

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Individu relatif stabil dan mulai menghadapi tuntutan kemandirian psikologis saat mencapai fase perkembangan psikososial yaitu dewasa awal, individu pada fase tersebut juga telah dibebankan oleh tanggung jawab sosial dan keputusan hidup yang harus dipilih dan akan memiliki dampak berkepanjangan. Tuntutan untuk mengambil keputusan lebih otonom terkait pendidikan, pekerjaan, relasi interpersonal, dan peran sosial yang dijalani harus dijalankan oleh individu pada tahap ini (Zhu, 2023). Pada tahap dewasa awal tersebut, individu mampu mengintegrasikan pengalaman masa lalu dengan aspirasi masa depan untuk membentuk arah hidup yang relatif stabil, yang diharapkan terbentuk pada tahap ini (Lodi-smith dkk., 2017).

Dalam kerangka perkembangan psikososial, menurut Erikson, masa dewasa awal di rentang 18-40 tahun berada pada tahap *intimacy vs. isolation*, yaitu fase ketika individu diharapkan mampu membangun relasi yang intim, setara, dan autentik dengan orang lain (Erikson 1968 dalam Feist dkk., 2017). Tahap tersebut berasal dari asumsi bahwa krisis perkembangan sebelumnya, yaitu *identity vs. role confusion* pada masa remaja, telah diselesaikan secara adaptif (Syed & Mclean, 2016). Masa remaja sendiri merupakan tahap perkembangan yang penting dalam membentuk identitas, otonomi, dan eksplorasi peran sosial (Huczewska & Bialecka-Pikul, 2025 dalam Madina dkk., 2025). Dengan demikian, kejelasan identitas dipandang sebagai suatu prasyarat penting sebelum individu dapat menjalani tugas perkembangan di fase dewasa awal secara optimal (Kroger dkk., 2010).

Fenomena yang ditemukan dalam survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Februari 2026 menunjukkan bahwa 8 dari 10 individu dewasa

awal telah memiliki tanggung jawab keluarga sejak usia dini. Tanggung jawab tersebut meliputi membantu pekerjaan rumah, menjaga adik, hingga mengambil peran dalam mendukung kondisi emosional maupun ekonomi keluarga. Beberapa individu juga mengungkapkan bahwa mereka harus “dewasa lebih cepat” dibandingkan dengan teman sebayanya, serta terbiasa menunda kebutuhan pribadi demi kepentingan keluarga. Selain itu, ditemukan bahwa sebagian individu mengaitkan nilai dirinya dengan sejauh mana mereka dapat membantu atau memenuhi ekspektasi keluarga. Individu merasa berharga ketika mampu berkontribusi, namun sebaliknya merasa tidak cukup, bersalah, atau tidak berguna ketika tidak dapat memenuhi harapan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri pada sebagian individu masih sangat dipengaruhi oleh validasi eksternal, khususnya dari keluarga. Kondisi ini sejalan dengan teori *self-determination* yang menyatakan bahwa kurangnya otonomi dapat menghambat perkembangan konsep diri yang autentik (Deci dkk., 2017). Temuan tersebut juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan jika pengalaman parentifikasi berkaitan dengan kebingungan identitas dan rendahnya kejelasan konsep diri (Borchet dkk., 2018).

Menurut Sulloway (1996), urutan kelahiran memengaruhi kepribadian dan peran anak dalam keluarga. Hal ini terjadi karena anak-anak dalam satu keluarga saling bersaing mendapatkan perhatian dan kasih sayang orang tua yang jumlahnya terbatas, sehingga setiap anak akhirnya mengambil peran yang berbeda-beda agar tidak saling berebut dengan saudaranya. Anak sulung, karena menjadi anak pertama yang paling dekat dengan orang tua, biasanya tumbuh menjadi pribadi yang bertanggung jawab, teliti, dan berorientasi pada pencapaian, serta cenderung menjaga aturan dan kebiasaan yang sudah ada dalam keluarga. Anak tengah berada di posisi yang agak sulit karena tidak mendapat perhatian khusus seperti anak sulung maupun anak bungsu, sehingga ia cenderung lebih dekat dengan teman-teman di luar keluarga dan sering menjadi penengah ketika ada masalah di rumah. Sementara itu, anak bungsu, karena posisinya paling "lemah" dibandingkan dengan saudara kandungnya yang lebih tua, biasanya mengembangkan cara lain untuk mendapat perhatian, misalnya dengan bersikap lebih berani mengambil risiko, suka mencoba hal baru, dan kadang terkesan lebih

