

STUDI LITERATUR: PENGARUH TEMAN SEBAYA DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR REMAJA DARI KRISIS KEMATIAN ORANG TUA

Khairul Rijaluddin ¹, Meilona ², Putri Khairunnisa ³, Rizki Rosalinda Siregar ⁴

^{1, 2, 3} Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

⁴ Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

E-mail Author: putri.khairunnisa3399@student.unri.ac.id, rizki.rosalinda@lecturer.unri.ac.id

Abstract

The loss of a parent is a traumatic experience that can affect adolescents' emotional condition and learning motivation. This study aims to examine the role of peer support in improving learning motivation among adolescents experiencing a crisis due to parental death. The method used is a narrative literature review by analyzing various sources such as psychology journals, guidance and counseling studies, and theories of adolescent development. Literature searches were conducted through Google Scholar using the keywords "peer support," "learning motivation," and "teenagers," within the publication range of 2008-2023. After the screening process, 17 relevant articles were selected for analysis. The findings show that parental death significantly contributes to a decline in adolescents' learning motivation, particularly due to the loss of emotional support, sense of security, and role model figures. However, social support from peers plays an important role in psychological recovery and the enhancement of learning motivation. Such support includes empathy, attention, and positive interactions that can fulfill the need for relatedness and increase intrinsic motivation. In addition, adolescents with adaptive coping mechanisms and strong social environmental support demonstrate resilience and post-traumatic growth.

Keywords: Peer Support, Learning Motivation, Teenagers

Abstrak

Kehilangan orang tua merupakan pengalaman traumatis yang dapat memengaruhi kondisi emosional dan motivasi belajar remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah peran dukungan teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar pada remaja yang mengalami krisis akibat kematian orang tua. Metode yang digunakan adalah studi literatur naratif dengan menganalisis berbagai sumber seperti jurnal psikologi, bimbingan dan konseling, serta teori perkembangan remaja. Pencarian literatur dilakukan melalui *Google Scholar* menggunakan kata kunci "dukungan teman sebaya", "motivasi belajar", dan "remaja", dengan rentang waktu publikasi 2008-2023. Dari proses penyaringan, diperoleh 17 artikel yang relevan untuk dianalisis. Hasil kajian menunjukkan bahwa kematian orang tua berdampak signifikan terhadap penurunan motivasi belajar remaja, terutama karena kehilangan dukungan emosional, rasa aman, dan figur teladan. Namun, dukungan sosial dari teman sebaya terbukti berperan penting dalam proses pemulihan psikologis dan peningkatan motivasi belajar. Dukungan ini mencakup empati, perhatian, serta interaksi positif yang dapat memenuhi kebutuhan akan

Article History

Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 731
Prefix DOI: Prefix DOI:
10.8734/sindoro.v1i2.360
Copyright: Author
Publish by: SINDORO



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

rasa memiliki (relatedness) dan meningkatkan motivasi intrinsik. Selain itu, remaja yang memiliki mekanisme koping adaptif serta dukungan lingkungan sosial yang baik menunjukkan kemampuan resiliensi dan pertumbuhan pascatrauma (*post-traumatic growth*).

Kata Kunci: Dukungan Teman Sebaya, Motivasi Belajar, Remaja

PENDAHULUAN

Kehilangan sosok orang tua secara fisik (meninggal dunia) merupakan salah satu pengalaman traumatis yang paling mendalam bagi remaja. Peristiwa tersebut sering kali memicu krisis emosional yang berdampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk motivasi belajar. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022), jutaan remaja di seluruh dunia mengalami kehilangan orang tua akibat berbagai faktor seperti penyakit, kecelakaan, dan bencana alam. Kondisi ini dapat menimbulkan gangguan psikologis berupa depresi, kecemasan, serta penurunan prestasi akademik. Di Indonesia, survei Kementerian Kesehatan (2021) menunjukkan bahwa sekitar 15% remaja pernah mengalami kehilangan anggota keluarga inti, dan sebagian besar menghadapi gangguan emosional yang memengaruhi proses pendidikan mereka.

Kematian merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Setiap individu, tanpa memandang usia, pada akhirnya akan menghadapi kematian, baik karena faktor usia lanjut, penyakit, maupun kecelakaan. Namun demikian, peristiwa kematian tidak hanya berdampak pada individu yang meninggal, tetapi juga menimbulkan penderitaan emosional bagi orang-orang yang ditinggalkan, terutama bagi anak dan remaja yang kehilangan orang tuanya (Turner & Helms dalam Cahayasari, 2008).

