

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepanjang masa kehidupan, manusia memiliki tugas yang harus dihadapi dan diselesaikan dalam setiap tahap perkembangannya. Salah satu tahap perkembangan manusia adalah masa dewasa awal, yang menurut (Hurlock, 1980) dimulai pada usia 18 hingga 40 tahun. Hurlock (1980) menjelaskan bahwa masa dewasa awal adalah masa reproduktif melalui pelibatan hubungan interpersonal yang lebih kompleks ke dalam kehidupan, seperti hubungan romantis. Sejalan dengan teori Erik Erikson (1950); dalam Santrock (2013) bahwa fase dewasa awal adalah tentang mencapai keintiman dengan individu lain dan menghindari kesendirian (*intimacy vs isolation*).

Hubungan romantis ini memainkan peran penting dalam keberhargaan diri individu melalui pengakuan dan dukungan dari pasangannya (Marpaung & Yuli, 2021). Gómez-López, dkk (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa keberhasilan individu dalam membangun dan memelihara hubungan romantis dapat berdampak penting pada tahap perkembangan berikutnya, serta berkontribusi terhadap kesehatan mental, fisik, dan kesejahteraan individu tersebut.

Akan tetapi, tidak dapat dipungkiri bahwa selama periode ini individu seringkali menghadapi tantangan dalam membangun harga diri yang stabil karena dipengaruhi oleh dinamika hubungan mereka dengan individu lain. Padahal, *self-esteem* atau harga diri menjadi salah satu faktor psikologis yang penting bagi setiap individu karena berkenaan dengan pandangan individu terhadap dirinya.

Menurut Santrock (2019), *self-esteem* atau harga diri adalah evaluasi individu terhadap diri sendiri yang mencakup pandangan positif atau negatif mengenai dirinya serta mencerminkan seberapa besar seseorang menghargai dan

menilai kemampuannya dalam konteks sosial. Salah satu faktor yang memengaruhi *self-esteem* adalah jenis kelamin dan wanita cenderung memiliki harga diri yang lebih rendah dibandingkan dengan pria (Santrock, 2019).

Sejalan penelitian Santrock (2019), Magee dan Upenieks (2019) hasil penelitiannya menyatakan bahwa pria memiliki kecenderungan yang lebih besar terhadap pernyataan diri yang diucapkan secara positif, sedangkan wanita setuju dengan pernyataan yang bersifat negatif tentang dirinya sendiri. Berikutnya, penelitian oleh Helwig dan Ruprecht (2017) mengenai perbedaan *self-esteem* berdasarkan gender dalam konteks sosiokultural menghasilkan adanya perbedaan tingkat *self-esteem* antara pria dan wanita di negara-negara dengan budaya barat. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa wanita mengalami fluktuasi *self-esteem* yang lebih besar dibandingkan pria pada rentang usia 10 hingga 30 tahun (Helwig & Ruprecht, 2017).

Dalam konteks hubungan, penelitian yang dilakukan oleh Kwang, dkk (2013) menjelaskan bahwa pria lebih memandang hubungan romantis sebagai simbol status sosial, sementara wanita melihat hubungan sebagai sumber dukungan emosional. Selain itu, penelitian oleh Cross dan Madson (1997) pria cenderung menilai diri mereka berdasarkan keunikan yang mereka miliki dan kemandirian, sedangkan wanita lebih cenderung mengaitkan penilaian diri mereka berdasarkan hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, wanita lebih memungkinkan untuk terjebak dalam dinamika hubungan romantis.

Salah satu dinamika hubungan romantis yang kerap dialami individu adalah terjebak dalam *toxic relationship*. Menurut Julianto, dkk (2020) *toxic relationship* adalah suatu hubungan yang tidak sehat untuk diri sendiri maupun orang lain, yang bentuknya dapat berupa serangan atau ancaman terhadap fisik maupun psikis.

