



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (*print*) || ISSN 2541-2787 (*online*)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Theoretical/Conceptual Article

Siswa Berduka di Indonesia Membutuhkan Pendidikan Kematian: Rekomendasi Penerapan Konseling di Sekolah

Novianti¹, Mamat Supriatna², Nadia Aulia Nadhirah³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Article History

Received: 29.05.2023
Received in revised form:
26.07.2023
Accepted: 17.07.2023
Available online: 31.07.2023

ABSTRACT

GRIEVING STUDENTS IN INDONESIA NEED DEATH EDUCATION: RECOMMENDATION OF IMPLEMENTATION IN SCHOOL COUNSELING. The death of the closest people leaves a feeling of loss and grief that can last into adulthood if it is not resolved. Children and adolescents are the most vulnerable subjects due to a lack of understanding about death and grief. Unfortunately, death education in Indonesia is still minimal, even though it can help children cope with grief as a fundamental response to loss. Death education should be provided by guidance and counselling teachers, but no studies or practices in Indonesia apply to this context. Therefore, this research was conducted to make recommendations based on a literature review on death education to help students cope with grief. This study uses the systematic literature review (SLR) method to synthesize and present in-depth data from 20 selected previous studies from Google Scholar, PubMed, Harzing, and Mendeley. The implementation of death education can be focused on the explanation of death, the value of life and death, and strategies to cope with the grief caused by death. Practical strategies to implement death education in Indonesia can be developed before being widely practised.

KEYWORDS: death education, grief, death of relatives, guidance and counselling

DOI: 10.30653/001.202372.280



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2023 Novianti, Mamat Supriatna, Nadia Aulia Nadhirah.

PENDAHULUAN

Kematian tidak dapat dihindari dalam kehidupan, yang menyisakan kehilangan bagi orang yang ditinggalkan (Das dan Peters, 2022). Kehilangan tersebut menimbulkan kedukaan yang mengganggu stabilitas hidup individu yang mengalaminya (Horn & Hoskins, 2011; Seng & Lee, 2022; Umam & Maemonah, 2021). Namun, stigma tabu menjauhkan masyarakat dari pembahasan tentang kematian dan kedukaan sehingga pemahaman seputar topik ini sangat kurang. Akibatnya, upaya manajemen duka juga terbatas padahal duka berpotensi memicu gejala somatis (Utz dkk., 2012), gangguan depresi mayor (Kulathilaka dkk., 2016), gangguan stres pasca trauma (Dai dkk., 2016;

¹ Corresponding author's address: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia; Jl. Dr. Setiabudi No.229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154. Email: novianti18@upi.edu

Sanderson, 2013), dan gangguan duka yang rumit atau *complicated grief* (He dkk., 2014; Tang dan Xiang, 2021).

Intensitas kedukaan ditentukan berdasarkan tingkat kedekatan hubungan dengan orang yang meninggal (Sciarra, 2004). Semakin dekat dengan orang yang meninggal, semakin intens duka yang dirasakan (Shaver dan Fraley, 2008). Oleh karena itu, kematian orang terdekat menjadi faktor paling berisiko, khususnya bagi anak dan remaja yang mudah membentuk serta mempertahankan kedekatan melalui ikatan kuat dengan orang lain (Santos dkk., 2021). Kematian keluarga terdekat dikaitkan dengan masalah kesehatan mental pada 25% anak-anak yang terdampak (Santos dkk., 2021). Namun, pemahaman anak dan remaja tentang kedukaan sangat terbatas yang menyebabkan ekspresi duka mereka terpendam dan tidak jelas sehingga orang dewasa sering menyalahartikan bahwa mereka baik-baik saja dan gagal memberikan dukungan yang memadai (Christ, 2000; Fitzgerald dkk., 2021; Worden, 1996). Akibatnya, duka ini tidak sepenuhnya selesai dan bertahan lama hingga berpotensi berubah menjadi *complicated grief* dan berdampak pada perubahan perilaku yang cenderung negatif, seperti ledakan amarah dan *acting out*, yang sering kali tidak dapat ditoleransi oleh guru di sekolah tanpa ada upaya identifikasi perilaku ini sebagai reaksi kedukaan oleh guru pelajaran (Christ dkk., 2002; Worden, 1996).

Kegagalan mengekspresikan duka pada anak dan remaja ini juga diungkapkan oleh guru bimbingan dan konseling (guru BK) dari salah satu Sekolah Menengah Atas di Bandung melalui penelitian awal yang dilakukan sebelumnya. Beliau menjelaskan bahwa duka pada peserta didik akibat kematian orang terdekat hanya bertahan sekitar 2 minggu, bahkan nyaris tidak terlihat berduka akibat kegagalan dalam mengekspresikan duka. Oleh karena itu, pemahaman mengenai kematian dan manajemen kedukaan perlu diberikan kepada peserta didik agar dapat mengekspresikan dukanya dengan baik sehingga tidak menimbulkan dampak lanjutan terhadap kesejahteraannya.

Pemahaman ini dapat diberikan melalui edukasi kematian oleh guru BK atau konselor sekolah yang berfokus pada aspek manusiawi dan emosional dari kematian, termasuk manajemen kedukaan (Phan dkk., 2020). Edukasi kematian ini efektif dalam membantu individu memahami, mengelola serta mengatasi kedukaan sebagaimana temuan dari Wong (2009) yang melakukan dua penelitian di beberapa universitas lokal Hong Kong. Hasil kedua penelitian tersebut menunjukkan adanya sikap yang lebih positif dari mahasiswa-mahasiswi terhadap kematian dan kedukaan (W.-Y. Wong, 2009). Namun, edukasi kematian ini belum diimplementasikan di Indonesia padahal urgensinya sangat tinggi di negara ini berdasarkan pada angka kematian yang berdampak terhadap anak-anak cukup tinggi, bahkan meningkat drastis selama pandemi.

