

PENGALAMAN PENYESUAIAN PERAN IBU PADA WANITA

MOTHERLESS MOTHER

Winda Karina Wulandari
15000121420020

Magister Psikologi Universitas Diponegoro
karinawinda@students.undip.ac.id

ABSTRAK

Bagi *motherless mother*, menjadi ibu menuntut penyesuaian fisik, emosional, dan sosial. Tanpa figur ibu sebagai panutan dan sumber dukungan, mereka lebih rentan mengalami kebingungan, tekanan psikologis, dan kesulitan dalam menjalani peran sebagai ibu. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman penyesuaian peran ibu pada wanita *motherless mother*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk memahami dampak kehilangan terhadap pengalaman sebagai ibu. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposif dengan memilih individu yang memiliki pengalaman yang sesuai dengan fokus penelitian. Partisipan terdiri dari empat wanita berusia 30-35 tahun yang kehilangan ibu saat berusia 13-20 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Temuan penelitian ini menghasilkan tujuh tema induk yaitu kenangan emosional kehilangan ibu, persepsi tentang figur ibu, konflik dalam pengasuhan, dukungan emosional dan praktis, internalisasi peran ibu, resiliensi, orientasi masa depan. Selain itu, ditemukan satu tema khusus yaitu frustrasi maternal. Penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan bagi wanita *motherless mother*. Dukungan tersebut dapat berupa konseling, edukasi pengasuhan, dan kelompok ibu sebaya yang berfungsi sebagai ruang berbagi pengalaman dan saling menguatkan. Dukungan ini dapat membantu mengatasi tekanan emosional, membangun ketahanan diri, dan menjalani peran sebagai ibu dengan lebih percaya diri.

Kata Kunci: *motherless mother*, peran ibu, penyesuaian peran, pengalaman kehilangan

THE EXPERIENCE OF ADJUSTMENT TO MOTHER'S ROLES IN WOMEN MOTHERLESS MOTHER

Winda Karina Wulandari

15000121420020

Master of Psychology, Diponegoro University

karinawinda@students.undip.ac.id

ABSTRACT

For mothers who have lost their own mothers, becoming a parent requires physical, emotional, and social adjustments. Without a maternal figure as a role model and source of support, they are more vulnerable to confusion, psychological distress, and difficulties in fulfilling their maternal role. This study aims to understand the experience of maternal role adjustment in women who identify as motherless mothers. A qualitative method with a phenomenological approach was employed to explore how the loss of a mother impacts their experiences as mothers. Participants were selected purposively, focusing on individuals whose experiences aligned with the study's objective. The participants consisted of four women aged 30–35 who lost their mothers between the ages of 13 and 20. Data were collected through semi-structured interviews, and analyzed using thematic analysis. The findings revealed seven main themes: emotional memories of losing a mother, perceptions of the maternal figure, parenting conflicts, emotional and practical support, internalization of the maternal role, resilience, and future orientation. In addition, a unique theme emerged: maternal frustration. This study highlights the importance of support for motherless mothers. Such support may include counseling, parenting education, and peer support groups that offer spaces for sharing experiences and supporting each other. These forms of support can help relieve emotional pressure, enhance personal resilience, and enable women to embrace their maternal roles with greater confidence.

Keywords: motherless mother, maternal role, role adjustment, maternal loss experience