

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kematian merupakan suatu realitas yang harus diterima oleh setiap makhluk yang bernyawa. Tidak dapat dipungkiri bahwa setiap manusia akan mengalami tahap ini. Tahap yang bagi sebagian pendapat mengatakan bahwa kematian merupakan tahap akhir dari kehidupan, dan sebagiannya lagi mengatakan bahwa kematian merupakan tahap awal dari kehidupan selanjutnya (Hidayat, 2009). Terlepas dari kedua pendapat di atas, kematian menjadi sebuah peristiwa kepastian yang tidak dapat dielakkan. Siap maupun tidak, setiap makhluk yang bernyawa tidak dapat melarikan diri darinya, termasuk di sini adalah manusia yang juga akan merasakan mati.

Seseorang seringkali berpikir bahwa kematian terjadi di usia tua, namun kematian ternyata dapat terjadi di segala tahap dalam siklus kehidupan manusia (Santrock, 2002). Hal inilah mengapa kematian dianggap misterius dikarenakan datangnya kematian tidak memandang usia. Kematian bisa saja menghampiri bukan hanya pada mereka yang sudah lanjut usia, namun bagi orang-orang dewasa yang masih usia produktif, remaja yang masih duduk di bangku sekolah, anak-anak kecil yang masih gemar bermain, pun pada bayi yang masih berusia beberapa bulan juga akan berpeluang untuk mengalami peristiwa tersebut, yaitu kematian.

Hal yang berbeda disampaikan oleh Hidayat (2009) yang mengatakan bahwa terjadinya kematian dapat diketahui oleh adanya insting kematian. Insting kematian (*death instinct*) itu sendiri adalah firasat yang dimiliki seseorang akan datangnya kematian dalam waktu dekat. Ada orang yang sebelum meninggal telah mempersiapkan segala keperluannya, bagaikan orang mau pergi jauh ataupun memiliki hajat besar. Utang-utangnya dilunasi, bersilaturahmi minta maaf pada teman-teman lamanya, membersihkan rumah dan halamannya, karena katanya akan ada tamu berdatangan. Ada lagi yang firasatnya berupa mimpi berjumpa saudara-saudara yang telah meninggal, dan lain sebagainya. Fenomena ini sering kita jumpai dalam masyarakat, namun firasat ini biasanya baru disadari setelah kematian tiba.

Kematian yang menimpa seseorang bisa dikarenakan oleh banyak hal, bisa karena sakit, kecelakaan, percobaan bunuh diri, pembunuhan, dan sebagainya. Bagaimanapun proses kematian yang dialami seseorang, kematian akan mengakibatkan munculnya rasa kehilangan bagi mereka yang ditinggalkan. Kehilangan yang dirasakan oleh seseorang atas kematian secara praktik dapat mempengaruhi semua aspek kehidupan bagi mereka yang ditinggalkan, salah satunya yaitu perubahan dalam status dan peran (Papalia, 2008), terlebih lagi jika yang meninggal merupakan orang-orang terdekat yang dicintai seperti keluarga, orangtua, kerabat dekat, sahabat karib, maupun pasangan.

Kematian dari seseorang yang dikenal, terlebih dicintai, akan sangat berpengaruh terhadap kehidupan selanjutnya. Peristiwa kematian tersebut akan menimbulkan penderitaan bagi orang yang ditinggalkan. Berbagai macam emosi

sedih, murung dan emosi-emosi yang sejenis dapat menghampirinya sepanjang waktu. Tidak jarang orang-orang yang ditinggalkan pada suatu waktu tertentu akan meratapi kepergian orang yang dicintai dan merasakan kesedihan serta perasaan duka cita yang amat mendalam.

Hal ini sama seperti konsep *grief* yang telah seringkali dibahas pada berbagai literatur yang berhubungan dengan berbagai peristiwa kehilangan dalam hidup seseorang, seperti kematian dan pemutusan ikatan emosional yang penting. Menurut Santrock (2002) duka cita (*grief*) adalah kelumpuhan emosional, tidak percaya, kecemasan akan berpisah, putus asa, sedih, dan kesepian menyertai di saat kita kehilangan orang yang kita cintai.

