

Makna Budaya Upacara Saur Matua terhadap *Subjective Well-Being* Anggota Keluarga pada Komunitas Adat Batak Toba

Rika Wulandari¹, Fathya Putri Kamilla², Putri Hidayati³, Masyhuri⁴

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim^{1,2,3,4}

Corresponding email: rikawulandari0510@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Submission: 24-12-2025

Review: 05-01-2026

Revised: 30-01-2026

Accepted: 31-01-2026

Published: 31-01-2026

Kata kunci

Tradisi Batak

Saur Matua

Subjective Well-being

Makna Budaya

ABSTRAK

Upacara Saur Matua adalah ritual kematian dalam budaya Batak yang tidak hanya berfungsi sebagai upacara tradisional tetapi juga sebagai proses yang secara psikologis bermakna bagi anggota keluarga yang berduka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna upacara Saur Matua dalam kaitannya dengan kesejahteraan subjektif anggota keluarga menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis. Fokus penelitian ini adalah pada pengalaman hidup peserta dalam menjalani dan menafsirkan upacara tersebut. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan empat anggota keluarga yang memiliki peran berbeda dalam pelaksanaan upacara Saur Matua. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik fenomenologis untuk mengidentifikasi makna esensial yang muncul dari pengalaman peserta. Temuan menunjukkan bahwa upacara Saur Matua dipandang sebagai bentuk penerimaan kematian, sarana ekspresi dan regulasi emosi, serta sumber dukungan sosial yang kuat. Makna-makna ini berkontribusi positif terhadap kesejahteraan subjektif, terutama dalam hal kepuasan hidup, munculnya afek positif seperti ketenangan dan rasa syukur, serta pengurangan afek negatif melalui berbagi duka secara kolektif. Hasil ini menyoroti peran penting ritual budaya dalam menjaga kesejahteraan psikologis dalam konteks kehilangan. Studi ini berkontribusi pada bidang psikologi budaya dengan menyoroti relevansi praktik budaya lokal sebagai sumber kesejahteraan subjektif dalam masyarakat Indonesia.

Pendahuluan

Tradisi Saur Matua merupakan salah satu upacara kematian yang memiliki makna paling tinggi dalam sistem adat Batak Toba. Seseorang dikatakan meninggal saur matua apabila seluruh anaknya telah menikah dan memiliki keturunan, sehingga almarhum atau almarhumah dipandang telah menuntaskan seluruh tanggung jawab hidupnya secara sosial dan kultural. Dalam pandangan masyarakat Batak, kematian dalam status saur matua tidak

hanya dimaknai sebagai peristiwa kehilangan, tetapi juga sebagai simbol keberhasilan hidup, kehormatan keluarga, serta pencapaian nilai kesempurnaan manusia dalam tatanan adat (Siburian dkk, 2025). Oleh karena itu, upacara Saur Matua sering kali berlangsung secara meriah dan melibatkan seluruh unsur kekerabatan, yang menandakan pengakuan sosial terhadap kehidupan orang yang meninggal (Simanjuntak, 2009). Tradisi ini menjadi ruang penting untuk mengekspresikan nilai-nilai budaya, seperti penghormatan kepada orang tua, solidaritas keluarga, dan kesinambungan generasi (Sibarani, 2012).

Dari perspektif psikologi budaya, ritual adat seperti Saur Matua berfungsi sebagai sarana pembentukan dan penguatan identitas kolektif. Ritual memberikan kerangka simbolik yang membantu individu memahami peristiwa hidup yang kompleks, termasuk kematian, melalui makna yang telah disepakati secara sosial (Taylor, 2012). Dalam konteks ini, Saur Matua menjadi mekanisme sosial untuk mengelola emosi duka dengan cara yang diterima budaya, sehingga individu tidak menghadapi kehilangan secara personal semata, melainkan secara kolektif. Keterlibatan keluarga besar dan komunitas memberikan dukungan sosial yang intens, yang menurut berbagai penelitian merupakan faktor protektif penting bagi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis individu (Kim et al., 2016). Dengan demikian, Saur Matua tidak hanya berfungsi sebagai ritual adat, tetapi juga sebagai sumber dukungan emosional dan sosial yang berpotensi meningkatkan kesejahteraan subjektif anggota keluarga.

