

Dyadic Coping dengan Surviving Parent, pada Emerging Adult yang Mengalami Kematian Salah Satu Orang Tua saat Remaja

Rizqi Zakiyaturrosyida & Wiwin Hendriani*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Kematian salah satu orang tua dapat menjadi stresor yang besar terhadap dinamika keluarga. Kematian orang tua yang dialami individu pada masa remaja dapat membawa dampak jangka panjang hingga masa *emerging adulthood* yang dapat memengaruhi proses perkembangannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengalaman *dyadic coping* dengan *surviving parent*, pada *emerging adult* yang mengalami kematian salah satu orang tua saat remaja. Penelitian ini merupakan penelitian tipe kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Partisipan dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur yang dilakukan secara individual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* pascakematian bergerak dalam tiga arah, yaitu: relasi yang berkembang pada keterbukaan emosional mendalam, relasi yang mengarah pada keterhubungan dan terbatas pada pemahaman emosional, dan relasi yang merenggang, meskipun tetap bertahan. Upaya dalam *dyadic coping* terwujud melalui komunikasi terbuka terhadap stres yang dialami, dukungan praktis, dan dukungan emosional. Upaya adaptasi bersama dapat memberikan dampak ganda yang tidak hanya membantu menyelesaikan permasalahan yang muncul setelah kematian, tetapi juga merekonstruksi relasi kedekatan dan keterbukaan antara *emerging adult* dan *surviving parent* itu sendiri.

Kata kunci: *Dyadic Coping, Emerging Adult, Surviving Parent, Kematian Orang Tua, Remaja, Stres, Keduakaan*

ABSTRACT

The death of a parent can be a major stressor on family dynamics. The death of a parent experienced by an individual during adolescence may carry long-term effects into emerging adulthood that can influence their developmental process. This study aims to identify the dyadic coping experiences with the surviving parent among emerging adults who experienced the death of a parent during adolescence. This study is a qualitative study using an intrinsic case study approach. Participants in this study were selected using purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews conducted individually. The results indicate that the dynamics of the relationship between emerging adults and surviving parents following a death moved in three distinct directions: a relationship that developed into deep emotional openness; a relationship that fostered connection but was limited to emotional understanding; and a relationship that strained but remained intact. The dyadic coping process manifests through open communication about the stress being experienced, practical support, and emotional support. Common adaptive coping can have a dual impact: not only does it help resolve issues that arise after a death, but it also helps rebuild a close and open relationship between the emerging adult and the surviving parent.

Keywords: *Dyadic Coping, Emerging Adult, Surviving Parent, Parental Death, Adolescence, Stress, Grief*

PENDAHULUAN

Kematian seseorang yang sangat berarti menjadi peristiwa yang sangat mendalam bagi individu, sehingga dapat mengarahkan mereka mengalami proses kedukaan yang menekan dan memengaruhi berbagai aspek kehidupannya. Ketika peristiwa kematian terjadi pada figur yang memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari, misalnya kematian salah satu orang tua, pengaruhnya tidak hanya memunculkan kedukaan yang mendalam, tetapi juga menjadi peristiwa yang menandai perubahan struktur dan dinamika dalam keluarga. Dalam sistem keluarga, dampak kematian ini dapat berpengaruh secara signifikan pada anak. Terutama jika kematian salah satu orang tua dialami pada fase perkembangan remaja. Tahapan perkembangan individu pada masa remaja mencirikan proses anak dalam pembentukan identitas diri dan peningkatan otonomi (Santrock, 2019). Meskipun demikian, mereka masih bergantung pada keluarganya secara struktural dan emosional. Peristiwa kematian orang tua yang terjadi pada remaja menjadikan mereka kehilangan figur penuntunnya (Nurhidayati & Chairani, 2014; Susanto & Surjaningrum, 2023). Ketergantungan remaja terhadap orang tuanya ini menyebabkan kehilangan tersebut dapat mengganggu dinamika psikologis dan perkembangannya, karena mereka kehilangan rasa “aman”.

Peristiwa kematian orang tua pada individu remaja memungkinkan adanya keberlanjutan dampak hingga fase *emerging adulthood*, yaitu fase individu menuju kedewasaan yang terjadi pada rentang usia 18 hingga 29 tahun (Arnett, 2000; 2023). Tahapan *emerging adulthood* melibatkan proses adaptasi yang beragam, dengan perubahan pola kehidupan yang terjadi secara perlahan dalam perkembangan psikososialnya. Peran individu akan terus berkembang seiring dengan perubahan dalam hal kemandirian. Pada tahapan perkembangan tersebut, individu mengalami beberapa proses perkembangan yang meliputi eksplorasi identitas, kemandirian, dan adaptasi terhadap peran serta tanggung jawab kehidupan dewasa awal (Arnett, 2000; 2023). Proses tersebut berlangsung secara dinamis dan dipengaruhi oleh konteks kehidupan yang dialami oleh individu. Oleh karena itu, kematian salah satu orang tua yang dialami oleh *emerging adult*, individu yang berada pada fase *emerging adulthood*, juga dapat membentuk cara individu dalam menjalani tugas perkembangannya.

