

**PENDEKATAN KOMUNIKASI RESILIENSI: MENGENDALIKAN KESEDIHAN PASCA
KEHILANGAN ORANG TUA KARENA COVID-19 PADA REMAJA DI SURABAYA
BARAT**

Mochammad Khalifah Alam S.¹, Ahmadi slow.²

^{1,2}Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Dr. Soetomo, Surabaya-Indonesia
sbt.khalifah@gmail.com

ABSTRACT

The results of this study aim to know the resilience communication approach, because adolescents are said to be able to achieve resilience can be influenced by two factors which include risk factors (risk factor) which is the individual's ability to rise due to a stressor that is directly able to suppress the individual's self so that it can enlarge potential risk to the individual in negative actions. The second factor is a protective factor which is the individual's ability to rise through the reinforcement given to the individual by modifying the stimulus or object of behavior so that the individual can overcome the next negative stimulus.

Keywords: *Phenomenology Of Suffering, Message About To Know Resilience Communication In Adolescents*

ABSTRAK

Hasil penelitian ini bertujuan untuk bahwa mengetahui pendekatan komunikasi resiliensi, karena remaja dikatakan mampu mencapai resiliensi dapat dipengaruhi oleh dua faktor yang meliputi faktor resiko (*risk factor*) dimana merupakan kemampuan individu untuk bangkit yang disebabkan karena adanya stressor yang secara langsung mampu menekan diri individu sehingga dapat memperbesar potensi resiko pada diri individu tersebut pada tindakan yang negatif. Faktor kedua adalah faktor pelindung (*protective factor*) yang merupakan kemampuan individu untuk bangkit melalui penguatan yang diberikan kepada individu dengan cara memodifikasi stimulus atau objek perilaku agar individu dapat mengatasi stimulus negatif berikutnya.

Kata Kunci: Fenomenologi Penderitaan, Pesan Tentang Untuk Mengetahui Komunikasi Resiliensi Pada Remaja

PENDAHULUAN

Pandemi covid-19 ini telah menjadi bencana global dan bukan hanya terjadi di Indonesia. Seluruh dunia terkena dampak negatif dari hadirnya covid-19 ini, termasuk hampir semua aspek cukup terdampak oleh hadirnya penyakit tersebut. Virus covid-19 ini dapat dengan mudah menular melalui tetesan yang keluar baik saat berbicara,

maupun melalui tetesan yang dibawa melalui udara, sehingga tidak membutuhkan waktu lama untuk covid-19 ini dapat menyebar.

METODE

Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang menghasilkan dan mengolah data yang bersifat deskriptif (Poerwandari, 1998). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode pengambilan data dan wawancara mendalam. Peneliti melakukan pengamatan pada subjek penelitian secara langsung, kemudian mencatat berbagai unsur dan dialog pada subjek tersebut.

Teknik analisis data untuk penelitian ini adalah teknik ini dapat membantu menerima pesan saat pembicara pada khalayak yang berbeda, khalayak disini merujuk pada pembaca atau pendengar data yang dihasilkan ditelusuri kembali ke makna yang terkandung dalam resiliensi dengan menggunakan metode fenomenologi penderitaan Victor Frankl.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pandemi covid-19 ini telah menjadi bencana global dan bukan hanya terjadi di Indonesia. Seluruh dunia terkena dampak negatif dari hadirnya covid-19 ini, termasuk hampir semua aspek cukup terdampak oleh hadirnya covid-19 ini, Hal ini sejalan dengan informasi yang menyatakan bahwa terdapat 131 negara di dunia yang memberlakukan sistem lockdown pada negaranya masing-masing (CNN Indonesia, 2020). Situs pemberitaan dunia WORLDGOMETER.INFO 2019 telah mencatat bahwa kasus kematian akibat COVID-19 di dunia telah mencapai persentase angka 7,36%. Begitu pula dengan Indonesia kasus kematian akibat COVID-19 telah mencapai angka 8.981 jiwa pada akhir bulan Februari 2021, Peristiwa kematian orang tua seorang remaja membawa dampak yang signifikan dalam aspek psikologis. (Khoiridah et al., 2020)