Konsep *subjective well-being* (SWB) merujuk pada evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya, yang mencakup kepuasan hidup secara kognitif serta pengalaman afek positif dan negatif secara emosional (Diener, 1984). Diener menegaskan bahwa kesejahteraan subjektif sangat dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya tempat individu berada, termasuk nilai, norma, dan praktik tradisional yang dianut (Diener et al., 2018). Dalam masyarakat Batak, pelaksanaan Saur Matua dapat berkontribusi pada kepuasan hidup keluarga yang ditinggalkan karena adanya pengakuan sosial bahwa orang tua mereka telah hidup secara “lengkap” dan bermakna menurut adat. Rasa bangga, syukur, dan penerimaan terhadap kematian sebagai bagian dari siklus hidup dapat memunculkan afek positif dan menurunkan afek negatif seperti rasa bersalah atau penyesalan (Ryff, 2014). Dengan demikian, tradisi Saur Matua berpotensi menjadi sumber *subjective well-being* melalui pemaknaan hidup, relasi sosial yang kuat, dan penerimaan terhadap realitas kehidupan.

Namun demikian, pelaksanaan tradisi Saur Matua dalam konteks masyarakat modern tidak lepas dari berbagai dinamika dan persoalan. Perubahan sosial akibat modernisasi, urbanisasi, dan pergeseran nilai menyebabkan sebagian masyarakat Batak menghadapi kesulitan dalam menjalankan upacara adat secara utuh. Biaya pelaksanaan yang besar serta tuntutan sosial yang tinggi sering kali menjadi sumber stres bagi keluarga, terutama bagi mereka yang memiliki keterbatasan ekonomi (Simanjuntak, 2009). Selain itu, perbedaan pandangan antara adat dan ajaran agama juga dapat menimbulkan konflik batin, di mana individu merasa tertekan antara keinginan mempertahankan tradisi dan keyakinan religius

yang dianut (Berry et al., 2011). Dalam kondisi ini, tradisi yang seharusnya menjadi sumber makna dan kesejahteraan justru berpotensi menurunkan *subjective well-being* melalui munculnya kecemasan, beban psikologis, dan konflik interpersonal (Lazarus & Folkman, 1984).

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa pengaruh tradisi terhadap kesejahteraan subjektif tidak bersifat tunggal dan linear, melainkan sangat bergantung pada cara individu memaknai dan mengalami tradisi tersebut. Veenhoven (2012) menyatakan bahwa kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif muncul ketika individu mampu menyesuaikan nilai budaya dengan kondisi objektif kehidupannya. Dalam konteks Saur Matua, individu yang memaknai ritual sebagai bentuk penghormatan dan ungkapan syukur cenderung mengalami peningkatan kesejahteraan subjektif. Sebaliknya, individu yang memaknai ritual sebagai beban sosial dan ekonomi cenderung mengalami tekanan psikologis. Oleh karena itu, penting untuk melihat Saur Matua tidak hanya sebagai tradisi adat, tetapi juga sebagai pengalaman psikologis yang bersifat subjektif dan kontekstual (Seligman, 2011).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa tradisi Saur Matua memiliki posisi penting dalam kehidupan masyarakat Batak, baik secara kultural maupun psikologis. Tradisi ini berpotensi menjadi sumber *subjective well-being* melalui makna hidup, dukungan sosial, dan penguatan identitas budaya, namun juga dapat menjadi sumber tekanan apabila tidak dikelola secara adaptif dalam konteks perubahan sosial. Oleh karena itu, kajian ilmiah yang mengaitkan Saur Matua dengan *subjective well-being* menjadi penting untuk memahami bagaimana nilai-nilai adat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu dan keluarga Batak.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis yang bertujuan untuk memahami secara mendalam makna budaya Upacara Saur Matua terhadap *subjective well-being* anggota keluarga dalam komunitas adat Batak Toba. Pemilihan partisipan dilakukan secara *purposive sampling*, dengan kriteria anggota keluarga inti yang terlibat langsung dalam pelaksanaan Upacara Saur Matua. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, sehingga memungkinkan peneliti menggali pengalaman emosional, pemaknaan budaya, dan evaluasi subjektif partisipan terhadap peristiwa kematian. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 4 (empat) orang yang bersuku Batak Toba dan memiliki pengalaman pribadi mengikuti Upacara Saur Matua, yakni Hatobangon ni Huta (yang dituakan di kampung), anggota keluarga (anak kandung), hula-hula (kerabat dekat dan anggota marga).

