

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan anugerah sekaligus amanah yang sangat berharga bagi orang tua. Dalam kehidupan keluarga, anak tidak hanya menjadi penerus keturunan, tetapi juga sumber kebahagiaan, harapan, dan makna hidup. Oleh karena itu, kehilangan anak, terutama secara mendadak, merupakan peristiwa yang sangat mengguncang secara emosional dan psikologis. Kehilangan ini tidak hanya menimbulkan rasa duka mendalam, tetapi juga dapat mengacaukan struktur kehidupan, identitas, dan harapan masa depan orangtua (Worden, 2009).

Kehilangan anak secara mendadak terutama akibat peristiwa traumatis seperti tenggelam tidak hanya mengguncang emosi dan kehidupan orang tua, tetapi juga menimbulkan berbagai bentuk duka yang kompleks. Orang tua tidak hanya merasa kehilangan secara fisik dan merindukan anaknya *Separation Distress*, tetapi juga bisa mengalami krisis makna hidup dan identitas diri *Existential-Identity Distress*, serta trauma akibat cara kematian yang mengejutkan *Circumstance-Related Distress*. Orang tua harus menghadapi dua hal sekaligus: menjaga kenangan dan ikatan batin dengan anak yang telah meninggal, serta mencoba kembali menjalani kehidupan sehari-hari meskipun masih diliputi rasa sedih, trauma, atau gangguan psikologis lainnya seperti PTSD (Kaplow, 2013).

Di Indonesia, kematian anak tidak hanya terjadi akibat penyakit, tetapi juga karena kecelakaan yang melibatkan lingkungan sekitar, seperti tenggelam. Data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menunjukkan bahwa kasus anak tenggelam masih sering ditemukan, terutama di wilayah pedesaan yang dekat dengan perairan terbuka seperti sungai, danau, atau tambak. Peristiwa ini sering kali terjadi secara mendadak, tanpa peringatan, dan memunculkan trauma mendalam bagi keluarga korban (Haryanto, 2020).

kehilangan anak akibat tenggelam menghadirkan bentuk duka yang kompleks. Mereka tidak hanya mengalami *separation distress* (kesedihan karena kehilangan kehadiran fisik anak), tetapi juga *existential-identity distress* (krisis makna dan identitas diri sebagai orang tua), serta *circumstance-related distress* (trauma akibat cara kematian yang tragis dan tiba-tiba). Kondisi ini menuntut adanya kemampuan untuk beradaptasi secara psikologis, yang dalam psikologi dikenal dengan istilah *resiliensi*. (Worden,2009),

Resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk bangkit kembali dari situasi sulit, menyesuaikan diri, dan tetap melanjutkan hidup meskipun mengalami tekanan atau kehilangan besar. Dalam konteks kehilangan anak, resiliensi menjadi penentu penting apakah orang tua dapat menemukan kembali makna hidupnya, mengelola emosinya, dan membangun kembali aktivitas sehari-hari. Proses ini tidak berlangsung instan, melainkan melalui dinamika yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti religiusitas, makna hidup, dan kepribadian, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan sosial. (Reivich & Shatté, 2002).

Faktor internal yang memengaruhi resiliensi antara lain adalah kepribadian, makna hidup, harapan, dan kemampuan mengelola emosi. Orang tua yang memiliki pandangan hidup positif, keyakinan spiritual yang kuat, dan kemampuan refleksi diri yang baik cenderung lebih mampu menunjukkan ketahanan psikologis setelah kehilangan.

Penelitian ini terjadi di Desa Tanjung Tambak Baru merupakan salah satu wilayah yang berada di dekat perairan dan memiliki aktivitas masyarakat yang berkaitan dengan sungai dan tambak. Dalam beberapa tahun terakhir, wilayah ini mengalami peristiwa tragis di mana seorang anak meninggal akibat tenggelam. Kejadian tersebut meninggalkan duka mendalam bagi keluarga korban, khususnya orang tua, yang harus berjuang melewati fase-fase berduka dan beradaptasi dengan kenyataan kehilangan. (Worden,2009)

Penelitian tentang duka mendalam akibat kehilangan anak memang sudah cukup banyak dilakukan, terutama di wilayah perkotaan dengan pendekatan klinis. Namun studi yang mendalami resiliensi orang tua dalam konteks budaya lokal pedesaan, khususnya pada kasus kematian karena tenggelam, masih sangat terbatas. Padahal, konteks budaya memiliki peran penting dalam cara seseorang memaknai peristiwa kehidupan, termasuk peristiwa kehilangan. (Wanda,2020)..

Berikut ada bebebrapa berita yang berhubungan dengan kasus anak tenggelam di kecamatan tanjung batu Ogan ilir, Pada 12 April 2025, M. Riski Padilah (12 tahun), seorang santri Pondok Pesantren Al-Umar, ditemukan meninggal dunia akibat tenggelam di bekas galian tanah proyek tol di Desa Talang Seleman, Kecamatan Payaraman. Korban tenggelam saat mengikuti kegiatan pramuka dan berenang di lokasi galian yang sudah tidak beroperasi. Jenazah ditemukan dua hari kemudian dalam kondisi tubuh membengkak dan kulit terkelupas. (Irawan, 2025)

Pada 25 September 2024, M. Reza Ramadhan (9 tahun) tewas tenggelam di kolam galian di Desa Tanjung Atap, Kecamatan Tanjung Batu. Korban terpeleset dan tercebur ke dalam kolam saat berusaha mengambil sandal yang jatuh. Setelah hampir satu jam pencarian, korban ditemukan dan dibawa ke Puskesmas Tanjung Batu, namun nyawanya tidak tertolong(Yulaini,2024)

