hal tersebut karena selama ini banyak pelajaran berharga mengenai spiritual yang selalu ditanamkan di lingkungan mereka, terlebih setelah adanya kejadian gempa bumi. Sehingga mereka justru semakin mendekatkan diri kepada Tuhan.

5. Aspek Mempertahankan Hubungan dengan Almarhum Selagi Tetap Menjalani Kehidupan

Grieving anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi terhadap aspek mempertahankan hubungan dengan almarhum selagi tetap menjalani kehidupan termasuk dalam kategori tinggi, dapat dilihat pada penjelasan tabel 4.36 Data Kontinum Aspek Mempertahankan Hubungan dengan Almarhum Selagi Tetap Menjalani Kehidupan, yang mana hasil skor aktual 605 berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Dalam hal tersebut, anak-anak masih sangat erat untuk mempertahankan hubungan agar kedekatan dengan orangtua yang sudah meninggal masih tercipta dan tidak hilang.

Seringkali yang mendasari perilaku anak untuk tetap mempertahankan hubungan batin dengan orangtuanya adalah kerinduan dan ketakutannya akan kehilangan ingatan terhadap orangtua. Kerinduan tersebut berhubungan langsung dengan memori jangka panjang yang erat kaitannya dengan, ingatan peristiwa, situasi, dan pengalaman tertentu (Jarvis dalam Tri Julianti, 2022). Hal itu berdampak pada diri anak yang akan menyimpan banyak peristiwa dalam jangka waktu yang lama. Perasaan rindu itu muncul pada saat anak mengingat kembali kenangan yang pernah dialaminya dengan orangtua yang sudah meninggal dunia yang kemudian juga dikaitkan dengan kebiasaan atau sesuatu yang disukainya.

Anak-anak mempertahankan hubungan dengan masih menyimpan foto atau kenangan cetak bersama orangtua, mendoakan orangtua, mengunjungi makam orangtua, mengingat nasehat terbaiknya, dan menceritakan kebaikan orangtua ketika masih hidup. Namun beberapa cara tersebut dilakukan anak-anak dengan berlebihan karena terlarut dalam pikiran mereka masing-masing. Sehingga menciptakan rasa kesedihan pada anak yang berkepanjangan.

KESIMPULAN

enelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui dan menganalisis tingkat *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Adapun aspek – aspek yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek menerima kenyataan atas kehilangan, aspek mengatasi rasa sakit dan kesedihan, aspek beradaptasi pada lingkungan baru, dan aspek mempertahankan hubungan dengan almarhum selagi tetap menjalani kehidupan. Responden pada penelitian ini adalah anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur yang berjumlah 30 responden.

Berdasarkan aspek menerima kenyataan atas kehilangan hasil skor *grieving* yang diperoleh anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi termasuk dalam kategori tinggi dengan skor aktual 607 yang berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden masih belum menyadari, memahami dan menerima diri apa adanya setelah salah satu orangtuanya meninggal akibat bencana gempa bumi, bahkan menjadi sulit karena kematiannya mendadak. Menerima kenyataan atas kehilangan ini membutuhkan waktu karena tidak hanya melibatkan pemikiran tetapi juga dampak emosional yang dialami anak-anak.

Aspek mengatasi rasa sakit dan kesedihan menunjukkan hasil skor *grieving* yang diperoleh anak yang kehilangan orangtua akibat bencana alam gempa bumi termasuk dalam kategori tinggi yang mana hasil skor aktual 591 berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam mengatasi rasa sakit dan kesedihan terhadap kehilangan orangtua responden masih belum sepenuhnya bisa mengatasi atau mengontrol emosi ketika perasaan sedih itu datang secara begitu saja.

Aspek beradaptasi pada lingkungan baru menunjukkan hasil skor *grieving* yang diperoleh anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi termasuk dalam kategori sedang yang mana hasil skor aktual 483 berada pada kelas interval sedang dengan jumlah dari 351 – 550. Hal tersebut menunjukkan sebagian responden masih merasa kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain dan kesulitan memberikan kesadaran terhadap dirinya. Namun, penyesuaian spiritual pada sebagian besar responden tentang bagaimana kematian orangtua dapat mempengaruhi kepercayaan dan nilai sudah cukup baik.

Aspek mempertahankan hubungan dengan almarhum selagi tetap menjalani kehidupan menunjukkan hasil skor *grieving* yang diperoleh anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi termasuk dalam kategori tinggi dengan hasil skor aktual 605 berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 551 – 750. Hal tersebut menunjukkan bahwa untuk mempertahankan hubungan agar kedekatan dengan orangtua yang sudah meninggal masih tercipta dan tidak hilang. Anak-anak mempertahankan hubungan dengan masih menyimpan foto atau kenangan cetak bersama orangtua, mendoakan orangtua, mengunjungi makam orangtua, mengingat nasehat terbaiknya, dan menceritakan kebaikan orangtua ketika masih hidup. Namun beberapa cara tersebut juga dilakukan anak-anak dengan berlebihan karena terlarut dalam pikiran mereka masing-masing dan menciptakan rasa kesedihan pada anak yang berkepanjangan.

