

Resiliensi Orang Tua yang Kehilangan Anak (Studi Kasus: Anak Tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru)

Yogi¹, Desy Arisandy²

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma.

Alamat email korespondensi: yogise00@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini mengkaji dinamika resiliensi orang tua pada individu yang mengalami kehilangan anak akibat tenggelam, suatu peristiwa traumatis yang memicu duka mendalam dan tekanan psikologis yang signifikan. Fokus utama penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana orang tua membangun kembali resiliensi subjek serta mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang berkontribusi dalam proses tersebut. Penelitian ini mengisi kesenjangan dalam literatur yang selama ini lebih banyak menekankan resiliensi pada mahasiswa atau penyintas bencana, sementara resiliensi orang tua dalam konteks kehilangan anak, khususnya di wilayah pedesaan, masih relatif kurang dikaji. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus dan melibatkan dua partisipan yang berasal dari Desa Tanjung Tambak Baru. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengalami duka yang intens, namun menempuh jalur pemulihan yang berbeda: satu subjek lebih mengandalkan dukungan eksternal seperti keluarga dan masyarakat, sedangkan subjek lainnya memanfaatkan kekuatan internal berupa refleksi diri, regulasi emosi, dan spiritualitas. Proses tersebut menunjukkan adanya kemampuan untuk bangkit dari pengalaman traumatis, mengelola emosi, serta secara bertahap menata kembali kehidupan setelah kehilangan. Pada akhirnya, kedua partisipan mencapai tahap penerimaan dan mampu beradaptasi dengan kehidupan setelah kehilangan anak. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi pada orang tua yang mengalami kehilangan anak dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal, sehingga dukungan keluarga, lingkungan sosial, serta pendekatan psikologis dan spiritual menjadi aspek penting dalam membantu individu melalui proses berduka secara lebih adaptif.

Kata kunci: Resiliensi, Orang Tua, Kehilangan, Tenggelam.

Abstract

This study examines the dynamics of parental resilience among individuals who have experienced the loss of a child due to drowning, a traumatic event that triggers profound grief and significant psychological distress. The main focus of this research is to understand how parents rebuild their resilience and to identify the internal and external factors that contribute to this process. This study addresses a gap in the literature, which has predominantly emphasized resilience among university students or disaster survivors, while parental resilience in the context of child loss, particularly in rural areas, remains relatively underexplored. This study employed a qualitative approach with a case study design and involved two participants from Tanjung Tambak Baru Village. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and were analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. The findings indicate that both participants experienced intense grief but followed different recovery pathways: one relied more on external support such as family and community, while the other drew on internal strengths including self-reflection, emotional regulation, and spirituality. Ultimately, both participants reached a stage of acceptance and were able to adapt to life after the loss of a child.

Keywords: resilience, parents, loss, drowning.

LATAR BELAKANG

Anak dalam keluarga tidak hanya dipandang sebagai penerus keturunan, tetapi juga sebagai sumber kebahagiaan, harapan, dan makna hidup bagi orang tua (Nelson et al., 2014). Oleh karena itu, kehilangan seorang anak merupakan pengalaman yang sangat menyakitkan dan dipandang sebagai salah satu bentuk duka paling berat dalam kehidupan manusia (Arnold & Gemma, 2008). Worden (2009) menjelaskan bahwa kematian anak menimbulkan bentuk duka yang kompleks, mulai dari duka akibat perpisahan karena kehilangan kehadiran fisik, duka eksistensial-identitas yang melibatkan krisis makna dan peran sebagai orang tua, hingga duka terkait situasi kematian yang muncul akibat sebab kematian yang mendadak dan tragis. Duka tersebut tidak hanya memengaruhi fungsi emosional, tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik, relasi sosial, serta kemampuan orang tua dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Stroebe et al., 2007).

