

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penelitian ini merupakan sebuah studi yang berfokus pada komunikasi keluarga, khususnya bagaimana strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* antar anggota keluarga terkait *stress*, yang timbul akibat dari kematian salah satu anggota keluarganya. Topik ini menjadi menarik untuk diteliti karena kematian seseorang akan menciptakan suatu kesedihan yang mendalam pada orang-orang terdekat yang ditinggalkan, terutama bagi keluarga. Kematian seseorang terdekat merupakan kehilangan yang paling menyakitkan, yang dapat dialami oleh seseorang (Turner & Helms, 1987). Berdasarkan hasil penelitian dari sebuah jurnal oleh Suzanna (2018 : 67) mengenai makna kehilangan orang tua bagi remaja, peneliti tersebut mendapatkan dua orang informan remaja merasakan hal yang sama ketika harus kehilangan sosok ibunya. Keduanya sama-sama merasakan kesedihan yang mendalam, yang kemudian diidentifikasi sebagai suatu kehilangan. Berurusan dengan kematian seseorang yang kita cintai memang sangatlah sulit untuk dihadapi.

Semua orang pasti mengalami kehilangan, karena kehilangan sendiri merupakan bagian alami dari kehidupan manusia. Kematian merupakan suatu hal yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan manusia. Kematian dapat terjadi kapan saja, di mana saja, dan tidak terduga-duga. Kematian tidak memandang usia dan dapat terjadi karena sakit, kecelakaan, bunuh diri, dan sebagainya. Sehingga, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena semua orang di dunia ini akan merasakan kehilangan atas kematian seseorang terdekat, terutama pada anggota keluarga. Kehilangan anggota keluarga menjadi salah satu tantangan terberat yang harus dihadapi oleh semua orang.

Penelitian ini mencoba untuk menganalisis komunikasi keluarga, pada keluarga yang kehilangan salah satu anggota keluarganya karena meninggal. Tidak hanya persoalan seseorang yang meninggal dunia, kematian ini juga melibatkan orang-orang terdekat dan biasanya akan memberi dampak yang cukup besar. Kematian salah satu anggota keluarga akan sangat berpengaruh pada keluarga yang ditinggalkan. Kertamuda (2009) menjelaskan bahwa kematian salah satu anggota keluarga merupakan guncangan yang sangat berat untuk semua orang. Seseorang akan menderita karena merasa kehilangan orang yang dicintai dan ditinggalkan untuk selamanya. Kematian dari seseorang yang kita kenal terlebih kita cintai, akan sangat berpengaruh terhadap kehidupan selanjutnya (Nurhidayati, 2014 : 41). Selain itu, ketika orang yang paling kita cintai meninggal dunia, individu merasa seolah-olah kehilangan bagian dari dirinya (Atwater, 1999). Kematian menjadi sebuah peristiwa yang paling menyedihkan dalam kehidupan seseorang, karena menyisakan luka yang mendalam, terutama pada konteks *relationship* yang tidak dapat digantikan oleh orang lain.

Keterikatan antar individu dalam menghadapi kematian salah satu anggota keluarga tidak dilihat secara perseorangan, namun secara keseluruhan, dan dilihat sebagai suatu sistem. Para ahli teori masa kini memandang keluarga sebagai suatu sistem, dan menekankan hubungan-hubungan keluarga daripada anggota-anggota perseorangan (Moss & Tubbs, 2000 : 215). Mengacu pada teori sistem keluarga, keterikatan antar setiap individu dalam keluarga digambarkan saling mempengaruhi satu sama lain. Segrin & Flora (2005) menyatakan bahwa menurut teori sistem keluarga, semua komponen keluarga saling bergantung. Dengan kata lain, apa yang terjadi pada satu anggota mempengaruhi semua anggota keluarga lainnya. Secara harfiah komponen dalam suatu sistem akan saling bergantung dan memiliki keterikatan. Sehingga ketika salah satu anggota pada sebuah keluarga meninggal, maka hal tersebut akan berpengaruh terhadap anggota keluarga yang lainnya. Sehingga, penelitian

ini mencoba untuk memahami keterikatan antar individu dalam keluarga yang telah kehilangan salah satu anggota keluarganya.

Seiring berjalannya waktu, peristiwa atau kejadian tertentu memberikan perubahan dalam kehidupan suatu keluarga. Permasalahan keluarga sebagai bentuk dari perubahan tersebut terjadi dalam kehidupan sehari – hari, sehingga menimbulkan *stress* pada tiap individu, maupun keluarga. Keluarga akan mengalami *stress* ketika mereka tidak punya aturan tertentu, dan tidak mempunyai cara untuk mengontrol kejadian tersebut. Pada penelitian ini, kematian pada salah satu anggota keluarga diidentifikasi sebagai bentuk *stressor* atau sumber *stress* dalam sebuah keluarga. Menurut Holmes & Rahe (dalam Weiten, 1997), kematian pasangan hidup, perceraian, perpisahan dalam pernikahan, dan kematian anggota keluarga dekat berada pada peringkat lima besar skor *stress* tertinggi berdasarkan *Social Readjustment Rating Scale (SRRS)*. Stres dilaporkan dapat berlanjut selama tiga bulan atau lebih setelah pengalaman tersebut. Sehingga kematian salah satu anggota keluarga merupakan salah satu *stressor* yang memiliki dampak negatif, dan menyebabkan *stress* tingkat tinggi dalam periode waktu yang lama.

Selain itu, Katherine C. Nordal (2011) dalam sebuah artikel resmi *American Psychological Association*, menjelaskan hasil dari sebuah penelitian yang menunjukkan bahwa kebanyakan orang dapat pulih dari perasaan kehilangan melalui berlalunya waktu, jika mereka memiliki dukungan sosial dan kebiasaan yang sehat. Hal ini tidaklah mudah, karena diperlukan waktu yang cukup lama untuk berurusan dengan pengalaman ini. Bisa saja membutuhkan waktu berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun, untuk berdamai dengan perasaan kehilangan. Menurutnya, tidak ada periode waktu yang normal bagi seseorang yang berduka. Kematian salah satu anggota keluarga termasuk dalam *stressor* terberat bagi seseorang, terutama pada anggota keluarga.

Kematian sebagai *stressor* tidak hanya menjadikan perubahan bagi masing-masing anggota keluarga sebagai individu, namun juga berpengaruh terhadap transisi maupun sistem keluarga tersebut dalam menjalani kehidupan sehari-hari mereka. Perubahan bentuk keluarga ini juga terjadi dan berpengaruh pada kehidupan keluarga kedepannya, terutama ketika kematian tersebut terjadi secara mendadak. Kematian mendadak menimbulkan stress yang besar karena tidak adanya persiapan psikologis bagi orang yang ditinggalkan (Aiken, 1994). Keluarga pun mengalami *stress* karena dihadapkan pada kejadian yang tidak bisa dikontrol oleh mereka. Keluarga yang ditinggalkan akan mengalami perasaan berduka akibat dari sumber *stress* (kematian) tersebut.

Seseorang yang mengalami perasaan kehilangan ini tentu saja akan berada pada fase berduka (*grief*). Weiten (1997) menjelaskan bahwa ketiadaan karena kematian merupakan perubahan hidup yang menimbulkan *stress*. Bentuk respon terhadap stressor ini berupa respon secara emosional, yakni rasa duka (*grief*). Selain itu, menurut Atwater (1999 : 439), *grief* merujuk pada penderitaan emosional hebat, yang menyertai pengalaman kehilangan kita. Berduka merupakan reaksi emosional yang ditunjukkan dari perasaan kehilangan. Masalah-masalah emosional yang muncul selama masa berduka ini membutuhkan waktu yang lama bagi orang yang ditinggalkan untuk berdamai dengan perasaan tersebut. Intensitas *grief* ini juga akan berbeda, bergantung pada tiap masing-masing individu. Aiken (1994 : 164) menyebutkan beberapa faktor yang menyebabkan *grief*, dilihat dari bagaimana hubungan individu dengan almarhum, kepribadian, usia, jenis kelamin orang yang ditinggalkan, serta bagaimana proses kematian anggota keluarga yang meninggal.

Berduka inilah yang kemudian diidentifikasi sebagai bentuk *stress* keluarga. *Relationship* antara sosok yang meninggal dengan anggota keluarga yang ditinggalkan tidak dapat tergantikan karena hubungan yang terjalin. *Mental Health America* (2013) mendeskripsikan reaksi atas kematian anggota keluarga bergantung pada hubungan yang terjalin antara seseorang dengan

sosok yang telah meninggal. Bagi orang tua, kematian seorang anak akan membangkitkan perasaan ketidak-adilan yang luar biasa, impian yang tidak dapat terpenuhi, bahkan penderitaan yang tidak masuk akal. Orang tua merasa bertanggung jawab atas kematian anak, dan mungkin mereka akan merasa kehilangan bagian penting dari identitas mereka sendiri. Woodgate (2005) menjelaskan bahwa kematian seorang anak merupakan salah satu trauma terbesar bagi orang tua, karena hubungan orang tua dan anak tidak hanya sekedar ikatan darah semata. Berbeda halnya ketika anggota keluarga yang meninggal adalah sosok pasangan hidup kita. Kematian pasangan akan berakibat traumatis. Selain berakibat pada guncangan emosional, kebutuhan finansial juga akan terpengaruh ketika ketika pasangan kita merupakan tulang punggung keluarga.

