

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan masyarakat Indonesia mengalami perubahan sejak keberadaan Covid-19. Selain memberikan dampak di bidang ekonomi, pendidikan, dan sosial, tuntutan untuk bertahan dalam situasi pandemi yang penuh dengan ketidakpastian dan tantangan turut memberikan pengaruh negatif terhadap kondisi kesehatan mental masyarakat. Hasil swaperiksa pada web Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) per bulan Maret 2022 menunjukkan bahwa 84% responden memiliki masalah trauma psikologis selama 2 tahun pandemi Covid-19 di Indonesia (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, 2022). Wallace (dalam Masiero, Mazzocco, Harnois, Cropleu, & Pravettoni, 2020) menyatakan bahwa probabilitas terjadinya gangguan stres pasca trauma dapat ditemukan pada individu yang kehilangan orang terdekat akibat terinfeksi Covid-19.

Kehilangan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan (Humphrey & Zimpfer, 2007). Reaksi individu terhadap kehilangan yang terdiri dari pikiran, perasaan, maupun perilaku yang dialami pasca kehilangan didefinisikan sebagai duka (Worden, 2018). Lebih lanjut, Worden (2018) menyatakan bahwa reaksi-reaksi tersebut berubah seiring berjalannya waktu. Terdapat empat aspek gejala kedukaan yaitu fisik, mental, sosial, dan spiritual (Wiryasaputra, 2019). Aspek fisik meliputi tubuh gemetar, sesak, dan mati rasa;

aspek mental terdiri dari marah, sedih, dan tidak dapat berkonsentrasi; aspek sosial yaitu menarik diri, mempersalahkan orang lain, dan selalu ingin cerita atau sama sekali tidak ingin cerita; sedangkan aspek spiritual terdiri dari menyalahkan Tuhan, marah pada Tuhan, dan tidak berminat mengikuti acara keagamaan.

Berduka merupakan sebuah proses penyesuaian diri dengan dunia tanpa almarhum di mana proses tersebut membutuhkan waktu dan bertahap (Worden, 2018). Kubler-Ross dan Kessler (2014) merumuskan lima tahapan dalam berduka, yaitu; *denial* (penyangkalan), *anger* (marah), *bargaining* (menawar), *depression* (depresi), dan *acceptance* atau penerimaan. Namun, di masa pandemi Covid-19 semua tahapan duka justru mendapatkan pengaruh dari kebijakan karantina Covid-19 yang mengakibatkan jutaan individu mengalami siklus duka yang tidak teratur (Mortazavi, Assari, Alimohamadi, Rafiee, & Shati; 2020).

Duka di tengah pandemi merupakan sebuah hal berkelanjutan dan faktor penting yang memengaruhi pasien, keluarga, serta penyedia layanan medis (Wallace, Wladkowski, Gibson, & White; 2020). Hingga 17 Maret 2022, tercatat bahwa dari total 5.939.082 kasus Covid-19 di Indonesia terdapat 153.212 penduduk yang meninggal dunia (Sinuhaji, 2022). Lebih lanjut, pada tanggal 30 Maret 2022 kasus Covid-19 di Palembang mengalami penambahan sebanyak 12 kasus dengan total 13.359 kasus terkonfirmasi, 717 kasus aktif, dan total kematian sejumlah 126 orang (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2022). Data tersebut bukan sekadar angka, melainkan turut menjadi bukti bahwa di masa pandemi ada individu yang kehilangan anggota keluarga seperti orang tua, anak, suami, istri, kerabat, maupun orang terdekat akibat Covid-19.

Respons duka di masa pandemi dinilai bisa menjadi lebih kompleks, berkepanjangan, dan mengarah pada masalah psikologis (Matsuda, Takebayashi, Nakajima, & Ito; 2021). Hal ini dikarenakan terdapat beberapa kebijakan khusus yang diberlakukan oleh pemerintah di masa pandemi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Rumah sakit telah menutup pintu untuk para pengunjung sehingga pasien terpisah dari keluarga dan teman-temannya (Yardley & Rolph, 2020). Terganggunya kemampuan individu untuk terhubung dengan anggota keluarga yang terinfeksi Covid-19 baik sebelum dan sesudah kematian berpotensi untuk meningkatkan risiko dari *complicated grief* (Mayland, Harding, Preston, & Payne; 2020). Mortazavi, Assari, Alimohamadi, Rafiee, dan Shati (2020) menyebutkan bahwa ketidakmampuan untuk mendampingi pasien pada hari-hari akhir kehidupan memunculkan masalah kompleks selama pandemi berupa perasaan bersalah dan marah.

