

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepanjang rentang kehidupannya, manusia mengalami berbagai tahap perkembangan, setiap tahapan tersebut memiliki tugas perkembangan yang berbeda-beda (Santrock, 2024). Salah satu tahap perkembangan tersebut adalah *emerging adulthood*. Fase ini umumnya berlangsung pada usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, dalam Lubalu dkk., 2022). Fase ini berlangsung hingga individu mulai menjalankan beberapa komitmen utama dalam kehidupan usia dewasa seperti menikah dan menjadi orang tua, terutama pada negara dengan budaya kolektivis (Wright et al., 2024). Pada masyarakat Indonesia, kecenderungan penundaan pencapaian peran dewasa ini dapat dilihat dari tingginya persentase penduduk perkotaan yang belum menikah hingga usia 24 tahun, yaitu sebesar 90,49% pada keluarga dengan kepala keluarga perempuan dan 44,60% pada keluarga dengan kepala keluarga laki-laki (Badan Pusat Statistik, 2025).

Menurut Arnett (dalam Kuang et al., 2023), fase *emerging adulthood* memiliki lima karakteristik utama yang membedakannya dengan fase perkembangan lain, yaitu adanya eksplorasi identitas, ketidakstabilan hidup, fokus pada diri sendiri, perasaan berada di antara remaja dan dewasa, serta optimisme terhadap masa depan. Pada fase ini, individu cenderung mengalami peningkatan kemandirian sehingga memiliki otonomi yang lebih besar dalam mengambil keputusan hidup (Bochaver et al., 2025). Namun, individu pada fase ini juga sering dihadapkan pada ekspektasi yang tinggi dari orang tua dalam hal prestasi akademik, jenjang karier, maupun pencapaian pribadi lainnya tanpa mempertimbangkan minat anak (Menon et al., 2025). Terutama pada orang tua dari berbagai subkelompok Asia yang cenderung memiliki ekspektasi pendidikan lebih tinggi (80%–91%) dibandingkan orang tua non-Asia (73%) (Djita, 2025).

Di sisi lain, berbagai institusi sosial seperti pemerintah, lembaga pendidikan, pasar kerja, maupun lingkungan keluarga belum sepenuhnya mampu merespons kebutuhan individu pada fase perkembangan ini (Arnet et al., dalam Brito et al., 2023). Oleh karena itu, tidak sedikit individu yang mengalami hambatan pada fase ini, seperti keterbatasan akses pendidikan, keterbatasan lapangan pekerjaan, dan tingginya tekanan biaya hidup yang dapat menghambat individu dalam proses eksplorasi diri, pencapaian identitas, dan kemandirian selama proses transisi menjadi dewasa (Hendry & Kloep, dalam Layland et al., 2018). Padahal, dukungan yang diperoleh individu pada fase perkembangan ini berperan penting dalam menentukan keberhasilan mereka menyelesaikan tahap perkembangan tersebut (Wood et al., 2018).

Melihat adanya berbagai kondisi hidup yang tidak pasti dan penuh tekanan pada fase *emerging adulthood*, hal tersebut berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis individu pada masa perkembangan ini. Kesejahteraan psikologis menggambarkan kondisi fungsi psikologis yang optimal, yang ditandai oleh kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri, membangun relasi yang positif dengan orang lain, bersikap mandiri dalam berpikir maupun bertindak, mampu mengelola lingkungannya secara efektif, memiliki arah dan makna hidup yang jelas, serta terus mengembangkan diri sepanjang kehidupannya (Ryff, dalam Van Dierendonck & Lam, 2023). Kesejahteraan psikologis berkaitan erat dengan bagaimana individu dapat beradaptasi, berfungsi, serta menjalani kehidupan yang bermakna dan produktif (Patgiri & Borah, 2025). Oleh karena itu, memiliki kesejahteraan psikologis yang baik merupakan aspek penting untuk dimiliki setiap individu.

Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi umumnya memiliki kemampuan resiliensi yang lebih baik sehingga lebih mampu menghadapi berbagai pengalaman hidup yang sulit dan terus mengembangkan potensi dirinya secara berkelanjutan (Patgiri & Borah, 2025). Selain itu, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi cenderung lebih kompeten dalam menghadapi tuntutan kehidupan dan merasa puas terhadap kehidupan yang dijalani (Abo Shereda et al., 2025). Mereka juga cenderung memiliki prestasi

akademik yang lebih baik, keterlibatan yang lebih tinggi dalam kegiatan akademik, perkembangan proses belajar yang lebih optimal, serta kemungkinan yang lebih besar untuk bertahan dalam menyelesaikan studinya (Chaudhry et al., 2024).

