

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Kelahiran seorang anak merupakan tujuan hidup yang paling penting demi melestarikan kelangsungan spesies manusia. Kelahiran anak dibutuhkan demi terciptanya keseimbangan dalam keluarga. Seperti yang dipaparkan Mardiyani dan Kustanti (2016) ketidakhadiran anak menjadikan keluarga kehilangan beberapa fungsi dasarnya, seperti reproduksi, edukasi, dan pemeliharaan yang menyebabkan tidak terlaksananya peran orangtua untuk melahirkan, mengasuh dan membesarkan anak. Dari teori tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa ketidakhadiran seorang anak dalam kehidupan pasangan menikah merupakan suatu kekurangan dan mengakibatkan ketidak seimbangan pada keluarga kecil tersebut.

Anak merupakan tempat orang tua mencurahkan kasih sayang, anak merupakan sumber kebahagiaan bagi orang tua. Sejak awal kelahiran, seorang ibu bahagia, karena kehadiran seorang anak. Seorang ibu merasa anaknya sangat berarti dalam keluarga. Seorang anak bisa membuat bahagia orang tua dengan sikap, perilaku dan perbuatannya. Wulandari (2009) berpendapat bahwa nilai anak bagi orang tua dalam kehidupan seseorang atau suatu keluarga melebihi nilai harta kekayaan. Nilai anak bagi orang tua dalam kehidupan dapat diketahui antara lain dari adanya kenyataan bahwa anak menjadi tempat orang tua untuk mencurahkan kasih sayang. Kedudukan dalam keluarga, bagi seorang istri akan terasa lebih lengkap apabila dapat memberikan keturunan pada suami. Hal tersebut dijelaskan dalam Mardiyani dan Kustanti (2016), penelitian yang dilakukan pada istri yang belum memiliki anak selama tiga tahun ini, menemukan bahwa mayoritas subjek penelitiannya (62% responden) memiliki penilaian yang negatif terhadap pernikahannya dan cenderung tidak bahagia karena ketidakhadiran anak dalam pernikahan.

Peranan seorang ibu dalam kehidupan rumah tangga, sangat penting dari mulai mengurus anak sampai pada melakukan tugas-tugas rumah tangga. Menurut Mahfani (2015) seorang ibu mempunyai tanggung jawab yang sangat besar

terhadap pendidikan anaknya. Hal ini terkait dengan pembentukan mental dan kepribadian anak sejak dini. Peran ibu lebih besar dari peran seorang ayah, karena ibu lebih banyak berinteraksi dengan anaknya. Ibu lebih paham terhadap setiap fase perkembangannya dari pada seorang ayah. Bahkan, ibu lebih peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada diri anaknya. Hubungan psikologis seorang ibu terhadap anaknya juga lebih erat daripada ayahnya. Ini tidak mengherankan karena ibulah yang mengandungnya selama Sembilan bulan, melahirkan, dan menyusui selama 2 tahun. Bukan hanya mengurus rumah tangga melainkan juga menjaga, merawat, mendidik, dan membesarkan buah hatinya merupakan tugas yang tidak kalah penting baginya. Seorang ibu juga memiliki harapan yang tinggi ketika anaknya tumbuh dewasa nanti. Selain memiliki harapan yang tinggi, seorang ibu juga mempunyai rasa kasih sayang yang besar terhadap buah hatinya. Menurut Destriyani (2013) orang tua mengakui bahwa memiliki anak adalah bernilai positif. Hal tersebut dapat diartikan pada keadaan apapun orang tua akan selalu menyayangi dan memberikan apapun yang dibutuhkan dan diinginkan anaknya. Meski anak dalam keadaan terpuruk sekalipun, orang tua akan berusaha sekuat mungkin untuk membahagiakan anaknya. Hal tersebut dimaksudkan orang tua agar anak dapat tumbuh sesuai dengan yang diinginkan dan menjadi harapan orang tua di usia lanjut.