Salah satu penyebab umum kematian anak di Indonesia adalah tenggelam, terutama di wilayah pedesaan yang berada di sekitar sungai, rawa, atau kolam bekas galian (World Health Organization, 2021). Berdasarkan laporan BNPB dan data daerah, kasus tenggelam masih menjadi salah satu penyebab kematian yang tinggi pada anak (Haryanto, 2020). Peristiwa tenggelam umumnya terjadi secara tiba-tiba dan tanpa peringatan, sehingga meninggalkan trauma mendalam bagi keluarga. Selain kesedihan yang mendalam, orang tua kerap mengalami penyesalan, rasa bersalah, serta pikiran berulang berupa “seandainya”, yang semakin memperberat proses pemulihan.

RESILIENSI ORANG TUA YANG KEHILANGAN ANAK (STUDI KASUS: ANAK TENGGELAM DI DESA TANJUNG TAMBAK BARU)

Kehilangan anak akibat peristiwa tragis seperti tenggelam dapat menimbulkan dampak psikologis yang sangat berat bagi orang tua. Reaksi yang muncul dapat berupa kesedihan mendalam, stres, trauma, serta perubahan dalam fungsi emosional dan sosial (Rogers et al., 2008). Dalam beberapa kondisi, tekanan psikologis tersebut juga dapat memengaruhi kondisi fisik, kestabilan emosi, serta hubungan individu dengan lingkungan sosialnya. Meskipun demikian, pengalaman kehilangan juga membuka kemungkinan terjadinya proses adaptasi psikologis seiring berjalannya waktu, di mana individu berusaha menata kembali kehidupannya serta membangun ketahanan dalam menghadapi pengalaman traumatis yang dialami.

Kemampuan orang tua untuk bangkit dari tekanan psikologis yang berat tersebut disebut sebagai resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif setelah menghadapi pengalaman yang mengancam, penuh tekanan, atau traumatis (Reivich & Shatté, 2002). Resiliensi tidak muncul secara instan, melainkan dibentuk oleh faktor internal seperti regulasi emosi, optimisme, dan efikasi diri, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, dan nilai-nilai budaya. Dalam masyarakat pedesaan seperti di Tanjung Tambak Baru, kedekatan sosial, peran keluarga besar, dan keyakinan spiritual sering kali menjadi sumber kekuatan psikologis yang penting.

Meskipun penelitian mengenai resiliensi telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada populasi dan konteks yang berbeda, serta belum secara spesifik mengkaji kehilangan anak akibat tenggelam. Sebagai contoh, Mutaqin (2021) meneliti resiliensi pada mahasiswa yang mengalami kelelahan pandemi; Maryani (2023) mengkaji resiliensi dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik; Haktanir (2021) meneliti resiliensi pada mahasiswa tahun pertama; dan Zahra (2024) mengkaji hubungan efikasi diri dengan resiliensi pada remaja. Adapun penelitian mengenai tenggelam lebih banyak menitikberatkan pada aspek medis, forensik, atau penanganan darurat, bukan pada dampak psikologis terhadap keluarga yang ditinggalkan. Oleh karena itu, penelitian mengenai resiliensi orang tua yang kehilangan anak akibat tenggelam, khususnya di pedesaan, masih sangat terbatas. Padahal, kehilangan anak akibat peristiwa tragis seperti tenggelam merupakan pengalaman traumatis yang dapat menimbulkan tekanan psikologis yang mendalam, seperti kesedihan berkepanjangan, perasaan bersalah, trauma, serta gangguan dalam fungsi emosional dan sosial. Dalam situasi tersebut, kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan secara bertahap memulihkan kondisi psikologisnya menjadi aspek yang sangat penting.

Dalam kajian psikologi, kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi, yaitu kapasitas individu untuk bangkit dan menyesuaikan diri secara positif setelah menghadapi pengalaman yang penuh tekanan atau traumatis. Resiliensi dalam konteks trauma tidak hanya berkaitan dengan kemampuan untuk bertahan dari peristiwa yang menyakitkan, tetapi juga mencakup proses pemaknaan pengalaman, regulasi emosi, serta kemampuan membangun kembali harapan dan tujuan hidup setelah kehilangan. Proses ini sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal seperti kekuatan pribadi, optimisme, dan spiritualitas, maupun faktor eksternal seperti dukungan keluarga, komunitas, dan lingkungan sosial.

