

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu pengalaman hidup yang paling mendalam dan memiliki dampak menyakitkan secara emosional bagi manusia adalah kehilangan orang tua. Orang tua merupakan figur utama dalam memberikan dukungan emosional dan memberikan sumber keterikatan pertama. Para peneliti secara umum sepakat bahwa peristiwa kehidupan yang bersifat ekstrem adalah kematian keluarga terdekat, kekerasan seksual, dan menerima diagnosis kematian. Peristiwa-peristiwa tersebut merupakan kategori stresor berat dan secara tidak langsung akan memunculkan respon stres, baik secara psikologis ataupun fisiologis pada sebagian besar individu (Cohen *et al.*, 2018). Masa remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan identitas, dan ketika individu kehilangan figur orang tua pada masa ini dapat mengganggu perkembangan emosi serta relasi interpersonal individu di kemudian hari dan terbawa hingga dewasa (Santrock, 2014).

Kehilangan orang tua pada masa remaja tidak hanya menimbulkan respon emosional yang sementara, akan tetapi dapat mempengaruhi tugas-tugas perkembangan individu hingga memasuki masa dewasa awal. Masa remaja adalah fase kehidupan tertentu yang ditandai oleh perkembangan psikologis, emosional, neurologis, dan endokrinologis yang unik, yang diiringi oleh proses penegasan diri dan keterbukaan terhadap hubungan sosial (Guzzo & Gobbi, 2023). Kehilangan orang tua sejak remaja menimbulkan gejala depresi yang lebih tinggi serta kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan mental yang cenderung lebih rendah hingga memasuki masa dewasa awal (Appel *et al.*, 2019). Akan tetapi, respon setiap individu terhadap pengalaman kehilangan tidak selalu sama. Sebagian remaja mengalami kesedihan yang berkepanjangan, menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami penurunan kesejahteraan psikologis, serta kesulitan menjalankan tugas-tugas perkembangannya. Namun, sebagian remaja lainnya mampu beradaptasi dengan pengalaman kehilangan, membangun kembali tujuan hidup, mengembangkan kemandirian, serta menunjukkan perubahan positif dalam

menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Perbedaan respon tersebut menunjukkan bahwa kehilangan orang tua tidak selalu berakhir pada keterpurukan, tetapi juga dapat menjadi titik awal bagi sebagian individu untuk berkembang melalui proses adaptasi dan pertumbuhan psikologis (Arslan *et al.*, 2020)

Teori keterikatan (*attachment theory*) yang telah dikembangkan oleh Bowlby (1980) mengatakan bahwa keterikatan yang kuat antara orang tua dan anak memiliki fungsi sebagai dasar perkembangan emosional dan sosial individu di sepanjang kehidupannya (Somers, 1982). Ketika keterikatan tersebut terputus diakibatkan kematian, individu sangat rentan akan mengalami guncangan besar secara emosional dan berdampak pada aspek psikologis yang lebih luas. Dalam menghadapi kondisi tersebut, beberapa individu mampu menunjukkan resiliensi dan perkembangan diri yang positif, salah satunya melalui mekanisme *personal growth initiative*. Dalam sebuah artikel yang mengangkat kisah seorang perempuan yang telah kehilangan orang terdekatnya dalam sebuah kecelakaan di usia muda memberikan dampak isolasi secara emosional, bahkan kehilangan makna sebuah kehidupan, meskipun kisah tersebut tidak spesifik kehilangan orang tua, akan tetapi dari kisah tersebut dapat menggambarkan bagaimana proses kehilangan orang terdekat di usia muda dapat memberikan guncangan dalam berbagai sistem di seluruh kehidupan (Sarner, 2021).

Di Indonesia sendiri kisah kehilangan orang tua sejak masa kanak-kanak hingga remaja masih banyak ditemukan dengan beberapa penyebab. Beberapa penyebabnya adalah akibat bencana alam dan wabah penyakit khususnya pandemi COVID-19 yang mengakibatkan korban jiwa dengan jumlah besar. Salah satunya adalah, gempa bumi yang terjadi di Cianjur pada November 2022 yang menewaskan lebih dari 600 korban jiwa, di mana terdapat kemungkinan besar puluhan anak kehilangan orang tua. Erupsi Gunung Semeru yang terjadi pada tahun 2021 juga menjadi salah satu penyebab anak-anak kehilangan orang tuanya sekaligus, karena dari bencana tersebut menimbulkan korban yang signifikan dan pemerintah beserta lembaga terkait melakukan pendataan yang disertai dengan menyalurkan bantuan sosial dan beasiswa kepada puluhan anak yatim piatu.

