

2. STUDI LITERATUR

2.1. 5 Stages of Grief

Menurut Zisook dan Shear (2009), Setiap orang cepat atau lambat pasti akan berhadapan dengan duka. Duka adalah sebuah situasi yang menggambarkan respon emosional, kognitif, fungsional, serta *behavioral* terhadap kematian (hlm. 67). Erica Goldblatt menyimpulkan bahwa duka adalah terciptanya sekumpulan perasaan dari kematian sosok penting dalam hidup seseorang (hlm. 11). Kübler-Ross membagi perasaan duka menjadi 5 tahapan yakni *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, kemudian *acceptance* (Kübler-Ross, 1969, hlm 31-111). Kelima fase tersebut merupakan tahapan perasaan yang tidak linear serta dapat berubah-ubah dalam jangka waktu sempit. Ada kemungkinan untuk perasaan duka subjek berpindah-pindah fase bahkan kembali lagi dari fase awal (Kübler-Ross, 2005, hlm. 18).

2.1.1. Denial

Kübler-Ross (1969) menyimpulkan bahwa *Denial* adalah sebuah fase dalam duka di mana subjek menyangkal atau tidak mempercayai situasi yang tengah dijalani. Denial berfungsi sebagai jendela waktu setelah subjek mendengar sebuah kabar yang tidak terduga di mana jendela waktu tersebut memberikan kesempatan kepada subjek untuk mengontrol emosinya dan perlahan membentuk pertahanannya (hlm. 32). Dalam fase *denial*, digambarkan seseorang yang dihadapkan dengan penyakit berat menyangkal eksistensi penyakit tersebut. Respon pertama yang dialami seseorang dalam *denial* adalah terdiam karena kaget atas situasi yang dihadapi. Perkataan yang sering muncul dalam benak subjek adalah “Ini semua tidak mungkin terjadi”. Subjek dalam *denial* bersikap serta berusaha menolak fakta bahwa seseorang terdekatnya telah meninggal (Kübler-Ross, 2005, hlm. 18-19).

Duka bukan hanya sekedar perpisahan dengan orang yang sudah meninggal, melainkan tentang pencarian metode baru demi dapat tetap berhubungan dengan orang yang telah tiada tersebut. Perubahan bentuk hubungan yang dimaksud dikategorikan dalam beberapa jenis seperti hubungan aktual,

simbolis, internal, dan imajiner. Perubahan bentuk hubungan ini tidak menutup kemungkinan untuk subjek bermimpi tentang orang yang telah meninggal, melihat orang tersebut dalam keramaian, merasakan kehadiran orang tersebut seakan merasa diperhatikan, hingga mencoba untuk berkomunikasi serta berdiskusi dengan orang yang telah tiada. Halusinasi dalam bentuk visual maupun auditori menyerupai orang yang telah meninggal juga sering ditemui pada orang yang tengah mengalami duka (Zisook & Shear, 2009, hlm. 68-69).

2.1.2. Anger

Sesuai pernyataan Kübler-Ross setelah mewawancarai Dr. G, orang yang tengah melewati fase *anger* memiliki pola pikir di mana orang tersebut bertanya-tanya mengapa kejadian tersebut menimpanya atau mengapa tidak menimpa orang lain saja (Kübler-Ross, 1969). Harris dan Winouker (2016) menjelaskan bahwa perasaan *anger* adalah perasaan yang natural muncul dalam proses berduka. Perasaan *anger* muncul saat subjek merasa diperlakukan secara tidak adil (hlm. 136).

Menurut Kübler-Ross (1969) *anger* pada fase ini dapat diarahkan dan diproyeksikan ke segala arah secara acak (hlm. 40). Kübler-Ross (2005) menyatakan bahwa dalam *anger*, subjek dapat mengarahkan amarah kepada diri sendiri. Subjek merasakan amarah karena subjek tidak dapat mencegah tragedi tersebut terjadi (hlm. 21). Harris dan Winouker (2016) menyatakan bahwa dalam *anger*, amarah dapat ditampilkan melalui karakteristik fisik. Contoh karakteristik tersebut adalah wajah subjek tampak merah, tangannya menggenggam, rahangnya mengencang, hingga seakan tubuhnya bergetar. Dalam pelampiasannya, terkadang subjek menggunakan aktivitas fisik seperti memukul objek, merobek kertas, melontarkan barang, hingga memecahkan suatu objek (hlm. 137).

2.1.3. Bargaining

Menurut Kübler-Ross (1969), Fase ini ditandai dengan keadaan di mana subjek tidak bisa menghadapi fakta atas tragedinya sehingga subjek mencoba untuk melakukan segala hal demi menunda tragedi yang akan terjadi. Salah satu

karakteristik fase *bargaining* adalah pola pikir di mana subjek merasa jika mereka melakukan hal yang baik, maka mungkin saja tragedi tersebut tidak akan terjadi. Fase ini dapat digambarkan dengan kasus seorang anak yang tidak diperbolehkan untuk menginap di rumah temannya. Pada awalnya anak itu akan mengurung diri di kamar namun suatu saat anak itu akan keluar kamar dan berkata kepada orang tuanya “jika aku berbuat baik minggu ini dan mencuci piring setiap malam, apakah aku diperbolehkan pergi?” (hlm. 66).

Kübler-Ross dan Kessler (2005) menyatakan bahwa dalam fase *bargaining*, subjek akan terus berpaku pada pemikiran “andai saja...” atau “apabila...”. Subjek akan memiliki keinginan agar kehidupannya kembali seperti semula atau supaya orang terdekatnya bangkit kembali. Pemikiran “andai saja...” akan membuat subjek menyalahkan diri sendiri dan berpikir apa hal yang seharusnya dilakukan (hlm. 25).