Peristiwa kematian orang tua membawa kedukaan yang beragam, tinjauan literatur yang dilakukan oleh Farella Guzo dan Gobbi (2023) menemukan bahwa kedukaan pada individu dapat memicu masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, insomnia, hingga kecenderungan dalam penyalahgunaan zat. Kematian orang tua saat individu masih remaja berpengaruh terhadap proses perkembangan identitasnya melalui berbagai mekanisme emosional dan psikososial. Kehilangan orang tua karena kematian menandai hilangnya figur penuntun dalam kehidupan individu, sehingga memunculkan kehampaan, kebingungan, kehilangan semangat dan arahan hidup (Nurriyana & Savira, 2021). Dipaparkan juga bahwa perubahan-perubahan karena kematian orang tua dapat

menuntut mereka untuk menyesuaikan diri, menimbulkan fase krisis, hingga menyebabkan individu rentan terhadap stres.

Kematian orang tua membawa individu pada hilangnya identitas personal mereka. Kehilangan orang tua yang terjadi pada saat individu masih berusia remaja, dapat menyebabkan individu terlibat pada proses merekonstruksi identitas dirinya (Cait, 2008; Meyer-Lee dkk., 2020). Individu merasa kesulitan memahami identitas personalnya setelah kematian orang tua, dalam tingkat tertentu mereka merasakan kehilangan sebagian dari diri mereka karena kematian tersebut (Meyer-Lee dkk., 2020). Beban kedukaan karena kematian orang tua dapat terus memengaruhi kehidupan sehari-hari dan berdampak pada relasinya dengan orang lain, diri sendiri, serta persepsi mereka terhadap masa depan (Johnson & Pascal, 2018). Dampak jangka panjang kematian orang tua yang terjadi ketika remaja dapat mereda seiring berjalannya waktu (Feigelman dkk., 2017). Namun, hal tersebut sangat dipengaruhi oleh aspek dukungan dari lingkungan sekitarnya (khususnya orang tua). Kualitas hubungan dengan *surviving parent* berperan dalam penyesuaian diri individu dalam jangka panjang (van Heijningen dkk., 2024; van Heijningen dkk., 2025).

Individu yang menghadapi peristiwa kematian salah satu orang tua menghadapi tantangan tersendiri yang berkaitan dengan perkembangan mereka. Kematian orang tua membawa pada identitas baru yang memengaruhi perencanaan mereka terhadap masa depan (Porter & Claridge, 2021). Perubahan peran oleh individu yang mengalami kematian salah satu orang tua disadari dengan adanya pertukaran peran antara *surviving parent* dengan anak, sehingga individu merasa harus melindungi keluarga mereka (Antony & Kapoor, 2024; Sebastian & Karibeeran, 2026). Peran individu sebagai anak bergeser menjadi sosok yang berperan dalam memberikan perlindungan dan dukungan pada *surviving parent* dan keluarga (Antony & Kapoor, 2024; Chater dkk., 2022).

Sudut pandang mengenai dinamika relasi yang memengaruhi hubungan antara *emerging adult* dan *surviving parent* masih belum banyak dikaji. Untuk memahami proses tersebut, pendekatan *dyadic coping* dapat digunakan sebagai kerangka eksplorasi dinamika relasi setelah peristiwa stres. Pendekatan *dyadic coping* awalnya melibatkan dua pihak dalam hubungan romantis yang memandang stres sebagai hal yang berpengaruh secara timbal balik, sehingga proses *coping* terhadap permasalahan yang muncul terjadi secara interdependen (Bodenmann dkk., 2016). *Dyadic coping* dalam relasi orang tua-anak memaparkan upaya adaptif dalam menghadapi stres secara bersama-sama. Upaya orang tua dan anak dalam menghadapi stres berpengaruh terhadap kualitas hidup anak dalam penyakit kronis (Nap-van der Vlist dkk., 2021). Peristiwa kematian dalam keluarga dapat berpengaruh baik pada individu maupun seluruh keluarga sebagai satu kesatuan. Dengan demikian, *emerging adult* dan *surviving parent* sebagai anggota dalam keluarga akan terlibat dalam proses dinamika dalam hubungan keluarga setelah perubahan karena peristiwa kematian.

