



Contents lists available at Journal IICET

Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)

ISSN: 2502-8103 (Print) ISSN: 2477-8524 (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Problem psikologis dan strategi *coping* pada pelaksana upacara adat rambu solo' tana' bulaan miskin di dusun Pambalan

Jeanri Rara Mille Kety^{*)}, Krismi Diah Ambarwati

Program Studi Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jan 25th, 2023
Revised Feb 27th, 2023
Accepted Mar 30th, 2023

Keyword:

Psychological problems
Coping strategies
Rambu solo'

ABSTRACT

Tana Toraja is a unique area where its customs are very well known, one of which is the solo sign (traditional death ceremony), although the consequences are not good it can even cause psychological problems, such as stress, anxiety, depression and other effects, until now there are still many perpetrators tana' bulaan who are still trying to perform the traditional signs ceremony solo' in accordance with the tradition that applies to family members who die. This study aims to find out psychological problems and how coping strategies are used by the performers of the traditional signs ceremony in tana'bulaan impoverished. The research design uses a qualitative phenomenological method. Collecting data using observation and interview techniques. The sample in this study were 2 participants who were selected by snowball or chain sampling with the characteristics of the Toraja people who perform the traditional ceremonies for signs solo', tana'bulaan, poor in Pambalan Village. The results of the study show that there are several themes involved in psychological problems and coping strategies, including the view of the solo sign, that the solo sign is a custom that must be preserved and is the final tribute to family or relatives who have died. It was also found that there was a stress reaction because of the solo signs. Stress coping strategies, where there are several coping strategies for the two participants such as cognitive assessment, emotional focused coping, and problem focused coping. Protection factors against stress include social support, preparation and planning. As well as found risk factors for stress, such as lack of emotional expression and lack of self-acceptance.



© 2023 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Kety, J. R. M.,
Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Indonesia
Email: ketty Palembangan27@gmail.com

Pendahuluan

Tana Toraja adalah daerah yang unik dimana adat istiadatnya sangat terkenal, salah satunya adalah rambu solo' (upacara adat kematian). Dalam kesempatan ini dilakukan pemotongan hewan peliharaan seperti babi, kerbau, dan ternak lainnya. Jumlah ternak yang dipotong pada upacara adat rambu solo' sedikitnya 24 ekor, bagi masyarakat Toraja, kerbau dijadikan sebagai hewan kurban dalam acara ritual pada upacara adat kematian rambu solo' tersebut. Menurut Ikrar (2012), Sirajuddin (2012), Sitti Nurani Sirajuddin, Andilolo, prinsip dasar untuk melaksanakan upacara ini adalah kepercayaan penganut aluk todolo (agama turun-temurun). Aluk todolo adalah agama pertama dari suku Toraja. Sejak awal tahun 1969 agama lokal Toraja ini telah menerima status resmi sebagai cabang dari Hindu Dharma, dan sejak saat itu aluk todolo diganti nama menjadi alukta (agama kita). Berdasarkan statistik yang dikeluarkan oleh Badan Pusat statistik (BPS) di Makassar tahun 2010 penganut Alukta di Tana Toraja yang meliputi dua kabupaten yaitu ; Kabupaten Toraja

Utara dan kabupaten Tana Toraja berjumlah 30.023 jiwa (4%) dari total jumlah penduduk 618.578 jiwa. Namun demikian, sebagian besar penduduk suku Toraja, walaupun dengan jumlah hanya 4%, sekitar 60% masyarakat Toraja tetap berpegang kepada keyakinan yang telah dibingkai oleh nenek moyang mereka. Itu sebabnya, meskipun mereka tidak menganut agama aluk to dolo atau alukta, namun adat istiadat yang ada dan dijalankan hingga saat ini adalah kepercayaan nenek moyang mereka.

