

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia pasti akan menjalani tahapan perkembangan dalam hidupnya (Agusdwitanti, Tambunan, & Retnaningsih 2015). Erikson (1982; dalam Darling-Fisher, 2019) menjelaskan bahwa dalam setiap tahap perkembangan akan memiliki permasalahan utama yang muncul dari interaksi antara kepribadian, proses perkembangan dan lingkungan sosial. Pada teori Erikson (dalam Santrock, 2017) terdapat 8 tahap perkembangan yang terjadi dalam hidup. Setiap tahap ini memiliki permasalahan yang harus diselesaikan individu dengan tugas yang berbeda-beda. Tugas perkembangan ini harus dilalui dengan baik agar kebahagiaan dapat diperoleh dan tidak ada permasalahan yang berarti dialami oleh individu, khususnya bagi dewasa awal, karena tahapan ini merupakan puncak perkembangan bagi setiap individu (Putri, 2019).

Hapsari (2022), menyatakan bahwa dewasa awal berada di rentang usia 20-30 tahun. Dewasa awal merupakan masa dimana individu perlu melakukan penyesuaian diri pada pola-pola baru kehidupan dan harapan sosial baru (Putri, 2019). Menurut Erikson Pada tahap dewasa awal, individu akan menghadapi tugas perkembangan yang berkaitan dengan *intimacy vs. isolation*. Dalam Hapsari (2022), dijelaskan bahwa *Intimacy* merupakan kemampuan dalam menyatukan identitas diri tanpa harus takut kehilangan identitas tersebut dengan orang lain. Kemauan untuk berbagi rasa saling percaya merupakan salah satu bentuk dari *intimacy* yang matang. Hal ini perlu melibatkan pengorbanan, kompromi, komitmen dalam hubungan yang setara. Sedangkan kebalikannya, *isolation* merupakan ketidakmampuan seseorang dalam bekerja sama dengan orang lain dalam berbagi *intimacy* yang baik (Hapsari, 2022). Hal ini juga menjelaskan bahwa individu memiliki kebutuhan untuk membangun hubungan intim melalui komitmen dengan orang lain, baik dalam hubungan pacaran maupun pernikahan (Erikson, dalam Agusdwitanti, Tambunan, & Retnaningsih 2015)

Pernikahan sendiri telah lama menjadi salah satu pilar utama dalam kehidupan masyarakat (Vadila, dkk., 2025). Pernikahan merupakan ikatan yang

diakui secara sosial atau upacara resmi yang menyatukan kedua pasangan, yang menetapkan hak dan kewajiban di antara keduanya (Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh, 2025). Pernikahan juga memiliki makna sakral karena menyatukan dua individu untuk membangun keluarga serta berkontribusi dalam menjaga kohesi sosial dalam masyarakat (Pavithran, dkk., 2025). Untuk mencapai tujuan hidup bersama, pasangan suami istri menjalin komitmen untuk saling bekerja sama dalam ikatan pernikahan (Usmi, dkk., 2025). Di Indonesia sendiri, banyak budaya yang memandang pernikahan sebagai salah satu taraf kedewasaan yang diharapkan untuk dipenuhi oleh individu, sehingga stigma sosial kerap muncul apabila seseorang enggan, maupun terlambat menjalani pernikahan (Sakina, 2017; dalam Bawono, 2020; dalam Cahyawati, 2026).

Selama beberapa dekade ke belakang, pola pernikahan telah mengalami perubahan (Azmawati, dkk., 2015; dalam Pavithran, dkk., 2025). Dalam Usmi, dkk., (2025) dipaparkan bahwa Data Badan Pusat Statistik (BPS), menunjukkan jumlah pernikahan mengalami penurunan dari 2,21 juta pada tahun 2013 menjadi 1,57 juta pada tahun 2023. Penurunan ini tergolong cukup signifikan, mengingat sebanyak 68,29% dari total 65,82 juta penduduk Indonesia yang termasuk kategori pemuda masih belum menikah. Hal ini menunjukkan pernikahan di Indonesia, sebagai institusi sakral yang mengikat pasangan dalam komitmen hidup bersama, telah mengalami perubahan yang cukup signifikan dalam beberapa dekade terakhir (Nindra, dkk., 2022; dalam Rahman, Sutjipto, & Putri, 2024). Tradisi yang sebelumnya kuat mengakar pada masyarakat kini menghadapi tantangan baru, sehingga turut mengubah lanskap sosial dan budaya di Indonesia (Rahman, Sutjipto, & Putri, 2024).

