

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Dalam setiap kehidupan, suatu individu akan mengalami suatu periode yang dinamakan *emerging adulthood*, menurut Arnett (2013) *emerging adulthood* merupakan suatu masa dimana individu tersebut mengalami perkembangan dari masa remaja akhir hingga usia dua puluh tahun akhir yang mempunyai spesifikasi usia pada rentang 18 hingga 25 tahun. Di dalam periode ini, individu tersebut identik dengan kemandirian pada peran sosial. Maksud dari kemandirian pada masa *emerging adulthood* adalah suatu kondisi individu telah melepaskan sikap ketergantungan individu tersebut dalam masa anak-anak dan remaja, tetapi individu tersebut belum memikul tanggung jawab sebagaimana yang akan dihadapi oleh kelompok usia dewasa. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Miller (2011) bahwa proses peralihan individu ke dalam periode *emerging adulthood* merupakan fase yang sangat krusial karena pada fase tersebut, individu mengalami banyak perubahan dari segala aspek kehidupan. Akibat eksplorasi yang intensif, jumlah perubahan yang terjadi dapat menyebabkan ketidakstabilan dalam kehidupan individu pada periode *emerging adulthood*.

Oleh sebab ketidakstabilan kehidupan pada masa *emerging adulthood* ini, Schwartz dalam penelitian Ozer dan Schwartz (2020) menyatakan, bahwa masa *emerging adulthood* sering dikaitkan dengan *psychological well-being* dikarenakan pada masa ini beberapa orang terdapat ada yang mengalami *psychological well-being* yang baik, namun terdapat pula orang yang mengalami hal sebaliknya. Dikarenakan ketidakpastian dan kekhawatiran masa depan individu tersebut, termasuk pada perempuan *emerging adult* di Indonesia. Dalam penelitian Eggleston *et al.* (2001) menyatakan bahwa, tingkat *Psychological well-being* perempuan Indonesia yang menghasilkan nilai rendah cenderung berkaitan dengan beberapa hal, salah satunya adalah usia muda (dibawah 30 tahun).

*Psychological well-being* adalah suatu keadaan di mana individu menunjukkan sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mereka mampu mengambil keputusan sendiri dan mengatur perilaku mereka, serta memiliki keterampilan dalam menciptakan dan mengelola lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan diri mereka. Selain itu, individu ini memiliki tujuan hidup yang memberikan makna bagi mereka dan aktif berusaha untuk mengeksplorasi lebih lanjut (Ryff dalam Putu, 2022). Ryff dalam jurnal Aisyiyah dan Suprapti (2021) menyatakan bahwa *psychological well-being* adalah hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan, digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologisnya berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif.

*Psychological well-being* perlu diperhatikan karena berkaitan dengan berbagai aspek kehidupan individu. Hal ini tidak hanya mencakup pembebasan dari beban pikiran atau masalah emosional, tetapi juga menekankan pentingnya memiliki kondisi psikologis yang stabil dan positif. Dengan ini *psychological well-being* memainkan peran kunci dalam memungkinkan individu berfungsi secara optimal dalam menjalani kehidupan, dan mencerminkan pencapaian pada kriteria fungsi psikologi yang positif, sesuai dengan konsep yang dijelaskan oleh Ryff (1995). Dalam penelitiannya Rahayu (2008) menyatakan bahwa Ryff mengidentifikasi enam dimensi keberfungsian *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan otonomi.

Enam dimensi ini menjadi unsur kunci dalam konsep *psychological well-being*. Dimensi pertama adalah penerimaan diri, yang melibatkan sikap positif terhadap diri sendiri dan penghargaan terhadap berbagai faktor kepribadian, termasuk sisi baik dan buruk. Dimensi kedua adalah hubungan positif, mencakup kemampuan berinteraksi hangat, percaya, dan menunjukkan empati tinggi dalam hubungan interpersonal. Dimensi ketiga adalah otonomi, yang melibatkan kemandirian, kontrol perilaku, dan kemampuan evaluasi diri. Dimensi keempat melibatkan penguasaan terhadap lingkungan, dimensi ini meliputi kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan. Dimensi kelima adalah tujuan hidup, yang mencakup penetapan arah hidup, makna

masa lalu dan kini, serta empat tujuan dan target hidup. Dimensi keenam adalah pertumbuhan diri, yang mempunyai ciri-ciri individu berkembang, menyadari potensi pribadi, dan mengalami transformasi menjadi individu yang efektif. Semua dimensi tersebut berperan besar dalam menentukan *psychological well-being* seseorang.