Secara global, tim epidemiolog dari Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit Menular (CDC) Amerika Serikat dalam penelitian oleh Unwin dkk. (2022) melaporkan bahwa 800 ribu (23,5%) anak mengalami kematian ibu, dan 2,6 juta (76,5%) anak mengalami kematian ayah (Unwin dkk., 2022). Sementara di Indonesia sejak awal pandemi Covid-19, berdasarkan data dari UNICEF serta Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, terdapat 25.430 anak-anak di Indonesia yang telah kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat Covid-19 dengan kematian ayah (57%) lebih banyak daripada ibu (37%), dan kematian kedua orang tua sebanyak 5% (Wijaya dan Hanifuddin, 2021). Kematian akibat Covid-19 ini memicu kedukaan

berdasarkan hasil evaluasi Kentish-Barnes dkk. (2015) yang menemukan gejala kedukaan berkepanjangan (*complicated grief*) pada 52% kerabat pasien yang meninggal di ICU akibat terinfeksi Covid-19. Pandemi juga telah mengubah cara individu berduka akibat stigma kematian yang semakin dianggap tabu untuk dibahas sehingga duka semakin dipendam dan diabaikan (Seng dan Lee, 2022). Kondisi ini semakin mendorong kebutuhan akan edukasi kematian, terutama bagi anak dan remaja yang memiliki pemahaman tentang kematian dan kedukaan sangat terbatas.

Edukasi terkait kematian di Indonesia belum menyinggung mengenai manajemen kedukaan, melainkan hanya membahas aspek biologis dan spiritual dari kematian oleh guru agama dan biologi sebagaimana keterangan dari 6 guru BK PPG dan 4 guru BK dari Sekolah Menengah Atas di Bandung, dengan latar belakang asal daerah yang berbeda-beda. Mereka mengaku tidak pernah memberikan edukasi kematian dalam konteks kedukaan, bahkan tidak pernah mendengar konsep demikian selama menjadi mahasiswa maupun setelah menjadi guru BK. Selain itu, peserta didik dari sekolah-sekolah di Bandung, Jakarta, Semarang, Bogor, Bekasi dan beberapa kota lain yang diwawancarai pada penelitian awal mengaku tidak pernah mendapatkan edukasi kematian dalam konteks kedukaan, melainkan hanya sebatas aspek biologis dan spiritual dari kematian.

Selain itu, belum ada penelitian yang membahas tentang edukasi kematian dalam konteks kedukaan melainkan hanya sebatas menyinggung aspek biologis dan spiritual dari kematian berdasarkan hasil analisis bibliometrik menggunakan aplikasi VOSviewer dengan menganalisis sumber-sumber literatur yang dicari menggunakan kata kunci *edukasi kematian*, *konseling*, dan *duka*. Hasil bibliometrik juga hanya menunjukkan tiga kata kunci yang bahkan tidak saling berkaitan pada hasilnya, yaitu *konselor*, *kematian ibu*, dan *islam*. Hasil ini sama dengan hasil pencarian secara manual di Google yang memberikan hasil berupa penelitian tentang *kasus kematian ibu pasca melahirkan* dalam konteks kebidanan. Namun, terdapat satu penelitian yang hampir mendekati konteks kedukaan yaitu penelitian berjudul *Pendidikan Kematian: Memaknai Maut Menjadi Sebuah Kerinduan* oleh Fikri, M. (2014).

Dalam artikelnya, Fikri (2014) menjelaskan edukasi kematian merupakan upaya penyadaran masyarakat, khususnya umat Islam, tentang konsep kematian yang sebenarnya untuk mencapai tujuan tertinggi kehidupan manusia agar kematian tidak menimbulkan kecemasan dan ketakutan melainkan menjadi kerinduan. Akan tetapi, hasil ini bukan ditinjau dari sudut pandang bimbingan dan konseling, melainkan agama. Terbatasnya referensi bagi guru BK untuk memberikan edukasi kematian di Indonesia membuat miris. Penjabaran di atas menunjukkan seberapa jauh BK di Indonesia tertinggal dalam aspek kelengkapan karena edukasi kematian telah dikaji mulai tahun 1960-an di Amerika. Bahkan, banyak artikel jurnal atau buku yang telah membahas edukasi kematian dalam konteks kedukaan oleh guru BK secara komprehensif pada tahun 1970. Bimbingan dan konseling di Indonesia perlu mengejar keteringgalan tersebut karena peserta didik yang berduka di sekolah-sekolah membutuhkan edukasi kematian dalam konteks kedukaan.

Beranjak dari masalah tersebut, perlu digali secara lebih mendalam tentang edukasi kematian oleh guru BK untuk anak dan remaja di Indonesia. Kebutuhan tersebut dapat dirumuskan menjadi masalah utama yang diangkat dalam artikel ini, yaitu rekomendasi strategi implementasi edukasi kematian oleh guru BK di Indonesia untuk mengatasi

duka pada peserta didik yang disusun berdasarkan sumber literatur dari luar Indonesia, khususnya Amerika, kemudian disesuaikan dengan situasi di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* (SLR) dengan melakukan tinjauan pustaka untuk menyusun rekomendasi implementasi edukasi kematian di Indonesia berdasarkan pada literatur-literatur relevan yang membahas strategi implementasi edukasi kematian bagi peserta didik oleh guru BK (Wahyuningrum dkk., 2020). Literatur tersebut berupa artikel, tesis, disertasi, dan buku yang diambil dari pangkalan data yakni Google Scholar, PubMed, Harzing, dan Mendeley.

