



Representasi Lima Tahapan Kesedihan (*Five Stages of Grief*) dalam Film “172 Days”

Yogi Emiliya Putri^{1*}, Amalia Rosdiana², Resdianto Permata Raharjo³, Indah Puspitasari⁴

¹⁻⁴ Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng, Indonesia

Email: yogiemilia794@gmail.com^{1*}, amaliarosdiana.oca@gmail.com², resdiantoraharjo@unesa.ac.id³, indahpuspita@unhasy.ac.id⁴

*Penulis Korespondensi: yogiemilia794@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the representation of the five stages of grief in the film 172 Days through a literary psychology analysis. This film is of particular interest because it is an Indonesian box office hit based on a true story that portrays both emotional and religious experiences of loss. The study employs a qualitative descriptive approach, with the objects of analysis being visual scenes and the dialogue of the character Zira that represent the experience of grief. Data were collected through systematic observation of the film and a review of relevant literature on grief theory. Data analysis was conducted using content analysis techniques, classifying scenes based on the stages of grief according to Elisabeth Kübler-Ross: denial, bargaining, anger, depression, and acceptance. The results indicate that the film represents the five stages of grief progressively through the main character's emotional journey. The denial stage is evident through the denial of the illness's condition; bargaining through prayer as a form of spiritual negotiation; anger through emotional outbursts following the loss; depression through deep sorrow and attachment to memories; and acceptance through embracing the loss and finding new meaning in life. These findings indicate that the film functions not only as a medium of entertainment but also as a psychological representation of the grieving process that is universal and reflective for the audience.*

Keywords: *Film 172 Days; Grief; Indonesian Films; Literary Psychology; Loss.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan menganalisis representasi lima tahapan kesedihan (five stages of grief) dalam film *172 Days* melalui kajian psikologi sastra. Film ini menarik untuk dikaji karena merupakan film box office Indonesia yang diangkat dari kisah nyata dan menampilkan pengalaman kehilangan yang emosional serta religius. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan objek kajian berupa adegan visual dan dialog tokoh Zira yang merepresentasikan pengalaman duka. Data dikumpulkan melalui observasi sistematis terhadap film dan studi pustaka yang relevan dengan teori kesedihan. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi dengan mengklasifikasikan adegan berdasarkan tahapan kesedihan menurut Elisabeth Kübler-Ross, yaitu denial, bargaining, anger, depression, dan acceptance. Hasil penelitian menunjukkan bahwa film ini merepresentasikan kelima tahapan kesedihan secara bertahap melalui perjalanan emosional tokoh utama. Tahap denial terlihat melalui penyangkalan terhadap kondisi penyakit, bargaining melalui doa sebagai bentuk negosiasi spiritual, anger melalui luapan emosi setelah kehilangan, depression melalui kesedihan mendalam dan keterikatan pada kenangan, serta acceptance melalui penerimaan kehilangan dan pemaknaan baru terhadap kehidupan. Temuan ini menunjukkan bahwa film tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai representasi psikologis proses berduka yang bersifat universal dan reflektif bagi penonton.

Kata kunci: Duka Cita; Film 172 Days; Film Indonesia; Kehilangan; Psikologi Sastra.

1. PENDAHULUAN

Industri perfilman Indonesia dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan perkembangan signifikan, ditandai dengan meningkatnya jumlah produksi film serta tingginya minat penonton terhadap film lokal. Tidak hanya film bergenre horor dan komedi, film drama berbasis kisah nyata juga memperoleh perhatian luas karena menawarkan kedekatan emosional dan nilai reflektif bagi penonton. Salah satu film yang mencerminkan fenomena tersebut adalah *172*

Days, sebuah film drama religi-romantis yang diadaptasi dari novel karya Nadzira Shafa dan diangkat dari kisah nyata pernikahannya dengan Ameer Azzikra.

