

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Individu dalam kehidupannya akan melalui tahapan perkembangan dari masa bayi, menuju masa lanjut usia. Menurut Teori Perkembangan Psikososial Erikson, terdapat delapan tahapan perkembangan individu yaitu, *infancy* (bayi), *toddlerhood* (balita), *early childhood* (kanak-kanak awal), *middle childhood* (kanak-kanak pertengahan sampai akhir), *adolescence* (remaja), *early adulthood* (dewasa awal), *adulthood* (dewasa), dan *old age* (lanjut usia) (Syed & Mclean, 2017). Terdapat masa peralihan atau transisi yang dialami oleh individu dan salah satu masa peralihan yang penting adalah dari remaja (*adolescence*) menuju dewasa (*adulthood*). Masa ini individu menginjak usia akhir remaja hingga dewasa awal yang memiliki banyak sekali perubahan dan arti penting (Arnett, 2000) mulai dari fisik sampai psikis. Perubahan tersebut juga terjadi karena individu melakukan penyesuaian dengan berbagai hal yang terjadi selama pengalaman yang dialami dalam kehidupannya. Arnett yang merupakan psikolog asal Amerika mengusulkan konsep baru dalam perkembangan untuk transisi periode remaja akhir sampai dua puluhan dengan fokus pada usia 18 – 25 tahun, yaitu *emerging adulthood* (Arnett, 2000).

Menurut Havighurst (dalam Santoso dkk., 2009) individu yang sudah menginjak usia di atas 18 tahun dimana dikategorikan sebagai dewasa, sudah mampu menyelesaikan tugas perkembangannya yaitu menyiapkan pernikahan dan membangun keluarga, mandiri dalam hal emosional dari orang tua dan dewasa

lainnya, serta menyiapkan karier selanjutnya. Mereka meninggalkan ketergantungan masa kecil tapi belum sepenuhnya memasuki tanggung jawab abadi di masa dewasa (Santrock, 2004). Tugas perkembangan ini menjadi tanggung jawab dan kewajiban yang berbeda antara masa remaja dan dewasa yang sesungguhnya serta menjadi titik penting masa transisi remaja menuju dewasa. Pada periode transisi tersebut, kualitas karakter yang paling penting dan sedang dikembangkan adalah untuk menjadi mandiri, menerima tanggung jawab untuk diri sendiri dan membuat keputusan secara mandiri (Arnett, 2000). Pada periode transisi ini, orang dewasa mulai mempertimbangkan peristiwa dalam kehidupan mereka, peristiwa yang terjadi pada periode inilah yang sering mereka sebut sebagai peristiwa penting (Martin & Smyer, 1990 dalam Arnett, 2000).

Emerging adulthood tidak memandang dirinya sebagai remaja, tetapi juga tidak sebagai dewasa (Arnett, 2000). Posisi mereka dalam periode perkembangan berada ditengah-tengah antara remaja dan dewasa. Suatu studi yang dilakukan oleh Arnett (2000) yang meneliti persepsi individu berusia 18 – 25 tahun tentang apakah mereka dewasa atau tidak. Mayoritas bukan menjawab ‘ya’ atau ‘tidak’, tetapi ‘ya dan tidak’ (Santrock, 2004). Bagi mereka, sulit untuk merasakan kedewasaan sebelum mereka dapat dikatakan stabil dalam kehidupan seperti memiliki tempat tinggal, menyelesaikan pendidikan, memiliki karier yang baik, dan menikah atau setidaknya berkomitmen untuk memiliki hubungan jangka panjang yang serius (Arnett, 2000). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Arnett (2007), dimana kebanyakan anak muda saat ini menghabiskan periode remaja akhir hingga pertengahan 20-an dengan tidak menyesuaikan diri dengan peran dewasa jangka

panjang, tetapi mereka mencoba pengalaman yang berbeda dan secara bertahap dapat menentukan pilihan mereka dalam hal cinta dan pekerjaan (Arnett, 2007).

Emerging adulthood adalah periode yang memiliki karakteristik perkembangan yang bergantung pada eksplorasi identitas, ketidakstabilan, peningkatan fokus diri, dan perasaan berada diantara (Arnett, 2000, 2007 dalam Lidberg dkk., 2022). Eksperimen dan eksplorasi menjadi ciri utama dalam periode ini (Santrock, 2004). Selama merancang kehidupan *emerging adulthood* akan melakukan pencarian dan eksplorasi peran yang akan mereka perankan, identitas apa yang mereka inginkan, dan gaya hidup apa yang ingin mereka terapkan (Santrock, 2004) di kehidupan yang akan datang.