Dinamika kedukaan yang terjadi dalam hubungan individu dengan orang tuanya yang masih hidup sering kali ditunjukkan dengan adanya perlindungan timbal balik (*reciprocal protection*), melalui upaya masing-masing pihak untuk menyembunyikan duka yang mereka alami (*protective buffering*). Hal tersebut justru sering kali meningkatkan tekanan psikologis bagi kedua pihak, sehingga pola perlindungan yang tertutup tersebut perlu diubah dengan adanya dukungan yang terbuka untuk saling berbagi kedukaan supaya kedua pihak dapat pulih bersama-sama (Wray dkk., 2026). Namun, studi mengenai relasi timbal balik dalam *dyadic coping* masih banyak dikaji pada pasangan romantis. Perluasan pada relasi intim lainnya masih terbatas. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana *emerging adult* merekonstruksi dinamika relasinya dengan *surviving parent* melalui *dyadic coping* setelah peristiwa kematian orang tua dalam konteks kematian yang dialami saat remaja. Penelitian ini berfokus pada pembahasan mengenai perubahan relasi setelah kematian, stres yang dihadapi pascakematian, dan upaya adaptif yang dilakukan oleh *emerging adult* dan *surviving parent*.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Stake (1995) memandang studi kasus sebagai upaya dalam menangkap kompleksitas dari suatu kasus tunggal. Kasus dipandang sebagai fenomena dengan batasan dan bagian-bagian yang terlibat di dalamnya. Penelitian studi kasus intrinsik ditujukan untuk memahami keunikan dan detail dari kasus tertentu, kasus dipandang sebagai fokus utama yang dominan tanpa adanya tujuan untuk menggeneralisasi temuan kasus pada sebuah teori (Stake, 1995). Berdasarkan konteks dalam penelitian ini, pendekatan studi kasus dapat mendukung kajian mengenai dinamika yang terjalin dalam relasi *emerging adult* dan *surviving parent* dan bagaimana relasi tersebut berkembang pada upaya *coping* dalam konteks peristiwa kematian salah satu orang tua yang dialami *emerging adult* saat remaja.

Partisipan

Partisipan pada penelitian ini ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria-kriteria di antaranya, yaitu individu berusia 18 tahun hingga 25-29 tahun yang mengalami kematian orang tua kandung pada usia 12 -18 tahun (fase remaja), individu belum sepenuhnya mandiri (masih tinggal bersama orang tua), dan *surviving parent* masih hidup ketika penelitian dilakukan.

Penggalan Data

Teknik penggalan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik wawancara secara semi-terstruktur (*semi-structured interview*). Proses wawancara yang diterapkan dalam penelitian

adalah wawancara individual (*individual interview*). Wawancara tersebut melibatkan satu peneliti dan satu partisipan yang ditujukan untuk memahami proses dan menggali pengalaman dari partisipan secara lebih mendalam.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik (*thematic analysis*) sebagai teknik pengorganisasian dan analisis data. Analisis tematik menghadirkan metode yang komprehensif dalam penelitian kualitatif untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan menyajikan pola atau tema di dalam data (Braun & Clarke, 2006). Dalam prosesnya, tema dan pola yang terpapar dalam data akan diidentifikasi melalui pendekatan induktif (*bottom-up*). Pendekatan tersebut menekankan pada keterkaitan dengan data yang diperoleh, daripada terikat oleh teori secara penuh. Kode dalam analisis tematik induktif berkembang melalui data partisipan tetapi peneliti tetap menyandingkan analisis tersebut dengan perspektif teoritis yang telah ditentukan sebelumnya sehingga analisis penelitian ini tidak terbatas pada penemuan makna objektif dari data yang diperoleh. Melainkan menjadi proses interpretasi yang melibatkan peneliti, data, dan teori.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dari 3 partisipan (SB, BK, RZS) menunjukkan bahwa dinamika relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* setelah kematian salah satu orang tua menunjukkan proses dalam relasi yang menandakan keberlangsungan suatu hubungan. Hal tersebut disebabkan oleh adanya perubahan terhadap arah dinamika relasi antara *emerging adult* dengan *surviving parent* yang berkembang semakin dekat dan/atau sebaliknya. Perubahan tersebut dapat diasosiasikan pada tiga karakteristik, yaitu keterbukaan, keterhubungan, dan keberlangsungan relasi. Karakteristik keterbukaan merujuk pada dinamika relasi yang berubah ke arah yang lebih dekat serta memiliki keterbukaan secara emosional. Karakteristik keterhubungan berkaitan dengan dinamika relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* yang mengarah pada hubungan yang lebih dekat tetapi keterbukaan emosional dalam relasi keduanya masih terbatas. Karakteristik ketiga, yaitu keberlangsungan relasi, merujuk pada dinamika relasi yang berubah menjadi hubungan yang renggang tetapi tidak sampai memutus relasi di antara keduanya.

Pergeseran arah relasi pada karakteristik “keberlangsungan relasi” tersebut tampak pada kasus BK, relasi antara BK dan ayahnya menunjukkan kerenggangan yang dipicu oleh keputusan ayahnya untuk menikah kembali. Sebelum pernikahan tersebut, BK masih mengalami periode kedekatan yang meningkat karena keduanya berperan bersama dalam menghadapi kedukaan pascakematian. Pernikahan kedua itu memunculkan pergeseran prioritas ayahnya, BK juga memandang bahwa ayahnya tidak lagi menjadi pihak yang aman untuk berbagi emosi. Dinamika relasi tersebut menunjukkan adanya regresi kedekatan yang sebelumnya sempat terbangun, sehingga keterbukaan emosional keduanya menjadi terbatas. Dinamika yang sama ditunjukkan pada perubahan relasi SB

dengan ibunya. Hubungan SB dan ibunya juga memperlihatkan adanya keterbatasan dalam keterbukaan emosional. Keterbatasan tersebut dapat dipahami dengan pola yang muncul dari pemaknaan kedukaan keduanya dengan *surviving parent*, kedukaan BK dan SB tidak sejalan dengan pemaknaan dari *surviving parent*. BK melihat bahwa kematian ibunya membawa kedukaan yang mendalam, ia juga kehilangan rasa aman karena kematian tersebut, sedangkan ayahnya tidak terbuka dengan kedukaan yang dialaminya, sehingga menjadikan ayah BK memutuskan untuk menikah kembali. Dalam hal ini pemaknaan kedukaan yang khas muncul dari SB yang melihat bahwa kematian ayahnya menjadikannya kehilangan figur “pembuktian diri”. Di sisi lain, ibunya memaknai bahwa kematian ayah SB tidak dipandang sebagai perubahan yang mendalam.

