STUDI FENOMENOLOGI TENTANG SELF-ESTEEM PADA REMAJA AKHIR KEHILANGAN IBU SECARA FISIK AKIBAT KEHILANGAN EMOSIONAL (EMOTIONAL ABSENCE)

Qonitah Taufiqoh[1], Dr. Khodijah, Dra., M.Si.[2], Puspa Arum Yasinatul, S.Ag., M.Ag.[3]
[1,2,3] Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya
[1]qonitataufiqo3@gmail.com, [2]uchykhadijah7@gmail.com,
[3]puspaarumy315@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to explore the experiences of self-esteem among late adolescents who experience maternal emotional absence. Emotional absence refers to a condition in which mothers remain physically present in their children's lives but provide limited emotional attention, acceptance, support, and responsiveness. This study employed a qualitative approach using a descriptive phenomenological design. Data were collected through direct interviews and written responses from participants. The data were analyzed by identifying relevant statements and grouping them into themes based on the participants' experiences. The findings revealed six main themes: mothers who are physically present but emotionally absent, emotional expression and achievements that are not validated, doubts about self-worth, emotional suppression and individual coping, early independence as a form of adjustment, and the search for alternative validation alongside longing for mothers. These experiences indicate that the lack of maternal emotional acceptance and responsiveness forms part of how adolescents perceive and interpret their own self-worth. The study concludes that a mother's physical presence does not necessarily reflect the emotional connection experienced by her child. However, these findings do not establish a causal relationship between emotional absence and self-esteem.

Keywords: emotional absence, self-esteem, late adolescence, mother, phenomenology

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman harga diri (*self-esteem*) pada remaja akhir yang mengalami ketidakhadiran emosional ibu (*maternal emotional absence*). Ketidakhadiran emosional merujuk pada kondisi ketika ibu tetap hadir secara fisik dalam kehidupan anaknya, tetapi hanya memberikan sedikit perhatian, penerimaan, dukungan, dan kepekaan emosional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara langsung dan tanggapan tertulis dari para partisipan. Data dianalisis dengan mengidentifikasi pernyataan-pernyataan yang

relevan dan mengelompokkannya ke dalam beberapa tema berdasarkan pengalaman partisipan. Hasil penelitian mengungkapkan enam tema utama: ibu yang hadir secara fisik tetapi absen secara emosional, ekspresi emosional dan pencapaian yang tidak divalidasi, keraguan terhadap nilai diri, penekanan emosi dan koping individu, kemandirian dini sebagai bentuk penyesuaian diri, serta pencarian validasi alternatif diiringi kerinduan akan sosok ibu. Pengalaman-pengalaman ini menunjukkan bahwa kurangnya penerimaan dan kepekaan emosional dari ibu turut membentuk cara remaja memandang dan memaknai harga diri mereka sendiri. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kehadiran fisik seorang ibu tidak selalu mencerminkan keterikatan emosional yang dirasakan oleh anaknya. Namun, temuan ini tidak menetapkan adanya hubungan sebab-akibat (*kausal*) antara ketidakhadiran emosional dan harga diri.
Kata Kunci: ketidakhadiran emosional, harga diri, remaja akhir, ibu, fenomenologi.

A. Pendahuluan

Rumah yang utuh sering dianggap otomatis menjadi tempat paling aman bagi remaja untuk bertumbuh. Anggapan ini muncul karena masyarakat cenderung menilai kesejahteraan keluarga dari hal-hal yang kasatmata: apakah orang tua lengkap, apakah kebutuhan materi terpenuhi, serta apakah rumah tangga terlihat harmonis dari luar. Padahal, keutuhan struktur keluarga tidak selalu berbanding lurus dengan keutuhan relasi emosional di dalamnya. Penelitian tentang relasi keluarga menunjukkan bahwa kualitas hubungan antara orang tua dan remaja, misalnya kedekatan (*bonding*) dan komunikasi, berkaitan dengan *self-esteem* remaja (Elmanora et al., 2023; Rusdiana, 2022). Ada kondisi yang jauh lebih sulit dikenali karena tidak meninggalkan tanda fisik apa pun, yaitu ketika seorang ibu hadir setiap hari di rumah, memenuhi kebutuhan makan, sekolah, dan tempat tinggal anak, tetapi tidak hadir secara emosional. Kondisi inilah yang disebut *emotional absence* atau ketidakhadiran emosional. Dalam kerangka *ambiguous loss*, keadaan ini tergolong ketidakhadiran psikologis yang disertai kehadiran fisik, berbeda dari ketidakhadiran fisik seperti kematian atau perceraian orang tua (Boss, 1999). Kondisi tersebut juga telah dikaji pada remaja akhir yang merasa kurang memperoleh *emotional availability* dari orang tuanya (Rahmalilla et al., 2022).