Kematian orang tua merupakan salah satu stresor paling berat dalam kehidupan remaja, karena dapat menimbulkan berbagai masalah seperti tekanan ekonomi, meningkatnya tanggung jawab sosial, hingga ketegangan dalam hubungan interpersonal (Apelian & Nesteruk, 2017 dalam Puspasari, 2020). Penelitian juga menunjukkan bahwa kehilangan orang tua dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental, termasuk depresi dan gangguan kecemasan (McClatchey & Winner, 2012 dalam Puspasari, 2020). Kondisi ini dapat berkembang menjadi childhood traumatic grief (CTG), yaitu bentuk duka cita traumatis yang menghambat proses berduka secara normal dan mengganggu perkembangan emosional remaja (Cohen & Mannarino, 2011; Mannarino & Cohen, 2011).

Remaja yang kehilangan orang tua berpotensi mengalami berbagai perubahan perilaku, seperti meningkatnya agresivitas, penarikan diri sosial, bahkan risiko perilaku menyimpang atau ide bunuh diri (Stikkelbroek dkk., 2016). Mereka sering kali kehilangan makna hidup dan mengalami penurunan motivasi dalam berbagai aspek, termasuk dalam belajar. Rendahnya motivasi belajar dapat menjadi hambatan serius bagi perkembangan akademik dan emosional mereka.

Dalam penelitian ini, remaja didefinisikan secara operasional sebagai individu berusia 12-18 tahun, yaitu masa perkembangan yang ditandai dengan pencarian identitas diri, kebutuhan afiliasi sosial yang kuat, serta sensitivitas terhadap dukungan lingkungan. Pada rentang usia tersebut, remaja sangat rentan terhadap tekanan emosional setelah kehilangan orang tua sehingga membutuhkan dukungan sosial, termasuk dari teman sebaya, untuk membantu memulihkan motivasi belajar dan kestabilan psikologis.

Motivasi belajar sendiri merupakan faktor kunci dalam mendukung perkembangan intelektual dan psikologis remaja. Pada masa remaja, individu berada dalam fase pencarian jati

diri dan pembentukan kemandirian emosional, sehingga kehilangan orang tua dapat menjadi tantangan besar yang mengganggu stabilitas diri (Bowlby, 1980). Dalam situasi ini, dukungan sosial dari lingkungan sekitar, terutama dari teman sebaya, memegang peranan penting. Teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan emosional, rasa aman, dan penguatan sosial yang membantu remaja pulih dari krisis serta kembali termotivasi untuk belajar (Santrock, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar pada remaja yang mengalami krisis akibat kematian orang tua. Meskipun banyak penelitian sebelumnya berfokus pada dampak psikologis kehilangan terhadap remaja, masih terdapat kesenjangan pengetahuan mengenai bagaimana dinamika dukungan teman sebaya dapat berperan sebagai agen perubahan positif dalam konteks pendidikan dan kesejahteraan emosional.

Dengan menganalisis berbagai sumber literatur seperti jurnal psikologi, teori perkembangan sosial, serta hasil penelitian terkini, studi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam tentang mekanisme dukungan sosial yang efektif serta implikasinya bagi praktik pendidikan dan bimbingan konseling. Di tengah tantangan sosial dan mental yang dihadapi remaja masa kini termasuk tekanan akademik, dinamika keluarga, dan isolasi sosial pemahaman tentang peran teman sebaya menjadi semakin penting untuk membantu remaja bangkit dari krisis kehilangan dan kembali mencapai potensi optimalnya.

METODE PENELITIAN

Prosedur pencarian literatur dilakukan secara sistematis untuk memastikan sumber data yang relevan dan dapat dipertanggungjawabkan. Pencarian artikel dilakukan secara eksklusif melalui database Google Scholar karena menyediakan akses luas terhadap jurnal ilmiah, laporan penelitian, buku akademik, dan publikasi *peer-review*. Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran adalah “dukungan teman sebaya”, “motivasi belajar remaja”, serta “remaja”, dengan memanfaatkan operator Boolean AND dan OR untuk memperkuat akurasi hasil pencarian. Rentang publikasi yang ditetapkan adalah 2008-2024, untuk menangkap perkembangan konseptual dan empiris penelitian dalam dua dekade terakhir.