Pada 17 Maret 2024, M. Fachrezi (15 tahun), seorang pelajar SMP, tenggelam saat berenang bersama tiga temannya di perairan rawa Desa Tanjung Laut, Kecamatan Tanjung Batu. Diduga karena derasnya arus air, korban hanyut dan tidak dapat diselamatkan. Jenazah ditemukan keesokan harinya oleh tim SAR gabungan dalam keadaan tersangkut di ganggang air dan rerumputan di dasar rawa. (Kusuma,2024)

Pada 26 Januari 2025, dua bocah berusia 7 tahun, MF dan NA, tenggelam saat mandi di rawa lebak Desa Seri Bandung, Kecamatan Tanjung Batu. Keduanya terseret arus air yang cukup deras dan ditemukan meninggal dunia setelah dilakukan pencarian oleh petugas dan masyarakat. (Isro.2025)

Dari beberapa berita di atas terdapat salah satu kasus dari desa tanjung tambak baru, Peneliti telah melakukan observasi pada tanggal 3 april 2025 selama tiga minggu di desa tanjung tambak baru kepada subjek yang berinisial SMR, sebelum wawancara, dan sebelumnya telah membuat janji satu minggu sebelum pelaksanaan penelitian karena subjek, merupakan seorang perempuan lahir pada tahun 1965, Ibu SMR merupakan seorang perempuan memiliki kesibukan bekerja di kebun karet milik keluarganya ibu SMR di rumah tinggal bersama anak bungsunya berdua M.I bekerja sebagai buruh harian. ibu SMR memiliki Enam anak, anak laki-laki dua perempuan Empat yang paling tua umur 40 tahun F yang kedua N berumur 37 tahun yang ketiga Y 34 tahun yang R keempat 30 tahun yang kelima T 28 tahun yang paling akhir yaitu M.I berumur 25 tahun, suami dari ibu SMR telah meninggal dunia sekitar 8 tahun yang lalu pada 2017 ibu SMR membesarkan anaknya sendirian.

Pada hari minggu tanggal 21 april 2024 jam 14:00 wib M,I pergi memancing sendirian, dan pada pukul 15:00 wib teman-teman M.I ke lokasi tempat pemancingan melihat ada motor M.i dan pancing M.I sedangkan M.I tidak ada di lokasi kecurigaan mulai datang karena tas berada di dekat alat pancing M.I, karena merasa curiga kemudian teman M.I memanggil teman-teman yang lain untuk mencari M.I di dekat rawa-rawa tempat memancing namun tidak ada hasil sekitar 15 menit mencari teman M.I kembali ke desa memanggil warga sekitar untuk mencari M.I, 5 warga langsung mencari kedasar rawa-rawa kemudian ditemukan M.I dalam keadaan sudah tidak bernyawa, dinyatakan meninggal pada 15:30 Wib

Pada saat M.I di bawah pulang ibu SMR berada di rumah dalam keadaan shock sampai tidak sadar diri tidak menyangka anak bungsunya sudah tidak bernyawa.

Ibu SMR menjalani hari-harinya dengan kesedihan yang mendalam, seperti melamun serta berhalusinasi bahwa anaknya masih hidup, jika melihat teman anaknya lewat sering kali ibu SMR memanggil teman M.i

Terlihat Dari Perkataan SMR

“..pas ari pertamo iqbal di kobor itun mak ko teliat kalu iqbal iko balek kerumah Ji mak “ngapo kau balek nak? Situlah tenangelah diri kau.. tros yuk pit kau ngomong istigfar mak tak naro iqbal disiko iklaskelah.. Telesuh badan iko gik..” (S1,W1,SMR,50-55)

“..yo tapi aku ikon mayang tulah, ngaji nak dekatke diri dengan allah” jadi ndo lagi behalusinasi cak uji kau itun, .” (S1,W1,SMR,85-88)

Dalam waktu satu bulan ibu SMR terus menerus berhalusinasi, hari- ke hari minggu berlalu bulan berganti ibu SMR mulai menerima takdir bahwa anaknya telah tiada pada bulan ketiga pasca kejadian tersebut, karena selalu di hibur oleh keluarga termasuk anak dan cucu ibu SMR, bulan berganti ibu SMR mulai memiliki semangat untuk menjalani kehidupan. Wawancara pertama akhirnya dapat dilaksanakan pada tanggal 26 April 2025. Dalam wawancara tersebut, peneliti menggali informasi mengenai kondisi keseharian subjek, termasuk lingkungan tempat tinggal dan dinamika dalam lingkungan keluarga

Terlihat dari perkataan SMR

“... pas tekabar diok tak ado lagi itun, badan mak iko lesuhlah cak tak naro semangat nak idup lagi..”(S1,W1,SMR,89-93)

“..tapi yo yang muat mak iko semangat lagi oleh ado 3 cocong di rumah ikon jadi mak ko laju bangkit pulo kau tuh..”(S1,W1,SMR,95-97)

Peristiwa kehilangan anak yang dialami oleh ibu SMR terjadi secara mendadak dan sangat mengejutkan, sehingga memberikan dampak psikologis yang cukup berat terhadap dirinya. Kejadian tragis tersebut membuat ibu SMR mengalami tekanan mental yang luar biasa, yang kemudian berkembang menjadi stres berkepanjangan. Dalam prosesnya, stres yang dirasakan tidak hanya mempengaruhi kondisi emosional, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik, di mana ibu SMR menjadi rentan terhadap penyakit dan bahkan sampai mengalami halusinasi sebagai bentuk dari tekanan psikologis ekstrem yang ia alami.