Tsunami Selat Sunda pada Desember 2018 akibat keruntuhan Anak Krakatau telah menewaskan 426 orang dan menyebabkan banyak anak menjadi yatim piatu akibat kehilangan orang. Selain itu, fenomena banjir dan cuaca ekstrem turut memberi dampak serius, di mana UNICEF mencatat hampir 960.000 anak di Indonesia terpaksa mengungsi selama periode 2016–2021, dengan risiko kehilangan pengasuh atau orang tua di tengah bencana.

Selain dari bencana alam wabah penyakit juga menjadi penyumbang terbesar anak-anak kehilangan orang tua, salah satunya adalah wabah virus COVID-19. Berdasarkan data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) dan UNICEF pada tahun 2021, sebanyak 25.430 anak Indonesia tercatat kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya akibat lonjakan COVID-19. Dari jumlah tersebut, sekitar 5% di antaranya setara dengan lebih dari 1.270 anak kehilangan kedua orang tua secara sekaligus. Data lanjutan dari KemenPPPA pada Februari 2022 menunjukkan angka yang lebih rinci, yaitu 20.474 anak kehilangan ayah, 13.328 anak kehilangan ibu, dan sekitar 1.664 anak kehilangan kedua orang tua secara bersamaan. Berdasarkan data lanjutan hasil temuan oleh kementerian sosial per-tahun 2022, tercatat sekitar 4,2 juta anak hingga remaja di Indonesia kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya, lonjakan tersebut menunjukkan bahwa kehilangan orang tua bukan lagi fenomena individual, melainkan telah menjadi masalah sosial yang berdampak luas, baik dari segi kesejahteraan emosional, ekonomi, maupun masa depan anak-anak tersebut.

Selain data nasional, data lebih rinci di tingkat daerah juga menunjukkan besarnya dampak pandemi COVID-19 terhadap anak-anak. Misalnya, Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak mencatat per-2 Agustus 2021 bahwa 5.082 anak di Jawa Timur telah kehilangan orang tua akibat dari dampak penyebaran COVID-19. Dimana sebagian besar anak-anak yang kehilangan orang tua tersebut masih berada di usia sekolah hingga remaja akhir. Selanjutnya di bulan yang sama kabupaten/kota di Jawa Timur yang masuk di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dan Kependudukan (DP3AK) Provinsi Jawa Timur per 25 Agustus 2021, secara manual dan aplikasi RapidPro Kemen PPPA RI

tercatat masih 31 kabupaten/kota yang melapor terkait anak yang kehilangan orang tua karena Covid-19 mendapatkan hasil 5.563 anak hingga remaja. Daerah dengan data jumlah anak yang telah kehilangan orang tuanya di Jawa Timur yaitu, Kabupaten Blitar dengan 500 anak, Kabupaten Banyuwangi dengan 348 anak, Kabupaten Surabaya 286 anak, Kabupaten Ngawi dengan 209 anak, Kabupaten Situbondo dengan 175 anak, dan terakhir Kabupaten Sidoarjo dengan 100 anak dengan usia 0-17 tahun (Arista, 2021; Ginanjar, 2021)

Sejalan dengan kondisi tersebut, data di tingkat kabupaten juga menampilkan situasi yang serupa. Berdasarkan data dari Pemerintah Kabupaten Sidoarjo, tercatat sebanyak 1.175 anak yatim yang berada di bawah naungan yayasan serta menerima bantuan sosial permakanan. Bantuan tersebut disalurkan ke 71 yayasan panti asuhan yang ada di Kabupaten Sidoarjo, dengan jumlah penerima menyesuaikan pengajuan dari masing-masing yayasan. Temuan ini sejalan dengan hasil data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Sidoarjo yang telah diperbarui pada tahun 2019, jumlah anak asuh yang berada di bawah naungan panti asuhan tersebar di berbagai kecamatan. Yaitu, di Kecamatan Sidoarjo terdapat 901 anak asuh dengan 19 panti asuhan, di Kecamatan Porong terdapat 229 anak asuh dengan 4 panti asuhan, sedangkan di Kecamatan Waru tercatat 449 anak asuh dengan 8 panti asuhan. Selanjutnya, Kecamatan Candi memiliki 508 anak asuh dengan 9 panti asuhan, dan Kecamatan Taman menampung 450 anak asuh dengan 9 panti asuhan. Beberapa kecamatan lain juga memiliki jumlah anak asuh cukup signifikan, seperti Sukodono dengan 325 anak asuh, Krembung dengan 107 anak asuh, serta Balongbendo dengan 127 anak asuh. Bahkan kecamatan dengan jumlah panti sedikit seperti Prambon dengan 1 panti asuhan masih tercatat menampung 60 anak asuh. Data-data tersebut menunjukkan bahwa pada tahun tersebut anak yatim, piatu, maupun yatim piatu di Kabupaten Sidoarjo tersebar di hampir seluruh kecamatan, data tersebut tidak hanya menunjukkan jumlah anak yatim yang besar, tetapi juga menegaskan pentingnya dukungan psikologis dan sosial bagi mereka yang kehilangan orang tua sejak dini.