Kriteria inklusi mencakup: (a) penelitian empiris atau studi teoretis yang membahas hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi belajar remaja, khususnya yang mengalami kematian orang tua; (b) responden penelitian berada pada rentang usia 12-18 tahun; (c) artikel tersedia dalam bahasa Indonesia atau Inggris; dan (d) publikasi dapat diakses dalam format *full-text*. Kriteria eksklusi meliputi: (a) penelitian yang fokus pada populasi anak usia dini atau dewasa; (b) artikel yang membahas duka tanpa keterkaitan dengan dukungan teman sebaya atau motivasi belajar; dan (c) artikel non-ilmiah seperti opini, esai populer, atau publikasi tanpa *peer-review*.

Pencarian awal melalui Google Scholar menghasilkan 25 artikel relevan berdasarkan judul dan abstrak. Artikel tersebut kemudian diseleksi melalui pembacaan *full-text* untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria. Pada tahap akhir, 17 artikel memenuhi seluruh standar relevansi, konteks penelitian, dan kelayakan metodologis sehingga digunakan sebagai dasar analisis dalam studi ini. Penilaian kualitas studi dilakukan dengan memperhatikan kejelasan tujuan penelitian, keandalan desain metodologis, teknik analisis, serta kredibilitas jurnal publikasi untuk memastikan literatur yang dianalisis memiliki kekuatan temuan yang memadai.

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan studi literatur naratif, yang bertujuan untuk merangkum, mensintesis, dan menganalisis secara kritis berbagai

sumber literatur terkait pengaruh teman sebaya terhadap motivasi belajar remaja yang mengalami krisis kematian orang tua.

Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap penelitian yang ada tanpa melibatkan pengumpulan data primer, sehingga lebih efisien dan sesuai dengan sifat kajian ini (Green et al., 2006). Studi literatur naratif ini dilakukan secara sistematis untuk meminimalkan bias dan memastikan keandalan hasil.

Studi ini mengadopsi desain studi literatur naratif, yang melibatkan tahap pencarian, seleksi, ekstraksi, dan analisis data sekunder dari literatur yang telah dipublikasikan. Tidak ada intervensi langsung pada subjek manusia, sehingga penelitian ini tidak memerlukan persetujuan etik formal. Namun, prinsip etika akademik, seperti menghindari plagiarisme dan mengakui sumber, tetap diterapkan. Sumber data utama berasal dari literatur ilmiah yang relevan, termasuk jurnal *peer-reviewed*, buku, disertasi, dan laporan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini dengan menggunakan metode *literature review* yang dimana suatu kegiatan dianalisis yang bentuknya dapat berupa kritikan dari suatu penelitian yang sedang dilakukan terhadap suatu topik khusus yang merupakan bagian dari bidang keilmuan.

Pembahasan ini mengintegrasikan temuan dari berbagai literatur dan mengaitkannya dengan teori perkembangan remaja serta konteks pendidikan. Secara konseptual, dukungan teman sebaya berperan signifikan dalam membantu remaja mengatasi dampak psikologis dari kematian orang tua. Kehilangan orang tua merupakan stresor yang dapat mengganggu kestabilan emosional, rasa aman, dan orientasi masa depan remaja. Pada masa perkembangan ini, individu membutuhkan kelekatan sosial yang kuat sehingga dukungan teman sebaya menjadi salah satu sumber paling relevan dalam memenuhi kebutuhan emosional dan sosial mereka.

Sejalan dengan temuan Nasution dan Islam (2025) serta Damayanti et al. (2021), dukungan teman sebaya terbukti memberikan kontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar remaja melalui pemenuhan kebutuhan akan rasa memiliki. Dalam perspektif Self-Determination Theory, kebutuhan tersebut menjadi salah satu kunci terbentuknya motivasi intrinsik, yang pada akhirnya mendorong keterlibatan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Interaksi sosial yang sehat juga berfungsi sebagai wadah untuk membangun efikasi diri, keuletan dalam belajar, dan sikap positif terhadap proses pendidikan.