Sedangkan, individu dengan kesejahteraan psikologis yang rendah cenderung menghadapi risiko kematian yang lebih tinggi serta memiliki harapan hidup yang lebih rendah (Boylan et al., 2022). Rendahnya kesejahteraan psikologis juga dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup dan meningkatkan kerentanan terhadap berbagai kondisi gangguan kesehatan mental (Coventry et al., dalam Fang et al., 2025). Misalnya, seperti depresi dan kecemasan (Sulandari et al., 2026). Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), prevalensi depresi tertinggi di Indonesia berada pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 2%. Hal ini juga terjadi pada negara Malaysia, dimana prevalensi depresi tertinggi kedua terjadi pada kelompok usia 20–24 tahun, yaitu sebesar 3,1% (Institute for Public Health, dalam Othman & Jaafar, 2022). Selain itu, prevalensi gangguan kecemasan tertinggi secara global juga berada pada kelompok usia 20–24 tahun pada tahun 2021, meningkat sebesar 23,16% sejak tahun 1990 (Bie et al., 2024).

Menurut hasil penelitian Mohan dan Tara (2022), beberapa karakteristik *emerging adulthood* sendiri memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Karakteristik *identity exploration*, optimisme, dan *self-focus* berhubungan positif dengan dimensi kesejahteraan psikologis seperti *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *self-acceptance*. Sebaliknya, karakteristik *instability* dan *feeling in between* berhubungan negatif dengan *environmental mastery* dan *self-acceptance*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Baggio et al. (2016) yang menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap ketidakstabilan hidup berkaitan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis, sedangkan optimisme terhadap berbagai kemungkinan di masa depan berkaitan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Hal tersebut mengindikasikan bahwa fase *emerging adulthood* dapat menjadi periode yang rentan terhadap penurunan kesejahteraan psikologis akibat berbagai tuntutan perkembangan. Namun, apabila individu memandang fase ini sebagai kesempatan

untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi diri, proses tersebut dapat berkontribusi positif terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis.

Beberapa hasil penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada *emerging adult* saat ini masih sangat bervariasi. Pada beberapa penelitian ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, yaitu sebesar 54% (Anindya & Trihastuti, 2022), 51% (Mariyanti, 2017), dan 47,31% (Batubara et al., 2025). Sementara itu, pada penelitian Kurniasari (2019), menunjukkan mayoritas responden memiliki kesejahteraan psikologis yang sedang (46%). Temuan tersebut sejalan dengan beberapa hasil penelitian lain yang menunjukkan hasil yang sama (Zuhroh & Kurniawati, 2026; Laily dkk., 2024; Azis & Alwi, 2024; Hannani & Cahyanti, 2022; Tranggono dkk., 2022). Variasi hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada *emerging adult* di Indonesia masih belum konsisten, sehingga tidak semua individu pada tahap perkembangan ini memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal.

Tinggi atau rendahnya kesejahteraan psikologis tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Ryff (2024), faktor internal yang memengaruhi kesejahteraan psikologis meliputi tujuan hidup, religiusitas, serta strategi coping yang digunakan individu dalam menghadapi permasalahan. Sedangkan faktor eksternal mencakup hubungan keluarga, dukungan sosial, status sosial ekonomi, budaya, dan pengalaman hidup. Pengalaman hidup yang penuh tekanan, seperti kesulitan finansial atau mengalami peristiwa besar seperti resesi ekonomi dan pandemi, dapat menurunkan kesejahteraan psikologis individu. Sebaliknya, pengalaman yang positif seperti memiliki kondisi sosial ekonomi yang baik, dukungan sosial yang memadai, serta memperoleh kehangatan dari orang tua pada masa kanak-kanak berkaitan dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi (Ryff, 2024). Adapun menurut Yiğit dan Çakmak (2024), kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, *self-compassion*, dan *subjective vitality*. Sementara untuk faktor eksternal mencakup dukungan sosial, kualitas ikatan sosial, serta kelekatan antara orang tua dan anak.