Secara psikologis, kehilangan orang tua dapat menimbulkan risiko tinggi pada gangguan kesehatan mental. Aguirre *et al.* (2024) dalam studi meta-analisis yang telah dilakukan menyebutkan bahwa sekitar 7,5% hingga 44,7% remaja yang kehilangan orang tua mengalami gejala depresi, kecemasan, atau PTSD (*post-traumatic stress disorder*). Selain itu, mereka juga lebih berisiko mengalami penelantaran, kekerasan, eksploitasi, hingga keterputusan sosial, terutama jika tidak mendapatkan dukungan emosional dan sosial yang memadai. Kondisi tersebut bisa bertahan hingga bertahun-tahun jika individu tersebut tidak mendapatkan intervensi yang tepat. Guzzo dan Gobbi (2023) menyatakan bahwa seorang anak dan remaja yang telah kehilangan kedua orang tuanya memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan regulasi emosi, disfungsi sosial, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan. Sehingga saat individu tersebut memasuki usia dewasa awal, mereka tidak hanya memikul beban kehilangan, tetapi juga kesulitan dalam menjalankan tugas perkembangan selanjutnya seperti menjalin relasi dengan lawan jenis, merencanakan kehidupan selanjutnya, dan membentuk identitas dewasa yang stabil.

Akibat dari kehilangannya akses terhadap dukungan emosional yang konsisten dari orang tua juga dapat menurunkan kapasitas dalam membangun rasa kepercayaan diri dan hubungan interpersonal yang sehat (Apelian & Nesteruk, 2017). Selain individu menjadi dewasa secara situasional, kehilangan orang tua sejak remaja secara langsung dapat mempengaruhi kemampuan akademik individu. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian perbandingan yang telah dilakukan oleh Az Zahrah *et al.* (2022) dengan subjek 100 siswa SMP yang terdiri 50 siswa yatim piatu dan 50 siswa dengan kedua orang tua lengkap, menemukan hasil bahwa siswa yatim piatu memiliki nilai yang signifikan lebih rendah dibandingkan dengan siswa non-yatim piatu, baik dalam orientasi individu maupun sosial. Penelitian tersebut juga menunjukkan rendahnya motivasi internal dan eksternal bagi remaja yang telah kehilangan orang tuanya.

Sejalan dalam penelitian Guzzo dan Gobbi (2023) mengatakan bahwa remaja yang telah kehilangan orang tua menunjukkan *impaired school functioning*

atau terganggunya siswa dalam memenuhi peran dan tanggung jawabnya di lingkungan sekolah antara lain seringnya absensi atau tidak masuk sekolah, penurunan performa secara akademik, hingga penarikan diri dari lingkungan sekolah. Tidak sedikit remaja perempuan yang kehilangan orang tua lebih memilih mengorbankan pendidikan demi menanggung rumah tangga bahkan beberapa remaja perempuan lebih memilih merawat saudaranya yang lain. Kondisi seperti ini cenderung berlanjut hingga dewasa awal, ketika terdapat kesempatan untuk melanjutkan pendidikan akan menjadi lebih sulit karena menumpuknya beban baik secara ekonomi maupun psikologis (Guzzo & Gobbi, 2023). Memasuki usia dewasa awal, individu tidak hanya menghadapi tuntutan perkembangan yang kompleks, akan tetapi juga berada pada fase kehidupan *emerging adulthood*.