Wajar jika kemudian anak dan orang tua memiliki kedekatan. Kedekatan antara orang tua, terutama ibu dengan anak sudah terbangun sejak anak masih di usia yang sangat muda. Seperti yang diungkapkan Santrock (2012), kontak yang erat antara orang tua dengan anak sesaat setelah kelahiran memunculkan sebuah ikatan. Kedekatan yang akrab antara keduanya memunculkan ikatan emosional antara ibu dan anak. Fenomena ikatan antara bayi dengan ibu yang terjadi dalam proses sosialisasi tersebut akan memunculkan sebuah keterikatan antara ibu dan anak. Hubungan tersebut berupa pemenuhan kebutuhan anak oleh ibu. Seperti yang diungkapkan oleh Fromm (2005), yaitu hubungan antara ibu dan anak merupakan hubungan ketidaksetaraan, dimana satu pihak membutuhkan bantuan penuh, dan lain memberikannya.

Kebahagiaan itupun seolah terhenti ketika mereka dihadapkan pada keadaan di mana seorang anak menghadapi musibah hingga menghilangkan nyawa anak. Ada berbagai macam faktor yang dapat menghilangkan nyawa dari anak tersebut antara lain kecelakaan, bunuh diri, *overdosis*, tawuran. Kematian anak secara mendadak menyebabkan kecenderungan munculnya perasaan duka yang mendalam (Arnett, 2012). Perasaan duka tersebut merupakan sebuah rangkaian atau kelanjutan dari perasaan kehilangan pasca kematian. Terdapat proses yang tidak sebentar yang harus dilalui oleh seseorang yang sedang berduka. Individu yang mengalami perasaan duka cita ditinggal orang lain akan melewati fase dalam berduka.

Kehilangan adalah suatu situasi aktual maupun potensial yang dapat dihadapi individu ketika terjadi perubahan dalam hidup atau berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada, baik sebagian atau keseluruhan (Potter & Perry, 2005). Sigmund Freud (dalam Hidayat, 2008), mengatakan bahwa setiap orang dalam bawah sadarnya menyimpan kerinduan yang dalam akan pengalaman indah yang hilang, yaitu ketenangan hidup dalam rahim sang ibu. Kematian seorang anak adalah suatu hal yang sulit diterima oleh ibu Kubler-Ross (dalam Potter dan Perry, 2005). Guncangan psikologis yang dirasakan oleh ibu saat anaknya meninggal tentu besar. Menurut Li dkk (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2009), ibu yang kehilangan anak memiliki resiko yang tinggi dirawat dirumah sakit karena mengalami gangguan jiwa.

Meynasari (2008) menyatakan perasaan sedih dan kehilangan akibat kematian akan memunculkan reaksi emosional yang menyertai kehilangan dan ekspresi dari kehilangan dan emosi yang menyertainya. Rasa sedih karena kehilangan mengakibatkan seorang ibu menjadi menyalahkan dirinya sendiri. Seorang ibu juga berpikir terus menerus tentang kejadian sehingga seorang ibu tidak dapat dengan mudah melupakan kejadian tersebut. Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan subjek yang menyatakan.

“Yo lak shalat kadang tante kelingan mas, tante sampek nanggis lak iling pas dek e pamit kate metu”

“Ya ketika shalat tante teringat mas, tante sampai menangis ketika ingat dia berpamitan keluar (A.27-08-2017)

Menurut Meynasari (2008) rasa bersalah dan depresi yang dialami orang tua yang mengalami kematian anak seringkali disertai dengan perasaan tidak berdaya, frustrasi, dan kemarahan atas hal yang terjadi serta terhadap ketidakmampuan untuk melakukan sesuatu yang dapat mencegah kematian anaknya.

Hal tersebut berdampak kepada perilaku seorang ibu, antara lain mengalami susah makan, makan tidak terasa enak, tidak bernaafsu untuk makan karena memikirkan kejadian yang menimpa anaknya. Pikiran yang dialami seorang ibu yang ditinggal mati anaknya, berpengaruh terhadap perilaku saat berkomunikasi. Komunikasinya menjadi tidak fokus terhadap lawan bicaranya. Pikirannya teringat terus pada kejadian yang menimpa anaknya, seperti yang dikatakan suami subjek pada saat bercerita kepada penulis.