Sejak awal penayangannya, film ini menunjukkan capaian komersial yang signifikan. Dilansir dari Kompas.com, dalam enam hari penayangan, film *172 Days* berhasil meraih lebih dari 1,1 juta penonton dan masuk dalam jajaran film box office Indonesia tahun 2023. Bahkan dilansir dari Jambian.ID, dalam waktu delapan hari, jumlah penonton meningkat hingga sekitar 1,5 juta, menegaskan daya tarik emosional dan popularitasnya di kalangan masyarakat. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa film bertema kehilangan dan cinta spiritual mampu bersaing di tengah dominasi genre populer lainnya.

Daya tarik utama film ini terletak pada narasi yang diangkat dari kisah nyata kehidupan Nadzira Shafa dan Ameer Azzikra. Kisah tersebut menggambarkan perjalanan cinta singkat selama 172 hari pernikahan yang berakhir dengan wafatnya Ameer akibat penyakit infeksi liver dan masalah pada paru-paru. Cerita nyata ini memperkuat keterlibatan emosional penonton karena menghadirkan pengalaman duka yang autentik dan relevan dengan kehidupan manusia. Film ini juga merupakan adaptasi dari novel best seller yang memuat pengalaman pribadi penulis dalam menghadapi kehilangan pasangan hidup.

Tema kesedihan (*grief*) yang diangkat dalam film ini memiliki resonansi universal karena kehilangan merupakan pengalaman eksistensial yang dapat dialami oleh setiap individu. Representasi kesedihan dalam film tidak hanya berfungsi sebagai elemen dramatik, tetapi juga sebagai media refleksi psikologis dan spiritual bagi penonton. Kisah kehilangan dalam *172 Days* memperlihatkan bagaimana cinta, iman, dan proses menerima takdir menjadi mekanisme coping dalam menghadapi duka mendalam. Oleh karena itu, film ini tidak sekadar menyajikan drama romantis, melainkan juga merepresentasikan perjalanan emosional seseorang dalam menghadapi kehilangan orang yang dicintai.

Fenomena keberhasilan *172 Days* sebagai film box office yang mengangkat kisah nyata tentang kehilangan menunjukkan bahwa narasi *grief* memiliki kekuatan emosional dan sosial yang kuat. Popularitas film ini menegaskan bahwa masyarakat tidak hanya mencari hiburan, tetapi juga pengalaman emosional yang bermakna dan reflektif. Dengan demikian, kajian terhadap representasi kesedihan dalam film ini menjadi relevan untuk memahami bagaimana media visual merepresentasikan pengalaman duka dan bagaimana penonton memaknai kehilangan melalui narasi sinematik.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji representasi lima tahapan kesedihan dalam film *172 Days* menggunakan perspektif psikologis,

sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika emosional tokoh serta relevansinya dengan pengalaman manusia secara universal.

Penelitian dengan menggunakan lima tahapan kesedihan (*Five Stages Of Grief*) yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross telah diteliti sebelumnya oleh Anindita dkk (2024). Penelitian tersebut membahas tentang dinamika kedukaan dan perkembangan psikososial pada lanjut usia (lansia) melalui analisis karakter utama Carl Fredricksen dalam film animasi *UP*. Fokus penelitian bertujuan memetakan visual kunci dalam film yang menggambarkan dinamika kedudukan pada lansia dengan menggunakan dua teori utama yaitu *The Stages of Grief* dari Kübler-Ross dan Perkembangan Psikososial Erikson.

Perbedaan mendasar penelitian kami dengan penelitian tersebut terletak pada objek penelitian yang digunakan, penelitian kami menggunakan film *172 Days* sebagai objek penelitian sedangkan penelitian tersebut menggunakan film animasi *UP* sebagai rujukan utama.

