



Psychological Dynamics of Motherless Adolescents High School Student: Case Study on High School Students in Ternate

(Dinamika Psikologis Remaja Motherless: Studi Kasus Pada Siswa SMA di Ternate)

Salwa Muin ^{1✉}, Mu'mina Kurniawati S. J. Kahar ¹ dan Rahmawati ²

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia.

² Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia.

✉ Email: salwa.muin@gmail.com

Info Artikel :	<input checked="" type="checkbox"/> Artikel Penelitian	<input type="checkbox"/> Artikel Pengabdian	<input type="checkbox"/> Riview Artikel		
Diterima :	22 Mei 2026,	Disetujui :	5 Juni 2026,	Publikasi On-Line :	7 Juni 2026

Abstract

This study aims to explore the psychological dynamics of adolescents who experience the loss of a mother figure (motherless) and to examine its impact on emotional, social, behavioral, and adaptive functioning. A qualitative case study approach was employed involving a 15-year-old male adolescent who had experienced maternal loss. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and psychological assessments using the Wechsler Bellevue Intelligence Scale (WB) and the Sacks Sentence Completion Test (SSCT). The findings indicate that the loss of a mother figure had a substantial impact on the adolescent's psychological well-being. The participant exhibited prolonged grief, feelings of loneliness, emotional insecurity, fear of losing significant family members, decreased academic motivation, and difficulties in emotion regulation. Furthermore, the adolescent demonstrated impairments in adaptive functioning, reflected in poor self-discipline, frequent tardiness at school, reduced academic engagement, and limited utilization of social relationships as sources of emotional support. Despite these challenges, the participant maintained a positive future orientation, expressed aspirations for personal success, and showed a strong desire to improve his life circumstances. The study also found that psychoeducational interventions focusing on academic motivation, growth mindset development, and positive behavioral adjustment contributed to increased emotional awareness and enhanced motivation. These findings highlight the importance of sustained emotional and psychosocial support from family members, schools, and the broader social environment to facilitate healthy psychological adjustment and resilience among adolescents coping with parental loss.

Keywords: *Motherless Adolescent; Psychological Dynamics; Emotional Regulation; Attachment; Grief Reaction.*

I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, emosional, sosial, dan psikologis yang kompleks (Meeus, 2023; Kroger dkk, 2020). Pada tahap ini, individu sedang berada dalam proses pencarian identitas diri, pembentukan konsep

diri, serta penyesuaian terhadap lingkungan sosial. Keberhasilan remaja dalam menjalani tugas-tugas perkembangan sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga, terutama kehadiran orang tua sebagai sumber dukungan emosional dan sosial. Salah satu bentuk dukungan keluarga yang paling penting adalah kehadiran ibu.

Ibu memiliki peran penting sebagai figur kelekatan utama yang memberikan rasa aman, kasih sayang, perhatian, serta dukungan emosional yang berkontribusi terhadap perkembangan psikologis yang sehat (Ali dkk, 2021; Branje, 2022). Kehilangan figur ibu karena kematian, perceraian, maupun kondisi lain yang menyebabkan tidak hadirnya peran keibuan dalam kehidupan remaja dapat mengganggu proses perkembangan tersebut dan menimbulkan berbagai konsekuensi psikologis (Van de Wiel & Van Lange, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, menurut teori attachment yang dikemukakan oleh Bowlby (1988), menjelaskan bahwa, hubungan emosional antara anak dan orang tua merupakan fondasi utama dalam perkembangan psikologis individu. Selain itu, kelekatan yang aman (secure attachment) berperan dalam membentuk rasa percaya diri, kestabilan emosi, serta kemampuan individu untuk menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Sebaliknya, hilangnya figur kelekatan dapat memunculkan perasaan kehilangan, kesedihan yang mendalam, kecemasan, dan kesulitan, dalam mengelola emosi (Gross, 2022; Zimmermann & Iwanski, 2021; Amira & Mastuti, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Ali, Letourneau, dan Benzies (2021) menunjukkan bahwa kelekatan (attachment) yang aman antara anak dan orang tua berpengaruh terhadap kesehatan mental yang lebih baik, kemampuan regulasi emosi yang optimal, serta fungsi sosial yang adaptif selama masa perkembangan. Sebaliknya, kelekatan (attachment) yang tidak aman berpotensi meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah psikologis dan perilaku maladaptif pada remaja.

