

Perceived Social Support dan Post-Traumatic Growth Remaja yang ditinggalkan Orang Tua

Alifiah Matano Dita¹, Aisyah Putri Rawe Mahardika²

^{1,2} Universitas Teknologi Sumbawa, Indonesia

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Diterima : 29/08/2026 Direvisi : 11/10/2026 Dipublikasikan : 16/10/2026 Kata kunci: Kehilangan Orangtua; Perceived Social Support; Post-Traumatic Growth; Remaja.	<i>Perceived Social Support merupakan salah satu bentuk dari dukungan sosial yang dapat mempengaruhi pertumbuhan psikologis seseorang setelah mengalami peristiwa traumatis atau disebut dengan Post-traumatic growth. Dukungan secara emosional dan materil dalam berbagai situasi memiliki peran penting membentuk seorang remaja terkhususnya remaja yang telah ditinggalkan oleh orang tua. Penelitian dilakukan di Kabupaten Sumbawa dengan melibatkan 100 sampel remaja yang kehilangan orang tua karena meninggal dunia. Hipotesis pada penelitian ini yakni, H_a diterima dan H₀ ditolak yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh perceived social support terhadap post-traumatic growth pada remaja yang ditinggalkan orang tua. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan sebesar 40,6% (sig. p-value = < 0,001, R² = 0,406), dengan arah positif ($\beta = 0,594$) yang artinya semakin tinggi perceived social support maka, akan semakin tinggi juga post-traumatic growth remaja. Implikasi praktis dari penelitian ini ialah, remaja yang mengalami kehilangan orang tua diharapkan mampu mengenali dan memanfaatkan dukungan dari lingkungan sekitar guna membantu proses pemulihan dan menghadapi pengalaman kehilangan.</i>
Penulis Korespondensi: Aisyah Putri Rawe Mahardika Email: aisyah.putri@uts.ac.id	

PENDAHULUAN

Kematian orang tua merupakan bentuk kehilangan yang dapat menyebabkan kesedihan mendalam bagi setiap individu yang mengalami, khususnya pada masa transisi anak-anak menuju dewasa. Terdapat 152 juta anak usia 0-17 tahun di dunia yang ditinggalkan salah satu atau kedua orang tua karena berbagai sebab kematian. 13,8 juta dari kematian tersebut disebabkan oleh AIDS (UNICEF, 2025). Pandemi COVID-19 juga menambah jumlah anak yang kehilangan orang tua, setidaknya ada sekitar 7,5 juta anak di seluruh dunia yang ditinggalkan orang tua karena pandemi COVID-19 (Hillis et al., 2016). Pada tahun 2021, UNICEF dan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak melaporkan bahwa sekitar 25.430 anak Indonesia kehilangan salah satu atau kedua orang tua karena COVID-19 (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2021). Angka ini belum termasuk anak-anak Indonesia yang ditinggalkan karena penyebab kematian lainnya, seperti penyakit kronis, kecelakaan, atau bencana alam. Meski masih terbatasnya data nasional yang komprehensif tentang jumlah anak yang ditinggalkan oleh orang tua, kondisi psikososial anak atau remaja ini merupakan hal yang penting untuk dipahami. Mengingat

Indonesia merupakan negara dengan tingkat bencana alam yang tinggi serta beban penyakit menular yang meningkat, sehingga risiko kehilangan orang tua pada anak dan remaja cukup besar.

Keterlibatan peran orang tua sangat penting dalam perkembangan masa transisi anak menuju dewasa. Orang tua yang hadir secara fisik dan emosional dalam masa perkembangan remaja dapat meningkatkan rasa percaya diri, menumbuhkan empati, dan mengatasi permasalahan yang mungkin akan muncul, serta dapat percaya dan dipercaya oleh orang lain (Nisai & Santoso, 2023). Selain itu, orang tua juga berperan penting dalam membentuk kematangan emosional remaja dan membantu memperoleh hasil akademik yang baik (Aulia & Lahmuddin, 2024; Castro et al., 2015). Berbeda halnya dengan remaja yang tidak memiliki figur salah satu atau kedua orang tua. Tidak adanya keterlibatan orang tua dapat berdampak pada aspek emosional, mempengaruhi fungsi sosial, akademik, dan perkembangan identitas remaja. Kondisi ini bukan hanya menyebabkan kehilangan perhatian dan kasih sayang tanpa syarat, tapi juga kehilangan orang yang memberikan rasa aman dan nafkah (Arslan et al., 2020). Erikson menyebutkan bahwa masa remaja adalah tahap perkembangan yang kritis, ditandai dengan pencarian identitas dan transisi menuju kemandirian (Simanjuntak et al., 2025). Pada fase ini, remaja mulai mengeksplorasi nilai, peran sosial, tujuan hidup, serta mencoba membuat keputusan sendiri terkait identitasnya.

Santrock (2010) Tantangan perkembangan yang dihadapi remaja pada fase ini bervariasi diikuti dengan pengalaman hidup yang belum pernah dirasakan sebelumnya. Jika dalam masa ini terjadi guncangan atau peristiwa yang menyebabkan tekanan, maka hal ini berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikologis seperti duka traumatis akibat kehilangan orang terdekat. Remaja yang ditinggalkan orang tua dapat dikatakan mengalami trauma jika mereka masih memiliki ketergantungan emosional dari orang tua yang meninggalkannya (Parebong et al., 2021). Trauma kehilangan orang tua dapat menghambat remaja untuk menemukan makna hidup dan identitas diri (Asgari et al., 2021). Anak atau remaja yang mengalami trauma akibat kehilangan orang tua karena meninggal dunia memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap berbagai gangguan psikiatri, seperti kecemasan, depresi hingga gangguan stres pasca trauma (PTSD) dibandingkan dengan yang tidak mengalami kehilangan (Burrell et al., 2021).