bebas atau kurang mengikuti aturan. Perbedaan peran ini kemudian bisa dikaitkan dengan teori parentifikasi menurut Borchet dkk. (2023). Karena anak sulung biasanya sudah terbiasa dianggap dekat dengan tanggung jawab dan otoritas orang tua, ia lebih berisiko mengalami parentifikasi, yaitu kondisi ketika anak mengambil alih peran yang seharusnya dilakukan orang tua, baik itu tugas rumah tangga dan mengurus adik, maupun menjadi tempat curhat orang tua atau penengah masalah keluarga. Anak tengah dan bungsu umumnya memiliki risiko yang lebih kecil untuk mengalami hal ini, tapi bukan berarti tidak mungkin terjadi, misalnya kalau anak sulung tidak bisa menjalankan perannya dengan baik atau keluarga sedang mengalami masalah besar. Pola peran yang terus-menerus dijalani anak sejak kecil ini pada akhirnya ikut membentuk konsep diri menurut Calhoun (1990), yaitu cara seseorang memandang dirinya sendiri, apa yang ia harapkan dari dirinya, dan bagaimana ia menilai dirinya sendiri, yang banyak dipengaruhi oleh peran-peran yang sudah biasa ia jalankan dalam keluarga sejak kecil.

Konsep diri merupakan suatu kumpulan persepsi terstruktur yang dimiliki oleh individu tentang dirinya. Hal tersebut mencakup rangkaian karakteristik, atribut, kualitas dan kekurangan, kapasitas maupun batasan, serta nilai-nilai dan hubungan yang diketahui individu sebagai gambaran dirinya (Magdalena, 2015 dalam Tamm dkk., 2024). Konsep diri yang jelas dan positif memungkinkan individu untuk memiliki arah hidup yang lebih terstruktur, mampu mengambil keputusan secara mandiri, serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, konsep diri yang kurang jelas ditandai dengan kebingungan identitas, keraguan terhadap diri, serta ketergantungan pada penilaian orang lain (Lodi-Smith & Crocetti, 2017). Pembentukan konsep diri pada usia dewasa awal tidak terlepas dari pengalaman interaksi dalam keluarga. Individu cenderung menginternalisasi nilai, ekspektasi, dan pola relasi yang terjadi dalam keluarga ke dalam cara mereka memandang diri mereka sendiri (Orth & Robins, 2014).

Dinamika konsep diri juga dipengaruhi oleh konteks budaya tempat individu berkembang. Dalam budaya kolektif, konsep diri tidak hanya dibangun berdasarkan evaluasi diri secara internal, tetapi juga melalui peran sosial dan hubungan dengan orang lain. Markus dan Kitayama (1991) menjelaskan bahwa

dalam budaya kolektivis, individu cenderung mengembangkan *interdependent self-construal*, yaitu konsep diri yang menekankan keterhubungan, tanggung jawab sosial, dan harmoni dalam relasi. Dengan demikian, pengalaman dalam keluarga memiliki peran sentral dalam pembentukan dan perubahan konsep diri.

