

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kedukaan pada remaja pasca kematian ayah di panti asuhan Beaburrohim, dapat ditarik kesimpulan:

1. Ketiga subjek menunjukkan respos kedukaan melahui lima dimensi, yakni; dimensi kognitif, emosional, perilaku, spiritual, dan fisiologis. Dalam dimensi kognitif subjek menunjukkan ketidakpercayaa pada realitas kematian ayah, kesulitan membedakan kenyataan, tidak yakin menghadapi kenyataan, berpikir ayah pergi sementara dan masih melakukan aktivitas seperti biasa, serta berupaya mempertahankan keterhubungan secara simbolik. Dimensi emosional menunjukkan perasaan kehilangan peran ayah, penyesalan, marah pada diri sendiri, merasa gelisah, emosi naik turun dan mati rasa. Dimensi perilaku menunjukkan kecenderungan menangis, menyendiri, melamun, dan memeluk baju ayah saat rindu. dimensi spiritual ketiga subjek menunjukkan respons yang berbeda satu subjek mengalami penurunan motivasi beribadah seperti telat melaksanakan shalat fardu, merasa kecewa karena doa-doanya tidak didengar tuhan. sedangkan dua subjek justru mengalami peningkatan spiritualitas seperti rajin solat awal waktu, sering berdoa, membaca al-Quran.

Dimensi fisiologis menunjukkan penurunan nafsu makan, gangguan tidur (*insomnia*), serta daya tahan tubuh yang menurun.

2. Pada tahap penyangkalan, ketiga subjek mengalami reaksi awal berupa rasa terkejut, ketidakpercayaan, dan penolakan terhadap kenyataan bahwa ayah mereka telah meninggal. Pada tahap kemarahan, ketiga merasa iri kepada orang lain, marah terhadap diri sendiri, pada keadaan, dan pada pihak lain. Pada tahap tawar-menawar, ketiga menunjukkan harapan dan upaya simbolis untuk mengubah kenyataan kematian ayah mereka, berandai-andai atau bernegosiasi dengan Tuhan, berharap bisa memutar waktu atau mendapatkan kesempatan bertemu ayah sekali lagi. Pada tahap depresi, para subjek mengalami perasaan kehilangan motivasi dan semangat hidup, merasa bersalah belum mewujudkan keinginan almarhum ayah. Dan Pada tahap penerimaan, hanya satu subjek yang mencapai tahap penerimaan. sementara dua diantaranya masih belum bisa menerima secara penuh.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran diharapkan dapat memberikan manfaat dan menjadi bahan pertimbangan bagi pembaca.

### **1. Bagi Remaja yang Mengalami Keduakaan**

Remaja yang sedang mengalami keduakaan perlu menyadari bahwa perasaan duka merupakan respons alami dan wajar terhadap kehilangan. Disarankan agar remaja lebih bisa terbuka dengan orang lain dan mencari bantuan serta dukungan

pada orang yang dipercaya seperti keluarga, teman dekat, atau guru, guna membantu mengurangi beban psikologis dan mempercepat proses pemulihan.

## 2. Bagi Lembaga Panti Asuhan

Lembaga panti asuhan diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap kondisi psikologis remaja yang mengalami keduakaan, khususnya pasca kehilangan orang tua. Remaja perlu difasilitasi untuk menyadari bahwa perasaan duka merupakan respons yang alami dan wajar terhadap kehilangan. Oleh karena itu, panti asuhan disarankan untuk menyediakan ruang konseling atau kegiatan pendampingan psikososial yang memungkinkan remaja menjalin komunikasi yang sehat dengan orang dewasa yang dipercaya, seperti pengasuh, guru pembina, atau konselor.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya melibatkan tiga subjek. Sehingga hasilnya memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi. Oleh karena itu, Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang juga tertarik meneliti tema yang sama untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak dan beragam, baik dari segi usia, jenis kelamin, maupun latar belakang pengalaman.

Peneliti selanjutnya juga disarankan melakukan penelitian dengan berdasarkan teori Dual Process Model of Coping with Bereavement yang dikembangkan oleh Stroebe, M.S. & Schut

sebagai kerangka teoretis. Teori ini menekankan pentingnya keseimbangan antara konfrontasi terhadap kehilangan (*loss-oriented*) dan pemulihan kehidupan sehari-hari (*restoration-oriented*), yang dapat memberikan pemahaman lebih komprehensif terhadap dinamika kedukaan individu, khususnya remaja. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat memperdalam analisis terhadap berbagai faktor yang mempengaruhi proses kedukaan.