Terdapat perbedaan dalam eksplorasi peran yang dilakukan antara perempuan dan laki-laki karena gender. Hal ini yang menjadi hal penting untuk diuji, bagaimana gender tersebut membentuk pengalaman di masa *emerging adulthood* (Norona, dkk., 2015 dalam Matud dkk., 2022). Perbedaan gender dijelaskan seperti bagaimana perempuan dan laki-laki mengalami masa perkuliahannya, khususnya saat masuk pekerjaan dan berelasi (Oesterle, dkk., 2010 dalam López-Madrigal dkk., 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan memperlihatkan kemampuan kecerdasan emosional yang lebih besar namun, lebih rentan pada lingkungan akademik. Perempuan memperoleh tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi daripada laki-laki (Negi, dkk., 2019 dalam López-Madrigal dkk., 2021). Studi yang dilakukan oleh Guskowska, dkk. (2016) dengan meneliti mahasiswa tahun pertama dengan rentang usia 18-26 tahun program pendidikan jasmani dan olahraga University of Physical Education di

Warsaw, hasilnya ditemukan bahwa laki-laki memperoleh hasil yang lebih tinggi pada strategi *coping*, sementara perempuan cenderung menggunakan strategi yang berorientasi pada penghindaran (mencari distraksi atau perilaku melepaskan diri) (Guszkowska dkk., 2016).

González-Arratia, dkk. (2015) menemukan bahwa perempuan mendapatkan nilai yang tinggi pada faktor eksternal, sedangkan laki-laki mendapatkan nilai tinggi pada faktor internal. Artinya, perempuan lebih membutuhkan dukungan sosial untuk meningkatkan resiliensi. Tetapi hasilnya kontras dengan penemuan Finez dan Moran (2015) yang meneliti resiliensi dimana laki-laki memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi daripada perempuan, hal tersebut menunjukkan kapasitas yang lebih besar untuk menghadapi hambatan di lingkungan akademik (González-Arratia, dkk., 2013; Finez & Moran, 2015 dalam López-Madrigal dkk., 2021).

Proses pendewasaan ini membuat mereka rentan terhadap stressor tertentu yang berdampak pada setiap keputusan yang diambil memiliki pengaruh pada proses pembentukan identitas mereka (Arnett, 2015 dalam López-Madrigal dkk., 2022). Mereka akan menghadapi dunia kerja yang kompleks dan lebih menantang serta pendapatan (finansial) mereka rendah dan tidak menentu (Santrock, 2004). Sangat memungkinkan bagi mereka untuk tidak terlalu aktif dalam mencari peran untuk dirinya dan justru membiarkan diri mereka mengalir mengikuti keadaan yang mereka alami (Miller, 2011). Sebagian dari *emerging adulthood* akan berupaya penuh hingga mencapai kestabilan untuk kehidupannya kelak. Sebagian lainnya, proses eksplorasi ini bagi mereka akan melelahkan dan membingungkan, hingga

berpikir bahwa eksplorasi ini menjadi tidak penting lagi karena mereka merasa sudah mapan dengan kehidupannya (Miller, 2011).

Selama proses eksplorasi dan menjalani kehidupan, individu akan dihadapkan dengan dinamika yang tidak terduga. Dinamika tersebut mengakibatkan kehidupan mereka tidak stabil (Aisyiyah & Suprpti, 2021) sehingga timbul permasalahan dan kegagalan. Eksplorasi dalam percintaan terkadang berujung pada kekecewaan, dalam pekerjaan terdapat rasa ketidakmampuan dan ketidakpuasan, dan dalam pandangan dunia terdapat penolakan dari pandangan yang sudah dimiliki sebelumnya (Arnett & Jensen, 1999 dalam Arnett, 2000). Bagi individu yang merasa masalah ini mengganggu dan menghambat proses eksplorasi dan perancangan kehidupan, mereka akan mengalami kewalahan, kebingungan, konflik baru, stres, frustrasi. Pengalaman tersebut dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk seperti depresi, kecemasan, penyalahgunaan zat, atau psikopatologi lainnya yang menyebabkan permasalahan mental sehingga mereka tidak dapat lagi melanjutkan perancangan kehidupannya itu (Miller, 2011).

Tetapi, ada pula individu yang menganggap masalah yang mereka hadapi bukan sebagai hambatan dan gangguan, justru sebagai pelajaran. Sikap optimis yang ditanamkan akan membuat mereka memandang masalah sebagai tantangan (Djabumir, 2016). Piaget percaya bahwa *emerging adulthood* memiliki kognitif yang lebih maju secara kuantitatif daripada remaja. Seperti halnya dalam pemrosesan informasi, individu sudah dapat menggabungkan pemikiran operasional formal mereka. Artinya, mereka sudah mampu melakukan hipotesis

mengenai permasalahan yang mereka hadapi dengan lebih sistematis (Santrock, 2004). Jika masalah tersebut diselesaikan dengan baik, akan mengarah pada peningkatan tanda kedewasaan untuk menerima tanggung jawab diri sendiri, membuat keputusan secara independen, dan mandiri secara finansial (Arnett, 2011 dalam Lidberg dkk., 2022). Perbedaan individu dalam memandang masalah tersebut salah satunya bergantung pada kondisi kesejahteraan psikologis mereka.

