

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dewasa ini, dunia tengah mengalami pergeseran struktur keluarga yang signifikan, termasuk di Indonesia. Struktur keluarga Indonesia mulanya menganut sistem tradisional dengan pembagian peran gender yang kaku, di mana suami bertugas sebagai pencari nafkah tunggal sementara istri bertanggung jawab penuh atas urusan domestik dan pengasuhan anak (Ram, 2025). Akan tetapi, tuntutan biaya hidup yang terus meningkat, terlebih pasca krisis moneter tahun 1997, mendorong perlunya dua sumber penghasilan dalam rumah tangga. Kondisi inilah yang memicu munculnya fenomena keluarga *dual earner* di Indonesia (Fajrin & Purwastuti, 2022).

Menurut Azka & Ninin (2023), *dual earner family* atau keluarga dengan penghasilan ganda adalah kondisi di mana suami dan istri sama-sama bekerja untuk mencari nafkah. Seiring berjalannya waktu, keluarga *dual earner* telah menjadi fenomena lazim di tengah masyarakat. Ditemukan dalam Maharani dkk. (2024), hasil survei Badan Pusat Statistik pada tahun 2022 menunjukkan adanya 87,62% keluarga *dual earner* di perkotaan dan pedesaan Indonesia, serta 60% keluarga di perkotaan memiliki lebih dari 1 anggota keluarga yang bekerja. Peningkatan ini disebabkan adanya dua sumber penghasilan dapat memberikan keuntungan ekonomi sehingga meningkatkan stabilitas finansial keluarga (Huda & Sa'diyah, 2024).

Ketika kedua pasangan sama-sama bekerja dan memperoleh kestabilan finansial, di sisi lain mereka tetap memiliki tanggung jawab sebagai orang tua untuk mengasuh anak. Salah satu peran keluarga dalam perkembangan anak adalah menjadi sumber utama kehangatan emosional bagi anak (Dwistia dkk., 2024). Menurut He, Liu, & Luo (2023), kehangatan emosional merupakan kualitas hubungan cinta antara orang tua dengan anak-anak mereka yang biasanya ditandai oleh perilaku fisik dan verbal untuk mengekspresikan perasaan tersebut.

Kehangatan emosional identik dengan perilaku pemberian pujian, kasih sayang, cinta tanpa syarat, serta perhatian pada anak. Seluruh perilaku yang diberikan orang tua tersebut bertujuan untuk menstimulasi dan mendukung anak-anak (Liu & Wang, 2021).

Sejumlah kajian literatur telah mendefinisikan kehangatan emosional dalam berbagai perilaku konkret. Akan tetapi, secara konsensus kehangatan emosional dapat berupa perilaku verbal, misalnya mengungkapkan rasa cinta pada anak-anak, maupun nonverbal, seperti pelukan dan belaian. Semua perilaku tersebut harus berlandaskan rasa cinta, kasih sayang, antusiasme, dan penghargaan positif terhadap anak yang menampilkan rasa aman, penerimaan, dan responsivitas terhadap kebutuhan mereka (Prasad et al., 2023). Dengan demikian, setiap perilaku akan dinyatakan hangat secara emosional ketika orang tua mampu menunjukkan aspek-aspek tersebut selama berinteraksi dengan anak-anak mereka. Meskipun demikian, baik ayah dan ibu dipandang memiliki cara yang berbeda dalam memberikan kehangatan. Ayah biasanya lebih berperan dalam memenuhi kebutuhan anak akan stimulasi dan eksplorasi, sementara ibu cenderung memberikan perawatan dan keamanan pada anak (Dmitrieva & Espel, 2023).

Kehangatan emosional bukan sekedar pelengkap dalam konteks pengasuhan anak, melainkan indikator utama dari gaya pengasuhan positif (Maftai & Burdea, 2024). Sebagai salah satu aspek pengasuhan positif, kehangatan emosional terbukti berpengaruh terhadap perkembangan psikologis anak-anak. Berdasarkan hasil penelitian Dwistia dkk. (2024), anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang penuh kasih sayang dan kehangatan cenderung memiliki kestabilan emosional yang lebih baik. Hal ini disebabkan kehangatan emosional memberikan rasa aman, mengurangi tingkat stres, dan memungkinkan anak untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan lebih bebas. Kehangatan emosional dari orang tua juga secara signifikan mampu meningkatkan ketahanan psikologis anak, memperkuat kemampuan mereka dalam mengelola emosi, serta membentuk mekanisme koping yang sehat terhadap tekanan dan tantangan hidup sejak usia dini (Romadhona dkk., 2025). Hasil penelitian Yavuz, Colossante, & Malti (2022) turut membuktikan bahwa orang tua yang memiliki kehangatan lebih

besar memengaruhi peningkatan perilaku prososial pada anak-anak mereka, bahkan jauh lebih meningkat setelah satu tahun kemudian.