Grief juga diartikan sebagai kesedihan dan duka cita atau suatu emosi yang erat hubungannya dengan depresi, tetapi yang dicetuskan oleh rasa kehilangan khusus tanpa ditandai oleh perasaan-perasaan tidak mampu. Bisa merupakan suatu hikmah, dan bisa diredakan atau dikurangi dengan jalan melepaskannya (Kartono, 1987).

Jacobs, dkk (dalam Santrock, 2002) Duka cita tidaklah sederhana, tidak hanya sekedar pernyataan emosi, tetapi lebih kompleks, proses yang lambat laun terjadi, dan sifatnya multidimensi. Berdasarkan pandangan ini, kerinduan atau harapan direfleksikan bergantian, berulang kali muncul harapan atau kebutuhan terhadap kehadiran kembali seseorang yang telah mati. Seseorang yang mengalami *grief* pada waktu tertentu akan mengalami perasaan sakit yang berkepanjangan, memori dan gambaran-gambaran visual mengenai kematian, kesedihan, susah tidur, mudah tersinggung dan gelisah (Santrock, 2002).

Setiap individu yang mengalami kehilangan atas kematian orang yang dicintai termasuk kematian anggota keluarga cenderung akan mengalami hal yang serupa. Meskipun setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda, namun tahapan perasaan dukacita (*grief*) setiap individu relatif sama. Satu pandangan menyebutkan bahwa kita akan melewati 3 fase duka cita setelah kita kehilangan seseorang yang kita cintai: terkejut, asik dengan kenangan, dan resolusi (Averill dalam Santrock, 2002). Proses penyelesaian dukacita (*grief work*), penyelesaian masalah psikologis yang dihubungkan dengan duka biasanya mengikuti jalur sebagaimana disebutkan sebelumnya dan tahapannya dapat bervariasi. Walaupun pola penyelesaian duka yang dideskripsikan merupakan sesuatu yang umum, berduka tidak harus mengikuti jalur dari *shock* ke resolusi (Papalia, 2008). Berikut uraian singkat ketiga tahapan tersebut.

Pertama, *Shock* dan tidak percaya, segera setelah kematian yang ditinggal sering kali merasa kehilangan dan bingung, sedih dan sering menangis. Kedua, asik dengan kenangan mereka yang meninggal, pada tahap kedua ini yang ditinggalkan mencoba menerima kematian tetapi belum dapat menerimanya. Ketiga yaitu resolusi, tahap akhir ini dicapai ketika orang yang berduka memperbaharui ketertarikan dalam aktivitas sehari-hari.

Pada tahap resolusi ini ditandai dengan mengingat aktivitas sehari-hari, semakin tinggi kemungkinan mengingat kembali memori yang menyenangkan mengenai orang yang mati dan membangun hubungan baru dengan orang lain. Hal inilah yang juga dialami oleh informan penelitian. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, didapatkan hasil bahwa informan berusaha

menerima kematian tersebut dengan cara memaknainya dengan lebih positif, berusaha melepas almarhum pergi, dan memaknai kehidupannya dengan lebih baik dengan adanya perubahan-perubahan yang lebih positif dan berarti. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan NF (21) yang dilakukan pada 7 September 2016.

“..... kalo aku pribadi sih berat lah yah pasti. Aku yakin semua orang yang pernah ngerasain ini pasti ga gampang melalui ini, termasuk aku. Bahkan sampai sekarang aja ya masih nangis kalo lagi inget, lagi kangen. Tapi kan bukan karna aku masih nangis terus dibilang belum bisa menerima. Sejauh ini aku sudah berusaha untuk ngelepas dia pergi, berusaha buat ikhlasin dia. Karena kan ya kita tau sendiri kalo semua orang ya nantinya akan mati dan akan kembali sama Allah. Jadi ya gitu han, aku berusaha mikir ke arah yang positif gitu. Aku sengaja arahin ke positif, biar aku bisa nerima, ga terus-terusan menyalahkan aku, ataupun orang lain gitu lho. Aku yakin pasti Allah punya sesuatu yang lebih baik dari ini, aku berusaha yakinin diri aku kalo nantinya Allah akan kasih ganti sesuatu yang lebih baik.”