Halusinasi tersebut merupakan manifestasi dari kesedihan mendalam yang belum tertuntaskan, dan menjadi tanda bahwa ibu SMR benar-benar mengalami masa krisis emosional yang serius

Terlihat dari Perkataan SMR :

“.. stress gik rasonyo bak manolah, rasonyo tak pacak lagi mak ko ngejelaskenyo diok nak nikah itun tibo tibo ninggal, jadi siang hari kemalaman mak ko teingat teros dengan iqbal itun,(S1,W1,SMR,100-104)

“.. yuk fit kau ko dengan yang laennyo itun galak datang kerumah ngehebor mak ikon, men rumah lah rame itun ai ndo lagi mak stres, cak raso tehibur bak itun nah gik..” (S1,W1,SMR,124-127)

Kejadian kehilangan anak bagi ibu SMR membuatnya hilang semangat bahkan dia sempat berhenti bekerja karena kejadian tersebut kerana menurut dia tujuan dia bekerja adalah untuk anaknya lantas ketika anaknya sudah meninggal dia merasa sudah tidak ada gunanya bekerja.

Terlihat dari Perkataan SMR

“kalulah bak itun tako bgawe laju tak galak lagi yo bak mano gik Oleh aku mikernyo aku ikon men nak nyari duet itun ntok anak tulah iko mendiok tak naro lagi yo tuapo?” (S1,W1,SMR,178-183)

“aku ko ndo galak lagi men nak bgawi ikon, cuman itunlah ji yuk fit kau begawelah mak mungko agak lupu mak dengan iqbal jadi ndo sedeh lagi...” (S1,W1,SMR,185-190)

Ciri resiliensi menurut Reivich & Shatté, (2002) yaitu 1,Kemampuan Mengelola Emosi Individu mampu menenangkan diri, mengendalikan emosi sedih, marah, takut, atau kecewa sehingga tidak mengambil keputusan yang merugikan. 2, Mampu berpikir positif tetap melihat sisi baik dari situasi sulit, meyakini bahwa masalah bisa diatasi, dan tidak cepat putus asa.. 3 Memiliki Kontrol diri yang baik, Dapat menjaga perilaku agar tetap sesuai norma, tidak impulsif, dan mampu menahan diri saat mendapat tekanan. 4.Mampu Menemukan Solusi .Individu mencari langkah praktis untuk mengatasi masalah, misalnya berdiskusi, meminta bantuan, atau melakukan adaptasi baru. 5 optimis Tetap percaya bahwa masa depan dapat diperbaiki meski mengalami peristiwa yang berat.. 6.Adaptasi terhadap

perubahan, Mampu menyesuaikan diri dengan kondisi baru, menerima kenyataan, serta membangun kebiasaan atau rutinitas baru. 7. Memiliki dukungan sosial mau meminta bantuan atau berbagi cerita dengan orang lain (reaching out), baik keluarga, teman, maupun tokoh agama.

Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk tetap tenang saat menghadapi masalah yang berat, meskipun pada tahap awal mengalami guncangan emosional dan kesedihan yang mendalam. Kemampuan untuk tetap tenang tersebut terbentuk melalui proses penerimaan secara bertahap terhadap peristiwa yang dialami serta didukung oleh keyakinan spiritual bahwa peristiwa tersebut merupakan bagian dari kehendak Tuhan. Keyakinan ini membantu subjek dalam memaknai peristiwa sebagai bagian dari ketentuan hidup yang tidak dapat dihindari, sehingga subjek mampu mengurangi tekanan emosional, menumbuhkan sikap ikhlas, dan melanjutkan kehidupan dengan cara yang lebih adaptif

Terlihat dari perkataan SMR:

Lamo aku ikon tenang yo kau tuh tapi kadang diri ikon mikerkan kalu itun tuh lah takdir tuhan galo gik iyo nak bak mano lagi diri ikon(S1,W1,SMR,59-63)

Dalam hal ini, Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan berpikir positif dan bersikap optimis setelah mengalami peristiwa kehilangan. Sikap optimis tersebut muncul karena adanya motivasi internal yang kuat, yaitu kesadaran akan tanggung jawab terhadap ketiga cucunya yang masih membutuhkan peran, perhatian, dan kasih sayang darinya. Kehadiran cucu-cucunya menjadi sumber kekuatan psikologis yang mendorong subjek untuk bangkit dari keterpurukan, menumbuhkan kembali harapan, serta menjalani kehidupan dengan semangat yang lebih konstruktif

Terlihat dari perkataan SMR :

.tapi yo yang muat mak iko semangat lagi oleh ado 3 cocong di rumah ikon jadi mak ko laju bangkit pulo kau tuh..” (W1,S1,SMR,95-97)

.Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk bangkit dari pengalaman traumatis melalui usaha menerima dan mengikhlaskan peristiwa yang telah terjadi. Meskipun proses tersebut tidak berlangsung secara instan dan belum sepenuhnya seperti sedia kala, subjek mampu menunjukkan perubahan positif dalam cara pandang dan sikap hidup. Kemampuan untuk bangkit ini tercermin dari upaya subjek dalam melanjutkan aktivitas sehari-hari serta membangun kembali kekuatan emosional secara perlahan.