Remaja yang mengalami gangguan stres pasca trauma (PTSD) menunjukkan risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan mental, termasuk *self-harm*, upaya bunuh diri, isolasi sosial, kesepian dan gangguan lainnya (Lewis et al., 2019). Meskipun kematian orang tua dapat menyebabkan trauma mendalam hingga PTSD, sebagian remaja menunjukkan kemampuan untuk beradaptasi dan bahkan menunjukkan perubahan positif dalam hidupnya setelah menghadapi trauma. Hal ini didukung dengan temuan dalam literatur review terhadap penelitian tentang *post-traumatic growth* pasca kehilangan orang tua yang menjelaskan bahwa beberapa remaja dapat menunjukkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dan tumbuh secara psikologis setelah ditinggalkan orang tua (Arslan et al., 2020). Pertumbuhan pasca trauma atau *Post-traumatic growth* merupakan perubahan psikologis secara positif yang terbentuk setelah mengalami peristiwa traumatis (Tedeschi & Calhoun, 2004). Individu yang bertumbuh secara positif setelah adanya pengalaman traumatis dapat menunjukkan peningkatan kemandirian dengan mengambil tanggung jawab yang lebih besar atau mengambil keputusan, meningkatkan empati terhadap orang lain yang mengalami kehilangan, hingga memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk memberikan makna pada kehidupannya. Mereka yang mengalami pertumbuhan pasca trauma cenderung memiliki pandangan hidup yang baru, menjadi lebih kuat, mampu menunjukkan simpati pada orang lain, menciptakan ikatan keluarga yang lebih erat (Chater et al., 2022). Adanya perubahan di mana remaja yang ditinggalkan orang tua karena kematian mengalami proses penyesuaian dan kemudian mencapai perubahan positif pasca trauma yang dapat dipengaruhi oleh kualitas hidup, hubungan dengan orang tua, dan dukungan sosial (Lundberg et al., 2025).

Dalam proses mencapai pertumbuhan pasca trauma kebutuhan akan dukungan sosial akan semakin mendesak. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang membantu pertumbuhan pasca trauma (Tedeschi & Calhoun, 2004). Dukungan sosial bukan

hanya berupa jumlah dukungan yang diterima (*received social support*), namun juga tentang persepsi subjektif terhadap ketersediaan dan kepuasan atas dukungan sosial yang diterima (*perceived social support*). *Perceived social support* mengacu pada persepsi individu bahwa ia akan mendapatkan dukungan ketika dibutuhkan (Sarason et al., 1987). Rasa aman karena ketersediaan dukungan pada masa remaja merupakan sumber untuk mengatasi stres dan mencapai kesejahteraan psikologis. Selain memberikan rasa aman, *perceived social support* membantu individu dalam menghadapi masalah yang dialaminya di masa-masa sulit (Pace et al., 2016). Ketika seorang remaja mempersepsikan bahwa ia memiliki orang-orang yang siap memberikan dukungan, hal ini dapat berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) yang melindungi mereka dari gangguan atau masalah psikologis akibat peristiwa traumatis (Cohen & Hoberman, 1983). Persepsi ini memberikan rasa aman yang memungkinkan remaja untuk menghadapi dan menemukan makna dari pengalaman traumatis yang dihadapinya. Individu yang merasa mendapatkan dukungan emosional dan sosial cenderung lebih mampu merefleksikan pengalaman traumatisnya dengan baik sehingga membantu pertumbuhan yang lebih positif.

Wawancara awal yang dilakukan pada remaja yang kehilangan orang tua karena kematian menunjukkan respons psikologis yang beragam. Mulai dari mengalami kesedihan mendalam pada awal peristiwa tersebut hingga tidak dapat mengekspresikan kesedihannya, menarik diri dari pergaulan, dan mengalami penurunan prestasi akademik, serta terlibat dalam kenakalan remaja. Namun, kondisi tersebut berlangsung dalam waktu yang berbeda, ada yang berlanjut melakukan hal negatif, ada juga yang menunjukkan tanda-tanda pertumbuhan positif, seperti meningkatnya kedekatan dengan keluarga besar, kemampuan untuk lebih mandiri, mampu memaknai hidup yang dimiliki dan motivasi untuk berprestasi sebagai bentuk penghormatan terhadap orang tua yang telah meninggal. Penelitian menemukan bahwa *perceived social support* memberikan dampak optimal terhadap kesehatan mental sehingga menunjukkan bahwa trauma setelah kehilangan orang tua karena meninggal dunia dapat berubah menjadi pertumbuhan psikologis ke arah yang lebih positif terutama dalam aspek *appreciation of life* dan *personal strength*, *social support* dan *mindfulness* berperan penting dalam pertumbuhan pasca trauma (PTG) pada dewasa awal yang mengalami kekerasan saat masa kanak-anak (Ettah et al., 2023; Lundberg et al., 2025; Petersen et al., 2023).