Kesejahteraan psikologis atau yang biasa dikenal dengan *Psychological well-being* menurut Ryff (1989) merupakan sebuah konstruk pada level mikro mengenai bagaimana seseorang memandang dirinya serta kualitas kondisi psikologis seseorang (Sari & Wulan, 2019). Dimensi yang membentuk kesejahteraan psikologis adalah penerimaan diri individu terhadap apa yang dialaminya (*self-acceptance*), hubungan positif yang dijalin dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi yang diperlukan untuk melakukan evaluasi diri (*autonomy*), penguasaan lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya (*environmental mastery*), keyakinan akan tujuan hidup yang dijalani (*purpose in life*), dan kemampuan untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk mencapai pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff, 1989).

Apabila individu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik maka ia akan memandang segala hal lebih positif, dapat beradaptasi dengan baik, dan kemampuan kognitif yang lebih baik (Diener, 2009 dalam Astuti & Indrawati, 2017). Sedangkan individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang kurang baik akan membuat mereka mudah menyerah, tidak dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya (Astuti & Indrawati, 2017) dan tidak akan berusaha untuk

menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Kesejahteraan psikologis dibutuhkan oleh *emerging adulthood* sebagai landasan mereka untuk merancang kehidupan masa depan, serta dalam melewati permasalahan dan kegagalan yang mungkin saja dapat mereka alami. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik, maka pandangan terhadap permasalahan dan kegagalan yang mereka alami adalah pelajaran dan dianggap sebagai hal yang positif dan bisa beradaptasi dengan baik.

Individu dalam masa *emerging adulthood* harus menghadapi tantangan dari tekanan psikologis. Jika mereka tidak dapat mengatasi kondisi tersebut, mereka akan menderita depresi atau kecemasan. Prevalensi dari tekanan psikologis ini cenderung meningkat setiap tahunnya (Condinata dkk., 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset yang dilakukan oleh National Survey on Drug Use and Health Amerika Serikat tahun 2008-2017 menemukan tingkat depresi berat meningkat lebih dari 60% pada usia 18-25 tahun, yaitu dari 8,1% menjadi 13,2%. Di Indonesia sendiri, Kementerian Kesehatan juga melakukan riset depresi pada 2018. Prevalensi depresi di Indonesia sebesar 6% dari total populasi. Usia depresi juga banyak terjadi di kalangan anak muda berusia 15 - 24 tahun, 6.2% kaum muda mengalami depresi (Maharrani, 2019).

Dalam pemenuhan tugas perkembangan, *emerging adulthood* yang tidak dapat terbuka dan sulit menentukan identitas, individu tersebut terindikasi memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002 dalam Djabumir, 2016). Dari penelitian mengenai gambaran umum kesejahteraan psikologis yang dilakukan oleh Kurniasari, dkk. (2019) terhadap mahasiswa

pendidikan akuntansi 2018 di Universitas Pendidikan Indonesia, didapati sebesar 38% mahasiswa yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah, dan hanya sebanyak 16% mahasiswa saja yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi (Kurniasari dkk., 2019). Selain itu, menurut Ryff (1995) penerimaan diri dan penguasaan lingkungan yang menjadi salah satu dimensi dalam kesejahteraan psikologis lebih banyak terjadi pada usia dewasa madya dan dewasa akhir atau usia yang lebih tua, daripada dewasa awal (Ryff dkk., 1995). Matud, dkk., (2021) juga menyatakan dari bahwa dalam dimensi penerimaan diri dan otonomi, perempuan mendapatkan skor yang rendah dibandingkan dengan laki-laki (Matud dkk., 2021).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, salah satunya adalah pengalaman hidup. Individu melalui banyak pengalaman dan beragam cara untuk menggambarkan baik atau buruknya kesejahteraan psikologis mereka sepanjang waktu (Ryff & Singer, 1996). Pengalaman ini juga dapat dilihat pada salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis yaitu *positive relations with others* atau hubungan positif dengan orang lain. Pada dimensi ini, menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan kepercayaan terhadap orang lain, memiliki perasaan empati serta kasih sayang yang kuat, peduli dengan keberadaan orang lain, dan memahami konsep '*take and give*' dalam sebuah hubungan. Sementara, apabila seseorang memiliki nilai rendah pada dimensi ini, ditunjukkan dengan pribadi yang tertutup, mengisolasi dirinya pada hubungan interpersonal, hingga sulit untuk berkompromi dengan orang lain (Ryff, 1989). Salah satu hubungan penting yang dijalin oleh individu adalah dengan orang tua.