2.1.4. Depression

Perasaan *depression* sering dianggap sebagai perasaan yang tidak natural dalam proses duka. Walaupun demikian, kehilangan seseorang yang tercinta adalah sesuatu hal yang sangat muram sehingga akan lebih tidak wajar jika subjek tidak menimbulkan perasaan *depression* (Kübler-Ross, 2005, hlm. 27-28).

Menurut Kübler-Ross dan Kessler (2005), dalam fase *depression* subjek dapat merasakan perasaan hampa. Kehampaan ini membuat perasaan duka pada subjek menjadi semakin kuat. Contoh karakteristik *depression* ditunjukkan pada perubahan pada pola kebiasaan subjek seperti menolak untuk beranjak dari tempat tidur karena merasa tidak memiliki tujuan. Hidup subjek terasa seakan tidak berarti lagi. Pola pikir yang muncul adalah “Untuk apa melakukan sesuatu jika tidak ada tujuannya sama sekali?” (hlm. 27). Kübler-Ross (1969) mengilustrasikan subjek yang mengalami *depression* akan merasakan penyesalan atas “kegagalannya” (hlm. 71).

Gordon Parker (2002) menyatakan bahwa ada beberapa gejala atau *mood state* yang dapat menandakan bahwa seseorang tengah mengalami fase *depression*.

Gejala-gejala tersebut antara lain emosi sedih dan marah yang fluktuatif, kesembronan, hilang harapan, hingga pesimisme.

2.1.5. *Acceptance*

Saat seseorang telah menempuh proses duka dalam jangka waktu yang cukup, orang tersebut akan mencapai fase di mana tidak lagi depresi maupun marah kepada tragedi yang sedang dialami (Kübler-Ross, 1969, hlm. 91). *Acceptance* seringkali dianggap sebagai fase di mana subjek merasa baik-baik saja terhadap tragedi yang telah dialami. Pada kenyataannya, kebanyakan manusia tidak akan pernah merasa baik-baik saja saat orang terdekatnya meninggal. Fase *acceptance* pada intinya adalah di mana subjek menerima bahwa orang terdekatnya meninggal dan harus terus menjalani realita tersebut (Kübler-Ross, 2005, hlm. 30).

Menurut Kübler-Ross (1969), fase *acceptance* tidak seharusnya disamakan dengan fase bahagia. Fase *acceptance* lebih cocok digambarkan sebagai fase di mana subjek hampir tidak merasakan apa-apa seakan rasa sakit yang dialami telah berakhir. Saat subjek telah mengalami *acceptance* dan berdamai dengan dirinya serta situasinya, subjek tersebut akan kehilangan ketertarikan terhadap tragedi yang tengah dialami. Subjek akan menyendiri dan tidak akan tertarik untuk mendengar apa yang telah terjadi dari sudut pandang orang lain. Subjek yang tengah mengalami fase *acceptance* akan lebih memilih duduk terdiam ketimbang berkomunikasi secara verbal. (hlm.92).

2.2. Semiotika *Visual Methodologies*

Menurut Wibowo (2013), semiotika secara terminologis dapat diartikan sebagai sebuah ilmu yang mempelajari bermacam jenis peristiwa, objek, hingga kebudayaan sebagai bentuk tanda (hlm.7). Semiotika digunakan sebagai metode atau pendekatan dalam menganalisis sebuah bentuk media melalui seperangkat tanda yang dikomunikasikan oleh media itu sendiri (hlm.11). Pada intinya, semiotika merupakan sebuah studi kode yang memungkinkan seseorang untuk meneliti entitas tertentu dalam bentuk tanda serta sesuatu yang bermakna (hlm.4).

Menurut Gillian Rose (2001), Semiotika merupakan sebuah pendekatan ilmiah dalam menganalisa sebuah makna (hlm. 70). Gillian Dyer menyatakan bahwa salah satu tanda yang sering digunakan dalam sebuah iklan adalah tanda-tanda yang timbul pada manusia. Beberapa tanda tersebut dikategorikan dalam 4 jenis representasi yakni *representation of bodies*, *representation of manner*, *representation of activity*, dan *props and settings* (Rose, 2001, hlm.76-77).

1. *Representations of Bodies*

Representation of bodies meneliti tanda pada manusia melalui aspek usia, gender, ras, rambut, tubuh, ukuran, dan penampilan. Contoh pertanyaannya antara lain berapakah usia subjek dan apa makna dari usia tersebut, apakah subjek feminim atau maskulin, apa stereotip dari subjek serta maknanya, bagaimana model rambut subjek dan apa yang ingin disampaikan, dan bagaimana tubuh subjek digambarkan.

2. *Representations of Manner*

Representations of manner meneliti tanda pada manusia melalui aspek ekspresi, kontak mata, dan pose. Contoh pertanyaannya antara lain apa ekspresi yang ditampilkan oleh subjek, bagaimana cara subjek menatap sesuatu, dan bagaimana pose tubuh subjek.

3. *Representations of Activity*

Representations of activity meneliti tanda pada manusia melalui aspek aktivitas seperti sentuhan, pergerakan tubuh, komunikasi posisi, dan segala aktivitas lainnya. Contoh pertanyaannya antara lain siapa yang sedang menyentuh apa, bagaimana subjek bergerak, dan bagaimana peletakan spasial para subjek.

4. *Props and Setting*

Props and Setting meneliti tanda pada manusia melalui aspek *prop* dan *setting*. Contoh pertanyaannya antara lain prop apa yang ditunjukkan dan lokasi apa yang diperlihatkan.