Dampak psikologis ini timbul karena remaja berada pada masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, namun belum mampu sepenuhnya secara mandiri mencari pola hidup yang sesuai baginya, sehingga remaja seringkali melakukan metode coba-coba. Menurut salah satu penelitian yang ditulis oleh Wardani & Panuntun (2020), beberapa tindakan masyarakat sekitar juga cukup tak manusiawi. Kebanyakan dari warga menolak pemakaman korban yang meninggal akibat COVID-19. Hal tersebut tentu juga semakin menambah dukacita yang dirasakan oleh keluarga remaja yang ditinggalkan. hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, terdapat dinamika Psikososial Remaja Pasca Kehilangan, berikut peneliti kategorisasikan :

1. Respons Awal terhadap Kehilangan:
Responden menunjukkan perasaan shock, sedih mendalam, dan merasa kehilangan arah hidup. Sebagian besar mengalami penurunan motivasi belajar dan perubahan pola interaksi sosial.
2. Dukungan Sosial:
Peran keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah terbukti signifikan dalam membantu remaja menghadapi kesedihan. Namun, beberapa remaja mengungkapkan keterbatasan dukungan emosional dari keluarga dekat.

berdasarkan pada dinamika yang dialami oleh remaja maka peneliti menemukan bahwa ada beberapa pendekatan komunikasi resiliensi yang sudah dilakukan oleh remaja diantaranya sebagai berikut:

1. Narasi Positif:
Membantu remaja mengenali kekuatan diri melalui cerita dan pengalaman hidup yang memberikan harapan. Pemkot Surabaya bekerja sama dengan konselor memberikan sesi berbasis cerita inspiratif.
2. Validasi Emosi:
Fasilitator konseling mempraktekkan komunikasi empati, mendengarkan aktif, dan mengakui perasaan kehilangan tanpa memberikan penilaian.
3. Pemberdayaan Diri:
Program pelatihan keterampilan seperti seni, menulis, dan olahraga digunakan sebagai sarana untuk membantu remaja menyalurkan emosi mereka secara konstruktif. (Nur'annafi Farni Syam Maella, n.d.)

Adapun hasil temuan menunjukkan bahwa adanya dampak yang mempengaruhi remaja dalam proses komunikasi resiliensinya diantaranya:

1. Peningkatan Kemampuan Mengelola Emosi:
Setelah mengikuti program komunikasi resiliensi, 80% responden melaporkan peningkatan dalam kemampuan mengendalikan perasaan sedih dan cemas.
2. Keterlibatan dalam Aktivitas Positif:
Lebih dari 70% responden mulai menunjukkan minat dalam kegiatan sosial dan hobi baru sebagai bagian dari proses pemulihan.
3. Pemulihan Relasi Sosial:
Responden yang sebelumnya menarik diri dari lingkungan sosial mulai membuka diri terhadap keluarga dan teman. (Farida et al., 2023)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja tidak harus terlarut dalam kesedihan teramat lama yang mengakibatkan dan memunculkan sesuatu hal negatif. Dalam pandangan Frankl (1963), kapanpun seseorang berhadapan dengan sesuatu yang tak dapat ditinggalkan, situasi yang tak terhindarkan, nasib yang tak bisa berubah, penyakit yang tak terobati, seperti kanker yang tak dioperasi; dengan demikian seseorang itu diberi kesempatan terakhir untuk mengaktualkan nilai tertinggi, untuk mengisi makna terdalam, yaitu makna penderitaan. Menghadapi semua hal di atas, menurut Frankl, perlu kesiapan sikap kita untuk menjalani penderitaan, sebuah sikap dimana kita menanggung penderitaan itu di atas diri kita sendiri. Oleh karena itu, ada beberapa faktor-faktor yang mendukung komunikasi resiliensi sebagai berikut:

1. Pendukung:
 - a. Adanya dukungan dari sekolah dan komunitas lokal.
 - b. Peran konselor profesional dalam memberikan panduan resiliensi.
2. Hambatan:
 - a. Beberapa remaja mengalami kesulitan mengakses program karena keterbatasan teknologi.
 - b. Stigma terhadap konseling masih menjadi kendala di beberapa keluarga.

Dalam pengertian umum, yang dimaksud “fenomenologi penderitaan” adalah tinjauan dari sudut pandang fenomenologi terhadap peristiwa-peristiwa tragis yang telah menimbulkan kesulitan dalam kehidupan manusia. Tujuannya adalah untuk memahami hakikat penderitaan dan makna penderitaan dalam kehidupan manusia. Jadi, secara umum, fokus tinjauan “fenomenologi penderitaan” adalah gejala penderitaan sebagai salah satu pengalaman eksistensial manusia.