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat diketahui bahwa informan memiliki keyakinan bahwa dibalik kematian tersebut akan ada hikmahnya, akan ada suatu takdir atau hal yang baik jika kita percaya dan berprasangka baik (*husnudzon*) dan bertawakal kepada Allah. Hal ini senada dengan yang disampaikan oleh Wong-McDonald dan Gorsuch (2000) bahwa individu mencoba menemukan hikmah dibalik kesulitan-kesulitan yang dihadapi dengan memasrahkan diri sepenuhnya pada bimbingan Allah. Ketika mengingat-ingat berbagai kesulitan yang pernah dialami, individu merasa bersyukur kepada Yang Maha Kuasa yang telah memberikan hikmah/pelajaran melalui berbagai kesulitan tersebut, walaupun hal itu bisa membuat individu terkesan lemah oleh lingkungan/orang lain. Ketika merasa sangat khawatir, sedih, atau panik, optimis masa depan individu terbaharui kembali ketika individu berperilaku dan bersikap sesuai dengan petunjuk Allah.

Petunjuk yang diberikan oleh Allah kepada hamba-Nya menurut Ibnu Qayyim (dalam Al-Ghazali, 2013) dapat berupa penerangan atau petunjuk jalan yang dapat memberikan penerangan pada jiwa dan akal pikiran seseorang dalam menerima kebenaran. Petunjuk dalam kajian psikologi disebut dengan istilah *insight* yang menurut Reed (2011) diartikan sebagai *a moment of illumination* yaitu momen pencerahan. Lebih lanjut, Chaplin (2009) juga mengartikan *insight* berupa pemahaman diri, penyadaran terhadap motivasi, hasrat dan perasaan sendiri, yang kemudian pemahaman dan penyadaran tersebut akan membuahkan hasil yang berimbas baik bagi individu itu sendiri. Sedangkan petunjuk dalam bahasa Arab disebut dengan hidayah yang berakar dari kata *hadaa*, *yahdii*, *hadyan*, *hudan*, *hidyatan*, dan *hidaayatan* (Al-Ghazali, 2013). Orang-orang yang mendapatkan hidayah adalah mereka yang dikehendaki Allah, mereka yang mau membuka hatinya untuk bisa menerima hidayah. Mereka yang mau membuka akalnya untuk berpikir dan menganalisa suatu kebenaran, mencari dan menerima aturan Allah dengan ikhlas dan sungguh-sungguh, serta tunduk kepada agama-Nya dengan penuh ketaatan dan penyerahan (Al-Ghazali, 2013).

Orang-orang yang mau menerima petunjuk menurut Al-Ghazali (2013) memang karena ia berniat mencarinya. Mereka memang ingin keluar dari jalan kegelapan menuju jalan yang terang. Mereka ingin memperbaiki diri dari segala keburukan. Bukan karena ikut-ikutan atau musiman, tapi memang keluar dari hati nurani yang paling dalam. Sikap inilah yang menyebabkan Allah memberikan hidayah-Nya, menetapkan dalam dirinya, terus menambahnya dengan

menunjukkan cara maupun jalannya, serta membalas semua amal kebaikan dikarenakan petunjuk tersebut.

Salah satu fungsi hidayah yaitu untuk menentukan pilihan hidup dan perubahan. Hidayah dibutuhkan ketika kita hendak menjalankan atau memutuskan sesuatu agar hati menjadi mantap. Sebab jika hati ragu-ragu maka hasilnya tidak baik, terutama dalam beragama, jika ragu maka tidak ada standar kebenaran yang dijadikan pegangan (Al-Ghazali, 2013).

Penjelasan di atas juga didukung oleh hasil wawancara dengan informan, di mana informan mengalami hal yang serupa bahwasanya setelah ia berusaha menerima kejadian kematian saudaranya, ia dapat mengambil pelajaran atau hikmah dibalik kematian tersebut, ia juga berserah diri kepada Allah dan memohon ampun serta meminta petunjuk kepada-Nya. Kemudian ia memutuskan untuk melakukan perubahan yang positif dalam hidupnya. Berikut pernyataan informan penelitian NF (21) pada 9 Oktober 2016.