Kesejahteraan individu *emerging adulthood* sangat terkait dengan kualitas hubungan keluarga mereka termasuk dengan orang tua (Roberts & Bengtson, 1993 dalam Parra dkk., 2015). Orang tua yang memahami seperti apa masa *emerging adulthood* itu berada pada posisi yang baik untuk membantu individu sehingga berhasil melewati tahap kehidupan yang krusial dan membangun hubungan yang sehat. Orang tua terkadang terlibat dalam pemecahan masalah, menjadi sebaya, pelatih, dan orang terpercaya bagi individu (Goldsmith, 2018). Dengan begitu keluarga menjadi dukungan dasar dalam periode ini dan kualitas hubungan menjadi penting untuk penyesuaian selama tahap perkembangan (Holdsworth & Morgan, 2005; Power, dkk., 1989; Umberson, 1992 dalam Parra dkk., 2015), karena dari faktor yang meninjau kualitas hubungan individu saat ini, pola interaksi yang terjadi sebelumnya dapat terlihat (Parra dkk., 2015).

Keterlibatan orang tua dalam pengasuhan *emerging adulthood*, secara psikologis dapat membedakan pertumbuhan psikologis yang mereka alami selama kehidupannya (McKinney dkk., 2016). Hasil pengasuhan yang dilihat saat usia *emerging adulthood*, mereka cenderung untuk menunjukkan fungsi yang lebih positif ketika mengalami pengasuhan yang positif saat mereka kanak-kanak dan remaja. Pengasuhan mungkin terlihat berbeda pada masa *emerging adulthood* daripada masa kanak-kanak atau remaja, tetapi pengasuhan masih memainkan peran penting di periode usia ini (Nelson dkk., 2011). Sebagai tambahan, beberapa studi meliputi hasil dari perkembangan individu dewasa yang dipengaruhi oleh pengalaman masa kanak-kanak (Parke, 2000 dalam Seo & Lee, 2012).

Dalam pengasuhan, terdapat orang tua dimana ayah dan ibu memiliki peran berbeda dan bersifat melengkapi. Nyatanya, ibu lebih banyak menghabiskan waktu bersama anak daripada ayah, dan kehadiran ayah lebih sering pada saat waktu luang daripada peran pengasuhan itu sendiri. Ayah sering dianggap sebagai figur otoritas yang dapat dimintai informasi objektif seperti membantu mengerjakan pekerjaan rumah, tetapi jarang dicari sebagai dukungan seperti bantuan jika anak memiliki masalah dengan pacar (Steinberg & Silk, 2002). Konsep kehadiran ayah dalam pengasuhan disebut sebagai *father involvement* atau keterlibatan ayah. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan didefinisikan sebagai konsep seorang laki-laki (suami) yang terlibat dalam tanggung jawab untuk mengasuh anak sehari-hari dan memaknai pentingnya dari proses pengasuhan tersebut (Palm, 1993 dalam Rizkyta & Fardana, 2017). Keterlibatan ini adalah sebuah keikutsertaan positif berbentuk kegiatan yang berupa interaksi langsung dengan anak-anaknya seperti memberikan kehangatan, memantau dan mengontrol aktivitas anak, bertanggung jawab terhadap keperluan dan kebutuhan anak (Tirta & Selviana, 2019).

Keterlibatan ayah dapat meningkatkan kemampuan anak dalam berempati, menumbuhkan sikap perhatian, membangun hubungan sosial dengan lebih baik, ayah memberikan perhatian dan dukungan kepada anak sehingga ia akan memiliki perasaan diterima, diperhatikan dan meningkatkan rasa percaya diri (Gottman & De claire, 1997; Andayani & Koentjoro, 2004 dalam Haque & Rahmasari, 2013). Figur ayah dalam kehidupan anak dapat membantu mereka untuk memiliki kemampuan dalam beradaptasi, menyelesaikan masalah serta membantu anak untuk mengolah emosi dengan cara yang tepat (Biller, 1993; Allen & Daly, 2007

dalam Rizkyta & Fardana, 2017). Ayah dapat memberikan gambaran mengenai kepemimpinan, dari hal tersebut anak memiliki sikap mandiri dan disiplin. Ayah juga mengajarkan untuk berpikir rasional-logis (Parmanti & Purnamasari, 2015).