2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dan fokus analisis dalam penelitian ini, rumusan masalah adalah bagaimana film *172 Days* merepresentasikan proses berduka melalui perjalanan emosional tokoh Zira. Representasi tersebut dianalisis menggunakan konsep *five stages of grief* dari Elisabeth Kübler-Ross yang meliputi *denial*, *bargaining*, *anger*, *depression*, dan *acceptance*. Melalui adegan visual serta dialog antartokoh, film ini memperlihatkan dinamika psikologis seseorang dalam menghadapi kehilangan orang yang dicintai. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memahami bagaimana tahapan kesedihan tersebut ditampilkan dalam narasi film melalui pendekatan psikologi sastra.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan representasi lima tahapan kesedihan (*five stages of grief*), yaitu *denial*, *bargaining*, *anger*, *depression*, dan *acceptance* dalam film *172 Days* melalui kajian psikologi sastra. Penelitian ini difokuskan pada pengidentifikasian adegan visual, ekspresi emosional, serta dialog tokoh Zira yang merepresentasikan proses psikologis ketika menghadapi kehilangan orang yang dicintai. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memahami bagaimana narasi film menggambarkan dinamika emosi, perubahan sikap, dan proses penerimaan diri yang dialami tokoh utama selama melalui fase-fase berduka.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk mengkaji representasi kesedihan dalam film *172 Days*. Pendekatan deskriptif kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami dan mendeskripsikan fenomena secara sistematis, faktual, dan mendalam tanpa melakukan manipulasi terhadap objek penelitian. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya mengungkap makna emosional dan psikologis yang terkandung dalam adegan dan dialog film.

Objek penelitian difokuskan pada adegan visual dan dialog tokoh Zira sebagai representasi pengalaman duka. Pemilihan adegan didasarkan pada relevansinya dengan tahapan kesedihan yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross, yaitu *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Dengan demikian, analisis diarahkan pada bagaimana ekspresi verbal maupun nonverbal tokoh merefleksikan dinamika psikologis dalam menghadapi kehilangan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi sistematis dan studi pustaka. Observasi sistematis dilakukan dengan menonton film secara berulang untuk mengidentifikasi adegan, ekspresi, dan dialog yang merepresentasikan tahapan kesedihan. Setiap temuan dicatat secara terstruktur dengan memperhatikan durasi adegan, konteks situasi, serta makna emosional yang ditampilkan. Sementara itu, studi pustaka dilakukan dengan menelaah buku, artikel ilmiah, dan sumber akademik yang relevan dengan teori kesedihan, psikologi kehilangan, serta analisis film guna memperkuat landasan teoretis dan mendukung interpretasi data.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Analisis dilakukan dengan mengidentifikasi unit data berupa adegan dan dialog, mengklasifikasikannya ke dalam kategori tahapan kesedihan, menafsirkan makna emosional dan psikologis yang muncul, serta menarik kesimpulan mengenai representasi proses berduka dalam film. Melalui teknik ini, penelitian diharapkan mampu menjelaskan bagaimana narasi sinematik merepresentasikan pengalaman kehilangan dan proses psikologis yang menyertainya secara komprehensif.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Ringkasan Film *172 Days*

Film *172 Days* (2023) merupakan sebuah drama religi biografi yang diadaptasi dari novel karya Nadzira Shafa. Film ini mengisahkan perjalanan spiritual dan kisah cinta nyata antara Nadzira Shafa dengan almarhum Muhammad Ameer Azzikra putra pendakwah Muhammad Arifin Ilham.

Cerita dimulai dengan perjalanan tokoh Nadzira (Zira) yang sedang berada di titik terendah hidupnya dan memutuskan untuk memperbaiki diri (berhijrah). Dalam proses pencarian makna hidup tersebut, ia bertemu dengan Ameer Azzikra melalui proses taaruf. Pertemuan ini menjadi katalisator perubahan karakter Zira menjadi pribadi yang lebih religius.