Dalam proses penelitian, peneliti juga melakukan refleksi diri (refleksivitas) terhadap posisi sosial, latar belakang budaya, serta kemungkinan bias pribadi yang dapat memengaruhi proses interpretasi data. Peneliti menyadari bahwa pemahaman awal mengenai budaya Batak Toba berpotensi membentuk ekspektasi tertentu terhadap makna upacara, sehingga selama proses wawancara dan analisis peneliti berupaya menahan asumsi

awal (*bracketing*) agar pengalaman partisipan tetap menjadi fokus utama. Catatan reflektif (*reflexive journal*) dibuat secara berkala untuk mendokumentasikan respons emosional, dugaan subjektif, serta perubahan pemahaman peneliti selama proses penelitian berlangsung. Langkah ini dilakukan agar interpretasi yang dihasilkan lebih transparan dan dapat ditelusuri dasar pemikirannya.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis tematik melalui proses *coding* hasil wawancara untuk mengidentifikasi pola makna yang berkaitan dengan subjective well-being. Analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu transkripsi verbatim wawancara, pembacaan berulang untuk memahami keseluruhan data, pemberian kode awal (*initial coding*) pada unit-unit makna penting, pengelompokan kode menjadi kategori, serta pengembangan tema-tema utama yang merepresentasikan pengalaman partisipan. Tema yang muncul kemudian ditinjau kembali dengan membandingkan antar partisipan untuk melihat kesamaan dan perbedaan makna. Proses ini memastikan bahwa tema yang terbentuk tidak hanya berasal dari satu narasi individu, tetapi mencerminkan pola pengalaman kolektif yang relevan dengan konteks budaya.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, yaitu data diperoleh dari beberapa partisipan yang memiliki peran berbeda dalam pelaksanaan Upacara Saur Matua, misalnya anak kandung, kerabat dekat, atau anggota marga. Selain itu, dilakukan pula member checking dengan meminta partisipan meninjau kembali ringkasan hasil wawancara untuk memastikan kesesuaian makna dengan pengalaman mereka. Peneliti juga menerapkan peer debriefing dengan mendiskusikan proses analisis bersama rekan sejawat guna mengurangi subjektivitas interpretasi. Dengan demikian, temuan penelitian mencerminkan pengalaman autentik partisipan serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Hasil dan Pembahasan

Masyarakat Batak Toba biasanya menyebutkan orang yang sudah meninggal dunia yakni "*Mate*", atau dengan istilah yang lebih halus, "*Jumolo*", yang secara harfiah berarti "lebih dahulu." Ada juga kata lain yang sering dipakai, yaitu "*Monding*", yang artinya "tidur tertutup" (Rosmegawaty Tindaon dkk., 2016). Penggunaan istilah-istilah ini menunjukkan bahwa bahasa kematian dalam budaya Batak Toba bekerja sebagai sistem simbolik yang melembutkan realitas kehilangan sekaligus memberi kerangka makna sosial terhadap peristiwa biologis. Dalam psikologi budaya, bahasa dipahami bukan sekadar alat komunikasi, tetapi medium konstruksi realitas psikologis, di mana makna dibentuk secara kolektif melalui sistem simbol (Shweder, 1991). Dengan demikian, istilah kematian dalam konteks ini berfungsi sebagai regulasi kognitif dan emosional berbasis budaya. Pada zaman dahulu, seseorang yang meninggal di usia sangat tua dan mempunyai keturunan yang banyak, akan mendapat perlakuan istimewa dikarenakan posisi mereka yang dianggap paling tinggi sebagai leluhur yang disembah, seperti bisa kita lihat pada perkampungan yang ada di Sumatera utara dari banyaknya makam dan patung leluhur zaman dulu yang dijadikan objek pemujaan. (R.P. Soerjono, 1984).