Lebih lanjut, Julianto, dkk (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kebahagiaan yang individu rasakan ketika menjalani hubungan romantis dengan harga diri dan harapan yang mereka miliki. Hal ini berarti bahwa ketika individu menjalin hubungan yang sehat, maka akan memiliki harga diri dan harapan yang tinggi, sehingga mereka merasakan kebahagiaan yang tinggi.

Pada tahun 2022, data dari Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA) menunjukkan sebanyak 1.151 kasus kekerasan terhadap perempuan dilakukan oleh pasangannya. Survei Jakpat yang dilakukan DataIndonesia.id pada tahun 2023, sebanyak 64,3% dari 750 responden mengaku pernah mengalami *toxic relationship* dengan pasangannya. Selain itu, dalam laporan *database* kekerasan pada perempuan tahun 2023 Komisi Nasional Perempuan mencatat 15.621 kasus kekerasan seksual, 12.787 kasus kekerasan psikis, 11.099 kasus kekerasan fisik, dan 6.807 kekerasan lainnya. Tingginya angka pada data-data tersebut menggambarkan bahwa masih banyak wanita di Indonesia yang terjebak dalam hubungan yang tidak sehat dengan pasangannya.

Adapun penelitian dilakukan oleh Chi dan Dariyo (2025), yang melibatkan lima orang narasumber berusia dewasa awal yaitu 20 hingga 30 tahun, menunjukkan hasil bahwa sebagian besar narasumber mengungkapkan adanya kesulitan untuk keluar dari *toxic relationship* karena ketergantungan emosional, rasa takut terhadap penolakan, dan ketidakpastian akan masa depan. Pada penelitian yang menggunakan metode wawancara ini, dikatakan bahwa salah satu penyebab munculnya *toxic relationship* adalah perilaku merendahkan yang dilakukan pasangannya, kemudian berdampak pada perasaan tidak berharga dan merusak rasa percaya diri responden. Selain itu, keterikatan yang kuat juga menjadi salah satu aspek individu terjebak dalam *toxic relationship* karena keterikatan ini menimbulkan ketergantungan emosional yang berlebihan. Ketergantungan yang berlebihan atau tidak seimbang ini akan menyebabkan dinamika hubungan yang tidak sehat dan menyebabkan individu merasa sangat terikat atau terkendalikan oleh pasangannya, bahkan ketika hubungan tersebut sudah menjadi toksik (Chi & Dariyo, 2025).

Salah satu faktor psikologis yang berperan dalam kerentanan terhadap hubungan yang tidak sehat adalah *relationship-contingent self-esteem*, yaitu kondisi ketika individu menggantungkan harga dirinya terhadap kualitas hubungan romantis. Menurut Knee, dkk (2008) *relationship-contingent self-esteem* adalah suatu bentuk ketidaksehatan individu karena menggantungkan harga diri pada kegagalan atau keberhasilan hubungan romantisnya. Individu dengan tingkat

relationship-contingent self-esteem yang tinggi merasa bahwa harga diri mereka sangat ditentukan oleh keberlangsungan hubungan romantis mereka.

Individu dengan *relationship-contingent self-esteem* menunjukkan sensitivitas yang tinggi terhadap ancaman, reaktivitas emosional yang intens, serta perilaku ketergantungan atau *clingy* dan manipulatif untuk mempertahankan hubungan, bahkan ketika hubungan tersebut merugikan secara psikologis (Holden dkk., 2018). Fenomena ini dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis individu karena ketidakstabilan dalam hubungan dapat menyebabkan fluktuasi yang signifikan dalam harga diri mereka (Park dkk., 2011). Pada kondisi ini, individu dengan *relationship-contingent self-esteem* yang tinggi berisiko lebih besar terjebak dalam *toxic relationship* karena validasi diri mereka bergantung pada keberlangsungan hubungan, bukan pada penilaian diri yang otonom.