Memiliki *psychological well-being* yang baik merupakan pencapaian yang penting bagi individu, termasuk perempuan pada usia *emerging adulthood*. Meskipun semua perempuan memiliki potensi untuk mencapai *psychological well-being* yang baik, terdapat faktor-faktor tertentu yang dapat menghambat pencapaian *psychological well-being* ini (Maier & Lachman dalam Kusbadini dan Suprapti, 2014). Fenomena terkait *psychological well-being* penting untuk diteliti mengingat fase perkembangan *emerging adulthood* merupakan fase ketika individu seharusnya memiliki *psychological well-being* tinggi. Akan tetapi, sebagian individu *emerging adulthood* terutama perempuan justru mengalami *psychological well-being* rendah akibat pengalaman-pengalaman yang diterima sepanjang hidup mereka.

Sejalan dengan Ryff dan Singer (2008 dalam Kusbandini, 2014) yang menyatakan bahwasanya perempuan umumnya lebih menonjol secara positif dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi dibandingkan laki-laki, tetapi dalam dimensi *psychological well-being* lainnya seperti otonomi, penerimaan diri, dan lain-lain justru lebih rendah dibandingkan laki-laki. Johnson (2021 dalam Narotin & Satwika, 2024) juga menyatakan demikian bahwasanya faktor-faktor *psychological well-being* pada perempuan *emerging adulthood* lebih kompleks dan lebih kuat dalam mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis mereka secara menyeluruh, salah satunya dikaitkan dengan pengalaman pengasuhan dalam keluarga. Survey global dari *Homewood Health United Kingdom* menunjukkan sebanyak 47% perempuan berisiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis dan memiliki kesejahteraan lebih rendah dibanding laki-laki (Intang, 2021). Akan tetapi, Savira (2022) dalam penelitiannya juga menemukan bahwasanya sebanyak 87% perempuan dewasa awal justru memiliki *psychological well-being* tingkat tinggi.

Temuan *survey global* terkait rendahnya tingkat *psychological well-being* pada perempuan dewasa awal sangat timpang dengan temuan penelitian di Indonesia beberapa tahun terakhir, serta urgensi *psychological well-being* pada perempuan dewasa awal sebagaimana dijelaskan sebelumnya menjadi latar belakang pentingnya kajian fenomena *psychological well-being* pada perempuan dewasa awal. Dengan adanya keberagaman *psychological well-being* di antara individu, diperlukan eksplorasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* individu. Beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-beings* termasuk usia, jenis kelamin, pemaknaan hidup (Ryff, 1995), kepribadian (Keyes *et al.*, 2002), serta perbedaan budaya (Ryff, 1989). Namun, penelitian lain telah menunjukkan bahwa pola asuh juga memiliki pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* seseorang (Cynthia, 2023).

Dikarenakan pola asuh berpengaruh pada *psychological well-being* seseorang, dengan ini orang tua memiliki peran yang penting pada masa perkembangan dikarenakan merupakan salah satu pendorong bagi penyesuaian individu tersebut, namun tidak jarang pula orang tua melakukan pola asuh pengasuhan yang terlalu berlebihan dalam memberikan perlindungan maupun pertolongan bagi sang anak terutama pada anak perempuan mereka. Edward (2006) menyatakan bahwa kebudayaan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola asuh, banyak orang tua mengikuti metode pengasuhan anak yang umum diadopsi oleh masyarakat sekitar. Selain itu, pola asuh orang tua juga dipengaruhi oleh faktor jenis kelamin. Hurlock (2010) menyatakan bahwa jenis kelamin anak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola asuh. Secara umum, orang tua cenderung lebih protektif terhadap anak perempuannya daripada anak laki-lakinya.