“Ket ditinggal anak e iku ewo mangan dek, angel dikongkon mangan, dijak ngomong yo kadang nyaute gak jelas, ditakoni opo jawab e opo, dekne luwes sering meneng, kadang yo nangis-nangis dewe, paling kelingan anak e, soale dekne ket cilik seng dibot I yo anak e iku (SA.27-08-2017)”

“Setelah ditinggal oleh anaknya ia sulit makan, susah disuruh untuk makan, diajak berbincang juga terkadang jawabannya tidak jelas, ditanya apa jawabnya juga apa, dia lebih sering diam, terkadang juga menangis sendiri, mungkin teringat anaknya, karena dari kecil anak itu jadi harapannya”

Ibu yang ditinggal mati anaknya juga sering kali menyendiri untuk memikirkan kejadian tersebut. Sering menyesali kejadian tersebut. Ibu selalu berpikir dimana letak kesalahannya. Mengapa semua ini terjadi kepada anaknya. Mengapa tidak terjadi kepadanya yang sudah tidak muda lagi. Rasa marah dapat ditunjukkan kepada semua orang yang diharapkan bertanggung jawab atas keadaan negatif yang terjadi seperti pihak rumah sakit, dokter, orang tua itu sendiri, bahkan Tuhan (Meynasari, 2008)

Selain pikiran, perilaku dan perasaan negatif, ibu juga mengalami kondisi fisik atau kesehatannya mulai menurun. Menurut Kubler-Ross dalam Potter dan Perry, (2005) tahap yang sedang dilalui seorang ibu yang ditinggal mati anaknya, yaitu tahap kedukaan. Sering dikenal juga sebagai model *Kubler-Ross* yang lebih dikenal dengan singkatannya dalam bentuk DABDA. DABDA sendiri itu adalah penyangkalan (*denial*), marah (*anger*), menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), penerimaan (*acceptance*).

DABDA merupakan tahapan yang dilalui seorang ibu ketika mengalami kedukaan karena anaknya meninggal. Tahapan tersebut sudah sesuai dengan urutan, dan dapat dijelaskan seperti apa yang dialami seorang ibu. Di mana tahap pertama yaitu penyangkalan, tahapan tersebut dibuktikan dengan seorang ibu belum bisa menerima keadaan yang dia alami. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara yang mengatakan.

“Yo aku rasane sek gak percoyo mas, rasa e iki kabeh salah e tante rasa e kudu bengok-bengok ae mas antara sedih ambek emosi lapo kok tak ijinno dolen adoh-adoh mas. (A. 27-08-2017)

“Ya aku rasanya masih enggak percaya mas, rasanya ini semua salahnya tante rasanya mau berteriak-teriak aja mas antara sedih sama emosi kenapa tante ijinan keluar jauh mas. (A.27-08-2017)

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa subjek menyangkal bahwa anaknya telah meninggal sehingga ibu terus menerus menyangkal dan tidak percaya hal itu terjadi. Tahapan yang kedua adalah marah, dibuktikan dengan ibu merasa marah dan menyalahkan dirinya sendiri. Seperti yang dikatakan subjek pada wawancara sebelumnya, ia menyatakan mengapa subjek mengijinkan anaknya untuk keluar jauh-jauh.

Tahapan yang ketiga, yaitu menawar di mana dia berpendapat bahwa lebih baik dia yang meninggal dari pada anaknya.

“Lak misale tante isok milih mending tante ae mas sing mati daripada anakku dek e sek enom lak tante kan wes tuwo mati yo wajar mas wong wes tuwek.(nama, tanggal)”

“Seandainya tante bisa memilih lebih baik tante saja yang mati, daripada anak saya, dia masih muda kalau tante kan sudah tua, wajar jika tante mati (S 21-01-2018)”

Tahapan yang keempat adalah depresi, tahapan ini membuat ibu menjadi sering menyendiri dan berpikiran yang tidak-tidak. Ibu juga menghabiskan waktunya untuk menangis. Tahapan yang terakhir atau kelima adalah tahap penerimaan di mana ibu sudah mampu untuk melalui ke empat tahap sebelumnya. Maka ibu akan memasuki tahapan ke lima yaitu bisa menerima dengan keadaan yang dia alami saat ini.