Pada peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Siti Nurani (2013) Beberapa motivasi masyarakat Toraja untuk menyembelih kerbau pada acara adat rambu solo', adalah dorongan dasar yang menggerakkan masyarakat dalam bertingkah laku Handoko (1999) dan Uno (2009), dalam hal ini. melakukan pemotongan kerbau pada pesta adat Rambu solo' lebih spesifiknya karena menurut keyakinan masyarakat setempat orang yang telah meninggal harus membawa penebusan (menyembelih hewan ternak) agar tidak mendatangkan malapetaka. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Robi Anggara (2014) mengatakan bahwa Ritual rambu solo' harus dilakukan dengan mempertimbangkan lapisan sosial individu yang meninggal. Bagi masyarakat Toraja yang termasuk dalam golongan masyarakat berstrata sosial tinggi, biasanya mereka akan melaksanakan upacara rambu solo' ini dengan kesan meriah atau tidak jarang disebut pesta karena dilakukan dengan meriah. Hal itu karena mereka perlu ingin menunjukkan bahwa mereka memang berasal dari kelompok masyarakat kalangan berstrata sosial tinggi. pada penelitian yang dilakukan oleh Robi (2014) mengatakan bahwa Praktik kebudayaan Rambu Solo' di Tana Toraja, benar bahwa ada konflik yang terjadi sebagai akibat sangat jelasnya strata yang menonjol dalam pelaksanaan upacara tersebut. Kelompok bangsawan atau kelompok kaya akan terlihat secara jelas terhadap kelompok miskin atau hamba melalui praktik-praktik upacara tersebut.

Dalam acara upacara Rambu Solo' seorang kaya yang secara turun-temurun dihargai dan dihormati akan terlihat berbeda terhadap orang kaya modern Berbeda dengan perkumpulan-perkumpulan masyarakat yang berasal dari kelompok masyarakat berstrata sosial hamba/rakyat biasa, mereka tidak dapat melakukan upacara meriah seperti yang dilakukan oleh kelompok bangsawan. Hal ini dikarenakan golongan kasta ini merupakan status sosial rendah atau pekerja yang disebut tana' kua-kua/kaunan atau hamba dan sudah memiliki kewajiban tertentu. Misalnya, membungkus orang mati, melayani tamu-tamu, memasak, dan sebagainya. Mereka sangat dipercaya oleh atasannya mengingat janji yang dibuat nenek moyang mereka bahwa sampai akhir akan melayani tuannya, walaupun begitu tuannya juga berkewajiban untuk membantu jika kaunan mempunyai masalah. Status sosial adalah tempat yang umum dalam masyarakat dan memiliki hak-hak serta kewajiban yang patut dan tidak patut dilakukan oleh beberapa kalangan strata sosial seperti kaunan.

Risiko beban keuangan keluarga yang akan dihadapi dari upacara pemakaman adat rambu solo' untuk keluarga miskin yang ditinggal orang tua atau kerabatnya akan memiliki efek yang lebih nyata. Menurut Van dan Zick (2004), Bagi keluarga yang ditinggalkan, beban keuangan yang terkait dengan pengeluaran keluarga, transportasi, pakaian, makanan, dan kebutuhan pokok cukup stabil pada saat kematian orang tua, namun konsumsi tersebar adalah selama perawatan dan khususnya pada perencanaan pemakaman dan penguburan. Hal ini terjadi di negara berkembang, terutama pada kondisi budaya sosial budaya lokal. Upacara pemakaman menjadi hal paling kompleks dan penting. Kondisi seperti inilah dialami beberapa kehidupan masyarakat Toraja dengan kasta tinggi tapi kemampuan ekonomi rendah yang ditinggal oleh orang tuanya. Dalam upacara adat rambu solo', kepercayaan dan keyakinan leluhur semua orang Toraja telah menurunkan kasta atau status tana' orang yang sudah meninggal sebagai syarat untuk menjalankan kebijakan adat itu sendiri, bukan diukur dari pertimbangan ekonomi pelaku. (Kobong, 2008).