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa mayoritas penelitian dilakukan pada populasi dewasa atau dalam konteks trauma yang berbeda. Masih terbatasnya penelitian yang secara spesifik mengkaji tentang hubungan kausal untuk melihat pengaruh *perceived social support* terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua karena meninggal dunia. Penelitian ini menghadirkan melibatkan remaja sebagai fokus populasi yang merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang rentan secara emosional, menghadirkan *perceived social support* sebagai variabel independen yang pada penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji tentang *social support* secara umum, dan konteks trauma spesifik, yaitu kematian orang tua. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *perceived social support* terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua karena meninggal dunia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan intervensi psikologis berbasis dukungan sosial untuk membantu remaja yang berduka agar dapat tumbuh dari pengalaman traumatis.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif asosiatif kausalitas. Sugiyono (2013) Penelitian asosiatif kausalitas merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh atau hubungan kausal antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini, tujuan dari penggunaan penelitian asosiatif kausalitas adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel *perceived social support* terhadap variabel *post-traumatic growth* pada remaja yang kehilangan orang tua. Adapun jenis *nonprobability sampling* yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* dengan menggunakan bantuan aplikasi *g-power* dengan 100 sampel penelitian. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan kriteria tertentu dengan pertimbangan dan tujuan tertentu (Sugiyono, 2013). Kriteria responden dalam penelitian ini adalah (1) Remaja usia 12-21 Tahun, (2)

Kehilangan orang tua karena kematian, (3) Waktu kematian orang tua minimal 1 tahun dari waktu penelitian dilakukan, (4) Berdomisili di Kabupaten Sumbawa Besar.

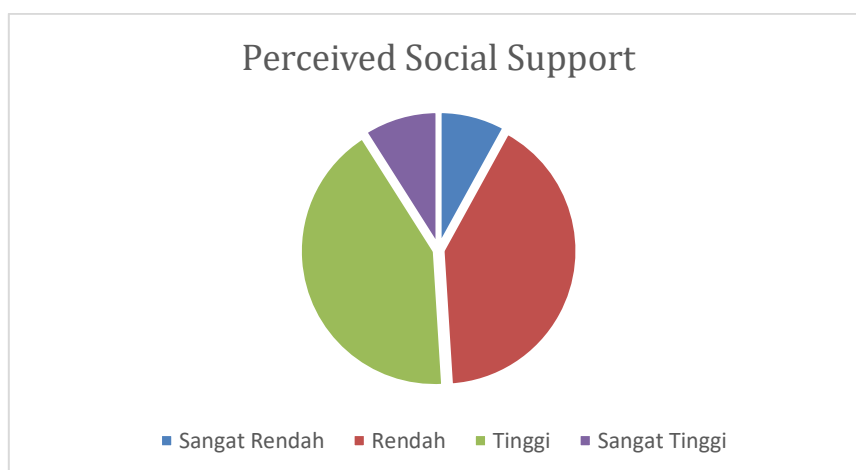
Instrument penelitian yang digunakan terdiri dari 2 skala penelitian yang akan diukur. Yaitu skala variabel *perceived social support* yang mengukur 3 dimensi yaitu *family support*, *friends support*, dan *significant other* dengan total 12 item. Analisis dilakukan dengan teknik *product moment correlation* antara skor item dengan skor total. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa seluruh item memiliki r hitung $> r$ tabel (pada taraf signifikansi 0,05 dengan $df = N-2$). Di mana nilai r hitung pada item-item dalam penelitian ini memiliki rentang sekitar 0,640 – 0,894 $> 0,361$ (r tabel). sehingga seluruh item dinyatakan konsisten dan dapat digunakan dalam penelitian. Dengan uji reabilitas diperoleh nilai *cronbach's alpha* total untuk MSPSS adalah sebesar 0.85 yang berarti bahwa skala ini konsisten secara internal dan layak untuk mengukur variabel *perceived social support*. Pada penelitian ini, hasil *pilot study* menunjukkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,928 yang menunjukkan bahwa semua item dalam instrumen ini reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian.

Skala variabel *post-traumatic growth* (PTG) mengukur 5 dimensi yaitu *relating to others*, *new possibilities*, *personal strenght*, *spiritual change*, dan *appretiation of life* dengan total 21 item yang sudah melalui translasi skala dari bahasa asing ke bahasa Indonesia melalui metode *back-translation* dan direview kembali oleh ahli bahasa untuk menyempurnakan. Analisis dilakukan dengan teknik *product moment correlation* antara skor item dengan skor total. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa seluruh item memiliki r hitung $> r$ tabel (pada taraf signifikansi 0,05 dengan $df = N-2$). Di mana nilai r hitung pada item-item dalam penelitian ini memiliki rentang sekitar 0,381 – 0,891 $> 0,361$ (r tabel). sehingga seluruh item dinyatakan konsisten dan dapat digunakan dalam penelitian. Menunjukkan nilai *cronbach's alpha* total sebesar 0,90. Hal ini mengindikasikan bahwa PTGI memiliki internal konsistensi dan layak untuk mengukur variabel *post-traumatic growth*. Pada penelitian ini, hasil *pilot study* menunjukkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,938 yang menunjukkan bahwa semua item dalam instrumen ini reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

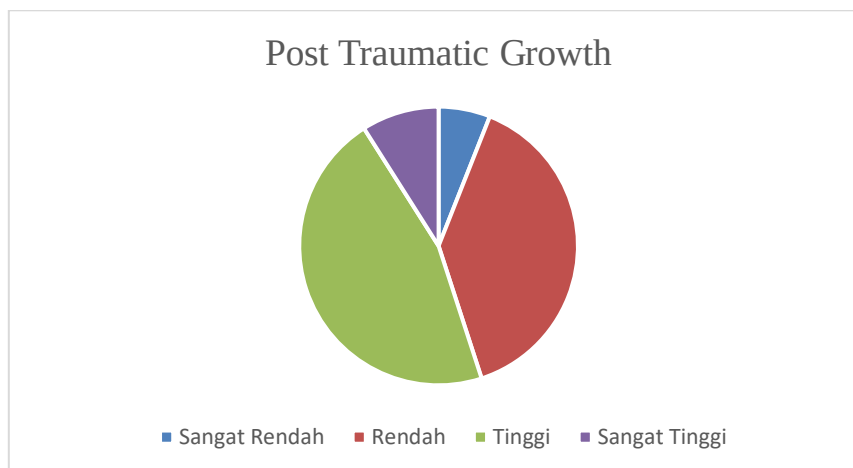
Hasil Analisis deskriptif setiap variabel akan dianalisis secara statistik deskriptif dengan menggunakan pengkategorian melalui software SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) Vers 27.0 for Windows.