Tim pemulasaraan jenazah yang berpakaian Alat Pelindung Diri (APD) lengkap ditugaskan secara khusus untuk mengurus individu yang meninggal akibat Covid-19 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa ketika seseorang meninggal akibat Covid-19, ritual pengurusan jenazah seperti memandikan dan mengkafani jenazah tidak dapat dilakukan oleh anggota keluarga dari individu yang terinfeksi Covid-19. Matsuda, Takebayashi, Nakajima, dan Ito (2021) menyatakan bahwa tidak diperkenankan untuk menyentuh tubuh almarhum berpotensi mengganggu proses berduka dan meningkatkan risiko terjadinya duka yang berkepanjangan.

Mengadakan upacara duka berdasarkan kebudayaan yang dimiliki individu dapat mengurangi penyangkalan terhadap kematian (Mortazavi, Assari, Alimohamadi, Rafiee, & Shati, 2020). Layanan duka di masa pandemi dilakukan dengan kontak manusia yang seminim mungkin (Yardley & Rolph, 2020). Pemakaman individu yang meninggal akibat Covid-19 dapat dihadiri oleh keluarga dekat dengan menerapkan protokol kesehatan yang berlaku, namun pelayat yang sedang berada dalam kondisi kesehatan tidak baik tidak diperkenankan untuk menghadiri pemakaman (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Merujuk pada peraturan tersebut, jika anggota keluarga dari individu yang meninggal akibat Covid-19 turut terinfeksi, maka anggota keluarga tidak dapat menghadiri pemakaman. Individu yang tidak hadir secara fisik untuk mengucapkan selamat tinggal dan berduka dengan orang yang dicintai dapat memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami *ambiguous loss* atau kehilangan yang ambigu (Matsuda, Takebayashi, Nakajima, & Ito; 2021).

Penting untuk mempertimbangkan dampak kematian pada seluruh sistem keluarga (Worden, 2018). Semakin dekat derajat kekerabatan dengan individu yang meninggal, maka duka yang dialami akan semakin kuat pula (Boelen, Van den Bout, de Keijser; dalam Worden, 2018). Salah satu kehilangan yang sangat sulit, sangat memengaruhi keseimbangan keluarga, dan terkadang dapat menyebabkan reaksi duka yang kompleks adalah kehilangan seorang anak (Worden, 2018).

Seorang ayah yang kehilangan anak perempuan dan mantan istri akibat Covid-19 menyatakan bahwa hal tersebut menghancurkan dunianya dan tidak pernah terpikir dalam hidupnya untuk mengubur sang putri. Fakta bahwa sang anak

perempuan dan mantan istri tidak menerima vaksin tidak akan pernah menghilang dari pikiran sang ayah seumur hidup (Gleeson, 2021). Ada pemikiran bahwa jika sang anak dan mantan istri menerima vaksin, maka anggota keluarganya mungkin hari ini masih hidup. Selain membuat orang tua kehilangan anak, Covid-19 juga menyebabkan individu di dunia kehilangan figur orang tua. Hingga 20 Juli 2021, terdapat 11.045 anak di Indonesia yang kehilangan orang tua akibat Covid-19 (Rizaty, 2021).

Kehilangan orang tua 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). Seorang remaja berusia 16 tahun menyatakan bahwa kehilangan kedua orang tua akibat Covid-19 membuatnya kehilangan motivasi (Sekar, 2020). Selain itu, sang remaja juga sempat memiliki pikiran mengenai alasannya untuk hidup jika tidak untuk kedua orang tua. Namun, pada akhirnya remaja tersebut menyadari bahwa ini adalah takdir yang dituliskan oleh Tuhan.