Perilaku orang tua yang bersikap ketat ini dapat dikenal sebagai *helicopter parenting* di mana orang tua tersebut identik dengan pola asuh yang ketat dengan melakukan pemantauan anak pada setiap waktu. Menurut Turner *et al.* (2023) mengatakan bahwa pola asuh *helicopter parenting* ini banyak didefinisikan oleh budaya populer sebagai serangkaian praktik pengasuhan anak yang ditandai dengan keterlibatan berlebihan. Lebih lanjut *helicopter parenting* pada dasarnya merupakan pola asuh yang bermaksud baik, di mana orang tua berupaya



memberikan perhatian, dukungan, kasih sayang dan dukungan kepada anak-anak mereka., tetapi orang tua melakukan hal tersebut melebihi batas yang wajar, *helicopter parenting* ini ditandai dengan pola keterlibatan berlebihan yang tidak tepat secara perkembangan oleh orang tua yang “melayang-layang” di atas anak-anak mereka untuk memastikan bahwa mereka sukses dan aman dari bahaya (Odenweller *et al.*; Segrin *et al.* dalam LeMoyne & Buchanan, 2011). Tipe orang tua ini memiliki pola asuh tingkat kontrol perilaku yang tinggi, menerapkan regulasi yang berlebihan terhadap perilaku anak mereka, serta memberikan kontrol psikologis dan mencampuri perkembangan emosional anak mereka (Luebbe *et al.*, 2018).

Turner *et al.* (2023) pada penelitiannya mengatakan bahwa orang tua *helicopter* memiliki motivasi untuk membantu anak mereka mencapai potensi maksimal dan sukses (Hays, 1996) serta untuk meningkatkan *psychological well-being* dan kebahagiaan anak secara keseluruhan (Locke, 2014). Meskipun orang tua yang memiliki tingkat pengasuhan *helicopter* ini berasal dari sebuah rasa perhatian dan kekhawatiran, tanpa disadari, pendekatan ini dapat berdampak negatif pada anak-anak. Dikarenakan pola asuh ini dapat menyebabkan anak mengalami rendahnya kecemasan, harga diri, ketidakmampuan dalam pengambilan keputusan, dan kekurangan keterampilan dalam menyelesaikan permasalahan.

Dalam rangka melihat gambaran *psychological well-being* pada perempuan *emerging adulthood* yang memiliki orang tua *helicopter parenting*, Peneliti telah melakukan *preliminary study* dengan cara menyebarluaskan kuesioner secara daring melalui media *Google Forms* pada tanggal 29 Februari 2024. Studi pendahuluan ini menerapkan metode kuantitatif dengan kuesioner yang berisi pertanyaan umum kepada 30 perempuan *emerging adulthood* di wilayah Jabodetabek. Hasil studi pendahuluan ini memberikan data sebagai berikut.

Berdasarkan hasil kuesioner, *psychological well-being* menghasilkan nilai yang negatif akibat dampak *helicopter parenting*. Hal tersebut dapat terlihat dari sebanyak 26 (86.7%) dari 30 responden menyatakan bahwa mereka masih merasa orang tuanya mengawasi dan memiliki keterlibatan yang berlebihan terhadap hidup mereka, dan sebanyak 22 (73.3%) dari 30 responden menyatakan bahwa orang tua mereka belum menganggap mereka dewasa dan belum dapat menentukan tujuan

hidupnya, lalu sebanyak 26 (86.7%) dari 30 responden menyatakan bahwa mereka masih tidak leluasa dikarenakan orang tua masih menerapkan jam malam dengan ketat, 13 (43.3%) dari 30 responden menyatakan bahwa mereka merasa hidup tidak berkembang dikarenakan orang tua yang terlalu mengatur. Lalu 10 (33.3%) dari 30 orang merasa bahwa mereka tidak puas dengan kehidupan mereka dikarenakan orang tua yang selalu ikut campur.