Keputusan ini tentu menjadi pertimbangan sekarang ini, karena perubahan sosial-ekonomi juga terus berkembang seperti yang terjadi di tempat lain. Pada zaman dahulu, upacara rambu solo' yang mahal dan mewah hanya melibatkan upacara tana' bulaan dimana pada saat itu yang masih dibedakan sebagai pemilik tanah dan hewan ternak seperti babi dan tedong yang banyak. Bagaimanapun dengan munculnya perubahan keuangan ini sebagian besar tana' bulaan tersebut telah banyak mengalami perubahan, bahkan sebagian dari tana' bulaan tersebut hanya dapat hidup sederhana dan sebagian dari mereka memiliki ekonomi yang miskin. Kondisi seperti ini pula yang menjadi penyebab banyak dari mereka hidup dalam kemelaratan dan tidak dapat disangkal bahwa kehidupannya menjadi begitu tertekan dalam segi ekonomi karena harus melaksanakan adat rambu solo' tersebut, bahkan bagi masyarakat Toraja, rambu solo' adalah hal yang sangat di bangkakan. Namun, akibat yang dirasakan kemudian menyebabkan beban pada anak cucu turun temurun (Tempo, 2001) dengan begitu, utang yang ditanggung tidak hanya sampai pada orang tuanya saja namun juga keturunannya memiliki tanggung jawab atas utang tersebut. Beban pemakaman tradisional di berbagai daerah, dapat dijelaskan oleh sebuah studi oleh Hayes dan Burger (2004), pada kelompok etnis Afrika Selatan. Sebuah penelitian menemukan bahwa ada beberapa dari anggota keluarga di daerah itu yang merelakan tiga kali lipat pendapatan yang mereka terima per bulan, untuk melangsungkan upacara pemakaman. Bahkan yang

mencengangkan adalah masyarakat miskin memberikan banyak biaya untuk yang telah meninggal, sedangkan mereka sendiri adalah yang selamat dari kemiskinan.

Uraian tentang Tana' bulan yang miskin seperti di atas memiliki risiko yang kurang baik bahkan menimbulkan masalah psikologi, seperti depresi, stres, kecemasan serta masih banyak lagi masalah. Menurut Chaplin (1997), stres tidak dapat dihindarkan dari suatu kondisi, yang tertekan baik secara psikologis maupun fisik. Hal ini relevan dengan pernyataan dari Crider, Goethal, Kavanaugh, dan Salomon (1983) bahwa stres adalah kondisi dimana sesuatu yang didapat dari reaksi fisiologis dan psikologis yang merusak menekan juga muncul dari berbagai dorongan yang ada pada lingkungan individu kemudian mengancam berbagai macam keperluannya. Dari fenomena yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa masyarakat Toraja dapat mengalami problem psikologis berupa stres dan kecemasan hingga depresi saat sedang melakukan upacara ritual adat rambu solo'. Untuk menghadapi problem psikologis tersebut maka diperlukan strategi *coping* pada problem psikologis yang dialami.

Meski akibatnya kurang baik bahkan dapat menimbulkan problem psikologis, seperti stres, kecemasan, depresi dan efek lain, hingga pada saat ini masih sangat banyak pelaku tana' bulaan yang masih berusaha untuk melangsungkan upacara adat rambu solo' sesuai tradisi yang berlaku untuk anggota keluarga yang meninggal. Setelah memaparkan uraian di atas peneliti tertarik meneliti problem psikologis dan strategi *coping* pada masyarakat Toraja sebagai pelaku pelaksana ritual rambu solo' ekonomi rendah namun memiliki gelar kebangsawanan (tana' bulaan). Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan mampu mengubah cara pandang masyarakat mengenai problem dan dapat membantu sebagai strategi *coping*.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Pendekatan yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi yang sangat memperhatikan kontras *individual differences* (perbedaan individual). Peneliti memilih menggunakan pendekatan fenomenologi karena pendekatan ini memiliki beberapa poin penting yang menjadi kelebihanannya, salah satunya adalah pengalaman yang tidak kelihatan di dalam aspek filosofis dan psikologis seseorang yang dapat diungkap melalui narasi sehingga peneliti dan pembaca seperti bisa memahami pengalaman hidup yang dihadapi oleh partisipan penelitian, jadi bisa dikatakan tujuan peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi adalah untuk mereduksi pengalaman seseorang terhadap suatu fenomena dalam deskripsi yang menjelaskan mengenai esensi universal dari fenomena tersebut, atau dengan kata lain, fenomenologi berupaya memahami esensi dari suatu fenomena. Penelitian ini difokuskan pada *problem* psikologis serta strategi *coping* yang digunakan pada masyarakat Toraja sebagai pelaku pelaksana ritual upacara adat *Rambu solo'* ekonomi rendah namun memiliki gelar bangsawan (*tana'bulaan*). Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu observasi, dokumentasi, rekaman suara dan gambar serta melakukan wawancara dengan menggunakan kuesioner

Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini peneliti akan menguraikan temuan yang muncul pada kedua partisipan penelitian, sebelum lebih jauh membahas mengenai temuan yang muncul pada kedua partisipan, perlu dijabarkan kembali mengenai tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui permasalahan psikologi dan bagaimana strategi *coping* pelaku upacara adat rambu solo' di tana' bulaan miskin. Ada beberapa tema yang terlibat dalam problem psikologis dan strategi *coping* diantaranya merupakan pandangan tentang rambu solo', reaksi stres karena rambu solo', strategi *coping* stres, faktor proteksi terhadap stres, dan faktor risiko terhadap stres.

Berlandaskan hasil penelitian yang dilakukan pada pelaku upacara adat rambu solo' dalam hal ini kedua partisipan yang memiliki status tana' bulaan diketahui bahwa masing-masing partisipan memiliki pandangan yang berbeda-beda. Pandangan tentang rambu solo' pada setiap orang selalu berbeda walaupun ada beberapa pandangan yang sama di kedua partisipan. Hal ini dapat dilihat dari bagaimana kedua partisipan melihat upacara adat rambu solo' dengan statusnya sebagai tana' bulaan miskin bahwa rambu solo' merupakan suatu adat yang harus dilestarikan karena merupakan penghormatan terakhir pada keluarga yang telah meninggal, walaupun terkadang rambu solo' merupakan sebuah beban dalam kondisi tertentu.

Pada kedua kasus partisipan ditemukan adanya problem psikologis berupa reaksi stres, cemas dan depresi yang ditimbulkan akibat rambu solo' yaitu susah tidur dan suka marah-marah ketika memikirkan dari mana mendapatkan uang untuk pengembalian hutang piutang akibat rambu solo'. Hal ini dipengaruhi oleh pandangan masyarakat Toraja mengenai rambu solo'. Diperkuat dengan adanya teori bahwa, Stres sebagai reaksi individu pada tuntutan sekitarnya dapat memiliki beberapa aspek. Seperti yang dinyatakan oleh

Hardiman (dalam Rahmawati, 2006), sumber atau penyebab stres adalah: Sosial seperti nilai-nilai budaya, perubahan sosial, pemisahan keluarga dan kompetisi untuk pekerjaan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Burand dan Barlow (2006) kecemasan adalah kondisi perasaan yang digambarkan oleh efek samping seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putriana (2018) dinyatakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan atau kondisi pola pikir yang digambarkan oleh efek pesimistis dan gejala ketegangan jasmani dimana seseorang mengantisipasi kemungkinan bahaya atau kemalangan di masa depan dengan sebuah perasaan yang khawatir terkait oleh pengalaman yang kurang enak. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Stoebe, Schut, dan Stroebe (2007) masalah keuangan dan keadaan ekonomi dapat mempengaruhi terjadinya kecemasan dan stres dari partner yang meninggal, dan mendorong individu untuk melakukan coping sesuai dengan pengetahuan mereka.