Melihat masa *emerging adulthood* yang penuh dengan perubahan dan ketidakpastian, serta banyaknya keputusan-keputusan penting yang perlu diambil, memiliki kelekatan yang baik terhadap orang tua menjadi salah satu faktor penting (Wider et al., 2016). Individu memerlukan rasa aman dari orang tua untuk dapat menjalankan tugas-tugas perkembangan pada fase ini seperti eksplorasi identitas dan penyesuaian terhadap lingkungan baru (Wider et al., 2016). Oleh karena itu, meskipun individu pada masa *emerging adulthood* mengalami pergeseran signifikan dalam relasi interpersonal, orang tua tetap menjadi sumber dukungan utama sepanjang masa transisi tahap perkembangan ini (Valarezo-Bradkk., 2024).

Hal tersebut didukung oleh bukti longitudinal yang menunjukkan bahwa meskipun individu mengembangkan figur kelekatan tambahan seiring bertambahnya usia, preferensi mereka terhadap kelekatan orang tua cenderung tetap stabil (Umemura dkk., dalam Valarezo-Bravo dkk., 2024). Oleh karena itu, kualitas hubungan dengan orang tua pada masa ini menentukan seberapa baik individu mampu beradaptasi secara psikologis terhadap berbagai tantangan fase perkembangan ini. Hal tersebut sejalan dengan penelitian García et al. (2018), yang menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan orang tua berperan penting terhadap kesejahteraan psikologis pada *emerging adult*.

Namun, membangun hubungan yang hangat dan berkualitas dengan anak bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan oleh setiap orang tua. Berbagai tuntutan kehidupan modern, khususnya pada keluarga urban, seperti tingginya tekanan pekerjaan dan keterbatasan waktu berkumpul dengan anak, dapat mengurangi kesempatan orang tua untuk menjalin interaksi yang hangat dan konsisten dengan anak (Hendriati & Okvitawanli, 2019). Kondisi ini menjadi perhatian penting mengingat kualitas hubungan dan kelekatan yang terbentuk antara orang tua dengan anak dapat berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis *emerging adult*. fenomena ini banyak ditemukan pada keluarga urban di wilayah metropolitan, seperti wilayah Jabodetabek.

Menurut data Badan Pusat Statistik (2024), pada tahun 2023 terdapat sebanyak 3.614.673 pekerja komuter di kawasan Jabodetabek, dengan 54,5% di antaranya berstatus menikah dan 46,3% menghabiskan waktu 10–12 jam di luar

rumah setiap harinya. Keterbatasan waktu bersama keluarga ini berpotensi memengaruhi pola interaksi dan pengasuhan yang diterapkan orang tua kepada anak. Situasi tersebut menjadi semakin penting untuk diperhatikan jika mengingat karakteristik demografis keluarga Indonesia. Menurut Badan Pusat Statistik (2026), angka fertilitas total Indonesia pada tahun 2025 sebesar 2,13, yang menunjukkan bahwa rata-rata keluarga di Indonesia memiliki dua anak. Kondisi ini diperparah oleh tingginya biaya hidup di wilayah Jabodetabek: berdasarkan data Badan Pusat Statistik (dalam Detik.com, 2024), biaya hidup bulanan pada tahun 2022 di DKI Jakarta mencapai sekitar Rp 14,88 juta, Bekasi Rp 14,34 juta, Depok Rp 12,35 juta, Tangerang Rp 10,96 juta, dan Bogor Rp 10,73 juta.

Dengan jumlah anak lebih dari satu, waktu yang terbatas, dan tekanan biaya hidup yang tinggi, orang tua dituntut untuk dapat membagi waktu, perhatian, dan sumber daya secara adil kepada setiap anak. Dalam situasi tersebut, peluang munculnya perlakuan yang tidak setara dapat meningkat dan memunculkan persepsi adanya *parental favoritism* pada anak. *Parental favoritism* merupakan bentuk persepsi adanya ketidakadilan dalam praktik pengasuhan yang ditunjukkan melalui pemberian perlakuan yang lebih menguntungkan kepada salah satu anak dibandingkan anak lainnya (Salmon et al., dalam Trimilena & Eva, 2025).