Namun demikian, dampak kehilangan orang tua terhadap motivasi belajar tidak bersifat seragam. Sebagaimana ditunjukkan oleh Azmi dan Bahri (2023), sebagian besar remaja mengalami penurunan motivasi karena tekanan psikologis yang dialami. Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang tidak memiliki mekanisme koping memadai dan tidak menerima dukungan sosial yang cukup berpotensi mengalami hambatan dalam perkembangan akademik maupun emosional.

Temuan Sandra dan Surjaningrum (2021) serta Vastya et al. (2021) memperlihatkan bahwa kemampuan remaja untuk bangkit dari pengalaman traumatis dipengaruhi oleh kualitas strategi koping dan dukungan lingkungan. Remaja yang memperoleh dukungan sosial konsisten dari teman sebaya cenderung lebih cepat beradaptasi dan menunjukkan resiliensi. Selain itu, dukungan spiritual dan lingkungan sekolah yang responsif turut memperkuat proses pemulihan mereka.

Sintesis dari berbagai penelitian tersebut memperlihatkan bahwa dukungan teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap dalam proses pemulihan, tetapi merupakan elemen kunci yang berkontribusi secara langsung terhadap kestabilan emosional dan motivasi belajar remaja. Teman sebaya berperan sebagai sumber validasi emosi, motivasi sosial, serta tempat untuk membangun pengharapan baru pascakehilangan. Dengan demikian, dukungan teman sebaya dapat menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan remaja dalam mengatasi tekanan emosional dan kembali pada jalur perkembangan akademik yang optimal.

Walaupun demikian, kajian ini masih memiliki keterbatasan. Seluruh data diperoleh dari penelitian sekunder dengan pendekatan metodologis yang berbeda-beda. Variasi tersebut dapat memengaruhi konsistensi temuan dan batasan generalisasi. Selain itu, sebagian penelitian tidak secara spesifik menelaah hubungan simultan antara kehilangan orang tua, dukungan teman sebaya, dan motivasi belajar, sehingga interpretasi hasil tetap memerlukan kehati-hatian.

Implikasi praktis dari kajian ini menegaskan pentingnya peran sekolah dalam menyediakan layanan pendukung yang komprehensif. Program berbasis teman sebaya seperti peer counseling, peer support group, dan peer mentoring dapat diintegrasikan ke dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Guru BK perlu menciptakan iklim sekolah yang aman secara emosional serta memfasilitasi ruang refleksi bagi remaja yang menghadapi krisis kehilangan. Kolaborasi antara guru, keluarga, dan lingkungan sosial juga perlu diperkuat untuk membangun sistem dukungan yang berkelanjutan sehingga remaja memperoleh bantuan yang memadai dalam memulihkan motivasi belajarnya.

Terdapat beberapa hasil penelitian yang kami temukan, yaitu:

1. Menurut hasil penelitian pertama dalam jurnal "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMA" dari Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 9, No. 2, tahun 2025, yaitu:

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan motivasi belajar siswa ($r = 0,141$; $p = 0,023$). Meskipun demikian, sumbangan efektif dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi belajar hanya sebesar 2%, yang berarti 98% dipengaruhi oleh faktor lain seperti metode mengajar guru, lingkungan belajar, dan faktor pribadi siswa.

Penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar. Hubungan positif antara kedua variabel menunjukkan bahwa dukungan emosional dan sosial dari teman sebaya mampu mendorong semangat belajar siswa. Namun, kekuatan korelasinya tergolong lemah sehingga faktor lain masih lebih dominan. Hasil ini juga sejalan dengan teori Self-Determination Theory yang menyebutkan bahwa kebutuhan akan rasa memiliki (relatedness) dapat meningkatkan motivasi intrinsik individu.

2. Menurut hasil penelitian kedua dalam jurnal "Makna Kematian Orang Tua Bagi Remaja (Studi Fenomenologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua)" dari Jurnal Psikologi, Vol. 10, No. 1, tahun 2014, yaitu:

Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara interaksi sosial teman sebaya dengan motivasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

Hubungan positif ini bermakna bahwa semakin tinggi interaksi sosial teman sebaya, maka semakin tinggi pula motivasi belajarnya. Hal ini juga menunjukkan bahwa jika interaksi sosial teman sebaya semakin baik, maka motivasi belajar semakin meningkat.

