

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia berkembang pada setiap fase kehidupan, kehidupan masa dewasa awal merupakan batu loncatan pertama seorang individu dalam memiliki kemandirian yang utuh. Menurut Hurlock (1991) masa dewasa awal berjalan mulai usia 18 hingga 40 tahun, pada masa ini individu mulai mengalami perubahan-perubahan yang bermakna dalam hidupnya. Perubahan tersebut ditandai dengan berbagai peran baru yang terjadi seperti menjadi istri, suami ataupun orang tua, selain itu individu dewasa awal memiliki peran sebagai pencari nafkah untuk membiayai kehidupan pribadi. Masa-masa ini dapat dikatakan sulit karena pada dasarnya manusia memiliki sandaran dalam kehidupan di usia sebelumnya baik itu orang tua, guru, ataupun orang-orang terdekat mereka, namun pada masa dewasa awal mereka diharapkan untuk menjadi individu yang mandiri sepenuhnya (Hurlock, 1991). Pada masa ini individu akan mengalami pola-pola kehidupan yang menarik dan berbeda pada setiap tahapannya.

Hurlock (1991) mencirikan masa dewasa awal sebagai masa *settle down* dimana individu menerima tanggung jawab secara sah sebagai orang dewasa yang mengeksplorasi berbagai macam pola hidup sampai akhirnya menemukan pola yang tepat untuk mereka jalani. Selain itu masa dewasa awal juga memiliki label sebagai masa bermasalah, karena pada masa ini banyak sekali masalah-masalah baru yang harus dilewati oleh individu sebagai bentuk pembelajaran dalam menemukan solusi, namun jika masalah yang ditemukan terlalu sulit untuk dilewati atau individu gagal untuk menemukan belajar menghasilkan solusi dari suatu masalah maka individu berpotensi tidak akan berhasil untuk melakukan adaptasi pada masa ini (Hurlock, 1991). Salah satu hal yang memengaruhi keadaan di masa dewasa awal adalah urutan kelahiran seseorang dalam keluarga (Dwilianto et al., 2024).

Menurut Adler (1927) posisi seseorang dalam keluarga akan memengaruhi pengalaman individu tersebut, sehingga nantinya dapat mengubah cara perkembangan kepribadiannya. Sifat-sifat yang ada pada diri setiap anak tidak bergantung pada urutan posisi kelahiran mereka, melainkan pada interaksi sosial yang mereka alami akibat peran urutan kelahiran tersebut (Marano, 2017). Dengan pengasuhan yang tepat, anak sulung dapat mengambil peranan sebagai sosok pengasuh bagi adik-adiknya (Ryckman, 2013; dalam Marano, 2017). Menurut (Healey & Ellis, 2007) anak pertama biasanya mendapatkan perhatian dan dukungan yang lebih besar dari orang tua mereka serta memiliki kebebasan dalam menentukan perannya dalam keluarga, namun hal ini membuat anak pertama cenderung mengikuti minat yang sejalan dengan orangtua mereka dan sangat berusaha untuk memenuhi ekspektasi keluarga. Oleh sebab itu, anak pertama cenderung menuruti keinginan, nilai ataupun aturan yang ditetapkan orangtua mereka dan biasanya mereka memiliki sifat yang lebih disiplin, bertanggungjawab, ambisius, terstruktur, konservatif, dan mendukung norma moral dan sosial termasuk juga peranan-peranan gender.

Istilah gender sebenarnya digunakan oleh para psikolog feminis sebagai rujukan untuk mendeskripsikan aspek psikologis dan sosial dari perilaku serta peran sosial individu, sedangkan arti gender merupakan konstruksi yang dibentuk oleh lingkungan sosial ataupun kultural dari perilaku, peran, sifat, ataupun karakteristik (A, 2020). Peran gender merupakan konstruksi sosial yang menetapkan harapan terhadap perilaku, tanggung jawab, dan fungsi sosial berdasarkan jenis kelamin seseorang, walaupun sebenarnya setiap orang memiliki kebebasan untuk memilih peran yang ingin dijalani, tetapi nyatanya peran gender pada umumnya dibentuk oleh lingkungan sosial dimana seseorang hidup (West & Zimmerman, 2007). Namun ironinya peran gender yang dijalankan oleh laki-laki dan perempuan tidak merata, dimana perempuan kerap dianggap sebagai kaum yang inferior. Inferioritas yang ditujukan pada perempuan terjadi karena sejak awal perempuan dibesarkan di lingkungan yang membuat mereka kehilangan percaya diri, dimana mereka terus disuguhi dengan narasi bahwa perempuan lebih rendah dan tidak memiliki daya untuk melakukan pekerjaan yang berarti (Adler, 1927).

