

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Kehilangan orang tua merupakan peristiwa perkembangan normatif (*normative life transition*) dalam siklus hidup manusia. Namun, di antara berbagai bentuk kehilangan orang tua, kehilangan ibu pada fase dewasa (dewasa muda hingga dewasa madya) menimbulkan dampak psikososial yang unik dan kompleks. Ibu dalam banyak budaya berperan sebagai “simpul pengikat” (*knot that ties*) pusat emosional (*emotional hub*), penjaga narasi keluarga (*keeper of family stories*), dan penyedia dukungan tanpa syarat (*unconditional support*) (Pillemer et al., 2021; Marshall & Davies, 2023). Kehilangannya tidak hanya berupa kehilangan seorang individu, tetapi lebih merupakan kehilangan sebuah sistem pendukung emosional, landasan identitas peran, dan inti dari “rumah” dalam pengertian psikologis (*psychological home*) (Utz et al., 2021). Individu dewasa yang kehilangan ibu dihadapkan pada tugas perkembangan ganda (*dual developmental task*): melanjutkan kehidupan otonom sambil memproses kesedihan mendalam dan merekonfigurasi arsitektur relasi keluarga. Proses ini melibatkan dua dimensi inti yaitu adaptasi, yang merujuk pada upaya koping untuk mengelola kesedihan (*grief work*) dan menyesuaikan diri dengan realitas baru (Worden, 2020), dan transformasi relasi, yang melibatkan perubahan struktural dalam pola komunikasi, hierarki, alokasi peran, dan ikatan

dengan anggota keluarga yang masih hidup, seperti ayah dan saudara kandung (Høeg et al., 2023; Falconi et al., 2022).

Dampak kehilangan ibu menjadi sangat kuat karena tiga alasan mendasar. Pertama, ikatan ibu-anak (*mother-child attachment*) adalah ikatan primer yang membentuk sistem keamanan internal (*internal secure base*). Kehilangannya dapat menggerus rasa aman ini, memicu “gangguan pada dunia asumsi” (*shattered assumptions*) yang bermanifestasi sebagai kecemasan eksistensial dan pertanyaan identitas (Neimeyer, 2020; Umberson, 2023). Kedua, Ibu sering berperan sebagai perekat keluarga melalui aktivitasnya dalam memelihara hubungan antar anggota. Kehilangannya menciptakan kekosongan dalam fungsi ekspresif dan koordinatif ini, memaksa redistribusi peran yang dapat menyebabkan stres peran (*role strain*) dan konflik (Rossetto et al., 2020). Ketiga, peristiwa ini menandai masa peralihan penting menuju kedewasaan mandiri, yaitu saat seseorang mulai menerima tanggung jawab penuh sebagai orang dewasa tanpa lagi bergantung pada perlindungan orang tua, sekaligus mempertegas kesadaran akan mortalitas diri sendiri (*self-mortification*), yang memicu evaluasi ulang terhadap tujuan hidup (*life review*) (Falconi et al., 2022; Cacciatore & Raffo, 2021).

Perbedaan peran gender memperjelas keunikan kehilangan ini. Ibu lebih kuat diasosiasikan dengan peran ekspresif-emotional (pengasuhan, kenyamanan emosional), sementara ayah lebih sering dikaitkan dengan peran instrumental-agentic (penyediaan, perlindungan) (Pillemer et al., 2021; Kaufman & Uhlenberg, 2022). Kehilangan ibu terutama mengakibatkan hilangnya “jaringan emosional inti” (*core emotional network*) keluarga,

yang dapat mengubah dinamika hubungan dengan ayah menjadi lebih formal dan kurang emosional (Høeg et al., 2023). Keunikan kehilangan ibu semakin nyata saat dibandingkan dengan bentuk kehilangan lain. Dibanding kehilangan ayah, kehilangan ibu menunjukkan korelasi lebih kuat dengan penurunan kesejahteraan psikologis, peningkatan gejala depresi, dan terganggunya ritual keluarga (Høeg et al., 2023; Marks et al., 2020). Dibanding kehilangan pasangan atau anak, kehilangan ibu adalah kehilangan asal-usul dan fondasi psikologis (*origin and psychological foundation*) sebuah kehilangan yang bersifat retrospektif (metode berorientasi ke masa depan atau peristiwa yang akan terjadi) yang meninjau peristiwa yang ada di masa lalu) dan prospektif (metode sekaligus (Stroebe & Schut, 2021). Hal ini menimbulkan berbagai masalah adaptasi, seperti penurunan kesejahteraan psikologis, munculnya gejala depresi, hingga terganggunya perubahan dinamika hubungan dengan ayah yang menjadi lebih formal. Masalah-masalah tersebut menuntut adanya proses penyesuaian diri atau adaptasi yang mendalam bagi individu dewasa. Berdasarkan kompleksitas ini, penelitian dirancang untuk mengeksplorasi secara holistik proses adaptasi dan transformasi relasi keluarga pada individu dewasa pasca kehilangan ibu, guna mengembangkan model pendukung yang efektif.

## **1.2 Rumusan Masalah**

1. Bagaimanakah adaptasi dan transformasi relasi keluarga pada individu dewasa pasca kehilangan ibu?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

1. Mengeksplorasi dan mendeskripsikan secara mendalam bagaimana individu dewasa yang kehilangan ibu menginterpretasikan dan memahami makna dari peristiwa kehilangan tersebut.
2. Mengidentifikasi bagaimana individu dewasa menemukan dan mengonstruksi makna baru dalam perjalanan hidup mereka setelah kehilangan ibu.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini difokuskan pada eksplorasi makna sungkup individu dewasa yang kehilangan ibu, dengan penekanan pada aspek psikologis dan emosional, bukan pada penyakit gastritis itu sendiri.

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memperkaya teori psikologi tentang proses bersumpah (duka) dan pencarian makna hidup (pembuatan makna) pada individu dewasa, khususnya dalam konteks kehilangan orang tua. Temuan dapat memperluas model seperti Dual Process Model (Stroebe & Schut, 2021) atau Meaning-making Theory (Park, 2022), dengan mengintegrasikan perspektif budaya Indonesia untuk memahami bagaimana individu menginterpretasikan kehilangan sebagai transformasi identitas dan ketahanan psikologis.

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian memberikan panduan konkret bagi praktisi Kesehatan mental, seperti psikolog klinis dan konselor, untuk mengembangkan intervensi dukungan emosional yang disesuaikan dengan pengalaman subjektif individu yang bersumpah. Misalnya, program terapi yang

memfasilitasi narasi pribadi untuk menemukan makna baru, sehingga mengurangi risiko komplikasi kesedihan dan meningkatkan kualitas hidup pasca-kehilangan.