Relationship-contingent self-esteem merupakan konsep yang dikembangkan dari teori *contingent self-esteem* oleh Crocker dan Wolfe (2001). *Contingent self-esteem* merupakan bentuk harga diri individu yang bersumber dari aspek eksternal (Crocker & Wolfe, 2001). Harga diri kontingen mengacu pada seseorang yang merasa bahwa harga dirinya ditentukan oleh keberhasilan atau kegagalan yang sesuai dengan tujuan atau standar tertentu, misalnya, seorang siswa yang merasakan harga dirinya tinggi ketika berhasil dalam akademisnya (Holden dkk., 2018).

Crocker dan Park (2004) menyatakan bahwa individu akan mengupayakan pemenuhan harga diri untuk membantu mereka mengelola ketakutan dan kecemasan. Untuk itu, kegagalan dalam pemenuhan harga diri akan berdampak kepada kesejahteraan psikologis individu tersebut. Misalnya, individu dengan kepekaan yang tinggi terhadap penolakan akan sangat bergantung pada cinta dan validasi dari orang lain, mereka yang mengalami penolakan secara berlebihan akan bereaksi lebih keras terhadap dirinya sendiri (Downey & Feldman, 1996). Individu dengan *relationship-contingent self-esteem* yang tinggi akan merasakan kecemasan yang berlebih atas konflik yang terjadi dalam hubungan mereka (Crocker & Park, 2004).

Knee, dkk (2008) membagi *relationship-contingent self-esteem* ke dalam beberapa aspek, yaitu *self-evaluation*, *emotion*, *relationship evaluation*,

relationship schemata, dan *need satisfaction*. *Self-evaluation* merepresentasikan penilaian diri individu ketika menjalani suatu hubungan. Aspek *emotion* menggambarkan fluktuasi emosi positif dan negatif yang dialami individu berdasarkan peristiwa yang terjadi dalam hubungan. Berikutnya, aspek *relationship evaluation* berkaitan dengan kepuasan hubungan romantis yang dijalani. *relationship schemata* menjelaskan perilaku buruk individu dengan tingkat *relationship-contingent self-esteem* yang tinggi yang menyebabkan pola hubungan yang tidak sehat. Kemudian, aspek *need satisfaction* yang menjelaskan tentang tiga kebutuhan dasar psikologis manusia yang harus terpenuhi, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*.

Relationship-contingent self-esteem bersumber dari tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar untuk otonom (*autonomy*), kompetensi (*competence*), dan keterikatan (*relatedness*), yang menyebabkan berkembangnya rasa harga diri defensif, kontingen, dan suboptimal (Deci & Vansteenkiste, 2004); Knee dkk., 2008). Kebutuhan psikologis dasar tersebut dapat dijelaskan dalam beberapa teori, yaitu: 1) de Charms (1968) kebutuhan akan otonomi merupakan kebutuhan manusia untuk merasa bahwa tindakannya ditentukan dan sejalan dengan nilai dan minatnya sendiri; 2) Bandura (1977); White (1959) kebutuhan akan kompetensi yang mencerminkan perasaan kompeten dan efektif terhadap suatu hal yang dilakukan individu; 3) Bowlby (1973) dalam teori *attachment*-nya menyatakan bahwa individu membutuhkan ikatan emosional dengan pengasuhnya (Knee, dkk., 2008). Keterlibatan ayah termasuk ke dalam kebutuhan psikologis dasar individu, yaitu kebutuhan untuk keterikatan yang seharusnya dipenuhi agar harga diri yang nonkontingen dan optimal dapat tercapai.