Penilaian kognitif dari partisipan RAM dan Y, yaitu reaksi kognitif yang ditimbulkan dengan pandangan-pandangan rambu solo', reaksi kognitif terhadap stres, meliputi hasil proses appraisal seperti adanya keyakinan mengenai bahaya atau ancaman yang terkandung dalam suatu kejadian atau keyakinan mengenai penyebab, respon kognitif juga memasukkan respon stres tidak sadar seperti membuat jarak, ketidakmampuan konsentrasi, gangguan performance dalam pekerjaan-pekerjaan kognitif, dan pikiran-pikiran yang mengganggu, berulang dan abnormal. Simptom stress dalam bentuk kognitif mencakup pemikiran obsesif dan adanya ketidakmampuan untuk berkonsentrasi. Teori ini diperkuat oleh Lazarus dan Folkman dalam (Sarafino, 2006) menyatakan bahwa secara umum emosi memiliki proses penilaian yang disebut *cognitive appraisal*. *Cognitive appraisal* adalah proses mental dimana orang menilai dua faktor: (1) Apakah permintaan mengancam fisik atau psikologis kesejahteraan mereka dan (2). Sumber daya yang tersedia untuk memenuhi permintaan.

Cognitive Appraisal adalah proses evaluatif yang menentukan mengapa dan sejauh mana transaksi tertentu atau serangkaian transaksi antara orang dan lingkungan bersifat stressful (Lazarus dan Folkman, 1984). *Cognitive appraisal* adalah kualitas (contohnya marah vs takut) dan intensity (derajat mobilisasi atau gerakan perubahan psikologis) terhadap reaksi emosional tergantung pada evaluasi subjektif (Lazarus, 1991). Penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian yang dialaminya. Individu menginterpretasi kejadian sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang.

Selanjutnya, individu menilai kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian yang mengancam tersebut (Lazarus, 2006). Jadi, penilaian kognitif adalah suatu proses mental yang melibatkan penilaian individu. Penilaian tersebut terdiri dari dua hal. Pertama, apakah sebuah tuntutan mengancam kesejahteraan tersebut. Kedua, sumber daya yang tersedia untuk memenuhi tuntutan tersebut. Kedua faktor ini disebut sebagai penilaian *primary* dan *secondary* (Lazarus, 2006). Jadi dapat disimpulkan bahwa *cognitive appraisal* adalah suatu proses mental yang melibatkan penilaian individu terhadap kejadian yang dialaminya.

Temuan dalam penelitian sejalan dengan teori yang telah dikemukakan bahwa partisipan menilai permintaan mengancam fisik atau psikologis kesejahteraan mereka, sesuai dengan hasil wawancara pada partisipan RAM dan YA yang mengatakan mereka merasa bahwa mereka wajib melakukan upacara rambu solo' karena jika tidak, mereka akan mendapatkan sanksi sosial, kedua partisipan juga merasa bahwa Rambu solo' ini merupakan sebuah tantangan yang harus dilaksanakan walaupun dapat mempengaruhi kondisi psikologis seperti yang dialami oleh kedua partisipan yaitu stres, bahkan mempengaruhi kondisi fisik seperti kekurangan darah, sampai dengan nafsu makan berkurang diakibatkan kurang tidur karena memikirkan hutang piutang, dan keberhasilan upacara adat rambu solo' yang sedang dilaksanakan.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) coping yaitu mengurangi keadaan stressful lingkungan dan kesempatan maksimal dalam pemulihan, sabar dalam menghadapi peristiwa negatif, mempertahankan self-image yang positif, memelihara keseimbangan emosi, dan melanjutkan hubungan yang menyenangkan dengan orang lain. Pendapat yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984) relevan dengan hasil penelitian pada penelitian ini yaitu subjek menganggap rambu solo' sebuah tantangan yang harus diselesaikan, karena rambu solo' sebagai harga diri, longko' yang harus dijaga karena telah melalui kesepakatan bersama sebelum jauh-jauh hari.