Salah satu bentuk nyata adanya konstruksi peran gender terlihat dalam dinamika keluarga terutama pada posisi individu sebagai seorang anak. Sejak dini, anak-anak sudah terpapar pada perlakuan yang membedakan laki-laki dan perempuan misalnya, anak laki-laki disambut lebih meriah saat lahir dan dianggap sebagai penerus keluarga, sementara anak perempuan cenderung diposisikan sebagai pihak yang kurang diistimewakan. Meskipun orang tua berusaha bersikap adil, struktur sosial dan pola pengasuhan secara tidak langsung tetap menempatkan laki-laki sebagai figur dominan, baik dalam kepemilikan harta, pembagian peran domestik, hingga harapan sosial. Akibatnya, anak laki-laki tumbuh dengan pandangan bahwa mereka memiliki nilai lebih tinggi, sedangkan anak perempuan disosialisasikan untuk menerima peran yang lebih rendah sebuah hasil dari proses sosial dan bukan perbedaan alami (Adler, 1927).

Pada anak sulung perempuan, peran gender sering kali terbentuk melalui nilai-nilai budaya dan struktur keluarga yang menempatkan mereka dalam posisi tanggung jawab lebih besar dibandingkan saudara lainnya (Chatterjee, 2024). Menurut Amanda et al. (2022) anak sulung perempuan sering diharapkan untuk menjadi sosok panutan, pengasuh, dan penengah dalam dinamika keluarga. Selain itu peran-peran ini juga diperkuat dalam budaya patriarki dan kolektivistik seperti di Indonesia, di mana anak sulung perempuan tidak hanya dikaitkan dengan peran reproduktif, tetapi juga dengan peran sosial dan emosional dalam menjaga keharmonisan keluarga. Konsekuensinya, ekspektasi gender yang melekat ini dapat berpengaruh pada perkembangan psikologis anak sulung perempuan (Chatterjee, 2024).

Banyaknya ekspektasi yang dilontarkan membuat anak sulung perempuan memiliki beban psikis tersendiri, terlebih adanya kondisi parentifikasi dimana mereka memiliki peran sebagai orang tua yang mengayomi adik-adiknya (Gonzales, 2024). Kondisi inilah yang membentuk adanya suatu fenomena yang dinamakan *Eldest Daughter Syndrome* (EDS). *Eldest Daughter Syndrome* bukanlah sebuah *syndrome* yang memiliki diagnosis resmi, melainkan istilah sehari-hari yang digunakan untuk menggambarkan keadaan unik pada anak sulung perempuan khususnya yang menggambarkan tekanan dan

tanggungjawab berlebih yang dialami oleh anak perempuan pertama (Chatterjee, 2024). Selain itu munculnya banyak unggahan video tiktok per 17 Juni 2025 dengan tagar #eldestdaughter mencapai angka 71,1 ribu postingan yang berisikan peran, tanggung jawab, serta tekanan yang dialami anak sulung perempuan di kehidupan sehari-hari sehingga memperkuat adanya fenomena ini (TikTok, 2025).

Keadaan yang ditimbulkan dari adanya EDS juga memiliki dampak jangka panjang pada karir, hubungan, dan kesehatan mental anak sulung perempuan. Dalam hal karir mereka memang bisa dikatakan memiliki kemampuan yang baik dalam keterampilan kepemimpinan, rasa tanggungjawab, serta etos kerja yang tinggi karena telah terbiasa untuk memiliki tanggung jawab mengasuh (Chatterjee, 2024). Meskipun anak sulung perempuan cenderung menjalankan tugas-tugas rumah tangga dan pengasuhan, mereka justru semakin termotivasi untuk mengembangkan potensi mereka di bidang akademik (Gonzales, 2024). Namun standar tinggi yang mereka berikan kepada diri mereka sendiri dapat menyebabkan kondisi kecanduan kerja dan perfeksionis sehingga adanya kecenderungan mengalami kelelahan psikis (Luthar & Barkin, 2012; dalam Chatterjee, 2024). Mereka juga merasa sulit untuk memberikan wewenang terkait tugas mereka kepada orang lain dan menetapkan batasan karena merasa terdorong untuk mengambil lebih banyak tanggungjawab (Chatterjee, 2024).