Fenomena ini tampak lebih mencolok di Jakarta. Data BPS menunjukkan kota Jakarta menjadi kota terbanyak yang memiliki pemuda belum menikah hingga mencapai 80% (Kumparan, 2024). Hal ini sejalan dengan tren penurunan pernikahan yang tercatat di Kantor Urusan Agama (KUA), data menunjukkan, jumlah pernikahan pada 2022 sejumlah 47.226 pasangan menurun menjadi 44.252 di 2023, dan kembali turun menjadi 40.472 pada 2024 (Kanwil Kementerian Agama Provinsi DKI Jakarta, 2025). Tren penurunan angka ini menunjukkan bahwa adanya penundaan dalam memasuki pernikahan serta perubahan prioritas sebagai dampak

dari modernisasi dan perubahan gaya hidup (Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh, 2025).

Menurut Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi DKI Jakarta, Pak Adib, terdapat beberapa faktor penyebab penurunan ini. Faktor tersebut diantaranya perubahan Undang-Undang Perkawinan yang menaikkan usia dari 16 tahun menjadi 19, kecenderungan generasi muda untuk menunda pernikahan karena adanya kesadaran untuk menunggu kesiapan diri dari usia, ekonomi, maupun karir, serta munculnya fenomena "*Marriage is scary*" atau ketakutan terhadap pernikahan juga mempengaruhi (Kanwil Kementerian Agama Provinsi DKI Jakarta, 2025). Fenomena "*Marriage is scary*" sendiri bukan sekadar ungkapan, melainkan mencerminkan pergeseran persepsi yang lebih dalam. Dalam penelitian Azizah, dkk., (2026), narasi "*Marriage is Scary*" lah yang memperkuat stigma negatif mengenai pernikahan, hal ini dikarenakan narasi tersebut berisikan ketakutan akan komitmen, memunculkan kekhawatiran mengenai stabilitas emosional dan finansial, dan potensi akan kekerasan dalam rumah tangga.

Lebih luas lagi, perubahan pola pernikahan ini juga terjadi karena meningkatnya kesadaran mengenai pendidikan, karir, kemandirian finansial, serta tuntutan pekerjaan yang tinggi dan perubahan nilai sosial (Usmi, dkk., 2025). Di Jakarta sendiri, faktor ekonomi menjadi sangat relevan terlihat dari kesenjangan biaya hidup dengan Upah Minimum Provinsi (UMP). Menurut data BPS, biaya hidup warga Jakarta pada 2022 mencapai Rp14,88 juta per bulan, namun UMP DKI Jakarta sendiri sebesar Rp5.396.761 di tahun 2025 (Admin IKPI, 2025). Penelitian Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh (2025) menunjukkan bahwa tekanan finansial, terutama dimana biaya kehidupan tinggi dapat membuat individu menunda pernikahan, bahkan menentang pernikahan.

Saat ini, banyak generasi muda yang memandang skeptis pernikahan dan sering mempertimbangkannya sebagai hal yang negatif. Keyakinan dan perasaan yang tidak menguntungkan terhadap pernikahan tercermin dalam sikap terhadap pernikahan atau *attitude towards marriage* (Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh, 2025). Fenomena tersebut menunjukkan adanya pergeseran secara masif pada pandangan atau sikap generasi muda terhadap pernikahan ke arah yang negatif. Sikap negatif ini dapat dipahami sebagai anggapan seseorang mengenai

pernikahan yang merupakan hubungan menakutkan dan penuh dengan konflik, tekanan emosional, juga penuh tantangan yang sulit dihadapi (Syafiq, 2023; dalam Shafa, dkk., 2025; dalam Nitisara & Yunita, 2025). Faktor ekonomi seperti yang telah dipaparkan sebelumnya juga merupakan salah satu pengaruh yang besar terhadap sikap serta perilaku individu terhadap pernikahan (Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh, 2025).