Emerging adulthood adalah fase dimana individu berada pada perasaan “di antara” masa remaja dan dewasa. Pada fase *emerging adulthood* individu mulai membuat keputusan penting terkait karir, hubungan romantis, Pendidikan, dan arah hidup secara keseluruhan (Arnett *et al.*, 2014). Data dari *Global Burden of Disease* (GBD) menunjukkan bahwa pada tahun 2021, tercatat 278,98 juta individu usia muda (10–24 tahun) menderita gangguan mental, dengan total YLD (*Years Lived with Disability*) sebesar 36,31 juta kasus di kelompok tersebut usia tersebut (Wang, 2025). Penelitian berbasis komunitas melalui *Indonesian Family Life Survey* (IFLS) menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada kelompok dewasa muda usia 18–24 tahun mencapai 5,6%, sehingga menegaskan bahwa fase *emerging adulthood* merupakan masa yang rentan secara psikologis. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa perempuan memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami depresi (*adjusted odds ratio* = 2,23), disertai faktor risiko tambahan seperti kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, dan riwayat depresi pada orang tua. Temuan ini menunjukkan bahwa masa transisi menuju kedewasaan tidak hanya ditandai dengan eksplorasi identitas dan penyesuaian kehidupan, tetapi juga dengan meningkatnya kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental yang dipengaruhi oleh kondisi keluarga dan perilaku individu (Suryaputri *et al.*, 2022).

Kerentanan psikologis semakin menonjol karena di rentang usia 18-29 tahun baik pada perempuan ataupun laki-laki mengalami tekanan psikologis, stres, gaya koping emosional dan rasional, dan harga diri yang terjadi akibat banyaknya peristiwa kehidupan yang dialami dan kurangnya dukungan sosial (Matud et al., 2020). Dukungan emosional dan instrumental dari orang tua memiliki peran penting dalam proses transisi menuju kedewasaan (Arnett *et al.*, 2014). Selain itu, *emerging adulthood* merupakan masa kehidupan yang dinamis sekaligus rentan, yang di mana individu sangat membutuhkan dukungan emosional, instrumental, dan finansial dari orang tua sebagai penunjang dalam menghadapi transisi menuju kedewasaan dengan stabil (Arnett *et al.*, 2014). Kehilangan orang tua sejak remaja seringkali merusak persepsi individu terhadap kestabilan dan keberlangsungannya sebuah hubungan, sehingga membuat individu menjadi lebih sulit percaya pada orang lain dan memiliki rasa takut ditinggal atau menghindari trauma rasa kehilangan. Arnett *et al.* (2014) menegaskan bahwa dukungan orang tua sangat berperan dalam kestabilan emosi dan pengambilan keputusan selama usia 18–29 tahun, sehingga ketika dukungan ini tidak tersedia, proses perkembangan menjadi jauh lebih menantang.

Dvilansky *et al.* (2025) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kehilangan orang tua di masa kanak-kanak ataupun remaja memiliki hubungan dengan pola *attachment* (keterikatan secara emosional) yang cenderung terganggu pada usia dewasa, seringkali ditandai dalam bentuk *avoidant attachment* (menghindari keterikatan secara emosional) dan muncul rasa rendah diri dalam menjalani hubungan sosial. Selain itu, kehilangan sosok figur ayah ataupun ibu mengartikan bahwa individu telah kehilangan model utama dalam menjalin relasi interpersonal dan mengakibatkan adanya ketidakpastian dalam membentuk dan mempertahankan hubungan yang sehat dan stabil baik hubungan pertemanan maupun romantis dengan lawan jenis (Dvilansky *et al.*, 2025). Meskipun individu yang telah kehilangan orang tua sejak remaja mengalami dewasa dan kemandirian secara situasional (dewasa dan mandiri lebih cepat), individu tersebut juga lebih rentan mengalami kelelahan secara psikologis dan memiliki rasa tidak aman untuk

bergantung kepada orang lain karena merasa harus bertahan hidup sendiri (Apelian & Nesteruk, 2017).

Akan tetapi, beberapa dari mereka berhasil bertumbuh menjadi pribadi yang lebih tangguh dan mandiri meskipun mengalami kebingungan identitas, adanya perasaan tidak layak, dan *burnout* pada usia muda. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Apelian dan Nesteruk (2017), menemukan bahwa perempuan muda yang telah kehilangan kedua orang tuanya menunjukkan proses pencarian makna dan kedewasaan yang berkembang lebih awal dan beriringan dengan munculnya beban emosional yang berat. Pembentukan sebuah identitas adalah salah satu tugas perkembangan utama yang harus dipenuhi sejak masa remaja hingga dewasa awal. Akan tetapi, kehilangan orang tua dapat menghambat bahkan mempercepat secara tidak ideal. Beberapa individu menjadi lebih terarah dan mandiri, meskipun motivasinya berasal dari luka atau tekanan bukan dari pertumbuhan yang sehat dan suportif (Haley, 2001).