Indonesia merupakan masyarakat yang cenderung menganut budaya kolektivis, di mana individu memaknai diri dan perilakunya dalam kaitan dengan kelompok sosial serta mengutamakan keharmonisan hubungan interpersonal (Syarizka, Nareswari, & Irwansyah, 2021). Dalam budaya kolektivis, identitas individu tidak dilepaskan dari relasi sosial dan peran yang dijalani dalam sistem keluarga dan masyarakat (Markus & Kitayama, 1991). Pengalaman individu dalam menjalani peran keluarga, termasuk tanggung jawab yang lebih besar, menjadi bagian dari proses pembentukan makna diri yang berkelanjutan. Dengan demikian, konsep diri tidak hanya merefleksikan pemahaman personal, tetapi juga mencerminkan posisi dan peran individu dalam sistem keluarga dan sosial, yang terus berkembang sepanjang masa dewasa awal (Erikson, 1968).

Dalam pembentukan identitas secara optimal, tidak seluruh individu mendapatkan kesempatan yang setara. Faktor yang mengaburkan perkembangan normatif dan memengaruhi hasil psikologis jangka panjang serta peran keluarga tradisional dikenal sebagai parentifikasi (Żarczyńska-hyla & Zdaniuk, 2019). Parentifikasi sendiri mengacu pada proses di mana anak-anak mengambil peran pengasuhan orang dewasa dan umumnya muncul di rumah tangga disfungsional, seperti orang tua tunggal, konflik orang tua, maupun penyalahgunaan zat (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973 dalam Tiwari & Woodward, 2025). Borchet dkk. (2021) mengemukakan bahwa parentifikasi mencakup tiga aspek utama, yaitu *parent-focused parentification*, *sibling-focused parentification*, dan *perceived benefits of parentification*. *Parent-focused parentification* mengacu pada sejauh mana anak mengambil peran dan tanggung jawab yang berorientasi pada kebutuhan dan fungsi orang tua. *Sibling-focused parentification* merujuk pada pengambilan peran pengasuhan dan tanggung jawab terhadap saudara kandung. Sementara itu, *perceived benefits of parentification* menggambarkan bagaimana individu memaknai pengalaman parentifikasi yang dialaminya,

termasuk persepsi terhadap manfaat atau dampak yang dirasakan dari pengalaman tersebut. Pengalaman parentifikasi tersebut nantinya dapat menggeser fokus perkembangan individu dari eksplorasi diri menuju pemenuhan kebutuhan orang lain yang nantinya berisiko menghambat pencapaian tugas perkembangan utama pada masa dewasa awal (Borchet dkk., 2018).

Pengalaman parentifikasi memiliki implikasi yang kompleks terhadap perkembangan individu. Di satu sisi, pengalaman ini dapat membentuk individu menjadi lebih mandiri, bertanggung jawab, dan empatik. Namun di sisi lain, parentifikasi juga berpotensi menimbulkan dampak negatif, seperti kecenderungan *self-sacrifice*, kesulitan menetapkan batasan diri, serta pembentukan konsep diri yang bergantung pada peran sebagai “penolong” (Hooper dkk., 2011). Hal ini dapat menghambat individu dalam mengembangkan konsep diri yang otonom pada masa dewasa awal.

Meskipun demikian, hasil penelitian mengenai parentifikasi dan konsep diri masih menunjukkan inkonsistensi. Beberapa penelitian menemukan bahwa parentifikasi berkaitan dengan berbagai masalah psikologis dan perkembangan identitas individu (Jurkovic dkk., 2001), sementara penelitian lain menunjukkan bahwa pengalaman tersebut juga dapat berkontribusi pada perkembangan positif seperti resiliensi dan kompetensi diri (Tedeschi dkk., 2009). Selain itu, penelitian terbaru di Indonesia menunjukkan bahwa parentifikasi, khususnya pada dimensi emosional, berkontribusi positif pada kesejahteraan mental dewasa awal. Hal ini berbeda dengan perspektif Barat: peran pengasuhan dini pada budaya kolektivistis di Indonesia dianggap sebagai suatu ekspektasi normatif dan bentuk bakti (Kusumawardhani dkk., 2026). Dengan demikian, dapat diketahui bahwa perspektif budaya Barat umumnya menganggap parentifikasi sebagai pengalaman yang berdampak negatif. Namun, penelitian terbaru di Indonesia yang menganut budaya kolektivistis menunjukkan bahwa parentifikasi berkontribusi secara positif terhadap individu. Perbedaan temuan tersebut menunjukkan adanya inkonsistensi hasil penelitian mengenai dampak parentifikasi, khususnya dalam konteks budaya yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh parentifikasi terhadap konsep diri pada dewasa awal di Indonesia menjadi penting untuk