Dalam penelitian ini ditemukan dua bentuk strategi coping yaitu *problem focus coping* dan *emosional focus coping* hal ini sejalan dengan pendapat Carver (1989), skema cara mengatasi masalah ada dua bentuk, yaitu yang berorientasi atau lebih pada masalah dan yang berorientasi pada emosi. Dimana partisipan RAM mengaku bahwa dirinya sering mabuk ketika stres dan cemas hal ini dilakukan agar partisipan RAM tidak terlalu memikirkan masalah yang dihadapi, ini sejalan dengan aspek-aspek strategi penyelesaian masalah yang berorientasi pada emosi seperti yang dinyatakan Carver dkk (1989), yaitu penyimpanan saat mengkonsumsi

minuman keras (Alcohol-drug disengagement), adalah sebuah cara untuk meringankan tekanan melalui penggunaan obat terlarang atau minuman beralkohol. Sedangkan partisipan YA melakukan penanganan masalah dengan Problem focused coping dengan cara menguasai dan mengatasi tekanan menyibukkan diri dengan hal-hal positif, sesuai dengan pendapat Carver (1989) mengemukakan bahwa aspek strategi pemecahan sebuah masalah yang berpusat pada masalah (problem focus coping) yaitu Perilaku aktif (active coping), adalah alur mengambil keputusan aktif untuk dicoba bergerak memindahkan, menghindari tekanan dan memperbaiki dampak.

Pada temuan penelitian ini dinyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi proteksi terhadap stres baik sebelum maupun saat melakukan upacara adat rambu solo' yaitu dukungan sosial. Kedua partisipan mengakui pentingnya dukungan sosial serta pentingnya motivasi dari berbagai pihak baik dukungan moral, emosional maupun dukungan material. Sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Carver (1989) mengemukakan bahwa salah satu strategi pemecahan masalah yang mengarah pada masalah (problem focus coping) adalah menemukan dukungan sosial (seeking social support for instrumental reasons), yaitu usaha agar mendapatkan dorongan sosial, diantaranya mencari bimbingan, masihat, dan informasi.

Melacak dukungan sosial emosional (seeking social support for emotional reasons), adalah usaha untuk bisa mendapatkan dukungan sosial diantaranya menemukan dukungan moral, pengertian atau simpati. Namun pada subjek YA ditemukan tidak adanya dukungan sosial emosional dari keluarganya hal tersebut terjadi karena YA memilih untuk menyembelih kerbau lebih sedikit dibanding dengan saudaranya yang dianggapnya lebih mampu. Hal ini sejalan teori yang mengatakan Stres sebagai suatu respon orang pada tuntutan lingkungan yang bersumber dari beberapa aspek atau faktor-faktor. Sesuai dengan pendapat yang dinyatakan oleh Hardiman (dalam rahmawati, 2006), bahwa khususnya sumber stres sosial seperti nilai-nilai budaya, perubahan sosial, persaingan di tempat kerja, dan kesenjangan keluarga.

Manusia tidak akan pernah terlepas dari permasalahan. Interaksi dengan lingkungan, aspek-aspek kedirian yang ada dapat menjadi sumber permasalahan bagi individu. Sejalan dengan pendapat Prayitno (1998) dalam keadaan bermasalah individu berada dalam keadaan tertekan dan tidak berdaya. Dalam keadaan seperti itu ia akan mudah terjajah oleh kekuatan-kekuatan yang merasuk ke dalam dirinya yang dapat semakin melemahkan dan menimbulkan berbagai kerusakan. Oleh sebab itu individu perlu selalu aktif maupun dibimbing untuk mengembangkan dan mewujudkan diri secara positif serta memiliki keterampilan dalam menyelesaikan masalah

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) salah satu strategi coping yakni problem focused coping, yang digunakan untuk mengurangi stresor atau mengatasi stres dengan cara mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Selanjutnya Lazarus dan Folkman (1984) memberikan penjelasan bahwa problem focused coping mirip dengan strategi yang digunakan untuk memecahkan masalah. Sejalan dengan itu Carver (1989) menyebutkan jika aspek strategi pemecahan masalah yang berpusat pada masalah (problem focus coping) yaitu Perencanaan (planning) adalah merenungkan bagaimana menghadapi tekanan, merenungkan cara yang digunakan untuk memutuskan cara paling ideal untuk mengatasi masalah. Sejalan dengan hasil penelitian ditemukan bahwa dalam menghadapi rambu solo' kedua partisipan baik RAM maupun YA telah melakukan persiapan jauh hari dalam menghadapi upacara rambu solo' seperti kesiapan, relasi, serta materi.