Namun demikian, relasi SB dan ibunya masih berkembang menuju arah yang lebih dekat. Hal tersebut dipengaruhi oleh keterbukaan ibunya terhadap masalah keluarga yang muncul setelah kematian, sehingga relasi keduanya dapat dikategorikan dalam karakteristik “keterhubungan relasi”. Hal tersebut secara konsisten juga muncul pada kasus RZS, keterbukaan ibunya dalam berbagi cerita dengan RZS menjadikan relasi keduanya mengarah pada hubungan yang lebih dekat. Karakteristik yang berbeda muncul dalam relasi RZS dan ibunya, yaitu kedekatan emosional yang meningkat setelah kematian ayah RZS. Hal tersebut dipengaruhi oleh kedukaan yang dirasakan bersama sebagai peristiwa kehilangan yang mendalam.

Karakteristik perubahan arah relasi *emerging adult* dan *surviving parent* setelah peristiwa kematian dapat dilatarbelakangi oleh dinamika keluarga yang dilihat pada kondisi keluarga sebelum kematian dan setelah kematian. Kondisi keluarga sebelum kematian, melatarbelakangi proses *emerging adult* dan *surviving parent* dalam menjalani hubungan dalam keluarga, sehingga kondisi sebelum kematian menjadi titik awal arah perubahan relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent*. Dalam hal ini, mereka terlibat pada perubahan relasi yang tidak terjadi secara seketika, tetapi melalui proses relasi yang terus berlangsung. Kondisi keluarga sebelum kematian tersebut meliputi, kedekatan hubungan *emerging adult* dengan orang tua yang telah meninggal, kedekatan dengan *surviving parent* (orang tua saat ini), hubungan pernikahan orang tua sebelum kematian, dan dinamika keluarga yang telah terbangun sebelum kematian. Ikatan yang terjalin dalam keluarga SB sebelum kematian ayahnya terbentuk secara individualis, kedekatan SB dengan ayahnya tergolong rendah dan hubungan pernikahan kedua orang tuanya dinilai oleh *surviving parent* sebagai pernikahan yang tidak harmonis, sehingga kondisi keluarganya secara umum tidak terjalin secara mendalam. Dengan demikian, kualitas hubungan dalam keluarga sebelum peristiwa kematian memengaruhi dinamika keluarga, termasuk juga perubahan relasi antara individu dan *surviving parent*.

Di samping itu, ikatan yang terjalin dalam relasi dengan orang tua BK sebelum kematian ibunya menunjukkan kedekatan yang asimetris, yaitu kecenderungan kedekatan BK dengan ibunya daripada ayahnya, begitu pun pada RZS yang memperlihatkan kenyamanan pada relasi dengan ayahnya daripada ibunya sebelum peristiwa kematian. Kasus pada keduanya kemudian membawa duka yang

mendalam dibandingkan dengan kedukaan pada kasus SB. Perbedaan keduanya dengan kasus SB membuka proses relasi pascakematian yang berbeda. Namun, arah relasi tersebut mengarah pada perubahan relasi yang berbeda. Hal tersebut dipengaruhi oleh adanya konflik atau tegangan yang muncul setelah kematian.

Kondisi keluarga setelah kematian salah satu orang tua, merujuk pada cara *emerging adult* dan *surviving parent* menghadapi perubahan baru dalam keluarga. Tekanan dan konflik yang muncul setelah peristiwa kematian dapat memengaruhi cara individu dan *surviving parent* dalam menghadapi perubahan yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap dinamika relasi keduanya. Namun, tekanan dan konflik yang muncul tidak secara langsung memutus hubungan *emerging adult* dan *surviving parent*. Hal tersebut ditunjukkan dari kasus pada relasi BK dengan ayahnya. Tekanan yang muncul karena pernikahan kedua ayahnya dapat mereda, tetapi hubungan keduanya tidak kembali lebih dekat daripada relasi yang melibatkan proses adaptasi kedukaan sebelum pernikahan tersebut. Di sisi lain, pada kasus RZS menunjukkan tekanan dan konflik yang dikomunikasikan bersama dapat mendukung keterbukaan dan dukungan dalam menghadapi situasi tersebut. Pada proses relasinya, RZS dan ibunya membagikan konflik terkait kedukaan bersama, sehingga perubahan relasi keduanya dapat mengarah secara konsisten pada kedekatan dan keterbukaan.