Dengan demikian, kajian mengenai resiliensi pada individu yang mengalami trauma kehilangan menjadi penting untuk memahami bagaimana proses adaptasi psikologis berlangsung setelah peristiwa traumatis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya literatur mengenai resiliensi pada trauma, khususnya pada orang tua yang kehilangan anak akibat tenggelam, serta memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang membantu individu bangkit dan menata kembali kehidupannya setelah mengalami kehilangan yang sangat mendalam.

Kesenjangan penelitian tersebut menegaskan pentingnya studi ini dilakukan. Selain tingginya angka kejadian tenggelam di wilayah pedesaan, pengalaman duka setiap keluarga bersifat unik dan memerlukan pemahaman yang lebih mendalam. Penelitian ini memberikan gambaran komprehensif mengenai bagaimana orang tua membangun resiliensi setelah kehilangan anak akibat tenggelam, bagaimana mereka mengalami gejala emosi, bagaimana dukungan sosial berperan, serta bagaimana nilai budaya dan spiritual membentuk proses pemulihan.

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bermakna bagi bidang psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi keluarga. Pertama, penelitian ini memperluas pemahaman tentang resiliensi dalam konteks kehilangan anak yang traumatis, melengkapi literatur yang selama ini lebih banyak berfokus pada mahasiswa, remaja, atau penyintas bencana. Kedua, penelitian ini memberikan wawasan baru mengenai resiliensi dalam konteks budaya pedesaan, di mana ikatan sosial, kohesi keluarga, dan nilai religius memiliki peran penting dalam pemulihan psikologis. Ketiga, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikososial, program pendampingan duka, serta edukasi masyarakat terkait pentingnya dukungan sosial pascatrauma seperti peristiwa tenggelam.

Desa Tanjung Tambak Baru yang terletak di Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan, merupakan wilayah pedesaan dengan karakteristik geografis berupa dataran rendah yang didominasi oleh keberadaan rawa dan aliran sungai. Kondisi ini menjadikan kehidupan masyarakat setempat sangat dekat dengan lingkungan perairan, baik dalam aktivitas sehari-hari maupun mata pencaharian. Secara regional, wilayah Sumatera Selatan menunjukkan kerentanan terhadap kejadian kecelakaan air, seperti kasus tenggelam akibat perahu terbalik, terseret arus, maupun aktivitas di sekitar sungai. Fenomena ini mengindikasikan bahwa lingkungan berbasis perairan memiliki potensi risiko yang tinggi terhadap terjadinya peristiwa tenggelam. Oleh karena itu, konteks geografis Desa Tanjung Tambak Baru menjadi penting untuk dipahami sebagai latar yang turut memengaruhi pengalaman kehilangan, khususnya pada orang tua yang kehilangan anak akibat tenggelam. Dengan demikian, kajian mengenai resiliensi orang

RESILIENSI ORANG TUA YANG KEHILANGAN ANAK (STUDI KASUS: ANAK TENGGELOM DI DESA TANJUNG TAMBAK BARU)

tua yang kehilangan anak akibat tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru tidak hanya relevan secara teoretis, tetapi juga memiliki nilai praktis dan sosial yang signifikan. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang proses duka, adaptasi, dan pemulihan yang dialami orang tua dalam menghadapi salah satu kehilangan paling menyakitkan dalam kehidupan, sekaligus mengisi celah penelitian yang selama ini masih jarang dikaji.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk menggali secara mendalam proses resiliensi orang tua yang mengalami kehilangan anak akibat tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengungkap dinamika emosional, kognitif, dan sosial yang membentuk proses adaptasi orang tua setelah peristiwa traumatis, sehingga fenomena dapat dipahami secara holistik dalam konteks kehidupan nyata.