Kondisi kehilangan ibu atau *motherless* menjadi salah satu pengalaman yang dapat mempengaruhi kualitas kelekatan (attachment) pada remaja. Ketidakhadiran figur ibu tidak hanya mengurangi sumber dukungan emosional, tetapi juga dapat mempengaruhi cara remaja memandang dirinya sendiri, orang lain, dan masa depannya (Shetty & Acharya, 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa remaja *motherless* lebih rentan mengalami perasaan kesepian, kecemasan, penurunan motivasi, serta kesulitan dalam menghadapi tekanan kehidupan, penelitian Flykt dkk (2021) menemukan bahwa kualitas kelekatan (attachment) pada remaja memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental dan perilaku berisiko. Remaja dengan kelekatan (attachment) yang tidak aman cenderung menunjukkan tingkat kerentanan yang lebih tinggi terhadap gangguan emosional, perilaku menyimpang, serta hambatan dalam proses penyesuaian diri. Selain itu, kehilangan

figur ibu juga dapat mempengaruhi kemampuan regulasi emosi remaja.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola, memahami, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Penelitian Amira dan Mastuti (2021) menemukan bahwa parent attachment memiliki hubungan positif dengan regulasi emosi pada remaja, di mana semakin baik hubungan *attachment* dengan orang tua, maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosi remaja. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa hilangnya figur ibu berpotensi menghambat perkembangan regulasi emosi, sehingga remaja lebih rentan mengalami kesedihan, kecemasan, kemarahan, maupun kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Menurut perspektif perkembangan psikososial Erikson (1968), masa remaja berada pada tahap *identity versus role confusion*, yaitu fase ketika individu berupaya membentuk identitas diri yang stabil melalui eksplorasi nilai, tujuan hidup, peran sosial, dan hubungan interpersonal. Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas perkembangan pada tahap ini akan menghasilkan identitas diri yang positif, rasa percaya diri, serta kemampuan mengambil keputusan secara mandiri. Sebaliknya, hambatan dalam proses tersebut dapat menimbulkan kebingungan peran, ketidakpastian masa depan, serta kesulitan memahami posisi diri dalam lingkungan sosial. Kehilangan ibu pada fase ini dapat menghambat proses pembentukan identitas diri dan mempengaruhi rasa percaya diri remaja. Remaja yang kehilangan figur ibu sering kali mengalami kebingungan peran, penurunan motivasi, serta kesulitan menentukan arah masa depan. Kondisi tersebut dapat berdampak pada menurunnya fungsi adaptif dalam kehidupan sehari-hari, seperti kurang disiplin, penurunan prestasi akademik, serta rendahnya keterlibatan sosial.

Kajian sebelumnya menunjukkan bahwa kehilangan figur orang tua memiliki dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis remaja. Kapoor, Panwar, dan Wason (2021) menjelaskan bahwa kurangnya attachment dan komunikasi dengan orang tua dapat memengaruhi kondisi psikososial remaja serta meningkatkan risiko munculnya perilaku negatif. Selain itu, penelitian Umemura dkk. (2021) menunjukkan bahwa pada masa remaja terjadi proses perpindahan attachment dari orang tua kepada teman sebaya atau pasangan, namun figur orang tua tetap memiliki pengaruh penting terhadap kestabilan emosi remaja. Oleh karena itu, kehilangan ibu

sebagai figur kelekatan utama tetap memberikan dampak emosional yang mendalam bagi remaja.

Hasil observasi dan asesmen pada subjek penelitian, ditemukan bahwa kehilangan figur ibu menyebabkan perubahan pada kondisi emosional dan perilaku remaja. Subjek menunjukkan kesedihan berkepanjangan, kecenderungan menyimpan perasaan, penurunan motivasi belajar, serta munculnya rasa takut kehilangan figur ayah. Selain itu, subjek mengalami penurunan kedisiplinan, sering terlambat sekolah, dan kurang optimal dalam memanfaatkan hubungan sosial sebagai sumber dukungan emosional. Kondisi tersebut menunjukkan adanya gangguan penyesuaian diri akibat proses berduka yang belum terselesaikan secara optimal.