Inti dari film ini adalah potret kehidupan pernikahan mereka yang penuh kebahagiaan namun singkat, tepatnya hanya berlangsung selama 172 hari. Sutradara Hadrah Daeng Ratu menggambarkan bagaimana keduanya membangun rumah tangga yang berlandaskan nilai-nilai islami, saling mendukung, dan penuh kasih sayang.

Konflik memuncak ketika Ameer jatuh sakit akibat infeksi liver dan masalah paru-paru. Alur film bergeser dari romansa yang manis menuju drama yang menyentuh hati saat Zira harus mendampingi suaminya di masa-masa kritis. Film ini mencapai klimaks emosional pada momen kepergian Ameer dan bagaimana Zira berusaha mengikhhlaskan (ridho) atas ketetapan Tuhan.

Elisabeth Kübler-Ross: Five Stages of Grief

Teori *Five Stages of Grief* atau Lima Tahapan Berduka dikembangkan oleh psikiater *Elisabeth Kübler-Ross* dalam bukunya *On Death and Dying* (1969).

Teori ini lahir dari pengamatan langsung Kübler-Ross terhadap pasien-pasien terminal (sakit parah yang mendekati kematian). Kübler-Ross ingin memahami pengalaman psikologis dan emosional pasien yang sekarat. Ia mendokumentasikan respons emosional mereka saat menghadapi kenyataan kematian. Namun, seiring waktu, model ini digunakan secara luas untuk memahami respons emosional terhadap berbagai jenis kehilangan, mulai dari kematian orang tercinta hingga putus cinta atau kehilangan pekerjaan.

Asal-usul Lima Tahap, melalui wawancara dan pengamatan terhadap ratusan pasien, ia menyimpulkan bahwa pasien sering mengalami lima tahapan emosional umum dalam menghadapi kematian, yakni:

Denial (Menyangkal)

Pada tahapan pertama ini seseorang menolak untuk percaya bahwa orang yang mereka cintai telah tiada. Mereka masih berharap bahwa orang yang mereka cintai dapat kembali.

Terutama saat orang tersebut baru saja berinteraksi dengan orang yang mereka cintai sebelum ditinggalkan, mereka butuh waktu untuk mencerna apa yang sedang terjadi. Fase ini akan berganti saat orang tersebut telah sadar akan realita yang terjadi.

Fungsi: Membantu kita meredam gelombang emosi yang terlalu kuat agar tidak langsung hancur. Contohnya: "Ini tidak mungkin benar."

Bargaining (Menawar)

Pada fase ini, orang yang ditinggalkan mencoba bernegosiasi dengan keadaan seperti meminta waktu tambahan agar orang yang dicintai dapat hidup kembali ataupun meminta agar kematian ditunda. Hal ini dikarenakan orang yang ditinggalkan ingin mencoba mengubah keadaan dan mempertahankan orang yang mereka cintai. Contoh: "Tuhan, jika Engkau menyembuhkannya, aku berjanji akan menjadi orang baik."

Anger (Marah)

Setelah orang yang berduka sudah sadar dengan apa yang terjadi orang tersebut dipenuhi emosi negatif yang dapat menyulut amarah dan memproyeksikan kepada orang lain yang membuat mereka menjadi benci dan iri kepada orang-orang yang belum merasakan kematian. "Kenapa harus saya?" merupakan pertanyaan yang terus berulang di kepala orang yang sedang ada di fase ini. Kemarahan ini juga dapat dilampiaskan kepada orang yang berhubungan dengan kematian orang tercinta seperti dokter, suster, tuhan, orang sekitar. Ekspresi: "Mengapa ini terjadi padaku?" atau "Ini tidak adil!"

Depression (Depresi)

Pada fase ini orang yang ditinggalkan sudah mulai sadar bahwa mereka telah ditinggalkan dengan orang yang mereka cintai dan keadaan tidak dapat diubah kembali. Hal inilah yang menyebabkan orang yang ditinggalkan merasa putus asa, kosong, mati rasa, tidak bersahabat yang akhirnya mengganggu aktivitas sehari-hari seperti tidak fokus kerja atau belajar, sulit tidur, tidak ingin makan, mengisolasi diri, bahkan ingin mengakhiri hidup. Catatan: Ini bukan tanda penyakit mental, melainkan respons yang wajar terhadap kehilangan yang mendalam.