Lundberg *et al.* (2023) dalam penelitiannya yang menggunakan subjek individu dewasa awal yang telah kehilangan kedua orang tuanya memberikan hasil bahwa sebagian besar subjek mengalami pertumbuhan yang signifikan dalam tiga dimensi yaitu *personal strength* (kekuatan pribadi), *appreciation of life* (penghargaan terhadap kehidupan), dan *relating to others* (keterhubungan dengan orang lain). Penelitian tersebut juga menemukan bahwa perubahan positif yang dialami individu memiliki hubungan yang erat dengan adanya peningkatan kepuasan kehidupan dan pemakaian terdapat pengalaman kehilangan. Pertumbuhan pribadi individu juga dipengaruhi oleh bagaimana individu memproses ulang dalam memaknai kehilangan. Pada kerangka *dual process model of coping*, bahwa proses berduka melibatkan perubahan secara bergantian diantara dua orientasi, yaitu *loss-oriented* (berfokus pada rasa kehilangan) dan *restoration-oriented* (berfokus pada pemulihan dan beradaptasi pada kehidupan) (Fiore, 2021).

Selain gaya *coping*, pertumbuhan pribadi individu juga tidak luput adanya dukungan dari faktor spiritual atau refleksi batin yang dapat membantu individu yang mengalami kedukaan untuk membangun ketahanan spiritual. Mereka

menggunakan nilai spiritual (agama) sebagai pedoman dalam menerima kenyataan, membangun penghargaan baru, dan memaknai kehilangan sebagai salah satu bagian dari bagian perjalanan hidup (Hartono & Yunus, 2025). Namun, penting juga untuk mempertimbangkan bagaimana karakteristik individu seperti, gender turut memengaruhi respons terhadap kehilangan. Dari aspek sosial, perempuan yang mengalami kehilangan kedua orang tua di usia muda atau remaja seringkali merasa terisolasi, karena peran sosial sebagai “anak” dengan cepat berubah menjadi “orang tua” untuk dirinya sendiri. Mereka menjadi dewasa secara situasional (*situational adulthood*) sebelum waktunya, dan dapat memberikan risiko kelelahan secara mental dan perasaan tidak punya ruang untuk gagal dan bergantung dengan siapapun. Perempuan pada umumnya memiliki intensitas emosi yang lebih besar ditunjukkan dalam menghadapi kehilangan.

Nolen-Hoeksema (2001) dalam penelitiannya mengatakan bahwa perempuan memiliki kecenderungan intensitas emosional yang lebih tinggi dan lebih ekspresif dalam merespon segala peristiwa salah satunya kehilangan berbeda jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut, menunjukkan bahwa perempuan menjadi lebih rentan mengalami kesedihan yang mendalam, sekaligus lebih terbuka dengan adanya dukungan emosional. Selain itu, perempuan memiliki kecenderungan melakukan ruminasi (memikirkan secara berulang suatu pengalaman menyakitkan). Sehingga dari kecenderungan tersebut, mampu memperbesar risiko gangguan kecemasan dan distress berkepanjangan, walaupun mereka tampak lebih terbuka dengan adanya dukungan emosional. Kurangnya dukungan sosial memiliki efek menghambat individu dalam perkembangan psikologisnya (Robitschek & Keyes, 2009). Johansen *et al.* (2021) menjabarkan hasil dari penelitian berdasarkan rata-rata survey yang dilakukan selama dua tahun menunjukkan bahwa tingkat tekanan mental yang dialami oleh kalangan perempuan lebih tinggi ketimbang dengan laki-laki. Tingkat tekanan mental di kalangan perempuan berada pada puncaknya di awal usia dua puluhan, dengan tingkat maksimum sekitar 30%. Sementara di kalangan laki-laki tingkat tekanan mental berada pada puncaknya di usia 30 tahun, dengan tingkat maksimum 15%. Serta penelitian ini juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan

yang kuat dengan kesehatan mental pada perempuan dewasa awal dibandingkan dengan kesehatan mental laki-laki dewasa awal.

