

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan manusia mengalami proses yang berlangsung secara bertahap dan bersambung sepanjang perjalanan hidup manusia. Setiap tahapan perkembangan memiliki kebutuhan dan tuntutan yang berbeda. Individu dituntut agar dapat beradaptasi dengan segala perubahan yang terjadi tiap tahapan perkembangannya. Salah satu tahapan perkembangan yang perlu diperhatikan adalah ketika individu berada pada fase transisi dari remaja menuju dewasa, yang disebut sebagai *emerging adulthood*. Arnett (2000) mendefinisikan *emerging adulthood* sebagai periode perkembangan individu pada rentang usia 18 hingga 25 tahun yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan hidup, serta pencarian arah hidup. Temuan oleh Arnett & Mitra (2018) menunjukkan bahwa berbagai karakteristik tersebut, termasuk perasaan berada di antara dua fase (*feeling in-between*), lebih banyak dirasakan kelompok usia ini dibandingkan kelompok usia lain.

Pada rentang usia ini, individu mengalami banyak perubahan yang terjadi secara sekaligus, baik dalam cara berpikir, perasaan, hubungan dengan orang lain, maupun peran dalam kehidupan. Kondisi ini membuat individu berada dalam tekanan karena harus menyesuaikan diri dengan berbagai peran baru sambil membentuk jati diri yang lebih stabil (Wood *et al.*, 2018). Dengan demikian, *emerging adulthood* dapat dikatakan sebagai fase transisi yang menantang karena individu tidak lagi berada pada tahap remaja, namun juga belum sepenuhnya mencapai stabilitas sebagai individu dewasa.

Pada masa *emerging adulthood*, individu menghadapi berbagai tuntutan yang dapat menimbulkan tekanan psikologis. Perubahan dalam relasi sosial,

tuntutan akademik, pencarian pekerjaan, serta kebutuhan untuk membangun identitas diri seringkali memicu kecemasan, kebingungan, dan ketidakpastian terhadap masa depan. Husain dan Suminar (2022) mengatakan bahwa kondisi ini sering berkaitan dengan fenomena *quarter-life crisis*, yaitu krisis yang muncul ketika individu merasa belum siap menghadapi pilihan-pilihan hidup yang harus segera ditentukan.

Dengan adanya perubahan dalam kondisi sosial dan ekonomi, seperti semakin lamanya waktu dalam menempuh pendidikan, meningkatnya tuntutan sosial, serta tuntutan dalam kemandirian finansial, berkontribusi dalam memperbesar tantangan psikologis yang dihadapi individu selama proses transisi menuju dewasa (Andriona *et al.*, 2026). Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, *self-esteem* menjadi salah satu aspek psikologis yang penting karena berkaitan dengan keberhasilan dan kesejahteraan individu dalam berbagai domain kehidupan, termasuk hubungan interpersonal, pekerjaan, dan kesehatan (Orth & Robins, 2014). Rosenberg (1965) mendefinisikan *self-esteem* sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif, yang mencerminkan sejauh mana individu menganggap dirinya berharga, kompeten, dan layak. Individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi contohnya cenderung mampu menghadapi tantangan, memiliki kepercayaan diri yang baik, serta memiliki kemampuan adaptasi yang baik. Sebaliknya, rendahnya *self-esteem* pada individu contohnya yaitu mengalami keraguan terhadap dirinya, memiliki persepsi negatif terhadap kemampuan diri, serta lebih rentan terhadap tekanan psikologis (Nabilla *et al.*, 2024).

Namun, meskipun *self-esteem* sangat dibutuhkan di fase *emerging adulthood*, perkembangannya pada masa ini justru bersifat dinamis dan rentan terhadap guncangan. Studi longitudinal Chung *et al.* (2014) menunjukkan bahwa pada masa transisi menuju dewasa, *self-esteem* dapat mengalami perubahan yang cukup tajam ketika individu menghadapi tuntutan baru. Pola ini menunjukkan bahwa meskipun secara umum *self-esteem* cenderung meningkat sepanjang masa dewasa (Orth & Robins, 2014), fase *emerging adulthood* tetap menjadi periode yang rawan karena tingginya tuntutan perubahan peran, ketidakstabilan identitas,

dan tekanan untuk memenuhi standar hidup tertentu. Kondisi inilah yang menjadikan *self-esteem* sebagai aspek psikologis yang krusial karena pada masa transisi ini, *self-esteem* menjadi fondasi individu dalam menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan emosional (Astrawan, 2025).