Acceptance (Menerima)

Pada tahap ini orang yang ditinggalkan sudah menerima bahwa mereka ditinggalkan oleh orang yang mereka cintai tetapi mereka juga sadar bahwa hidup harus terus berjalan walaupun memiliki luka karena ditinggalkan. Pada fase ini orang yang ditinggalkan sudah dapat melakukan aktivitas sehari-hari dan beradaptasi dengan kehilangan.

Penting untuk dipahami bahwa proses kedukaan tidak selalu berjalan linear (berurutan dari 1 sampai 5). Seseorang bisa melompati satu tahap, kembali ke tahap sebelumnya, atau

terjebak di satu tahap dalam waktu lama. Setiap orang memiliki ritme yang berbeda; tidak ada cara yang "benar" atau "salah" dalam berduka.

Tabel 1. *Acceptance.*

No	Tahapan Duka	Durasi	Deskripsi Adegan
1.	Tahapan <i>Denial</i> (Menyangkal)	1:10:43	Amer batuk, Zira menawarkan Amer minum obat tapi Amer menolak dan berkata “nggak usah, istirahat doang cukup”
		1:31:30	Zira berusaha menyakinkan Amer dan dirinya sendiri bahwa Amer akan sembuh.
2.	Tahapan <i>Bargaining</i> (Menawar)	1:32:53	Zira dan keluarganya khusyuk berdoa sebagai “alat tukar” agar Amer di beri kesembuhan.
3.	Tahapan <i>Anger</i> (Marah)	1:37:10	Setelah meninggalnya Amer, Zira keluar dari ICU dengan pandangan kosong dan langkah lemah. Tak menyadari sekelilingnya hingga ia tetap berjalan tanpa reaksi meski ditahan dan ditenangkan oleh keluarganya.
		1:38:00	Zira meluapkan kesedihannya di kamar rawat Amer sambil memeluk boneka pemberian Amer.
4.	Tahapan <i>Depression</i> (Depresi)	1:39:12	Zira memeluk boneka pemberian Amer dengan pandangan kosong dan bergumam “Zira mau terus bermimpi sama Bang Amer”
		1:39:36	Zira berhalusinasi mengecat rumah impian mereka seperti harapan mereka sebelum Amer jatuh sakit.
5.	Tahapan <i>Acceptance</i> (Menerima)	1:40:35	Zira akhirnya menulis buku dan membagikan kisah mereka sebagai bentuk keikhlasan. Zira menerima bahwa Amer telah tiada, namun ia juga menerima bahwa cintanya kepada amer tetap ada dalam bentuk doa dan karya

Film *172 Days* merepresentasikan dinamika psikologis tokoh utama, Zira, dalam menghadapi penyakit dan kematian Amer melalui lima tahapan kesedihan (*five stages of grief*) yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross. Model ini menjelaskan bahwa individu yang menghadapi kehilangan cenderung melalui tahapan *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance* sebagai bentuk respons emosional terhadap duka (Kübler-Ross, 1969). Representasi tahapan tersebut dalam film memperlihatkan perjalanan emosional yang kompleks dan berlapis.