Para orang tua yang kehilangan anak-anaknya atau pasangannya karena kematian akan merasa kehilangan arti. Ibu akan menjadi kehilangan harapan dimasa-masa yang akan datang dan merasa sangat kehilangan. Para ibu akan merasa kehilangan identitas dan peran sebagai ibu (Mangoenprasodjo,2005).

Perasaan kehilangan yang diderita oleh ibu mengakibatkan ia mengalami tekanan mental yang amat luar biasa, sehingga tidak jarang hal tersebut akan berpengaruh pada setiap perilakunya. Banyak kegiatan yang akan terganggu baik dari kegiatan sehari-hari sampai hubungan dengan lingkungan sekitar juga akan mengalami perubahan. Perasaan kehilangan yang mendalam tersebut akan menyebabkan kecenderungan perubahan perilaku pada hal yang negatif sebagai bentuk luapan emosi yang dialaminya (*emotional distress*).

Kondisi seseorang yang mengalami tuntutan emosi berlebihan dan atau waktu yang membuatnya sulit memfungsikan secara efektif semua wilayah kehidupan. Keadaan ini dapat mengakibatkan munculnya cukup banyak gejala, seperti depresi, kelelahan kronis, mudah marah, gelisah, impotensi, dan kualitas kerja yang rendah (Richards, 2010). Menurut Siagian (2008) stress merupakan kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Stres yang tidak bisa diatasi dengan baik biasanya berakibat ketidakmampuan orang berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luarnya. Robbins (2006) mengemukakan bahwa *emotional distress* merupakan kondisi dinamik dimana seorang individu menghadapi peluang, kendala, atau tuntutan yang terkait dengan

apa yang diinginkan dan yang hasilnya di persepsikan sebagai tidak pasti tetapi penting. Sementara itu, Gorman (dalam Duffy & Atwater, 2005) menyatakan bahwa walaupun kecemasan merupakan suatu emosi yang tidak menyenangkan, tetapi hal ini dapat berfungsi sebagai *emotion alarm signal* yang dapat memperingatkan kita akan suatu ancaman atau bahaya.

Elemen-elemen yang berhubungan dengan *emotional distress*, baik itu kemunculan emosi negatif marah, takut, cemas, merasa bersalah, malu, sedih, iri, cemburu, muak, tertekan Weisbuch (2010). Adapun Sopiah (2008) mengatakan bahwa stres tersebut ada dua macam yaitu distress (stres yang merugikan) dan eustress (stres yang menguntungkan). *Distress* adalah derajat penyimpangan fisik, psikis dan perilaku dari fungsi yang sehat. *Eustress* adalah pengalaman stres yang tidak berlebihan, cukup untuk menggerakkan dan memotivasi orang agar dapat mencapai tujuan, mengubah lingkungan mereka dan berhasil dalam menghadapi tantangan hidup.

Penyebab stres sendiri menurut Brannon & Feist (2007), stres dapat berasal dari 3 sumber, yang pertama adalah *katasfori* yaitu kejadian besar yang terjadi karena tiba-tiba dan tidak dapat diprediksi seperti bencana alam dan perang, yang kedua adalah perubahan kehidupan, perubahan kehidupan seseorang dapat memicu terjadinya stres, misalnya perceraian, kematian orang yang dicintai, dan kehilangan pekerjaan sedangkan sumber ketiga adalah kejadian sehari-hari, kejadian sehari-hari yang dapat menimbulkan stres seperti jadwal kerja yang padat, lalu lintas yang macet, antrian panjang di kasir, bank atau loket.

Berdasarkan uraian di atas dapat dinyatakan bahwa seorang ibu yang ditinggal mati anaknya mengalami *emosional distress* ketika seorang ibu diindikasikan tidak dapat melalui tahapan kedukaan sampai dengan tahap kelima. Namun, tidak semua ibu yang ditinggal mati anaknya mengalami *emotional distress*. Ibu yang tidak mengalami *emotional distress* saat ditinggal mati anaknya berarti mampu melalui setiap tahapan kedukaan. Oleh karena, itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul gambaran *emotional distress* pada ibu pasca kematian anaknya. Penelitian ini diharapkan mampu mengungkap alasan

atau sebab seorang ibu yang ditinggal mati anaknya mengalami *emotional distress* ataupun tidak mengalami *emotional distress*.