Kriteria literatur-literatur yang dipilih antara lain, yaitu: (1) dipublikasikan dalam rentang waktu 10 tahun terakhir; (2) dicari menggunakan kata kunci "*death of relative grief*" dan "*death education for grief*" dengan bahasa pengantar yaitu bahasa Inggris; serta (3) memenuhi pertanyaan penelitian yang diajukan, yakni bagaimana rekomendasi implementasi edukasi kematian untuk mengatasi duka pada peserta didik oleh guru BK. Dari 789 literatur yang terhimpun, terseleksi sebanyak 20 sumber literatur yang akan digunakan dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur, terdapat beragam hasil penelitian yang berkaitan dengan duka akibat kematian orang terdekat (*death of relatives*) dan edukasi kematian untuk mengatasi duka (*death education for grief*) yang dapat diringkas ke dalam tabel berikut.

Tabel 1. *Literatur terkait Edukasi Kematian dalam Bimbingan dan Konseling*

No.	Peneliti (Tahun)	Judul	Hasil Penelitian
1.	Thompson, L. M. dkk. (1975)	<i>Death: The Role of the Counselor</i>	Topik kematian dan kedukaan menjadi aspek yang ditelantarkan dalam bimbingan dan konseling.
2.	Ryerson, M. S. (1977)	<i>Death Education and Counseling for Children</i>	Edukasi kematian dapat dilakukan dalam situasi kelompok. Anggota kelompok diminta untuk memejamkan mata dan mengingat atau berfantasi tentang kematian seseorang yang sangat penting bagi mereka.
3.	Wilder, P. (1980)	<i>The Role of the Elementary School Counselor in Counseling About Death</i>	Dalam memberikan edukasi kematian, konselor harus memiliki pemahaman mengenai persepsi konselor secara personal tentang kematian, proses kedukaan, serta reaksi konseli berdasarkan usia dan tahapan perkembangan.
4.	Edgar, L. & Howard-Hamilton, M. (1994)	<i>Noncrisis Death Education in the Elementary School</i>	Lebih dari 10 tahun pengalaman dengan program edukasi kematian ini telah menunjukkan manfaat perkembangan dan kesehatan mental bagi anak-anak.

5.	Guidry, K., dkk. (2013)	<i>Ambiguous Loss and Its Effects on Children: Implications and Interventions for School Counselors</i>	Anak-anak mungkin merasakan bahwa ada sesuatu yang sangat salah tetapi tetap mengikuti permainan “berpura-pura” ketika merasa duka. Oleh karena itu, anak harus diajarkan oleh guru di sekolah.
6.	Wolfelt, A. (2013)	<i>Helping Children Cope with Grief</i>	Penegasan kembali bahwa orang yang mati tidak dapat hidup kembali melalui edukasi kematian oleh konselor.
7.	Doka, K. (2014)	<i>Living With Grief: After Sudden Loss Suicide, Homicide, Accident, Heart Attack, Stroke</i>	Perjelas nilai hidup dan mati dengan secara sensitif membicarakan takhayul atau “fakta yang dikatakan Nenek saya”, stabilitas pemikiran rasional menggantikan imajinasi yang berjalan liar.
8.	Doka, K. & Davidson, J. (2014)	<i>Living With Grief: Who We Are How We Grieve</i>	Anak-anak prasekolah setidaknya mampu mengikuti langkah-langkah dasar dari upaya mengatasi duka, termasuk edukasi kematian.
9.	Cacciatore, J., dkk. (2015)	<i>Braving Human Suffering: Death Education and Its Relationship to Empathy and Mindfulness</i>	Dua pendekatan metodologis telah diterapkan dalam edukasi kematian: didaktik, berfokus pada presentasi kuliah formal dalam pengajaran dan pembelajaran tentang kematian dan kehilangan, serta pengalaman, berkonsentrasi pada berbagi perasaan atau pengalaman pribadi yang berkaitan dengan kematian dan kehilangan.
10.	Jarvis, T. M. (2015)	<i>Applying a Grief Response Framework to Death/Loss in Schools</i>	Tingkat kenyamanan dan keamanan konselor sebagai individu akan memengaruhi kemampuannya untuk membantu orang lain secara efektif dengan kehilangan dan kedukaan mereka.
11.	McClatchey, I. S. & King, S. (2015)	<i>The Impact of Death Education on Fear of Death and Death Anxiety Among Human Services Students</i>	Edukasi kematian membantu peserta didik menghadapi perasaan tentang kematian tanpa menimbulkan stres yang berlebihan, mendorong klarifikasi nilai tentang kematian, dan dapat sangat mempengaruhi nilai-nilai kehidupan anak. Isi pendidikan kematian disesuaikan dengan tingkat pemahaman dan perkembangan sosial peserta didik.
12.	Miles, L. & Corr, C. (2017)	<i>Death Cafe: What Is It and What We Can Learn From It</i>	Bidang yang dibahas dalam edukasi kematian: sikap terhadap kematian, proses kematian, proses berduka.
13.	Wong, W. (2017)	<i>The Concept of Death and the Growth of Death Awareness Among University Students in Hong Kong: A Study of the Efficacy of Death Education Programmes in Hong Kong Universities</i>	Tujuan utama edukasi kematian adalah untuk membantu individu dalam merekonstruksi makna hidup dan mati, mengurangi perasaan negatif dan ketakutan akan kematian, dan mengembangkan pemahaman diri tentang nilai dan sikap terhadap hidup dan mati.
14.	Corr, C., dkk.	<i>Death and Dying, Life</i>	Kebanyakan orang tua muda memiliki