a. Tahap *denial*

Tahap pertama yang muncul adalah *denial* (penyangkalan). Menurut Yamamiartha (2023), tahap ini berfungsi sebagai mekanisme pertahanan psikologis alami yang muncul sebagai respons terhadap situasi kehilangan atau berita traumatis. Dalam fase ini, individu cenderung menolak realitas melalui berbagai bentuk penyangkalan, seperti bersikeras bahwa ini tidak mungkin terjadi, berperilaku seolah tidak ada perubahan yang signifikan, atau bahkan merasa situasinya tidak nyata. Pada menit 1:10:43, Amer mengalami batuk yang cukup parah, namun ia menolak obat yang ditawarkan Zira dan bersikeras bahwa istirahat saja sudah cukup. Penolakan Amer mencerminkan bentuk penyangkalan terhadap kondisi kesehatannya yang sebenarnya serius. Sikap ini kemudian diperkuat pada menit 1:31:30 ketika Zira berusaha

meyakinkan Amer sekaligus dirinya sendiri bahwa Amer akan sembuh. Pada fase ini, penyangkalan berfungsi sebagai mekanisme pertahanan diri untuk meredam kecemasan dan ketakutan terhadap kemungkinan kehilangan. Menurut Kübler-Ross, denial berfungsi sebagai pelindung psikologis sementara yang membantu individu meredam kecemasan terhadap kenyataan yang mengancam.

b. Tahap *bargaining*

Tahap *bargaining* (tawar-menawar) ditunjukkan pada menit 1:32:53 ditampilkan melalui adegan ketika Zira dan keluarganya berdoa dengan khusyuk demi kesembuhan Amer. Doa tersebut merepresentasikan upaya simbolik untuk “menukar” harapan dengan mukjizat kesembuhan. Hal ini sejalan dengan konsep *bargaining* menurut Kübler-Ross, di mana individu berusaha melakukan negosiasi secara simbolik untuk menghindari atau menunda kehilangan. Doa dalam adegan tersebut merepresentasikan upaya psikologis untuk memperoleh kendali atas situasi yang tidak pasti.

c. Tahap *anger*

Tahap *anger* (kemarahan) mulai terlihat pada menit 1:37:10 setelah Amer meninggal dunia, film menggambarkan fase *anger* (kemarahan) melalui respons emosional Zira yang intens. Ia keluar dari ruang ICU dengan pandangan kosong dan tidak merespons lingkungan sekitarnya, bahkan ketika keluarga berusaha menenangkannya. Kondisi ini menunjukkan kemarahan yang terpendam dan keterkejutan emosional terhadap realitas kehilangan. Kemarahan tersebut kemudian diekspresikan secara lebih eksplisit ketika Zira meluapkan kesedihannya di kamar rawat Amer sambil memeluk boneka pemberian Amer. Kübler-Ross menyatakan bahwa kemarahan sering muncul sebagai reaksi terhadap rasa ketidakadilan dan ketidakberdayaan akibat kehilangan.

d. Tahap *depression*

Tahap *depression* (depresi) terlihat pada menit 1:39:12 ketika Zira memeluk boneka pemberian Amer dengan pandangan kosong sambil mengucapkan, “Zira mau terus bermimpi sama Bang Amer.” Dialog tersebut menunjukkan keinginan Zira untuk tetap berada dalam bayangan kebersamaan bersama Amer, sebagai bentuk penolakan halus terhadap realitas kehilangan yang telah terjadi. Ekspresi wajah yang kosong serta tindakan memeluk benda kenangan memperkuat gambaran kesedihan mendalam dan keterikatan emosional terhadap sosok yang telah tiada.

Kondisi ini semakin diperkuat pada menit 1:39:36 ketika Zira mengalami halusinasi dengan membayangkan dirinya sedang mengecat rumah impian bersama Amer. Adegan tersebut merepresentasikan pelarian psikologis ke dalam kenangan dan harapan yang tidak pernah terwujud. Halusinasi ini menunjukkan bahwa Zira belum sepenuhnya mampu melepaskan keterikatannya terhadap masa lalu dan masih terjebak dalam duka yang mendalam.