Dalam tradisi masyarakat Batak Toba, seseorang yang meninggal dan dianggap sudah mencapai tingkat saur matua adalah mereka yang berhasil memenuhi memenuhi tiga pilar utama kehidupan masyarakat Batak, yaitu hamoraon Pesta Suka Cita dalam Kematian (kekayaan), *hagabeon* (banyak keturunan), dan *hasangapon* (kehormatan). Ketiga nilai ini bukan hanya indikator status sosial, tetapi kerangka evaluatif budaya yang membentuk standar keberhasilan hidup. Dalam perspektif psikologi budaya, sistem nilai kolektif seperti ini membentuk *cultural model of personhood*, yakni gambaran tentang manusia ideal menurut budaya tertentu (Markus & Kitayama, 1991). Oleh sebab itu, upacara saur matua bukan cuma ritual pemakaman biasa, tapi simbol dari pencapaian hidup yang telah berhasil memenuhi semua nilai itu (Media, dalam siburian, dkk, 2025).

Upacara ini melibatkan semua anggota keluarga dan kerabat dekat dalam prosesi yang sarat makna dan simbol. Masyarakat Batak Toba selalu menyertakan semua kerabatnya di tiap upacaranya yang dilangsungkan sebab, *Dalihan Na Tolu* telah menancap kuat di urat nadi etnik Batak Toba. Dalam teori *self-construal*, masyarakat kolektif cenderung memandang diri sebagai bagian dari jaringan relasi sosial, bukan entitas otonom yang terpisah (Markus & Kitayama, 1991). Pada prosesi acara tradisi saur matua yang dilakukan, masyarakat batak toba memandang bahwa kematian di sini tidak dilihat sebagai sesuatu yang menyedihkan, melainkan sebagai prestasi yang layak dirayakan. Hal Ini menunjukkan bahwa orang yang meninggal dengan status saur matua sudah menyelesaikan tanggung jawabnya dengan baik, baik dari segi sosial, materi, maupun dalam membangun hubungan keluarga. (Siburian, dkk, 2025).

Disisi lain tradisi ini juga merefleksikan pandangan hidup orang Batak yang sangat menghargai kekeluargaan dan ikatan kekerabatan. Setiap langkah dalam upacara ini menggunakan simbol-simbol yang menekankan betapa krusialnya merawat hubungan antar anggota keluarga dan kerabat, serta menghormati kontribusi masing-masing dalam kehidupan sosial dan kekerabatan. Dengan begitu, upacara saur matua lebih dari sekadar ritual; ia berfungsi sebagai cara untuk merayakan hidup yang penuh arti dan prestasi, sekaligus memperkuat tali kekerabatan yang ada (Hutasoit & Sinulingga, 2022).

Berdasarkan analisis data wawancara mendalam, penelitian ini menghasilkan beberapa tema utama yang merepresentasikan makna budaya Upacara Saur Matua terhadap *subjective well-being* anggota keluarga. Penelitian ini menggunakan teori *Subjective Well-Being* (SWB) dari Diener (1984) sebagai landasan teori utama untuk memahami pengalaman kesejahteraan subjektif anggota keluarga dalam konteks budaya Batak Toba melalui tiga dimensi, yaitu afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup. Proses analisis dilakukan melalui tahapan coding dari wawancara terhadap narasumber, sehingga tema yang dihasilkan bersumber langsung dari pengalaman subjektif partisipan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Siburian et al. (2025) yang menegaskan bahwa Saur Matua tidak sekadar ritual kematian, melainkan bentuk pesta suka cita yang sarat kehormatan dan legitimasi sosial bagi keluarga yang ditinggalkan.

