

## Grief pada wanita muda yang mengalami putus cinta

Anne Restu Latifah Hanum, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20370233&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

**ABSTRAK**

Isu putus cinta merupakan isu yang dekat dengan tahapan perkembangan dewasa muda, yang di dalamnya terdapat isu mengenai intimacy. Intimacy merupakan isu utama pada usia dewasa muda, yaitu saat seseorang membuat sebuah komitmen dengan orang lain. Berkaitan hal tersebut, putus cinta merupakan stresor yang umumnya terjadi pada mahasiswa. Putus cinta lebih banyak dikaitkan dengan efek negatif, salah satunya dengan grief. Grief adalah respon emosional terhadap kehilangan yang dialami oleh seseorang.

Grief akibat putus cinta dapat mengganggu fungsi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, seperti kurang konsentrasi dalam belajar maupun penurunan kinerja, kehilangan nafsu makan, marah, benci, kesepian, serta depresi. Oleh sebab itu, diperlukan sebuah kajian dari sisi psikologis mengenai penghayatan seseorang wanita dewasa muda terhadap peristiwa putus cinta.

Dari penelitian yang menggunakan metode kualitatif ini, peneliti menemukan bahwa partisipan tidak melaluinya fase grief secara linier, melainkan dapat kembali pada fase pertama sebelum bila terjadi hal-hal yang berkaitan dengan mantan pacar. Peneliti juga menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi grief seseorang adalah signifikasi hubungan, situasi yang mendukung putusnya hubungan, serta makna kehilangan. Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi proses pemulihan adalah dukungan dari teman, pekerjaan, dan kegiatan di dunia maya.