Lebih jauh lagi, *Eldest Daughter Syndrome* juga memengaruhi hubungan anak sulung perempuan dengan orang terdekat mereka seperti pasangan, anak-anak, serta anggota keluarga lainnya. Mereka cenderung akan berperilaku dan berperan sebagai pengasuh terhadap orang terdekat mereka sehingga membuat hubungan yang tidak seimbang, dimana nantinya mereka akan memberi lebih banyak dukungan dibanding menerima dukungan sehingga akan muncul rasa kesal dan frustrasi (Chatterjee, 2024). Hal ini perlu menjadi konsentrasi karena terdapat kemungkinan penerusan pola pengasuhan ke generasi selanjutnya terkait dengan siklus ekspektasi tinggi dalam keluarga (Kagitcibasi, 2002). Dampak jangka panjang EDS dan kaitannya dengan kesehatan mental akibat dari pemenuhan kewajiban untuk selalu mengikuti tuntutan yang hadir dari diri

sendiri dan orang tua akan membuat anak sulung perempuan lebih rentan terkena depresi dan burnout (Luthar & Barkin, 2012; dalam Chatterjee, 2024).

Berdasarkan garis besar dari penjabaran mengenai fenomena *Eldest Daughter Syndrome*, dapat ditarik kesimpulan bahwa anak sulung perempuan sering terjebak dalam perannya sebagai pengasuh di keluarga sehingga mereka menuntut diri mereka harus dapat diandalkan, selain itu mereka juga memiliki tanggungan besar dalam memenuhi ekspektasi keluarga di segala bidang termasuk menjalani pendidikan yang tinggi (Gonzales, 2024). Dari segi emosional, anak sulung perempuan sering mengalami tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi akibat dari pembiasaan untuk memenuhi standar keluarga yang tinggi membuat mereka menyimpan masalah mereka sendiri karena harus merasa mandiri sehingga dapat memunculkan rasa tertekan dan kurang sejahtera secara psikologis. Fenomena tersebut menunjukkan bagaimana ketidakseimbangan dalam peran keluarga dapat memengaruhi *psychological well-being* anak sulung perempuan (Chatterjee, 2024).

Menurut Ryff (1995) seseorang memiliki *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis yang baik bukan hanya sekedar terbebas dari tekanan atau masalah mental tetapi juga adanya sikap positif terhadap diri sendiri terkait dengan kemampuan mengendalikan diri, kemandirian, hubungan interpersonal yang sehat, memiliki tujuan dan makna dalam hidup, serta perasaan berkembang dan terus bertumbuh. *Psychological well-being* juga berfokus pada bagaimana seseorang berkembang dan melewati berbagai halang rintang kehidupan (Keyes et al., 2002). Ditinjau melalui budaya Indonesia, *psychological well-being* merupakan pemenuhan akan berbagai dimensi penting dalam kehidupan yang menciptakan rasa tenang, bahagia, dan puas pada diri seseorang (Abidin & Abidin, 2024).

Terkait dengan *psychological well-being* terdapat beberapa penelitian yang telah dilakukan. Data dari Badan Pusat Statistik dalam survei kebahagiaan pada tahun 2021 dengan menggunakan skala *psychological well-being* mendapatkan hasil bahwa masyarakat Indonesia memiliki tingkat kebahagiaan sebesar 71,8% dimana hal ini menunjukkan tingkat kebahagiaan yang cukup baik. Selain itu terdapat penelitian yang dilakukan oleh Amanda et al. (2022) kepada anak

sulung perempuan bersuku Minangkabau dan ditemukan hasil bahwa sebanyak 14,2% merasa tidak bahagia dengan perannya sebagai anak sulung perempuan di lingkungan suku minangkabau. Selain itu pada preliminary study yang dilakukan salah seorang responden menjelaskan keadaan yang menggambarkan *psychological well-being* nya dalam kalimat berikut:

“the emotional burden is there too... krn gue anak pertama gue ngerasa ya emang gue tuh panutannya adek gue”

Hal ini menggambarkan adanya beban emosional yang dialami oleh anak sulung perempuan akibat peran yang harus ia jalani dalam keluarga. Beban ini bukan hanya muncul dari tanggung jawab yang diberikan secara langsung, tetapi juga dari perasaan bahwa dirinya harus menjadi contoh dan harapan bagi adik-adiknya. Ketika beban emosional seperti ini berlangsung terus-menerus, kemampuan individu untuk mengelola stres, mengatur emosi, dan merasa seimbang dalam hidupnya dapat terganggu. Hal ini sejalan dengan pandangan Ryff (1995) bahwa *psychological well-being* akan menurun ketika seseorang tidak mampu merasa puas dengan dirinya sendiri, kehilangan otonomi dalam mengambil keputusan, dan kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dimana hal ini merupakan penjelasan atas beberapa dimensi dari kesejahteraan psikologis. Dalam kasus ini, tekanan sebagai anak pertama bukan hanya berasal dari luar, tetapi juga dari dalam diri sendiri, karena adanya standar dan ekspektasi tinggi yang terus ia bawa, sehingga secara tidak sadar mengorbankan kesejahteraan psikologisnya sendiri. Selain itu, salah satu faktor besar yang menyebabkan tinggi atau rendahnya *psychological well-being* seseorang adalah budaya, hal ini didukung oleh studi yang dilakukan oleh Chatterjee (2024) pada anak perempuan pertama dimana terungkap fakta bahwa *psychological well-being*, kesehatan mental, dan perkembangan dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah norma dan budaya.

Pada budaya kolektivisme seperti di Asia, anak sulung perempuan mendapatkan beban pengasuhan sejak kecil sehingga membentuk sifat dan pemikiran bahwa mereka harus menjadi seorang yang dapat diandalkan dalam

keluarganya dan memunculkan sifat *perfectionist*. *Perfectionism* atau perfeksionisme sendiri memiliki makna sebagai aktivitas melakukan hal secara berlebihan dimana umumnya, hal tersebut berkaitan penetapan standar pribadi yang sangat tinggi. Di satu sisi, *perfectionism* dapat membantu seseorang mencapai prestasi tinggi, tetapi di sisi lain, bisa menyebabkan stres dan ketidakpuasan (Slaney & Ashby, 1996). *Perfectionism* dapat diibaratkan sebagai dua kutub magnet yaitu positif dan negatif, dimana kutub positif mencakup dua dimensi yaitu dimensi high standards (standar tinggi) dan order (keteraturan), individu dengan kutub positif mampu menetapkan standar yang tinggi dan keberaturan demi mencapai tujuan secara positif. Bertolak belakang dengan dimensi high standar dan order, kutub negatif ini mencakup dimensi *discrepancy* (kesenjangan) dimana terdapat perbedaan antara standar yang diinginkan dan pencapaian nyata seseorang, yang dapat memicu stres, kecemasan, depresi, dan rendahnya kepercayaan diri (Slaney et al., 2001). Selain itu *perfectionism* seseorang dapat memengaruhi berbagai aspek dalam kehidupan sehari-hari.

Perfectionism dapat memengaruhi kehidupan sosial seseorang, seperti hubungan dengan anggota keluarga, pasangan romantis, dan rekan kerja, serta berdampak pada hobi dan kegiatan rekreasi, penampilan pribadi, dan kehidupan beragama (Stoeber & Otto, 2006). Menurut Slaney & Ashby (1996) dalam hal gender, perempuan cenderung melihat *perfectionism* secara lebih negatif dibandingkan laki-laki. Perempuan juga lebih terbuka dalam membicarakan bagaimana *perfectionism* memengaruhi hubungan mereka, dikarenakan satu kemungkinan alasannya adalah bahwa hubungan sosial lebih penting bagi perempuan secara umum, sehingga *perfectionism* yang mengganggu hubungan bisa dirasakan lebih berat (Slaney & Ashby, 1996). *Perfectionism* pada anak sulung perempuan terlihat pada *preliminary* yang dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk melihat gambaran masalah yang terjadi pada anak pertama perempuan.