Partisipan dipilih secara purposive sampling, dengan kriteria orang tua yang secara langsung mengalami kehilangan anak, serta informan mengetahui yang merupakan anggota keluarga dekat yang memahami kondisi psikologis subjek sebelum dan sesudah peristiwa. Dalam penelitian ini, unit analisis ditetapkan pada tingkat individu, yaitu ayah dan ibu dipandang sebagai subjek yang memiliki pengalaman psikologis yang unik dan potensial berbeda dalam merespons kehilangan anak. Dengan demikian, dinamika resiliensi dianalisis secara terpisah pada masing-masing individu. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi lapangan untuk menangkap ekspresi perilaku, aktivitas keseharian, serta perubahan fungsi emosional selama proses pemulihan.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti, yang didukung oleh pedoman wawancara semi-terstruktur guna menjaga fleksibilitas sekaligus kedalaman eksplorasi data. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah dua orang ibu yang secara langsung mengalami kehilangan anak, serta informan mengetahui yang merupakan anggota keluarga dekat untuk memperkuat data melalui perspektif tambahan. Kredibilitas data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari subjek utama, informan mengetahui, dan hasil observasi lapangan. Analisis data dilakukan mengacu pada model interaktif dari Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), dan penarikan kesimpulan serta verifikasi (conclusion drawing/verification) (Miles et al., 2014). Pada tahap reduksi data, peneliti melakukan proses seleksi, pemfokusan, penyederhanaan, serta pengodean data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data yang telah dikodekan disajikan dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman pola dan hubungan antar kategori. Tahap akhir dilakukan dengan penarikan kesimpulan secara bertahap yang terus diverifikasi melalui pengecekan ulang data di lapangan guna memastikan konsistensi dan validitas temuan. Seluruh prosedur metodologis disajikan secara deskriptif untuk menggambarkan pengalaman partisipan secara komprehensif tanpa menggunakan format numerik atau penomoran.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menggambarkan secara rinci dinamika psikologis dan proses resiliensi orang tua yang kehilangan anak akibat tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi, ditemukan beberapa tema utama yang menggambarkan pengalaman partisipan dalam menghadapi peristiwa kehilangan, proses berduka, serta upaya membangun kembali ketahanan psikologis. Tema-tema tersebut meliputi respons emosional awal setelah kehilangan, pengalaman duka yang dialami, proses adaptasi psikologis, serta sumber-sumber resiliensi yang membantu partisipan dalam menghadapi peristiwa traumatis tersebut.

Tema-tema yang muncul tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dan membentuk suatu dinamika proses resiliensi. Respons emosional awal yang intens menjadi bagian dari proses berduka yang kemudian berkembang menuju upaya penyesuaian diri, hingga akhirnya mengarah pada tahap penerimaan dan adaptasi terhadap kehidupan setelah kehilangan. Dalam proses tersebut, berbagai faktor internal maupun eksternal berperan sebagai sumber kekuatan bagi partisipan untuk bangkit dari pengalaman traumatis yang dialami.

Selain itu, pada bagian hasil penelitian juga disajikan informasi mengenai karakteristik demografis partisipan yang relevan dengan penelitian ini, seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan, latar belakang keluarga, serta hubungan dengan anak yang meninggal. Informasi tersebut disampaikan untuk memberikan konteks yang lebih jelas mengenai latar belakang partisipan serta membantu memahami pengalaman psikologis dan proses resiliensi yang mereka alami setelah kehilangan anak.

Subjek SMR mengalami gangguan psikologis yang berkepanjangan, meliputi halusinasi, luapan emosi yang terus-menerus, penarikan diri dari lingkungan sosial, serta penurunan kondisi fisik selama masa duka. Proses pemulihannya berlangsung lebih dari enam bulan, yang menunjukkan reaksi duka yang berat dan kompleks. Sebaliknya, subjek ER menunjukkan stabilisasi emosi yang relatif lebih cepat, dengan dukungan yang kuat dari pasangan (suami), keluarga inti, serta lingkungan sosial di sekitarnya, sehingga mampu kembali menjalankan aktivitas sehari-hari dalam waktu kurang lebih satu bulan. Perbedaan ini menegaskan bahwa proses

RESILIENSI ORANG TUA YANG KEHILANGAN ANAK (STUDI KASUS: ANAK TENGGELAM DI DESA TANJUNG TAMBAK BARU)

pemulihan tidak hanya dipengaruhi oleh kapasitas internal seperti regulasi emosi, pemaknaan terhadap peristiwa, dan keyakinan personal, tetapi juga oleh dukungan eksternal yang meliputi pasangan, keluarga, tetangga, dan jaringan sosial masyarakat.