Secara psikologis, fase remaja akhir merupakan periode ketika seseorang berada di ambang transisi menuju usia dewasa, secara aktif

menuntut otonomi diri sekaligus berada dalam tahap pencarian identitas (Arnett, 2000). Pada fase ini, individu memiliki kemampuan kognitif yang lebih kompleks untuk merefleksikan dan mengevaluasi kualitas hubungan dengan figur terdekatnya, termasuk menilai seberapa berharga dirinya. Penilaian individu terhadap nilai dirinya inilah yang dimaksud dengan *self-esteem* (Rosenberg, 1965). Dalam teori kelekatan, figur pengasuh yang responsif berfungsi sebagai *secure base* bagi perkembangan anak (Bowlby, 1988), sehingga kehangatan ibu dapat menjadi salah satu sumber pengalaman yang dipakai remaja untuk menilai dirinya. Ketika kehangatan ini tidak dirasakan meskipun ibu secara fisik ada di rumah, individu dapat mengalami apa yang dalam penelitian ini disebut *emotional motherlessness*: memiliki ibu, tetapi merasa yatim secara emosional. *Interpersonal Acceptance-Rejection Theory* (IPARTheory) menjelaskan bahwa persepsi ditolak oleh orang tua dapat terjadi tanpa kekerasan fisik maupun verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri yang negatif (Rohner, 2004, 2021).

Dalam konteks penelitian ini, subjek difokuskan pada remaja akhir yang tinggal serumah dengan ibu kandung. Remaja akhir umumnya berada pada rentang usia 18–21 tahun (Monks et al., 2006). Pada tahap ini, individu sudah memiliki kematangan refleksi untuk menilai hubungan emosional dengan ibunya, sementara secara struktural mereka masih berada dalam satu atap dan berinteraksi intens, sehingga dinamika *emotional absence* dapat dirasakan langsung dalam kehidupan sehari-hari.

Pengalaman ketidakhadiran emosional ibu perlu diperhatikan karena hubungan ibu dan anak tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga dengan perkembangan psikologis anak. Perhatian, penerimaan, dan dukungan ibu dapat menjadi bagian dari pengalaman anak dalam membangun pandangan terhadap dirinya. Sebaliknya, pengalaman ketika perasaan tidak didengarkan, pencapaian tidak dihargai, atau kebutuhan emosional tidak direspons berkaitan dengan cara individu memaknai keberhargaan dirinya. Sejumlah penelitian kuantitatif menunjukkan keterkaitan antara

kedekatan atau pola asuh orang tua dengan *self-esteem* dan kondisi psikologis remaja (Elmanora et al., 2023; Peng et al., 2021; Rusdiana, 2022), dan kelekatan orang tua juga dikaji bersama *self-esteem* dalam konteks kesepian remaja (Abdullah et al., 2026).

Persoalan tersebut relevan dikaji pada masa remaja akhir, yaitu ketika individu membentuk identitas, memahami dirinya, dan membangun hubungan yang lebih mandiri dengan lingkungan sosial (Arnett, 2000). Pengalaman dalam keluarga, termasuk hubungan emosional dengan ibu, dapat menjadi salah satu bagian dari proses individu memahami dan menilai dirinya. Oleh karena itu, pengalaman remaja akhir yang memiliki ibu secara fisik, tetapi merasa tidak memperoleh kedekatan emosional darinya, penting dipahami lebih mendalam.