Penelitian ini penting dilakukan karena kehilangan figur ibu (*motherless*) pada masa remaja tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga memengaruhi perkembangan sosial, akademik, dan perilaku sehari-hari. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji dampak kehilangan orang tua terhadap perkembangan psikologis remaja, kajian yang secara khusus mengeksplorasi dinamika psikologis remaja *motherless* dalam konteks sosial dan budaya Indonesia masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik keluarga, nilai budaya, dan sistem dukungan sosial yang berkembang di Indonesia dapat menghasilkan pengalaman psikologis yang berbeda dibandingkan dengan temuan pada konteks internasional. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan data empiris yang lebih spesifik mengenai kondisi psikologis remaja Indonesia yang kehilangan figur ibu, sehingga hasil penelitian menjadi lebih relevan dengan kondisi lokal. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan layanan konseling, intervensi psikologis, serta kebijakan pendukung yang berkelanjutan bagi remaja *motherless*. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika psikologis remaja yang mengalami kehilangan figur ibu (*motherless*) serta memahami dampak kehilangan tersebut terhadap aspek emosional, sosial, perilaku, dan fungsi adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

II. METODE PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan asesmen psikologis. Observasi digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku, interaksi sosial, serta kondisi emosional subjek dalam lingkungan

sekolah dan kehidupan sehari-hari. Wawancara semi terstruktur dilakukan kepada subjek dan guru untuk menggali informasi mengenai pengalaman kehilangan ibu, hubungan keluarga, kondisi emosional, perilaku sosial, serta perubahan fungsi akademik dan aktivitas keseharian subjek setelah kehilangan tersebut.

Asesmen psikologis dilakukan menggunakan *Wechsler Bellevue Intelligence Scale* (WB) dan *Sacks Sentence Completion Test* (SSCT). Tes WB digunakan untuk mengukur kemampuan intelektual subjek, meliputi kapasitas berpikir, pemahaman, penalaran, dan kemampuan pemecahan masalah. Sementara itu, SSCT digunakan untuk mengungkap dinamika kepribadian, konflik emosional, konsep diri, hubungan interpersonal, kebutuhan psikologis, serta sikap subjek terhadap diri dan lingkungannya. Kedua instrumen dipilih karena mampu memberikan informasi yang saling melengkapi mengenai aspek kognitif dan emosional yang berkaitan dengan dinamika psikologis remaja yang kehilangan figur ibu.

Prosedur penelitian diawali dengan identifikasi permasalahan melalui observasi awal dan wawancara pendahuluan. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan asesmen psikologis menggunakan WB dan SSCT untuk memperoleh data yang lebih mendalam mengenai kondisi subjek. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti melakukan analisis data secara deskriptif kualitatif. Proses analisis dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Analisis penelitian mengintegrasikan seluruh data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan asesmen psikologis. Integrasi data tersebut bertujuan untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai dinamika psikologis subjek. Hasil analisis kemudian digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kondisi psikologis subjek serta menjadi dasar dalam penyusunan intervensi psikologis yang sesuai dengan kebutuhan subjek penelitian.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika psikologis remaja yang mengalami kehilangan figur ibu (*motherless*). Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan asesmen psikologis menggunakan *Wechsler Bellevue Intelligence Scale* (WB) dan *Sacks Sentence Completion Test* (SSCT), ditemukan bahwa subjek mengalami kesedihan berkepanjangan, rasa kesepian, kecemasan, serta penurunan fungsi

adaptif setelah kehilangan ibu. Selain itu, subjek juga mengalami perubahan perilaku berupa penurunan motivasi belajar, kurang disiplin, dan kesulitan dalam mengelola emosi.

Kondisi Emosional Remaja Motherless

Hasil asesmen menunjukkan bahwa subjek mengalami kesedihan yang berkepanjangan, ditandai dengan perasaan kesepian dan ketakutan terhadap kehilangan figur ayah. Pada aspek ketakutan, subjek memperlihatkan tingkat kecemasan yang cukup tinggi terkait masa depan dan kemungkinan kehilangan orang-orang yang dicintainya. Subjek juga mengungkapkan kekhawatiran tidak mampu membahagiakan keluarga serta kecenderungan menangis sendirian ketika menghadapi perasaan sedih.