Afek Positif: Pemenuhan Tanggung Jawab Kultural

Pelaksanaan tradisi adat saur matua dialami oleh informan sebagai pengalaman emosional yang memunculkan afek positif yang berbasis pemenuhan tanggung jawab kultural. Hal itu muncul dari pernyataan partisipan yang menekankan rasa lega, bangga, dan ketenangan setelah pelaksanaan Upacara Saur Matua. Salah satu partisipan menyatakan, *“kalau secara adat setelah melakukan acara tersebut, ya alhamdulillah lega, apa yang menjadi tanggung jawab sebagai anak, kita jalankan dengan baik... karena di situlah penghargaan terakhir kepada ibu dan bapak kami, bahwa selama ini ibu kami dihargai, dijunjung tinggi sebagai perempuan, karena sudah melahirkan dan mendidik anak-anaknya”* (R. Hutagaol, anak kandung, wawancara 6 Desember 2025).

Secara fenomenologis, pengalaman ini merefleksikan terpenuhinya nilai-nilai personal dan kultural yang bermakna bagi subjek, sehingga menghadirkan perasaan tenang dan bangga. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Siburian et al. (2025) yang menyatakan bahwa status Saur Matua dimaknai sebagai simbol keberhasilan hidup dan kehormatan tertinggi dalam struktur nilai Batak Toba, sehingga mampu melahirkan rasa bangga dan ketenteraman psikologis pada keluarga. Tema ini juga selaras dengan konsep kesejahteraan subjektif Diener (1984), khususnya pada dimensi afek positif, yang menekankan hadirnya emosi menyenangkan sebagai respons atas pencapaian makna dan kepuasan hidup yang dirasakan individu.

Afek Negatif: Kesedihan yang Terkelola Secara Sosial

Pada dimensi afek negatif, tema yang teridentifikasi adalah kesedihan yang terkelola secara sosial. Data menunjukkan bahwa kesedihan tetap hadir, tetapi tidak berkembang menjadi beban psikologis yang terisolasi karena dimediasi oleh kehadiran keluarga dan struktur adat. Hal ini tergambar dalam kutipan,

“Sedih itu pasti ada, tapi lewat acara Saur Matua ini kami diingatkan buat tetap kuat, soalnya opung sudah menjalani hidupnya dengan lengkap. Dukanya juga nggak dipikul sendirian, istilahnya semuanya dibagi dengan keluarga” (RRS, wawancara 9 Desember 2025).

Kutipan tersebut diberi kode kesedihan, penguatan sosial, dan duka bersama, yang mengarah pada interpretasi bahwa regulasi emosi terjadi melalui mekanisme kolektif. Dengan demikian, afek negatif dipahami sebagai pengalaman yang dinormalisasi dan dikelola secara sosial. Afek negatif tetap hadir sebagai respons alami terhadap kehilangan, namun tidak berkembang menjadi beban psikologis yang berkepanjangan karena dimediasi oleh dukungan sosial dan struktur adat. Penelitian Siregar et al. (2024) menunjukkan bahwa idiom-idiom kematian dalam budaya Batak Toba secara linguistik dan simbolik berfungsi menormalisasi duka dan mengarahkan individu untuk menerima kematian sebagai bagian dari tatanan sosial dan kosmis. Kondisi ini mencerminkan keseimbangan afektif, bahwa kesejahteraan subjektif tidak ditentukan oleh ketiadaan emosi negatif, tetapi oleh

kemampuan individu mengelola dan menyeimbangkannya melalui dukungan lingkungan sosial dan budaya (Diener, 1984).