Sikap terhadap pernikahan didefinisikan oleh Brateen & Rosén sebagai pandangan subjektif individu pada institusi pernikahan pasangan heteroseksual, yang berisikan persepsi umum mengenai pernikahan dan evaluasi personal atau ekspektasi mengenai pernikahannya sendiri (Li & Tang, 2024). Sikap terhadap pernikahan individu mencakup berbagai macam emosi, keinginan, bias, anggapan yang sudah terbentuk sebelumnya, ketakutan, dan pendapat yang kuat tentang pernikahan (Pavithran, dkk., 2025). Tabkhi, Manshadi, & Rezapour-Mirsaleh (2025), juga menjelaskan bahwa sikap terhadap pernikahan individu memainkan peran penting pada keputusan untuk memasuki hubungan yang berkomitmen.

Dalam Altarawneh (2025) dijelaskan bahwa sikap terhadap pernikahan dipengaruhi oleh cara individu memandang institusi pernikahan itu sendiri. Sikap ini dibentuk oleh berbagai faktor, seperti norma budaya, keyakinan agama, kondisi ekonomi, serta karakteristik demografis yang meliputi jenis kelamin, wilayah, usia, status pernikahan, dan kepemilikan anak. Penelitian terdahulu juga menunjukkan sikap terhadap pernikahan disebabkan oleh berbagai faktor yaitu, kondisi keluarga, kondisi ekonomi, paparan informasi mengenai pernikahan melalui media massa, kesiapan mental atau psikologis individu untuk menikah, terutama yang berkaitan dengan kestabilan dan penyesuaian emosi, terlebih mengenai hubungannya yang dimiliki dengan orang lain (Ningtias, 2022; dalam Riska & Khasanah, 2023; dalam Tirta & Arifin, 2025; dalam Nitisara & Yunita, 2025)

Meskipun berbagai faktor eksternal seperti kondisi sosial, ekonomi, dan paparan media turut membentuk sikap terhadap pernikahan, kesiapan psikologis individu juga memegang peran penting dalam merespons tekanan-tekanan tersebut. Dalam Nitisara & Yunita (2025), dijelaskan secara langsung bahwa aspek kesiapan psikologis merupakan faktor yang relevan secara lintas budaya untuk memengaruhi sikap terhadap pernikahan, meskipun bentuk dan tekanan sosialnya dapat berbeda

sesuai negara masing-masing. Hal ini menjadi semakin relevan bagi dewasa awal di Jakarta yang secara bersamaan menghadapi tekanan sosial, paparan narasi negatif mengenai pernikahan, serta tuntutan karir dan kemandirian finansial. Di titik inilah kematangan psikologis individu diuji, yaitu bagaimana seseorang mampu tetap menjadi dirinya sendiri sekaligus menjalin kedekatan dengan orang lain, tanpa terjebak dalam tekanan emosional yang datang dari luar dirinya.

Kemampuan untuk tetap berpikir rasional di tengah tekanan emosional, sekaligus menjaga keseimbangan antara kedekatan dengan orang lain dan kemandirian diri, mencerminkan tingginya tingkat diferensiasi diri pada individu (Bowen, 1978; dalam Nitisara & Yunita, 2025). Menurut Murray Bowen, diferensiasi diri adalah kemampuan seseorang untuk tetap menjadi dirinya sendiri meskipun berada dalam hubungan yang dekat dengan orang lain (Nitisara & Yunita, 2025). Bowen menjelaskan bahwa diferensiasi diri mencakup dua aspek utama, yaitu diferensiasi intrapsikis dan interpersonal. Diferensiasi intrapsikis merujuk pada kemampuan individu membedakan perasaan dari pemikiran rasional, yang mencerminkan kematangan emosional. Sementara itu, diferensiasi interpersonal mengacu pada kemampuan mempertahankan kemandirian diri sambil tetap menjalin kedekatan dengan orang lain, yang mencerminkan kematangan relasional (Nitisara & Yunita, 2025).

Konsep ini merupakan salah satu inti dari *Family Systems Theory* yang merupakan teori perilaku manusia yang memandang keluarga sebagai suatu sistem emosional yang utuh. Teori ini menggunakan pendekatan *systems thinking* untuk menjelaskan bagaimana interaksi yang kompleks antaranggota keluarga saling memengaruhi satu sama lain. Menurut Bowen, anggota keluarga memiliki keterikatan emosional yang kuat sehingga pikiran, perasaan, dan perilaku setiap individu tidak dapat dipahami secara terpisah dari sistem keluarganya. Namun, setiap individu memiliki tingkat kerentanan yang berbeda terhadap tekanan sosial maupun tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok. Perbedaan tersebut mencerminkan tingkat diferensiasi diri yang dimiliki masing-masing individu. (The Bowen Center for the Study of the Family, 2024). Kemampuan ini juga bersifat menyeluruh dan tidak terbatas pada relasi dalam keluarga asal saja, melainkan turut memengaruhi kualitas relasi individu di kemudian hari, termasuk dalam

membangun hubungan intim dan pernikahannya sendiri (Bowen, 1978; dalam Erdem & Safi, 2018).