	(2018)	<i>and Living</i>	sedikit pengalaman pribadi dengan kematian sehingga sering ketakutan dan merasa tidak mampu mencontohkan perilaku berduka yang tepat untuk anak-anak. Oleh karena itu, anak harus diajarkan di sekolah.
15.	Neimeyer, R. & Van Brunt, D. (2018)	<i>Death Anxiety</i>	Orang tua sering berasumsi bahwa anak-anak tidak mengerti apa yang sebenarnya terjadi sehingga tidak secara terbuka mendiskusikan realitas yang terjadi dalam keluarga. Oleh karena itu, edukasi kematian itu penting.
16.	Hannon, M., dkk. (2019)	<i>School Counselors, Multiple Student Deaths, and Grief: A Narrative Inquiry</i>	Konselor sekolah harus bekerja di bidang konseling dan edukasi kematian tetapi perlu pelatihan untuk membantu konselor memperoleh keterampilan dan kesadaran yang diperlukan untuk bekerja di bidang kematian dan kedukaan.
17.	Phan, H. P., dkk. (2020)	<i>Introducing the Study of Life and Death Education to Support the Importance of Positive Psychology: An Integrated Model of Philosophical Beliefs, Religious Faith, and Spirituality</i>	Pentingnya menerima perasaan dan ketakutan mendalam yang harus dihadapi anak-anak agar bebas dari kecemasan yang tidak wajar tentang kematian dan sekarat saat dewasa.
18.	Martínez-Heredia, N., dkk. (2021)	<i>Health Education as a Means of Addressing Death in the Elderly</i>	Isi instruksi yang dapat diterapkan dalam pendidikan kematian: (1) Kematian; (2) Kedukaan; dan (3) Edukasi kesehatan.
19.	Siler, A. H., dkk. (2022)	<i>Crisis Intervention for School Counselors</i>	R mengalami kematian saudara laki-laki akibat overdosis heroin. Kematian tersebut menyebabkannya kekacauan psikologis dan isolasi diri selama beberapa minggu, serta mulai memberikan perasaan depresi dan ide bunuh diri dalam dirinya. Berbicara dengan konselor bimbingan di sekolah sangat membantu. Perasaan tertekan dan kesepian menghilang dengan cepat.
20.	Seng, H. Z., & Lee, P. W. (2022)	<i>Death Education in Malaysia: From Challenges to Implementation</i>	Normalisasi dan kesadaran akan kematian menjadi perhatian kritis dalam edukasi kematian. Oleh karena itu, isi instruksi dalam pendidikan kematian berfokus pada konseptualisasi kematian dan kesedihan serta strategi koping untuk menghadapi kematian dan kehilangan. Pendidikan kematian sangat penting bagi para profesional untuk mempersiapkan diri melayani dukungan kedukaan (<i>grief support</i>), dan masyarakat umum harus menerima kematian sebagai bagian dari hidup mereka, bukan tabu.

Diskusi

Edukasi kematian menjadi intervensi paling universal dan mudah untuk diterapkan, karena dapat diikuti oleh setiap jenjang usia, termasuk anak usia 3-5 tahun berdasarkan penelitian dari Doka & Davidson (2014). Anak-anak prasekolah setidaknya mampu mengikuti langkah-langkah dasar dari upaya mengatasi duka yang merupakan bagian dari edukasi kematian (Doka & Davidson, 2014). Dengan demikian, edukasi kematian memiliki urgensi yang tinggi untuk diimplementasikan dalam membantu anak dan remaja mencegah duka berkepanjangan serta mengelola duka normalnya, atau menjadi bekal bagi mereka untuk membantu orang di sekitarnya yang sedang berduka.

Edukasi kematian ini lebih tepat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah daripada oleh guru agama atau biologi karena lebih menekankan pada aspek psikologis (Edgar & Howard-Hamilton, 1994; Hannon dkk., 2019). Intervensi berupa edukasi kematian oleh guru BK ini pernah diuji sebelumnya dan terbukti efektif (W.-Y. Wong, 2009; W. Wong, 2017). Salah satu kasus spesifiknya yaitu R dalam penelitian Siler dkk. (2022) yang mengalami kematian saudara laki-lakinya akibat overdosis heroin. Kematian tersebut menyebabkannya kekacauan psikologis dan isolasi diri selama beberapa minggu, serta mulai memberikan perasaan depresi dan ide bunuh diri dalam dirinya. R kemudian mencoba berbicara dengan guru BK di sekolah dan merasa sangat terbantu. Setelah diberikan edukasi tentang manajemen kedukaan, perasaan tertekan yang dia rasakan menghilang dengan cepat (Siler dkk., 2022).

Namun, cukup disayangkan bahwa kematian dan kedukaan menjadi topik yang tidak tersentuh dan terabaikan dalam bimbingan dan konseling (Thompson dkk., 1975), yang menjadi penyebab secara linier kurangnya pelatihan konselor untuk membantu mengatasi kedukaan melalui edukasi kematian padahal aspek ini sangat penting untuk dikuasai sebagaimana disepakati bersama oleh konselor dan pendidik konselor dalam penelitian Hannon dkk. (2019). Tidak sedikit pula peneliti yang menganjurkan profesional bidang kesehatan mental, termasuk konselor, untuk menyadari risiko memburuknya masalah kesehatan mental setelah kehilangan orang terdekat, serta memahami secara mendalam tentang kematian dan kedukaan untuk mempersiapkan diri secara lebih matang dalam melayani perawatan dan dukungan kedukaan (Seng dan Lee, 2022; Stikkelbroek dkk., 2016).

Phan dkk. (2020) menjelaskan bahwa edukasi kematian dapat membantu peserta didik menerima perasaan serta ketakutan mendalam yang harus dihadapi anak-anak agar bebas dari kecemasan yang tidak wajar tentang kematian dan sekarat saat dewasa sebagaimana hasil percobaan konselingnya secara kelompok terhadap beberapa anak laki-laki praremaja di sebuah sekolah pedesaan. Hal ini karena tujuan utama edukasi kematian adalah untuk membantu individu dalam merekonstruksi makna hidup dan mati, mengurangi perasaan negatif dan ketakutan akan kematian, serta mengembangkan pemahaman diri tentang nilai dan sikap terhadap hidup dan mati dengan memberikan pengetahuan yang kaya tentang kematian, kesedihan, dan berkabung (W. Wong, 2017). Gagasan ini juga didukung oleh McClatchey & King (2015) yang menilai edukasi kematian dapat membantu peserta didik menghadapi perasaan tentang kematian tanpa menimbulkan stres yang berlebihan, mendorong klarifikasi nilai tentang kematian, dan dapat sangat mempengaruhi nilai-nilai kehidupan anak.