Dari uraian mengenai keterlibatan ayah dalam pengasuhan, peran ayah memiliki banyak sekali pengaruh penting bagi perkembangan individu untuk kehidupannya kelak. Namun, hal tersebut belum banyak dipenuhi dan dilaksanakan oleh para ayah khususnya di Indonesia. Menurut hasil survei yang dilakukan oleh KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia), hanya 25% calon ayah yang mencari informasi mengenai pengasuhan anak. Kualitas pengasuhan ayah juga tergolong sedikit, yaitu hanya 27,9% dimana ibu lebih berperan dalam pengasuhan anak (36,9%). Selain itu, dari segi kuantitas, waktu yang dihabiskan ayah untuk berkomunikasi dengan anak hanya 1 jam (Setyawan, 2017). Hal serupa ditemukan oleh Septian dalam penelitiannya mengenai keterlibatan ayah dengan responden berusia 10-12 tahun dimana peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan masih rendah, dimana 62% di antaranya masih merasa bahwa peran keterlibatan ayah tergolong rendah dan hanya 11% yang merasa peran ayah dalam pengasuhan sudah tinggi (Septiani & Nasution, 2017). Selain itu, dari penelitian mengenai hubungan anak dengan ayah dan ibunya yang dilakukan oleh Prabowo dan Aswanti (2014) pada individu berusia 18-21 tahun berdomisili di Kota Depok diketahui bahwa, kedekatan responden dengan ibunya sebesar 37,9% sedangkan dengan ayahnya hanya 9,7% (Prabowo & Aswanti, 2014).

Keterlibatan ayah yang rendah dapat memunculkan perilaku disruptif, agresif, dan temperamental (Syakarofah & Subandi, 2019; Amanda, 2018;

Bezirgianian & Cohen, 2011 dalam Fatmasari & Sawitri, 2020). Ketidakhadiran ayah dalam pengasuhan, muncul masalah dengan gangguan kecemasan dan depresi, hingga terlibat dengan aktivitas seksual dini, penyalahgunaan narkoba, gangguan *mood* dan tindakan kriminal (Kandel, dkk., 1944; Fergusson, dkk., 1944 dalam Sundari & Herdajani, 2013). Sementara itu, Saphiro (2003) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa keterlibatan ayah dapat memberikan stimulasi rasa ingin tahu yang tinggi pada anak serta meningkatkan minat eksplorasi dibandingkan dengan anak dengan *fatherless* (Saphiro, 2003 dalam Asy'ari & Ariyanto, 2019).

Bagi anak perempuan, ayah sering dianggap sebagai figur otoritas yang ditandai dengan kurangnya afeksi dan interaksi minimal (Steinberg & Silk, 2002). Dari hasil observasi yang dilakukan oleh Secunda (1992), ayah dapat menonjolkan pengaruh pada perkembangan anak perempuan (Allgood & Beckert, 2012). Pernyataan tersebut sejalan dengan Nielsen (2006), ayah dengan anak perempuan saling menyayangi dan rukun hampir sepanjang waktu, mereka jarang berdebat dibandingkan ibu dengan anak perempuannya, hubungan antara ayah dan anak perempuan dinilai kurang kompetitif serta lebih penuh kasih sayang dibandingkan dengan anak laki-lakinya (Nielsen, 2006). Kehidupan anak perempuan dapat dikatakan dibentuk pula oleh persepsi mereka mengenai ayah mereka, bagaimana ayah berkomunikasi dengan anaknya, hal apa saja yang dilakukan bersama, dan bagaimana mereka melihat hubungan mereka (Erickson, 1998; Kast 1997; Leonard, 1998; Lamb, 1997; Morgan & Wilcoxon, 1998; Perkins 2001 dalam Nielsen, 2006). Gaya komunikasi dan semua pengalaman negatif yang dilakukan anak perempuan dengan ayahnya diambil dan diterapkan untuk berkomunikasi dan membentuk

hubungan dengan laki-laki. Dari hal tersebut, dapat dilihat bahwa ayah memiliki dampak yang lebih besar pada kemampuan anak perempuan untuk berhubungan baik dengan laki-laki (Jackson, 2010).

Perempuan *emerging adulthood* akan memilih pasangan yang mempunyai kesamaan dan keakraban yang mirip dengan ayahnya, karena ayahnya adalah lelaki pertama yang dikenal dalam hidupnya (Hadisawa & Nurhadianti, 2020). Pada studi yang dilakukan oleh Ali dan Daoud (2016) dengan responden usia 18 keatas dan sudah menikah mengenai hubungan awal ayah dan anak perempuan dengan kepuasan pernikahan antara suami dan istri hasilnya, hubungan fisik dengan ayah dan persepsi tentang pengaruh ayah memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan istri. Hal tersebut menunjukkan pentingnya hubungan ayah dan anak perempuan dalam pengembangan kepuasan pernikahan (Ali & Daoud, 2016). Sejalan dengan penemuan Seconda (1992) bahwa bentuk hubungan perempuan dengan ayahnya menentukan seperti apa laki-laki yang mereka pilih sebagai suami dan bentuk interaksi yang mereka miliki dengan ayahnya (Seconda, 1992 dalam Ali & Daoud, 2016).