Dikutip dari artikel Jawapos.com (2017) yang berjudul “Kisah Nana Wanne Bangkit Melawan Depresi Pasca Kematian Suami”, artikel berita tersebut memuat tentang kisah seorang wanita yang merasakan kesedihan mendalam ketika harus mengetahui kenyataan bahwa suaminya telah meninggal karena penyakit stroke pendarahan di batang otak. Kematian suaminya yang mendadak karena jatuh, kemudian pingsan, dan tak terselamatkan nyawanya itu membuat Nana *shock*. Wanita bernama Nana tersebut harus melawan depresi akibat kehilangan sosok pasangan hidupnya. Selain permasalahan finansial, anak tunggalnya yang merupakan seorang difabel juga merupakan beban bagi Nana yang ditinggalkan sosok suaminya. Hal ini menunjukkan bahwa kehilangan seseorang yang dicintai sangat berpengaruh terhadap kehidupan selanjutnya. Kematian seseorang yang sangat dicintai merupakan *stressor* terberat dalam kehidupan seseorang. Selanjutnya, dikutip dari sebuah artikel berjudul “Risiko Kematian Dini dan Tantangan Menjadi Ayah Tunggal” pada website tirto.id (2018) juga memuat kisah tentang kematian sosok istri karena penyakit kronis. Kehidupannya berubah setelah kematian istrinya tersebut. Pria bernama Angga yang kemudian harus menjadi seorang *single parent* terpaksa harus menggantikan peran sang istri dalam

keluarganya. Hal ini kemudian menjadi berpengaruh terhadap interaksi dalam anggota keluarganya dalam menghadapi *stress* yang muncul akibat kematian salah satu anggota keluarga.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah disebutkan di atas, peneliti kemudian mengidentifikasi *stress* dalam keluarga akibat kematian salah satu anggota keluarga ini membutuhkan strategi yang tepat melalui komunikasi keluarga. Kematian salah satu anggota keluarga melibatkan permasalahan emosional pada tiap individu keluarga. Oleh karenanya, diperlukan strategi komunikasi dalam memberikan *emotional support* pada setiap individu dalam keluarga yang mengalami permasalahan tersebut. *Emotional support* atas kematian salah satu anggota keluarga dapat dimulai dari komunikasi keluarga. Menurut Hafied Cangara (2002 : 62), fungsi komunikasi dalam keluarga yakni meningkatkan hubungan insani (*human realation*), menghindari, dan mengatasi konflik-konflik pribadi dalam keluarga, mengurangi ketidakpastian akan sesuatu, serta berbagi pengetahuan dan pengalaman dengan orang lain. Komunikasi keluarga menjadi penting karena komunikasi yang terjadi ini membicarakan hal-hal yang terjadi pada setiap individu dalam keluarga.

Komunikasi keluarga merupakan kunci untuk membicarakan, dan mencari solusi terbaik permasalahan-permasalahan yang terjadi di antara anggota keluarga. Komunikasi yang efektif dibutuhkan untuk menghadapi *stress* tersebut. Penelitian ini berusaha untuk melihat bagaimana strategi komunikasi untuk memberikan *emotional support* antar anggota keluarga yang ditinggalkan oleh salah satu anggota keluarganya karena meninggal. *Emotional Support* menjadi penting pada masa berduka, karena keluarga mengalami *stress* yang melibatkan perasaan emosional. Sarafino (1998) menjelaskan bahwa *emotional support* merupakan bentuk kasih sayang, persahabatan, perhatian, cinta, dan kepercayaan diri yang ditunjukkan orang lain kepada individu, dan rasa nyaman serta perasaan saling memiliki saat berhubungan dengan mereka.

Hal ini menunjukkan bahwa *emotional support* dibutuhkan oleh mereka yang sedang berduka.

Catrona & Russell (1990 : 322) mendefinisikan bahwa *emotional support* dibutuhkan pada masa *stress* karena individu akan memberikan rasa kepeduliannya dengan orang lain. Selain itu, Burleson (2003 : 552) menjelaskan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk memberikan *emotional support* yaitu, 1) *direct expressions of affection and concern* (menunjukkan kasih sayang dan perhatian secara langsung), 2) *invitations to discuss distressed feelings and associated problematic states* (ajakan untuk mendiskusikan perasaan tertekan dan masalah yang dialami), 3) *statements of encouragement and hope* (pernyataan bersifat dorongan, serta harapan), 4) *efforts to assist with problem analysis* (upaya untuk membantu menganalisis masalah yang terjadi), serta 5) *offers of information and advice* (menawarkan informasi dan pendapat). Situasi berduka yang membuat anggota keluarga membutuhkan *emotional support* ini juga bergantung pada tingkat kohesivitas yang terjalin dalam keluarga. Olson (2000 : 145) menjelaskan bahwa kohesi keluarga didefinisikan sebagai ikatan emosional yang dimiliki anggota keluarga terhadap satu sama lain. Kohesi diukur dari seberapa dekat anggota keluarga antar satu sama lain pada tingkat emosionalnya.

Emotional support yang tidak efektif akan memperburuk situasi *stress* yang dialami oleh keluarga (Burleson, 2003). Sehingga, dibutuhkan strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* tersebut. Strategi sendiri merupakan bentuk upaya yang dilakukan untuk beradaptasi pada situasi *stress*. Komunikasi sebagai salah satu bentuk strategi yang digunakan dalam menyelesaikan suatu permasalahan keluarga menjadi hal penting karena komunikasi merupakan pusat dari dua fungsi utama keluarga yaitu *nurturing* dan *controlling*. Fungsi hanyalah sesuatu yang harus dilakukan keluarga sebagai suatu sistem untuk menghindari gangguan (Galvin & Brommel, 2012). Melalui komunikasi, anggota keluarga mengembangkan, mempertahankan,

atau merubah pola kohesi yang terjalin. Itulah mengapa peneliti akan menggunakan dimensi komunikasi pada *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson (2000) sebagai strategi komunikasi keluarga dalam hal ini, yang meliputi *listening skills (active listening*, dan empati), *respect and regard*, serta *self-disclosure*. Dimensi komunikasi pada teori ini terlepas dari dua dimensi lainnya yaitu dimensi kohesi serta fleksibilitas, dan hanya sebagai fasilitator antara kedua dimensi yang lain. Komunikasi menjadi faktor penting dalam keluarga sebagai cara untuk mengelola kohesi serta fleksibilitas (Galvin & Brommel, 2012). Peneliti mempertimbangkan dimensi komunikasi pada teori *circumplex model of marital and family systems* ini sebagai bentuk strategi komunikasi keluarga karena teori ini memang dikembangkan untuk menggambarkan bagaimana dinamika yang terjadi dalam sebuah keluarga (Olson, 1993).

Penelitian ini dianggap penting untuk dilakukan karena kematian pada salah satu anggota keluarga merupakan *stressor* terberat yang harus dihadapi dalam suatu keluarga. Sehingga komunikasi keluarga yang efektif diperlukan bagi tiap anggota keluarga untuk saling memberikan *emotional support* kepada satu sama lain, dalam menghadapi *stress* atau perasaan berduka yang dialami. Penelitian ini nantinya diharapkan mampu mengatasi *stressor* dan beradaptasi dengan baik pada masa transisi kehidupan. Penelitian komunikasi menjadi penting pada topik permasalahan ini, sebagai analisis akibat kematian anggota keluarga pada setiap individu keluarga yang ditinggalkan. Komunikasi interpersonal pada setiap anggota keluarga penting untuk diteliti karena topik penelitian ini fokus terhadap bagaimana strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* pada sebuah keluarga ketika menghadapi *stress*, akibat kematian salah satu anggota keluarganya.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* antar anggota keluarga, terkait *stress* atas kematian salah satu anggota keluarganya?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan komunikasi keluarga, yaitu strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* antar anggota keluarga, terkait *stress* atas kematian salah satu anggota keluarganya.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam ilmu sosial, terutama dalam kajian studi *human communication*. Peneliti berharap penelitian ini dapat menjelaskan bagaimana strategi komunikasi keluarga dalam memberikan *emotional support* antar anggota keluarga, terkait *stress* atas kematian salah satu anggota keluarganya

1.5 Tinjauan Pustaka

1.5.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian ini merujuk pada penelitian terdahulu sebagai referensi terkait topik yang hampir serupa dengan topik yang akan diteliti. Sehingga penelitian terdahulu menjadi sangat diperlukan guna mengetahui kebaruan penelitian dan menjadi referensi atau rujukan bagi penelitian ini. Peninjauan terhadap penelitian terdahulu melihat pada konsep penting dalam topik penelitian ini, yaitu keluarga dalam menghadapi kematian salah satu anggota keluarganya. Penggunaan penelitian terdahulu dipertimbangkan melalui tiga konsep penting yaitu *grieving*, *emotional support*, serta dimensi komunikasi dalam teori *circumplex model of marital and family systems*

oleh D. H. Olson. Peneliti akan menampilkan penelitian-penelitian terdahulu yang dapat memberikan referensi untuk penelitian ini.