Terlihat dari perkataan SMR :

“..mungkin lebehke berusaha ikhlas gik dengan yanglah terjadi ikon walaupun susah yo ndo cak dulu lagi. (S1.W1,SMR,110-113)

.Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan menyesuaikan diri terhadap situasi yang baru setelah mengalami peristiwa kehilangan. Subjek berusaha mengurangi beban psikologis dengan cara mencoba melupakan kejadian yang menyakitkan serta berupaya mengendalikan pikiran agar tidak terus-menerus larut dalam kesedihan. Seiring berjalannya waktu, subjek semakin mampu beradaptasi dengan kondisi baru, yang ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan untuk menjalani aktivitas sehari-hari dan menerima perubahan dalam kehidupannya secara lebih stabil "

Terlihat dari perkataan SMR :

“..iyo pasti sulit itu ntok awal awal nyesouaike diri dengan keadaan, yo melitauke bae gik maksoke keadaan biar ndo pening nian lamo lamo pacak nyesuaike dengan keadaan aku ikon.”(S1,W1,SMR,134-139)

Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan memiliki kontrol diri yang baik, yang tercermin dari cara subjek mengelola tekanan emosional ketika menghadapi masalah. Salah satu bentuk kontrol diri yang ditunjukkan adalah kecenderungan subjek untuk tidak memendam masalah sendiri, melainkan menceritakan kesulitan yang dialami kepada anaknya. Perilaku ini menunjukkan bahwa subjek mampu mengatur respon emosional secara adaptif dengan mencari saluran yang sehat dalam mengekspresikan perasaan, sehingga beban psikologis yang dirasakan menjadi lebih ringan

Terlihat dari perkataan SMR :

“....Yo men bak itun biasonyo aku ikon galak bercerito dulu dengan anak anak aku gik kalu lagi ado masalah itun jadi kadang lah dapat cerito dulu dari anak baru memutuskan cak nak begawe lagi ikon yo ngomong dulu ke anakku” (S1.W1,SMR,153-156).

Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk berfokus pada solusi dibandingkan berlarut-larut pada permasalahan. Subjek memiliki cara pandang yang adaptif dengan meyakini bahwa terlalu banyak memikirkan masalah tidak akan membawa penyelesaian, sehingga lebih memilih untuk memikirkan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menghadapi situasi. Pola pikir ini menunjukkan adanya kemampuan pemecahan masalah yang konstruktif sebagai bagian dari proses resiliensi

Terlihat dari perkataan SMR:

“..iyolah men kito ikonn fokus di masalahnyo bae ndo nyari solusi yo saro ndo sudah sudah gawe ikon..”(S1,W1.SMR,153-159)

Subjek SMR menunjukkan ciri resiliensi berupa sikap tidak mudah menyerah dalam menghadapi tekanan hidup. Meskipun pada fase awal subjek sempat memiliki keinginan untuk menyerah akibat beban emosional yang berat, subjek mampu mengendalikan pikirannya melalui refleksi terhadap peran dan tanggung jawabnya sebagai orang tua dan kakek/nenek. Pemikiran tentang nasib cucu-cucunya apabila subjek menyerah menjadi sumber motivasi yang kuat untuk tetap bertahan, bangkit, dan melanjutkan kehidupannya meskipun berada dalam kondisi yang sulit.

Terlihat dari perkataan SMR :

"Pernah gik tapi kadang aku tepeker men aku ikon nyerah dengan gara gara iqbal iko yo yo saro gik kalu aku nyerah berarti sudah selesain galonyo sedangkan ado cocong aku do rumah ikon men tak ado aku bak mano nasep diok itun jadi aku ndo nak nyerah itun"(S1,W1,SMR,210-215)

Peristiwa kehilangan anak yang dialami oleh ibu SMR terjadi secara mendadak dan sangat mengejutkan, sehingga memberikan dampak psikologis yang cukup berat terhadap dirinya. Kejadian tragis tersebut membuat ibu SMR mengalami tekanan mental yang luar biasa, yang kemudian berkembang menjadi stres berkepanjangan. Dalam prosesnya, stres yang dirasakan tidak hanya mempengaruhi kondisi emosional, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik, di mana ibu SMR menjadi rentan terhadap penyakit dan bahkan sampai mengalami halusinasi sebagai bentuk dari tekanan psikologis ekstrem yang ia alami. Halusinasi tersebut merupakan manifestasi dari kesedihan mendalam yang belum tertuntaskan, dan menjadi tanda bahwa ibu SMR benar-benar mengalami masa krisis emosional yang serius

Peneliti juga melakukan wawancara dengan informan tahu, yang dimana adalah kerabat atau orang terdekat dari subjek penelitian, bisa dari orang tua, suami, anak atau saudara kandung subjek. Pada subjek SMR peneliti mengambil dua informan yaitu anak dari

SMR berinisial F, wawancara informan tahu ini dilakukan di rumah F yaitu berada di desa sebelah desa tanjung tambak (lama), informan tahu dari subjek SMR adalah anaknya sendiri, yang berinisial F dimana beliau merupakan anak pertama dari 6 bersaudara, beliau juga menuturkan bahwasanya SMR sangat terpukul dengan kejadian kehilangan M.I, bahwasanya SMR sempat berhalusinasi bahwa M.I kembali kerumah. Dan F menegur menasihati agar SMR berusaha menjadi ikhlas, dikarenakan jika belum ikhlas ditakutkan bahwa M.I merasa tidak tenang, di alamnya, namun sekarang informan tahu sudah mulai senang dengan perkembangan SMR karena sudah tidak lagi berhalusinasi dan sudah tidak berlarut lagi dalam kesediham.