Temuan tersebut mengindikasikan adanya tekanan emosional yang cukup mendalam. Kondisi ini terlihat dari perasaan tidak aman (*insecurity*), kekhawatiran yang berlebihan, serta kecenderungan memendam emosi daripada mengekspresikannya kepada orang lain. Subjek juga menunjukkan keterikatan emosional yang kuat terhadap kenangan masa lalu ketika keluarganya masih utuh. Kondisi tersebut sejalan dengan pandangan Bowlby bahwa kehilangan figur kelekatan yang signifikan dapat menimbulkan respons emosional berupa kesedihan, kecemasan, dan rasa tidak aman yang berkelanjutan, terutama pada masa perkembangan remaja.

Kondisi Sosial dan Hubungan Interpersonal

Pada aspek hubungan sosial, subjek menunjukkan kemampuan menjalin relasi yang cukup baik dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, serta temuan dari *Sacks Sentence Completion Test* (SSCT) sebagai salah satu instrumen asesmen yang digunakan, subjek menunjukkan penghargaan terhadap hubungan pertemanan yang hangat, saling mendukung, dan penuh perhatian. Meskipun demikian, subjek cenderung memendam perasaan dan jarang mengungkapkan masalah yang dihadapi kepada orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tersedia belum dimanfaatkan secara optimal sebagai sumber dukungan emosional.

Hubungan subjek dengan figur ayah juga menunjukkan adanya kebutuhan emosional yang belum sepenuhnya terpenuhi. Subjek mengungkapkan perasaan kehilangan sosok yang dapat menjadi tempat berbagi cerita dan memperoleh perhatian setelah kepergian ibu. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa aspek hubungan emosional dan dukungan afektif masih

memerlukan perhatian serta penguatan lebih lanjut. Dengan demikian, meskipun subjek memiliki hubungan sosial yang relatif baik, kebutuhan akan kedekatan emosional dan dukungan psikologis masih menjadi area penting yang perlu diperhatikan dalam proses penyesuaian dirinya.

Penyesuaian Akademik dan Fungsi Adaptif

Pada aspek akademik dan fungsi adaptif, ditemukan adanya penurunan motivasi belajar, kedisiplinan, dan tanggung jawab akademik setelah kehilangan ibu. Subjek menjadi lebih sering terlambat ke sekolah, kurang konsisten dalam mengerjakan tugas, serta mengalami kesulitan dalam mengatur aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan adanya hambatan dalam proses penyesuaian diri yang turut memengaruhi fungsi adaptif dan performa akademik subjek.

Hasil pemeriksaan *Wechsler Bellevue Intelligence Scale* (WB) menunjukkan bahwa kemampuan intelektual subjek berada pada kategori *low average*. Temuan ini mengindikasikan bahwa subjek memerlukan arahan dan dukungan tambahan dalam proses belajar. Meskipun demikian, berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan asesmen psikologis, penurunan kondisi akademik subjek tampak lebih berkaitan dengan faktor emosional yang muncul setelah kehilangan figur ibu dibandingkan dengan keterbatasan kemampuan intelektual.

Temuan tersebut menunjukkan perlunya perhatian dan intervensi yang berfokus pada peningkatan kestabilan emosional serta motivasi belajar agar proses penyesuaian diri dapat berlangsung secara lebih optimal. Selain itu, dukungan psikososial dari keluarga, sekolah, dan lingkungan sekitar, disertai pendampingan dalam pengelolaan aktivitas sehari-hari, dapat membantu meningkatkan fungsi adaptif, kedisiplinan, dan keberhasilan akademik subjek.

Gambaran Konsep Diri dan Masa Depan

Hasil wawancara dan asesmen menunjukkan bahwa subjek masih memiliki harapan dan cita-cita untuk menjadi pribadi yang sukses serta mampu membahagiakan keluarganya di masa depan. Orientasi terhadap masa depan tersebut menunjukkan bahwa subjek tetap memiliki tujuan hidup dan keinginan untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Namun, harapan dan tujuan tersebut masih diwarnai oleh kebutuhan emosional yang kuat terhadap figur ibu. Subjek mengungkapkan kerinduan yang mendalam serta keinginan agar ibu masih hadir dalam kehidupannya, terutama pada saat

menghadapi kesulitan atau membutuhkan dukungan emosional.

Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa proses kehilangan yang dialami subjek masih memiliki pengaruh terhadap pembentukan konsep diri dan cara pandangnya terhadap masa depan. Kehadiran ibu tidak hanya dipersepsikan sebagai sumber kasih sayang, tetapi juga sebagai figur yang memberikan rasa aman, dukungan, dan motivasi dalam menjalani kehidupan. Oleh karena itu, ketidakhadiran figur ibu dapat menimbulkan perasaan kehilangan yang terus memengaruhi pemaknaan diri dan harapan subjek terhadap masa depan.

Meskipun demikian, subjek tetap menunjukkan keyakinan bahwa dirinya mampu berkembang menjadi individu yang lebih baik. Keyakinan tersebut terlihat dari adanya keinginan untuk belajar, mencapai cita-cita, dan memberikan kebahagiaan kepada keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa subjek masih memiliki aspek positif dalam konsep dirinya, seperti harapan, optimisme, dan motivasi untuk berkembang. Dalam perspektif psikologi perkembangan, kondisi tersebut dapat dipandang sebagai faktor protektif yang membantu remaja menghadapi tekanan psikologis dan beradaptasi dengan pengalaman kehilangan. Keberadaan faktor protektif ini menjadi modal penting dalam mendukung proses penyesuaian psikologis, meningkatkan resiliensi, serta membantu subjek membangun identitas diri yang lebih positif di masa depan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kehilangan figur ibu memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis remaja, khususnya pada aspek emosional, sosial, akademik, dan penyesuaian diri. Temuan ini sejalan dengan teori attachment Bowlby, J (1988), yang menjelaskan bahwa ibu merupakan figur kelekatan utama (*primary attachment figure*) yang berperan sebagai *secure base* bagi anak dan remaja. Konsep *secure base* merujuk pada keberadaan figur kelekatan yang memberikan rasa aman, perlindungan, dan dukungan emosional sehingga individu memiliki keyakinan untuk mengeksplorasi lingkungan, membangun hubungan sosial, serta menghadapi berbagai tantangan perkembangan. Kehilangan figur tersebut dapat mengurangi rasa aman psikologis dan meningkatkan kerentanan terhadap berbagai masalah emosional, seperti kesedihan, kecemasan, dan gangguan regulasi emosi (Van de Wiel & Van Lange, 2022).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami kesedihan berkepanjangan, rasa kesepian, serta ketakutan kehilangan figur ayah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa proses berduka yang dialami belum terselesaikan secara optimal. Shetty dan Acharya (2023) menjelaskan bahwa kehilangan orang tua pada masa remaja berhubungan dengan meningkatnya risiko depresi, kecemasan, dan gangguan penyesuaian diri. Ketidakstabilan emosi yang dialami subjek tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologisnya, tetapi juga berdampak pada aspek perkembangan lainnya. Perasaan sedih, cemas, dan tidak aman yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat mengurangi kemampuan remaja untuk menjalin hubungan sosial yang suportif, mempertahankan motivasi belajar, serta menjalankan fungsi adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa subjek cenderung memendam perasaan dan kurang terbuka dalam mengungkapkan kondisi emosional yang dialaminya. Pola tersebut berpotensi meningkatkan tekanan psikologis karena emosi negatif tidak memperoleh saluran ekspresi dan dukungan yang memadai. Ali, Letourneau, dan Benzies (2021) menjelaskan bahwa hubungan kelekatan yang aman dengan orang tua berperan penting dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi dan pembentukan hubungan interpersonal yang sehat. Ketika hubungan kelekatan terganggu akibat kehilangan ibu, remaja menjadi lebih rentan mengalami kesepian, kecemasan, serta kesulitan mencari dan menerima dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya.

Temuan pada aspek sosial menunjukkan bahwa subjek masih mampu menjalin hubungan yang cukup baik dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah. Meskipun demikian, hubungan sosial tersebut belum dimanfaatkan secara optimal sebagai sumber dukungan emosional ketika menghadapi kesedihan atau tekanan psikologis. Kondisi ini menjadi penting karena dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif yang dapat membantu remaja mengatasi stres, kehilangan, dan berbagai tuntutan perkembangan. Ketika hubungan sosial yang tersedia tidak dimanfaatkan sebagai sarana berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan emosional, beban psikologis cenderung dipendam dan dihadapi secara individual. Flykt dkk. (2021) menyatakan bahwa remaja dengan masalah *attachment* sering mengalami hambatan dalam memanfaatkan relasi sosial sebagai mekanisme *coping* terhadap stres dan kehilangan. Temuan tersebut sejalan dengan kondisi subjek yang

memiliki hubungan sosial yang relatif baik secara interpersonal, tetapi belum optimal dalam fungsi emosionalnya sebagai sumber dukungan dan penguatan psikologis.