Resiliensi muncul sebagai proses yang bertahap dan fluktuatif, yang dibentuk oleh nilai-nilai religius, norma budaya lokal, serta interaksi sosial di lingkungan sekitar. Kedua partisipan menunjukkan bentuk resiliensi emosional, meskipun dengan intensitas dan rentang waktu yang berbeda. Data hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa keterhubungan sosial, peran keluarga yang suportif, serta keterlibatan dalam rutinitas sehari-hari berkontribusi signifikan terhadap pemulihan emosi. Tema-tema terkait harapan, penerimaan, dan kepasrahan spiritual juga muncul sebagai faktor protektif yang penting.

Temuan ini memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai trajektori resiliensi orang tua setelah kehilangan anak secara traumatis, serta menegaskan pentingnya pengaruh konteks, seperti ekspektasi budaya pedesaan dan lingkungan komunal. Hasil penelitian ini memperkuat kesimpulan mengenai kompleksitas resiliensi dalam duka traumatis dan menegaskan relevansi analisis fenomenologis dalam menangkap narasi emosional yang mendalam dan bernuansa.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua yang kehilangan anak akibat tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru menampilkan trajektori emosional dan proses resiliensi yang berbeda, yang dibentuk oleh mekanisme psikologis internal serta pengaruh sosiokultural eksternal. Variasi ini dapat dijelaskan melalui integrasi teori-teori tentang duka, trauma, dan resiliensi dengan pola empiris yang muncul dari hasil wawancara dan observasi. Perbedaan antara partisipan SMR dan ER, khususnya terkait intensitas distres, durasi pemulihan, dan bentuk adaptasi fungsional, mencerminkan bahwa resiliensi bukanlah sifat yang statis, melainkan proses dinamis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi.

Berdasarkan kerangka duka Worden (2009), reaksi berat yang ditunjukkan oleh SMR—seperti halusinasi, penarikan diri berkepanjangan, dan ketidakstabilan emosi—konsisten dengan karakteristik duka komplikatif, di mana duka perpisahan dan gangguan identitas menghambat kemampuan individu dalam memproses kehilangan. Sifat kematian yang mendadak dan traumatis akibat tenggelam memperberat reaksi tersebut, karena duka terkait situasi memperkuat rasa terkejut dan ketidakberdayaan. Sebaliknya, penyesuaian yang lebih cepat pada ER sejalan dengan konsep natural resilience dari Bonnano (2004), yaitu kondisi ketika individu mampu mengintegrasikan peristiwa traumatis secara lebih adaptif, didukung oleh regulasi emosi yang lebih baik dan lingkungan relasional yang stabil. Temuan ini menjelaskan mengapa hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang mencolok antara kedua partisipan: keberadaan atau ketiadaan sumber daya koping internal dan dukungan keluarga yang segera sangat memengaruhi jalur pemulihan yang ditempuh. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai faktor penguat yang signifikan dalam meningkatkan mekanisme koping adaptif, sehingga partisipan dengan dukungan keluarga yang kuat cenderung memilih strategi koping yang lebih sehat dan berjalan lebih cepat dalam proses pemulihannya dibandingkan dengan mereka yang minim dukungan (SIDDIQ, 2023).

Ditinjau dari model resiliensi Reivich dan Shatté (2002), tujuh komponen resiliensi memberikan landasan teoretis untuk memahami perbedaan hasil tersebut. ER menunjukkan tingkat optimisme, kemampuan analisis kausal, dan kecenderungan untuk menjangkau dukungan sosial yang lebih tinggi, sehingga memfasilitasi stabilisasi emosi dan reintegrasi ke dalam rutinitas sehari-hari. Sebaliknya, respons psikologis SMR menunjukkan keterbatasan dalam regulasi emosi, pengendalian impuls, dan efikasi diri, yang berkontribusi pada fase keruntuhan emosional yang lebih panjang. Keterkaitan teoretis ini memperjelas mekanisme yang mendasari temuan penelitian, yaitu bahwa resiliensi berkembang ketika individu mampu mengelola distres, memaknai peristiwa, dan terhubung dengan jejaring sosial, sementara keterbatasan pada aspek-aspek tersebut berpotensi memunculkan disfungsi yang berkepanjangan.