Menurut Kübler-Ross, tahap *depression* ditandai oleh perasaan hampa, putus asa, serta kesadaran penuh akan kehilangan yang tidak dapat diubah. Individu pada tahap ini cenderung menarik diri dari realitas dan lebih banyak tenggelam dalam kesedihan serta kenangan. Dengan demikian, perilaku dan dialog yang ditampilkan Zira dalam adegan tersebut mencerminkan karakteristik utama dari tahap depresi sebagai respons emosional terhadap kehilangan orang yang dicintai.

e. Tahap *acceptance*

Tahap terakhir, *acceptance* (penerimaan), terlihat pada menit 1:40:35 ketika Zira mulai menulis dan membagikan kisah hidupnya bersama Amer dalam bentuk buku. Dalam adegan tersebut, Zira menunjukkan sikap yang lebih tenang dan mampu menjalani aktivitas secara lebih stabil dibandingkan fase sebelumnya. Ia menyadari bahwa Amer telah tiada, namun Zira tetap mempertahankan kenangan dan cintanya melalui tulisan. Salah satu bentuk penerimaan tersebut tercermin dalam ungkapan yang ia tuliskan, yang pada intinya menggambarkan bahwa kepergian Amer bukanlah akhir dari segalanya, bagian dari takdir yang harus diterima dengan ikhlas.

Tindakan menulis ini menjadi simbol pemaknaan ulang terhadap pengalaman kehilangan. Zira tidak lagi terjebak dalam kesedihan mendalam, sebaliknya Zira mulai mengubah rasa duka menjadi sesuatu yang lebih bermakna dan produktif. Hal ini menunjukkan bahwa ia telah mencapai titik di mana ia mampu berdamai dengan kenyataan, meskipun rasa kehilangan tersebut tetap ada.

Menurut Kübler-Ross, tahap *acceptance* ditandai dengan kemampuan individu untuk menerima realitas kehilangan dan melanjutkan kehidupan dengan perspektif baru. Penerimaan bukan berarti hilangnya kesedihan, tetapi adanya kesiapan untuk hidup berdampingan dengan duka tersebut. Dengan demikian, sikap Zira yang mulai berkarya dan memaknai kembali kehidupannya mencerminkan karakteristik utama dari tahap *acceptance* dalam proses berduka.

5. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis, film *172 Days* merepresentasikan lima tahapan kesedihan menurut Elisabeth Kübler-Ross melalui perjalanan emosional tokoh Zira dalam menghadapi kehilangan Amer. Tahap *denial* terlihat dari penyangkalan terhadap kondisi *penyakit*, *bargaining* melalui doa dan harapan, *anger* melalui luapan emosi setelah kehilangan, *depression* melalui kesedihan mendalam dan keterikatan pada kenangan, serta *acceptance* melalui penerimaan dan usaha memaknai kembali kehidupan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses berduka digambarkan secara emosional dan reflektif, sehingga film ini tidak hanya menjadi hiburan, tetapi juga representasi psikologis tentang kehilangan dan penerimaan.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas objek kajian dengan melibatkan tokoh-tokoh lain dalam film yang sama atau membandingkan beberapa film Indonesia bertema serupa agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif; selain itu, para sineas diharapkan terus mengangkat tema kehilangan secara autentik, dan film seperti *172 Days* dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dalam konteks konseling maupun pendidikan untuk membantu masyarakat memahami serta menormalisasi proses berduka secara lebih empatik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andy Senjaya, W. (2024). *Analisis the five stages of grief pada karakter Ajo Kawir dalam film "Seperti Dendam, Rindu Harus Dibayar Tuntas" (2021)* [Bachelor's thesis, Universitas Multimedia Nusantara]. <https://kc.umn.ac.id/id/eprint/34017/>
- Diniyah, N. N. (2025). *Analisis semiotika makna hijrah dan cinta pada film 172 Days* [Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <https://repository.uin-suska.ac.id/89562/>
- Gunawan, A. N. G. (2024). *Analisis semiotika teori five stages of grief Kübler-Ross dalam film If Anything Happens I Love You = Semiotics analysis five stages of grief Kübler-Ross in If Anything Happens I Love You film* [Thesis, Universitas Hasanuddin]. <https://repository.unhas.ac.id/id/eprint/34889/>
- Helga, B. A. (2024). *Pesan-pesan dakwah dalam film 172 Days karya Nadzira Shafa: Analisis semiotika Rolland Barthes* [Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung]. <https://repository.radenintan.ac.id/36404/>
- Jumarni, J., Sua, A. T., & Srimularahmah, A. (2026). Analisis deiksis eksofora dalam dialog film 172 Days karya Nadzira Shafa: Sebuah kajian pragmatik. *Panthera: Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan*, 6(1), 15–31. <https://doi.org/10.36312/panthera.v6i1.783>
- Merliani, V., Fakhruddin, F., & Siswanto, S. (2024). *Nilai-nilai pendidikan agama Islam yang terkandung dalam film 172 Days karya Nadzira Shafa* [Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup]. <http://e-theses.iaincurup.ac.id/7827/>
- Muslimah, I. A., Rohanda, R., & Ainusyamsi, F. Y. (2025). The forms of loss and stages of grief in the main characters in the film "Ketak Berhenti Disini": A psychological literary

