

GAMBARAN SELF-EFFICACY PADA WANITA KORBAN MOM SHAMING

**Rosita Amelia
Sri Respati Andamari**

Program Studi Psikologi
Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: ameliarosita2212@gmail.com

ABSTRAK

Self-efficacy merupakan keyakinan optimis individu akan kemampuannya menyelesaikan tugas dengan baik dan mencapai hasil yang diharapkan. Salah satu hal yang dapat mempengaruhi self-efficacy pada ibu baru yaitu praktik mom shaming. Mom shaming adalah pemberian kritik yang tidak membangun dari orang lain terkait pengasuhan yang dipilih oleh seorang ibu, sehingga menurunkan keyakinan diri pada ibu baru akan kemampuan yang dimilikinya. Teori yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada tiga aspek Self-Efficacy dari Bandura (1997) yang meliputi; level, strength, dan generality. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran self-efficacy pada wanita korban mom shaming dengan melibatkan tiga orang subjek dan tiga significant others. Kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu; wanita berusia 20-30 tahun, pernah mendapatkan mom shaming, pertama kali memiliki anak, dan usia anak 0-5 tahun. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan teknik purposive sampling atau berdasarkan pertimbangan tertentu seperti batasan karakteristik dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Kemudian teknik analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian ini yaitu; 1) Ketiga subjek memiliki self-efficacy yang kuat dibuktikan dengan terpenuhinya aspek level, strength, dan generality. 2) Ketiga subjek menggunakan pengalaman akan penguasaan pada tugas-tugas sebagai seorang ibu dan pengamatan terhadap model sosial sebagai sumber pembentukan self-efficacy-nya. 3) Dukungan sosial dari orang terdekat terutama suami mampu meningkatkan self-efficacy ketiga subjek dalam mengatasi mom shaming, sehingga subjek mampu menjalankan peran sebagai ibu dengan baik.

Kata Kunci: Ibu Baru, Mom Shaming, Self-Efficacy

SELF-EFFICACY IN WOMAN VICTIMS OF MOM SHAMING

Rosita Amelia
Sri Respati Andamari

Department of Psychology
Faculty of Business & Humanities
University of Technology Yogyakarta
Email: ameliarosita2212@gmail.com

ABSTRACT

Self-efficacy is an individual's optimistic belief that they can successfully complete tasks and achieve desired outcomes. One of the factors that can influence a young mother's self-efficacy is the so-called-mom shaming. Mom shaming is when a mother receives unconstructive criticism from others regarding her mother's parenting decisions, which weaken her confidence in her own abilities. The theory of this study is related to Bandura's (1997) three dimensions of self-efficacy; level, strength, and generality. This study aims to describe the self-efficacy of woman who are victims of mom shaming, using three research subjects and three significant others. The target population for this study were woman aged between 20-30 years, those who have experienced mom shaming, giving birth for the first time, and the children aged between 0-5 years. The sampling technique used in this study is purposive sampling, based on specific criteria such as the characteristics defined in the study. This study uses a qualitative research method with a case study approach. Data collection techniques were through interviews, observation, and documentation. The Miles and Huberman interactive model is used for data analysis. The results of this study are as follows: 1) Three subjects have self-efficacy, demonstrated by fulfilling the aspects of level, strength, and generality. 2) Three subject used mastery experiences of dealing with the role of mother and vicarious experience as sources for developing self-efficacy. 3) Social support from loved ones especially husbands, could increase self-efficacy of all subjects to overcome mom shaming, thus allowing three subjects to successfully fulfill their maternal role.

Keywords: Mom Shaming, New Mom, Self-Efficacy