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Skor Variabel Perceived Social Support

Berdasarkan frekuensi Perceived social support diketahui bahwa walaupun secara keseluruhan, perbandingan antara dimensi pada tiap kategori menunjukkan selisih yang tidak begitu besar dan hampir setara, dapat disimpulkan bahwa dimensi *friends support* merupakan dimensi dengan frekuensi kategori tinggi terbanyak yaitu sebanyak 57 orang (57%).

Berdasarkan usia responden dominasi tingkat *perceived social support* yang tinggi berada pada usia 15-17 tahun (53,5%). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang berusia 15-17 tahun cenderung memiliki *perceived social support* yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan rentang usia 18-21 tahun atau responden dengan rentang usia 12-14 tahun. Sedangkan berdasarkan usia, frekuensi kategori tinggi *perceived social support* didominasi oleh perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan (47,5%) memiliki *perceived social support* yang lebih tinggi daripada laki-laki (43,9%).



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Skor Variabel Post Traumatic Growth

Berdasarkan data yang ada dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *post-traumatic growth* yang tinggi yaitu sebesar 46% atau sebanyak 46 orang. Walaupun secara keseluruhan, perbandingan antara dimensi pada tiap kategori menunjukkan selisih yang tidak begitu besar dan hampir setara. Hal ini menunjukkan bahwa, mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tumbuh secara positif setelah mengalami pengalaman traumatis. kategori tinggi, dimensi *spiritual change* merupakan dimensi dengan frekuensi kategori terbanyak yaitu sebanyak 64 orang (64%), disusul oleh dimensi *new possibilities* sebanyak 60 orang (60%), dimensi *appretiation of life* sebanyak 53 orang (53%), dimensi *personal strength* sebanyak 51 orang (51%), dan terakhir dimensi *relating to other* sebesar 48 orang (48%). Dapat disimpulkan bahwa dominasi responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *spiritual change* yang tinggi.

Berdasarkan usia, usia 12-14 (66,7%) tahun memiliki *post-traumatic growth* yang lebih tinggi daripada responden dengan usia 18-21 tahun (56,3%) atau responden dengan usia 15-17 tahun (37,2%) dengan didominasi oleh responden laki-laki (58,5%) daripada responden perempuan (47,5%). Untuk kehilangan orang tua, *traumatic growth* yang rendah didominasi oleh responden yang kehilangan Ibu (44,8%). Sementara itu, untuk responden yang kehilangan kedua orang tua, memiliki *post-traumatic growth* tertinggi (83,3%). dengan rentang waktu ditinggalkan 5 tahun ke atas memiliki *post-traumatic* yang cenderung lebih tinggi (47,3%) daripada responden dengan rentang waktu kurang dari 5 tahun (42,2%).

Hasil Uji Hipotesis pada Uji T didapatkan bahwa *perceived social support* berpengaruh secara signifikan terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua. nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,406 yang artinya ada pengaruh yang cukup kuat dari variabel independen terhadap variabel dependen. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel *perceived social support* terhadap variabel *post-traumatic growth* adalah sebesar 40,6% dengan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara *perceived social support* terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua. Berdasarkan hasil uji asumsi klasik diketahui bahwa data tersebar dengan normal dan tidak terdapat gejala heteroskedastisitas, sehingga memenuhi syarat untuk penelitian. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa *perceived social support* memiliki pengaruh signifikan terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua dengan persentase pengaruh sebesar 40,6% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Dengan nilai koefisien regresi ($B = 0,594$) yang bernilai positif, menunjukkan bahwa semakin tinggi *perceived social support* maka, akan semakin tinggi juga *post-traumatic growth*. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa *perceived social support* secara signifikan memprediksi skor pada variabel *post-traumatic growth* dan *perceived social support* yang dimiliki seseorang dapat membantu untuk perubahan emosi positif dari waktu ke waktu yang berhubungan secara positif dengan tingkat *post-traumatic growth* (Putri & Dewi Pohan, 2020; Rzeszutek, 2017).

Temuan ini diperkuat dengan teori *buffering hypothesis* terkait dukungan sosial berfungsi sebagai *buffer* atau pelindung terhadap dampak negatif dari stres yang dapat muncul akibat peristiwa traumatis (Cohen & Hoberman, 1983). Sehingga, jika remaja yang ditinggalkan orang tua memiliki *perceived social support* yang tinggi, maka akan memungkinkan mereka untuk tumbuh secara positif setelah mengalami pengalaman traumatis. Artinya temuan ini, menegaskan bahwa dukungan sosial yang dirasakan, baik dari keluarga, teman maupun orang lain yang dianggap penting dapat berperan untuk membantu remaja dalam melewati rasa duka akibat ditinggalkan orang tua karena meninggal dunia.

Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan diketahui bahwa sebagian besar remaja yang ditinggalkan orang tua memiliki tingkat *perceived social support* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja yang kehilangan orang tua memiliki sumber dukungan yang dapat dirasakan cukup tinggi selama menghadapi peristiwa traumatis akibat ditinggalkan salah satu atau kedua orang tua. Dari ketiga sumber dukungan sosial yang dapat dirasakan (*perceived social support*), hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan dari teman (*friends support*) memiliki tingkat yang lebih tinggi daripada dukungan keluarga (*family support*) atau dari orang lain (*significant other*). Peran teman sebaya sangat penting dalam kehidupan remaja. Dimensi ini mengacu pada persepsi individu terhadap adanya dukungan sosial dan emosional dari teman-teman yang dapat dipercaya. Teman sebaya sangat penting bagi remaja karena mereka sering berbagi pengalaman dan memberikan rasa kebersamaan yang dapat mengurangi rasa kesepian dan isolasi (Pierce et al., 1991). Remaja yang memiliki *friends support* yang tinggi menunjukkan bahwa mereka memiliki tempat untuk berbagi pengalaman dan mengurangi perasaan terisolasi dari lingkungan sekitar setelah mengalami peristiwa traumatis seperti ditinggalkan orang tua karena meninggal dunia.

Jika dilihat dari usia, didapatkan bahwa remaja dengan usia 15-17 tahun memiliki persentase *perceived social support* yang tinggi dibandingkan usia 12-14 tahun atau 18-21 tahun. Artinya remaja yang berusia 15-17 tahun cenderung memiliki *perceived social support* yang tinggi. Sejalan dengan temuan sebelumnya, di mana *perceived social support* pada penelitian ini paling tinggi terlihat pada dimensi *friends support*. Hal ini dapat terjadi karena pada usia 15-17 tahun atau biasa disebut dengan masa remaja pertengahan merupakan masa di mana pengaruh teman sebaya sangat kuat. Proses eksplorasi identitas paling terlihat pada masa ini, melalui pengaruh teman sebaya yang kuat dan ketergantungan pada orang tua mulai berkurang. Pada masa ini, teman sebaya menjadi sumber validasi, penerimaan dan kebersamaan sehingga inilah yang menyebabkan mengapa tingkat dukungan teman lebih tinggi dibandingkan dengan remaja awal (12-14 tahun) yang masih lebih bergantung pada orang tua, maupun remaja akhir (18-21 tahun) yang mulai beralih ke hubungan romantis atau kemandirian.

Penelitian terdahulu pada remaja menemukan bahwa remaja yang memiliki persepsi dukungan dari teman yang tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang baik khususnya pada remaja perempuan (Petersen et al., 2023). Sejalan dengan hasil yang diperoleh, pada remaja perempuan didapatkan frekuensi persentase *perceived social support* tinggi yang lebih banyak dibandingkan dengan remaja laki-laki. Remaja perempuan umumnya memiliki ikatan persahabatan yang lebih dekat antar satu sama lain dibandingkan dengan laki-laki yang dianggap sebagai dukungan besar dalam menghadapi situasi sehari-hari (Rudolph & Dodson, 2022). Selanjutnya, pada karakteristik responden berdasarkan orang tua yang telah meninggal

dunia, diketahui pada responden yang ditinggalkan kedua orang tua terdapat 3 orang (50%) memiliki *perceived social support* yang sangat rendah dan 3 orang (50%) yang memiliki *perceived social support* yang rendah. Persentase rendah ini lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang hanya kehilangan salah satu orang tua. Temuan ini, menunjukkan bahwa kehilangan kedua orang tua memiliki dampak terhadap rendahnya persepsi dukungan sosial. Orang tua merupakan sumber dukungan pertama yang didapatkan yang kemudian akan berkembang atau digantikan dengan dukungan lain di sekitar (House, 1944)

Kehilangan kedua orang tua menyebabkan berkurangnya akses terhadap dukungan sosial utama yang akhirnya dapat memengaruhi persepsi remaja terhadap ketersediaan dukungan sosial. Selain itu, *perceived social support* sebagai keyakinan individu bahwa ia memiliki lingkungan sosial yang mendukung, merasa dipedulikan, dihargai, dan siap membantu saat dibutuhkan (Sarason et al., 1987). Orang tua menjadi sumber utama dari dukungan, peduli dan penghargaan yang dapat diperoleh anak, hal ini dapat menjelaskan mengapa remaja yang kehilangan kedua orang tua menunjukkan tingkat *perceived social support* yang lebih rendah daripada yang memiliki salah satu orang tua. Jika dilihat berdasarkan rentang waktu ditinggalkan, diketahui untuk responden yang ditinggalkan kurang dari 5 tahun memiliki persentase *perceived social support* dalam kategori rendah lebih tinggi daripada responden dengan rentang waktu ditinggalkan orang tua 5 tahun ke atas yaitu sebesar 42,2%. Anak-anak yang berpisah dengan orang tua berisiko lebih tinggi memiliki simptom depresi ketika remaja yang menyebabkan penurunan interaksi sosial dan memengaruhi kesejahteraan psikologis (Gao et al., 2025; Ren et al., 2025). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian, karena remaja yang baru kehilangan orang tua cenderung akan merasa kurang didukung. Sedangkan untuk remaja yang ditinggalkan dengan rentang waktu lima tahun ke atas mungkin telah melewati fase adaptasi yang lebih lama sehingga sudah lebih terbiasa mencari dan mendapatkan dukungan sosial dari sumber lain seperti teman sebaya atau orang lainnya.