Akan tetapi terdapat pula dampak positif *psychological well-being* yang dirasakan dari *helicopter parenting* tersebut, sebanyak 23 (76.7%) dari 30 responden menyatakan bahwa dengan pengawasan orang tua tersebut dapat membantu mereka menentukan langkah yang tepat untuk hidup mereka. Selain itu, terdapat pula situasi lain yang merasa tidak terdampak oleh *helicopter parenting* ini, sebanyak 20 (66.7%) orang dari 30 responden menyatakan tetap merasa puas dengan hidup mereka walaupun orang tua mereka selalu ikut campur, dan mereka merasa tidak kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan walaupun orang tua mereka membatasi kehidupannya. Selain itu sebanyak 24 (85.7%) dari 30 responden menyatakan bahwa mereka tetap dapat bersosialisasi dengan baik walaupun orang tua mereka mengontrol pergaulan mereka, sebanyak 28 (93.3%) dari 30 responden menyatakan bahwa mereka tetap memiliki otonomi yang membuat mereka tetap mandiri walaupun mempunyai orang tua yang berusaha terus mengatur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan ini, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* para responden cenderung negatif dikarenakan dampak dari *helicopter parenting* ini. Mayoritas responden merasa terus diawasi dan terlibat secara berlebihan oleh orang tua, serta merasa kesulitan menentukan tujuan hidup mereka sendiri. Sebagian besar responden merasa hidup mereka tidak berkembang dan mengalami ketidakpuasan karena campur tangan yang terlalu besar dari orang tua. Meskipun demikian, ada pula dampak positif yang dirasakan, terutama dalam hal bimbingan untuk membuat keputusan yang tepat. Terdapat pula kelompok responden yang merasa tidak terlalu terdampak oleh *helicopter parenting*. Beberapa dari mereka masih merasa puas dengan kehidupan mereka, meskipun orang tua selalu ikut campur. Sebagian besar dari mereka tetap merasa memiliki otonomi dan mandiri meskipun ada upaya orang tua untuk terus mengatur. Oleh karena itu,

dampak *helicopter parenting* cenderung bervariasi di antara responden, dengan beberapa mengalami dampak negatif yang signifikan, sementara yang lain mampu mengatasi dan tetap mempunyai kestabilan dalam *psychological well-being* mereka.

Selain hasil studi pendahuluan di atas, sebagian besar literatur mengenai dampak pengasuhan *helicopter parenting* terhadap *psychological well-being* telah dilakukan dengan sampel mahasiswa sarjana yang melaporkan tentang pengasuhan dalam konteks pengalaman perguruan tinggi. Dalam penelitian, LeMoyne dan Buchanan (2011) menemukan bahwa mahasiswa yang menyatakan orangtua mereka menerapkan pengasuhan helikopter cenderung mengalami *psychological well-being* yang rendah. Mereka juga lebih sering menggunakan obat penenang untuk mengatasi kecemasan dan depresi, serta mengonsumsi obat tanpa resep untuk penghilang rasa sakit. Dalam jurnal Casillas *et al.* (2021) terdapat hasil empiris yang menyatakan bahwa pengasuhan *helicopter parenting* menunjukkan mahasiswa dengan pola asuh orang tua *helicopter parenting* memiliki tingkat efikasi diri umum yang lebih rendah, komunikasi sebaya yang lebih rendah, dan kepercayaan sebaya yang berkurang (Van Ingen *et al.*, 2015).

Lalu dalam jurnal Turner (2023) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki orang tua *helicopter parenting* menunjukkan tingkat depresi yang lebih tinggi dan tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah (Schiffirin *et al.*, 2015), penurunan tingkat efikasi diri (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014). Lebih lanjut, penelitian dari Indonesia dalam studi literatur Dewi (2022), disebutkan bahwa *helicopter parenting* memiliki dampak pada kesehatan mental anak, yang ditandai oleh rendahnya rasa percaya diri, munculnya perasaan takut gagal, dan tingkat kecemasan yang berlebihan pada individu tersebut.

Meskipun sebagian besar penelitian maupun literatur mengenai pola asuh *helicopter parenting* ini menyatakan pengaruh negatif bagi *psychological well-being* dari pengasuhan *helicopter parenting*, beberapa studi telah menunjukkan hasil lain-nya bahwa dalam tingkat tertentu dari pengasuhan yang lebih "intens" ini nyatanya dapat memiliki efek positif juga pada anak-anak. Tingkat dukungan dan usaha orang tua yang tinggi telah terbukti dapat mengurangi stres dan

meningkatkan motivasi serta pencapaian pada anak-anak yang lebih besar (Turner *et al.*, 2023).