Edukasi kematian telah dibuktikan berpengaruh secara positif terhadap perkembangan dan kesehatan mental bagi peserta didik dalam penelitian Edgar dan Howard-Hamilton (1994) yang telah mempraktikkan edukasi kematian ini dalam 10 tahun. Mereka mendapatkan kesimpulan tersebut berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan rata-rata 74% peningkatan pengetahuan faktual tentang proses kematian dan perilaku berkabung. Secara sederhana, kedukaan pada peserta didik yang cenderung gagal untuk diekspresikan menjadi urgensi dasar kebutuhan akan edukasi kematian yang diberikan oleh guru BK di sekolah.

Implementasi edukasi kematian dalam bimbingan dan konseling di Indonesia pada tahapan awal akan terasa sulit karena stigma yang sangat melekat kuat pada topik kematian dan kedukaan yang dianggap sebagai tabu. Oleh karena itu, strategi yang tepat perlu dipertimbangkan agar topik yang dianggap tabu ini masih dapat diterima dan konseli mampu memanfaatkannya secara bijak, bukan menjadi sumber ketakutan akan kematian yang mana bertentangan dengan tujuan utama edukasi kematian itu sendiri. Untuk itu, rekomendasi strategi implementasi edukasi kematian ini disusun sebagai sumber referensi bagi guru bimbingan dan konseling yang akan memberikan edukasi kematian. Rekomendasi strategi ini disusun berdasarkan hasil analisis terhadap sumber-sumber literatur yang relevan dan tidak hanya mengacu pada hasil penelitian agar setiap kemungkinan strategi dapat tertampung. Adapun rekomendasi strategi implementasi edukasi kematian dalam bimbingan dan konseling di Indonesia antara lain sebagai berikut.

1) *Persiapan dan Pelatihan bagi Konselor*

Topik kematian dan kedukaan yang melekat kuat dengan stigma tabu baik di masyarakat Indonesia maupun global membuat perkembangan edukasi kematian tidak begitu pesat. Selain itu, konselor secara global kurang nyaman mendiskusikan isu-isu seputar kematian dan menjelang ajal dibandingkan isu-isu lainnya (Miles & Corr, 2017). Akibatnya, kemampuan konselor dalam membantu konseli yang mengalami kedukaan akibat kematian masih terbatas (Seng dan Lee, 2022). Oleh karena itu, konselor harus mematangkan kembali persiapan dan mengikuti pelatihan yang berkaitan dengan duka dan kematian (Hannon dkk., 2019).

2) *Pemahaman dan Pengalaman Konselor*

Kematian dan kedukaan menjadi topik yang tidak tersentuh dan terabaikan dalam bimbingan dan konseling (Thompson dkk., 1975), sehingga secara linier pelatihan konselor sangat kurang dalam membantu mengatasi duka melalui edukasi kematian padahal aspek ini sangat penting untuk dikuasai sebagaimana disepakati bersama oleh konselor dan pendidik konselor dalam penelitian Hannon dkk. (2019). Tidak sedikit pula peneliti yang menganjurkan profesional bidang kesehatan mental, termasuk konselor, untuk menyadari risiko memburuknya masalah kesehatan mental setelah kehilangan orang terdekat, serta memahami secara mendalam tentang kematian dan kedukaan untuk mempersiapkan diri secara lebih matang dalam melayani perawatan dan dukungan kedukaan (Seng dan Lee, 2022; Stikkelbroek dkk., 2016).

Persiapan bukan hanya merujuk pada upaya memahami secara teoritis dan melakukan percobaan sebelum praktik langsung kepada konseli, melainkan dimulai dari penegasan persepsi dan pengalaman konselor tentang kehilangan, kematian

dan kedukaan. Menurut Wilder, P. (1980), dalam memberikan edukasi kematian, konselor harus memiliki pemahaman mengenai persepsi konselor secara personal tentang kematian, proses kedukaan, serta reaksi konseli berdasarkan usia dan tahapan perkembangan. Selain itu, konselor harus memastikan dirinya tidak memiliki ketakutan pribadi terkait topik karena konselor tidak dapat memberikan bimbingan kepada orang lain jika mereka lebih mementingkan lari dari ketakutan mereka sendiri. Tingkat kenyamanan dan keamanan konselor sebagai individu akan mempengaruhi kemampuannya untuk membantu orang lain secara efektif dengan kehilangan dan kesedihan mereka (Jarvis, 2015).

3) *Ruang Lingkup Edukasi Kematian*

Setelah konselor mendapatkan pelatihan dan persiapan yang matang serta berhasil mengidentifikasi pemahaman dan pengalamannya agar tidak terjadi bias, konselor perlu memperhatikan mengenai cakupan edukasi kematian agar perannya tidak tumpang tindih dengan guru agama dan biologi. Normalisasi dan kesadaran akan kematian menjadi perhatian kritis dalam edukasi kematian (Seng dan Lee, 2022). Miles dan Corr (2017) serta Martínez-Heredia dkk. (2021) mengusulkan konten edukasi kematian difokuskan pada 3 aspek antara lain, yaitu: (1) Kematian, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana kematian dikonseptualisasikan dari perspektif biologis, psikologis, dan sosial dengan mempertimbangkan aspek budaya dan agama; (2) Kedukaan, dengan tujuan untuk mengetahui konseptualisasi kesedihan dan strategi koping untuk menghadapi kesedihan; serta (3) Edukasi kesehatan, dengan tujuan untuk mengetahui fungsi, tujuan, dan perspektif tindakan paliatif dan preventif sebagai sarana menghadapi kematian.