Remaja yang merasa didukung lebih mampu untuk mengalami pertumbuhan secara positif setelah melewati pengalaman yang tidak menyenangkan. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang ditinggalkan orang tua memiliki *post-traumatic growth* yang tinggi (46%). Ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki *post-traumatic growth* yang tinggi setelah ditinggalkan orang tua memiliki kemampuan untuk bangkit, berkembang dan dapat menemukan makna hidup jangka panjang. trauma setelah ditinggalkan orang tua karena meninggal dunia dapat berubah menjadi pertumbuhan psikologis ke arah yang lebih positif terutama dalam dimensi *appretiation of life* dan *personal strength* (Lundberg et al., 2025). Penelitian ini, menemukan bahwa sebagian besar remaja memiliki *spiritual change* yang tinggi dengan persentase sebesar 64%. Hal ini mungkin terjadi karena adanya perbedaan budaya yang mempengaruhi perilaku setelah trauma. Misalnya, dimensi *appretiation of life* diukur dengan item yang berkaitan dengan orientasi individu terhadap hidup sehari-hari tanpa melibatkan Tuhan atau religiusitas setelah trauma yang lebih khas dengan budaya individualis seperti Swedia. Sedangkan untuk dimensi *spiritual change* diukur dengan item yang berorientasi dengan hubungan individu dengan Tuhan yang mana berkaitan dengan budaya Indonesia yang dipandang cenderung religius, yang menganggap bahwa trauma merupakan salah satu jalan untuk menjadi lebih dekat dengan Tuhan. Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang mengalami pengalaman traumatis dapat menemukan makna atas kejadian yang telah terjadi, tumbuh secara positif melalui keyakinan religius atau spiritualitasnya, memiliki iman yang lebih kuat dan merasa bersyukur atas hidup yang dimiliki (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Remaja usia 12-14 tahun ditemukan memiliki tingkat *post-traumatic growth* yang tinggi dibandingkan dengan remaja usia 15-17 tahun atau pada usia 18-21 tahun. Temuan ini tidak sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pada tahap ini mulai terlihat perubahan fisik dan hormonal yang menimbulkan ketidakstabilan emosional. Pada tahap ini juga, remaja masih bergantung kepada orang tua dan mulai belajar untuk mandiri (Steinberg, 2005). Secara kognitif, remaja awal cenderung egosentris dan sulit memahami perspektif orang lain. Sebaliknya, pada usia 18-21 tahun sesuai dengan teori menyatakan bahwa pada rentang usia 18-21 tahun remaja akhir ini sudah mulai masuk pada masa *emerging adulthood*. (Arnett, 2000).

Kapasitas kognitif, regulasi emosi dan refleksi diri lebih matang daripada tahap perkembangan sebelumnya. Hal ini memungkinkan mereka menafsirkan trauma sebagai pengalaman bermakna yang mendorong munculnya *post-traumatic growth*. Namun demikian sejumlah penelitian sebelumnya menemukan bahwa usia atau umur tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *post-traumatic growth* (Hirooka et al., 2016; Salloum et al., 2019).

Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada faktor lain yang lebih berperan dalam tingkat *post-traumatic growth*. Sehingga, meskipun perkembangan usia diikuti dengan perkembangan kognitif dan emosional yang lebih matang, *post-traumatic growth* tidak selalu ditentukan oleh usia. Dilihat dari perbedaan tingkat *post-traumatic growth* berdasarkan jenis kelamin, ditemukan bahwa remaja laki-laki lebih banyak memiliki tingkat *post-traumatic growth* yang lebih tinggi daripada perempuan (58,5%). Temuan ini mungkin dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti *coping style* yang digunakan. (O'Rourke et al., 2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa laki-laki cenderung menggunakan *problem focused coping* ketimbang perempuan yang cenderung menggunakan *emotion focused coping*. Dengan menggunakan strategi koping tersebut, laki-laki mungkin merasa lebih kuat dengan menghadapi permasalahannya dan menafsirkan trauma sebagai tantangan yang harus dihadapi sehingga dapat mencapai *post-traumatic growth* yang lebih tinggi daripada perempuan. Temuan ini tidak sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa perempuan cenderung memiliki *post-traumatic growth* yang lebih tinggi daripada laki-laki (Hirooka et al., 2016; Lundberg et al., 2025). Hal ini dapat terjadi karena sampel yang sebagian besar terdiri dari perempuan dibandingkan laki-laki sehingga tidak selalu dapat digeneralisasikan. Selain itu, beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara gender dan *post-traumatic growth* (Hirooka et al., 2016; Salloum et al., 2019). Ini menunjukkan bahwa faktor gender bukan merupakan faktor tunggal yang berkontribusi pada tingkat *post-traumatic growth*. Terdapat faktor-faktor lain, seperti jenis trauma, strategi *coping* yang digunakan atau norma budaya.