Konteks sosiokultural dalam penelitian ini tergambar melalui kuatnya ikatan komunal, nilai religius, dan peran keluarga dalam kehidupan masyarakat pedesaan. Dukungan sosial hadir secara nyata melalui keterlibatan tetangga dan kerabat dalam proses berduka, seperti melayat dan doa bersama, yang memberikan penguatan emosional bagi individu. Selain itu, keyakinan religius menjadi landasan utama dalam memaknai kehilangan melalui konsep takdir dan kehendak Tuhan, meskipun efektivitasnya sangat bergantung pada sejauh mana nilai tersebut diinternalisasi oleh individu. Peran keluarga juga tampak dalam pemberian dukungan emosional maupun praktis selama masa berduka. Namun demikian, adanya norma sosial yang menekankan ketegaran dapat berperan ganda, yakni mendorong individu untuk bangkit, tetapi juga berpotensi menghambat ekspresi emosi yang sehat. Dengan demikian, konteks sosiokultural pedesaan menyediakan kondisi yang mendukung berkembangnya resiliensi, tetapi tidak secara otomatis menjaminnya.

Penelitian ini juga mengisi kesenjangan riset dengan menunjukkan bahwa resiliensi dalam konteks kehilangan anak secara traumatis di komunitas pedesaan merupakan proses yang tertanam secara kultural, bukan semata-mata penyesuaian psikologis individual. Sebagian besar literatur sebelumnya berfokus pada setting klinis atau perkotaan dan cenderung mengabaikan dinamika sosiokultural lokal. Temuan penelitian ini berkontribusi pada pengembangan keilmuan dengan memperluas pemahaman tentang resiliensi, tidak hanya sebagai karakteristik individu, tetapi juga sebagai hasil interaksi antara norma komunitas, praktik keagamaan, dan struktur sosial pedesaan yang membentuk pemulihan emosional.

RESILIENSI ORANG TUA YANG KEHILANGAN ANAK (STUDI KASUS: ANAK TENGGELAM DI DESA TANJUNG TAMBAK BARU)

Selain itu, penelitian ini menegaskan pentingnya memandang resiliensi sebagai proses yang nonlinier dan fluktuatif, sejalan dengan teori resiliensi kontemporer. Resiliensi kontemporer menurut Snyder & Lopez (2001) adalah konsep yang memandang resiliensi sebagai proses adaptasi yang dinamis, nonlinier, dan kontekstual, yang berkembang sepanjang waktu melalui interaksi antara faktor internal individu (seperti emosi, kognisi, dan keyakinan) dan faktor eksternal (seperti dukungan sosial, budaya, dan lingkungan). Dalam perspektif ini, resiliensi tidak lagi dipahami sebagai sifat tetap atau kemampuan bawaan untuk tetap kuat, melainkan sebagai kapasitas yang dapat berubah, berfluktuasi, dan terus dibentuk oleh pengalaman hidup serta konteks sosial budaya di mana individu berada. Dengan demikian, resiliensi mencerminkan proses berkelanjutan dalam menghadapi, menyesuaikan diri, dan memaknai kembali pengalaman sulit, bukan sekadar hasil akhir berupa “pemulihan” semata.

Secara keseluruhan, pembahasan ini mengungkap bahwa hasil penelitian dibentuk oleh interaksi antara dampak trauma, kapasitas koping personal, dukungan relasional, dan kerangka sosiokultural. Dengan mengintegrasikan bukti empiris dan teori-teori yang mapan, penelitian ini memberikan kontribusi bermakna terhadap pemahaman ilmiah mengenai duka dan resiliensi, khususnya dalam konteks kehilangan anak secara mendadak di lingkungan pedesaan. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah partisipan yang terbatas sehingga temuan tidak dapat digeneralisasikan secara luas, serta fokus pada konteks budaya tertentu yang mungkin berbeda dengan wilayah lain. Selain itu, penggunaan pendekatan kualitatif yang bergantung pada subjektivitas pengalaman partisipan juga berpotensi memunculkan bias interpretasi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan partisipan yang lebih beragam, menggunakan pendekatan metode campuran, serta mempertimbangkan variasi konteks budaya agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika resiliensi dalam menghadapi kehilangan traumatis.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dinamika resiliensi pada dua orang tua yang mengalami kehilangan anak akibat tenggelam di Desa Tanjung Tambak Baru. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pada tahap awal kedua subjek mengalami duka yang intens, ditandai dengan reaksi syok, kesedihan yang berkepanjangan, perasaan kehilangan yang mendalam, serta munculnya gangguan fisik dan emosional. Namun demikian, kedua subjek secara bertahap mampu membangun kembali resiliensi melalui proses pemulihan yang dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berbeda.