Fenomena *parental favoritism* ini relatif umum terjadi dalam berbagai keluarga. Berbagai penelitian sebelumnya melaporkan bahwa tingkat kejadian *parental favoritism* sebesar 65% di Amerika Serikat dan 63,3% di Belgia, (Brody et al., dalam Ng et al., 2020; Jeannin & Van Leeuwen, dalam Ng et al., 2020). Hasil penelitian Li et al. (2025), juga menunjukkan bahwa sekitar 17% responden di China pernah merasakan tidak difavoritkan orang tua ketika masih anak-anak. Dalam penelitian Parveen et al. (2025), juga ditemukan bahwa sebanyak 45,5% *emerging adult* di Pakistan pernah merasa mengalami perlakuan berbeda dari orang tua pada tingkat ekstrem, 18,9% pada tingkat sedang, dan 8,3% pada tingkat ringan. Hal ini serupa dengan penelitian Ali dan Shah (2023), yang menemukan sebanyak 8,1% responden merasa orang tua lebih memfavoritkan saudara kandung yang lain.

Pada negara Indonesia sendiri, kondisi *parental favoritism* ini dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian. Berdasarkan hasil penelitian Kristiana dan Sahrani (2025), sebanyak 51,4% partisipan merasa diperlakukan berbeda oleh orang tua dibandingkan saudara kandungnya. Adapun hasil penelitian Abdella dan Faidah (2026), menemukan bahwa sebagian besar anak merasakan adanya perlakuan berbeda dari orang tua, di mana 47% berada pada kategori sedang dan 40% pada kategori tinggi. Namun, orang tua cenderung menilai perlakuan berbeda tersebut lebih rendah dibandingkan persepsi anak, yaitu hanya sebesar 50% orang tua yang mengakui adanya perlakuan berbeda pada kategori sedang dan 33% pada kategori tinggi.

Perbedaan perlakuan ini dapat terlihat dalam aspek kasih sayang maupun kontrol yang diberikan orang tua (Iftikhar & Sajjad, 2023), seperti adanya perbedaan dalam pemberian hak istimewa, pembagian pekerjaan rumah tangga, serta keterlibatan waktu orang tua terhadap masing-masing anak (Rolan & Marceau, 2018). Fenomena *parental favoritism* ini juga dapat dilihat dari adanya perlakuan orang tua yang lebih sering memberikan hak-hak istimewa kepada anak laki-laki, seperti kesempatan untuk mengakses pendidikan yang lebih besar dibanding anak perempuan (Pamungkas, 2021).

Meskipun fase *emerging adulthood* sendiri sering dikaitkan dengan kemandirian, tetapi pada tahap ini individu umumnya belum sepenuhnya lepas dari orang tua. Berdasarkan hasil penelitian Jensen et al., (2024), kehadiran orang tua masih berkontribusi besar terhadap penyesuaian diri pada usia ini. Individu pada tahap masih bergantung pada dukungan finansial, tinggal bersama orang tua, serta membutuhkan dukungan emosional dan arahan sebagai bentuk bimbingan (Arnett, dalam Fingerman, 2017). Namun, sayangnya pada orang tua yang menunjukkan *parental favoritism*, mereka cenderung memberikan bantuan finansial yang lebih besar kepada anak yang lebih difavoritkan (Law & Imran, 2024).

Hal tersebut dapat ditunjukkan dari hasil penelitian Nikiforidis et al., (2018), yang menemukan bahwa terdapat kecenderungan orang tua untuk mengalokasikan sumber daya kepada anak yang memiliki jenis kelamin yang

sama dengan dirinya. Dalam berbagai situasi pengambilan keputusan, ayah cenderung lebih sering memberikan sumber daya kepada anak laki-laki, sedangkan ibu cenderung lebih sering memberikan sumber daya kepada anak perempuan. Adapun menurut hasil penelitian Rosen et al. (2025), orang tua cenderung memberikan finansial yang lebih besar kepada anak yang dipersepsikan memiliki prospek ekonomi lebih baik di masa depan dibandingkan anak yang dipandang memiliki prospek ekonomi lebih rendah.

Kondisi *parental favoritism* tersebut dapat disebabkan beberapa faktor, seperti adanya karakteristik tertentu pada anak yang memengaruhi cara orang tua dalam memberikan pengasuhan. Berdasarkan hasil studi meta analisis yang dilakukan oleh Jensen dan Jorgensen (2025), orang tua cenderung menunjukkan perlakuan yang lebih menguntungkan kepada anak perempuan dibandingkan anak laki-laki. Selain itu, anak yang lebih tua biasanya memperoleh kebebasan dan kontrol yang lebih longgar. Anak dengan temperamen yang lebih mudah diatur, serta memiliki kepribadian *conscientious* (bertanggung jawab dan terorganisasi) dan *agreeable* (kooperatif dan mudah bekerja sama), umumnya mendapatkan lebih banyak interaksi positif dan mengalami lebih sedikit konflik dengan orang tua (Jensen & Jorgensen, 2025).

