

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kematian adalah sesuatu yang pasti dan tidak dapat dihindari oleh siapa pun di antara umat manusia (Susanto & Surjaningrum., 2023). Kehilangan pasangan hidup dapat memberikan dampak yang mendalam, terutama dalam aspek psikologis. Individu yang ditinggalkan sering kali mengalami perasaan sedih, terpuruk, suram, dan bahkan merasa putus asa. Emosi-emosi ini merupakan respon alami terhadap kehilangan yang mendalam dan dapat mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang (Jalesveva Widyataqwa & Rahmasari., 2021)

Setelah kehilangan pasangan, sebagian individu mampu mempertahankan fungsi Kesehatan mental yang relatif stabil, tetapi Sebagian lain mengalami kesulitan dalam mengelola kesedihan sehingga dapat berkembang menjadi *Prolonged Grief Disorder (PGD)*. *Prolonged Grief Disorder (PGD)* di tandai oleh kerinduan intens terhadap pasangan yang meninggal, kesulitan menerima kenyataan kehilangan, perasaan kehilangan identitas, kesepian, dan ketidakmampuan mengalami emosi positif, mengganggu fungsi sosial dan kualitas hidup jangka Panjang (Smid et al., 2020; Hilberdink et al., 2023; Eisma et al., 2025).

Kematian pasangan merupakan bentuk kehilangan yang dapat memberikan dampak mendalam terhadap kondisi emosional dan kesehatan mental individu yang ditinggalkan, yang kerap ditunjukkan melalui peningkatan tekanan psikologis dan munculnya gejala depresi (Timmins et al., 2022). Laki-laki yang kehilangan pasangan cenderung menekan ekspresi emosional dan menyembunyikan kesedihan, karna norma

sosial yang menuntut ketegaran dan kendali diri (Vähäkangas et al., 2022). Sebaliknya, istri yang kehilangan suami cenderung mengekspresikan emosi secara lebih terbuka, seperti kesedihan, atau kehilangan makna hidup, dan lebih aktif mencari dukungan sosial serta memanfaatkan sumber daya internal untuk adaptasi pasca kehilangan (Ariyanti et al., 2023; Martínez-esquivela et al., 2024).

Kehilangan pasangan hidup juga menuntut individu yang ditinggalkan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan peran dan tanggung jawab baru, termasuk peran pengasuhan bagi anak-anak dan pengelolaan rumah tangga. Jika kebutuhan emosional dan tanggung jawab baru ini tidak ditangani dengan baik, individu dapat mengalami stress, depresi, frustrasi, hingga penurunan kualitas hidup (Ariyanti et al., 2023; Jansen et al., 2024). Dalam konteks keperawatan, pemahaman individu terhadap kematian pasangan menjadi landasan penting bagi pemberian asuhan holistik yang efektif dan tepat sasaran.

Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana suami dan istri mengalami dan mengekspresikan kesedihan pasca kehilangan pasangan, strategi koping yang digunakan, serta pengaruh norma sosial, gender, dan dukungan sosial terhadap proses berduka. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan yang sensitif gender dan kontekstual.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam karya tulis ilmiah ini adalah, Bagaimana respon emosional dan strategi koping individu pasca kehilangan pasangan hidup?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana respon emosional dan strategi koping individu pasca kehilangan pasangan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengeksplorasi bentuk-bentuk strategi koping yang digunakan individu dalam mengelola emosi duka pasca kehilangan pasangan.
- b. Mengkaji respon emosional yang dialami individu selama proses berduka setelah kehilangan pasangan
- c. Mengevaluasi proses adaptasi individu dalam mengalihkan peran dan tanggung jawab baru pasca kehilangan pasangan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan keperawatan jiwa dengan menambah pemahaman mengenai pengalaman subjektif individu dalam menghadapi kematian pasangan. Serta memperkaya kajian teoritis tentang proses berduka dan adaptasi individu terhadap kehilangan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam memahami perbedaan respon emosional individu yang mengalami kehilangan pasangan sebagai bagian dari proses berduka, serta

menjadi dasar pengembangan kajian lanjutan dengan mempertimbangkan faktor gender dan konteks sosial

1.4.2.2 Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman perawat, khususnya perawat jiwa, mengenai variasi respon emosional individu yang mengalami kematian pasangan sebagai dasar pemberian asuhan keperawatan jiwa yang empatik, holistik, dan sensitif terhadap kebutuhan individu.

1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran dalam pendidikan keperawatan jiwa untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai proses berduka dan perbedaan respon emosional individu yang kehilangan pasangan, serta mendukung pengembangan kurikulum yang kontekstual dan aplikatif.