Penelitian pertama berjudul *Grief pada Ayah yang Anaknya Meninggal Dunia secara Mendadak* oleh Adeke Dini Fahransa (2018). Penelitian ini merupakan penelitian dari kajian psikologi yang membahas tentang *grief* pada seorang ayah yang anaknya meninggal dunia secara mendadak. Penelitian ini berfokus pada bagaimana gambaran tahapan *grief* seorang ayah yang anaknya meninggal dunia secara mendadak. Penelitian ini memberikan kontribusi kepada penulis terkait proses tahapan *grief* seorang ayah ketika kehilangan anaknya yang meninggal dunia secara mendadak. Serta bagaimana usaha-usaha seorang ayah dalam mengatasi perasaan *grief* nya tersebut secara efektif. Perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah pada subjek penelitian. Subjek dalam penelitian tersebut hanya terfokus pada *grief* yang dialami oleh ayah atas kematian anaknya. Sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah seluruh anggota keluarga inti yang ditinggalkan oleh salah satu anggota keluarganya. Selain itu, penelitian tersebut terfokus pada bagaimana usaha-usaha yang dilakukan seorang ayah untuk mengatasi kesedihan, maupun *stress* yang timbul akibat dari kematian sang anak. Sedangkan peneliti berfokus pada bagaimana strategi komunikasi antar anggota keluarga dalam memberikan *emotional support* atas *stress* akibat dari kematian salah satu anggota keluarganya.

Penelitian kedua berjudul *Giving and Receiving Emotionaal Support Online : Communication Competence as a Moderator of Psychosocial Benefits for Women with Breast Cancer* oleh Woohyun Yoo, Kang Namkoong, Mina Choi, Dhavan V. Shah, Stephanie Tsang, Yangsun Hong, Michael Aguilar, dan David H. Gustafon (2014). Penelitian ini merupakan penelitian dari kajian *computer human behavior* yang membahas tentang pengaruh kompetensi komunikasi emosional antara wanita pengidap kanker

payudara yang saling bertukar dukungan emosional melalui media komputer. Penelitian ini memberikan kontribusi kepada penulis terkait bagaimana gambaran tentang *emotional support*. Penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki perbedaan yang cukup signifikan. Penelitian kuantitatif tersebut mencoba untuk meneliti bagaimana hubungan antara partisipasi kelompok yang dimediasi oleh (CMSS) komputer secara khusus memberi, serta menerima *emotional support*, dan bagaimana hasil psikologisnya. Sedangkan, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah, bagaimana strategi komunikasi tiap anggota keluarga dalam memberikan *emotional support* terkait *stress* atau *grieving* atas kematian salah satu anggota keluarganya. Kesamaan pada penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti hanya pada konteks *emotional support* saja.

Kemudian penelitian ketiga merupakan penelitian yang berjudul *Strategi Komunikasi Keluarga yang dilakukan Significant Others dalam Membentuk Konsep Diri pada Remaja Tunarungu yang Berada dalam Pengasuhannya* oleh Nur Aini Vicinintya Risam (2019). Penelitian ini membahas tentang strategi komunikasi keluarga yang dilakukan oleh *significant others* dalam membentuk konsep diri remaja tunarungu. Penelitian kualitatif tersebut memberikan kontribusi kepada penulis terkait dimensi komunikasi pada teori *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson. Penelitian tersebut mencoba meneliti strategi komunikasi keluarga yang digunakan untuk mewujudkan konsep diri remaja tunarungu melalui dukungan, dengan menggunakan dimensi komunikasi pada teori *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson, yakni *active listening, empathy, respect and regards*, dan *self disclosure*. Sedangkan yang akan dilakukan juga menggunakan teori yang sama, yakni dimensi komunikasi pada teori *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson, melalui *listening skills (active listening,*

dan empati), *respect and regard*, serta *self-disclosure*, untuk memberikan *emotional support* pada masa *grief* anggota keluarga.

Meski penelitian pertama dan kedua bukan dari kajian komunikasi, kedua penelitian tersebut membantu peneliti dalam memberikan referensi mengenai bagaimana persoalan emosional yang dihadapi keluarga atas kematian salah satu anggota keluarganya, serta upaya yang dilakukan. Setelah ditelaah, belum ada yang memberi pengembangan pengetahuan tentang *emotional support* dari sisi komunikasi. *Grieving* dan *emotional support* merupakan ranah kajian psikologi, namun penelitian ini akan menekankan pada sisi komunikasinya dengan menggunakan dimensi komunikasi pada teori *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson, melalui *listening skills* (*active listening*, dan empati), *respect and regard*, serta *self-disclosure*. Berikut merupakan tabel yang menampilkan beberapa rangkuman penelitian terdahulu.

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Kontribusi
1	<i>Grief</i> pada Ayah yang Anaknya Meninggal Dunia secara Mendadak (2018).	Adeke Dini Fahransa	Kualitatif	Hasil Penelitian ini adalah bagaimana proses <i>grief</i> yang dilalui subjek penelitian melalui usaha yang dilakukan untuk mengatasi kesedihan atas meninggalnya sang anak, dengan mendekati diri kepada Tuhan, menyibukkan diri dengan pekerjaan, serta fokus kepada anak-anak lainnya yang masih hidup.	Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap peneliti yakni sebagai referensi dalam konteks gambaran <i>grieving</i> yang terjadi ketika anaknya meninggal secara mendadak.
2	<i>Giving and Receiving</i>	Woohyun Yoo, Kang	Kuantitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa	Penelitian ini memberikan

	<i>Emotionaal Support Online: Communication Competence as a Moderator of Psychosocial Benefits for Women with Breast Cancer</i> (2014)	Namkoong, Mina Choi, Dhavan V. Shah, Stephanie Tsang, Yangsun Hong, Michael Aguilar, David H. Gustafon		kompetensi komunikasi emosional memoderasi manfaat dari dukungan emosional. <i>Emotional support</i> dapat meningkatkan kesejahteraan mental, serta mengurangi kekhawatiran terkait kanker bagi pasien yang memiliki kompetensi tinggi, begitupun sebaliknya.	kontribusi terhadap peneliti yaitu sebagai referensi mengenai gambaran tentang <i>emotional support</i> .
3	Strategi Komunikasi Keluarga yang dilakukan <i>Significant Others</i> dalam Membentuk Konsep Diri pada Remaja Tunarungu yang Berada dalam Pengasuhannya	Nur Aini Vicinintya Risam	Kualitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari berdasarkan penggunaan strategi komunikasi keluarga oleh <i>significant others</i> yaitu <i>active listening, empathy, respect and regards</i> , serta <i>self-disclosure</i> yang digunakan oleh anggota keluarga hanya menerapkan sejumlah strategi komunikasi keluarga saja.	Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap peneliti yaitu sebagai referensi mengenai gambaran tentang strategi komunikasi keluarga dari dimensi komunikasi dalam <i>circumplex model of marital and family systems</i> oleh D.H. Olson.

Sumber : Olahan Peneliti

1.5.2 Kematian Sebagai *Stressor*

Setiap keluarga pasti mengalami perubahan seiring berjalannya waktu. Perubahan inilah yang menjadi sumber *stress* dalam suatu keluarga ketika peristiwa tersebut tidak diprediksi sebelumnya, dan keluarga belum memiliki aturan – aturan tertentu, ataupun cara untuk mengatasinya. Carter & McGoldrick menggambarkan sebuah model tentang sumber-sumber

stress keluarga. *Stressors* dibagi menjadi dua dimensi waktu, *the vertical stressors*, dan *the horizontal stressors*. Sedangkan *system levels* sebagai gambaran dari tingkatan sistem (Galvin & Brommel, 2012).

The vertical stressors membawa masalah masa lalu dan sekarang yang harus ditanggung oleh keluarga. Termasuk pola keluarga yang berhubungan dan dibawa secara lintas generasi, seperti perilaku, nilai-nilai yang diajarkan pada keluarga tersebut, harapan, rahasia, tekanan masyarakat, dan *individual makeup*. Carter & McGoldrick juga menegaskan bahwa dalam suatu keluarga, setiap anggota keluarga memiliki pengalaman dan reaksi berbeda-beda terhadap stres. Hal ini bergantung pada posisi, peran, maupun usia dari setiap anggota keluarga. *The horizontal* termasuk kegelisahan yang dihasilkan dari *stress* seiring berjalannya waktu. *The horizontal stressors* lebih mewakili permasalahan-permasalahan yang bersifat membangun dan dapat diprediksi (*developmental stressors*), namun juga termasuk peristiwa tak terduga yang mengganggu kehidupan keluarga tersebut, dan kejadian yang bersifat *historical*. Sedangkan dalam *systems levels*, *the vertical stressors* atau peristiwa pada masa lampau hingga sekarang ini dipengaruhi oleh sosial, budaya, ekonomi, maupun faktor-faktor politik yang berasal dari seluruh tingkatan sistem yang lebih besar.