Walaupun demikian, kehangatan emosional bukanlah respons yang selalu hadir secara otomatis dalam keluarga. Sebaliknya, kehangatan emosional merupakan strategi pengasuhan yang melibatkan penalaran dan dukungan afektif (Garcia et al., 2024). Selain itu, kehangatan emosional dari orang tua juga bersifat dinamis atau berubah. Hal ini disebabkan orang tua berpotensi mengalami kondisi naik turun dalam memberikan kehangatan pada anak-anaknya, bahkan tidak jarang mengalami penurunan kehangatan secara signifikan dalam jangka waktu panjang (Lippold et al., 2018). Ketika orang tua mengalami penurunan level kehangatan emosional, kondisi tersebut cenderung terinternalisasi dan menetap dalam diri mereka (Isdahl-Troye et al., 2025), sehingga pemulihan kehangatan emosional tidak dapat terjadi begitu saja tanpa adanya penanganan lebih lanjut.

Permasalahan terkait kehangatan emosional bukan sekedar temuan teoretis, melainkan sebuah ancaman yang nyata dan serius, khususnya bagi keluarga *dual earner*. Sebagai gambaran, hasil penelitian Kamra (2025) di kawasan urban menunjukkan bahwa 60% pasangan *dual earner* memiliki hubungan emosional yang buruk dengan anak-anak mereka. Hal ini dipicu oleh munculnya pola pembayaran rasa bersalah, di mana orang tua berusaha menggantikan kehadiran emosional yang tidak terpenuhi di hari kerja dengan hadiah-hadiah, kunjungan ke mal, atau bermain di akhir pekan. Akan tetapi, pola ini justru memperburuk kualitas kehangatan emosional karena orang tua cenderung berfokus pada hadiah penggantinya ketimbang proses membangun kehangatan bersama. Kondisi ini dapat semakin diperparah dengan kebiasaan orang tua bekerja yang sering mengandalkan pembantu rumah tangga, staf pendukung, atau penitipan anak untuk mengurus anak-anak mereka.

Tidak hanya itu, tantangan pemberian kehangatan emosional dalam keluarga *dual earner* dapat bersumber dari kesulitan untuk menyeimbangkan urusan pekerjaan dan pengasuhan (Anjani, Mashudi, & Nuroniah, 2024). Kondisi ini bukan saja menyebabkan para pasangan mengalami keterbatasan waktu untuk

berkumpul bersama keluarga (Huda & Sa'diyah, 2024), tetapi juga menyebabkan orang tua kurang mampu memberikan kehangatan emosional secara optimal pada anak. Hasil penelitian Lee, Kim, & Yun (2018) turut menemukan bahwa konflik pekerjaan dan keluarga dari pasangan *dual earner*, baik ayah maupun ibu, berpengaruh negatif signifikan terhadap kemampuan mereka masing-masing untuk memberikan kehangatan selama mengasuh anak. Hal ini mengindikasikan semakin orang tua kesulitan menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan rumah tangga, mereka akan semakin cenderung kurang hangat dalam mengasuh anak.

Lingkungan tempat tinggal keluarga *dual earner* di kawasan perkotaan besar pun dapat berperan dalam permasalahan tersebut. Para pekerja di kawasan ini, khususnya Jabodetabek, sering kali menghadapi mobilitas tinggi yang tak dapat dihindarkan sehingga memicu terjadinya *commuting stress* akibat kemacetan lalu lintas dan kepadatan transportasi publik. Hasil penelitian Nadia dkk. (2025) menunjukkan bahwa *commuting stress* secara signifikan menurunkan kualitas tidur dan penilaian kesehatan pekerja di Jabodetabek, dengan rincian bahwa tingkat stres berkaitan dengan durasi perjalanan. Bagi orang tua *dual earner*, kondisi fisik dan psikologis yang memburuk akibat lamanya perjalanan tidak hanya mengurangi waktu kebersamaan bersama anak, tetapi juga kualitas interaksi saat mendampingi anak-anak di rumah. Hal ini yang berpotensi memengaruhi tingkat kehangatan emosional orang tua *dual earner* terhadap anak-anak mereka.