Interaksi yang intens dalam kelompok teman sebaya secara tidak sengaja dapat membentuk ikatan dan memicu timbulnya motivasi terhadap sesama teman sebaya, yang mencakup sikap toleran, kerja sama, dan saling membantu.

Sebaliknya, individu yang jarang berinteraksi dengan kelompoknya akan memiliki ikatan

yang rendah, sehingga tingkat motivasi belajarnya akan semakin kecil.

3. Menurut hasil penelitian ketiga dalam jurnal "Motivasi Belajar Peserta Didik MTSN 1 Sabang Pasca Kematian Orang Tua" dari Jurnal Suloh Bimbingan Konseling, Vol. 8, No. 2, tahun 2023, yaitu:

Berdasarkan data dalam artikel tersebut, dapat disimpulkan bahwa hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa lebih dari setengah (67%) peserta didik ada dalam kategori rendah yang menunjukkan bahwa kematian orang tua mempengaruhi minat dan motivasi belajar mereka.

Sebagian kecil (16%) peserta didik memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi, yang menunjukkan bahwa kematian orang tua sama sekali tidak menurunkan motivasi belajar mereka dan sebagian kecil (13%) peserta didik berada di kategori sedang.

Ini mengindikasikan bahwa lebih dari setengahnya peserta didik memiliki gambaran motivasi belajar yang rendah akibat kematian orang tua.

Motivasi belajar dianalisis berdasarkan lima aspek yaitu ketekunan dalam belajar, ulet dalam menghadapi kesulitan, minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, berprestasi dalam belajar serta mandiri dalam belajar.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik mempunyai tingkat motivasi belajar yang rendah Artinya, peserta didik yang mengalami kematian orang tua dan menunjukkan motivasi belajar rendah belum bisa menyesuaikan diri sehingga menjadi sumber stress dan mengakibatkan hilangnya fokus dan turunya minat dalam belajar.

4. Menurut hasil penelitian keempat dalam jurnal "Tinjauan Literatur: Mekanisme Koping Remaja yang Berduka Akibat Kematian Orangtua, oleh Gabrillah Mullah Sandra & Endang Retno Surjaningrum (Universitas Airlangga, 2023)", yaitu:

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau berbagai mekanisme koping yang digunakan remaja dalam menghadapi kedukaan akibat kematian orang tua, khususnya dalam konteks meningkatnya kasus kehilangan selama pandemi Covid-19.

Peneliti menyoroti bahwa kehilangan orang tua pada masa remaja merupakan stresor besar yang dapat mengganggu perkembangan psikologis dan sosial anak, bahkan berpotensi menimbulkan gangguan seperti depresi, PTSD, dan keinginan bunuh diri.

Peneliti menekankan bahwa remaja berbeda dengan orang dewasa dalam menghadapi duka, mereka sudah cukup paham makna kematian, tetapi belum matang secara emosional untuk mengelolanya.

Kematian orang tua dapat mengguncang stabilitas psikologis remaja karena orang tua berperan sebagai figur pengatur emosi, sumber kasih sayang, dan dukungan identitas diri (Robin & Omar, 2014).

Mekanisme koping yang positif terbukti mendorong ketahanan psikologis (*resiliensi*) dan bahkan *post-traumatic growth* remaja menjadi lebih kuat dan dewasa setelah melalui pengalaman duka.

Sebaliknya, koping maladaptif justru dapat memperburuk kondisi psikologis dan sosial remaja di masa depan.

5. Menurut hasil penelitian kelima dalam jurnal "Motivasi Belajar Remaja yang Mengalami Kematian Orang Tua" dari Jurnal of Psychological Persepective Vol. 3, No. 1, tahun 2021, yaitu:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar pada remaja yang mengalami kematian orang tua, serta bagaimana mereka dapat bangkit dari trauma dan kesedihan hingga tetap mampu berprestasi.

Peneliti menyoroti bahwa kehilangan orang tua merupakan stresor besar bagi remaja karena orang tua berperan sebagai sumber kasih sayang, bimbingan moral, dan dukungan motivasional. Namun, menariknya, sebagian remaja justru mampu bangkit dan menunjukkan prestasi yang tinggi setelah kehilangan tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kehilangan orang tua memang menyebabkan trauma dan kesedihan mendalam, namun tidak selalu berdampak negatif terhadap masa depan remaja.