Dilihat dari aspek orang tua yang meninggal dunia, baik Ayah, Ibu atau kedua-duanya, ditemukan bahwa remaja yang ditinggalkan Ibu memiliki frekuensi persentase yang tinggi dalam kategori rendah (44,8%). Remaja yang ditinggalkan Ibu sering dikaitkan dengan munculnya masalah emosional dan penurunan resiliensi. Penelitian fenomenologis menunjukkan bahwa remaja perempuan yang ditinggalkan Ibu mengalami duka mendalam karena kedekatan emosional dengan sosok Ibu (Pradina & Setiyawati, 2024). Jika dilihat dari teori attachment menjelaskan bahwa kedekatan emosional dengan Ibu berperan penting dalam pembentukan rasa aman, sehingga kehilangan figur Ibu dapat menimbulkan masalah psikologis (Bowlby, 1958). Oleh karena itu, tingginya persentase remaja yang kehilangan Ibu dalam kategori rendah dapat diasumsikan bahwa hal tersebut merupakan hasil dari hilangnya sumber utama dukungan emosional dan pengasuhan. Namun, dalam temuan ini melihat bahwa remaja yang ditinggalkan kedua orang tua memiliki *post-traumatic growth* yang paling tinggi. 5 dari 6 remaja yang ditinggalkan kedua orang tua memiliki *post-traumatic growth* yang tinggi. Temuan ini dapat didukung oleh teori tentang *post-traumatic growth* yang menemukan bahwa orang yang mengalami peristiwa traumatis yang sangat berat dapat melihat makna dari perjuangan setelah menghadapi peristiwa tersebut (Tedeschi & Calhoun, 1996). Ketika seseorang dihadapkan dengan peristiwa traumatis, muncul kebutuhan untuk terus membahas tentang konsekuensi dari trauma tersebut yang dengan berjalannya waktu dapat berubah menjadi bentuk renungan untuk memahami dan menerima keadaan yang didapatkan (Tedeschi & Calhoun, 1996).

Proses ini yang menjadi jalan bagi remaja yang ditinggalkan kedua orang tua untuk lebih kuat, jujur pada diri sendiri dan lebih dekat dengan orang lain. Namun, hal ini tidak dapat digeneralisasikan mengingat ada faktor lain yang turut berkontribusi pada tingkat *post-traumatic growth* seseorang, seperti kedekatan dengan salah satu atau kedua orang tua. Dari rentang waktu ditinggalkan orang tua, diketahui bahwa rentang waktu kematian orang tua 5 tahun atau lebih memiliki persentase *post-traumatic growth* yang lebih tinggi (47,3%) daripada rentang waktu kurang dari 5 tahun (42,2%). Ini menunjukkan bahwa terdapat selisih yang tidak jauh beda antara kedua kelompok remaja berdasarkan rentang waktu ditinggalkan orang tua dalam

kategori *post-traumatic* tinggi. Hal ini mungkin terjadi karena prosedur pertimbangan penelitian, yang memilih sampel dengan rentang waktu ditinggalkan minimal 1-1,5 tahun. Di mana telah diasumsikan bahwa waktu 1-1,5 tahun telah mempengaruhi pertumbuhan pasca trauma sehingga mayoritas dalam penelitian ini memiliki tingkat *post-traumatic growth* yang cenderung tinggi (Tedeschi & Calhoun, 2004). Beberapa penelitian juga telah menemukan bahwa rentang waktu ditinggalkan bukanlah faktor yang membentuk pertumbuhan pasca trauma (Salloum et al., 2019).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *perceived social support* terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua ($\text{sig.} < 0,0001 < 0,05$) dengan besar pengaruh *perceived social support* terhadap *post-traumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orang tua adalah sebesar 40,7% dengan 60,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Ditemukan juga bahwa *perceive social support* mempengaruhi *post-traumatic growth* secara positif ($\beta = 0,594$, $p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa *perceived social support* yang tinggi dapat memprediksi *post-traumatic growth* yang tinggi juga.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja yang mengalami kehilangan orang tua untuk menyadari dan memanfaatkan dukungan dari lingkungan sekitar sebagai salah satu sumber kekuatan dalam menghadapi kehilangan dan mendukung pertumbuhan pascatrauma (*post-traumatic growth*). Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi keluarga, teman sebaya, dan tenaga profesional dalam memberikan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan remaja yang mengalami kehilangan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arslan, B. Ş., Zeynep, Ö., & Buldukoğlu, K. (2020). Posttraumatic growth in parentally bereaved children and adolescents: A systematic review. *Death Studies*, 46(1), 111–123. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1716886>
- Asgari, Z., Naghavi, A., & Abedi, M. R. (2021). Beyond a traumatic loss: The experiences of mourning alone after parental death during COVID-19 pandemic. *Death Studies*, 46(1), 78–83. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1931984>
- Aulia, S. P., & Lahmuddin. (2024). Peran Orang Tua dalam Membentuk Kematangan Emosi Remaja di Desa Tanjung Alam Kecamatan Sei Dadap Kabupaten Asahan. *NUANSA: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Keagamaan Islam*, 21(2), 50–65. <https://doi.org/10.19105/nuansa.v18i1.xxxx>
- Bowlby, J. (1958). The Nature of the Child's Tie to his Mother. *The International Journal of Psychoanalysis*.
- Burrell, L. V., Mehlum, L., & Qin, P. (2021). Parental death by external causes during childhood and risk of psychiatric disorders in bereaved offspring. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(2), 122–130. <https://doi.org/10.1111/camh.12470>
- Castro, M., Expósito-Casas, E., López-Martín, E., Lizasoain, L., Navarro-Asencio, E., & Gaviria, J. L. (2015). Parental involvement on student academic achievement: A meta-analysis. In *Educational Research Review* (Vol. 14, pp. 33–46). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.01.002>
- Chater, A. M., Howlett, N., Shorter, G. W., Zakrzewski-Fruer, J. K., & Williams, J. (2022). Reflections on Experiencing Parental Bereavement as a Young Person: A Retrospective Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph19042083>
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress'. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99–125.
- Ettah, N. A. A., Soetikno, N., & Dewi, F. I. R. (2023). The Role of Social Support and Mindfulness on The Posttraumatic Growth of Young Adults Surviving Childhood Maltreatment.

- GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(4), 902. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i4.8497>
- Gao, Z., Li, X., Zhang, Q., Zhang, P., Muhammad, B., Zhang, L., Chen, Y., & Zhang, C. (2025). Early parent-child separation and adolescent depressive symptoms: the mediating role of self-perceived pleasure in social interactions. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02473-x>
- Hillis, S., Mercy, J., Amobi, A., & Kress, H. (2016). Global prevalence of past-year violence against children: A systematic review and minimum estimates. *Pediatrics*, 137(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2015-4079>
- Hirooka, K., Fukahori, H., Akita, Y., & Ozawa, M. (2016). Posttraumatic Growth Among Japanese Parentally Bereaved Adolescents: A Web-Based Survey. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, 34(5), 442–448. <https://doi.org/10.1177/1049909115627776>
- House, J. S. (1944). *Work Stress and Sicoal Support*. Addison-Wesley Publishing Company.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2021, July 31). *index.php siaran-pers kemen-pppa-akan-pastikan-pengasuhan-anak-yatim-piatu-karena-covid-19 -tetap-terjamin - kemenpppa-go*. <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/siaran-pers/kemen-pppa-akan-pastikan-pengasuhan-anak-yatim-piatu-karena-covid-19-tetap-terjamin#>
- Lewis, S. J., Arseneault, L., Caspi, A., Fisher, H. L., Matthews, T., Moffitt, T. E., Odgers, C. L., Stahl, D., Teng, J. Y., & Danese, A. (2019). The epidemiology of trauma and post-traumatic stress disorder in a representative cohort of young people in England and Wales. *The Lancet Psychiatry*, 6(3), 247–256. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30031-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30031-8)
- Lundberg, T., Årestedt, K., Olsson, M., Alvariza, A., & Forinder, U. (2025). Posttraumatic Growth After Struggling With the Loss of a Parent in Young Adulthood. *Omega Journal of Death and Dying*, 92(2), 668–685. <https://doi.org/10.1177/00302228231187175>
- Nisai, H., & Santoso, M. B. (2023). Peran Orang Tua dalam Mendukung Keberfungsian Sosial Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*.
- O'Rourke, T., Vogel, C., John, D., Pryss, R., Schobel, J., Haug, F., Haug, J., Pieh, C., Nater, U. M., Feneberg, A. C., Reichert, M., & Probst, T. (2022). The Impact of Coping Styles and Gender on Situational Coping: An Ecological Momentary Assessment Study With the mHealth Application TrackYourStress. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.913125>
- Pace, U., Zappulla, C., & Di Maggio, R. (2016). The mediating role of perceived peer support in the relation between quality of attachment and internalizing problems in adolescence: a longitudinal perspective. *Attachment and Human Development*, 18(5), 508–524. <https://doi.org/10.1080/14616734.2016.1198919>
- Parebong, R. E., Kristen, A., & Toraja, N. (2021). Pendekatan Trauma Healing Untuk Mengatasi Pathological Grief Pada Anak Usia Remaja Yang Ditinggal Mati Orang Tuanya. *Journal of Pasoral Counseling*, 1(2), 109–120. <http://ejournal.staknkupang.ac.id/ojs/index.php/rah>
- Petersen, K. J., Qualter, P., Humphrey, N., Damsgaard, M. T., & Madsen, K. R. (2023). With a Little Help from My Friends: Profiles of Perceived Social Support and Their Associations with Adolescent Mental Health. *Journal of Child and Family Studies*, 32(11), 3430–3446. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02677-y>
- Pierce, G. R., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1991). General and Relationship-Based Perceptions of Social Support: Are Two Constructs Better Than One? *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 1028–1039.
- Pradina, W. A., & Setiyawati, D. (2024). *Pengalaman Duka Remaja Perempuan akibat Kematian Ibu* (Vol. 1) [Universitas Gadjah Mada]. <http://etd.repository.ugm.ac.id/>
- Putri, E. P., & Dewi Pohan, L. (2020). Optimism and Perceived Social Support as Predictors of Posttraumatic Growth Among Emerging Adults After the Death of a Parent. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 494.
- Ren, X., Lin, C., Pan, L., Fan, Q., Wu, D., He, J. L., He, P., & Luo, J. (2025). The impact of parental absence on the mental health of middle school students in rural areas of Western China. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1439799>

- Rzeszutek, M. (2017). Social support and posttraumatic growth in a longitudinal study of people living with HIV: the mediating role of positive affect. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1412225>
- Salloum, A., Bjoerke, A., & Johnco, C. (2019). The Associations of Complicated Grief, Depression, Posttraumatic Growth, and Hope Among Bereaved Youth. *Omega (United States)*, 79(2), 157–173. <https://doi.org/10.1177/0030222817719805>
- Santrock, J. W. (2010). *Life Span Development*. McGraw-Hill.
- Sarason, B. R., Shearin, E. N., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1987). Interrelations of Social Support Measures: Theoretical and Practical Implications. *Journal of Fleraonality and Social Psychology*, 52(4), 22–25.
- Simanjuntak, S., Simbolon, F. P., & Hutapea, F. C. (2025). Karakteristik Perkembangan Kognitif Sosial dan Moral pada Masa Remaja dan Dewasa. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen Dan Katolik*, 2, 159–167. <https://doi.org/10.61132/sabar.v2i1.518>
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. In *Trends in Cognitive Sciences* (Vol. 9, Number 2, pp. 69–74). <https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3).
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- UNICEF. (2025). *AIDS-Related Orphanhood* - UNICEF DATA. UNICEF. <https://data.unicef.org/topic/hivaids/orphanhood/>