Boss (dalam Segrin et al, 2005) mengklasifikasikan pemicu *stress* (*stressors*) menjadi dua kategori, yaitu *developmental* atau *normative stressors*, dan *unpredictable* atau *nonnormative stressors* (Boss, 1988). Dikatakan *normative stressor* jika peristiwa tersebut merupakan bagian dari proses perkembangan manusia, seperti menikah, melahirkan, dan peristiwa lainnya yang telah diprediksi. Sebaliknya, *nonnormative stressors* merupakan kejadian tak terduga, seperti kecelakaan, kematian anggota keluarga, kehamilan diluar nikah, perceraian. *Stressors* menciptakan suatu perubahan dalam sistem keluarga. Pada penelitian ini, kematian merupakan bentuk *unpredictable* atau *nonnormative stressors* yang terjadi dalam

sebuah keluarga. Biasanya, peristiwa ini terjadi secara tak terduga yang mana keluarga cenderung tidak siap dengan situasi tersebut. Namun pada beberapa kasus kematian yang berbeda, seperti penyakit kronis yang telah diidap dalam waktu lama, keluarga akan lebih siap menghadapi kematian salah satu anggota keluarga tersebut.

Kematian merupakan suatu peristiwa yang tidak dapat dihindarkan dalam kehidupan manusia. Kematian pasti terjadi pada semua orang di dunia ini. Tjokronegoro & Sudarsono (1999 : 111) mendefinisikan kematian sebagai, *death is the permanent disappearance of all evidence of life of any time after live birth has taken place, post natal cessation of vital function without capability of resuscitation*. Kematian diartikan sebagai suatu peristiwa yang menimpa seseorang yang hidup, kemudian semua bukti kehidupan menghilang secara permanen. Selain itu, menurut Santrock (2004 : 263), kematian merupakan saat dimana berakhirnya fungsi biologis tertentu, seperti pernafasan, tekanan darah, serta kakunya tubuh. Hal tersebut dianggap cukup jelas merupakan tanda-tanda kematian.

Kematian menjadi suatu hal yang menakutkan bagi setiap individu, terlebih ketika orang yang kita cintai mengalami kematian. Ann & Lee (2001: 385) menjelaskan beberapa jenis kematian, yaitu :

1. Kematian yang diantisipasi (*anticipatory grief*)

Perasaan berduka yang telah diantisipasi atau telah diprediksi diartikan sebagai reaksi akan kesadaran atas kehilangan pada waktu mendatang. Seseorang yang ditinggalkan akan lebih siap menghadapi kenyataan tersebut. Individu tersebut sadar dan meyakini bahwa dalam waktu tertentu ini, ia akan ditinggalkan oleh seseorang. Sehingga, kematian yang diantisipasi ini dapat memudahkan individu tersebut dalam mengatasi kesedihan yang mendalam. Hal ini biasa terjadi pada penyakit kronis yang berkepanjangan.

2. Kematian mendadak

Kematian yang terjadi secara mendadak muncul dalam konteks tertentu, seperti kecelakaan, bunuh diri, sakit mendadak, dan lain sebagainya. Peristiwa penting yang terjadi secara mendadak ini kemudian berpengaruh terhadap sikap seseorang yang mungkin belum siap menerima kenyataan tersebut, sehingga sulit mengatasi rasa berduka cita yang berlebihan.

3. Bunuh diri

Sama halnya dengan kematian mendadak, kasus bunuh diri seringkali membuat orang yang ditinggal merasa bingung dan tidak siap. Para *survivor* akan merasa bersalah dan muncul pertanyaan penyesalan, serta memiliki perasaan marah yang kuat.

4. Pembunuhan

Orang-orang yang ditinggal oleh seorang korban pembunuhan akan merasa bahwa dunia ini kejam, berbahaya, tidak aman, dan tidak adil.

5. Bencana

Orang-orang yang selamat dari bencana alam, yang mana ketika orang lain yang tidak selamat (meninggal) menjadikan mereka *survivor* dari bencana yang besar, dan sebagai *survivor* atas kematian orang lain. Perasaan bersalah mengikuti perasaan berduka mereka.

Peristiwa atau kejadian tertentu memberikan perubahan dalam kehidupan suatu keluarga. Permasalahan keluarga sebagai bentuk dari perubahan tersebut terjadi dalam kehidupan sehari – hari, sehingga menimbulkan *stress* pada individu maupun keluarga. Keluarga mengalami *stress* ketika mereka tidak punya aturan tertentu, dan tidak mempunyai cara untuk mengontrol kejadian tersebut.

Lazarus (dalam Segrin et al, 2005) mendefinisikan *stress is thus used as a generic term to mean the “stimuli producing stress reactions, the reactions themselves, and the various intervening processes”*. Adapun terjadinya suatu *stress* karena diciptakan oleh berbagai penyebab atau suatu pemicu yang mana dalam istilah ilmiahnya disebut sebagai *stressors*. McCubin (dalam Segrin et al, 2005) menjelaskan bahwa *family stressors* merupakan suatu peristiwa atau transisi yang memiliki dampak atas unit keluarga yang berpotensi menghasilkan perubahan dalam sistem sosial keluarga. Di sisi lain, *family stress* diartikan sebagai respon dari keluarga terhadap *stressors*, yang melibatkan ketegangan dan menghasilkan pengalaman pada setiap anggota keluarga.

Stress dapat dialami oleh siapapun digantungkan pada kondisi situasi terhadap masing-masing individu. *Stress* dapat mengubah pola komunikasi keluarga, namun secara bersamaan pola komunikasi keluarga juga mengubah pengalaman dan reaksi individu terhadap *stressors*. Kematian sebagai *stressor* menjadi sumber *stress* dalam sebuah keluarga. Peneliti kemudian mengidentifikasi sumber *stress* dalam keluarga akibat kematian salah satu anggota keluarga ialah bentuk perasaan berduka yang dialami oleh tiap anggota keluarga yang ditinggalkan oleh salah satu anggota keluarganya.

Berduka atau *grief* merupakan reaksi emosional seseorang terhadap kematian orang lain, yang diidentifikasi sebagai bentuk *stress*. Turner & Helms (1987: 522) menjelaskan bahwa *grief* merujuk pada suatu kondisi yang menderita, kesulitan, atau keadaan yang sukar, yang disebabkan oleh kehilangan seseorang yang dicintai karena kematian. Selain itu, menurut Papalia et al (2007: 462), *grief* merupakan respon emosional yang dialami oleh seseorang pada fase awal berkabung, seperti amarah, hingga perasaan hampa. Reaksi awal yang mewakili perasaan seseorang setelah kematian orang yang dicintai, seperti rasa terkejut (*shock*), perasaan hampa (*feeling*

numb), penyangkalan (*denial*), dan perasaan yang naik turun termasuk depresi yang bertahan hingga beberapa hari atau minggu (Harvey, 1996). Biasanya diliputi dengan sedih, kehilangan control diri, energi menurun, tidak termotivasi, serta kehilangan perspektif atau disorientasi. *Grief* merupakan bentuk adaptasi menuju fase pemulihan (*recovery*). Tingkat adaptasi menunjukkan seberapa baik keluarga dapat memenuhi tantangan yang harus dihadapi karena situasi yg berubah. Adaptasi sebagai ukuran untuk melihat kemampuan sebuah keluarga dalam mengubah struktur kekuasaan, hubungan, peran, maupun aturan hubungan dalam merespon terhadap sumber stres yang terjadi. Bagaimana sebuah keluarga mampu beradaptasi dan melewati tantangan oleh situasi yang berubah (Tubbs, 2000).

Durasi dan intensitas *grief* akan berbeda, bergantung pada tiap masing-masing individu. Hal ini bervariasi juga tergantung pada siapa yang meninggal dunia, maupun kapan peristiwa itu terjadi. Menurut Saphiro (1994), faktor yang mempengaruhi durasi *grief* bergantung pada: kelekatan (*attachment*), serta perasaan cintanya terhadap orang yang meninggal, kemudian bagaimana kesiapan psikologis atas perasaan kehilangan tersebut. Tahapan-tahapan *grief* dijelaskan pada beberapa teori. Tahapan *grief* yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah tahapan *grief* oleh Glick (1974). Peneliti menggunakan tahapan dari Glick karena terdapat ketiga fase yang dianggap cukup menggambarkan keseluruhan proses *grief*. Tahap *grief* tersebut terdiri atas tiga tahap, yaitu : (1) Tahap *initial response* (2) Tahap *intermediate*; (3) Tahap *recovery*. Berikut penjelasan serta karakteristik pada setiap tahapan tersebut :

1) Tahap *initial response*

Tahap ini merupakan tahap pertama atau reaksi awal seseorang pada saat peristiwa kematian terjadi, serta masa pemakaman atau ritual alinnya. Reaksi ini meliputi terkejut (*shock*), tidak percaya, mati rasa, hampa, disorientasi, atau tidak dapat menentukan arah. Selain itu, reaksi awal yang

mewakili perasaan seseorang setelah kematian orang yang dicintai, ditandai dengan beberapa reaksi seperti rasa terkejut (*shock*), perasaan hampa (*feeling numb*), penyangkalan (*denial*), dan perasaan yang naik turun termasuk depresi yang bertahan hingga beberapa hari atau minggu (Harvey, 1996). Reaksi-reaksi yang muncul pada tahap ini diekspresikan dengan tangisan dalam periode panjang, perasaan takut, serta *generalized anxiety*.