4) *Tahap Perkembangan Anak*

Edukasi kematian diharapkan dapat membantu anak menghadapi perasaan tentang kematian tanpa menimbulkan stres yang berlebihan sehingga edukasi harus diberikan sesuai dengan tingkat pemahaman dan perkembangan sosial, kognitif, afektif maupun psikologis konseli (McClatchey & King, 2015). Korelasi menunjukkan bahwa tingkat perkembangan konsep kematian berhubungan dengan usia dan perkembangan mental verbal-konseptual (Jenkins dan Cavanaugh, 1986). Misalnya, anak di bawah usia 7 tahun masih berpikir secara magis dan berpikir bahwa individu yang mati akan kembali lagi. Oleh karena itu, konselor perlu melakukan asesmen terlebih dahulu untuk mengukur tahap perkembangan dan mengidentifikasi masalah kehilangan yang dialami beserta dampaknya.

5) *Metode Edukasi*

Edukasi kematian dapat diimplementasikan menggunakan dua metode menurut Cacciatore dkk. (2015). Dua metode tersebut di antaranya, yakni: (1) Didaktik, yaitu metode edukasi kematian di mana konselor memberikan pemahaman tentang kematian, kehilangan dan kedukaan melalui presentasi formal seperti di perkuliahan; serta (2) Pengalaman, yaitu metode edukasi kematian di mana konselor mendorong konseli berkonsentrasi pada berbagi perasaan dan pengalaman pribadi yang berkaitan dengan kematian dan kehilangan.

6) *Tahapan Dasar Implementasi Edukasi Kematian*

Knott (dalam Guidry dkk., 2013) merekomendasikan edukasi kematian untuk dilakukan melalui tiga tahapan berdasarkan sudut pandang psikologis. Tahap pertama adalah memberikan informasi kepada anak-anak tentang kematian, khususnya menggunakan kosakata yang sesuai untuk mengungkapkan perasaan mereka tentang kematian. Kebutuhan akan kosa kata yang memadai ini ditunjukkan oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pengembangan konsep kematian tampaknya terkait dengan pengembangan keterampilan konseptual-verbal (Jenkins dan Cavanaugh, 1986). Meskipun demikian, orang dewasa di Amerika Serikat terus berupaya menjaga "rahasia" kematian dengan menggunakan eufemisme (Guidry dkk., 2013; Wolfelt, 2013).

Tahap kedua adalah memperjelas nilai hidup dan mati. Untuk anak-anak yang lebih kecil, ini termasuk menghilangkan "kengerian" mental dari kematian yang banyak diadopsi dari film dan televisi atau telah dikembangkan secara mandiri. Konselor dapat memperjelas nilai ini dengan mengakui nilai kehidupan setiap individu, memberikan fakta tentang apa yang terjadi dan tidak terjadi ketika seseorang meninggal, menegaskan kembali bahwa sekali seseorang mati mereka tidak dapat hidup kembali, dan dengan mengganti imajinasi yang berjalan liar menjadi stabilitas pemikiran rasional (Doka, 2014; Guidry dkk., 2013; Wolfelt, 2013).

Tahap ketiga edukasi kematian ini memiliki tujuan ganda, yaitu untuk membiarkan anak-anak berduka atas kehilangan yang telah mereka alami tetapi belum sepenuhnya berduka dan untuk membantu semua anak dalam mengembangkan perilaku berduka yang tepat. Apakah mereka menyuarakannya sebagai "kematian" atau tidak, anak-anak tahu dan mengalami emosi yang terkait dengan kehilangan orang yang dicintai. Orang tua sering berasumsi bahwa anak-anak mereka tidak mengerti apa yang sebenarnya terjadi sehingga tidak secara terbuka mendiskusikan realitas yang terjadi dalam keluarga (Neimeyer & Van Brunt, 2018). Anak-anak mungkin merasakan bahwa ada sesuatu yang sangat salah tetapi tetap mengikuti permainan "berpura-pura".

7) *Kolaborasi*

Dalam menyesuaikan edukasi kematian untuk masyarakat Indonesia, konselor harus bersedia dan siap melakukan kolaborasi, khususnya dengan guru agama karena Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat percaya pada ketuhanan. Ajaran agama dan keyakinan spiritual harus dipertimbangkan ketika merencanakan isi dari pendidikan kematian. Misalnya, di Taiwan, banyak sekali lembaga pendidikan menawarkan program pendidikan *life and death* dengan perspektif yang sedikit lebih luas, meliputi ajaran agama yang berbasis ketimuran dan kebijaksanaan spiritual, lebih fokus pada menghargai kehidupan dan mendekati kematian dengan sentuhan yang lebih filosofis (Phan dkk., 2020). Ini menjelaskan penggunaan ajaran agama dalam pendidikan kematian di Indonesia. Sebuah studi yang dilakukan oleh Hussin dkk. (2018) mengeksplorasi dampak praktik keagamaan masyarakat beragama Islam memiliki kecenderungan arah menuju penanggulangan duka dan ditemukan bahwa ajaran agama membawa banyak manfaat bagi yang berduka untuk mengatasi kerugiannya, yaitu ruang untuk berduka dan memahami pengalaman. Oleh karena itu, konselor dapat berkolaborasi dengan guru agama tetapi pelaksanaan utamanya tetap dilakukan oleh konselor.