1.2 Signifikansi penelitian

Perbandingan penelitian ini dengan penelitian lainnya yang berkaitan dengan *emosional distress* yaitu penelitian yang dilakukan oleh Arif Rahman Mansyur, dkk (2009) tentang “Hubungan motivasi mencari pengobatan dengan *emosional distress* pada penderita diabetes *mellitus* tipe 2 di Yogyakarta” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi dengan *Emosional Distress* pada penderita diabetes *mellitus* tipe 2, hasil penelitian ini menyatakan bahwa mayoritas penderita diabetes *mellitus* tipe 2 memiliki tingkat motivasi mencari pengobatan yang tinggi diamati pada dimensi motivasi internal. Persamaan pada penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan variabel *Emosional distress* dalam melakukan penelitian sedangkan perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan penelitian kali ini menggunakan metode pendekatan kualitatif, dari segi subjek yaitu subjek penelitian tersebut menggunakan penderita diabetes *mellitus* tipe 2 yang berada di daerah Yogyakarta sedangkan penelitian kali ini menggunakan subjek seorang ibu yang ditinggal meninggal oleh anaknya yang berusia remaja.

Penelitian kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh Elisa Maynasari (2008) tentang “*Coping* Ibu Terhadap Kematian Anak, hasil penelitian ini didapat bahwa adanya perbedaan munculnya reaksi emosi yang dilakukan setiap individu (seorang ibu) akibat kematian anaknya. Adapun persamaan pada penelitian kali ini yaitu sama-sama menggunakan subjek seorang ibu yang ditinggal meninggal oleh anaknya dan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaan untuk penelitian ini adalah variabel yang di gunakan adalah *coping* sedangkan penelitian kali ini menggunakan variabel *emosional distress*.

Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Alma Yulianti (2013) tentang *emosional distress* dan kepercayaan terhadap pasangan yang menjalani *commuter marriage*” dari penelitian tersebut diperoleh hasil uji reliabilitas alat ukur *emosional distress* diperoleh nilai 0,896 dengan rentang validitas berkisar antara 0,275-0,602, dan

untuk alat ukur kepercayaan terhadap pasangan diperoleh nilai 0,846 dengan rentang validitas 0,288-0,580. Adapun persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel *emosional distress*, sedangkan perbedaan pada penelitian ini adalah subjek yang diteliti pada penelitian tersebut adalah pasangan yang menjalani *commuter marriage* sedangkan penelitian kali ini menggunakan subjek seorang ibu yang ditinggal meninggal oleh anaknya adapun perbedaan lainnya yaitu pada metode pendekatan di penelitian tersebut menggunakan metode pendekatan kuantitatif sedangkan penelitian kali ini menggunakan pendekatan metode kualitatif.

1.3 Fokus penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka yang menjadi fokus penelitian yaitu bagaimana gambaran *emosional distress* pada ibu *pasca* kematian anaknya.

1.4 Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *emosional distress* pada ibu *pasca* kematian anaknya.

1.5 Manfaat penelitian

Terdapat dua manfaat dari penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, yaitu:

a. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada bidang psikologi klinis dan psikologis sosial karena penelitian ini terkait dengan *emosional distress* pada seorang ibu *pasca* kematian anaknya.

b. Manfaat praktis

1. Bagi subjek

Bagi subjek yang ditinggal *pasca* kematian anak diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pandangan bagi subjek sehingga subjek mampu bangkit dan tidak *stagnan* dalam kondisi depresi.

2. Bagi anggota keluarga terdekat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadikan anggota keluarga terdekat dapat memberi dukungan dan motivasi bagi seorang ibu yang kehilangan anaknya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan dan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai *emosional distress* pada seorang ibu, sehingga peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan variabel penelitian lain yang lebih luas.