“.....Sebenarnya aku udah dari dulu sih sempet kepikiran buat berubah gitu, tapi emang ngerasa belum yakin. Kayak belum ada yang bisa yakinin aku gitu. Cuma pas setelah kejadian itu, mungkin kayak jadi apa yaa.. jadi momen gitu, akhirnya tuh aku kayak.. oh ternyata aku selama ini tuh udah kepikiran (untuk hijrah) tapi emang belum yakin, gimana cara memulainya, cara begini begitunya. Terus pas setelah kejadian itu yang kayak bikin aku ngerasa yakin gitu, jadi langsung yakin kalo ini tuh ga bisa ditunda-tunda lagi. Kejadian itu kayak semacam jawaban gitu lho. Aku kok belum yakin ya selama ini, kayak harus ada sesuatu yang meyakinkan aku gitu lho kalo sebenarnya hijrah itu baik, nah ternyata dijawabnya dengan cara seperti itu. Jadi yaudah aku langsung meyakinkan diri untuk ga nunda-nunda lagi buat hijrah.”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, informan merasa ada suatu hikmah yang dapat diambil, bahwa melalui kejadian kematian saudaranya tersebut menjadikan suatu jalan baginya untuk melakukan suatu perubahan ke arah yang lebih baik lagi yaitu dengan cara berhijrah. Menurut Syahar (2011) menjelaskan

secara bahasa Hijrah berarti *At-Tarku* yang artinya berpindah atau meninggalkan, baik meninggalkan tempat maupun meninggalkan sesuatu yang tidak baik. Secara terminologi Hijrah mengandung dua makna, yaitu Hijrah Makaniyah (tempat/fisik) dan Hijrah Maknawiyah (Hijrah mental) atau disebut juga hijrah qalbiyah (hijrah hati). Hijrah Makaniyah artinya berpindah dari suatu tempat yang kurang baik menuju tempat yang lebih baik, dari suatu negeri ke negeri lain yang lebih baik. Sedangkan Hijrah Maknawiyah artinya berpindah dari nilai yang kurang baik menuju nilai yang lebih baik, dari kebatilan menuju kebenaran. Perpindahan dari hal yang bersifat negatif menuju hal-hal yang bersifat positif.

Serupa dengan hal tersebut di atas, hijrah tidak selamanya diartikan sebagai perpindahan secara fisik yaitu berpindah dari suatu tempat ke tempat yang lebih baik yaitu tempat yang dapat mendukung dalam meningkatkan iman kita kepada Allah SWT. Hijrah dapat diartikan lebih luas lagi dengan diartikan sebagai hijrah hati yaitu “berpindah” dari kondisi yang sebelumnya buruk menuju yang lebih baik seperti yang disampaikan oleh Jazuli (2006) yang mengartikan hijrah dengan meninggalkan akhlak yang buruk atau kebiasaan yang rendah, atau meninggalkan sesuatu yang dapat menjerumuskan manusia pada kehinaan.

Penjelasan di atas diperkuat oleh hasil wawancara dengan informan yang menyatakan bahwa hijrah yang dilakukan merupakan suatu proses perubahan perilaku dengan meninggalkan perbuatan-perbuatannya yang dulu sering ia lakukan, serta memfokuskan kehidupannya sekarang dengan mendekatkan diri kepada Sang Maha Kuasa. Berikut kutipan wawancara dengan informan NF (21) pada 9 Oktober 2016.

“Iya jadi setelah kejadian itu aku jadi lebih mikir kalo aku hidup sekarang itu untuk hidup setelah mati. Yang dulu-dulu aku selalu mikir, yasudahlah mati seolah itu masih lama, masih nanti-nanti, tapi sekarang aku udah mikir mati itu bisa kapan aja dan mau lebih fokusin gimana sekarang aku bisa hidup untuk kehidupanku setelah mati nanti”.

“.....Sekarang itu aku jadi lebih mendekatkan diri kepada Allah. Jadi aku dulu yang sering ngentengin, sombong, nunda-nunda, masih bisa ngelakuin ini-itu, kayak semacam ya sudahlah (ibadah) masih bisa nanti-nati gitu. Nah tapi kalau sekarang tuh udah nggak gitu lagi, sekarang aku udah bisa mikir mati itu bisa kapan aja. Trus umpamanya kalau aku nggak mendekatkan diri sama Allah sekarang trus mau kapan lagi gitu, mumpung aku saat ini masih dikasih kesempatan. Jadi gitu, aku sekarang belajarnya lebih ke arah seperti itu, kayak ga nunda-nunda lagi gitu. Yaa.. intinya aku lebih mau fokus gimana caranya aku bisa mendekatkan diri pada Allah.”