Hasil penelitian berdasarkan aspek – aspek *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur menunjukkan tingkat *grieving* tinggi dengan skor aktual 2.286 yang berada pada kelas interval tinggi dengan jumlah dari 2.201 – 3.000. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya penanganan untuk mengurangi tingkat *grieving* pada anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Sehingga anak-anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi tersebut dapat melewati tahap-tahap kedukaan atau grieving dengan baik dan tidak memakan waktu yang berkepanjangan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti mengusulkan suatu program yaitu "Pemulihan *Grieving* Melalui Konseling dan Terapi pada Anak yang Kehilangan Orangtua Akibat Bencana Gempa Bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur". Program ini bertujuan untuk mengatasi kondisi *grieving* anak yang kehilangan orangtua akibat bencana gempa bumi di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur agar tidak mengalami kesedihan yang berkelanjutan dan terlalu larut dalam perasaan kehilangan akibat kematian orang tua dapat menyebabkan anak terjerumus ke hal negatif yang dapat merugikan diri dan lingkungannya.

DAFTAR PUSTAKA

Adi, Fahrudin. (2014). *Pengantar Kesejahteraan Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama
Ahsin W. Al-Hafidz. (2006). *Kamus Ilmu Al-Qur'an*. Jakarta: Amzah
Aiken, L. R. (1994). *Dying, Death, and Bereavement*. Boston: Allyn and Bacon.
Anas Sudjono. (2018). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press
Arikunto, Suharsimi. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta.
Carter, N. (2008). *Disaster Management: A Disaster Manager's Handbook*. Philippines: Asian Development Bank
Dahlan Abdul Aziz. (1997). *Ensiklopedia Hukum Islam*. Jakarta: PT Ikchtiar Baru Van Hoeve
Dyregrov, Atle. (2008). *Grief in Children*. London: Jessica Kingsley Publishers

Ghozali. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Heru Sukoco, Dwi. 2021. *Pekerjaan Sosial dan Proses Pertolongan.* Bandung: Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung.

Hurlock, Elizabeth B. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Ed. Ke-5). Jakarta: Erlangga.

Jeffreys, J. S. (2011). *Helping Grieving People: When Tears Are Not Enough.* New York: Brunner-Rotledge

Kartini Kartono. (1990). *Psikologi Perkembangan Anak*. Bandung: CV. Mandar

Katherine Walsh. (2012). *Grief and Loss: Theories and Skills for the Helping Professions*. United State of America: Pearson Education

M. Quraish Shihab. (2007). *Ensiklopedia Al-Qur*"*an: Kajian Kosakata.* Jakarta: Lentera Hati

M. Ramdhan. (2021). *Metode Penelitian*. Surabaya: Cipta Media Nusantara

Papalia, D.E., Old, S.W., dan Feldman, R.D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.

Santrock, J. W. (2004). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Teja. (2018). *Pendidikan Siaga Bencana*. Bandung: Pusat ITB

Toedter, L. J., Lasker, J. N., & Janssen, H. (2001). *International comparison of studies using the perinatal grief scale: A decade of research on pregnancy loss.* Death Studies, 25, 205-228.

Totok S. Wiryasaputra. (2019). *Grief Psychotherapy – psikoterapi kedukaan*. Yogyakarta: Pustaka Refrensi.

Wignyo Adiyoso. (2018). *Manajemen Bencana: Pengantar dan Isu-Isu Strategis*. Jakarta: Bumi Aksara

Worden, J. W. (2018). *Grieving Counseling and Grieving Therapy Fifth Edition.* New York: Springer Publishing Company.

Sumber Lain

Adelia Dwiartyani, dkk. (2021). *Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19.* Jurnal: Universitas Al Azhar Indonesia

Adibah Praharsini. (2021). *Grieving Pada Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Pesanggrahan PMKS Majapahit Kabupaten Mojokerto*. Skripsi: Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika (BMKG). (2023). *Tentang Gempa Bumi*. Retrieved February 5, 2023, from http://inatews2.bmkg.go.id/new/tentang_eq.php

Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2020). *"Potensi Ancaman Bencana".* Retrieved February 19, 2023, from https://bnpb.go.id/potensi-ancaman-bencana

Hudria. (2021). *Dampak Psikologis Kehilangan Orangtua Pada Remaja (Studi di Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Jambi).* Skripsi: Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2023). *Anak Dalam Situasi Darurat.* Retrieved February 19, 2023, from https://sidiaperka.kemenpppa.go.id/anak-dalam-situasi-darurat/

Kompas. (2022). *Update Korban Gempa Cianjur*. Retrieved January 19, 2023, from https://nasional.kompas.com/read/2022/12/05/18011371/update-korban-gempa-cianjur-334-jiwa-meninggal-8-orang-masih-hilang-593/

Lolang Maria Masi. (2021). *Analisis Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga Tidak Utuh pada Siswa SMA PGRI Kupang.* Skripsi: Universitas Nusa Cendana

Natalia Ekarisi Wahyuni. (2022). *Grief Yang Dialami Remaja Putri Pasca Kematian Orangtua*. Skripsi: Universitas Medan Area

Prfmnews. (2022). *"135 Anak Kehilangan Orangtua Akibat Gempa Cianjur"*. Retrieved February 19, 2023, from https://prfmnews.pikiran-rakyat.com/jawa-barat/pr-135996029/135-anak-kehilangan-orang-tua-akibat-gempa-cianjur

Subardhini, dkk. (2013). *Manual Terapi Psikososial 2 (Panduan Praktek Bagi Mahasiswa PekerjaSosial*). Bandung: STKS Bandung

Tri Julianti. (2022). *Pengalaman Kedukaan Pasca Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Covid-19*. Surabaya: Jurnal Penelitian Psikologi

Undang - Undang No. 35 Tahun 2014 Tentang Perlindungan Anak

Undang - Undang No.24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana

International Strategy for Disaster Reduction (ISDR), (2009). *Terminologi on Disaster Risk Reduction.* Switzerland: United Nations Publication