Selain memengaruhi pengasuhan dalam keluarga *dual earner*, kerentanan dalam pemberian kehangatan emosional ini pun memengaruhi kesejahteraan psikologis anak-anak. Apabila orang tua terus memberikan kehangatan yang rendah pada anak-anak, maka mereka berisiko mengalami kesulitan dalam meregulasi diri sendiri (Jacob, Saidon, & Omar, 2025) dan kehilangan fondasi utama dalam pembentukan konsep diri, empati, serta kompetensi sosial (Fuentes et al., 2022). Selain itu, hasil penelitian Bülow et al. (2022) mengindikasikan adanya fluktuasi bersama antara kehangatan emosional dan kondisi perasaan anak dari hari ke hari. Pada hari-hari saat kehangatan emosional orang tua menurun, anak-anak melaporkan penurunan emosi positif dan peningkatan emosi negatif. Hal ini

semakin memperkuat bahwa dampak kurangnya kehangatan emosional tidak hanya terjadi setelah beberapa waktu, melainkan berdampak instan terhadap anak-anak.

Tantangan dalam pemberian kehangatan emosional juga dapat muncul dalam rutinitas yang paling sederhana di rumah, seperti mempersiapkan anak sebelum berangkat kerja. Bagi keluarga *dual earner* rutinitas tersebut dapat menjadi momen berkualitas untuk membangun kebersamaan dan kehangatan. Namun, rutinitas ini juga berpotensi menjadi sumber utama ketegangan dan frustrasi karena tugas ini diselesaikan bersamaan dengan persiapan orang tua untuk bekerja (Scheibling et al., 2025). Ketegangan harian yang terakumulasi ini kemudian menimbulkan stres pengasuhan, yakni stres yang berkaitan dengan peran sebagai orang tua. Orang tua yang mengalami stres pengasuhan dapat merasa mengorbankan kewajiban sebagai orang tua dan kewalahan oleh tanggung jawab pengasuhan anak, terutama saat berupaya lebih untuk menjalin interaksi dengan anak (d'Orsi & Diniz, 2025). Semakin tinggi tingkat stres pengasuhan, suami dan istri yang sama-sama bekerja akan semakin kehilangan energi untuk beraktivitas (Paoletti et al., 2022). Stres ini yang cenderung mengurangi kehangatan saat mengasuh anak-anak, sehingga perilaku pengasuhan menjadi tidak efektif (Thomson et al., 2025).

Di sisi lain, keterlibatan aktif dari pasangan *dual earner* dalam aspek domestik turut berperan penting dalam menjaga kehangatan emosional selama mengasuh anak. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Aziz & Silvia (2024) yang mengemukakan bahwa keterlibatan pasangan dalam aktivitas domestik merupakan salah satu faktor utama yang memperkuat harmoni rumah tangga. Berdasarkan studi Rahmananda, Adiyanti, & Sari (2022), semakin besar keterlibatan domestik pasangan, maka semakin besar persepsi seseorang terhadap pembagian rumah tangga yang adil. Kondisi ini memunculkan perasaan didukung oleh pasangan, yang kemudian menimbulkan kepuasan dan kebahagiaan pada pasangan lainnya sekaligus secara praktis berperan dalam menjaga energi psikologis orang tua agar tidak terkuras habis (Paoletti et al., 2022). Dengan terjaganya stabilitas emosi dan energi psikologis tersebut, orang tua akan memiliki kemampuan yang lebih baik untuk memberikan kehangatan emosional bagi anak-anaknya. Akan tetapi, tidak

jarang keterlibatan domestik tidak terlaksana secara efektif karena salah satu pasangan *dual earner* mengalami beban ganda (Erandy, Izzati, & Darmawan, 2024) yang berujung pada ketidakseimbangan pembagian peran, terutama dalam aktivitas domestik (Angraini, Puspitawati, & Muflikhati, 2024). Keterlibatan pasangan yang tidak seimbang ini pada akhirnya berisiko menguras energi emosional orang tua sehingga pemberian kehangatan menjadi tidak konsisten.