Logoterapi juga merupakan aliran psikologi/psikiatri yang mengakui adanya dimensi kerohanian di samping dimensi-dimensi ragawi, kejiwaan, dan lingkungan sosial-budaya, serta beranggapan bahwa kehendak untuk hidup bermakna (*the will of meaning*) merupakan dambaan utama manusia untuk meraih kehidupan yang dhayati bermakna (*the meaningful life*) dengan jalan menemukan sumber-sumber makna hidup dan merealisasikannya. Grotberg (1999) menyatakan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri, dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami. Setiap individu memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Konsep resiliensi menitikberatkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan mengenai resiliensi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa bentuk bentuk resiliensi di kehidupan yang dilakukan oleh remaja dalam satu fokus yang sama . Persamaan ini dipengaruhi oleh motivasi yang mendorong mereka dan tujuan yang ingin mereka capai.

Resiliensi yang dilakukan oleh beberapa remaja melalui kehidupan dan mental yang keras termasuk kedalam tingkatan teori fenomenologi Victor Frankl, yaitu tingkatan kebutuhan (The Meaning Of life) arti dari kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal psikologi*, 31(1), 1-14.
- Astuti, P. & Gusniarti, U. (2009). Naskah Publikasi: Dampak Kematian Ibu Terhadap Kondisi Psikologis Remaja Putri (Jurnal dipublikasikan). Diakses https://www.researchgate.net/profile/Tirza-Kalesaran/publication/311409168_GAMBARAN_REMAJA_PUTRI_PASCA_KEMATIAN_IBU_-_PENELITIAN_KUALITATIF/links/5844c62108ae61f75dd6853f/GAMBARAN-REMAJA-PUTRI-PASCA-KEMATIAN-IBU-PENELITIAN-KUALITATIF.pdf
- Allen, R. S., Haley, P. P., Harris, G. M., Fowler, S. N., & Pruthi, R. (2011). *Resilience: definitions, ambiguities, and applications* (Resilience; K. A. R. Resnick & L. P. Gwyther, eds.). New York: Springer.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *American psychologist*, 59(1), 20.
- CNN Indoneisa. (2021). Update Corona Global: Tembus 100 Juta Kasus, RI Peringkat 19. *Cnnindonesia.Com*. Retrieved from <https://www.cnnindonesia.com/internasional/20210126155345-134-598599/update-corona-globaltembus-100-juta-kasus-ri-peringkat-19>
- Creswell, J. W. (2017). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dwinanda, Reiny. —WHO: Pandemi Covid-19 Sebabkan Krisis Kesehatan Mental. *IlRepublika.co.id*, 2020. <https://www.republika.co.id/berita/qab5a0414/who-pandemi-covid19-sebabkan-krisis-kesehatan-mental>.

- David, V. B., & Jonson-reid, M. (2017). Children and youth services review resilience among adult survivors of childhood neglect: A missing piece in the resilience literature. *Children and Youth Services Review*, 78, 93–103. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chidyout h.2017.05.014>
- Elliot, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 215–229
- Farida, F., Harliantara, H., & Prihatiningsih, W. (2023). Self Interpretation: The Identity of Women Legislator. *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 8(2), 310–323.
- Grotberg, H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. London: Praeger Publishers
- Khoiridah, S., Ferriswara, D., & Augustinah, F. (2020). *Merdeka berpikir: Catatan harian pandemi covid-19*. Unitomo Press.
- Listyandini, R. A., & Akmal, S. A. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Psikologi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pancasila
- Nur'annafi Farni Syam Maella, M. I. (n.d.). *The Identity Construction of Woman Politician on Facebook*.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 320.
- Utari, H. & Retnowati, S. (2011). "Makro" program: a way to minimize depressive symptoms in teenagers. *Anima: Psychological Indonesian Journal*, 27 (1), 1-15
- Suseno, T. A. (2009). *Pemenuhan kebutuhan dasar manusia: Kehilangan, kematian dan berduka dan proses keperawatan*. Jakarta: Sagung Seto.
- Wardani, L. P. K., & Panuntun, D. F. (2020). Pelayanan pastoral penghiburan kedukaan bagi keluarga korban meninggal akibat corona virus disease 2019 (COVID-19). *Kenosis*, 6(1), 43–63