F juga menyatakan bahwa SMR mengalami shock yang mendalam ketika mengetahui bahwa MI meninggal secara mendadak akibat tenggelam. Rasa kehilangan yang begitu besar dan tak terduga tersebut membuat SMR terpukul secara emosional, hingga berdampak pada kondisi fisiknya. Akibatnya, SMR sempat jatuh sakit dan mengalami penurunan kesehatan selama kurang lebih satu bulan."

Terlihat dari perkataan F :

"... yok dek mak itun tekejed nian pas tau iqbal itun lah ninggal mendadak mak itun diok jugo sempat sebulan saket, ari pertamo ikbal di kobor mak itun behayal kalu iqbal itun balek kerumah..."(I1,W1,F,45-50)

Subjek kedua berinisial ER yang berjenis kelamin perempuan yang berusia kurang lebih 50 tahun, sama seperti SMR, ER juga tinggal di desa tanjung tambak baru, ER memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dan pengrajin kipas, ER memiliki 9 bersaudara dan ER anak ke 6, suami ER memiliki pekerjaan sebagai kuli di muara dua, ER memiliki 7 anak dan 3

dari anak ER juga tidak berada di rumah dikarenakan bekerja di luar daerah, ER tinggal bersama 3 anaknya,

Anak bungsu dari Ibu ER adalah seorang anak laki-laki yang masih sangat belia, berinisial AL, atau yang akrab disapa oleh keluarga dan orang-orang di sekitarnya dengan panggilan "Si Gendut AL". Panggilan tersebut bukan bermaksud merendahkan, melainkan muncul dari kasih sayang karena tubuhnya yang chubby dan menggemaskan, sehingga menjadi ciri khas tersendiri yang membuatnya mudah dikenali dan disayangi. AL saat ini masih duduk di bangku kelas 1 Sekolah Dasar di SD Negeri 11 Tanjung Batu, sekolah yang berada di desa tempat tinggal mereka. Usianya baru 6 tahun, sebuah tahap usia di mana anak-anak sedang giat-giatnya mengeksplorasi dunia sekitar dengan rasa ingin tahu yang tinggi. Dalam kesehariannya, AL dikenal sebagai anak yang ceria, aktif, dan memiliki ikatan emosional yang kuat dengan sang ibu, mengingat ia merupakan anak terakhir dalam keluarga tersebut

Pada hari kejadian ER masak subuh di karenakan ada kegiatan kekebun saudaranya, jadi ER bangun subuh untuk masak, AL terbangun pada jam 05:00 wib ER menegur Al untuk tidur karna masih panjang waktu untuk tidur, dia ingin memasak.

Namun AL tidak ingin tidur dan kemudian Al memeluk ibunya dengan lama, dikarenakan air sedang naik tinggi ER berpesan kepada Al untuk tidak mandi di rawa rawa perbatasan desa tanjung tambak baru dengan bangun jaya, AL mengiyakan pesan tersebut, Namun naas pada sore hari Al bersama kedua temannya mandi di rawa rawa, Tepat sekitar pukul 16:00 wib Al di kabarkan tenggelam dan dua teman AL melaporkan kejadian tersebut ke warga sekitar pada tidak lama dari situ rawa rawa itupun di padati penduduk untuk mencari AL kemudian AL dapat di temukan Pada pukul 17:15 wib, ER langsung kaget mendengar berita tersebut, Pasca kejadian yang begitu tiba tiba tersebut ibu ER mengalami tekanan yang begitu berat ER sering kali menangis sendiri, melamun dan tidak

bisa bekerja dalam kurun waktu 1 bulan lebih, kematian Al memberi luka mendalam bagi ER

Terlihat dari perkataan ER

“..mual gik iyo, aku iko pas tekabar itun langsung demam, gawe aku ikon ngelamun bae, lebeh sebulan ndo keluar rumah saking sedehnyo, oleh diok itun maseh lucu-lucunyo nian gik..”(S2,W1,ER,98-104)

Subjec ER mengalami guncangan emosi yang sangat mendalam setelah kehilangan anaknya yang bernama AL, yang meninggal secara tragis akibat tenggelam. Sejak peristiwa itu terjadi, kehidupan Er seakan runtuh; ia sering menangis tanpa sebab, kehilangan nafsu makan, dan mengalami gangguan tidur karena terus-menerus memikirkan anaknya. Setiap sudut rumah yang dulu dipenuhi tawa AL kini menjadi peningat menyakitkan akan kepergiannya. Er merasa hampa, seolah kehilangan bagian dari dirinya sendiri, dan sulit menerima kenyataan bahwa anak yang begitu ia cintai telah tiada. Bahkan dalam kesehariannya, ia menarik diri dari lingkungan sekitar dan enggan berinteraksi dengan orang lain, seakan dunia di sekelilingnya telah kehilangan warna. Kenangan bersama AL terus menghantui pikirannya, membuat proses berduka menjadi semakin berat dan berkepanjangan