Teori *attachment* yang dikemukakan oleh Bowlby (1982), menekankan pentingnya hubungan anak dengan pengasuh utamanya di awal masa kehidupan karena hal ini merupakan *internal working model* awal untuk semua hubungan sosial yang akan dijalin di masa depan, termasuk hubungan romantis. Anak perempuan yang memiliki ayah yang kurang terlibat atau memiliki hubungan yang tidak aman dengan ayahnya akan menyebabkan kekosongan, sehingga cenderung akan memiliki *anxious attachment* (Bowlby, 1988) yang kemudian berdampak pada bagaimana mereka memandang hubungan romantis. Karakteristik *anxious*

attachment menurut Kasdim dan Budiarto (2024) berupa ketergantungan pada pasangan untuk validasi dan dukungan, rasa takut untuk ditinggalkan, serta keinginan yang tinggi akan rasa aman dan stabilitas.jl.

Pada beberapa kasus, ketidakhadiran ayah dalam pengasuhan dapat menyebabkan wanita mengalami rasa tidak aman atau kurangnya rasa penerimaan diri, sehingga mereka cenderung mencari validasi dan kepastian melalui hubungan lawan jenisnya. Seperti yang terjadi dalam beberapa tahun terakhir, istilah *daddy issues* banyak diperbincangkan masyarakat, yang secara luas diartikan sebagai suatu bentuk permasalahan psikologis yang disebabkan karena ketidakhadiran sosok ayah dalam kehidupan. Salah satu permasalahan dari fenomena tersebut adalah ketergantungan emosional yang tidak sehat terhadap pasangannya. Kondisi ini disebabkan karena individu tersebut tidak mendapatkan peran atau kehadiran sosok ayah selama kehidupannya, sehingga menjadikan pasangannya sebagai ‘figur pengganti’ ayahnya. Menurut Rahayu, dkk (2024), *daddy issues* merupakan penggambaran trauma seseorang yang terbentuk dari hubungan yang tidak baik dengan ayah dan dapat berdampak pada permasalahan psikologis, salah satunya terjebak dalam *toxic relationship*.

Sementara itu, dilansir dari Narasi.com dan beberapa media informasi digital menyatakan bahwa Indonesia menduduki peringkat ketiga negara dengan kondisi *fatherless* tertinggi di dunia. Survei yang dilakukan oleh Populix pada tahun 2023 mengenai kondisi *fatherless* di Indonesia menyatakan hasil bahwa sekitar 31,1% dari sebanyak 2.565 responden mengaku dalam kondisi *fatherless* yang disebabkan oleh berbagai alasan, seperti ayah yang terlalu sibuk bekerja, sehingga tidak ada waktu untuk keluarga, hubungan jarak jauh dengan ayah, dan beberapa alasan lainnya. UNICEF pada tahun 2021 menyatakan bahwa sebanyak 20,9% anak-anak di Indonesia kehilangan peran ayah. Pada tahun 2017 silam, Humas KPAI juga menyatakan bahwa peran pengasuhan ayah dalam kualitas pendidikan anak masih rendah yaitu sebesar 27,9%, sedangkan ibu masih berperan lebih besar yaitu 36,9%. Lebih lanjut, di Indonesia, data mengenai keterlibatan ayah dalam pengasuhan masih sangat terbatas dan sebagian besar survei menunjukkan bahwa pola pengasuhan di keluarga cenderung masih berpusat pada ibu, sedangkan ayah lebih banyak berperan pada aspek ekonomi. Hal ini kembali menjadi kesenjangan

dengan teori bahwa seharusnya ayah terlibat dalam pengasuhan untuk menghindari ketidakstabilan emosional dan permasalahan pada aspek serupa.

Keterlibatan ayah menurut Finley dan Schwartz (2004) didefinisikan sebagai sejauh mana seorang ayah berperan aktif dalam berbagai aspek kehidupan anaknya, termasuk interaksi langsung, keterjangkauan emosional, dan tanggung jawab utama dalam pengasuhan. Hal ini akan berpengaruh terhadap tingginya kesejahteraan psikologis dan perkembangan sosial anak. Sebaliknya, kurangnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat berdampak negatif pada harga diri, kepercayaan diri, dan kemampuan anak dalam membangun hubungan sosial (Finley & Schwartz, 2004).

