

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan dari penelitian yang telah dilaksanakan oleh penulis terkait dengan *mom shaming* terhadap *self esteem* ibu muda yang terjadi di Kota Bandung, pada akhirnya peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Perbedaan persepsi tentang pola asuh yang ideal antara ibu muda dengan keluarganya, karena keluarganya cenderung memberikan stigma dan kritikan bahwa pola asuh yang diterapkan ibu muda dianggap salah atau belum menjiwai peran seorang ibu yang utuh. Adanya mitos dan tradisi *parenting* zaman dulu yang masih dipegang erat oleh keluarga. Adanya kesenjangan generasi (GAP) antara ibu muda yang mengikuti *parenting* zaman sekarang dengan yang masih terpaku pada cara lama.
2. Ibu muda yang menjadi korban *mom shaming* cenderung mengalami penurunan *self esteem* atau harga diri sebagai seorang ibu. Korban *mom shaming* merasa tidak dihargai, rendah diri, tidak percaya diri, dan takut berinteraksi sosial, dan ragu dengan kemampuan dalam menerapkan pola asuh. Kritikan, cemoohan, dan penilaian negatif terkait pola asuh yang diterima ibu muda sebagai korban *mom shaming* berdampak merendahkan penilaian dan penghargaan diri sebagai orang tua. Hal tersebut mengguncang kepercayaan diri dan memicu keraguan dalam menjalankan peran pengasuhan secara optimal. Dukungan lingkungan sosial yang positif dan saling menghargai keragaman cara pengasuhan sangat penting untuk membangun dan mempertahankan *self esteem* yang sehat bagi para ibu muda.
3. Penghambat munculnya *self esteem* pada ibu muda korban *mom shaming* meliputi faktor internal dan eksternal
  - a. Faktor Internal, seperti perasaan tidak percaya diri, merasa gagal sebagai ibu, ragu untuk berbagi pengalaman, kecenderungan terpengaruh

pandangan negatif, perasaan tidak berharga, kecemasan, upaya menghindari paparan sosial media, kehilangan kepercayaan diri, keraguan akan kemampuan diri, mempertanyakan pilihan pola asuh, dan ketakutan dinilai orang lain.

- b. Faktor Eksternal, seperti komentar negatif dari lingkungan sosial, penilaian negatif dari keluarga, perbandingan dengan pola asuh orang lain, tekanan sosial dan penilaian masyarakat, kritikan dan sindiran, isolasi sosial, dampak psikologis, kurangnya toleransi perbedaan, stigma dan pelabelan negatif, kurangnya dukungan dari teman dan komunitas, kurangnya pemahaman tentang pola asuh modern, persepsi budaya dan norma sosial, akses terbatas pada sumber informasi parenting, lingkungan yang kurang ramah keluarga, dan kurangnya kebijakan yang mendukung ibu bekerja. Menurut teori *looking glass self*, persepsi dan penilaian negatif dari lingkungan sosial terhadap seorang ibu dapat mempengaruhi konsep diri dan *self esteem*nya. Pengalaman *mom shaming* membuat ibu merasa dirinya dilihat dan dinilai negatif oleh orang lain, sehingga memicu perasaan-perasaan negatif seperti rendah diri dan hilangnya kepercayaan dalam mengasuh.

## 5.2 Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai *mom shaming* terhadap *self esteem* ibu muda yang terjadi di Kota Bandung, penelitian ini berimplikasi secara praktis terhadap pihak-pihak yang berkaitan diantaranya:

1. Bagi Disiplin Ilmu Pendidikan Sosiologi dan Prodi Sosiologi

Melalui penelitian ini, memberikan kebermanfaatannya sebagai kajian dan bahan ajar dalam mengeksplorasi fenomena *mom shaming* dari perspektif sosiologis, seperti teori stigma, struktural fungsional, dan interaksi simbolik. Menjadikan topik *mom shaming* ke dalam mata kuliah yang berkaitan dengan gender, keluarga, dan masyarakat perkotaan. Melakukan penelitian lebih lanjut tentang dampak sosial dari *mom shaming* terhadap struktur keluarga dan masyarakat.