Pada penelitian Walker dan Nelson (2012) yang melakukan survei pada mahasiswa sarjana dan menemukan hasil bahwa anak-anak memandang orang tua mereka yang melakukan pola asuh *helicopter parenting* ini menunjukkan bahwa *helicopter parenting* berdampak positif dengan keterlibatan orang tua dalam hubungan orang tua-anak, tetapi berdampak negatif dengan pemberian otonomi kepada anak dan keterlibatan sekolah. Dalam jurnal Somers (2010) menyatakan bahwa *helicopter parenting* dapat memiliki efek positif dan negatif, *helicopter parenting* dapat berdampak positif ketika orang tua "melayang" sesuai dengan usia; ketika orang tua dan anak terlibat dalam dialog; ketika siswa diberdayakan untuk bertindak; dan ketika orang tua hanya campur tangan jika anak membutuhkan bantuan tambahan. Somers menyebut perilaku ini sebagai keterlibatan positif orang tua, lalu *helicopter parenting* yang bersifat negatif dapat ditemukan dalam banyak pengaturan, termasuk pendidikan, serta terlibat secara tidak pantas (terkadang secara tidak diketahui) dalam kehidupan dan hubungan anak-anak mereka.

Berdasarkan data dan fakta yang dikemukakan diatas terlihat bahwa fenomena *psychological well-being* yang dipengaruhi oleh *helicopter parenting* ini telah banyak ditemukan di usia *emerging adulthood*, walaupun secara teori *helicopter* ini berkonotasi negatif, tetapi terdapat banyak penelitian yang menyatakan hal sebaliknya. Berdasarkan hal tersebut peneliti belum melihat adanya kejelasan dikarenakan adanya variasi hasil penelitian mengenai pengaruh *helicopter parenting* terhadap *psychological well-being* pada perempuan *emerging adult* di Jabodetabek. Selain itu, sampai saat ini, belum terdapat penelitian yang secara khusus membahas variabel tersebut dengan konteks yang akan diteliti. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian tentang "Pengaruh *Helicopter Parenting* terhadap *Psychological Well-Being* pada Perempuan *Emerging Adulthood*".

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, peneliti mengidentifikasi sejumlah masalah yang akan dijadikan fokus utama dalam penelitian ini, antara lain:

1. Keterlibatan orang tua yang berlebihan terhadap anak.



2. *Psychological well-being* pada perempuan *emerging adulthood*.
3. Terdapat perbedaan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya perbedaan arah korelasi, ada yang positif dan ada pula yang negatif sehingga penelitian ini memiliki urgensi untuk mengungkap hasil temuan, khususnya pada lingkup perempuan *emerging adulthood* di Jabodetabek.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Pembatasan suatu masalah bertujuan untuk mencegah perluasan ruang lingkup pokok masalah, yang bermanfaat dalam memberikan fokus yang jelas kepada peneliti untuk melakukan pembahasan dan penelitian yang lebih terarah sehingga tujuan penelitian dengan lebih efektif. Dalam lingkup penelitian ini, berikut adalah pembatasan masalah yang ditetapkan:

1. Ruang lingkup hanya meliputi fenomena pengaruh *helicopter parenting* bagi *psychological well-being* pada *emerging adult* di Jabodetabek.
2. Individu yang diteliti merupakan *emerging adult* di Jabodetabek.
3. Individu yang diteliti merupakan perempuan yang berusia 18 sampai 25 tahun.

### 1.4. Rumusan Masalah

Dengan merujuk pada latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

“Apakah terdapat pengaruh *helicopter parenting* yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada perempuan *emerging adulthood* di Jabodetabek?”.

### 1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan peneliti dapat diungkapkan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran pengaruh *helicopter parenting* terhadap *psychological well-being*.
2. Untuk mengetahui *psychological well-being* perempuan yang memiliki orang tua dengan pola asuh *helicopter parenting*.

## 1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, penelitian ini memiliki manfaat secara teoritis maupun praktis, yaitu:

### 1.6.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan literatur mengenai topik *helicopter parenting* dan *psychological well-being* terhadap ilmu psikologi.

### 1.6.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

#### 1.6.2.1. Bagi Perempuan *Emerging Adulthood*

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan dan memberikan informasi bermanfaat bagi para perempuan *emerging adulthood* mengenai dampak *helicopter parenting*, yang diharapkan apabila mendapatkan pola asuh ini tetap dapat memiliki *psychological well-being* yang baik.

#### 1.6.2.2. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan memberikan manfaat kepada orang tua dalam membuat keputusan terkait penerapan pola asuh pada anak-anak mereka dan menyediakan penjelasan yang komprehensif mengenai pola asuh *helicopter parenting*.