Menurut Finley dan Schwartz (2004) keterlibatan ayah meliputi tiga aspek, yaitu keterlibatan ekspresif (*expressive involvement*) yang meliputi kegiatan yang bersifat sosial; keterlibatan instrumental (*instrumental involvement*) mencakup hal yang bersifat fungsional seperti menafkahi; dan keterlibatan mentoring (*mentoring/advising involvement*) yang menekankan pada perkembangan kognitif.

Bagi anak perempuan, ayah seringkali menjadi *role model* pertama dalam menjalin hubungan interpersonal, terutama dengan laki-laki. Tyarski (2015, dalam Weryszko & Kogut, (2023)) menyatakan bahwa seorang anak perempuan membutuhkan cinta seorang ayah selama proses perkembangan, sebagai sinyal bahwa mereka juga dapat dicintai oleh orang lain dan belajar tentang cinta dan rasa hormat seperti apa yang seharusnya mereka harapkan dari orang lain. Dengan demikian, keterlibatan ayah dalam pengasuhan menjadi sangat penting untuk perkembangan aspek psikologis dan sosial pada anak perempuan, terutama selama menjalani hubungan romantis dengan lawan jenis.

Beberapa penelitian terdahulu menemukan keterlibatan ayah berpengaruh terhadap perkembangan emosional dan kemampuan sosial terutama pada anak perempuan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Allgood, dkk (2012) menemukan bahwa anak perempuan yang memiliki ayah yang suportif dan terlibat cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dan lebih stabil, sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh fluktuasi hubungan interpersonal. Penelitian lain oleh Zhou, dkk (2024) menyatakan bahwa hadirnya ayah dalam pengasuhan berhubungan positif dengan ketahanan psikologis anak perempuannya. Ketika ayah

aktif terlibat dalam kehidupan anak perempuan, hal tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri, memiliki perasaan aman dan ketahanan yang lebih tinggi, serta emosional dan akademik yang lebih stabil (Zhou dkk., 2024). Rahayu, dkk (2024) dalam penelitiannya menyatakan bahwa anak perempuan yang tidak merasakan kehadiran ayah selama masa perkembangannya akan berdampak pada tingkat kepercayaan diri dan membuat anak perempuan tersebut mudah terpengaruh oleh lingkungan sosialnya, seperti lingkungan pertemanan atau hubungan dengan lawan jenis. Lebih lanjut, keterlibatan ayah memiliki peran signifikan dalam membentuk harga diri yang bergantung pada hubungan romantis (Rahayu dkk., 2024). Kemudian, Safitri, dkk (2024), yang menguji hubungan antara harga diri dan keterlibatan ayah dengan preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal menunjukkan hasil bahwa keterlibatan ayah dan tingkat *self-esteem* berperan dalam menentukan preferensi pasangan hidup.

Penelitian mengenai *relationship-contingent self-esteem* belum banyak dilakukan di Indonesia, namun penulis menemukan salah satu penelitian yang dilakukan oleh Syafiyah dan Primanita (2024), yang menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *father involvement* terhadap *relationship-contingent self-esteem*. Hal ini berarti semakin rendah *father involvement*, semakin tinggi tingkat RCSE. Kebutuhan untuk merasa dihargai dan diterima dalam hubungan dapat menciptakan ketergantungan emosional yang berisiko merusak kesejahteraan psikologis individu yang mengalaminya.

Weryszko dan Kogut (2023) dalam studinya menyatakan bahwa seorang ayah memiliki peran dalam mengembangkan rasa tanggung jawab, menginternalisasi norma dan nilai-nilai masyarakat, membantu memperoleh stabilitas emosional, dan adaptasi yang baik terhadap kehidupan sang anak. Hasil penelitiannya membuktikan bahwa sikap positif pengasuhan ayah memiliki dampak jangka panjang terhadap harga diri dan strategi manajemen stres pada anak perempuan di masa dewasa awal, sedangkan sikap negatif ayah dalam pengasuhan dapat mengarah pada ketidakstabilan emosional dan strategi koping stres yang kurang efektif. Beberapa temuan di atas menunjukkan pentingnya keterlibatan pengasuhan ayah dalam kesejahteraan psikologis, terutama dalam pembentukan

konsep dan harga diri, serta kesiapan individu untuk menjalin hubungan interpersonal.