2. Bagi Masyarakat

Melalui penelitian ini, memberikan kebermanfaatan untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian tentang dampak negatif *mom shaming*. Menghormati pilihan individual ibu dalam mengasuh anak dan tidak menghakimi. Dan menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif bagi ibu muda dalam menjalankan perannya.

### 3. Bagi Ibu Muda

Melalui penelitian ini, memberikan kebermanfaatan untuk meningkatkan literasi dan pemahaman tentang pola asuh modern berbasis bukti ilmiah. Membentuk suatu komunitas atau jaringan ibu muda untuk saling mendukung dan berbagai informasi. Dan membangun kepercayaan diri dan memperkuat resiliensi menghadapi stigma dan kritikan.

## 5.3 Rekomendasi

Penelitian skripsi ini ditujukan agar dapat dikembangkan serta dapat dijadikan referensi dan memberikan kebermanfaatan bagi individu lain. Adapun beberapa rekomendasi yang dapat peneliti paparkan diantaranya:

### 1. Bagi Disiplin Ilmu Pendidikan Sosiologi

Peneliti merekomendasikan penelitian ini digunakan sebagai topik mengenai teori stigma, struktural fungsional, interaksi simbolik, konsep diri, dan *self esteem* untuk dikaji dan dikembangkan lebih dalam untuk memahami aspek-aspek dalam kehidupan bermasyarakat.

### 2. Bagi Masyarakat

Peneliti merekomendasikan penelitian ini untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap fenomena *mom shaming* dan dampaknya terhadap *self esteem* para ibu muda. Masyarakat pun harus menciptakan lingkungan yang ramah keluarga dan mendukung para ibu muda dalam menjalankan perannya sebagai orang tua.

### 3. Bagi Ibu Muda

Peneliti merekomendasikan penelitian ini untuk memperkuat resiliensi psikologis dan *self esteem* dengan bergabung dalam komunitas parenting atau kelompok dukungan sebaya yang positif dan menghargai perbedaan pola asuh. Salah satunya dengan bergabung komunitas parenting ibu ramah anak

dengan bergabung dalam sosial media instagram @parentingformom dan komunitas facebook @sharingformom.

4. Bagi Keluarga

Peneliti merekomendasikan penelitian ini untuk memberikan dukungan penuh dan menghargai setiap pola asuh yang diterapkan oleh anggota keluarga yang menjadi orang tua. Menghindari komentar negatif, kritikan, atau sindiran yang dapat menurunkan *self esteem* anggota keluarga.

5. Bagi Lembaga Pemerintahan atau Non-Pemerintah

Peneliti merekomendasikan penelitian ini untuk bisa membuat atau menyediakan program-program yang bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* dan memberikan dukungan bagi para ibu muda, seperti mengadakan workshop mengenai parenting.

6. Bagi Media Massa

Peneliti merekomendasikan penelitian ini untuk bisa menyajikan konten yang mendukung dan mengedukasi masyarakat tentang pengasuhan yang sehat dan positif.

7. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti merekomendasikan bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan keterbaruan dan mengkaji lebih dalam melakukan penelitian dengan menggunakan metode campuran (mix method) yang menggabungkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Hal ini dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang fenomena *mom shaming* dan dampaknya terhadap *self esteem* ibu muda, baik dari sudut pandang subjektif maupun data statistik. Dan untuk penelitian selanjutnya mengeksplorasi peran media sosial dalam fenomena *mom shaming*. Penelitian dapat berfokus pada bagaimana konten di media sosial, seperti komentar negatif atau penilaian mempengaruhi konsep diri dan *self esteem* ibu muda, serta strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi hal tersebut.