- approach. *Gunung Djati Conference Series*, 55(1), 414–439. <http://conferences.uinsgd.ac.id/index.php/gdcs/article/view/2902>
- Ningarum, W., & Pramujiono, A. (2025). Ekranisasi dalam novel 172 Days karya Nadzira Shafa pada film 172 Days sutradara Hadrah Daeng Ratu. *JiIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(4). <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i4.7807>
- Nurhalimah, E. (2024). *Nilai pendidikan akhlak dalam film 172 Days karya Hadrah Daeng Ratu dan relevansinya dengan materi Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti pada jenjang SMA* [Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo]. <https://etheses.iainponorogo.ac.id/29534/>
- Nurhikmah, N., Sumiyati, S., Sukrisno, S., Dewi, H. P., & Charlina, C. (2023). Nilai pendidikan moral dalam film 172 Days: Analisis wacana kritis Teun A. Van Dijk. *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 3(2), 210–214. <https://doi.org/10.57251/ped.v3i2.1265>
- Nusi Wiandri, S. (2022). *Penggunaan sudut pandang tokoh utama untuk merepresentasikan teori 5 stages of grief Kubler Ross dalam penulisan skenario film “Senandika Lara”* [Doctoral dissertation, Institut Seni Indonesia Yogyakarta]. <http://digilib.isi.ac.id/id/eprint/10563>
- Puspitasari, M., Udin, S., & Sholehudin, M. (2024). Analisis penokohan pada tokoh Nadzira Shafa dan nilai moral dalam film 172 Days karya Hadrah Daeng Ratu. *Prosiding Seminar Nasional Daring: Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 4(1), 767–775. <https://repository.ikipgribojonegoro.ac.id/2725/1/MUTIARA%20PUSPITASARI.pdf>
- Rahmi, M., Harliyana, I., & Rasyimah, R. (2024). Analisis karakter tokoh utama dalam novel 172 Days karya Nadzira Shafa: Kajian psikologi sastra. *Kande: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.29103/jk.v5i1.16165>
- Suryasuciramdhan, A., Umairah, S. D., Setyawati, S., Hidayatullah, M. F., & Azima, F. (2024). Analisis isi pesan moral perjuangan dan rasa ikhlas dalam film “172 Days.” *Filosofi: Publikasi Ilmu Komunikasi, Desain, Seni Budaya*, 1(3), 9–18. <https://doi.org/10.62383/filosofi.v1i3.6088>
- Yamamiartha, L. Z. (2023). Denial as fundamental of Alyssa’s identity development in *Chasing Amy* (1997). *Litera Kultura: Journal of Literary and Cultural Studies*. <https://doi.org/10.26740/lk.v1i1i2.55815>