Temuan ini dapat diperkuat dengan teori Lazarus & Folkman (1984) Smith, Sarason dan Sarason (1982) bahwa keterampilan menyelesaikan masalah terbentuk melalui proses appraisal (penilaian), ketika diri dihadapkan pada masalah, maka sistem kognitif diri segera bereaksi terhadap masalah tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantunya mengatasi atau mengurangi ketegangan yang dialaminya. Perilaku mengatasi inilah yang dinamakan dengan strategi coping.

Selanjutnya temuan dalam penelitian ini menemukan adanya faktor risiko terhadap problem psikologis stres yaitu kurangnya ekspresi emosi serta kurangnya penerimaan diri dengan menyalahkan dirinya sendiri seperti berfikir kenapa terlahir, menikah dan tidak sekolah dengan baik, terlahir di keluarga miskin serta kelahirannya yang berstatus sebagai tana' bulaan. Temuan ini memperkuat pendapat Davidson (2002) yang mengatakan bahwa depresi adalah keadaan emosi yang ditandai lewat susah tidur, kesedihan yang sangat, kehilangan keinginan terhadap seksual menarik diri dari orang lain, perasaan tidak berharga dan perasaan bersalah, kehilangan nafsu makan dan kehilangan minat dan kesenangan terhadap aktivitas sehari-hari. Seperti juga pendapat Beck (1976) dan Clark dan Beck (dalam Santrock, 2003) bahwa individu yang mengalami depresi karena pada awal perkembangannya ia memperoleh strategi kognitif dengan karakteristik yaitu rendahnya penilaian terhadap diri sendiri atau tidak percaya diri dan tidak yakin mengenai masa depannya. Kebiasaan memiliki pikiran buruk seperti ini akan semakin memperluas dan menimbulkan

pengalaman negatif seseorang yang bersangkutan yang mengalami depresi dan mereka akan menyalahkan diri sendiri.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa keterbatasan yang ada dalam penelitian ini. Hal ini dapat menjadi faktor agar lebih diperhatikan oleh penelitian selanjutnya hingga penelitian terbaru akan menyempurnakan penelitian sebelum-sebelumnya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain dalam penelitian ini hanya menggunakan dua partisipan untuk diteliti hal ini dikarenakan karakteristik dalam penelitian ini yang susah untuk dijadikan partisipan penelitian, sehingga perlu dikembangkan penelitian lebih lanjut untuk lebih memperbanyak partisipan penelitian. Jarak dari kota menuju tempat penelitian cukup jauh, serta cuaca yang tidak mendukung mengakibatkan peneliti tidak berada di tempat setiap saat untuk melakukan observasi sehingga hasil dari penelitian ini lebih banyak diambil dari hasil wawancara yang dilakukan.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: problem psikologis pada pelaku upacara adat rambu solo' dipengaruhi oleh pandangan partisipan mengenai rambu solo' hingga mengakibatkan terjadinya problem psikologis yaitu reaksi psikologis seperti stres. Pada penelitian ini ditemukan adanya strategi coping stres pada kedua partisipan yang terdiri dari penilaian kognitif, emotional focused coping, dan problem focused coping. Hingga adanya faktor proteksi terhadap problem psikologis yang dihadapi seperti dukungan sosial dan persiapan serta perencanaan. Dalam penelitian ini juga ditemukan adanya faktor-faktor risiko stres akibat rambu solo' yaitu kurangnya ekspresi emosi dan kurangnya penerimaan diri.

