

# KEBERMAKNAAN HIDUP DEWASA AWAL YANG MENGALAMI KEHILANGAN ORANG TUA AKIBAT COVID-19

Hani Cahya Agustin<sup>1</sup>, Yeniar Indriana<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Kec. Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50275

Email: [hanicahyaa@students.undip.ac.id](mailto:hanicahyaa@students.undip.ac.id)

## ABSTRAK

Pandemi COVID-19 menyebabkan kerugian dalam berbagai aspek, termasuk tingginya angka kematian di Indonesia. Kehilangan orang tua terutama ibu merupakan hal yang sulit dilalui, sehingga individu perlu melakukan adaptasi dan menemukan makna dalam hidupnya. Makna hidup adalah sesuatu yang dianggap penting dan berharga, sehingga dapat dijadikan tujuan hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana makna hidup dewasa awal yang mengalami kehilangan orang tua akibat COVID-19. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yang didapatkan melalui teknik *purposive sampling*. Partisipan merupakan perempuan dewasa awal berusia 21-22 tahun dan mengalami kehilangan ibu akibat COVID-19. Penelitian dilakukan menggunakan metode kualitatif fenomenologis dengan metode analisis eksplikasi data yang disusun melalui Deskripsi Fenomena Individual (DFI). Metode analisis DFI merupakan metode eksplikasi data yang dapat membagi pengalaman partisipan menjadi tiga episode, yaitu sebelum kehilangan ibu, menghadapi kehilangan ibu, dan menjalani kehidupan pasca kehilangan ibu. Data penelitian diambil melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan ketiga partisipan dapat menemukan kebermaknaan hidupnya, yang dipengaruhi oleh pengalaman kehilangan yang dialami partisipan. Kebermaknaan hidup yang didapat bersumber dari nilai penghayatan, nilai bersikap, dan nilai pengharapan. Kehilangan ibu membuat ketiga partisipan tersadar pentingnya sosok keluarga dan menjadi lebih rajin dalam beribadah. Penemuan makna hidup membantu partisipan dalam menerima kehilangannya dan memberikan harapan baru yang memotivasi partisipan dalam menjalani kehidupan.

**Kata kunci:** Kebermaknaan hidup, Kehilangan orang tua, COVID-19