Adanya perbedaan favoritisme dari orang tua ini dapat menurunkan kesejahteraan psikologi pada anak yang tidak difavoritkan. Hal ini telah dibuktikan hasil penelitian Hou dan Suitor (2023), yang menunjukkan bahwa anak-anak yang mengingat adanya perlakuan tidak adil dari orang tua di masa kecil memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah pada usia dewasa dibandingkan individu yang merasa diperlakukan setara. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Peng, Suitor, dan Gilligan (2018), yang menunjukkan bahwa perlakuan diferensial dari ibu, baik yang dirasakan pada masa dewasa maupun yang diingat dari masa kanak-kanak, memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mereka pada usia dewasa madya.

Meskipun telah terdapat berbagai penelitian yang mengkaji dampak *perceived parental favoritism* terhadap kesejahteraan psikologis, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada usia remaja (Ng et al., 2020) dan dewasa

madya (Peng, Suitor, dan Gilligan, 2018). Kajian yang secara khusus meneliti pengaruh antara *perceived parental favoritism* dengan kesejahteraan psikologis pada populasi *emerging adult* sampai saat ini masih belum di eksplorasi lebih lanjut, terutama pada populasi *emerging adult* di Jabodetabek sebagai kota urban di Indonesia. Peristiwa ini menjadi salah satu hal yang penting untuk diteliti karena berkaitan dengan tujuan ketiga yang ingin dicapai dalam Sustainable Development Goals (SDGs), yaitu *good health and well-being*, yang bertujuan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji pengaruh *perceived parental favoritism* terhadap kesejahteraan psikologis pada individu *emerging adult* di Indonesia.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, terdapat beberapa permasalahan yang diidentifikasi, antara lain:

1. Fase *emerging adulthood* adalah fase yang penuh perubahan dan ketidakpastian, sehingga banyak individu merasa tertekan oleh tuntutan akademik, pekerjaan, maupun hubungan sosial.
2. Tidak semua individu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik pada fase ini, masih ada individu yang berada pada kategori sedang bahkan rendah.
3. Persepsi adanya *parental favoritism* yang dilakukan oleh orang tua dapat menjadi salah satu faktor yang berpotensi menimbulkan menurunnya kesejahteraan psikologis pada anak yang merasa tidak difavoritkan.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah tersebut, peneliti membatasi masalah pada:

1. Populasi penelitian hanya pada individu yang berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu rentang usia 18–25 tahun yang memiliki saudara kandung dan berdomisili di Jabodetabek.
2. Variabel penelitian hanya meliputi *perceived parental favoritism* dan kesejahteraan psikologis, sehingga tidak memperhatikan variabel moderasi maupun variabel mediasi lainnya yang dapat memengaruhi hubungan kedua variabel.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah *perceived parental favoritism* berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada *emerging adult*?”.

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *perceived parental favoritism* terhadap kesejahteraan psikologis pada *emerging adult* di Jabodetabek.

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Menjadi sumber referensi untuk penelitian selanjutnya yang memiliki topik serupa mengenai bagaimana kesejahteraan psikologis pada *emerging adult* dapat dipengaruhi oleh *parental favoritism*.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi *emerging adult*

Penelitian ini diharapkan dapat membantu individu pada fase *emerging adulthood* memahami dampak pengalaman adanya persepsi perlakuan *parental favoritism* yang dilakukan orang tua terhadap kesejahteraan psikologisnya. Pemahaman tersebut dapat menjadi sarana refleksi untuk mengenali pola relasi keluarga yang kurang positif dan mengomunikasikannya secara asertif kepada orang tua, sehingga dapat terjalin hubungan yang lebih sehat dan seimbang, sehingga dapat tercipta kondisi kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

1.6.2.2 Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran orang tua mengenai dampak dari adanya persepsi *parental favoritism* pada *emerging adult*, serta mendorong penerapan pola pengasuhan yang lebih adil dan suportif agar dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada *emerging adult*.

1.6.2.3 Bagi profesional kesehatan mental

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan program psikoedukasi mengenai kesejahteraan psikologis yang berfokus pada relasi orang tua dengan *emerging adult*.