Hijrahnya seseorang tidak serta merta didapatkan sendiri, namun ada campur tangan Allah SWT di dalamnya. Hal ini dikarenakan hijrah merupakan suatu proses yang tidak mudah dilakukan, diperlukan kemauan, keberanian, keteguhan hati, dan komitmen dalam melakukannya. Hijrah tidak dapat dilakukan oleh orang-orang yang masih setengah hati melakukannya, juga akan sulit untuk dilakukan bagi orang-orang yang tidak berkomitmen. Seperti yang kita ketahui bahwa tidak ada sesuatu yang terjadi di dunia ini secara kebetulan, semua yang terjadi telah diatur oleh Allah SWT sedemikian rupa sehingga jelas adanya bahwa hijrahnya seseorang terjadi karena adanya keterlibatan Allah SWT dan Ia mengizinkan (menghendaki). Hal ini juga telah disampaikan dalam Firman-Nya yang artinya :

“Sesungguhnya kamu tidak akan dapat memberi petunjuk kepada orang yang kamu kasihi, tetapi Allah memberi petunjuk kepada orang yang dikehendaki-Nya, dan Allah lebih mengetahui orang-orang yang mau menerima petunjuk.” (QS. Al Qashash: 56).

Seseorang yang berhasil melakukan hijrah dalam hidupnya yaitu termasuk orang-orang yang dipilih oleh Allah SWT, orang-orang yang Allah SWT kehendaki untuk diberikan petunjuk atau hidayah. Al-Ghazali (2013) berpendapat

bahwa sungguh beruntung mereka yang mau menerima hidayah, karena hal itu merupakan kebenaran yang akan menuntunnya kepada kebahagiaan dunia dan akhirat. Inilah yang seharusnya disyukuri. Hal ini senada seperti yang disampaikan oleh informan penelitian, di mana ia merasa bahagia dan merasa beruntung menjadi salah satu hamba pilihan Allah untuk diberikan petunjuk (hidayah) sehingga akhirnya ia bisa berhijrah dengan menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Berikut kutipan wawancara dengan informan NF (21) pada 9 Oktober 2017.

“... aku seneng..seneng.. seneng banget malah. Soalnya tuh kayak aku ngerasa kayak apa ya.. aku tuh termasuk manusia, termasuk hamba, yang menurutku aku tuh yang dipilih sama Allah untuk disadarkan gitu lho. Soalnya ya kalo aku lihat orang-orang gitu ya.. eh tapi bukan maksudnya aku ngerasa aku lebih baik dari orang-orang yang belum. Maksudnya aku lho dulu tuh kayak gitu, tapi dari sekian banyak orang, kenapa aku yang dipilih gitu, aku yang dipilih untuk disadarkan, untuk diketuk hatinya. Jadi aku seneng, aku seneng banget.. makanya aku bersyukur gitu kok aku ya yang dipilih. Padahal lho aku udah ngerasa aku banyak dosa, aku sering lalai, aku begini, begitu. Tapi kenapa masih aku ya yang dipilih kenapa ga orang itu gitu. Makanya aku kalo liat orang lain yang kayak aku dulu gitu aku kasian, rasanya pengen banget gitu tak ajak terus bilang, ayo poo sadar gitu heheh.. Cuma ya apa ya.. aku masih ngerasa kapasitasku masih kurang.....”

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut, dikatakan bahwa informan merasa senang atas apa yang telah ia dapatkan dalam hidupnya. Perasaan lainnya yang ia sampaikan yaitu ia juga merasa bersyukur atasnya. Perasaan semacam itu merupakan salah satu bentuk afeksi seseorang yang muncul ketika seseorang merasa dalam keadaan terberkati atau mendapat berkah dalam hidupnya. Perasaan itu disebut dengan perasaan bersyukur atau kebersyukuran, atau dalam ilmu psikologi seringkali disebut dengan istilah “*gratitude*”.

Gratitude atau kebersyukuran merupakan semacam rasa kagum, penuh rasa terima kasih, dan penghargaan terhadap hidup. Perasaan tersebut dapat ditujukan kepada pihak lain, baik terhadap sesama manusia maupun yang bukan

manusia seperti Allah SWT, makhluk hidup lain (Emmons & Shelton, 2002). Terdapat banyak definisi dari kebersyukuran ini dalam ranah psikologi. Kebersyukuran sering diartikan sebagai rekognisi positif ketika menerima sesuatu yang menguntungkan, atau nilai tambah yang berhubungan dengan *judgement* atau penilaian bahwa ada pihak lain yang bertanggung jawab akan nilai tambah tersebut (Emmons, 2004). Pada pengertian tersebut dapat diartikan bahwa rasa syukur merupakan wujud rasa terima kasih tertinggi yang diungkapkan bukan kepada manusia namun kepada Allah SWT.