Hubungan yang dibangun dengan laki-laki dilakukan untuk memenuhi salah satu tugas perkembangan mereka, yaitu menentukan pilihan dalam hal cinta (*love*) (Arnett, 2007). Jika hubungan yang terbentuk positif, kemungkinan anak perempuan tidak akan kesulitan untuk memilih pasangan dan menjalin hubungan yang lebih intim dengan pasangannya. Seperti nyaman untuk berbagi perasaan, terbuka dengan ide dan pendapat satu sama lain, dan melakukan aktivitas bersama dengan teman dan teman pasangan (Hidayati & Sari, 2020). Setelah memilih

pasangan, mereka akan melakukan pernikahan dan membangun rumah tangga. Setiap pernikahan pasti terdapat konflik di dalamnya, konflik ini dapat muncul pada semua usia pernikahan, tidak terkecuali pada pasangan yang baru menikah (Hidayati & Sari, 2020).

Anak perempuan tanpa ayah memiliki *self-esteem* yang lebih rendah, kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan, lebih banyak mengalami gangguan makan, lebih rentan mengalami depresi, kemungkinan untuk memulai hubungan seks lebih dulu dan mengalami risiko perilaku seksual, mudah terpengaruh oleh hal negatif dan adiksi (Meyers, 2022). Sedangkan bagi perempuan *emerging adulthood* yang memiliki hubungan dekat dan terikat dengan ayahnya cenderung kurang memiliki masalah psikologis dan emosional, dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki kedekatan dengan ayahnya (Jilani dkk., 2022), lebih percaya diri, lebih sukses di sekolah dan karier, dibandingkan dengan anak perempuan tanpa peran ayah (Erickson, 1998; Kast 1997; Leonard, 1998; Lamb, 1997; Morgan & Wilcoxon, 1998; Perkins 2001 dalam Nielsen, 2006). Peran ayah dibutuhkan oleh perempuan khususnya *emerging adulthood* karena dapat membentuk kepercayaan diri (Nielsen, 2006), mampu beradaptasi, menyelesaikan masalah, membantu untuk mengolah emosi (Biller, 1993; Allen & Daly, 2007 dalam Rizkyta & Fardana, 2017), membangun kemandirian dan disiplin, serta berpikir rasional-logis (Parmanti & Purnamasari, 2015) yang mana dapat membentuk kesejahteraan psikologis yang baik dan berpengaruh untuk proses eksplorasi, membuat keputusan, membangun hubungan interpersonal, mempersiapkan dan merancang masa depan untuk pernikahan dan karier mereka.

Berdasarkan penjabaran latar belakang serta beberapa penelitian terkait dengan topik yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki peran yang penting bagi perkembangan dan psikologis anak khususnya pada perempuan masa *emerging adulthood*. Namun, bagaimana peran tersebut dilakukan masih tergolong rendah pelaksanaannya oleh para ayah khususnya di Indonesia. Hal tersebut menjadi titik yang menarik penulis untuk mengetahui hubungan antara *father involvement* (keterlibatan ayah) dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) perempuan di masa *emerging adulthood*. Selain itu, penelitian yang membahas mengenai keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis dalam konteks perempuan masa *emerging adulthood* khususnya di Indonesia masih minim dilakukan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, perempuan *emerging adulthood* memiliki tugas perkembangan untuk mempersiapkan masa depannya dalam aspek cinta, pekerjaan, dan pandangan dunia (Arnett, 2000). Pada masa ini layaknya alur kehidupan, mereka akan menemukan masalah yang dapat mengganggu proses eksplorasi tersebut (Arnett, 2015). Pada studi awal yang dilakukan oleh Yuniaty dan Hamidah (2019) pada 100 responden berusia 18-25 tahun dengan perempuan dan laki-laki sebesar 82 dan 18 orang ditemukan bahwa sebanyak 72% dari responden memiliki masalah emosional yang menjadi penyebab atau munculnya keinginan bunuh diri (Yuniaty & Hamidah, 2020). Selain itu, dari penelitian mengenai depresi di Indonesia yang dilakukan oleh Peltzer dan Pengpid (2018) didapati sebesar 21,8% depresi sedang hingga parah dimana perempuan

memiliki prevalensi gejala depresi lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Peltzer & Pengpid, 2018). Penelitian lain juga dilakukan oleh Nurjanah dan Pamungkas 2013 yang meneliti tentang tingkat depresi pada mahasiswa di Universitas Syiah Kuala, dimana perempuan cenderung mengalami gejala depresi sedang (20,5%) dibandingkan laki-laki (15%) (Nurjannah & Pamungkas, 2013). Dari penelitian yang dilakukan mengenai masalah kesehatan mental pada individu perempuan dan pada usia *emerging adulthood* menjadi masalah pula pada kesejahteraan psikologisnya.