Kepuasan Hidup: Pengakuan dan Legitimasi Adat

Dimensi kepuasan hidup muncul melalui tema pengakuan dan legitimasi adat Upacara Saur Matua berfungsi sebagai struktur budaya yang memfasilitasi regulasi emosi secara kolektif bukan dengan menekan kesedihan, tetapi dengan menempatkannya dalam kerangka makna sosial yang dapat diterima bersama. Doa-doa yang dipanjatkan oleh hula-hula dalam prosesi adat saur matua dimaknai sebagai pengalaman simbolik yang menegaskan rasa telah menunaikan tanggung jawab sebagai anak, sekaligus menghadirkan kepuasan batin bagi keluarga yang ditinggalkan. Hal ini tercermin dalam ungkapan doa dan pernyataan adat yang disampaikan oleh Hatobangon ni Huta (yang ditua kan di kampung) di Desa Balige, yang menyatakan:

“Kami bawa berat sama kamu. Kupasanya, firma bukti baul-baul pacarungan, firma tok-tok timu nadi pernikahanmu, lu mah aka pajamotan,” serta penegasan bahwa “kami, keluarga dan kerabat, mengakui bahwa almarhum/almahum telah menjalani hidup dengan penuh tanggung jawab... karena itu, ia layak dilepas secara adat sebagai Saur Matua” (Wawancara oleh Hatobangon ni Huta, Balige, 6 Desember 2025).

Secara fenomenologis, doa-doa ini tidak hanya ditujukan kepada almarhum/almahum, tetapi juga menjadi penguatan psikologis bagi anggota keluarga yang ditinggalkan, karena melalui pengakuan adat dan restu hula-hula, mereka merasakan keutuhan makna bahwa kewajiban sebagai anak telah dilaksanakan secara paripurna. Temuan ini sejalan dengan analisis Sitompul (2024) yang menunjukkan bahwa simbol-simbol dalam upacara Saur Matua termasuk simbol sijagaro yang merepresentasikan penyempurnaan siklus hidup dan keberhasilan menjalankan peran sosial. Pengalaman ini juga sejalan dengan konsep kesejahteraan subjektif Diener (1984), khususnya pada dimensi kepuasan hidup (*life satisfaction*), di mana individu mengevaluasi hidupnya secara positif ketika tanggung jawab utama yang bernilai secara personal dan kultural telah terpenuhi.

Integrasi Tema dan Kerangka Subjective Well-Being

Secara integratif, penyesuaian antara tema-tema hasil analisis kualitatif dengan teori *Subjective Well-Being* Ed Diener (1984) menunjukkan bahwa pengalaman kesejahteraan subjektif anggota keluarga tidak dapat dipisahkan dari konteks budaya. Temuan penelitian ini memperkuat hasil-hasil penelitian sebelumnya yang menempatkan Saur Matua sebagai ruang simbolik untuk kehormatan, penerimaan, dan pemaknaan kematian (Siburian et al., 2025; Siregar et al., 2024; Sitompul, 2024). Upacara Saur Matua berperan sebagai kerangka makna yang mengorganisasi emosi, evaluasi hidup, dan relasi sosial secara beriringan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa teori *Subjective Well-Being* perlu dipahami secara kontekstual dan lintas budaya agar mampu menangkap dinamika kesejahteraan subjektif dalam masyarakat kolektif seperti komunitas adat Batak Toba.

Untuk memperjelas hasil analisis kualitatif, tema-tema utama penelitian disajikan dalam bentuk tabel berikut. Penyajian ini bertujuan memberikan gambaran ringkas mengenai hubungan antara dimensi Subjective Well-Being, tema hasil analisis, dan makna psikologis yang dialami anggota keluarga dalam Upacara Saur Matua.

Dimensi Subjective Well-Being	Tema Utama	Kode Utama	Makna Psikologis
Afek Positif	Pemenuhan tanggung jawab adat	lega, bangga, tenang	Emosi positif muncul karena kewajiban kultural sebagai anak telah ditunaikan
Afek Negatif	Kesedihan yang terkelola sosial	sedih, penguatan sosial, duka bersama	Kesedihan dinormalisasi dan dibagi secara kolektif melalui struktur adat
Kepuasan Hidup	Pengakuan dan legitimasi adat	pengakuan, doa adat, restu hula-hula	Evaluasi hidup yang positif karena adanya legitimasi sosial dan simbolik

Penyajian tabel ini menunjukkan bahwa ketiga dimensi kesejahteraan subjektif saling terhubung dan dimediasi oleh praktik budaya Saur Matua.