2) Tahap *intermediate*

Tahap selanjutnya muncul sebagai reaksi lanjutan atas kondisi sebelumnya. Hal ini ditunjukkan dengan kemarahan, perasaan bersalah, kerinduan, perasaan kesepian, serta hal-hal emosional lainnya akan sering timbul pada tahap ini. Perasaan emosional yang muncul akan terus menerus terjadi dan orang tersebut akan berandai-andai bagaimana ketika peristiwa kematian tersebut tidak terjadi dan biasanya akan mengalami halusinasi (seolah-olah melihat atau mendengar beliau). Seseorang akan menemukan makna dari kematian sosok yang dicintai, dan perilaku pada tahap ini akan berkurang seiring berjalannya waktu.

3) Tahap *recovery*

Pada tahap ini, seseorang akan menjalani hidup dengan normal dan mulai melihat masa depan. Bahkan memulai hubungan yang baru dengan orang lain. Individu dapat mengakui kehilangan yang ia rasakan, dan dapat melalui masalah emosional yang telah ia lewati. Ia akan menyesuaikan diri dengan lingkungan tanpa kehadiran sosok yang meninggal. Individu mulai melepas ikatan dan mengikhlaskan kepergian orang yang dicintai sebelumnya. Tahap ini digambarkan sebagai kondisi psikologis yang mampu beradaptasi pada situasi yang membuat dirinya tertekan.

Pada aspek psikologis, kematian merupakan sebuah bentuk perpisahan secara alami, yang mana seseorang akan merasa kehilangan atas kematian tersebut. Seseorang yang merasa kehilangan tersebut akan

terguncang perasaan emosionalnya, karena hubungan serta keakraban dalam keluarga yang terjalin sebelumnya, dan hubungan tersebut tidak dapat digantikan dengan orang lain. Murray (2005) mengklasifikasikan kematian keluarga menjadi empat, yaitu : 1) *death of child*, 2) *death of sibling*, 3) *death of parent*, dan yang terakhir 4) *death of spouse or life partner*. Kematian salah satu anggota keluarga akan sangat berpengaruh terhadap keluarga tersebut. Reaksi atas kematian anggota keluarga bergantung pada hubungan yang terjalin antar anggota keluarga dengan sosok yang telah meninggal.

Apabila salah satu anggota keluarga yang meninggal adalah seorang ayah, hal ini akan berpengaruh pada finansial keluarga. Menurut McLanahan & Teitler (1998), secara umum biasanya kematian seorang ayah akan menyebabkan penurunan pendapatan hingga sekitar 50 persen. Karakteristik sosok ayah dalam keluarga dilihat sebagai suami atau pasangan hidup oleh ibu. Seorang ibu akan kesulitan menjalani kehidupan setelah kematian pasangannya. Selain kondisi keuangan yang menurun, Utz et al (2004) menjelaskan bahwa kematian suami memicu pasangan yang masih hidup untuk mengatasi kesedihan, emosional, serta mendefinisikan kembali suatu realitas sosial yang mencerminkan status baru mereka sebagai janda.

Terlepas dari hal tersebut, Santrock (2002) menjelaskan bahwa seorang ibu akan lebih mampu menyesuaikan diri karena seorang wanita lebih banyak bertanggung jawab atas kehidupan emosional dalam kehidupan suami istri dan memiliki lebih banyak teman, lebih dekat dengan saudara, serta berpengalaman dalam mengatasi diri mereka sendiri secara psikologis. Namun tidak jarang masih ada diantara mereka yang terpuruk dalam duka cita mendalam, kesulitan keuangan, merasa kesepian, merasakan gangguan fisik, dan mengalami gangguan psikologis. Berbeda halnya apabila salah satu anggota keluarga yang meninggal adalah seorang

ibu dalam keluarga. Bagi seorang suami, kematian istri merupakan sesuatu yang paling menyakitkan. Ia akan mengalami rasa duka yang mendalam ketika ditinggal oleh pasangan hidupnya. Namun, menurut Sanders (1998) pria akan mengalami *grief* yang berbeda dengan wanita. Pria cenderung tidak menunjukkan perasaan emosionalnya, lebih mandiri, dan dapat mengontrol diri sendiri.

Bagi seorang anak, kehilangan orang tua menjadi suatu hal yang menyakitkan. Orang tua digambarkan sebagai sosok yang penuh cinta, bahagia, dan bertanggung jawab. Apabila anak kehilangan sosok ayah, maka ia akan kehilangan perhatian, kasih sayang, figur (panutan), perlindungan (rasa aman), kehilangan teman berbagi, kehilangan keutuhan keluarga, serta kehilangan arah (Nurhidayati, 2014 : 47). Sedangkan, apabila anak kehilangan seorang ibu, maka ia akan kehilangan sosok yang menyediakan kasih sayang. Ibu merupakan sosok orang tua utama yang mengasuh dan membimbing anak, sosok pertama yang berinteraksi dengan anak, menyediakan rasa aman bagi anak (Hurlock, 2002).

Apabila salah satu anggota keluarga yang meninggal adalah seorang anak, maka kehilangan yang dialami oleh orang tua tidak hanya secara fisik saja melainkan secara emosional yang semakin mendalam, karena hubungan orang tua dan anak yang bersifat unik (Woodgate, 2006). Kematian anak merupakan salah satu bentuk trauma terbesar bagi mereka. Aiken (1994) menjelaskan bahwa kematian seorang anak akan mengganggu kondisi emosional keluarga, terutama jika kematian anak tersebut terjadi secara mendadak, seperti kecelakaan, bunuh diri, atau *sudden fatal illness*. Kematian yang mendadak inilah yang dapat menimbulkan *stress* hebat karena orang tua tidak memiliki kesiapan psikologis untuk menghadapi situasi tersebut. Tidak hanya orang tua, saudara seperti adik atau kakak tentu saja akan merasa kehilangan. Hubungan antar saudara memiliki kedekatan emosi seperti berbagi pengalaman, kepercayaan, perhatian, serta perasaan

senang. *Relationship* yang tak tergantung seperti inilah yang menjadi sumber *stress* ketika ada salah satu anggota keluarga yang meninggal.

1.5.3 Keluarga

Galvin & Brommel dalam (Moss & Tubbs, 2000 : 215) menjelaskan sebuah definisi keluarga sebagai jaringan orang-orang yang berbagi kehidupan mereka dalam jangka waktu yang lama; yang terikat oleh perkawinan, darah, atau komitmen, legal atau tidak; yang menganggap diri mereka sebagai sebuah keluarga; dan yang berbagi pengharapan-pengharapan masa depan mengenai hubungan yang berkaitan.

Selain itu, Burges & Locke dalam (William Goode, 1985:14) menjelaskan empat karakteristik keluarga :

1. Keluarga merupakan susunan orang-orang yang dipersatukan oleh ikatan-ikatan perkawinan, darah, maupun adopsi.
2. Anggota-anggota keluarga diidentifikasi dengan hidup bersama di bawah satu atap dan dapat disebut sebagai suatu susunan rumah tangga. Kadang pula terdapat tiga, empat, hingga lima generasi dalam suatu rumah tangga.
3. Keluarga merupakan bentuk kesatuan dari orang-orang yang berinteraksi, berkomunikasi, dan menciptakan peran sosial bagi suami dan istri, ayah dan ibu, putra dan putri, saudara laki-laki dan saudara perempuan. Peranan tersebut kemudian dibatasi oleh masyarakat, namun masing-masing keluarga diperkuat oleh kekuatan sentimen yang merupakan tradisi dan sebagian lagi emosional, yang menghasilkan pengalaman.

Keluarga merupakan pemeliharaan suatu kebudayaan bersama. Masing-masing keluarga mempunyai ciri-ciri yang membedakan dengan keluarga lainnya dalam konteks masyarakat yang kompleks. Konteks hubungan merupakan bagian terpenting dalam sebuah keluarga.