Terlihat dari perkataan ER

“.. sudah alan itun ninggal aku iko gampang marah, dikit dikit tesengong, ai, kadang urang itun belom tentu ngomongke diri cuman rasonyo nak marah bak itun gik, karno ado omongan aku ikon teledor jadi alan ko ninggal, itun lah aku iko laju emosi ndo stabil..”, (S2,W1,ER,30-31)

Sejak kepergian AL, Er juga kehilangan semangat untuk menjalani pekerjaannya sebagai pengrajin kipas, sebuah pekerjaan yang dulu ia jalani dengan penuh ketekunan dan kebanggaan. Dulu, setiap helai anyaman kipas yang ia buat seolah menjadi simbol kasih sayangnya untuk keluarga, terutama AL. Namun kini, tangannya terasa kaku dan hatinya kosong setiap kali mencoba kembali menganyam. Peralatan kerajinan yang biasa tertata rapi mulai dibiarkan berdebu, dan pesanan dari pelanggan pun tak lagi ia hiraukan. Kehilangan AL bukan hanya merenggut anak tercintanya, tetapi juga semangat hidup dan gairah Er dalam berkarya

Terlihat dari perkataan ER

“.. sejak diok nianggal aku iko laju sungkan nak ngajam lagi, pesanan tebanyak ndo aku gawekan..” (S2,W1,ER,34-35)

“.. cuman men lah agak lamo itun lah mulai pulo berusaha nganyam lagi, yok bangkit dek dak kado kito iko nak belamo-lamo dalam kesedehan..” (S2,W1,ER,36-37)

Subjek ER menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk tetap tenang dalam menghadapi masalah, yang didukung oleh adanya komunikasi emosional yang terbuka dengan pasangan. Subjek secara aktif menceritakan perasaan dan kesulitan yang dialami kepada suaminya, yang kemudian memberikan nasihat dan dukungan emosional. Dukungan dari pasangan berperan penting dalam membantu subjek mengelola perasaan rindu, sedih, dan ingatan terhadap anak yang telah meninggal, sehingga subjek mampu menjaga kestabilan emosinya dalam situasi yang sulit

Terlihat dari perkataan ER :

“ galak cerito kelaki akubak mano aku ikon galak susah ati men tekanang ke alan cuman galak dapat nasihat dari laki aku jadi galak tekanang itu oleh di ajaki becerito keluhkesa kelaki aku tulah gik (S2,W2,ER,80-84)

Selain itu, subjek ER juga menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan berpikir positif dan sikap optimis. Hal ini tercermin dari keyakinan subjek bahwa peristiwa yang dialaminya merupakan bagian dari takdir Tuhan yang harus diterima. Sikap pasrah dan keikhlasan tersebut membantu subjek dalam mengurangi beban emosional yang dirasakan. Di sisi lain, mengingat keberadaan anak-anaknya yang masih hidup menjadi sumber kekuatan tambahan bagi subjek untuk bertahan dan melewati masa-masa sulit dalam hidupnya

Terlihat dari perkataan ER

“ yo segalo itu lah takder galo nak bak mano lagi jadi yang muat yakin itu bukan karno apo apo cuman lebeh ke pasrah nak bak mano lagi sudah tuh ado anak, laki aku jugo nolongi dalam keadaan bak ikon” (S2,W2,ER,88-94)

Subjek ER menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk bangkit dari pengalaman traumatis melalui proses penerimaan terhadap realitas yang dialaminya. Ketika subjek mulai meyakini bahwa peristiwa kehilangan yang terjadi merupakan bagian dari takdir Tuhan dan berada di luar kendali dirinya, subjek secara perlahan mampu melepaskan perasaan menyalahkan diri dan mulai membangun kembali kekuatan psikologis. Penerimaan

ini menjadi titik awal bagi subjek untuk bangkit dari trauma dan menjalani kehidupan dengan cara yang lebih adaptif

Terlihat dari perkataan ER

“Ntok mulai bangkit itu yo pas aku mulai percaya kalu segaloi ikon lah takder galo gik ndo pacak kito ngatornyo jadi dari situlah aku kadang mulai pacak nerimo” (S2,W2,ER,110-115)

Subjek ER menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan menyesuaikan diri dengan kondisi kehidupan yang baru setelah kehilangan anak. Proses adaptasi ini terlihat dari cara subjek menyadari perubahan dalam rutinitas sehari-hari, seperti ketika teringat suasana rumah yang dahulu ramai oleh kebiasaan anaknya yang sering berebut remote televisi. Meskipun kenangan tersebut masih sering muncul, subjek berupaya untuk menerima perubahan tersebut dan melatih dirinya untuk terbiasa dengan kondisi baru. Upaya ini menunjukkan adanya proses penyesuaian diri yang berlangsung secara bertahap sebagai bagian dari resiliensi psikologis

Terlihat dari perkataan ER

“.. ado keadaan yang biasonyo aku teliat diok galak berebot remote tv dengan kakaknyo inilah ndo lagi jadi kadang sedehlah men teingat cak itutros kakaknyo dang biko galak nonton dewek rasonyo piluhlah yo , cuman aku harus tebiaso men diok lah tak ado lagi (S2,W1,ER,113-140)

Subjek ER menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan memiliki kontrol diri yang baik, yang tercermin dari strategi religius yang digunakannya saat menghadapi tekanan emosional. Ketika mengalami perasaan sedih, tertekan, atau teringat kembali pada peristiwa kehilangan, subjek sering mengucapkan istigfar sebagai bentuk pengendalian diri. Praktik spiritual ini membantu subjek dalam menenangkan pikiran, mengurangi intensitas emosi negatif, serta menjaga kestabilan emosional dalam menghadapi situasi yang sulit