SIMPULAN

Kehilangan akibat kematian memicu munculnya kedukaan, khususnya pada anak dan remaja yang diikuti oleh reaksi duka normal atau berkepanjangan. Namun, kurangnya pemahaman anak dan remaja mengakibatkan kegagalan mengekspresikan duka sehingga duka mereka terpendam dan bertahan lebih lama hingga 9 bulan sampai 2 tahun. Hal ini disebabkan oleh tidak adanya pemberian pemahaman tentang kematian dan kedukaan sehingga anak merasa kebingungan dalam menghadapi situasi demikian. Untuk itu, edukasi kematian diperlukan. Namun, Indonesia rupanya tertinggal sehingga membutuhkan perencanaan strategi yang lebih matang dan disesuaikan dengan situasi dan karakteristik masyarakatnya.

Masyarakat Indonesia yang majemuk dan dominan religius, yang juga diturunkan kepada anak dan remaja, dapat memanfaatkan pendekatan spiritual sebagai perantara untuk mengimplementasikan edukasi kematian di Indonesia. Selain itu, strategi implementasi yang direkomendasikan bagi guru BK yaitu mematangkan persiapan, mengikuti pelatihan, menegaskan batasan persepsi dan pengalaman personal, menyesuaikan dengan ruang lingkup edukasi kematian dan tahap perkembangan anak, serta metode yang digunakan untuk melakukan tiga tahap sederhana edukasi kematian. Rekomendasi ini belum teruji efektivitasnya. Untuk itu, strategi implementasi edukasi kematian yang terbukti efektif di Indonesia harus diteliti lebih lanjut dan diuji sebelum dipraktikkan secara meluas.

REFERENSI

- Cacciatore, J., Thieleman, K., Killian, M., & Tavasolli, K. (2015). Braving Human Suffering: Death Education and Its Relationship to Empathy and Mindfulness. *Social Work Education, 34*(1), 91–109.
- Christ, G. H. (2000). *Healing Children's Grief: Surviving a Parent's Death From Cancer*. Oxford University Press.
- Christ, G. H., Siegel, K., & Christ, A. E. (2002). Adolescent Grief: "It Never Really Hit Me... Until It Actually Happened." *Jama, 288*(10), 1269–1278.
- Corr, C. A., Corr, D. M., & Doka, K. J. (2018). *Death and Dying, Life and Living*. Cengage learning.
- Dai, W., Chen, L., Lai, Z., Li, Y., Wang, J., & Liu, A. (2016). The Incidence of Post-traumatic Stress Disorder Among Survivors After Earthquakes: A Systematic Review and Meta-Analysis. *BMC Psychiatry, 16*(1), 1–11.
- Das, E., & Peters, J. (2022). "They Never Really Leave Us": Transcendent Narratives About Loss Resonate With the Experience of Severe Grief. *Human Communication Research, 48*(2), 320–345. <https://academic.oup.com/hcr/article-abstract/48/2/320/6527011>
- Doka, K. J. (2014). *Living With Grief: After Sudden Loss Suicide, Homicide, Accident, Heart Attack, Stroke*. [api.taylorfrancis.com. https://api.taylorfrancis.com/content/books/mono/download?identifierName=doi&identifierValue=10.4324/9781315781563&type=googlepdf](https://api.taylorfrancis.com/content/books/mono/download?identifierName=doi&identifierValue=10.4324/9781315781563&type=googlepdf)
- Doka, K. J., & Davidson, J. D. (2014). *Living With Grief: Who We Are How We Grieve*. [taylorfrancis.com. https://doi.org/10.4324/9781315799087](https://doi.org/10.4324/9781315799087)
- Edgar, L. V., & Howard-Hamilton, M. (1994). Noncrisis Death Education in the Elementary School. *Elementary School Guidance & Counseling, 29*(1), 38–46.

- Fikri, M. (2014). Pendidikan Kematian: Memaknai Maut Menjadi Sebuah Kerinduan. *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 4(1).
- Fitzgerald, D. A., Nunn, K., & Isaacs, D. (2021). What We Have Learnt About Trauma, Loss and Grief for Children in Response to COVID-19. *Paediatric Respiratory Reviews*, 39, 16–21. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1526054221000610>
- Guidry, K., Simpson, C., Test, T., & Bloomfield, C. (2013). Ambiguous Loss and Its Effects on Children: Implications and Interventions for School Counselors. *Journal of School Counseling*, 11(15), n15.
- Hannon, M. D., Mohabir, R. K., Cleveland, R. E., & Hunt, B. (2019). School Counselors, Multiple Student Deaths, and Grief: A Narrative Inquiry. *Journal of Counseling & Development*, 97(143–52). <https://doi.org/10.1002/jcad.12234>
- He, L., Tang, S., Yu, W., Xu, W., Xie, Q., & Wang, J. (2014). The Prevalence, Comorbidity and Risks of Prolonged Grief Disorder Among Bereaved Chinese Adults. *Psychiatry Research*, 219(2), 347–352.
- Horn, E. A., & Hoskins, W. J. (2011). Death Education: An Internationally Relevant Approach to Grief Counseling. *Journal for International Counselor Education*, 3(1), 3.
- Jarvis, T. M. (2015). Applying a Grief Response Framework to Death/Loss in Schools. *Georgia School Counselors Association Journal*, 22, 6–11.
- Jenkins, R. A., & Cavanaugh, J. C. (1986). Examining the Relationship Between the Development of the Concept of Death and Overall Cognitive Development. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 16(3), 193–199.
- Kentish-Barnes, N., Chaize, M., Seegers, V., Legriél, S., Cariou, A., Jaber, S., Lefrant, J.-Y., Floccard, B., Renault, A., & Vinatier, I. (2015). Complicated Grief After Death of a Relative in the Intensive Care Unit. *European Respiratory Journal*, 45(5), 1341–1352.
- Kulathilaka, S., Hanwella, R., & de Silva, V. A. (2016). Depressive Disorder and Grief Following Spontaneous Abortion. *BMC Psychiatry*, 16, 1–6.
- Martínez-Heredia, N., Soriano Díaz, A., Amaro Agudo, A., & González-Gijón, G. (2021). Health Education as a Means of Addressing Death in the Elderly. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6652.
- McClatchey, I. S., & King, S. (2015). The Impact of Death Education on Fear of Death and Death Anxiety Among Human Services Students. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 71(4), 343–361.
- Miles, L., & Corr, C. A. (2017). Death Cafe: What Is It and What We Can Learn From It. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 75(2), 151–165.
- Mohamed Hussin, N. A., Guàrdia-Olmos, J., & Liisa Aho, A. (2018). The Use of Religion in Coping With Grief Among Bereaved Malay Muslim Parents. *Mental Health, Religion & Culture*, 21(4), 395–407.
- Neimeyer, R. A., & Van Brunt, D. (2018). Death Anxiety. *Dying: Facing the Facts*, 49–88.
- Phan, H. P., Ngu, B. H., Chen, S. C., Wu, L., Lin, W.-W., & Hsu, C.-S. (2020). Introducing the Study of Life and Death Education to Support the Importance of Positive Psychology: An Integrated Model of Philosophical Beliefs, Religious Faith, and Spirituality. *Frontiers in Psychology*, 11, 580186.
- Ryerson, M. S. (1977). Death Education and Counseling for Children. *Elementary School Guidance and Counseling*, 11(3), 147–173.
- Sanderson, C. (2013). *Counselling Skills for Working With Trauma: Healing From Child Sexual Abuse*,