Dengan dukungan sosial, spiritualitas, dan kemampuan koping yang baik, remaja mampu mengubah pengalaman duka menjadi sumber kekuatan dan motivasi berprestasi.

Hasil kajian literatur ini merangkum lima penelitian yang membahas secara langsung maupun tidak langsung hubungan antara dukungan teman sebaya dan motivasi belajar remaja yang menghadapi krisis kehilangan orang tua. Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa kematian orang tua merupakan stresor yang berdampak signifikan terhadap kondisi emosional dan akademik remaja. Namun, kualitas dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, terbukti menjadi faktor protektif yang dapat memitigasi dampak negatif tersebut.

Penelitian oleh Nasution dan Islam (2025) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki hubungan positif dengan motivasi belajar, meskipun kontribusi langsungnya relatif kecil. Temuan ini mengindikasikan bahwa keberadaan interaksi sosial yang suportif berperan dalam mempertahankan keterlibatan akademik remaja, khususnya dalam kondisi emosional yang rentan. Hasil ini sejalan dengan Damayanti et al. (2021), yang menemukan bahwa interaksi sosial yang intens dan konstruktif dalam kelompok sebaya mampu meningkatkan rasa memiliki serta mendorong terbentuknya motivasi belajar yang lebih stabil.

Selanjutnya, penelitian oleh Azmi dan Bahri (2023) menemukan bahwa sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua berada pada kategori motivasi belajar rendah. Penurunan tersebut muncul sebagai akibat dari stres emosional yang tidak terselesaikan, hilangnya dukungan utama dalam keluarga, serta ketidakmampuan melakukan penyesuaian diri. Kondisi ini turut memengaruhi konsentrasi, minat belajar, dan pencapaian akademik secara keseluruhan.

Kajian yang disampaikan oleh Sandra dan Surjaningrum (2021) memperlihatkan bahwa mekanisme koping adaptif menjadi salah satu penentu utama keberhasilan remaja dalam melewati masa duka. Remaja yang mampu memanfaatkan strategi koping positif menunjukkan tingkat resiliensi lebih tinggi, bahkan beberapa di antaranya memperlihatkan gejala pertumbuhan psikologis pascatrauma. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Vastya et al. (2021), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang konsisten, orientasi spiritual, dan lingkungan belajar yang kondusif dapat membantu remaja mengubah pengalaman kehilangan menjadi sumber motivasi internal.

Secara umum, hasil kajian menunjukkan bahwa motivasi belajar remaja pasca kehilangan orang tua tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi emosional yang dialami, tetapi juga oleh kualitas dukungan teman sebaya, strategi koping, dan konteks lingkungan belajar. Dukungan teman sebaya terbukti memberikan kontribusi penting dalam memulihkan semangat belajar remaja melalui pemberian empati, penguatan emosional, dan rasa kebersamaan yang mendukung proses adaptasi mereka.

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai penelitian, dapat disimpulkan bahwa kehilangan orang tua memiliki dampak signifikan terhadap kondisi psikologis dan motivasi belajar remaja, namun tingkat dampaknya sangat bergantung pada dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, serta kemampuan koping individu. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa:

1. Dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar remaja. Dukungan emosional, empati, dan interaksi positif antar teman sebaya mampu memberikan rasa memiliki (*relatedness*), yang menjadi faktor pendorong motivasi intrinsik (Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2025; Jurnal Psikologi, 2014). Meskipun kontribusi

langsungnya tidak besar, peran teman sebaya tetap menjadi aspek penting dalam menjaga semangat belajar di masa sulit.

2. Kematian orang tua terbukti menurunkan motivasi belajar pada sebagian besar remaja. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari setengah responden mengalami motivasi belajar rendah pasca kehilangan orang tua (Jurnal Suloh Bimbingan Konseling, 2023). Kondisi ini dipicu oleh stres emosional, kehilangan figur dukungan utama, serta kesulitan menyesuaikan diri dengan perubahan situasi hidup.
3. Remaja yang mampu menggunakan mekanisme koping positif menunjukkan resiliensi dan pertumbuhan pasca trauma (post-traumatic growth). Dukungan sosial yang memadai, terutama dari teman sebaya dan lingkungan sekitar, dapat membantu remaja melewati masa duka, menstabilkan emosi, dan mengembalikan fokus belajar (Sandra & Surjaningrum, 2023).
4. Tidak semua remaja bereaksi negatif terhadap kehilangan orang tua. Sebagian remaja justru mampu menjadikan pengalaman duka sebagai sumber kekuatan untuk bangkit dan berprestasi. Hal ini terjadi ketika mereka memperoleh dukungan sosial, spiritualitas yang kuat, serta lingkungan yang kondusif bagi pemulihan psikologis (Jurnal of Psychological Perspective, 2021).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan faktor protektif penting yang membantu remaja beradaptasi setelah kehilangan orang tua. Meskipun kematian orang tua sering kali menimbulkan dampak negatif terhadap motivasi belajar, keberadaan teman sebaya yang suportif, mekanisme koping adaptif, dan lingkungan sosial yang positif dapat meminimalkan efek buruk tersebut.