Kajian tentang hubungan orang tua dan anak telah membahas pentingnya penerimaan, kehangatan, dan dukungan emosional dalam perkembangan psikologis, sedangkan teori kelekatan menjelaskan bahwa responsivitas pengasuh berkaitan dengan rasa aman dan cara individu membangun hubungan dengan orang lain (Bowlby, 1988). Meskipun demikian, temuan kuantitatif tentang pengasuhan dan harga diri belum menjelaskan bagaimana individu mengalami dan memaknai ketidakhadiran emosional ibu ketika ibu masih berada dalam kehidupan sehari-hari. Studi kualitatif tentang remaja akhir yang kurang memperoleh *emotional availability* dari orang tua telah dilakukan (Rahmalilla et al., 2022); penelitian ini menelusuri celah yang lebih spesifik, yaitu pengalaman subjektif remaja akhir dalam memaknai harga dirinya di tengah hubungan dengan ibu yang dirasakan kurang hadir secara emosional.

Selain dipahami sebagai pengalaman psikologis individu, ketidakhadiran emosional ibu juga dapat dilihat dalam konteks fungsi keluarga. Keluarga tidak hanya memiliki fungsi pemenuhan kebutuhan ekonomi dan sosialisasi, tetapi juga fungsi afeksi, yaitu memberikan kasih sayang, penerimaan, dan dukungan emosional kepada anggotanya. Ketika kebutuhan afeksi tidak terpenuhi, hubungan dalam keluarga dapat tetap

terlihat berjalan secara struktural, tetapi individu di dalamnya mungkin mengalami kekosongan dalam relasi emosional. Perspektif ini memberikan konteks sosial bagi penelitian (Prayoga & Defriyanto, 2026), tanpa mengabaikan pengalaman pribadi partisipan sebagai fokus utama kajian.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengeksplorasi pengalaman *self-esteem* pada remaja akhir yang mengalami ketidakhadiran emosional dari ibu kandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif untuk menggali bagaimana partisipan mengalami, merasakan, dan memaknai keberhargaan dirinya dalam hubungan dengan ibu. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman ketidakhadiran emosional ibu dan dinamika harga diri pada remaja akhir.

B. Metode Penelitian

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk memahami pengalaman subjektif remaja akhir yang mengalami ketidakhadiran emosional ibu (emotional absence), khususnya dalam memaknai keberhargaan diri (self-esteem). Fokus penelitian diarahkan pada pengalaman partisipan ketika ibu hadir secara fisik dalam kehidupan sehari-hari, tetapi dirasakan kurang memberikan perhatian, penerimaan, dukungan, dan respons emosional.

B. Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian dipilih berdasarkan kesesuaian pengalaman dengan fokus penelitian. Penelitian ini melibatkan dua partisipan, yaitu P2 dan P1. Keduanya dipilih karena memiliki pengalaman yang berkaitan dengan ketidakhadiran emosional ibu. Identitas partisipan disamarkan untuk menjaga kerahasiaan informasi pribadi.

C. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung dan jawaban tertulis dari partisipan. Kedua cara tersebut digunakan untuk

memperoleh informasi mengenai pengalaman hubungan emosional dengan ibu, respons ibu terhadap kebutuhan emosional, serta pengalaman partisipan dalam memandang dan menilai dirinya sendiri. Data yang diperoleh kemudian ditelaah berdasarkan keterkaitannya dengan fokus penelitian.

D. Analisis Data

Data dianalisis dengan menelaah jawaban partisipan, mengidentifikasi pernyataan yang berkaitan dengan pengalaman ketidakhadiran emosional ibu, kemudian mengelompokkan pernyataan tersebut ke dalam tema-tema yang menggambarkan pengalaman partisipan. Analisis diarahkan untuk memahami makna pengalaman partisipan, bukan untuk membuktikan hubungan sebab-akibat antara ketidakhadiran emosional ibu dan self-esteem.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan (Huruf 12 dan Ditebalkan)

Analisis data menghasilkan enam tema yang muncul pada kedua partisipan: (1) ibu ada tetapi tidak hadir secara emosional, (2) emosi dan prestasi yang tidak divalidasi, (3) keraguan terhadap keberhargaan diri, (4) penekanan emosi dan koping soliter, (5) kemandirian dini sebagai bentuk penyesuaian, dan (6) pencarian validasi pengganti disertai kerinduan terhadap ibu. Setiap tema diuraikan menurut pengalaman P1 dan P2 secara terpisah. Persamaan dan perbedaan keduanya dirangkum pada Tabel 1.