Makna syukur dari bahasa Arab tampak sejalan dengan bersyukur (*gratitude*) menurut Peterson dan Seligman (2004), yakni perasaan terima kasih dan bahagia terhadap respon atas suatu pemberian, entah pemberian tersebut merupakan keuntungan yang nyata dari orang tertentu ataupun momen kedamaian yang diperoleh dari keindahan alamiah. Bersyukur menurut bahasa Arab dan Peterson dan Seligman, sama-sama menyiratkan adanya perasaan positif baik itu puas, bahagia, damai, maupun berterima kasih karena suatu hal yang sedikit tetapi dinilainya positif atau menguntungkan. Misalnya orang yang hidup miskin tetapi merasa bahagia karena ia bersyukur masih bisa hidup sampai sekarang, bersyukur karena matahari memberikan kehangatan, bersyukur karena seseorang telah memberikan bantuan yang sangat berarti, atau bersyukur memiliki orang tua dan teman-teman yang baik. Penderitaan ternyata juga dapat mengingatkan seseorang untuk bersyukur. Adanya apresiasi yang tinggi terhadap suatu hal yang kecil maupun hal yang menyedihkan dapat menumbuhkan perasaan bersyukur dalam diri individu (Listiyandini, dkk, 2015).

Bersyukur membuat seseorang akan memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah sebuah anugerah (Peterson dan Seligman, 2004). Bersyukur akan menyebabkan seseorang mendapatkan keuntungan secara emosi dan interpersonal, dengan melihat dan merasakan penderitaan sebagai sesuatu yang positif, maka seseorang akan bisa meningkatkan kemampuan *coping* barunya baik secara sadar maupun tidak, dapat memicu timbulnya pemaknaan terhadap diri yang akan membawa hidup seseorang ke arah lebih positif (Mc Millen, dalam Krause, 2006).

Mc Cullough, Emmons, & Tsang (2004) juga berpendapat bahwa seseorang yang bersyukur memiliki *coping* yang positif dalam menghadapi kesulitan hidup, mencari dukungan sosial dari orang lain, menginterpretasikan pengalaman dengan sudut pandang berbeda, memiliki rencana dalam memecahkan masalah. Bersyukur juga dapat membantu seseorang untuk meningkatkan kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah dan menemukan penyelesaian yang terbaik bagi masalahnya. Watkins, dkk (2013) juga menyatakan bahwa rasa syukur yang dimiliki oleh seseorang dapat mengindikasikan seberapa jauh ia merasa bahagia (*well-being*) yang dilihat dari kepuasan terhadap hidupnya (*satisfaction with life*). Listiyandini, dkk (2015) juga menambahkan bahwa bersyukur berkorelasi positif dan signifikan terhadap tingkat kepuasan hidup seseorang dan berkorelasi negatif dan signifikan terhadap tingkat depresi seseorang.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa seseorang yang bersyukur merupakan orang yang mampu bersyukur bukan hanya menyukuri dan

mengapresiasi atas nikmat dan keberkahan dalam hidupnya, namun juga atas setiap hal yang terjadi, baik hal itu merupakan hal-hal yang menyenangkan maupun penderitaan sekalipun. Hal ini akan ditunjukkan dalam aspek-aspek bersyukur yang disampaikan oleh McCullough, Emmons, dan Tsang, (2002) yang terdiri dari *intensity* yaitu kekuatan emosi seseorang dalam bersyukur, *frequency* yaitu seberapa sering seseorang untuk bersyukur, *span* yaitu peristiwa apa saja yang membuat seseorang bersyukur, dan *density* yaitu jumlah orang yang ingin disyukuri. Oleh sebab itu, peneliti ingin meneliti mengenai gambaran kebersyukuran yang dalam hal ini mengenai seseorang yang mampu melewati penderitaan atas kehilangan kematian orang yang dicintai namun tetap melanjutkan hidup dengan cara yang lebih baik yaitu dengan berhijrah. Pada penelitian ini, peneliti ingin melakukan penelitian tentang gambaran kebersyukuran pada wanita berhijrah pasca kematian anggota keluarga.