Stres yang muncul setelah kematian salah satu orang tua dapat digambarkan dalam beberapa konteks permasalahan, seperti konflik individu, relasi, dan konflik keberlangsungan keluarga. Konflik individu meliputi tekanan yang muncul dalam proses kemandirian, pengembangan karier, dan eksplorasi diri dari *emerging adult*. Konflik ini sangat khas pada kasus SB dan BK yang menghadapi kematian salah satu orang tuanya dalam dinamika individual sebagai bentuk kedukaan individu yang tidak diiringi dengan dukungan relasional dari *surviving parent* yang memadai. Pada SB, konflik tersebut muncul melalui pengalaman kehilangan figur karena kematian ayahnya, kehilangan ambisi, dan rekonstruksi tujuan, serta pencarian makna keluarga bagi dirinya. Pada kasus BK, pengalaman kehilangan figur aman memaksa dirinya untuk menghadapi perubahan karena kematian ibunya dengan kemandirian. Pola ini berbeda pada RZS yang juga menghadapi tekanan dalam konteks individual. RZS mengambil peran sebagai anak pertama dan tuntutan atas kemandirian yang lebih cepat. Namun, kasus pada RZS tidak menandai adanya kedukaan individu yang belum terintegrasi. Hal tersebut kemungkinan muncul karena pengalaman kedukaan RZS yang telah dijalani secara relasional dengan *surviving parent* sejak awal kematian.

Konflik relasi merujuk pada kemunculan stres yang disebabkan oleh perubahan arah relasi, kedekatan, dan keterbukaan. Selain itu, kemunculan konflik terhadap relasi individu dan *surviving parent* juga dipengaruhi oleh adanya anggota keluarga baru atau hubungan baru dari *surviving parent*. Konflik tersebut menonjol pada kasus BK dan RZS. Pada BK, konflik relasi tersebut muncul karena adanya anggota baru karena pernikahan ayahnya. RZS juga mengalami hal yang sama dalam bentuk pasangan baru ibunya, tetapi hal tersebut berbeda dengan BK karena adanya proses relasional secara dua arah

dalam membagikan permasalahan karena pasangan baru *surviving parent*. Di sisi lain, kasus pada RZS tidak sampai pada perubahan struktur keluarga karena pernikahan kedua *surviving parent*.

Konflik yang memunculkan stres terhadap keberlangsungan keluarga meliputi perubahan finansial dan struktural dalam keluarga setelah kematian salah satu orang tua. Konflik tersebut masing-masing dialami oleh subjek dalam penelitian ini melalui perubahan sumber ekonomi keluarga yang menjadi satu arah. Pada kasus SB dan RZS, *surviving parent* berperan sebagai pencari nafkah utama. Namun, RZS tidak menandai adanya perubahan yang signifikan pada tekanan secara finansial. Pada kasus BK, kematian ibunya ditandai sebagai hilangnya peran perencana dalam keluarga, sehingga perlu dilakukan penyesuaian secara finansial setelah kematian ibunya. Selain itu, keberlangsungan keluarga dapat terganggu karena konflik perubahan struktural keluarga. Hal tersebut paling menonjol pada kasus BK karena adanya anggota keluarga baru, sehingga membentuk struktur keberlangsungan keluarga yang baru.

Proses *coping* dalam upaya adaptif yang dilakukan oleh SB, BK, dan RZS menunjukkan kecenderungan *coping* yang dilakukan baik secara individual maupun relasional. Upaya adaptif dalam menghadapi tekanan yang dilakukan secara individual dilakukan karena melibatkan kedukaan personal, kebutuhan terhadap kemandirian, dan tingkat keterbukaan terhadap *surviving parent*. Akan tetapi, keberadaan upaya secara individual tidak dapat dimaknai bahwa keduanya tidak melakukan upaya bersama. Pengalaman personal, kemandirian, dan keterbatasan terhadap keterbukaan tidak menghalangi adanya upaya dan dukungan yang muncul dalam proses relasional. Keduanya dapat menunjukkan upaya relasional melalui dukungan-dukungan praktis, seperti yang ditunjukkan pada kasus SB dan BK. Upaya adaptasi yang ditunjukkan pada kasus RZS menunjukkan proses secara relasional secara utuh karena upaya RZS dan ibunya dalam menghadapi stres setelah kematian bersama-sama. Upaya adaptif tersebut meliputi, mendengarkan keluh kesah ibunya, pembagian peran bersama, apresiasi atas usaha RZS, dan dukungan penuh terhadap pilihan-pilihan RZS. Upaya adaptif secara relasional tersebut juga melibatkan keterbukaan terhadap komunikasi stres yang dialami baik oleh RZS maupun ibunya, sehingga proses adaptasi dapat berlangsung dengan timbal-balik dan melibatkan peran aktif dari keduanya.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya dinamika yang berbeda-beda mengenai cara *emerging adult* dan *surviving parent* dalam menghadapi stres setelah peristiwa kematian. Perbedaan tersebut dapat disebabkan oleh perbedaan pemaknaan kedukaan antara *emerging adult* dan *surviving parent*, sehingga dapat mengarahkan pada perubahan arah relasi yang bervariasi. Perbedaan pemaknaan terhadap kedukaan tersebut dapat menghambat proses adaptasi terhadap tekanan yang muncul karena adanya jarak dalam keterbukaan emosional. Secara terbalik, penelitian oleh Droser (2020) mengonfirmasi keselarasan terkait makna kedukaan antara *emerging adult* dan *surviving parent* dapat