Tema 1. Ibu ada tetapi tidak hadir secara emosional

P1. P1 menyebut hubungannya dengan ibu “baik-baik saja, namun jarang sekali berkomunikasi bahkan tidak pernah sama sekali”, dan interaksi dalam seminggu hanya bisa dihitung jari. Perasaan ini mulai ia rasakan sejak ibunya menikah lagi pada tahun 2022. Pengalaman yang paling membekas adalah ketika ia dirawat di rumah sakit selama empat hari empat malam dan ibunya meninggalkannya selama dua malam “karena suaminya yang rewel”. Ia mengaku tidak dapat mengingat satu pun momen ketika ibunya benar-benar hadir untuknya.

P2. P2 tinggal serumah dengan kedua orang tuanya, tetapi sejak kecil tidak terbiasa menceritakan hal sekecil apa pun kepada ibunya. Ia merasakan ibunya “ada di rumah tapi

gak ada secara emosional", dan menyebut hubungan itu "cukup baik, tapi hanya sekedarnya".

Tema 2. Emosi dan prestasi yang tidak divalidasi

P1. P1 menyampaikan bahwa ketika ia ingin menceritakan banyak hal, ibunya menerimanya "dengan rasa emosi marah ataupun perspektif yang berbeda". Ia juga merasakan kasih sayang ibunya tidak setara dengan yang diberikan kepada saudara-saudaranya.

P2. P2 menceritakan bahwa setiap kali ia mengungkapkan perasaannya sampai menangis, ibunya menjawab bahwa ia sudah besar dan seharusnya mampu mengontrol dirinya. Prestasinya di tingkat internasional tidak dipercaya oleh ibunya. Ketika ia hendak merayakan ulang tahun ibunya, ibunya menolak dengan alasan belum waktunya, dan kue yang dibawa dibiarkan tanpa disentuh. Sejak itu ia "trauma dengan ulang tahunku", karena merasa ulang tahun merepotkan dan tidak pantas dirayakan. Ia menyimpulkan bahwa dirinya "sering kali diremehkan sampai akhirnya kurang percaya diri".

Tema 3. Keraguan terhadap keberhargaan diri

P1. Pada P1, perasaan kurang layak dicintai atau diperhatikan muncul sedikit sejak ayahnya meninggal, lalu "semakin besar saat mengenal cinta dan punya pasangan", khususnya ketika ia diabaikan oleh kekasih pertamanya.

P2. Pada P2, perasaan itu sudah ada sejak kecil. Ketika seseorang memberinya perhatian lebih, ia merasa tidak pantas menerimanya dan berusaha membalas lebih dari yang ia terima, kebiasaan yang masih berlanjut sampai kini.

Tema 4. Penekanan emosi dan koping soliter

P1. P1 menghadapi perasaannya dengan "menangis kadang ya marah-marah ga jelas". Ia juga cenderung menutup diri dan sulit menceritakan pengalaman pribadi kepada keluarga.

P2. P2 hanya menangis. Ia semakin jarang menyampaikan apa yang ia rasakan setelah tangisannya dicela. Ia mengaku "bisa banyak bohong" kepada ibunya karena lebih nyaman dengan cara itu, dan lebih memilih keluar sendirian ke mana-mana.

Tema 5. Kemandirian dini sebagai bentuk penyesuaian

P1. P1 terbiasa hidup sendirian di rumah, memasak, dan makan sendiri, meskipun ibunya sesekali membantu membersihkan rumah atau menawarkan nasi tanpa lauk. Di mata orang lain ia dianggap "sabar, kuat, dan telaten", "namun, nyatanya diri ini suka nangis di malam hari, dan sering capek dengan kewajiban dan tanggung jawab yang ada". Ia berharap dapat mandiri secara finansial.