Bagi perempuan yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), mereka dapat memandang masalah dari sisi positifnya dan dapat beradaptasi dengan baik (Diener, 2009 dalam Astuti & Indrawati, 2017). Kesejahteraan psikologis dibutuhkan sebagai landasan untuk merancang kehidupan masa depan, serta dalam melewati permasalahan dan kegagalan yang mungkin saja dapat mereka alami. Mereka yang tidak dapat terbuka dan sulit menentukan identitas terindikasi memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002 dalam Djabumir, 2016).

Hubungan positif yang dibangun dengan orang lain menjadi salah satu faktor yang membentuk kesejahteraan psikologis, hubungan tersebut salah satunya didapat dari hubungannya dengan keluarganya, khususnya orang tua. Keluarga menjadi dukungan yang mendasar dalam periode ini, kualitas hubungan menjadi penting untuk penyesuaian selama tahap perkembangan (Holdsworth & Morgan, 2005; Power, dkk., 1989; Umberson, 1992 dalam Parra dkk., 2015). Hasil pengasuhan saat usia *emerging adulthood*, dapat menunjukkan fungsi yang lebih

positif ketika mengalami pengasuhan yang positif saat mereka kanak-kanak dan remaja. Pengasuhan terlihat berbeda pada masa *emerging adulthood* daripada masa kanak-kanak atau remaja, tetapi pengasuhan masih memainkan peran penting di periode usia ini (Nelson dkk., 2011).

Pengasuhan diberikan oleh ayah dan ibu dengan peran yang berbeda dan melengkapi. Namun, ibu lebih banyak menghabiskan waktu bersama anak daripada ayah (Steinberg & Silk, 2002). Hal tersebut didukung oleh penelitian mengenai hubungan anak dengan ayah ibunya yang dilakukan oleh Prabowo dan Aswanti (2014) hasilnya, kedekatan responden dengan ibunya sebesar 37,9% sedangkan dengan ayahnya hanya 9,7% (Prabowo & Aswanti, 2014). Selain itu, menurut hasil survei yang dilakukan oleh KPAI, hanya 25% calon ayah yang mencari informasi mengenai pengasuhan anak. Selain itu, didapati juga kualitas pengasuhan ayah yang tergolong rendah (27,9%), dimana ibu lebih berperan dalam pengasuhan anak (36,9%). Dari segi kuantitas, waktu yang dihabiskan ayah untuk berkomunikasi dengan anak hanya 1 jam (Setyawan, 2017). Hal serupa ditemukan oleh Septian pada penelitiannya dimana menurut responden yang berusia 10-12 tahun, peran ayah dalam pengasuhan masih rendah, 62% di antaranya merasa bahwa peran keterlibatan ayah tergolong rendah dan hanya 11% yang merasa peran ayah dalam pengasuhan sudah tinggi (Septiani & Nasution, 2017). Dari penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa keterlibatan ayah di Indonesia masih rendah.

Anak perempuan tanpa ayah memiliki *self-esteem* yang lebih rendah, kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan, lebih rentan mengalami depresi, mudah terpengaruh oleh hal negatif dan adiksi (Meyers, 2022). Rendahnya

hubungan anak perempuan dengan ayahnya juga dapat memicu perilaku temperamental (Bezirgianian & Cohen, 2011 dalam Fatmasari & Sawitri, 2020). Perempuan tanpa ayah mengalami efek psikologis seperti insecurities, kesulitan membangun hubungan intim dengan lawan jenis, perkembangan perilaku mencari perhatian, dan persepsi negatif mengenai berhubungan dengan laki-laki (Grimm-Wassil, 1994; Krohn & Bogan, 2001 dalam Brown, 2018).

Padahal keterlibatan ayah memiliki dampak positif bagi anak perempuan khususnya dalam masa *emerging adulthood* seperti meningkatkan minat eksplorasi (Asy'ari & Ariyanto, 2019) membentuk kemampuan berhubungan baik dengan sosok laki-laki, memiliki kepercayaan diri yang baik (Nielsen, 2006) membangun kemandirian dan kemampuan berpikir rasional-logis (Parmanti & Purnamasari, 2015) dan manfaat tersebut juga berlaku seumur hidup. Perempuan *emerging adulthood* membangun hubungan dengan laki-laki dengan melihat hubungan positif dengan ayah mereka. Setelah memilih pasangan, mereka akan melakukan pernikahan dan membangun rumah tangga (Hidayati & Sari, 2020).