Namun, tidak semua individu yang memiliki pengalaman kehilangan dan kedukaan (*grief*) mengalami gangguan psikologis yang menetap. Pada konteks tersebut, sangat penting untuk memahami faktor yang memungkinkan individu untuk pulih dan juga berkembang setelah mengalami kesulitan. Dari penelitian sebelumnya ditemukan hasil bahwa pengalaman traumatis pada individu tidak selalu berujung pada gangguan psikologis, melainkan dapat mendorong individu untuk bertumbuh dan berkembang secara personal (Tedeschi & Calhoun, 2004). Salah satu konsep yang muncul dan relevan dalam konteks pertumbuhan dan perkembangan secara personal adalah *personal growth initiative* (PGI), yaitu kapasitas individu untuk secara sadar dan aktif terlibat dalam pengembangan dirinya (Robitschek & Keyes, 2009).

Tedeschi dan Calhoun (2004) mengatakan bahwa pengalaman traumatis dapat menjadi pemicu pertumbuhan dan perkembangan individu, peningkatan harga diri, peningkatan kualitas hubungan interpersonal, dan penguatan spritualitas. Robitschek dan Kashubeck (1999) menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat *personal growth initiative* yang tinggi memiliki kecenderungan lebih adaptif dalam menghadapi segala peristiwa di kehidupan, karena individu tersebut memiliki kontrol internal dan memiliki motivasi untuk berkembang menjadi lebih baik. Salah satu respon positif yang dapat muncul setelah pengalaman traumatis adalah *post-traumatic growth*. *Post-traumatic growth* adalah perubahan positif yang signifikan pada kehidupan individu setelah menghadapi peristiwa traumatis, seperti kematian kedua orang tua (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Kondisi tertentu pada individu yang memiliki mekanisme koping yang adaptif mendorong individu pada *personal growth*. Mekanisme pertahanan dan pengembangan diri yang penting dimiliki oleh individu adalah *personal growth initiative* dimana individu secara sadar dan aktif terlibat dalam mengembangkan diri secara psikologis (Robitschek, 1998). Pada fase dewasa awal, *personal growth Initiative* yang baik sangat membantu individu untuk mengoptimalkan potensinya

dan memecahkan berbagai masalah yang akan dihadapinya, sehingga membantu individu untuk lebih memaknai hidup dan menerima kehidupan saat ini (Shigemoto *et al.*, 2017). Individu yang memiliki kadar *personal growth initiative* yang rendah rentan mengalami masalah psikologis seperti, ketidakmampuan dalam memecahkan masalah atau sulit beradaptasi pada perubahan (Umandap & Teh, 2020).

Weigold *et al.* (2018) dalam penelitiannya menemukan bahwa *personal growth initiative* yang rendah akan berdampak pada kesejahteraan psikologis, sosial, dan emosional. Penjelasan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan individu untuk secara aktif mengembangkan diri menjadi aspek penting dalam menghadapi tuntutan perkembangan, terutama pada masa *emerging adulthood* (usia 18–29 tahun) yang ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakpastian arah hidup, dan meningkatnya kebutuhan kemandirian. Dalam konteks perempuan *emerging adulthood* yang telah kehilangan kedua orang tuanya sejak remaja, kemampuan untuk membangun *personal growth initiative* menjadi semakin krusial karena mereka menghadapi tantangan ganda: proses pemulihan dari kehilangan yang bersifat traumatis dan tuntutan perkembangan menuju kedewasaan.

Dengan memahami dinamika internal serta proses pertumbuhan yang dialami individu dalam kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana perempuan *emerging adulthood* membangun *personal growth initiative* setelah mengalami kehilangan orang tua. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan intervensi psikologis yang menekankan pertumbuhan diri pasca kehilangan, khususnya bagi perempuan yang menjalani masa *emerging adulthood* dan harus menghadapi realitas hidup secara mandiri.

1.2 Signifikansi Penelitian

Penelitian sebelumnya berjudul “*Strengthening Personal Growth: The Effects of a Strengths Intervention on Personal Growth Initiative*” (“Memperkuat Pertumbuhan Pribadi: Dampak Intervensi Kekuatan terhadap Inisiatif Pertumbuhan Pribadi”) yang dilakukan oleh Woerkom dan Meyers (2019). Penelitian ini

dilakukan untuk menguji efektivitas intervensi kekuatan pribadi (*strengths intervention*) dalam meningkatkan *personal growth initiative* (PGI) pada karyawan di sektor pendidikan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen lapangan dengan jumlah partisipan sebanyak 84 orang, yang dibagi dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Intervensi yang dilakukan terdiri dari dua lokakarya yang bertujuan untuk membantu peserta mengenali, mengembangkan, dan menggunakan kekuatan pribadi mereka di tempat kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi tersebut memiliki efek positif secara tidak langsung terhadap PGI, melalui peningkatan *general self-efficacy* (GSE). Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dengan tingkat efikasi diri rendah hingga sedang menunjukkan peningkatan PGI yang lebih signifikan setelah mengikuti intervensi.