Terlihat dari perkataan ER

“istigfar men lah bak itu kalu lagi sedeh apo marah mungko ndo belebehan galak istifar kadang itu tuh kito tak pacak ngontrolnyo cuman kalu lah istifar galak tenang tulah biasonyo .(S2,W1,ER,148-153)

Subjek ER menunjukkan ciri resiliensi berupa kemampuan untuk mencari solusi terbaik saat menghadapi permasalahan. Hal ini tercermin dari kebiasaan subjek untuk berdiskusi dengan suaminya ketika menghadapi situasi sulit. Melalui proses diskusi tersebut, subjek tidak hanya memperoleh masukan dan saran, tetapi juga dukungan emosional, sehingga mampu mempertimbangkan berbagai alternatif penyelesaian masalah secara lebih matang dan adaptif.

Terlihat dari perkataan ER

".. nyari solusi biasonyo galak becerito dengan laki aku men ado masalah kadang di pendam jugo cuman serenglah nyari solusi dulu bak mano bagusnyo .." (S2,W1,ER,169-172)

Banyak kasus tenggelam terjadi secara tidak terduga, di lingkungan yang tampaknya aman seperti kolam renang, sungai, atau bahkan di sekitar rumah. Kurangnya pengawasan, ketidaktahuan tentang teknik berenang, dan kondisi air yang berbahaya menjadi faktor risiko utama yang menyebabkan kematian tenggelam.

Dalam aspek psikologis, kematian karena tenggelam seringkali meninggalkan trauma mendalam bagi keluarga korban. Kesedihan bisa bercampur dengan rasa bersalah, terutama jika insiden tersebut terjadi saat korban berada di bawah pengawasan keluarga atau kerabat. Penyesalan dan pertanyaan "seandainya" kerap membayangi proses berduka.

Proses resiliensi yang berlangsung dengan relatif cepat ternyata memberikan dampak yang sangat positif bagi subjek ER, terutama dalam hal kemampuannya untuk kembali menjalani aktivitas sehari-hari secara produktif. Setelah melalui fase duka yang mendalam, ER mampu bangkit dan mulai menata kembali kehidupannya dengan menjadi pengrajin kipas di desa Tanjung Tambak Baru. Aktivitas tersebut tidak hanya membantunya secara ekonomi, tetapi juga berperan sebagai bentuk terapi kegiatan yang mendukung pemulihan kondisi psikologisnya. Keterlibatannya dalam pekerjaan ini menunjukkan bahwa ER berhasil

mengalihkan fokusnya ke hal-hal yang lebih konstruktif, yang menjadi salah satu ciri individu yang memiliki kapasitas resiliensi yang baik.

Namun demikian, ER tidak sepenuhnya terbebas dari jejak trauma yang ditinggalkan oleh peristiwa kehilangan anaknya. Ia mengakui bahwa hingga saat ini masih menyimpan trauma mendalam, terutama yang berkaitan dengan lingkungan rawa-rawa lokasi yang mengingatkannya pada tragedi tenggelamnya sang anak. Ketika secara tidak sengaja melintasi daerah tersebut, ER kerap kali secara spontan mengalami reaksi emosional, seperti meneteskan air mata, yang muncul tanpa ia sadari sepenuhnya, seolah menjadi respons dari alam bawah sadarnya terhadap kenangan menyakitkan tersebut. Meskipun demikian, reaksi tersebut tidak berlangsung dalam waktu yang lama. Setelah beberapa saat, ER mampu mengendalikan emosinya dan kembali stabil, yang menunjukkan bahwa meskipun luka batinnya masih ada, namun ia telah memiliki kemampuan untuk mengelolanya dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, pasca kejadian subjek ER mengalami trauma spesifik terhadap area rawa tempat anaknya tenggelam yang memicu kecemasan dan menghindari saat berada di lingkungan serupa. Namun, melalui proses *gradual exposure* dengan dukungan keluarga dan tekad pribadi, ER secara bertahap menghadapi sumber ketakutannya hingga merasa nyaman kembali di sekitar rawa. Proses ini menunjukkan kemampuan subjek untuk mengelola stres dan reaktivitas emosional akibat trauma, selaras dengan ciri resiliensi “able to manage stress” yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatté (2003).

Untuk informan tahu dari subjek ER juga terdapat satu informan tahu yaitu Y adalah adik kandung dari ER yang berinisial Y dimana Y dan ER bertetangga, Y menuturkan bahwa ER mengalami shock berat, mulai dari mealamun sendiri berbicara sendiri dan masih

banyak lagi, dalam pengakuan Y bahwa ER pernah mengalami stres hingga mengalami kesurupan, menurutnya itu mungkin karena A anak dari ER meninggal dalam usia yang sedang lucu lucunya, Sehingga berat untuk ER melupakannya, namun setelah berjalannya waktu ER dapat beradaptasi dengan keadaannya saat ini, ER mulai kembali bekerja dan mengikuti pengajian, informan juga menyebutkan bahwa ER merupakan orang yang Ceria Suka bercanda ke teman teman sekitarnya

Terlihat dari perkataan Y (Saudara dari ER)

“...Men aku ikon sebagai adeknyok kami ko berusaha ngehibur diok ngajak bececo, biar diok ndo sedeh lagi....” (I2W1 40-45)