Terdapat temuan bahwa kondisi *self-esteem* dialami secara berbeda pada laki-laki dan perempuan. Penelitian lintas budaya yang dilakukan oleh Bleidorn *et al.* (2016) menyatakan bahwa *self-esteem* yang dimiliki perempuan lebih rendah dibandingkan dengan *self-esteem* yang dimiliki laki-laki di berbagai negara, dan perbedaan ini tampak dominan pada masa transisi menuju dewasa. Temuan ini juga diperkuat oleh studi yang menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan gender, di mana laki-laki cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan (Casale, 2020). Hal ini dapat dipahami mengingat perempuan pada fase *emerging adulthood* cenderung menghadapi tekanan sosial yang lebih kompleks, termasuk tekanan terkait standar penampilan, peran gender, serta ekspektasi sosial yang lebih tinggi dari lingkungan sekitar. Perempuan juga memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk melakukan perbandingan sosial secara negatif, yang pada akhirnya berdampak pada kerentanan *self-esteem* mereka (Kling *et al.*, 1999).

Penelitian-penelitian tersebut juga didukung studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 21 individu pada fase *emerging adulthood*. Studi ini bersifat eksploratif dan bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi *self-esteem* pada perempuan di fase ini, sehingga tidak dimaksudkan sebagai representasi statistik. Hasil studi menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak menunjukkan respons yang berkaitan dengan rendahnya *self-esteem* dibandingkan laki-laki. Sebanyak 70% responden perempuan mengaku pernah merasa dirinya tidak cukup berharga untuk memperoleh pencapaian atau apresiasi dari orang lain, sedangkan pada laki-laki persentasenya sebesar 36%. Selain itu, 90% responden perempuan mengaku sering merasa *insecure* dan meragukan nilai dirinya ketika berada dalam lingkungan sosial yang baru, sementara laki-laki persentasenya sebesar 45%. Perempuan juga menunjukkan tingkat kepuasan diri yang rendah, dimana setengah dari responden perempuan menyatakan tidak puas terhadap dirinya sendiri. Meskipun jumlah responden terbatas, temuan awal ini

mengindikasikan adanya kecenderungan penilaian diri yang lebih negatif pada perempuan dibandingkan laki-laki, yang menjadi salah satu dasar pemilihan perempuan sebagai subjek dalam penelitian ini.

Self-esteem merupakan hasil dari penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yaitu sejauh mana individu merasa dirinya mampu dan berharga (Mruk, 2013). Salah satu faktor penting dalam pembentukan *self-esteem* pada individu adalah dukungan dari orang tua (Kiviruusu *et al.*, 2015 *as cited in* Syahputri *et al.*, 2025). Dukungan, perhatian, dan kehangatan yang diberikan oleh orang tua berkontribusi dalam membentuk penilaian diri yang positif, sedangkan kurangnya keterlibatan emosional dapat membuat individu merasa kurang dihargai dan berdampak pada rendahnya *self-esteem* (Mruk, 2006).

Rosenberg & Owens (2001, *as cited in* Astrawan, 2025) menjelaskan bahwa individu dengan *self-esteem* rendah biasanya tidak percaya diri, sensitif terhadap pengalaman yang mengancam harga dirinya, membesar-besarkan pengalaman negatif, mengalami kecemasan ketika bersosialisasi, merasa canggung, dan kesulitan mengekspresikan diri. Bagi perempuan, penurunan penghargaan diri atau *self-esteem* yang rendah sering kali terefleksi melalui munculnya anggapan bahwa diri mereka kurang bernilai, keraguan atas potensi yang dimiliki, kebiasaan melakukan perbandingan sosial secara negatif, serta tingginya kecemasan atau rasa *insecure* saat dihadapkan pada situasi sosial.

Salah satu pengalaman yang berperan dalam pembentukan cara perempuan memandang dirinya adalah hubungannya dengan orang tua, terutama ayah. Ayah yang terlibat dalam pengasuhan dan perkembangan anak perempuannya dapat membuat anak perempuan tersebut memiliki rasa percaya diri, rasa aman, dan rasa terpenuhi di masa dewasa (Risnawati *et al.*, 2021). Namun sebaliknya, jika ayahnya kurang terlibat, individu dapat merasa kehilangan, kurangnya validasi emosional, serta memengaruhi cara individu tersebut menilai dirinya dan membangun relasi dengan orang lain (Wahyudi *et al.*, 2024).

Pada fase *emerging adulthood*, individu mulai merefleksikan dan memaknai ulang pengalaman pengasuhan yang diterima di masa lalu. Persepsi individu terhadap sejauh mana ayah hadir dan terlibat dalam kehidupannya, baik secara

emosional, instrumental, maupun melalui bimbingan, berkontribusi terhadap cara individu memandang dirinya sendiri. Pengalaman mendapatkan perhatian, arahan, dan dukungan dari ayah membentuk keyakinan internal bahwa dirinya berharga dan layak untuk dicintai, yang dapat memperkuat *self-esteem*. Menurut Zia et al. (2015), kualitas hubungan antara ayah dan anak memegang peranan krusial dalam tahapan perkembangan psikologis perempuan karena interaksi positif yang terjalin terbukti berkaitan erat dengan pembentukan *self-esteem* yang lebih baik. Temuan lain menyatakan bahwa kurangnya keterlibatan ayah, terutama dalam aspek emosional, dapat menimbulkan jarak emosional yang memengaruhi cara individu memandang dirinya, khususnya pada anak perempuan (As Syafiyah & Primanita, 2024).