dilakukan guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika parentifikasi dalam budaya kolektivisme.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa dinamika pengalaman pengambilan peran di keluarga dalam pembentukan konsep diri pada individu dewasa awal masih belum sepenuhnya terjelaskan, dalam konteks budaya Indonesia. Namun demikian, kajian yang secara khusus mengaitkan pengalaman tersebut dengan pembentukan konsep diri individu masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian mengenai peran dan tanggung jawab anak dalam keluarga selama ini cenderung lebih banyak menyoroti dampak umum terhadap kesejahteraan psikologis, sementara pemaknaan individu terhadap dirinya sendiri sebagai hasil dari pengalaman tersebut belum banyak diteliti (Borchet dkk., 2021; Hooper dkk., 2011). Padahal, bagaimana individu memaknai pengalaman mengambil tanggung jawab dalam keluarga dapat menjadi faktor penting dalam membentuk cara pandang terhadap diri, termasuk perasaan berharga, kompetensi, dan identitas diri.

Oleh karena itu, penelitian ini berupaya untuk memahami keterkaitan antara pengalaman menjalankan peran dan tanggung jawab keluarga dengan konsep diri pada individu dewasa awal. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian ini dapat memperkaya pemahaman mengenai dinamika pembentukan konsep diri dalam konteks relasi keluarga, khususnya dalam budaya di Indonesia yang menjunjung tinggi nilai kolektivitas dan keterikatan antar anggota keluarga.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Pengalaman menjalankan tanggung jawab keluarga sejak usia lebih muda dapat memengaruhi cara individu memandang dan menilai dirinya.
2. Sebagian individu mengaitkan nilai diri dengan kemampuan memenuhi harapan atau membantu keluarga, sehingga berpotensi mengalami ketidakjelasan konsep diri.

3. Dampak pengalaman tersebut dapat bersifat positif maupun negatif terhadap pembentukan konsep diri.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan mendalam, dilakukan pembatasan masalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini difokuskan pada individu dewasa awal.
2. Penelitian ini mengkaji pengalaman parentifikasi sebagai variabel independen dan konsep diri sebagai variabel dependen.
3. Parentifikasi yang diteliti mencakup parentifikasi emosional dan instrumental dalam konteks keluarga.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah terdapat pengaruh parentifikasi terhadap konsep diri pada dewasa awal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh parentifikasi terhadap konsep diri pada dewasa awal.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi keluarga, khususnya dengan memperkaya pemahaman mengenai dampak

parentifikasi terhadap konsep diri pada masa dewasa awal. Selain itu, penelitian ini dapat memperluas integrasi antara teori perkembangan psikososial, konsep identitas, dan konsep diri dalam konteks budaya kolektivistik.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi individu dewasa awal, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mengenai pengaruh pengalaman peran keluarga terhadap pembentukan konsep diri dan membantu individu memahami dinamika dirinya secara lebih reflektif.
2. Bagi keluarga, temuan penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi mengenai pembagian peran dalam keluarga agar tidak menghambat tugas perkembangan anggota keluarga.
3. Bagi Profesional seperti praktisi psikologi dan konselor, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi atau pendampingan bagi individu dewasa awal dengan pengalaman parentifikasi.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk mengembangkan kajian lanjutan terkait parentifikasi, identitas, dan kesejahteraan psikologis.