P2. P2 menguatkan dirinya dengan kalimat penyemangat bahwa "hidup gak selalu di kaki orang tuamu, dan jika kekurangan kasih sayang itu buat kamu makin bergerak ya sudah gak apa-apa". Ia berharap suatu hari tidak lagi bergantung pada orang tuanya dan dapat mandiri secara finansial.

Tema 6. Pencarian validasi pengganti dan kerinduan terhadap ibu

P1. P1 merasa diterima ketika "dipedulikan, diperhatikan, ditanya kabar, ataupun sekedar ditanyain sudah makan atau belum". Pesannya untuk ibu adalah rasa sayang, disertai keinginan agar dimengerti, "disamaratakan rasa kasihnya" dengan saudara-saudaranya, dan didengar, bukan hanya menjadi pendengar keluh kesah ibu. Ia juga memahami bahwa perbedaan generasi dan kurangnya saling memahami ikut berperan dalam jarak tersebut.

P2. P2 merasa diterima oleh pasangannya dan oleh sepupu-sepupu yang seusia dengannya. Ia ingin ibunya tahu bahwa ia tidak seburuk yang diprasangkakan dan bahwa masukan yang ia berikan lahir dari kepeduliannya. Pada kedua partisipan, rasa sayang dan rasa sakit hati terhadap ibu hadir bersamaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakhadiran emosional ibu tidak selalu ditandai dengan terpisahnya tempat tinggal atau terputusnya hubungan. Pada kedua partisipan, ibu tetap menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, tetapi hubungan yang terjalin belum memberi ruang komunikasi, keterbukaan, dan dukungan emosional yang dibutuhkan. Temuan ini memperlihatkan perbedaan antara keberadaan orang tua secara fisik dan keterlibatan emosionalnya. Perbedaan tersebut dapat dipahami melalui IPARTheory, yang

menyatakan bahwa penerimaan orang tua diwujudkan melalui kehangatan, kasih sayang, perhatian, dan dukungan emosional, tidak hanya melalui pemenuhan kebutuhan fisik (Rohner, 2004, 2021). Penelitian kuantitatif juga melaporkan bahwa kualitas hubungan orang tua dan remaja berkaitan dengan *self-esteem* dan kondisi psikologis remaja (Elmanora et al., 2023; Peng et al., 2021). Penelitian ini melengkapi temuan tersebut dengan menunjukkan bagaimana hubungan itu dialami dan dimaknai secara subjektif oleh partisipan, tanpa menguji hubungan sebab-akibat.

Pengalaman "ada tetapi tidak hadir" (Tema 1) sejalan dengan konsep *ambiguous loss*, yaitu kehilangan yang kabur dan tidak memiliki penyelesaian yang jelas karena sosok yang dirindukan masih ada secara fisik (Boss, 1999). Karena ibunya masih ada, kedua partisipan sulit menyebut apa yang hilang, padahal yang hilang adalah kehadiran emosional. Dengan demikian, kondisi *motherless* tidak hanya berlaku ketika ibu meninggal, tetapi juga ketika ibu tidak dapat diakses secara emosional. Kurangnya *emotional availability* orang tua pada remaja akhir juga menjadi fokus Rahmalilla et al. (2022).

Respons ibu P2 yang meminta ia mengontrol tangisannya (Tema 2) dapat dikategorikan sebagai sikap *emotion dismissing*, yaitu menyepelekan atau menghentikan ekspresi emosi anak. Sikap ini dalam konsep *meta-emotion* orang tua dibedakan dari *emotion coaching*, yaitu menerima dan membimbing emosi anak (Gottman et al., 1996). Respons marah atau berbeda perspektif yang dialami P1 juga dirasakan sebagai kurangnya penerimaan. Ketika ekspresi diri direspons demikian, partisipan menyimpulkan bahwa dirinya kurang dihargai, seperti P2 yang merasa "diremehkan sampai akhirnya kurang percaya diri". Temuan ini sejalan dengan pendapat bahwa kritik yang berulang dapat menurunkan rasa percaya diri anak, sedangkan penghargaan atas usahanya dapat menumbuhkannya (Macarau & Stevanus, 2022). Namun, kajian tersebut dilakukan pada anak usia dini sehingga perlu dibaca hati-hati untuk remaja akhir.