Penelitian sebelumnya berjudul “*Personal Growth Initiative: Relation to Coping Styles, Strategies, and Self-Efficacy*” yang dilakukan oleh Weigold *et al.* (2024). Penelitian ini dilakukan untuk memahami bagaimana keterkaitan antara *personal growth initiative* (PGI) dengan gaya coping, strategi coping, serta efikasi diri dalam menghadapi stres pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 789 mahasiswa sebagai partisipan dan menggunakan alat ukur PGIS-II yang membagi PGI ke dalam empat aspek yaitu *Readiness for Change*, *Planfulness*, *Using Resources*, dan *Intentional Behavior*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PGI secara positif berkaitan dengan coping yang berfokus pada masalah dan dukungan sosial, serta secara negatif berkaitan dengan coping yang bersifat menghindar. Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat PGI yang tinggi cenderung menghadapi stres secara aktif dan konstruktif.

Penelitian sebelumnya dengan judul “*Quarter-life Crisis: Personal Growth Initiative as A Moderator of Uncertainty Intolerance in Psychological Distress* (Krisis Seperempat Abad: Inisiatif Pertumbuhan Pribadi sebagai Moderator Antara Intoleransi terhadap Ketidakpastian dan Distres Psikologis)” oleh Balqis *et al.* (2023). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan teknik regresi moderasi, serta melibatkan 309 partisipan berusia 18–35 tahun yang mengalami *quarter-life crisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

personal growth initiative (PGI) memiliki peran penting dalam mengurangi dampak intoleransi terhadap ketidakpastian terhadap distres psikologis ($B = -0.193$, $p = .003$, $R^2 = .117$). Efek moderasi *personal growth initiative* (PGI) juga ditemukan lebih signifikan pada perempuan dan individu dalam rentang usia dewasa awal (22–35 tahun).

Penelitian sebelumnya dengan judul “*Personal Growth Initiative Remaja dari Karakteristik Kepribadian*” oleh Saraswati (2023). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan karakteristik kepribadian terhadap *personal growth initiative* pada remaja. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis data ANOVA. Penelitian ini juga dilakukan dengan menggunakan subjek sebanyak 208 siswa SMA di Kota Malang yang dipilih melalui metode *cluster random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *personal growth initiative* dalam konteks akademik dan skala *big five personality*.

Penelitian sebelumnya dengan judul “*Empowerment through Self-Improvement Skills: The Role of Learning Goals and Personal Growth Initiative*” oleh Matsuo (2019) berfokus pada bagaimana *personal growth initiative* (PGI) berperan sebagai mediator dalam meningkatkan *psychological empowerment* di lingkungan kerja, khususnya pada tenaga perawat di Jepang. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif longitudinal dan menekankan bahwa inisiatif pertumbuhan pribadi, yang mencakup keterampilan seperti perencanaan, kesiapan untuk berubah, perilaku yang disengaja, dan pemanfaatan sumber daya, berkontribusi secara signifikan terhadap pemberdayaan psikologis individu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orientasi pada tujuan pembelajaran meningkatkan *personal growth initiative* (PGI), yang selanjutnya memperkuat rasa kontrol dan makna dalam pekerjaan (*psychological empowerment*).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Effendy dan Widianingtanti (2020) berjudul “*Peran Meaning dan Personal Growth Initiative* (PGI) pada Pandemi Covid-19” melakukan penelitian tentang pentingnya *personal growth initiative* (PGI) dalam mendukung pembentukan makna hidup pada situasi krisis

global. Dalam penelitian tersebut, *personal growth initiative* (PGI) dipandang sebagai keterampilan psikologis yang penting untuk mendukung individu secara aktif dan disengaja mengalami perubahan pribadi positif, khususnya dalam menghadapi tantangan dan ketidakpastian hidup selama pandemi. Individu yang mampu mengembangkan *personal growth initiative* (PGI) dengan dimensi kesiapan untuk berubah, perencanaan, penggunaan sumber daya, dan perilaku yang disengaja menunjukkan hubungan yang kuat dengan makna hidup, kepuasan hidup, serta kesejahteraan psikologis secara umum.