Subjek SMR dan subjek ER menunjukkan karakteristik psikologis dan respons emosional yang berbeda dalam menghadapi peristiwa kehilangan yang mereka alami. Subjek SMR mengalami reaksi yang jauh lebih berat secara emosional maupun fisik. Ia sempat mengalami halusinasi, yaitu melihat atau mendengar hal-hal yang tidak nyata, yang menunjukkan adanya tekanan psikologis yang sangat tinggi. Selain itu, kondisi fisiknya pun ikut terdampak, terlihat dari seringnya ia jatuh sakit selama masa berduka tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa proses berdukanya sangat intens dan berlarut-larut. Sebaliknya, subjek ER menunjukkan daya tahan psikologis yang relatif lebih stabil. Meskipun ia juga merasakan duka yang mendalam, namun ia tidak sampai mengalami gangguan persepsi seperti halusinasi ataupun gangguan fisik yang serius. Dari segi waktu pemulihan, terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara keduanya. Subjek SMR membutuhkan waktu sekitar enam bulan untuk mulai pulih dan beradaptasi dengan kenyataan kehilangan tersebut, sedangkan subjek ER hanya memerlukan waktu sekitar satu bulan untuk mencapai kondisi psikologis yang lebih stabil dan menerima keadaan yang terjadi

Pada dasarnya, resiliensi orang tua yang kehilangan anak tidak terbentuk dalam ruang hampa. Peran keluarga, lingkungan, dan tetangga sangat besar dalam menciptakan dukungan yang menyeluruh. Mereka adalah sistem sosial yang menjadi sumber kekuatan, kenyamanan, dan harapan bagi orang tua dalam menghadapi dan melewati masa-masa paling sulit dalam hidup mereka.

B.Rumusan Masalah

Bagaimana resiliensi orangtua yang kehilangan anak “(Studi Kasus : Anak Tenggelam Di Desa Tanjung Tambak Baru)”

C.Tujuan Penelitian

“Untuk Mengetetahui proses resiliensi orang tua yang kehilangan anak (Studi Kasus : Anak Tenggelam Di Desa Tanjung Tambak Baru)”

D.Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis:

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam mengembangkan teori resiliensi dengan menyoroti peran dinamika psikologis orang tua yang kehilangan anak

2. Secara praktis,

penelitian ini bermanfaat bagi Ibu SMR dan ER sebagai sarana refleksi diri dalam memahami dan memaknai pengalaman kehilangan yang telah mereka alami. Melalui proses wawancara dan eksplorasi mendalam, diharapkan mereka dapat lebih menyadari kekuatan pribadi yang dimiliki, serta mengenali sumber dukungan yang membantu mereka bangkit dari keterpurukan. Penelitian ini juga dapat memberikan penguatan psikologis, bahwa perasaan

dan respons yang mereka alami adalah wajar, serta menumbuhkan harapan bahwa mereka mampu menjalani kehidupan meski di tengah duka yang mendalam

D.Keaslian penelitian

Pengaruh Resiliensi terhadap Kecenderungan Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Universitas Lampung, Maryani (2023)1) Resiliensi berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik ($p = 0,000$; $r=0,148$)(2) Resiliensi berpengaruh terhadap prestasi akademik ($p = 0,000$; $r =0,296$) (3) Resiliensi berpengaruh terhadap prokrastinasi dan prestasi akademik secara simultan ($p = 0,001$; $r = 0,444$)

Pengaruh Resiliensi terhadap Pandemic Fatigue pada Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,Jenny Jainul Mutaqin (2021)Resiliensi berpengaruh negatif signifikan terhadap pandemic fatigue ($p = 0,000$; $R^2 = 6,6\%$). Semakin tinggi resiliensi, semakin rendah tingkat pandemic fatigue

Prevalensi Kasus Tenggelam Berdasarkan Pemeriksaan Forensik di Departemen Ilmu Kedokteran Forensik dan Medikolegal RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2008–2012Ade Kurnia Oprisca (2014)Dari total data forensik periode 2008–2012, terdapat 99 kasus korban tenggelam. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif potong lintang berdasarkan data sekunder di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap Penanganan Kegawatdaruratan pada Korban Tenggelam pada Badan Search and Rescue Nasional (Basarnas) Kota Baubau,Fahrunnisa Ilmi (2024) Terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan penanganan kegawatdaruratan korban tenggelam ($p = 0,005$). Sebagian besar responden dengan pengetahuan baik juga menunjukkan penanganan yang baik.

Gambaran Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan,Ratna Juli Syas Kristin Laia (2022),Mayoritas mahasiswa tahun pertama memiliki

tingkat resiliensi sedang (57%). Resiliensi lebih tinggi pada perempuan dan mahasiswa usia >20 tahun. Aspek tertinggi adalah kemampuan menerima perubahan secara positif, sedangkan aspek terendah adalah pengendalian diri

Hubungan antara Efikasi Diri dan Resiliensi dalam Menjalani Masa Remaja di SMP Negeri 28 Padang, Attiva Zarifatul Zahra (2024) Mayoritas siswa memiliki efikasi diri tinggi (53,3%) dan resiliensi tinggi (52,9%). Terdapat hubungan antara efikasi diri dan resiliensi pada masa remaja,

Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19, Mitra Ulandari (2021) Terdapat hubungan positif signifikan antara self-compassion dan resiliensi ($r = 0,459$; $p = 0,000$). Mahasiswa dengan tingkat self-compassion yang lebih tinggi cenderung memiliki resiliensi yang lebih baik selama pandemi.