berpengaruh terhadap keterbukaan emosional. Keselarasan persepsi dalam makna kedukaan antara *surviving parent* dan individu sebagai anak dapat menekan ketidakpastian dan gangguan dalam relasi, yang kemudian juga memengaruhi kualitas terhadap relasi emosional keduanya (Droser, 2020). Melalui penelitiannya, Droser (2020) juga menandai pentingnya pemahaman yang dikonstruksikan secara bersama dapat mendukung upaya adaptasi keluarga terhadap kematian dan tantangan yang muncul setelahnya. Dengan demikian, keselarasan pemahaman seperti makna kedukaan berperan dalam mengurangi jarak emosional antara *emerging adult* dan *surviving parent*, sehingga proses adaptasi keduanya tidak terhambat.

Penelitian ini juga menggambarkan bahwa kondisi keluarga sebelum peristiwa kematian juga berpengaruh terhadap perbedaan makna kedukaan. Penelitian ini menandai pengaruh yang sama dengan temuan dari penelitian Meyer-Lee dkk. (2020) yang menyebutkan bahwa hubungan yang terjalin dengan orang tua yang sudah meninggal, *surviving parent* dan relasi pernikahan orang tua, serta hubungan dalam keluarga memengaruhi proses kedukaan individu yang memicu perubahan dinamika keluarga. Oleh sebab itu, kondisi keluarga sebelum kematian dapat disoroti sebagai latar belakang perubahan relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent*.

Selain itu, perubahan arah relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* setelah peristiwa kematian juga dipengaruhi oleh kondisi setelah kematian. Hal tersebut muncul sebagai pengaruh keberadaan konflik dan tekanan yang mengiringi peristiwa kematian. Konflik yang muncul berhubungan dengan perubahan baru yang membutuhkan penyesuaian. Meskipun data yang muncul dalam penelitian ini tidak menemukan adanya relasi *emerging adult* dan *surviving parent* yang terputus, tetapi konflik yang tidak terfasilitasi dengan dukungan relasional dapat berpengaruh terhadap dinamika relasi yang tidak berkembang dan penyesuaian stres yang terhambat. Hal tersebut berbeda dengan temuan penelitian van Heijningen dkk. (2025) yang menunjukkan bahwa ketegangan dan konflik yang muncul setelah peristiwa kematian dapat menyebabkan terputusnya hubungan individu dengan *surviving parent* dan/atau saudara kandung. Perbedaan dampak dari konflik yang muncul setelah peristiwa kematian ini menunjukkan tingkat keparahan konflik juga berperan dalam perubahan relasi (misalnya, relasi dapat merenggang atau sebaliknya) *emerging adult* dan *surviving parent*. Dengan demikian, perlu adanya perhatian terhadap perubahan pascakematian, terutama jika konflik dan tegangan tersebut muncul pada kasus dengan dukungan relasional yang masih terbatas.

Dinamika yang menandai perubahan arah relasi dari *emerging adult* dan *surviving parent* dapat muncul dari keseharian yang dibagikan bersama, tanggung jawab baru, aktivitas sehari-hari, perubahan tanggung jawab, perasaan yang mengikuti kedukaan, dan perubahan struktur dalam keluarga. Kehidupan setelah kehilangan tersebut disebutkan oleh Jiao (2022) dalam penelitiannya yang memaparkan bahwa dukungan terhadap anggota keluarga (*surviving parent*) dan upaya bersama untuk menghadapi kedukaan dapat meningkatkan penerimaan keluarga terhadap kehilangan. Penyesuaian keluarga (setelah kematian) dapat meningkat dengan dukungan yang diberikan melalui

kepedulian terhadap satu sama lain, mengambil alih peran dalam keluarga, dan mengatasi problem dalam kehidupan bersama. Dorongan untuk terus melangkah maju dan menjaga kedekatan komunikasi dapat membawa keberlangsungan keluarga pada kehidupan baru setelah peristiwa kematian. Dengan demikian, penelitian Jiao (2022) menandai adanya pembahasan terkait perubahan arah keberlangsungan hubungan *emerging adult* dan *surviving parent* pascakematian dalam kaitannya pada kehidupan setelah kematian.