Referensi

- AA, Abdul Latif. (2018). Metode Penelitian Psikologi. <https://doi.org/10.31219/osf.io/2b4jq>
- Abdurrahim, A. (2015). Makna Biaya Dalam upacara rambu solo. *Jurnal Akuntansi Multiparadigma*, 6(2). <https://doi.org/10.18202/jamal.2015.08.6014>
- Kartono, K. (1985). Bimbingan dan dasar-dasar pelaksanaannya: teknik bimbingan praktis. Rajawali, Jakarta.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Kobong, T. (2008). Injil dan Tongkonan: inkarnasi, kontekstualisasi, transformasi. BPK Gunung Mulia.
- Sjaifudian, H. (2003). Inovasi, partisipasi, dan good governance: 20 prakarsa inovatif dan partisipatif di Indonesia. Yayasan Obor Indonesia.
- Crider, A., Goethals, G., Kavanaugh, R., & Solomon, P. (1986). *Psychology*, Scott, Foresman and Company. Illinois, England.
- Moleong, L. J. (2000). Metodologi penelitian kualitatif, cet. XI. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). Metodologi penelitian sosial. Media Sahabat Cendekia.
- Fan, J. X., & Zick, C. D. (2004). The economic burden of health care, funeral, and burial expenditures at the end of life. *Journal of Consumer Affairs*, 38(1), 35-55.
- Chaplin, J. P. (2006). Kamus lengkap psikologi (terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Kavanagh, D. (1986). *Stress, Appraisal and Coping*. Lazarus and S. Folkman, New York: Springer, 1984, pp. 444, \$31.95. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 14(4), 345-345. doi:10.1017/S0141347300015019
- Putriana, A. (2018). Kecemasan dan strategi coping pada wanita korban kekerasan dalam pacaran. *Psikoborneo*, 6(3), 453-461.
- Lusi, R. A., & Yuwanto, L. (2020). Aspek-Aspek Psikologis pada Prosesi Rambu Solo' (Tinjauan Teori Religiusitas). *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 16 (2), 336–346.
- Marwing, A. (2011). Problem psikologis dan strategi coping pelaku upacara kematian rambu solo'di toraja (studi fenomenologi pada tana' bulaan). *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(2).2
- Mu'Tadin.(2002). *Pengelolaan stres*. Palembang : Wijaya Pustaka.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Sage publications.
- Oktaviani, F., Djamal, N. N., & Sunardi, I. (2018). Gambaran coping strategy pada remaja putri yang melakukan pernikahan dini. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 23-42.
- Panggarra, R. (2014). Konflik Kebudayaan Menurut Teori Lewis Alfred Coser Dan Relevansinya Dalam Upacara Pemakaman (Rambu Solo') Di Tana Toraja. *Jurnal Jaffray*, 12(2), 291-316.

- Patadungan, E., Purwanto, A., & Waani, F. J. (2020). Dampak Perubahan Status Sosial terhadap Upacara Rambu Solo'di Kelurahan Tondon Mamullu Kecamatan Makale Kabupaten Tana Toraja. *Holistik, Journal of Social and Culture*.
- Poerwanto, A. (2017). Pengaruh Terapi Storytelling Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Problem Focused Coping Mahasiswa Yang Sedang Skripsi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 34(2), 61-71.
- Anggara, roby (2014) konflik kebudayaan menurut teori Lewis Alfred Coser dan relevansinya dsalam upacara pemakaman (rambu solo) di Tanah Toraja. *jurnal jaffray* , 12(2)
- Wahyuningsih, D. (2018). Representasi ritual upacara kematian adat suku Toraja dalam program dokumenter Indonesia Bagus NET TV episode Toraja. *Ejournal Ilmu Komunikasi*, 6(1), 68-82.
- Sirajuddin, S. N. (2013). Beberapa Motivasi Masyarakat Toraja Memotong Ternak Kerbau Pada Acara Adat (Rambu Solo' dan Rambu Tuka'). *Jurnal Ilmu dan Industri Peternakan*, 1(1).
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973.
- Tempo. (2001, Juni Minggu). Mencuri Mayat di nirwana (Rubrik selingan)
- Uno, H.H.B. 2009. *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: penerbit bumi aksara.
- Handoko, M. 1992. *Motivasi daya gerak tingka laku*. Yogyakarta : penerbit kanisius.
- Y.A. Sarira, rambu solo' dan persepsi orang kristen tentang rambu solo'(tana Toraja: pusbang Gereja Toraja, 1996ta),63.