Mempelajari sebuah keluarga sebagai sebuah unit berfokus pada individu keluarga, pola interaksi mereka dan hubungan di antara mereka sebagai satu unit (Alazzam, et al., 2017). Hubungan antar anggota keluarga menjadi penting karena hubungan adalah bagaimana keterkaitan antar satu sama lain yang terjalin. Ketika salah satu anggota keluarga meninggal, maka perasaan kehilangan maupun kesedihan ini tergantung pada hubungan yang terjalin antara anggota keluarga yang ditinggal dengan anggota keluarga yang meninggal. Hubungan ini juga bergantung pada siapa dan bagaimana perannya dalam keluarga tersebut.

1. Hubungan antar suami-istri

Duvall (1967) menyebut bahwa pola hubungan suami-istri yang institusional sebagai pola yang otoriter (kaku). Sedangkan bagi pola hubungan suami-istri yang *companionship* sebagai pola yang demokratis (lentur). Selain itu, Scanzoni dan Scanzoni (1981) menjelaskan 4 macam pola perkawinan, yaitu : *owner property* (istri dianggap sebagai barang yang dimiliki oleh suami), *head complement* (istri sebagai pelengkap suami), *senior junior partner* (istri dianggap sebagai teman), dan *equal* (istri dianggap setara dengan suami).

2. Hubungan antara orang tua dan anak

Hubungan antara orang tua dan anak dipengaruhi oleh beberapa faktor. Lewis (1990) menjelaskan bahwa lamanya pernikahan, jenis kelamin anak, kelas sosial, dan kesepakatan antara ibu dan ayah, maupun persamaan budaya dalam perkawinan merupakan faktor dalam hubungan antara orang tua dan anak.

3. Hubungan antar saudara

Hubungan antar saudara terjadi sejak seorang adik dilahirkan, sampai salah satu dari mereka meninggal (Cicirelli, 1980). Selain itu, Lee, Mancini, dan Maxwell (1990) menjelaskan bahwa kedekatan emosi, maupun harapan akan adanya tanggung jawab saudara, dan konflik antar

saudara merupakan faktor yang penting dalam interaksi diantaranya. Kedekatan emosi ini seperti rasa ingin berbagi pengalaman, kepercayaan, perhatian, dan perasaan senang dalam hubungan tersebut. Hubungan yang terjalin antara anggota keluarga menjadi sangat penting dalam menentukan sumber stress ketika salah satu anggota keluarga telah meninggal. Hubungan yang tak tergantikan inilah yang menjadi sumber *stress* akibat kematian salah satu anggota keluarga.

1.5.3.1 Kohesi Keluarga

Merujuk pada teori *circumplex model of marital and family systems* yang dikembangkan oleh D.H Olson (2000), konsep dari dimensi *family cohesion* dan perubahan yang terjadi pada keluarga membentuk kerangka kerja yang melihat komunikasi dalam berbagai tipe keluarga (Galvin & Brommel, 2012). Kohesi keluarga telah terbentuk sejak kita dilahirkan, yaitu bagaimana cara mengelola persoalan jarak serta kedekatan dalam sistem keluarga. Sejak kecil, anggota keluarga ditunjukkan secara langsung bagaimana untuk dapat terhubung (*connected*), atau terpisah (*separated*) dari anggota keluarga yang lain. Sehingga, setiap keluarga akan mensosialisasikan kepada anggota keluarga mengenai sejauh mana kedekatan yang dianjurkan, maupun yang tidak dianjurkan. Fokus dari kohesi sendiri ialah bagaimana system keluarga menyeimbangkan *separateness* dengan *togetherness* dalam anggota keluarga. Kohesi sendiri menurut Olson (2000 : 145) didefinisikan sebagai ikatan emosional yang terjalin antar anggota keluarga yang mencakup konsep ikatan emosional, batas, waktu, ruang, teman, pengambilan keputusan, maupun minat. Olson membagi kohesi keluarga menjadi empat level, dimulai dari tingkat kohesi yang sangat rendah hingga yang sangat tinggi sebagai berikut ini :

1. *Disengaged*,

Pada tingkat ini, anggota keluarga digambarkan memiliki kedekatan yang rendah dan bersifat “I”. Anggota keluarga sangat terpisah

(*separated*), tiap anggota keluarga bersifat independen (mandiri) yang tinggi, serta perasaan memiliki (loyalitas) antar satu sama lain yang rendah antar satu sama lain.

2. *Separated*

Pada tingkat *connected*, anggota keluarga digambarkan memiliki kedekatan yang rendah-sedang dan cenderung bersifat “*I*” daripada “*We*”. Anggota keluarga cenderung lebih independent dibandingkan dependen (bergantung), serta terkadang mempunyai rasa kepemilikan (loyalitas) antar satu sama lain.

3. *Connected*

Pada tingkat ini, bersifat sebaliknya dengan keluarga *separated*. Anggota keluarga digambarkan memiliki kedekatan yang sedang-tinggi dan cenderung bersifat “*We*” dibandingkan “*I*”. Anggota keluarga mempunyai rasa kepemilikan (loyalitas) yang tinggi antar satu sama lain, dan cenderung bersifat dependen (bergantung) dengan anggota keluarga yang lain dibandingkan independen.

4. *Enmeshed*

Pada tingkat ini, anggota keluarga digambarkan memiliki kedekatan yang sangat tinggi, dan bersifat “*We*”. Anggota keluarga mempunyai rasa kepemilikan satu sama lain yang sangat tinggi, dan bersifat dependen (bergantung) antar anggota keluarga yang sangat tinggi pula.

1.5.4 *Emotional Support*

Segrin & Flora (2005) menjelaskan bahwa fungsi utama dari keluarga adalah menyediakan *social support* pada anggota keluarganya. *Social support* ini merupakan hal yang paling penting dan merupakan bagian dasar dari komunikasi keluarga. *Social support* biasa dilakukan

melalui komunikasi interpersonal, serta terkadang melalui perilaku yang bersifat instrumental. Menurut Wills et al (1996), pada konteks keluarga sebagian besar tindakan dari *social support* ini diklasifikasikan menjadi tiga kategori umum yaitu, *emotional support*, *instrumental support*, dan *informational support*. Penelitian ini akan terfokus pada *emotional support* karena *emotional support* menjadi penting pada masa berduka yang melibatkan perasaan emosional. Meski *emotional support* hanya salah satu bagian dari *social support*, beberapa penelitian menunjukkan bahwa output yang dihasilkan dari *emotional support* mempengaruhi psikologis, fisik, serta hubungan relasional yang baik. Tidak hanya merasa lebih baik, penerima *emotional support* dapat mengatasi masalah lebih efektif (Burleson, 2003).

Berdasarkan definisinya, *emotional support* merupakan pesan, atau tindakan meyakinkan seorang individu bahwa ia dipedulikan, diperhatikan, dicintai, dihargai, serta bernilai (Cobb, 1976). *Emotional support* dibutuhkan untuk meningkatkan psikologis individu yang baik, interaksi antar manusia yang baik, serta hubungan pribadi yang dekat seperti teman, keluarga, atau hubungan emosional (Burleson, 2003). Selain itu, *emotional support* didefinisikan sebagai penyediaan kenyamanan dan keamanan selama masa *stress* yang membuat seorang individu merasa diberi kepedulian oleh orang lain (Cutrona & Russell, 1990 : 322).

Segrin & Flora (2005 : 9) menjelaskan bahwa keluarga memiliki tujuan yakni melaksanakan fungsi *nurturance* yang meliputi pemberian dukungan secara emosional, seperti rasa cinta, kasih sayang, kekeluargaan, dan penerimaan. Upaya memberikan *emotional support* ini merupakan suatu kesengajaan untuk membantu seseorang dalam mengatasi keadaan yang sulit, untuk meringankan tekanan, memulihkan kebahagiaan, serta mendapatkan kedamaian batin. Burleson (2003 : 552) dalam bukunya yang berjudul *Handbook of Communication and Social Interaction Skills*,

menjelaskan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk memberikan *emotional support*, yaitu *direct expressions of affection and concern* (kasih sayang dan perhatian), *invitations to discuss distressed feelings and associated problematic states* (diskusi masalah), *statements of encouragement and hope* (motivasi dan harapan), *efforts to assist with problem analysis* (analisis masalah), serta *offers of information and advice* (informasi dan saran).

1. *Affection and concern*

Emotional support dapat dilakukan dengan menunjukkan kasih sayang dan perhatian secara langsung. Kasih sayang dan perhatian dapat menciptakan perasaan positif pada masa-masa *stress*. Kasih sayang dan perhatian berarti mempertimbangkan kebutuhan dan kesulitan orang lain dengan membantu mereka menghadapi kesulitan melalui kehangatan serta kepedulian. Sven Wahlroos (1983) menjelaskan bahwa kebahagiaan dan kepuasan terbesar dalam hidup, serta kedamaian batin merupakan hal yang datang dari lingkungan keluarga yang penuh kasih. Selain itu, Albrecht & Adleman (1987) menjelaskan bahwa *emotional support* dapat dilakukan dengan memberikan kasih sayang dan perhatian secara fisik seperti pelukan, ciuman, berpegangan tangan, dan menepuk bahu.