Menurut teori kelekatan, pengalaman berulang dengan figur

lekat yang tidak responsif dapat membentuk keyakinan dasar bahwa diri tidak layak diperhatikan (Bowlby, 1988), dan dalam IPARTheory persepsi tidak diterima orang tua berkaitan dengan evaluasi diri yang negatif (Rohner, 2004). Rasa berarti (*mattering*) yang diperoleh dari penerimaan dan perhatian orang penting merupakan salah satu fondasi harga diri (Rosenberg & McCullough, 1981); pada kedua partisipan (Tema 3), fondasi inilah yang tampak paling rapuh. Perilaku P2 membalas kebaikan secara berlebihan dapat dipahami sebagai upaya "membayar" perhatian yang dianggap tidak layak ia terima, dan menguatnya keraguan P1 setelah diabaikan kekasih pertamanya dapat dibaca sebagai terbukanya kembali pengalaman kurang diperhatikan. Pembacaan ini bersifat tematik dan tidak dimaksudkan sebagai diagnosis gaya kelekatan, karena gaya kelekatan tidak diukur dengan instrumen khusus dalam penelitian ini.

Kecenderungan partisipan mengurangi keterbukaan dan mengatasi perasaan sendirian (Tema 4) dapat dipahami sebagai penyesuaian terhadap hubungan yang dirasakan kurang memberi rasa aman untuk mengekspresikan emosi. Ketika ekspresi emosi dibalas dengan penolakan atau celaan, menyimpan perasaan dapat terasa lebih aman daripada mengungkapkannya, sehingga emosi muncul sebagai tangisan sendirian atau kemarahan yang tidak terarah. Pola ini juga dapat mempersempit kesempatan ibu mengenal kondisi batin anaknya sehingga jarak emosional bertahan. Pembacaan ini bersifat interpretatif dan perlu diuji pada penelitian lain.

Kemandirian dini pada kedua partisipan (Tema 5) dapat dibaca melalui dua dimensi *self-esteem*, yaitu kompetensi (*self-competence*) dan keberhargaan (*self-liking*) (Tafarodi & Swann, 2001). Kompetensi praktis kedua partisipan berkembang, tetapi tampak sebagai kompensasi atas ketidakhadiran ibu dan tidak otomatis disertai rasa berharga. Jarak antara citra yang ditampilkan P1 (kuat dan tegar) dan kondisi yang dirasakannya (lelah dan rapuh) menunjukkan bahwa kemandirian itu lahir dari keharusan, bukan dari rasa aman. Pada remaja akhir, kemandirian dari orang tua memang bagian dari tugas perkembangan (Arnett, 2000); yang

membedakan di sini adalah kondisi yang melatarinya.

Rasa diterima dan berharga pada kedua partisipan banyak bersumber dari luar hubungan dengan ibu, yaitu pasangan, sepupu seusia, dan orang yang memberi perhatian (Tema 6). Ketergantungan rasa berharga pada perhatian orang lain sejalan dengan konsep *contingencies of self-worth*, yaitu harga diri yang bergantung pada bidang tertentu, termasuk penerimaan pihak lain, sehingga mudah naik turun mengikuti respons mereka (Crocker & Wolfe, 2001). Hal ini dapat menjelaskan mengapa pengabaian oleh pasangan terasa sangat menyakitkan bagi P1 dan mengapa P2 merasa harus membalas setiap perhatian secara berlebihan. Pada saat yang sama, kerinduan terhadap ibu tetap kuat dan rasa sayang hadir bersamaan dengan rasa sakit hati, sehingga hubungan dengan ibu bersifat ambivalen, tidak sekadar negatif.