Dampak emosional yang dialami subjek juga terlihat pada aspek akademik dan fungsi adaptif. Penurunan motivasi belajar, kedisiplinan, dan tanggung jawab akademik menunjukkan adanya hambatan dalam kemampuan *self-regulation*. Menurut teori *self-regulation* Bandura, kondisi emosional yang tidak stabil dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengontrol perilaku, mengatur waktu, menetapkan tujuan, dan mempertahankan motivasi. Dengan demikian, kesedihan, kecemasan, dan perasaan kehilangan yang dialami subjek tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan keterlibatan akademik dan kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari secara efektif. Temuan ini didukung oleh penelitian Pratiwi dan Fitriani (2023) yang menunjukkan bahwa remaja yang kehilangan figur orang tua cenderung mengalami penurunan motivasi akademik dan keterlibatan sekolah akibat tekanan emosional yang belum terselesaikan.

Teori perkembangan psikososial Erikson, masa remaja merupakan tahap *identity versus role confusion*, yaitu fase pencarian identitas diri. Kehilangan ibu pada fase ini dapat menghambat proses pembentukan identitas dan memunculkan kebingungan peran. Kapoor, Panwar, dan Wason (2021) menjelaskan bahwa kurangnya dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan risiko munculnya kebingungan identitas, perilaku maladaptif, dan rendahnya kepercayaan diri pada remaja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek masih memiliki harapan terhadap masa depan dan keyakinan untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Temuan ini mengindikasikan adanya faktor protektif berupa orientasi masa depan (*future orientation*), optimisme, dan keinginan untuk berkembang. Faktor-faktor tersebut berfungsi sebagai mekanisme koping yang membantu remaja menghadapi tekanan psikologis akibat kehilangan figur ibu. Keberadaan harapan dan tujuan hidup dapat memberikan arah serta motivasi bagi remaja untuk tetap beradaptasi dengan berbagai tantangan yang dihadapi.

Penelitian Umemura dkk. (2021) menjelaskan bahwa dukungan lingkungan sosial, khususnya dari guru dan teman sebaya, berperan penting dalam meningkatkan kemampuan adaptasi remaja setelah mengalami kehilangan. Dukungan sosial yang positif dapat memperkuat faktor protektif yang dimiliki remaja, sehingga

membantu mempertahankan motivasi, optimisme, dan keyakinan terhadap masa depan (Yusuf & Hidayati, 2022; Afrianti & Kustanti, 2021; Masten, 2021). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun remaja menghadapi berbagai tantangan psikologis akibat kehilangan figur ibu, keberadaan harapan serta dukungan sosial yang memadai dapat memperkuat proses penyesuaian diri dan meningkatkan resiliensi.

Intervensi berupa psikoedukasi mengenai motivasi belajar, *mindset*, dan kenakalan remaja menunjukkan dampak positif awal terhadap perubahan pola pikir dan motivasi subjek. Subjek mulai memahami pentingnya mengembangkan cara berpikir yang lebih adaptif serta menunjukkan kemauan untuk terus berkembang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dweck dan Yeager (2021) yang menyatakan bahwa *growth mindset* dapat membantu remaja meningkatkan resiliensi, motivasi belajar, serta kemampuan menghadapi tekanan psikologis. Dengan demikian, penguatan pola pikir yang positif dapat menjadi salah satu strategi yang mendukung proses pemulihan dan penyesuaian psikologis remaja yang mengalami kehilangan figur ibu.

