

2. STUDI LITERATUR

Berdasarkan latar belakang di atas, Penulis menggunakan landasan teori berikut untuk mencapai tujuan penelitian yang sudah dituliskan.

2.1. TAHAPAN KEDUKAAN

Menurut Elizabeth Kübler-Ross (1973) terdapat lima tahapan yang sering terjadi pada individu yang menghadapi kematian atau kehilangan, yang pertama yakni Penolakan atau *Denial*. Pada tahap ini individu akan meyakinkan dirinya bahwa akan baik baik saja walau mereka sudah mengetahui yang terjadi adalah sebaliknya (hlm.31). Mereka juga akan menghentikan reaksi orang luar terhadap dirinya dan individu akan memiliki waktu untuk menyembuhkan atau menerima apa yang mereka alami (hlm.32). Seseorang bisa saja menyangkal keadaan yang dialami dan bertahan beberapa lama meski pada akhirnya dia menyerah (hlm.33). Tahap selanjutnya yaitu Marah atau *Anger*, ketika segala usaha penyangkalan dan penolakan yang dilakukan tidak juga mengubah kenyataan bahwa kematian akan terjadi, individu akan marah pada keadaan (hlm.40). Peristiwa kematian membuat seseorang berhenti dari banyak perencanaan. Hal yang akan dilakukan untuk masa depan akan terhambat terkendala karena adanya kematian (hlm.41). Sikap orang terdekat yang meberikan dukungan kepada individu, akan menumbuhkan keyakinan bahwa masih banyak hal berharga yang dapat dilakukan untuk kepentingan dirinya sendiri dan orang lain (hlm.42).

Setelah kemarahan, muncullah tahap Tawar-menawar atau *Bargaining*, dimana tahap tersebut sudah menjadi keadaan yang tidak dapat diubah namun dapat diobati dengan objek lain atau pengalihan (hlm.66). Objek tersebut tidak dapat bertahan lama untuk sekedar mengalihkan, karena sewaktu waktu ia akan kembali merasakan kesedihan itu kembali (hlm.66). Individu akan mencoba melakukan tawar-menawar dengan kekuatan yang lebih tinggi atau mencoba mencari cara untuk menghindari atau mengurangi kesedihan mereka. Hal ini seringkali melibatkan janji atau perjanjian dengan diri sendiri (hlm.66). Tahap selanjutnya adalah Depresi atau *Depression*, dimana individu akan mengalami

kesedihan yang mendalam. Mereka akan sulit menerima keadaan dan mulai merasakan sedih, hilang harapan, dan depresi. Mereka tidak memerlukan ucapan yang positif karena mereka mengetahui bahwa hal tersebut tidak akan merubah kenyataan dan tidak akan membuatnya lebih baik. Namun, individu yang memiliki pemahaman tentang hidup tidak akan mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah kesedihannya sendiri (hlm.69).

Di tahapan terakhir, individu akan memasuki tahapan Penerimaan atau *Acceptance* (hlm.91). Kübler-Ross mengatakan “Penerimaan tidak boleh disalah artikan sebagai tahap bahagia.” (hlm 92). Individu akan merasa lebih tenang ketika ia sudah mengetahui hal buruk akan terjadi dari jauh hari. Hal ini akan membuatnya menerima dengan sesuatu yang akan terjadi dan mulai berdamai dengan keadaan (hlm.91). Mereka cenderung tertutup dan tidak ingin mengetahui reaksi dan aktivitas orang luar, karena mereka ingin masyarakat memberikan ia ruang untuk sembuh (hlm.92). Individu akan mulai menerima kenyataan dari situasi meski tidak berarti rasa sedih sepenuhnya hilang (hlm.92).