Berdasarkan hasil tinjauan dari penelitian sebelumnya, penelitian mengenai *personal growth initiative* (PGI) selama ini lebih banyak dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan fokus pada hubungan PGI dengan variabel lain, seperti efikasi diri, strategi koping, karakteristik kepribadian, *psychological empowerment*, maupun *meaning in life* (Verdoodt *et al.*, 2026; Weigold *et al.*, 2024). Selain itu, sebagian besar penelitian dilakukan pada konteks pendidikan, organisasi, maupun krisis perkembangan seperti *quarter-life crisis* ((Linarto, 2023; Verdoodt *et al.*, 2026). Hasil tinjauan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penelitian tentang *personal growth initiative* masih didominasi oleh sampel mahasiswa dan merekomendasikan penelitian pada populasi yang lebih beragam serta menggunakan pendekatan yang dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai proses berkembang *personal growth initiative* (Verdoodt *et al.*, 2026). Sejalan dengan kondisi tersebut, penelitian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman perempuan pada fase *emerging adulthood* yang kehilangan kedua orang tua sejak remaja dalam mengembangkan *personal growth initiative* masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan metode interpretative phenomenological analysis (IPA) untuk memahami pengalaman subjektif dan proses pemaknaan individu secara lebih mendalam.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana individu dalam kondisi kehilangan yang mendalam membentuk dan memaknai inisiatif pertumbuhan pribadi sebagai cara untuk pulih, bertumbuh, dan menemukan

kembali makna dalam kehidupan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman *personal growth initiative* (PGI) dalam konteks kehilangan mendalam yang bersifat personal dan memberikan kontribusi pada pengembangan pendekatan psikologis yang lebih empatik dan relevan secara kontekstual.

1.3 Fokus Penelitian

Berdasarkan penjelasan di atas, fokus dalam penelitian yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah “Bagaimana *personal growth initiative* pada perempuan *emerging adulthood* yang telah kehilangan kedua orang tuanya sejak remaja?”.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan dalam penelitian ini yang ingin dicapai adalah untuk memahami *personal growth initiative* pada perempuan *emerging adulthood* yang telah kehilangan kedua orang tuanya sejak remaja.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai tambahan dalam kajian keilmuan bidang psikologi, secara khusus pada psikologi perkembangan dan psikologi positif. Serta dapat menerapkan berbagai teori psikologi yang telah dipelajari selama pendidikan sarjana, guna mendukung pengembangan potensi diri sebagai mahasiswa maupun peneliti.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi setiap individu yang mengalami kedukaan akibat kematian orang tua

Penelitian ini dapat menjadi sumber harapan dan pemahaman bahwa proses duka tidak selalu berakhir pada keterpurukan, melainkan dapat menjadi pijakan untuk pertumbuhan pribadi. Melalui pemaknaan ulang atas kehilangan dan upaya aktif untuk bangkit, individu dapat menemukan jalan untuk menjalani kehidupan secara lebih sadar, resilien, dan bermakna.

2. Bagi perempuan *emerging adulthood* yang telah kehilangan kedua orang tua

Memberikan Gambaran bagaimana *personal growth initiative* dapat membantu bangkit dan berkembang setelah mengalami kehilangan dan kedukaan, sehingga bisa menjadi inspirasi dan refleksi diri.

3. Bagi praktisi psikologi (konselor, psikolog klinis, pendamping psikososial)

Menjadi referensi dalam merancang intervensi dan pendekatan konseling yang berfokus pada proses pertumbuhan dan perkembangan secara personal pasca kehilangan.

4. Bagi lembaga atau komunitas kesehatan mental

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan dan referensi dalam proses penyusunan program pemberdayaan serta dukungan emosional yang lebih sesuai dengan kebutuhan perempuan dewasa awal yang menjalani kehidupan tanpa kehadiran orang tua. Selain itu, temuan ini juga relevan bagi komunitas yang menangani individu yang mengalami duka mendalam akibat kematian, dengan menekankan pentingnya aspek inisiatif pertumbuhan pribadi dalam proses penyembuhan.

5. Bagi mahasiswa dan peneliti

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan pijakan awal dalam mengembangkan studi lebih lanjut terkait *personal growth initiative*, pengalaman duka (*grief*), dan dinamika perkembangan individu di masa dewasa awal. Selain itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman teoretis maupun praktis mengenai bagaimana individu membentuk makna dan bangkit dari pengalaman kehilangan, baik pada konteks pribadi maupun sosial.