2. *Discuss distressed feelings*

Emotional support dapat dilakukan dalam bentuk upaya untuk saling membantu mengatasi tekanan yang dialami antar anggota keluarga (Yoo et al, 2014). Hal ini dilakukan melalui ajakan untuk mendiskusikan bagaimana perasaan tertekan yang dialami individu, dengan tujuan untuk memahami masalah individu terkait *grieving* yang dialami.

3. *Encouragement and hope*

Burleson (1994) menjelaskan bahwa *emotional support* dapat diberikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat dorongan atau motivasi, kepastian, memperkuat harapan serta kepercayaan penerima. Dorongan serta harapan sendiri didefinisikan sebagai antisipasi terhadap masa depan yang baik, berdasar pada mutualitas, kompetensi diri, kemampuan coping, kesejahteraan psikologis, tujuan, serta makna dalam hidup (Miller, 1998). Berdasarkan identifikasi elemen harapan, Miller menyebutkan bahwa seseorang yang mendapatkan dorongan maupun harapan akan merasa dicintai dan dibutuhkan orang lain, menghindari sikap putus asa, menantikan masa depan yang baik, optimis, serta memiliki kesejahteraan dalam konteks psikologis.

4. *Assist problem analysis*

Upaya untuk membantu menganalisis masalah merupakan salah satu bentuk dalam memberikan *emotional support*. Analisis masalah dilakukan melalui negosiasi yang meliputi relasi untuk memecahkan suatu masalah yang dialami individu, terutama permasalahan emosional. Identifikasi masalah dalam keluarga merupakan elemen yang paling penting untuk menyelesaikan suatu permasalahan keluarga (J. C. Pearson et al, 2008).

5. *Information and advice*

Upaya untuk membantu memecahkan masalah secara emosional kemudian dilanjutkan dengan memberikan informasi dan saran merupakan salah satu bentuk *emotional support* (Goldsmith & McGeorge, 2000). Berbagi informasi terkait masalah yang dialami akan memberikan manfaat pada individu ketika informasi yang didapatkan relevan dengan masalah yang ada, serta cara penyampaiannya yang positif.

Selain itu, *emotional support* bergantung pada kohesivitas (daya tarik emosional) antar anggota keluarga. Tubbs (2000) menjelaskan bahwa kohesi merupakan ikatan emosional yang terjalin antar anggota keluarga.

1.5.5 Strategi Komunikasi

Dalam menghadapi situasi *stress*, dibutuhkan upaya untuk menemukan penyelesaian. McCubin & Dahl (1985) menjelaskan bahwa strategi serta perilaku aktif dalam sebuah keluarga merupakan bentuk upaya untuk mengelola maupun beradaptasi pada situasi *stress*. Komunikasi sendiri menurut Kalil (dalam Hendriani 2018) dijelaskan sebagai salah satu bentuk strategi yang digunakan dalam menyelesaikan suatu permasalahan keluarga. Komunikasi menjadi sangat penting bagi keluarga, karena komunikasi merupakan pusat dari dua fungsi utama keluarga yaitu : *nurturing* dan *controlling*. *Nurturing* sebagai bentuk komunikasi untuk mendorong perkembangan individu, kemudian *controlling* mencakup komunikasi untuk membimbing, memberikan pengaruh, dan membatasi perilaku anggota keluarga (Poire, 2006 : 11).

Selain itu Friendly (2002) menjelaskan bahwa komunikasi dalam keluarga diartikan kesiapan membicarakan secara terbuka atas setiap hal yang terjadi dalam keluarga, baik itu yang menyenangkan, atau bahkan yang tidak menyenangkan sekalipun. Anggota keluarga harus siap menyelesaikan masalah-masalah dalam keluarga dengan komunikasi yang dijalani dengan penuh kesabaran, kejujuran, serta keterbukaan. Komunikasi keluarga merupakan komunikasi yang terjadi antara anggota keluarga sebagai bentuk sarana bertukar pikiran dalam berbagai hal, mensosialisasikan nilai-nilai, serta menyampaikan segala persoalan maupun keluh kesah tiap individu keluarga.

Perasaan berduka yang timbul membuat anggota keluarga membutuhkan *emotional support* melalui strategi komunikasi keluarga.

Pemberian dukungan emosional antar anggota keluarga diberikan dengan menerapkan *listening skills, respect and regards*, serta *self-disclosure* yang merupakan dimensi komunikasi pada *circumplex model of marital and family systems* oleh D. H. Olson (2000), sebagai strategi atau alat untuk mencapai tujuan dalam memenuhi fungsi keluarga seperti berikut ini :

1. *Listening skills*

Listening skills menunjukkan kemampuan seseorang dalam mendengarkan pesan yang disampaikan oleh orang lain. Hal ini meliputi sikap empati, serta *active listening*. Empati sendiri menurut Devito (2012) adalah sikap yang menunjukkan bahwa kita merasakan apa yang sedang dirasakan oleh orang lain dengan memahami mereka, dalam konteks emosional. Empati biasanya ditunjukkan dengan memparafrase pesan komunikator, serta menunjukkan bahwa kita memahami betul apa yang dikatakan oleh lawan bicara.

Sedangkan untuk *active listening* sendiri menurut Devito (2012) merupakan proses menyatakan kembali bagaimana pemahaman komunikasi terhadap suatu pesan yang disampaikan oleh komunikator. *Active listening* dilakukan dengan memperhatikan betul pesan yang disampaikan komunikator, tidak menginterupsi, serta menunjukkan ketertarikan pada topik pembicaraan yang disampaikan oleh komunikator. Setelah itu, komunikasi dapat memberikan umpan balik sesuai dengan pesan yang diterima. Hal ini akan membuat komunikator dapat mengetahui bagaimana komunikasi memahami pesannya.

2. *Respect and regard*

Respect and regard berkaitan dengan aspek afektif dari komunikasi yang meliputi perhatian, kasih sayang, serta kelembutan dengan tujuan untuk menghargai, dan menghormati lawan bicara. Menghormati hak, kebutuhan, perasaan, serta perspektif orang lain. Secara verbal, hal ini

dapat dilakukan dengan menunjukkan sikap *respect* dan *regard* kepada penerima dukungan seperti, “Anda merupakan orang yang sangat hebat! Saya benar-benar menghormati apa yang anda coba lakukan” (Burleson, 2003).

3. *Self-disclosure*

Self-disclosure berkaitan dengan berbagi perasaan tentang dirinya dalam suatu hubungan, dengan tujuan untuk membangun hubungan yang lebih intim. Devito (2011) menjelaskan bahwa *self-disclosure* merupakan pengungkapan informasi diri yang disembunyikan. Selain itu, Berger & Kellermann (1989) menyatakan bahwa *self-disclosure* merupakan sebuah strategi untuk memperoleh informasi tentang orang lain. *Self-disclosure* menjadi perilaku komunikasi yang efisien dan tepat secara sosial untuk memperoleh informasi orang lain. Komunikator mencoba mengungkapkan diri kepada komunikan, agar komunikan juga melakukan hal sebaliknya, dengan tujuan membangun hubungan yang lebih dekat.

1.5.6 Alur Berpikir

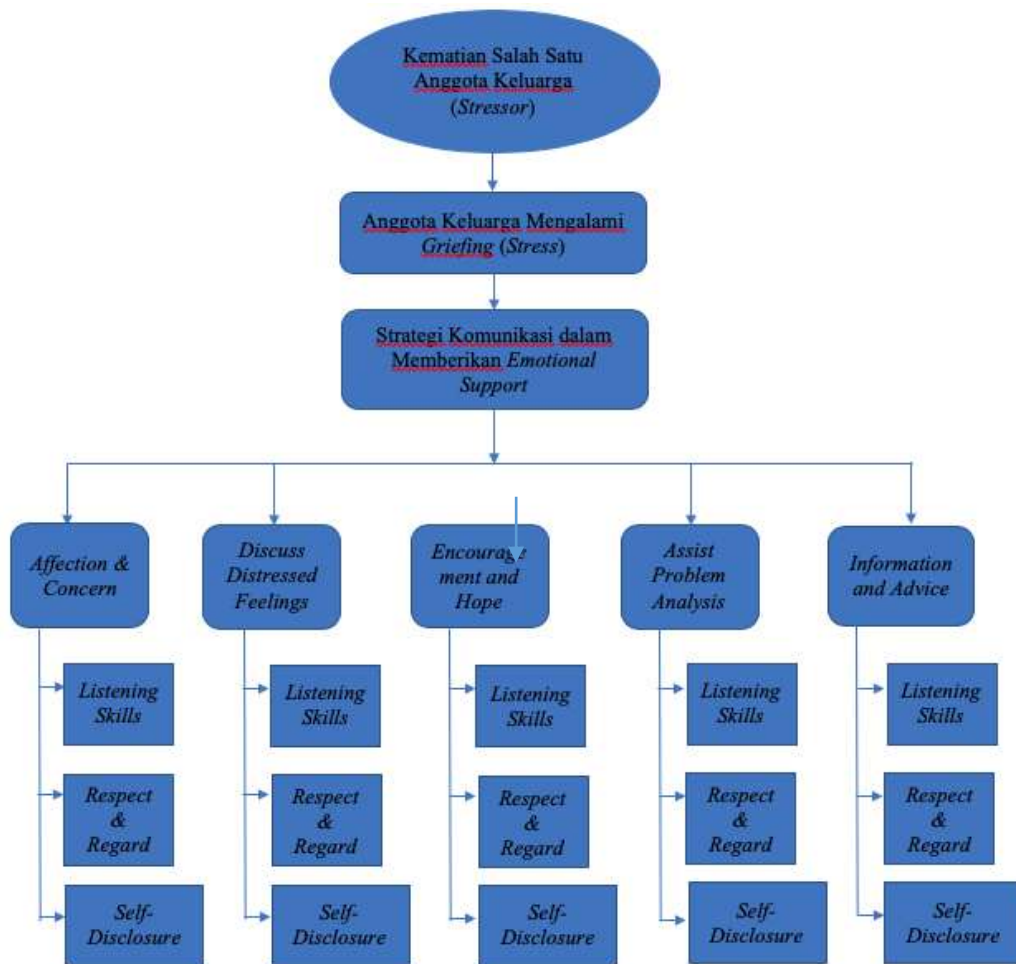
Alur berpikir berguna untuk menuntun peneliti agar dapat melaksanakan penelitian secara sistematis, sehingga memiliki arah yang jelas dan tidak keluar dari topik penelitian yang disusun. Secara umum, kematian salah satu anggota keluarga menimbulkan kesedihan dan perasaan kehilangan yang mendalam bagi sebuah keluarga. Kematian sebagai bentuk *unpredictable stressor* menciptakan perubahan situasi yang harus siap dihadapi. Kematian sebagai stressor ini kemudian menimbulkan stres dalam sebuah keluarga. Berduka merupakan bentuk dari stres yang timbul akibat dari kematian salah satu anggota keluarganya.