Berkaitan dengan keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis, hasil penelitian yang dilakukan oleh Damayanti (2015) pada remaja, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kesejahteraan psikologis (Damayanti, 2015). Sari dan Wulan (2019) juga meneliti variabel yang sama menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis pada remaja (Sari & Wulan, 2019). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, terlihat bahwa terdapat hubungan antara keterlibatan ayah (*father involvement*) dengan

kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada remaja. Walaupun penelitian sebelumnya sudah membuktikan adanya hubungan, namun hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini berfokus pada konteks perempuan dalam masa *emerging adulthood* yang memiliki tugas perkembangan eksplorasi identitas yang mana akan menentukan bagaimana kehidupannya di masa depan. Penelitian yang dilakukan oleh Damayanti, serta Sari dan Wulan memiliki konteks penelitian yaitu remaja di SMK dan remaja berusia 14 – 17 tahun, sedangkan pada penelitian ini berfokus pada perempuan dengan usia 18 – 25 tahun yang tinggal bersama dengan ayah kandungnya.

Dari dampak positif yang dibentuk oleh keterlibatan ayah dalam pengasuhan tersebut dapat membentuk pula konstruk kesejahteraan psikologis yang baik dan berpengaruh pada proses eksplorasi yang menjadi tugas utama perkembangan perempuan dalam *emerging adulthood*. Karena rendahnya angka keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan hal tersebut memiliki dampak yang sangat penting bagi perkembangan dan masa depan anak perempuan khususnya yang menginjak usia *emerging adulthood*, hal tersebut perlu diuji lebih lanjut untuk melihat arah hubungan yang terdapat antara keterlibatan ayah (*father involvement*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) terhadap perempuan dalam masa *emerging adulthood*.

1.3 Batasan Masalah

Pada penelitian ini, penulis membatasi masalah pada *father involvement*, *psychological well-being*, dan perempuan *emerging adulthood*. Penelitian ini berfokus pada hubungan *father involvement* terhadap *psychological well-being*

perempuan dalam masa *emerging adulthood*. Pemilihan subjek pada penelitian ini adalah perempuan berusia 18-25 tahun sesuai dengan rumusan Arnett (2000) mengenai rentang usia yang termasuk dalam *emerging adulthood*.

1.3.1 Perempuan *Emerging Adulthood*

Perempuan *emerging adulthood* merupakan individu berjenis kelamin perempuan dalam periode usia perkembangan periode remaja akhir sampai usia dua puluhan dengan fokus pada usia 18 - 25 tahun (Arnett, 2000) yang sedang berada pada transisi demografis seperti menyelesaikan pendidikan, menetapkan karier, menuju pernikahan dan menjadi orang tua (Arnett, 2000). *Emerging adulthood* memiliki tugas perkembangan untuk melakukan eksplorasi identitas dalam aspek cinta, pekerjaan, dan pandangan terhadap dunia (Arnett, 2007).

1.3.2 *Psychological Well-being*

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) merupakan sebuah konstruk pada level mikro mengenai bagaimana seseorang memandang dirinya serta kualitas kehidupannya yang dibentuk atas integrasi teori kesehatan mental, klinis, dan perkembangan *life-span*, dan dibangun untuk menunjukkan berbagai aspek fungsi psikologis positif seperti kebahagiaan (*happiness*) dan kepuasan hidup (*life satisfaction*) (Ryff & Singer, 1996).

1.3.3 *Father Involvement*

Father Involvement atau keterlibatan ayah merupakan konstruk multidimensional seperti komponen afektif, kognitif, dan etis serta komponen perilaku yang dapat diamati dan mencakup pula bentuk keterlibatan tidak langsung seperti menyediakan (fasilitas, biaya) dan mendukung ibu (Hawkins dkk., 2002).

Father involvement didefinisikan sebagai konsep seorang laki-laki (suami) yang terlibat dalam tanggung jawab untuk mengasuh anak sehari-hari dan memaknai pentingnya dari proses pengasuhan tersebut (Palm, 1993 dalam Rizkyta & Fardana, 2017).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *father involvement* dengan *psychological well-being* perempuan dalam masa *emerging adulthood*?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris mengenai hubungan antara *father involvement* dengan *psychological well-being* perempuan dalam masa *emerging adulthood*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menjadi bahan literatur serta sumber ilmu yang dapat digunakan bagi para pembaca yang berkaitan dalam bidang psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi keluarga mengenai keterlibatan ayah (*father involvement*) serta pengaruhnya pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) perempuan dalam masa *emerging adulthood*. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memiliki kontribusi sebagai pemikiran, maupun bahan kajian

yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya mengenai topik yang sama maupun yang terkait.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk peneliti sendiri sebagai suatu proses pembelajaran dalam menyusun serta melakukan penelitian kuantitatif. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber informasi berupa literatur mengenai usaha apa yang dapat dilakukan oleh para ayah untuk mempererat hubungannya dengan anak perempuan mereka, khususnya yang dalam masa *emerging adulthood*. Selain itu, bagi perempuan *emerging adulthood* diharapkan *psychological well-being* mereka meningkat dan dapat melakukan eksplorasi identitas dengan baik dan membangun masa depan sesuai dengan keinginannya.