Permasalahan yang dialami dalam keluarga *dual earner* bukan sekadar isu internal keluarga, melainkan tantangan kesejahteraan mental yang patut diperhatikan oleh masyarakat luas. Pada satu sisi, ketidakseimbangan keterlibatan domestik pasangan merepresentasikan tantangan nyata dalam mewujudkan kesetaraan gender di lingkup keluarga (Firdaus & Andaryuni, 2025). Di sisi lain, kegagalan dalam mengatasi tekanan pengasuhan tidak hanya berisiko mengikis kehangatan emosional di rumah, tetapi juga mengancam perkembangan sosial-emosional anak-anak dalam jangka panjang (Latifah dkk., 2025). Hal ini melandasi pentingnya pengembangan lebih lanjut tentang pengaruh stres pengasuhan dan persepsi keterlibatan domestik pasangan terhadap kehangatan emosional anak pada orang tua *dual earner*.

Meskipun sejumlah peneliti telah mengkaji dinamika keluarga *dual-earner* di Indonesia, belum banyak peneliti yang mengeksplorasi secara spesifik terkait peran persepsi keterlibatan domestik pasangan dan stres pengasuhan terhadap kehangatan emosional pengasuhan mereka. Berdasarkan studi yang dilakukan Lizardi dkk. (2025), ditemukan bahwa keterlibatan domestik serta stres pengasuhan pasangan *dual earner* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap enam dimensi kualitas pengasuhan. Namun, penelitian tersebut belum membedah pengaruh persepsi keterlibatan domestik pasangan dan stres pengasuhan terhadap aspek kehangatan emosional, baik secara simultan maupun parsial. Selain itu, belum diketahui manakah dari antara kedua faktor tersebut yang lebih berkontribusi terhadap kehangatan emosional. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengkaji pengaruh stres pengasuhan dan persepsi keterlibatan pasangan terhadap kehangatan emosional anak pada orang tua *dual earner*.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dibahas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut.

1. Pergeseran struktur keluarga menjadi *dual earner* memicu konflik peran dan beban ganda yang berisiko membatasi ketersediaan energi emosional untuk memberikan kehangatan saat mengasuh anak
2. Akumulasi stres pengasuhan akibat tuntutan pengasuhan yang tidak terkelola dengan baik berisiko menurunkan kualitas kehangatan emosional
3. Rendahnya persepsi keterlibatan pasangan dalam tugas domestik menimbulkan ketidakpuasan pada pasangan serta kehilangan energi psikologis, yang berpotensi menurunkan kualitas kehangatan orang tua terhadap anak

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi masalah pada peran stres pengasuhan dan persepsi keterlibatan pasangan, khususnya dalam sektor domestik, dalam membentuk kehangatan emosional saat mengasuh anak pada orang tua *dual earner*.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka rumusan masalah adalah “Apakah stres pengasuhan dan persepsi keterlibatan domestik pasangan berpengaruh signifikan terhadap kehangatan emosional anak pada orang tua *dual earner*?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres pengasuhan dan persepsi keterlibatan domestik pasangan terhadap kehangatan emosional anak pada orang tua *dual earner*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Memperkaya literatur psikologi keluarga di Indonesia, terutama seputar dinamika antara persepsi keterlibatan pasangan dalam sektor domestik, stres pengasuhan, dan kehangatan emosional pada keluarga *dual earner*
2. Menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengangkat isu psikologis keluarga *dual earner*

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi keluarga *dual earner*, penelitian ini dapat memberikan wawasan terkait pentingnya kerja sama suami-istri dalam mengurus rumah tangga dan mengelola stres pengasuhan agar semakin optimal memberikan kehangatan emosional pada anak-anak mereka
2. Bagi psikolog dan konselor, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam menyusun intervensi atau sosialisasi edukatif terkait pembagian peran domestik yang seimbang dan pengelolaan stres pengasuhan bagi pasangan *dual earner*
3. Bagi lembaga yang bergerak di bidang keluarga dan kesejahteraan mental, penelitian ini dapat menjadi landasan dalam merancang program, kampanye, dan kebijakan yang mempromosikan pentingnya kesetaraan peran domestik dan pengelolaan stres pengasuhan terhadap kehangatan emosional saat mengasuh anak-anak