Meskipun hubungan antara keterlibatan ayah dan *self-esteem* telah banyak diteliti, penelitian yang secara khusus mengkaji *father involvement* pada fase *emerging adulthood* masih terbatas, terutama di Indonesia. Yunanto dan Kristinawati (2025) telah meneliti hubungan antara *father involvement* dan *self-esteem*, namun berfokus pada kelompok remaja. Syahputri, Azahra, dan Risnawati (2025) mengkaji kontribusi keterlibatan ayah terhadap *self-esteem* pada dewasa awal, namun tidak secara spesifik membatasi pada kelompok perempuan dan fase *emerging adulthood*. Dengan demikian, terdapat *gap* penelitian yang nyata, yaitu belum adanya penelitian yang secara spesifik menguji pengaruh keterlibatan ayah terhadap *self-esteem* pada perempuan di fase *emerging adulthood*, khususnya dalam konteks Indonesia. Kesenjangan ini menjadi penting mengingat perempuan pada fase *emerging adulthood* menghadapi tuntutan perkembangan yang kompleks dan membutuhkan sumber daya psikologis yang memadai, salah satunya *self-esteem*, yang dapat mengalami fluktuasi.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan agar dapat mengetahui pengaruh keterlibatan ayah terhadap *self-esteem* perempuan pada fase *emerging adulthood*. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi perkembangan serta memberikan kontribusi praktis bagi penguatan peran keluarga dalam mendukung kesehatan psikologis perempuan pada fase *emerging adulthood*.

1.2. Identifikasi Masalah

Mengacu pada uraian fenomena dan dinamika psikologis yang telah dikemukakan pada latar belakang, peneliti mengidentifikasi sejumlah permasalahan sebagai berikut:

1. Masa *emerging adulthood* merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh lima karakteristik utama, yaitu eksplorasi identitas, ketidakstabilan, berfokus pada diri sendiri, perasaan berada di antara dua fase, serta fase yang penuh kemungkinan, di mana kesemuanya menimbulkan tuntutan psikologis yang tinggi dan membutuhkan sumber daya psikologis yang kuat, salah satunya *self-esteem*
2. *Self-esteem* pada fase *emerging adulthood* bersifat dinamis dan dapat mengalami fluktuasi, padahal sangat dibutuhkan untuk menghadapi berbagai tuntutan kehidupan.
3. Perempuan pada fase *emerging adulthood* cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki akibat tekanan sosial, peran gender, dan kecenderungan melakukan perbandingan sosial secara negatif.
4. *Self-esteem* dipengaruhi oleh faktor relasional, salah satunya lingkungan keluarga, khususnya keterlibatan ayah yang mencakup aspek emosional, instrumental, dan bimbingan.
5. Persepsi individu terhadap keterlibatan ayah berperan dalam membentuk *self-esteem*, namun penelitian yang secara spesifik mengkaji hal ini pada perempuan fase *emerging adulthood* di Indonesia masih terbatas.

1.3. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus dan relevan dengan tujuan yang ingin dicapai, peneliti menetapkan batasan masalah pada:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah keterlibatan ayah (*father involvement*).
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self-esteem*.

3. Subjek penelitian adalah perempuan pada masa *emerging adulthood* (usia 18-25 tahun) yang memiliki ayah yang masih hidup.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah terdapat pengaruh keterlibatan ayah (*father involvement*) terhadap *self-esteem* perempuan pada fase *emerging adulthood*?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis ada atau tidaknya pengaruh keterlibatan ayah (*father involvement*) terhadap *self-esteem* pada perempuan di fase *emerging adulthood*.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas diskursus kajian psikologi perkembangan, khususnya mengenai kontribusi *father involvement* terhadap fluktuasi *self-esteem* perempuan pada fase *emerging adulthood*. Selain itu, riset ini juga diproyeksikan untuk menjadi rujukan empiris bagi studi-studi relevan di masa mendatang.

1.6.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan edukasi bagi masyarakat, terutama orang tua dan perempuan *emerging adulthood*, terkait krusialnya peran ayah dalam mendukung evaluasi diri yang adaptif. Selain itu, hasil studi ini diharapkan dapat menjadi pijakan praktis dalam perumusan program atau intervensi keluarga yang berfokus pada optimalisasi kesejahteraan psikologis anak, khususnya perempuan pada fase transisi menuju dewasa.