- Sexual Violence and Domestic Abuse*. Jessica Kingsley Publishers. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=sVv4AAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=guilt+people+pleaser&ots=5yD1L-EBMh&sig=XRTsHwsdCABailVv1pT3__RBHKM
- Santos, S., Sá, T., Aguiar, I., Cardoso, I., Correia, Z., & Correia, T. (2021). Case Report: Parental Loss and Childhood Grief During COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychiatry, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.626940>
- Sciarra, D. T. (2004). *School Counseling: Foundation and Contemporary Issues*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.
- Seng, H. Z., & Lee, P. W. (2022). Death Education in Malaysia: From Challenges to Implementation. *International Journal of Practices in Teaching and Learning, 2*(1). https://ijptl.uitm.edu.my/files/v2n1-feb2022/IJPTL_209.pdf
- Shaver, P. R., & Fraley, R. C. (2008). Attachment, Loss, and Grief: Bowlby's Views and Current Controversies. In *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (pp. 48–77). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2008-13837-003>
- Siler, A. H., Greenleaf, A., & Graham, M. A. (2022). Crisis Intervention for School Counselors. In *Foundations of School Counseling: Innovations in Professional Practice* (p. 167). Springer Publishing Company.
- Stikkelbroek, Y., Boddien, D. H. M., Reitz, E., Vollebergh, W. A. M., & van Baar, A. L. (2016). Mental Health of Adolescents Before and After the Death of a Parent or Sibling. *European Child & Adolescent Psychiatry, 25*, 49–59.
- Tang, S., & Xiang, Z. (2021). Who Suffered Most After Deaths Due to COVID-19? Prevalence and Correlates of Prolonged Grief Disorder in COVID-19 Related Bereaved Adults. *Globalization and Health, 17*(1), 1–9.
- Thompson, L. M., Dickerson, B. E., & Wester, M. H. (1975). Death: The Role of the Counselor. *TPGA Journal, 4*(1), 45–50.
- Umam, R. N., & Maemonah, M. (2021). Konseling Religi dalam Upaya Menemukan Kebermaknaan Hidup Remaja Korban Broken Home. *Indonesian Journal of Educational Counseling, 5*(2), 64–74.
- Unwin, H. J. T., Hillis, S., Cluver, L., Flaxman, S., Goldman, P. S., Butchart, A., Bachman, G., Rawlings, L., Donnelly, C. A., & Ratmann, O. (2022). Global, Regional, and National Minimum Estimates of Children Affected by COVID-19-Associated Orphanhood and Caregiver Death, by Age and Family Circumstance up to Oct 31, 2021: An Updated Modelling Study. *The Lancet Child & Adolescent Health, 6*(4), 249–259.
- Utz, R. L., Caserta, M., & Lund, D. (2012). Grief, Depressive Symptoms, and Physical Health Among Recently Bereaved Spouses. *The Gerontologist, 52*(4), 460–471.
- Wahyuningrum, Suryanto, & Suminar. (2020). Parenting in Digital Era: A Systematic Literature Review. *Journal of Educational, Health and Community Psychology, 9*(3).
- Wijaya, B. H., & Hanifuddin, I. (2021). Pembiayaan Pendidikan Anak Yatim Piatu Sebagai Dampak Sekunder Pandemi Covid-19 di Indonesia Melalui Zakat. *Invest Journal of Sharia & Economic Law, 1*(2), 69–88. <https://doi.org/10.21154/invest.v1i2.3510>
- Wilder, P. (1980). The Role of the Elementary School Counselor in Counseling About Death. *Elementary School Guidance & Counseling, 15*(1), 56–65.
- Wolfelt, A. (2013). *Helping Children Cope With Grief*. Routledge. <https://api.taylorfrancis.com/content/books/mono/download?identifierName=doi&identifierValue=10.4324/9780203767771&type=googlepdf>

- Wong, W.-Y. (2009). The Growth of Death Awareness Through Death Education Among University Students in Hong Kong. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 59(2), 113–128.
- Wong, W. (2017). The Concept of Death and the Growth of Death Awareness Among University Students in Hong Kong: A Study of the Efficacy of Death Education Programmes in Hong Kong Universities. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 74(3), 304–328.
- Worden, J. W. (1996). *Children and Grief: When a Parent Dies*. Guilford Press.