Berduka melibatkan reaksi emosional, sehingga dibutuhkan strategi komunikasi antar tiap anggota keluarga untuk saling memberikan *emotional*

support dalam mengatasi stres keluarga tersebut. Burleson (2003) menjelaskan bahwa *emotional support* dapat dilakukan dengan *direct expressions of affection and concern, invitations to discuss distressed feelings and associated problematic states, statements of encouragement and hope, efforts to assist with problem analysis*, serta *offers of information and advice*. Peneliti ingin mengetahui bagaimana tiap anggota keluarga saling mengkomunikasikan dukungan emosional melalui strategi komunikasi pada masa tahapan *grief* oleh Glick (1974), 1) tahap inisial respon; 2) tahap intermediate; 3) tahap *recovery*.

Peneliti menggunakan dimensi *communication* pada *circumplex model of marital and family systems* oleh milik D. H. Olson (2000) yang meliputi, *listening skills (active listening, empathy), respect & regards*, serta *self-disclosure* sebagai strategi komunikasi dalam memberikan *emotional support* pada masa *grief*. Tujuan yang berusaha dicapai dalam hal ini adalah penerapan fungsi *nurturance* yang meliputi pemberian dukungan emosional, seperti pemberian rasa cinta dan kasih sayang.

Berikut merupakan gambaran alur berpikir yang digunakan pada penelitian ini :



Gambar 1. Alur Berpikir

Sumber: Olahan Peneliti

1.6 Metodologi Penelitian

1.6.1 Metode dan Tipe Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang holistic, dengan kata lain secara menyeluruh, serta melihat suatu objek dalam konteks yang natural apa adanya (Danial & Nanan, 2009 : 60). Selain itu, Moleong (2011) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Berdasarkan pengertian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa hal ini sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini karena berkaitan dengan persoalan kehidupan manusia secara fundamental. Kasus yang akan diteliti dalam penelitian ini membutuhkan pengamatan yang mendalam. Peneliti dapat melakukan penelitian secara utuh terhadap subjek penelitian terkait dengan peristiwa yang terjadi pada kehidupan mereka.

Tipe penelitian deskriptif merupakan tipe penelitian yang dipilih oleh peneliti dalam penelitian ini. Penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun rekayasa manusia (Moleong, 2000 : 17). Tipe penelitian ini sesuai karena penelitian berusaha mendeskripsikan permasalahan yang terjadi pada keluarga yang menjadi subjek penelitian ini.

1.6.2 Karakteristik Informan

Karakteristik informan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota keluarga dari *nuclear family*, yang telah kehilangan salah satu anggota

keluarganya karena kematian. Variasi informan mulai dari keluarga yang kehilangan ayah, ibu, dan anak. Jika ayah yang meninggal, ibu dan anak menjadi sasaran penelitian. Kemudian ketika ibu yang meninggal, ayah dan anak yang akan menjadi sasaran penelitian. Sedangkan ketika anak yang meninggal, ayah, ibu, serta saudara yang akan menjadi sasaran dalam penelitian ini.

1.6.3 Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan *in-depth interview* sebagai teknik pengumpulan data pada penelitian ini. *In-depth interview* atau dapat disebut juga wawancara mendalam, dilakukan terhadap informan sebagai sasaran dalam penelitian ini yaitu setiap anggota keluarga ini yang telah kehilangan salah satu anggota keluarganya akibat kematian. Turner menyatakan bahwa “*Like surveys, depth interviews allow interviewers to question respondents in hopes of obtaining information about a phenomenon of interest*” (Turner & West, 2006 : 79). Teknis dari wawancara mendalam ini sama seperti survey, yaitu dengan memberikan pertanyaan terkait informasi yang ingin digali secara mendalam terhadap informan penelitian. Wawancara mendalam merupakan teknik pengumpulan data yang sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini. Wawancara mendalam sebagai tujuan untuk menggali secara mendalam suatu topik penelitian yang telah ditentukan.

Tahapan dalam melakukan pengumpulan data ini diawali dengan pencarian informan. Peneliti mencari informan yang sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan melalui informasi dari kerabat maupun teman. Kemudian peneliti melakukan pendekatan serta meminta izin kepada informan untuk bersedia diwawancarai. Setelah itu, peneliti melakukan wawancara dengan informan sesuai dengan waktu dan tempat yang telah disepakati sebelumnya. Peneliti berkesempatan untuk melakukan wawancara mulai pada tanggal 8 April 2020 hingga 18 April 2020. Seperti yang telah kita ketahui bahwa pada saat tersebut seluruh dunia sedang

diguncang oleh pandemi Covid-19, sehingga wawancara yang dilakukan sesuai dengan prosedur *physical distancing* (jarak fisik) yang disarankan WHO selama masa pandemi Covid-19 ini sebagai cara untuk menghindari penyebaran virus *corona*. *Physical distancing* dilakukan dengan menjaga jarak lebih dari satu meter dengan orang lain, tidak bersentuhan atau bersalaman, mengenakan masker, dan selalu menjaga kebersihan seperti mencuci tangan dengan sabun atau menggunakan *hand sanitizer*.

Wawancara dilakukan untuk menggali informasi dengan memberi pertanyaan kepada informan. Pertanyaan yang menjadi acuan peneliti meliputi pertanyaan tentang strategi komunikasi untuk memberikan *emotional support* pada keluarga yang kehilangan salah satu anggota keluarganya. Hasil wawancara akan diolah peneliti sebagai sumber data dalam penelitian ini.

1.6.4 Teknik Analisis Data

Berdasarkan pengumpulan data melalui wawancara mendalam yang telah dilakukan, peneliti akan menganalisis hasil data tersebut dan mengaitkannya dengan teori yang digunakan dalam penelitian ini. Teori dimensi *communication* pada *circumplex model of marital and family systems* milik D. H. Olson (2000) yang meliputi, *listening skills (active listening, empathy)*, *respect & regards*, serta *self-disclosure* sebagai cara untuk memberikan *emotional support* yang dapat dilakukan dengan *affection and concern* (kasih sayang dan perhatian), *discuss distressed feelings* (diskusi masalah), *encouragement and hope* (motivasi dan harapan), *assist with problem analysis* (membantu menganalisis masalah), *information and advice* (informasi dan saran) pada keluarga yang mengalami *grieving* karena kehilangan salah satu anggota keluarganya.

Teknik analisis data dalam penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa tahapan. Diawali dengan penulisan transkrip wawancara

mendalam dari rekaman wawancara yang telah dilakukan peneliti dengan informan. Setelah menyalin informasi tersebut ke dalam tulisan, peneliti melakukan koding untuk mengklasifikasikan hasil data tersebut. Klasifikasi data ini akan mempermudah peneliti untuk mencari data yang diinginkan ketika menganalisis data. Peneliti kemudian menganalisis hasil interpretasi data dengan teori yang digunakan dalam penelitian ini. Analisis data dilakukan dengan menginterpretasi strategi komunikasi yang dilakukan oleh anggota keluarga yaitu *listening skills (active listening, empathy), respect & regards*, serta *self-disclosure*, dalam memberikan *emotional support* kepada anggota keluarga lainnya.