Subjek SMR cenderung mengembangkan resiliensinya melalui dukungan eksternal, seperti peran keluarga, perhatian dari lingkungan sosial, serta kehadiran cucu yang menjadi sumber kekuatan emosional. Sebaliknya, subjek ER lebih banyak memanfaatkan sumber daya internal, meliputi kemampuan refleksi diri, regulasi emosi, dan pendekatan spiritual yang membantunya menerima peristiwa kehilangan serta menata kembali kehidupannya. Meskipun menempuh jalur pemulihan yang berbeda, kedua subjek akhirnya mencapai fase penerimaan dan mampu beradaptasi dengan kehidupan pascakehilangan. Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi orang tua yang kehilangan anak bersifat multidimensional, terbentuk dari interaksi antara faktor internal dan eksternal, serta dipengaruhi secara kuat oleh konteks sosial dan budaya individu.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan dan informan yang telah bersedia meluangkan waktu serta berbagi pengalaman secara terbuka sehingga penelitian ini dapat terlaksana. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada perangkat Desa Tanjung Tambak Baru dan semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian.

Kontribusi Penulis

Penulis pertama berperan dalam perancangan penelitian, pengumpulan dan analisis data, serta penulisan naskah. Penulis kedua berkontribusi dalam penyusunan kerangka konseptual, penelaahan kritis naskah, dan penyempurnaan artikel.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan, baik secara finansial maupun nonfinansial, selama proses pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

Pendanaan

Tidak adanya pendanaan untuk proses penelitian ini.

REFERENSI

- Arnold, J., & Gemma, P. (2008). The continuing process of parental grief. *Death Studies*, 32(7), 658–673.
<https://doi.org/10.1080/07481180802215718>
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely

RESILIENSI ORANG TUA YANG KEHILANGAN ANAK (STUDI KASUS: ANAK TENGGELAM DI DESA TANJUNG
TAMBAK BARU)

- aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20.
- Haktanir, A., Watson, J. C., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M. A., Freeman, P. D., Kumaran, A., & Streeter, A. (2021). Resilience, academic self-concept, and college adjustment among first-year students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 23(1), 161–178.
- Haryanto. (2020). Analisis kejadian tenggelam di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- SIDDIQ, K. H. A. (2023). *Peran Petugas Dalam Menjaga Kestabilan Emosi Klien Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Di Lingkungan Pondok Sosial (LIPOSOS) Kabupaten Jember*.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2001). *Handbook of positive psychology*. Oxford university press.
- Maryani, S. (2023). Resilience and academic procrastination in university students. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 15(1), 45–58.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE.
- Mutaqin, A. (2021). Resilience in university students during pandemic fatigue. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 9(3), 210–220.
- Nelson, S. K., Kushlev, K., & Lyubomirsky, S. (2014). The pains and pleasures of parenting. *Psychological Bulletin*, 140(3), 846–895. <https://doi.org/10.1037/a0035444>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Rogers, C. H., Floyd, F. J., Seltzer, M. M., Greenberg, J., & Hong, J. (2008). Long-term effects of child loss. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 203–212. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.203>
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960–1973. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Worden, J. W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (4th ed.). Springer Publishing.
- World Health Organization. (2021). *Global report on drowning prevention*. WHO.
- Zahra, F. (2024). The relationship between self-efficacy and resilience in adolescents. *Jurnal Psikologi Remaja*, 4(1), 55–67.