Konteks permasalahan atau tekanan yang muncul setelah kematian yang ditemukan pada kasus dari partisipan berbeda dibandingkan dengan konsep stres dalam *dyadic coping* oleh Guy Bodenmann. Karena sumber stres yang melibatkan komunikasi stres dalam *dyadic coping* oleh Guy Bodenmann dibedakan ke dalam dua faktor yaitu, faktor internal (pasangan A, B, atau keduanya) dan faktor eksternal (di luar relasi dua pihak) (Bodenmann dkk., 2016). Sedangkan, konteks permasalahan dari partisipan diidentifikasi berdasarkan cakupan individu, relasi, dan keberlangsungan relasi. Hal tersebut menandai adanya perbedaan pola relasi *dyadic coping* pada pasangan (romantis) dengan relasi pada orang tua-anak, terutama dalam konteks kematian salah satu orang tua. Fokus upaya adaptif yang diarahkan dalam proses relasional ini ditujukan sebagai penyesuaian terhadap perubahan keluarga setelah kematian, sehingga konsep stres dalam *dyadic coping* pada relasi *emerging adult* dan *surviving parent* diarahkan pada identifikasi berdasarkan cakupan perluasan stres.

Upaya adaptif yang dilakukan secara relasional melibatkan *emerging adult* dan *surviving parent* dalam melakukan komunikasi stres dan respons secara dua arah. Hal tersebut dapat menjelaskan kesesuaiannya dengan pendekatan interdependensi dalam *dyadic coping* oleh Bodenmann yang melihat stres sebagai pengalaman yang saling memengaruhi (Bodenmann dkk., 2016). Selain itu, upaya relasional tersebut mendukung adanya peran aktif dari individu sebagai anak dalam memberikan dukungan kepada *surviving parent*. Di sisi lain, dukungan yang diberikan oleh *surviving parent* dapat mendukung individu dalam prosesnya menghadapi tekanan yang muncul. Dukungan relasional tersebut kemudian berpengaruh terhadap dinamika hubungan antara *emerging adult* dan *surviving parent* setelah peristiwa kematian.

Berdasarkan paparan yang telah dibahas dari hasil penelitian ini, bentuk *coping* yang muncul dalam upaya yang dilakukan oleh *emerging adult* (SB, BK, dan RZS) dan *surviving parent* untuk menghadapi kesulitan yang muncul setelah kematian salah satu orang tua banyak dipengaruhi oleh kedekatan dan keterbukaan. Kedekatan hubungan antara individu dan *surviving parent* sebelum kematian dan keterbukaan yang terjalin di dalamnya memengaruhi cara individu dan *surviving parent* dalam mengomunikasikan tekanan yang dialaminya. Kedekatan dan keterbukaan yang terkait dalam komunikasi stres kemudian memengaruhi dukungan yang diberikan oleh *emerging adult* dan *surviving parent*.

Di sisi lain, upaya adaptif yang dilakukan oleh *emerging adult* dan *surviving parent* dalam menghadapi stres dan permasalahan yang muncul setelah peristiwa kematian juga memengaruhi kedekatan dan keterbukaan dalam relasi di antara keduanya. Relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* dapat berkembang dari upaya bersama yang dilakukan untuk menghadapi kesulitan yang muncul setelah kematian salah satu orang tua. Dalam sudut pandang *dyadic coping*, upaya yang dilakukan oleh *emerging adult* dan *surviving parent* melalui kedekatan dan keterbukaan dapat memberikan dampak ganda (*dual impact*) terhadap kualitas relasi dan dinamika hubungan antara *emerging adult* dan *surviving parent*.