Kesimpulan

Upacara Saur Matua memiliki makna yang mendalam bagi *subjective well-being* anggota keluarga yang ditinggalkan. Upacara ini tidak hanya dipahami sebagai kewajiban adat, tetapi sebagai ruang psikososial yang memungkinkan penerimaan terhadap kematian, pengelolaan emosi duka, serta penguatan dukungan sosial secara kolektif. Pengalaman menjalani Saur Matua membantu anggota keluarga membangun rasa tenang, syukur, dan kepuasan hidup, sekaligus mereduksi afek negatif melalui proses berbagi duka dalam struktur budaya yang bermakna. Temuan ini menegaskan bahwa ritual budaya berfungsi sebagai mekanisme adaptif dalam menghadapi kehilangan, dengan kontribusi nyata terhadap kesejahteraan psikologis subjektif.

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya pengembangan teori *Subjective Well-Being* dengan menunjukkan bahwa dimensi afek dan kepuasan hidup tidak hanya ditentukan oleh proses intrapersonal, tetapi juga oleh sistem makna kolektif, legitimasi sosial, dan struktur relasi kekerabatan. Dengan demikian, penelitian ini menghadirkan kebaruan konseptual melalui integrasi teori kesejahteraan subjektif dengan kerangka psikologi budaya, khususnya dalam konteks ritual kematian yang selama ini lebih banyak dikaji dari perspektif antropologi daripada psikologi empiris.

Secara praktis, temuan ini berimplikasi langsung pada pengembangan layanan kesehatan mental yang peka budaya, khususnya dalam pendampingan keluarga yang mengalami kehilangan. Praktik psikologi seperti konseling duka, terapi keluarga, dan intervensi berbasis komunitas dapat memanfaatkan struktur adat serta jaringan kekerabatan sebagai sumber daya psikososial yang aktif, bukan sekadar latar budaya. Kontribusi penelitian ini terhadap praktik psikologi terletak pada penegasan bahwa ritual budaya dapat berfungsi sebagai mekanisme protektif dan regulatif emosi yang relevan untuk diintegrasikan dalam pendekatan intervensi psikologis kontekstual di Indonesia.

Referensi

- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Breugelmans, S. M., Chasiotis, A., & Sam, D. L. (2011). *Cross-cultural psychology: Research and applications* (3rd ed.). Cambridge University Press.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *95*(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, *2*(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2016). Culture and social support. *American Psychologist*, *63*(6), 518–526. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.6.518>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, *98*(2), 224–253.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *83*(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Shweder, R. A. (1991). *Thinking through cultures: Expeditions in cultural psychology*. Harvard University Press.
- Sibarani, R. (2012). *Kearifan lokal: Hakikat, peran, dan metode tradisi lisan*. Asosiasi Tradisi Lisan.
- Siburian, N. Y., Sinaga, P. D., Purba, D. W., & Silaban, I. (2025). Pesta Suka Cita dalam Kematian: Peran Adat dan Kehormatan dalam Upacara Saur Matua. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora*, *4*(3), 110-122.
- Simanjuntak, B. A. (2009). *Konflik status dan kekuasaan orang Batak Toba*. Yayasan Obor Indonesia.

- Siregar, T. M., Ginting, N. E. B., Trisnadi, N. I. S., Hutapea, S. S., & Lumbanggaol, S. E. A. (2024). Idiom-idiom Kematian pada Suku Batak Toba. *Research Review: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(1), 126-132.
- Sitompul, G. (2024). Analysis of the “Sijagaron” Symbol in the Saur Matua Traditional Ceremony of the Batak Toba Tribe. *Asian Journal of Applied Education (AJAE)*, 3(4), 415-426.
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Vergouwen, J. C. (2004). *Masyarakat dan hukum adat Batak Toba* (terj.). LKiS. (Karya asli diterbitkan 1933)
- Veenhoven, R. (2012). Happiness: Also known as “life satisfaction” and “subjective well-being.” In K. C. Land, A. C. Michalos, & M. J. Sirgy (Eds.), *Handbook of social indicators and quality of life research* (pp. 63–77). Springer.