Kehilangan pasangan menikah akibat Covid-19 turut memberikan kesan duka tersendiri. Seorang wanita menyatakan bahwa pasca kematian suami akibat Covid-19, wanita tersebut tidak makan dengan baik dan terkadang hanya duduk melamun (Chuck, 2021). Salah satu upaya yang dilakukan sang wanita untuk mengatasi duka yang dialaminya adalah dengan mengikuti sesi terapi sekaligus mempelajari bagaimana membantu perasaan yang dirasakan oleh anak-anaknya.

Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa setiap individu memiliki respons yang berbeda terhadap peristiwa kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19. Ketika peristiwa tak terduga seperti kematian orang yang dicintai terjadi, individu perlu mendefinisikan dirinya kembali dan mempelajari cara-cara untuk terlibat dengan dunia tanpa orang yang telah meninggal (Worden, 2018).

Peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap empat individu yang kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 pada tanggal 26 dan 27 September 2021 melalui *direct message twitter* dan *personal chat WhatsApp*. Ada pun studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara secara daring. Dua dari empat partisipan yang diwawancarai kehilangan figur ibu (D dan A), satu orang kehilangan figur istri (S), dan satu lainnya kehilangan figur ayah sekaligus tante dengan jarak kematian 11 hari (W).

Partisipan D menyaksikan secara langsung ketika sang ibu diberi tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) akibat henti jantung hingga dokter menyatakan bahwa sang ibu telah tiada. Saat itu, D merasa sangat terkejut dan sedih. Walaupun demikian, melihat perjuangan ibu dan mengetahui bahwa sang ibu telah mendapatkan pelayanan terbaik di rumah sakit membuat D berusaha tegar dan ikhlas. Pasca kehilangan ibu, D memiliki rasa tanggung jawab untuk mengisi kekosongan peran yang ada di dalam keluarga.

Berbeda dengan D, partisipan A mendapat kabar duka via telepon. A menyatakan bahwa ketika mendapat kabar duka, yang dirasakan adalah ikhlas. Menurut A, rasanya lebih sakit hati ketika harus melihat sang ibu kesakitan. Mendengar anggota keluarga bercerita mengenai kronologi meninggalnya sang ibu

kepada saudara maupun tetangga secara berulang kali memunculkan perasaan marah dan kesal pada diri A. A juga sempat merasa pusing, tremor, dan sesak nafas ketika mendengarkan cerita tersebut. Hingga kini, jika ada saudara yang datang ke rumah, A lebih memilih untuk menghindar.

Partisipan W sempat merasa tidak terima ketika mengetahui bahwa sang ayah meninggal akibat Covid-19. Hingga saat wawancara berlangsung, W merasa bahwa sang ayah masih hidup. Pasca kehilangan ayah, W harus menenangkan ibu yang sangat terpukul serta membagi waktu antara melanjutkan usaha sang ayah dengan kuliah di semester akhir.

Partisipan S merupakan seorang penyintas Covid-19 yang mengetahui kabar sang istri telah berpulang melalui CCTV rumah sakit. Kehilangan istri akibat Covid-19 membuat S merasa sedih. S menyatakan bahwa kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 terasa lebih berat, terlebih lagi sang istri meninggal pasca melahirkan.

Berdasarkan data di atas, disimpulkan bahwa setiap individu yang berduka menyikapi pengalaman dukanya dengan cara yang berbeda. Meskipun kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 merupakan pengalaman yang menyakitkan, individu tetap memiliki kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan berproses untuk kembali menjalani hidup tanpa kehadiran anggota keluarga yang telah berpulang. Bahkan, dari pengalaman tersebut individu dapat belajar dan tumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat.

Penelitian dengan tema serupa pernah dilakukan oleh Dwiartyani, Hasan, dan Arief (2021) dengan judul “Gambaran Proses *Grieving* pada Dewasa Awal yang

Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19". Fokus penelitian tersebut adalah menggambarkan proses *grieving* yang dialami oleh para partisipan penelitian berdasarkan teori yang dirumuskan oleh Worden mengenai empat tugas dalam proses berduka (2018). Walaupun kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 membuat individu tidak dapat melakukan beberapa hal dikarenakan peraturan yang berlaku terkait pengurusan dan pemakaman jenazah, seluruh partisipan mampu menyelesaikan empat tugas proses *grieving* dengan cara yang berbeda.