“Saya harus berhasil, gimanapun caranya harus berhasil, jadi orang pertama dalam keluarga yang bisa membanggakan orang tua, menjadi panutan

bagi adik-adiknya, saya nggak boleh gagal, karena saya yang menjadi panutan adik-adik saya, saya yang menjadi harapan pertama bagi keluarga saya, jadinya saya cenderung keras sama diri saya sendiri, menjadi pribadi yang terlalu saklek, terlalu keras, kurang mengasihani diri sendiri, dan merasa bahwa perasaan serta masalah saya adalah tanggung jawab saya sendiri”

“karena gue anak pertama, gue ngerasa ya emang gue tuh panutannya adek gue even though gue gak yang verbally ngomong "ikutin jejak gue" tapi somehow adek-adek gue pasti look up to me for everything that I do karena gue yang tua dan punya pengalaman lebih dulu, theres no way I mess it up knowing di belakang gue ada adek gue yang pasti nyontoh gue. Mungkin itu kenapa rata-rata anak pertama perfectionist ya karena emang pengennya doing the best so there is no mistake to follow”

Dua narasumber yang diwawancara memiliki kesamaan terkait adanya hal untuk menuntut diri sendiri dan menetapkan standar-standar berdasarkan keyakinan bahwa mereka harus menjadi sosok yang sukses dan dapat diandalkan dalam keluarga. Tuntutan ini cenderung berasal dari kesadaran pribadi atas dasar mereka merupakan panutan bagi adik-adik mereka dalam keluarga. Hal ini menciptakan dorongan untuk selalu berusaha keras, mencapai standar yang tinggi, dan menghindari kesalahan sebisa mungkin. Kedua narasumber menunjukkan kecenderungan untuk menekan diri sendiri agar selalu tampil sebagai figur yang kuat dan sempurna. Mereka merasa bertanggung jawab atas keberhasilan pribadi mereka, bukan hanya untuk diri sendiri, tetapi juga demi keluarga dan adik-adiknya. Akibatnya, mereka cenderung bersikap keras terhadap diri sendiri, mengalami kesulitan dalam memberikan kelonggaran bagi diri sendiri, serta merasa bahwa perasaan dan beban mereka adalah sesuatu yang harus ditanggung sendiri tanpa melibatkan orang lain.

Selain itu dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ramadhani & Hartini (2022) ditemukan bahwa *perfectionism* dimensi *self-oriented perfectionism* memiliki hubungan negatif dengan *autonomy* namun

berhubungan positif dengan *purpose in life*, sedangkan *other-oriented perfectionism* berhubungan negatif dengan *positive relations with others* dan *autonomy*, serta *socially prescribed perfectionism* menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan *self-acceptance*, *autonomy*, dan *environmental mastery*. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Swathi & Upadhyay (2023) ditemukan bahwa *perfectionism* memiliki hubungan negatif dengan *psychological well-being* artinya semakin tinggi tingkat *perfectionism* seseorang, semakin rendah *psychological well-being*. Namun hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati et al., (2016) dimana ditemukan bahwa *perfectionism* memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being* yang artinya semakin tinggi tingkat *perfectionism* maka semakin tinggi juga tingkat *psychological well-being*.

Beberapa penelitian mengenai *perfectionism* dengan *psychological well-being* sudah pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, namun masih terdapat beberapa keterbatasan pada penelitian-penelitian sebelumnya seperti belum adanya penelitian dengan subjek anak sulung perempuan dan perbedaan arah hubungan antara kedua variabel ini. Karena pada penelitian sebelumnya banyak menemukan bahwa *perfectionism* memiliki hubungan yang signifikan terhadap *psychological well-being*, maka peneliti juga ingin mengetahui apakah *perfectionism* dapat memengaruhi *psychological well-being* pada anak pertama berjenis kelamin perempuan di usia dewasa awal. Sesuai dengan perannya, pada usia 18 hingga 40 tahun dimana pada masa ini individu diharapkan untuk menjadi mandiri sepenuhnya. Namun dengan perannya sebagai anak sulung perempuan mereka seringkali merasa bahwa mereka lah yang bertanggung jawab sebagai orang tua ketiga yang harus mampu mengasuh adik-adik mereka, lalu dengan adanya tuntutan untuk menjadi andalan keluarga menimbulkan kesenjangan antara peran mereka di keluarga dengan peran perkembangannya untuk menjadi individu yang seharusnya mandiri secara utuh dan bisa saja memengaruhi *psychological well-being* mereka.

