

DINAMIKA KUALITAS HIDUP INDIVIDU DENGAN *POSTTRAUMATIC GROWTH* (PTG) PASCA KEHILANGAN SEORANG AYAH

Rendysa Mahadewita¹, Tri Hayuning Tyas²

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

email: [1rendysa.md@mail.ugm.ac.id](mailto:rendysa.md@mail.ugm.ac.id), [2t.h.tyas@ugm.ac.id](mailto:t.h.tyas@ugm.ac.id)

Abstrak

Individu yang mengalami kehilangan terlebih dalam hal kematian seorang ayah dapat menjadi pengalaman traumatis yang dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupannya. Pengalaman traumatis dari kehilangan akan menciptakan suatu ketahanan bahkan rekonstruksi diri yang baru menuju pada pertumbuhan yang disebut dengan *posttraumatic growth*. Fokus penelitian ini menggambarkan dinamika kualitas hidup dari individu yang mengalami pertumbuhan positif pascatrauma setelah kehilangan Ayah yang disebabkan oleh kematian. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan studi fenomenologis. Data penelitian didapatkan melalui proses wawancara dengan partisipan individu berumur 18-25 tahun yang telah kehilangan ayah karena kematian dengan jangka waktu selama minimal 2 tahun. Hasil wawancara dianalisis dengan *IPA* (*Interpretative Phenomenological Analysis*) yang menghasilkan tema meliputi latar belakang kehilangan ayah, dukungan sosial, mekanisme koping, pertumbuhan positif pascatrauma yang terbentuk, dan kualitas hidup pascatrauma. Hasil penelitian mengungkapkan partisipan dapat mengalami peningkatan dalam kualitas hidupnya setelah mengalami *posttraumatic growth* terlihat dari adanya pemulihan pertumbuhan positif setelah mengalami kehilangan selama 2 tahun dari meninggalnya ayah yang mana masih termasuk dalam tahap awal.

Kata kunci: *kualitas hidup, posttraumatic growth, kehilangan, kematian ayah*

DINAMIKA KUALITAS HIDUP INDIVIDU DENGAN *POSTTRAUMATIC GROWTH* (PTG) PASCA KEHILANGAN SEORANG AYAH

Rendysa Mahadewita¹, Tri Hayuning Tyas²

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

email: [1rendysa.md@mail.ugm.ac.id](mailto:rendysa.md@mail.ugm.ac.id), [2t.h.tyas@ugm.ac.id](mailto:t.h.tyas@ugm.ac.id)

Abstract

Individuals who experience loss, especially the death of a father, can have a traumatic experience that can impact various aspects of their life. The traumatic experience of loss will create resilience and even new self-reconstruction leading to growth which is called posttraumatic growth. The focus of this research describes the dynamics of the quality of life of individuals who experience positive post-traumatic growth after losing their father due to death. The research was conducted using qualitative methods with phenomenological studies. Research data was obtained through an interview process with individual participants aged 18-25 years who had lost their father due to death for a period of at least 2 years. The interview results were analyzed using IPA (Interpretative Phenomenological Analysis) which produced themes including the background of the loss of the father, social support, coping mechanisms, positive post-traumatic growth that was formed, and post-traumatic quality of life. The results of the study revealed that participants experienced an increase in their quality of life after experiencing posttraumatic growth, as seen from the recovery of positive growth after experiencing loss for 2 years from the death of their father, which was still in the early stages.

Keywords: *quality of life, posttraumatic growth, lost, father's death*