Dwiartyani, Hasan, dan Arief (2021) melakukan penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologi. Meskipun konteks, metode, dan pendekatan penelitian yang digunakan adalah sama, penelitian ini tidak hanya dilakukan pada individu yang kehilangan figur orang tua, namun juga individu yang kehilangan pasangan menikah. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan yang belum diungkap oleh penelitian sebelumnya yaitu gambaran pengalaman duka pada individu yang kehilangan pasangan menikah akibat terinfeksi Covid-19. Selain itu, berbeda dengan Dwiartyani, Hasan, dan Arief (2021) yang menggunakan teori empat tugas dalam proses berduka menurut Worden (2018) untuk menggambarkan proses *grieving*, penelitian ini berusaha untuk memahami dan menjelaskan proses individu dalam mengalami kedukaannya melalui teori duka yang lebih beragam yaitu lima tahap duka menurut Kubler-Ross dan Kessler (2014), aspek-aspek gejala kedukaan menurut Wiryasaputra (2019), dan faktor-faktor yang memengaruhi kondisi berat-ringannya kedukaan menurut Wiryasaputra (2019).

Mortazavi, Shahbazi, Taban, Alimohammadi, dan Shati (2021) melakukan penelitian berjudul “*Mourning During Corona: A Phenomenological Study of Grief Experience Among Close Relatives During Covid-19 Pandemics*” untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang pengalaman berduka pada penyintas kematian orang yang dicintai selama pandemi Covid-19. Penelitian tersebut mengidentifikasi tiga tahap dari pengalaman duka akibat kematian kerabat selama pandemi Covid-19 yaitu sebelum kematian dan selama penyakit, kematian dan upacara awal, serta setelah kematian dan proses berduka. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan tentang apa yang dilalui oleh para partisipan pada setiap proses duka termasuk keterbatasan-keterbatasan yang dihadapi dan dampaknya terhadap setiap tahapan duka.

Penelitian mengenai pengalaman berduka pada keluarga dari individu yang meninggal akibat terinfeksi Covid-19 juga pernah dilakukan oleh Mojarad, Esmaceli, Gorji, dan Yaghoubi (2021). Terdapat 4 tema utama yang ditemukan dalam penelitian tersebut yaitu reaksi psikologis, perilaku, dan fisik; *virtual mourning* (berduka virtual), *regretful mourning* (duka yang penuh penyesalan), serta perasaan penolakan dan ketakutan. Perbedaan antara penelitian ini dengan kedua penelitian sebelumnya adalah peneliti berusaha untuk memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai proses kedukaan individu yang mengalami kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 dengan mengungkap bagaimana pada akhirnya individu kembali bangkit untuk menjalani hidup tanpa orang yang dicintai serta bagaimana individu memandang dan memaknai peristiwa duka yang dialami.

Penelitian mengenai pengalaman duka pada individu yang kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 dapat memberikan penjelasan mengenai proses yang dialami masing-masing individu dalam berduka hingga hal-hal yang membuat individu kembali bangkit menjalani hidup tanpa anggota keluarga yang dicintai. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu individu yang mengalami situasi serupa untuk mendapatkan dukungan emosional, menyadari bahwa dirinya tidak sendiri, serta memperoleh pemahaman baru mengenai cara menyikapi duka di masa pandemi.

Penelitian ini juga dapat menjadi salah satu sarana untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai keberadaan dan bahaya Covid-19. Dengan mengetahui perasaan, perilaku, hingga dampak yang dirasakan individu pasca kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19, masyarakat diharapkan menjadi lebih sadar untuk tidak melakukan hal-hal berisiko yang dapat membuat orang terdekatnya terinfeksi Covid-19. Berdasarkan uraian di atas, rumusan permasalahan penelitian ini adalah bagaimana pengalaman duka pada individu yang kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami proses individu dalam mengalami dukanya pasca kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19. Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan di bidang psikologi klinis mengenai kedukaan khususnya duka pasca kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memfasilitasi individu yang kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 untuk memperoleh pemahaman baru mengenai cara menyikapi duka yang dialami dan kembali menjalani hidup pasca kematian anggota keluarga yang dicintai. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sarana untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai keberadaan dan bahaya Covid-19.