SIMPULAN

Dinamika *emerging adult* dan *surviving parent* dalam menghadapi kebutuhan perubahan setelah kematian melibatkan proses yang berjalan baik secara individual maupun relasional. Dinamika relasi antara *emerging adult* dan *surviving parent* menunjukkan perubahan relasi yang mengarahkan pada keterhubungan, kedekatan, dan keberlangsungan relasi. *Emerging adult* juga terlibat dalam proses rekonstruksi hubungan dengan *surviving parent* sehingga dinamika relasinya mengalami perubahan dalam mekanisme interaksional. Stres yang muncul setelah kematian salah satu orang tua tidak hanya muncul sebagai keduakaan setelah kehilangan, tetapi juga muncul dalam berbagai konteks atau situasi permasalahan yang meliputi, konflik individu, relasi, dan konflik keberlangsungan keluarga. Kemunculan stres dalam konflik relasi berkaitan dengan stres akibat perubahan peran dan relasi, serta hubungan baru yang tercipta dalam keluarga. Perubahan kondisi keluarga seperti tekanan ekonomi, sumber finansial, dan keberlangsungan keluarga di masa depan. Dalam menghadapi permasalahan yang muncul, dinamika dalam *dyadic coping* diperlihatkan oleh *emerging adult* dan *surviving parent* melalui komunikasi terkait tekanan yang sedang dihadapi, dukungan sebagai upaya untuk meringankan tekanan yang sedang dialami, mengambil peran atau tanggung jawab, dan menghadapi tekanan bersama-sama. Upaya untuk menghadapi tekanan tersebut membawa peran timbal-balik terhadap proses *emerging adult* dan *surviving parent* dalam beradaptasi terhadap kebutuhan dari perubahan yang muncul setelah kematian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Dr. Wiwin Hendriani, S.Psi., M.Psi., sebagai dosen pembimbing penulis, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Rizqi Zakiyaturrosyida dan Wiwin Hendriani tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Antony, Tanya Ann, & Kapoor, Bhumika. (2024). Portraits of Life After Loss: Understanding Parental Loss Within A Social Context. *Journal of Family Issues*, 45(10), 2473–2499. <https://doi.org/10.1177/0192513X231204981>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Bodenmann, G., Randall, A. K., & Falconier, M. K. (2016). Coping in couples: The Systemic Transactional Model (STM). *Couples Coping with Stress: A Cross-Cultural Perspective*, 5–22. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psych&AN=2016-20915-001&site=ehost-live>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Cait, C.-A. (2008). Identity Development and Grieving: The Evolving Processes for Parentally Bereaved Women. *The British Journal of Social Work*, 38(2), 322–339. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl347>
- Chater, A. M., Howlett, N., Shorter, G. W., Zakrzewski-Fruer, J. K., & Williams, J. (2022). Reflections on Experiencing Parental Bereavement as a Young Person: A Retrospective Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph19042083>
- Droser, V. A. (2020). Parent–child relationships following spousal/parental death: An application of relational turbulence theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 77–99. <https://doi.org/10.1177/0265407519857155>
- Farrella Guzzo, M., & Gobbi, G. (2023). Parental Death During Adolescence: A Review of the Literature. *Omega (United States)*, 87(4), 1207–1237. <https://doi.org/10.1177/00302228211033661>
- Feigelman, W., Rosen, Z., Joiner, T., Silva, C., & Mueller, A. S. (2017). Examining longer-term effects of parental death in adolescents and young adults: Evidence from the national longitudinal survey of adolescent to adult health. *Death Studies*, 41(3), 133–143. <https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1226990>
- Jiao, K. (2022). Parent-child dyadic coping in widowed families: the dual process and dual impact. *HKU Theses Online (HKUTO)*.
- Johnson, N., & Pascal, J. (2018). Relational distressed and maternal absence: young women's lived experience of familial breast cancer. *Illness Crisis and Loss*, 26(3), 200–222. <https://doi.org/10.1177/1054137316659419>
- Meyer-Lee, C. B., Jackson, J. B., & Gutierrez, N. S. (2020). Long-Term Experiencing of Parental Death During Childhood: A Qualitative Analysis. *Family Journal*, 28(3), 247–256. <https://doi.org/10.1177/1066480720926582>
- Nap-van der Vlist, M. M., van der Wal, R. C., Grosfeld, E., van de Putte, E. M., Dalmeijer, G. W., Grootenhuis, M. A., van der Ent, C. K., van den Heuvel-Eibrink, M. M., Swart, J. F., Bodenmann, G., Finkenauer, C., & Nijhof, S. L. (2021). Parent-Child Dyadic Coping and Quality of Life in Chronically Diseased Children. *Frontiers in Psychology*, 12(July), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.701540>
- Nurhidayati, N., & Chairani, L. (2014). Makna Kematian Orangtua Bagi Remaja (Studi Fenomenologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua). *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim*, 10(1), 33–40. <https://doi.org/10.24014/jp.v10i1.1177>
- Nurriyana, A. M., & Savira, S. I. (2021). Mengatasi kehilangan akibat kematian orang tua: Studi fenomenologi self-healing pada remaja. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 46–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41169>
- Porter, N., & Claridge, A. M. (2021). Unique grief experiences: The needs of emerging adults facing the death of a parent. *Death Studies*, 45(3), 191–201. <https://doi.org/10.1080/07481187.2019.1626939>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span Development*. McGraw-Hill Education. <https://books.google.co.id/books?id=TfV7tQEACAAJ>

-
- Sebastian, A., & Karibeeran, S. (2026). *Parental Death During Childhood and Its Effects on Adulthood: A Scoping Review*. 14, 2349–3429. <https://doi.org/10.25215/1401.144>
- Stake, R. E. (1995). *The Art of Case Study Research*. SAGE Publications. <https://books.google.co.id/books?id=ApGdBx76b9kC>
- Susanto, V., & Surjaningrum, E. R. (2023). A systematic literature review: Pemaknaan kedukaan akibat kematian orang tua pada remaja. *Proceeding Series of Psychology*, 1(1), 262–274.
- van Heijningen, C. J. M., van Berkel, S. R., Haccou, A. L., van der Voort, A., Elzinga, B. M., & Alink, L. R. A. (2025). Adults' Experiences on Learning to Cope with Parental Death During Childhood. *Journal of Loss and Trauma*, 30(7), 1006–1028. <https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2540893>
- van Heijningen, C. J. M., van Berkel, S. R., Rosinda, S. J., Penninx, B. W. J. H., Alink, L. R. A., & Elzinga, B. M. (2024). Long-term effects of experiencing childhood parental death on mental and physical health: A NESDA study. *Stress and Health*, 40(3). <https://doi.org/10.1002/smi.3322>
- Wray, A., Pickwell-Smith, B., Greenley, S., Pask, S., Bamidele, O., Wright, B., Murtagh, F., & Boland, J. W. (2026). Parental death: a systematic review of support experiences and needs of children and parent survivors. *BMJ Supportive & Palliative Care*, 16, 28–39. <https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2022-003793>