Individu dengan *relationship-contingent self-esteem* tinggi cenderung sangat bergantung pada hubungan mereka untuk validasi diri, yang dapat menyebabkan mereka mengalami ketidakstabilan emosional ketika menghadapi tantangan dalam hubungan (Sanchez & Kwang, 2007). Sebaliknya, individu yang memiliki *relationship-contingent self-esteem* rendah cenderung lebih stabil dalam harga diri mereka dan tidak mudah terpengaruhi oleh dinamika hubungan yang mereka jalani. Hal ini dapat menyebabkan ketergantungan emosional yang berlebihan, meningkatkan risiko bertahan dalam hubungan toksik atau *abusive*, sebagaimana yang tercermin dalam tingginya angka kekerasan dalam pacaran di Indonesia. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap *relationship-contingent self-esteem*, termasuk pengalaman hubungan dengan orang tua, terutama ayah, sejak masa kanak-kanak.

Berdasarkan uraian di atas dan beberapa penelitian terdahulu, penulis berasumsi bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *relationship-contingent self-esteem*. Beberapa studi telah melakukan pembuktian secara empiris mengenai pengaruh keterlibatan ayah terhadap *self-esteem* wanita dewasa awal, namun masih sedikit penelitian yang membahas secara spesifik kepada harga diri yang bergantung pada hubungan beserta faktor-faktor yang memengaruhinya. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih lanjut mengenai pengaruh keterlibatan ayah terhadap *relationship-contingent self-esteem* pada wanita dewasa awal.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan penelitian sebagai berikut:

- 1) Individu yang memasuki usia dewasa awal memiliki tugas perkembangan menghadapi ketegangan emosional dan menjalin hubungan romantis dalam waktu yang sama.

- 2) Tingginya angka wanita di Indonesia yang terjebak dalam hubungan yang tidak sehat menunjukkan adanya dinamika dalam menjalin hubungan romantis. Salah satunya adalah *relationship-contingent self-esteem*.
- 3) Terjadi kesenjangan bahwa seharusnya individu usia dewasa awal menjalin hubungan romantis yang sehat.
- 4) Terdapat faktor yang melatarbelakangi terjadinya *relationship-contingent self-esteem*, salah satunya adalah *anxious attachment* yang disebabkan oleh pola asuh orang tua, terutama ayah yang inkonsisten.
- 5) Angka *fatherless* yang tinggi di Indonesia. Padahal, kurangnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat berdampak pada rendahnya stabilitas emosional dan harga diri anak perempuan.

1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini akan dibatasi pada pengaruh keterlibatan ayah terhadap *relationship-contingent self-esteem* pada wanita usia dewasa awal yang sedang menjalani hubungan romantis, dan berdomisili di Jabodetabek.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap *relationship-contingent self-esteem* pada wanita dewasa awal?”.

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap *relationship-contingent self-esteem* pada wanita dewasa awal.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Praktis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan kebaruan penelitian dalam pengembangan ilmu pengetahuan

Psikologi, khususnya Psikologi Perkembangan, Psikologi Keluarga, dan Psikologi Sosial.

1.6.2. Manfaat Teoritis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu penulis, serta dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian-penelitian mengenai *relationship-contingent self-esteem* dan keterlibatan ayah yang akan dilakukan berikutnya. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada wanita dewasa awal untuk membangun hubungan romantis yang lebih sehat dan membangun kesadaran kepada seluruh masyarakat mengenai pentingnya keterlibatan ayah selama masa perkembangan anak.