Kedua partisipan menunjukkan enam tema yang sama, tetapi dengan jalur pengalaman yang berbeda. Pengalaman P1 berkaitan dengan peristiwa dalam keluarga, yaitu meninggalnya ayah dan pernikahan kembali ibu, serta perbandingan kasih sayang dengan saudara. Pengalaman P2 berlangsung sejak kecil dan tampak dalam respons ibu terhadap tangisan dan prestasinya. Perbedaan ini menunjukkan bahwa ketidakhadiran emosional dapat dialami melalui jalur yang beragam, sehingga temuan tidak dapat digeneralisasi dan perlu diuji pada partisipan dengan latar yang lebih beragam.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pengalaman *emotional absence* ibu pada remaja akhir tidak hanya berkaitan dengan kurangnya komunikasi, tetapi juga dengan terbatasnya penerimaan, perhatian, dan respons emosional yang dibutuhkan dalam hubungan ibu dan anak. Pengalaman tersebut dimaknai melalui perasaan kurang dihargai, keraguan terhadap keberhargaan diri, kesulitan mengungkapkan emosi, serta kecenderungan mencari penerimaan dari orang lain. Di sisi lain, partisipan juga menunjukkan upaya membangun kemandirian dan mengembangkan cara untuk menghadapi perasaan yang dialami. Temuan ini memperlihatkan bahwa

kehadiran ibu secara fisik tidak selalu disertai dengan keterhubungan emosional yang dirasakan oleh anak.

Kedua partisipan menunjukkan enam tema yang sama, tetapi dengan latar dan jalur pengalaman yang berbeda. Pada P1, pengalaman dikaitkan dengan pernikahan kembali ibu dan perbandingan kasih sayang dengan saudara, sedangkan pada P2 pengalaman berlangsung sejak kecil dan tampak pada respons ibu terhadap tangisan dan pencapaiannya. Bagi praktik konseling, temuan ini mengisyaratkan pentingnya menilai kualitas hubungan emosional dalam keluarga, bukan hanya kelengkapan atau komposisi keluarga.

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa kualitas hubungan emosional antara ibu dan anak merupakan bagian penting dalam pengalaman remaja memaknai dirinya. Namun, temuan penelitian ini tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa *emotional absence* secara langsung menyebabkan rendahnya *self-esteem*, karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif partisipan dan tidak menguji hubungan sebab-akibat. Keterbatasan penelitian terletak pada jumlah partisipan yang terbatas dan cakupan pengalaman yang belum dapat mewakili seluruh remaja akhir. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat melibatkan lebih banyak partisipan dengan latar belakang pengalaman yang beragam agar pemahaman mengenai *emotional absence* ibu dan pemaknaan *self-esteem* pada remaja menjadi lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, Salsabila, Dinda Aisha, and Yuwono Pratomo. 2026. "Kesepian Pada Remaja Pengguna Media Sosial: Menilik Kelekatan Orang Tua Dan Self-Esteem." *Science and Education Journal* 5 (3): 1626–42.

Adminpintarharati. 2022. "Status Sosial Dan Relasi Keluarga Pada Self-Esteem Remaja." *Pintar Harati : Jurnal Pendidikan Dan Psikologi* 18 (1): 89–100. https://doi.org/10.36873/jph.v18i1.5037.

Agustriani, Dewi, and Linda Auliyatul Fauziyah. 2022. "Pengembangan Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Menuju Insan Kamil Perspektif

Ary Ginanjar Agustian." *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science* 6 (2): 121–36. https://doi.org/10.30762/happiness.v6i2.557.

Anelvi Novita Sari, and Maskhairani Harahap. 2026. "Hubungan Self Esteem Dengan Kecemasan Pada Ibu Muda Berbasis Proyek Pada Masyarakat Ibu Muda Di Rambah Samo." *Jurnal Ragam Pengabdian* 3 (1 (Spesial Issue)): 817–25. https://doi.org/10.62710/z7m38t03.