Studi literatur ini menegaskan pentingnya penguatan peran sosial, konseling sekolah, dan intervensi berbasis kelompok sebaya sebagai strategi efektif dalam membantu remaja yang mengalami krisis kehilangan agar tetap termotivasi untuk belajar dan berkembang secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian literatur, kehilangan orang tua berdampak pada kondisi emosional dan motivasi belajar remaja, dan sebagian besar remaja menunjukkan penurunan semangat belajar serta kesulitan dalam penyesuaian diri setelah kehilangan. Namun, besarnya dampak tidak seragam pada setiap individu. Dukungan sosial khususnya dari teman sebaya terbukti berperan membantu proses pemulihan motivasi belajar melalui interaksi positif dan rasa kebersamaan.

Selain itu, mekanisme koping yang adaptif dan dukungan dari lingkungan terdekat turut mendukung ketahanan remaja dalam menghadapi masa duka. Oleh karena itu, optimalisasi dukungan teman sebaya dalam layanan bimbingan konseling sekolah berpotensi menjadi salah satu langkah membantu remaja berduka agar tetap terarah dalam proses belajar dan perkembangan dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Putra, S. (2023). *Gambaran Resiliensi Remaja Akhir yang Mengalami Grief Akibat Kematian Orang Tua*. 3(2).
- Apelian, E., & Nesteruk, O. (2017). Reflections of young adults on the loss of a parent in adolescence. *Death Studies*, 41(1), 26-37.

<https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1186769>

- Azmi, S., & Bahri, S. (2023). *Jurnal Suloh Bimbingan Konseling*. 8(2), 71-86.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Cahayasari, D. (2008). Dampak kehilangan orang tua terhadap perkembangan emosional anak.
- Chairani, L. (n.d.). *Makna Kematian Orangtua Bagi Remaja (Studi Fenomenologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua)*. 41-48.
- Cohen, J. A., & Mannarino, A. P. (2011). Supporting children with traumatic grief: What educators need to know. *School Psychology International*, 32(2), 117-131. <https://doi.org/10.1177/0143034311400827>
- Damayanti, A. P., Yuliejantiningih, Y., & Maulia, D. (2021). *Interaksi Sosial Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Siswa*. 5(2), 163-167.
- Damayanti, D., Islam, I., & Nasution, N. (2025). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan motivasi belajar pada siswa SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Survei Kesehatan Remaja Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nasution, N. C., & Islam, P. P. (n.d.). (2025). *Dukungan teman sebaya dalam meningkatkan motivasi belajar*. 159-174.
- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2022). *World health statistics 2022: Monitoring health for the SDGs*. Geneva: World Health Organization.
- Psychologia, A., Abidina, A., & Mujahid, D. R. (2022). *Acta Psychologia*. 4, 38-47.
- Puspasari, N. (2020). Dampak kehilangan orang tua terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi dan Konseling*, 12(2), 101-115.
- Sandra, G. M., & Surjaningrum, E. R. (2021). *Tinjauan Literatur : Mekanisme Koping Remaja yang Berduka Akibat Kematian Orangtua*. 4, 71-87.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence (17th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.
- Turner, J. S., & Helms, D. B. (1995). *Lifespan development*. Texas: Harcourt Brace College Publishers.
- Vastya, C., Zahro, F. A., Fauziah, M., Kurniawan, R., Wisda, T., & Ramdani, Z. (2021). *Motivasi Belajar Remaja yang Mengalami Kematian Orang Tua Learning Motivation for Adolescents whose Parents Passed Away*. 3, 7-16.