Perfectionism penting untuk diteliti pengaruhnya terhadap *psychological well-being* anak sulung perempuan di usia dewasa awal karena posisi mereka sering kali diidentikkan dengan peran sebagai panutan,

penanggung jawab keluarga, dan penjaga harapan orang tua ditambah pada usia dewasa awal dimana tugas perkembangan mereka sangat berat. Tekanan ini mendorong mereka mengembangkan kecenderungan perfeksionistik, seperti menetapkan standar tinggi terhadap diri sendiri yang kemungkinan dapat memengaruhi *psychological well-being* mereka. Selain itu terdapat kesenjangan pada penelitian sebelumnya dimana penelitian yang dilakukan oleh Swathi & Upadhyay (2023) menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *perfectionism* dengan *psychological well-being*. Sementara hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati et al., (2016) menunjukkan bahwa *perfectionism* memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being*. Untuk itu peneliti mengambil judul penelitian “Pengaruh *Perfectionism* terhadap *Psychological well-being* pada Anak sulung perempuan Usia Dewasa Awal”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, identifikasi masalah yang didapatkan adalah sebagai berikut:

1. Anak sulung perempuan di usia dewasa awal cenderung mengalami tekanan terutama disebabkan oleh faktor budaya kolektivistis dimana mereka dituntut menjadi panutan, penanggungjawab, dan figur pengasuh, yang menyebabkan mereka menetapkan standar tinggi terhadap diri sendiri, sehingga muncul fenomena *eldest daughter syndrome*.
2. Tuntutan peran dalam keluarga yang berlebihan dapat memunculkan kecenderungan *perfectionism*, terutama dari dalam diri yang dapat berdampak pada *psychological well-being*.
3. Terdapat kesenjangan dalam hasil penelitian terdahulu mengenai hubungan antara *perfectionism* dan *psychological well-being*, di mana sebagian menunjukkan hubungan negatif dan sebagian lainnya menunjukkan hubungan positif.
4. Belum banyak penelitian yang secara spesifik meneliti pengaruh *perfectionism* terhadap *psychological well-being* pada anak

sulung perempuan di usia dewasa awal, terutama dalam konteks budaya Indonesia.

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menjaga fokus dan arah penelitian ini tetap terarah, maka ruang lingkup penelitian dibatasi pada *perfectionism* sebagai variabel bebas dan pengaruhnya terhadap *psychological well-being* sebagai variabel terikat dengan subjek anak sulung perempuan di usia dewasa awal.

1.4 Rumusan masalah

Berdasarkan pemaparan sebelumnya maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: “apakah terdapat pengaruh *perfectionism* terhadap *psychological well-being* pada anak sulung perempuan di usia dewasa awal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Melalui penelitian ini, peneliti berupaya untuk menelusuri ada atau tidaknya pengaruh *perfectionism* terhadap *psychological well-being* pada anak sulung perempuan di usia dewasa awal.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam dua ranah, baik secara teoritis dan praktis.

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya literatur mengenai hubungan antara *perfectionism* dan *psychological well-being* pada anak perempuan sulung di usia dewasa awal, serta menjadi rujukan dalam pengembangan studi di bidang serupa di masa mendatang.

1.6.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan para perempuan yang merupakan anak pertama di usia dewasa awal dapat memperoleh pemahaman mengenai bagaimana kecenderungan *perfectionism* dapat memengaruhi *psychological well-being* mereka. Dengan adanya pemahaman ini, diharapkan mereka mampu lebih sadar dalam menetapkan batasan terhadap tuntutan peran yang mereka emban, serta lebih bijak dalam mengelola ekspektasi terhadap diri sendiri.