Bachri, Sjaiful, and Suharnan Suharnan. 2014. "Kecerdasan Emosi, Persepsi Terhadap Pendidikan Karakter Cinta Damai Dan Penyesuaian Diri Remaja." *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia* 3 (01): 52–64. https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.369.

Fariza Md. Sham. 2005. "Tekanan Emosi Remaja Islam." *Islamiyyat* 27 (1): 3–23.

Fauziah, Nandita, Ratna Sari Dinaryanti, Nila Rostarina, Mahasiswa STIKes PERTAMEDIKA, Program S Studi, and Program Studi Keperawatan STIKes PERTAMEDIKA. 2025. "Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Dan Citra Tubuh Pada Siswa SMPN 164 Jakarta Selatan." *Journal of Bionursing* 7 (2): 104–16. https://jos.unsoed.ac.id/index.php/job/article/view/12848.

George, Carol. n.d. "Attachment Theory."

Giorgi, Amedeo. 2009. "Professional Marginalization in Psychology: Choice or Destiny?," 131–57. https://doi.org/10.1007/978-0-387-88499-8_4.

Lestari, A.P., & Dwi, I. P.(2023). 2024. "Attachment Theory" 2 (04): 306–12.

Macarau, Vivilia Vivone Vriska, and Kalis Stevanus. 2022. "Peran Orangtua Dalam Upaya Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak Usia Dini." *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership* 3 (2): 153–67. https://doi.org/10.47530/edulead.v3i2.113.

Octoviany, Christine, Hery Winoto, Takim Andriono, and Soegeng Wahyoedi. 2024. "Pengaruh Pola Asuh Demokratis Orang Tua Pada Ketahanan Anak Sekolah Dasar Mengatasi Perundungan Di Denpasar." *Satya Widya* 40 (1): 49–61. https://doi.org/10.24246/j.sw.2024.v40.i1.p49-61.

Penerimaan, Gambaran, R E M Aja, and Perem Uan. 2022. "Gambaran Penerimaan Diri Remaja Perempuan Fatherless Di Desa Nagur Kecamatan Tanjung Beringin."

Peng, Biao, Ningning Hu, Huiying Yu, Hanshi Xiao, and Jie Luo. 2021. "Parenting Style and Adolescent Mental Health: The Chain Mediating Effects of Self-Esteem and Psychological Inflexibility." *Frontiers in Psychology* 12 (October 2021): 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.738170.

Prayoga, Karel Aditya, and Defriyanto Defriyanto. 2026. "The Mediating Role of Parent–Adolescent Attachment in the Relationship between Positive Parenting Practices and Adolescent Social Adjustment: A Systematic Literature Review." *Counsenesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling* 7 (1): 106–22. https://doi.org/10.36728/cijgc.v7i1.6487.

Rahmalilla, Aiko, Ananda Susanto, and Fitrania Maghfiroh. 2022. "Studi Tentang Pengalaman Remaja Akhir Yang Tidak Mendapatkan Emotional Availability Dari Orang Tua Late Adolescents' Experiences of Lacking Parental Emotional Availability." *Character : Jurnal Penelitian Psikologi* 12 (01): 440–51. https://doi.org/10.26740.cjpp.v12n1.p440-451.

Rohner, Ronald P. 2021. *Introduction to Interpersonal Acceptance-Rejection Theory (IPARTheory) and Evidence Introduction to Interpersonal Acceptance-Rejection Theory (IPARTheory) And*. Vol. 6.

Studies in Applications of Psychology and Counseling in Asian Context. n.d.

Sumbula, Muhammad Khoirul Afif,

and Eny Fatimatuszuhro Pahlawati. 2022. “Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Spiritual Menurut Dr. Ary Ginanjar Agustian.” *Sumbula: Jurnal Studi Keagamaan, Sosial Dan Budaya* 7 (2): 260–72. https://doi.org/10.32492/sumbula.v7i2.5113.

Tumanggor, Raja Oloan, Samantha Gloria, Nata Charis, Cut Nazira, Al Hafitdzah, and Universitas Tarumanagara Jakarta. 2026. “PARA REMAJA AWAL DI RPTRA X” 5 (3): 63–73.