1.2 Signifikansi Penelitian

Listiyandini, dkk (2015), Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan membuat alat ukur bersyukur yang diharapkan dapat membantu penelitian, pemeriksaan, atau intervensi terkait rasa syukur pada populasi di Indonesia. Subjek yang digunakan yaitu melibatkan 264 orang yang terdiri dari 90 orang pria (34%) dan 174 orang wanita (66%) dengan rentang umur 20-75 tahun. Berdasarkan uji psikometri yang dilakukan melalui konsistensi internal dan uji validitas konstruk, skala bersyukur versi Indonesia memiliki validitas dan

realibilitas yang baik dan sudah dapat digunakan untuk mengukur rasa syukur dalam konteks penelitian maupun intervensi klinis pada populasi di Indonesia.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu metode penelitian yang digunakan, pendekatan penelitian serta subyek penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, dan subjek penelitian yaitu wanita berhijrah yang sesuai dengan kriteria penelitian dengan teknik *snowball sampling*. Persamaan dari penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang kebersyukuran dan teori utama yang digunakan.

Hambali, Adang, dkk (2015) Faktor-faktor yang Berperan dalam Kebersyukuran (*Gratitude*) pada Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan studi literatur. Subyek dalam penelitian ini adalah 6 psangan orangtua yang memiliki anak ABK secara beragam. Hasil penelitian ini adalah ada perbedaan dan persamaan dalam konsep syukur menurut pandangan Barat dan Islam terutama dalam wujud apresiasi dan ekspresinya.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu teori yang digunakan. Penelitian sebelumnya menggunakan teori kebersyukuran dalam kajian Islam, sedangkan penelitian ini menggunakan teori dalam kajian Barat yang dikombinasikan dengan teori syukur dalam kajian. Pendekatan penelitian, subyek penelitian juga juga berbeda dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian fenomenologi dan subyek penelitian yaitu wanita yang sesuai dengan kriteria penelitian dengan teknik *snowball sampling*.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif dan teknik pengambilan data berupa wawancara secara mendalam.

Penelitian selanjutnya yaitu dilakukan oleh Nurhidayati, Lisya Chairani (2014), Makna Kematian Orangtua bagi Remaja (Studi Fenomenologi pada Remaja Pasca Kematian Orangtua). Subjek penelitian adalah putra dan putri yang telah meninggal salah satu atau ke dua orangtuanya, berjumlah sepuluh orang. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna kematian orangtua bagi remaja adalah kehilangan. Kehilangan yang dirasakan oleh remaja meliputi kehilangan sosok pemberi perhatian, dan kasih sayang, kehilangan model, kehilangan sumber rasa aman, dan kehilangan teman berbagi. Remaja mengungkapkan perasaan kehilangannya dengan menangis, merasa sedih, melakukan penolakan, dan menyesal.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu variabel yang diteliti, teori, dan subyek penelitian. Pada penelitian ini variabel yang diteliti yaitu kebersyukuran, teori yang digunakan juga tentang kebersyukuran Mc cullough, Emmons, dan Tsang. Subyek dalam penelitian ini yaitu wanita yang sesuai dengan kriteria penelitian dengan teknik *snowball sampling*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

1.3 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kebersyukuran pada wanita berhijrah pasca kematian anggota keluarga?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian di atas maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran kebersyukuran pada wanita berhijrah pasca kematian anggota keluarga.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi pengembangan disiplin ilmu psikologi, khususnya Psikologi Positif, dan Psikologi Agama, khususnya pengetahuan tentang konsep kebersyukuran dalam kaitannya berhijrah.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat membuat subjek penelitian lebih memahami akan pentingnya bersyukur mengingat keutamaan dan manfaat-manfaatnya, mampu mencapai aspek-aspek dari bersyukur agar dapat meraih keberkahan dalam hidup, serta dapat melatih untuk menumbuhkan

sifat dan rasa syukur (*grateful personality*) dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

2. Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar informasi bagi keluarga dalam membantu memberikan dukungan dan motivasi pada subyek penelitian dalam mencapai aspek-aspek dari bersyukur agar subyek dapat lebih mudah dalam menerima dan mensyukuri segala pemberian (nikmat) dari Allah SWT .

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gambaran kebersyukuran sekaligus dapat menjadi sumber informasi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dari aspek-aspek psikologis lainnya.