IV. PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek masih memiliki harapan terhadap masa depan dan keinginan untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik. Dukungan sosial dari keluarga, sekolah, dan teman sebaya merupakan faktor penting yang dapat membantu proses penyesuaian diri remaja setelah kehilangan figur ibu. Intervensi berupa psikoedukasi memberikan dampak positif awal terhadap pola pikir, motivasi belajar, dan kesadaran diri subjek, sehingga pendampingan psikologis secara berkelanjutan diperlukan untuk membantu meningkatkan regulasi emosi dan fungsi adaptif remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kehilangan figur ibu perlu didorong untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan serta memanfaatkan hubungan sosial sebagai sumber dukungan emosional agar beban psikologis tidak dipendam sendiri. Pengembangan pola pikir yang adaptif dan keterlibatan dalam aktivitas akademik maupun sosial juga penting untuk mendukung proses penyesuaian diri. Peran keluarga, khususnya orang tua atau pengasuh yang masih ada, diperlukan dalam bentuk perhatian, komunikasi yang hangat, dan dukungan emosional yang konsisten. Sekolah dan guru juga diharapkan dapat memberikan pendampingan, penguatan positif, serta pemantauan terhadap perkembangan emosional dan akademik siswa.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan satu subjek dengan metode studi kasus, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak partisipan, menggunakan metode yang lebih beragam, serta mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi kondisi psikologis remaja yang kehilangan figur ibu, seperti resiliensi, strategi koping, dan dukungan sosial. Penelitian mengenai efektivitas berbagai bentuk intervensi psikologis juga perlu dilakukan guna mendukung proses pemulihan dan penyesuaian psikologis remaja secara lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, E., Letourneau, N., and Benzies, K. (2021). Parent-child attachment: A principle-based concept analysis. *SAGE Open Nursing*, 7: 1–11. DOI: <https://doi.org/10.1177/2377968>.
- Afrianti, N., & Kustanti, E. R. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja. *Jurnal EMPATI*, 10(4), 270–276.
- Amira, F. S., dan Mastuti, E. (2021). Hubungan antara parent attachment dengan regulasi emosi pada remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1 (1): 584–590. DOI: <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.237>.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.
- Branje, S. (2022). Development of parent-adolescent relationships: Conflict interactions as a mechanism of change. *Child Development Perspectives*, 16(2), 89–95.
- Dweck, C. S., and Yeager, D. S. (2021). Mindsets: A view from two eras. *Perspectives on Psychological Science*, 16 (3): 481–496. DOI: <https://doi.org/10.1177/1745691620964110>.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Flykt, M., Vänskä, M., Punamäki, R. L., Heikkilä, L., Tiitinen, A., Poikkeus, P., and Lindblom, J. (2021). Adolescent attachment profiles are associated with mental health and risk-taking behavior. *Frontiers in Psychology*, 12: 761864. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.761864>.
- Gross, J. J. (2022). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 33(1), 1–26.
- Kapoor, S., Panwar, K., and Wason, K. (2021). Psychosocial dynamics in attachment styles among adolescents. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 43 (2): 145–152. DOI: <https://doi.org/10.1177/0253717620986379>.
- Kroger, J., Martinussen, M., & Marcia, J. E. (2020). Identity status change during adolescence and young adulthood. *Journal of Adolescence*, 80, 1–10.
- Masten, A. S. (2021). Resilience of children in disasters and war. *Current Opinion in Psychology*, 43, 140–145.
- Meeus, W. (2023). Adolescent psychosocial development: A review. *Journal of Research on Adolescence*, 33(1), 17–34.
- Pratiwi, A., dan Fitriani, Y. (2023). Regulasi emosi pada remaja yang mengalami kehilangan figur orang tua. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 7 (1): 45–56. DOI: <https://doi.org/10.7454/jpki.v7i1.102>.
- Shetty, R., and Acharya, S. (2023). Psychological impact of parental loss among adolescents: A systematic review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 11: 100472. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100472>.
- Umemura, T., Lacinová, L., Juhová, D., Pivodová, L., and Cheung, H. S. (2021). Transfer of early to late adolescents' attachment figures in a multicohort six-wave study: Person- and variable-oriented approaches. *The Journal of Early Adolescence*, 41 (7): 1015–1042. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.07.003>.
- Van de Wiel, R., and Van Lange, P. A. M. (2022). An attachment perspective on loss and grief. *Current Opinion in Psychology*, 45: 101283. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101283>.
- Yusuf, M., dan Hidayati, N. (2022). Dukungan sosial dan penyesuaian diri remaja setelah kehilangan orang tua. *Jurnal Psikologi Insight*, 6 (2): 120–131. DOI: <https://doi.org/10.17509/insight.v6i2.45678>.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2021). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood. *Emotion Review*, 13(2), 89–101.