Dengan demikian, diferensiasi diri dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk menyeimbangkan proses berpikir dan emosi serta menyeimbangkan kebutuhan akan keintiman dan otonomi dalam hubungan sosial (Kim & Jung, 2015). Dengan adanya kemampuan mempertahankan keseimbangan emosi dan otonomi pikiran yang baik, individu mampu menavigasi tekanan keluarga dan sosial, maupun paparan negatif tanpa mengubah sikap awalnya (Bowen, 1978; dalam Kerr & Bowen, 1988; dalam Nitisara, & Yunita 2025). Meskipun konsep ini berasal dari barat, Kağıtçıbaşı (2007; dalam Erdem & Safi, 2018) menunjukkan bahwa kebutuhan akan keseimbangan antara otonomi dan kedekatan dengan orang lain bersifat universal, namun cara kebutuhan tersebut terwujud dalam kehidupan sehari-hari lah yang dapat berbeda tergantung budaya tempat individu tinggal.

Beberapa penelitian telah menunjukkan adanya pengaruh diferensiasi diri terhadap sikap terhadap pernikahan, namun penelitian tersebut berlatar belakang di Korea dan Cina. Di Indonesia sendiri, penelitian baru mencari hubungan antara kedua variabel tersebut dan terbatas di Tangerang. Sementara, penelitian yang mencari pengaruh diferensiasi diri terhadap sikap terhadap pernikahan belum ada di Indonesia. Terlebih lagi, Jakarta sebagai kota yang memiliki presentase pemuda belum menikah tertinggi dan tren penurunan pernikahan belum pernah menjadi konteks penelitian yang serupa. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh diferensiasi diri terhadap sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal yang berada di Jakarta.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti mengidentifikasi masalah berupa:

1. Dalam beberapa dekade terakhir, data pernikahan di Indonesia mengalami penurunan, khususnya di Jakarta yang mencatat persentase pemuda belum menikah tertinggi secara nasional.
2. Penundaan dan keengganan menikah pada generasi muda dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pergeseran cara pandang atau sikap individu terhadap pernikahan (sikap terhadap pernikahan).

3. Di tengah banyaknya tekanan yang mempengaruhi cara pandang atau sikap individu terhadap pernikahan, kemampuan individu dalam mengelola emosi dan mempertahankan identitas diri menjadi salah satu faktor psikologis yang relevan, khususnya bagi dewasa awal di Jakarta.

1.3. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini memfokuskan sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal karena terjadi penurunan pernikahan di Jakarta yang salah satunya disebabkan oleh faktor psikologis. Secara khusus, dari faktor yang dapat mempengaruhi sikap terhadap pernikahan, dalam penelitian ini difokuskan pada diferensiasi diri.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena, latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang sudah dipaparkan sebelumnya, peneliti menetapkan rumusan masalah yaitu, “Apakah terdapat pengaruh diferensiasi diri terhadap sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal di Jakarta?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh diferensiasi diri terhadap sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal di Jakarta.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan tambahan dalam literatur psikologi mengenai variabel yang diteliti, yaitu Diferensiasi diri dan Sikap terhadap pernikahan. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran pengaruh dari Diferensiasi diri dan Sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal di Jakarta.

1.6.2. Manfaat praktis

Manfaat praktis penelitian ini adalah dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai Diferensiasi diri dan Sikap terhadap pernikahan pada dewasa awal di Jakarta. Penelitian ini pun dapat dijadikan edukasi tentang pentingnya kesiapan mental dan emosi bagi individu yang ingin menjalin hubungan hingga ke pernikahan. Penelitian ini juga dapat menjadi rujukan untuk mengembangkan kajian lanjutan mengenai Diferensiasi diri dan Sikap terhadap pernikahan pada penelitian selanjutnya.

