

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa tahun terakhir telah terjadi perubahan cara pandang masyarakat terhadap peran dan tanggung jawab sebagai orang tua. Salah satu fenomena yang semakin banyak diperbincangkan dalam beberapa dekade ini adalah keputusan pasangan suami-istri untuk tidak memiliki anak atau *childfree*. Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan pada tahun 2023, tercatat lebih dari 71.000 perempuan yang berada dalam usia produktif (15-49 tahun) di Indonesia memutuskan untuk hidup tanpa anak atau *childfree*. Angka tersebut berkontribusi setara 8,2% dari keseluruhan jumlah populasi perempuan di Indonesia yang sudah menikah, tetapi belum memiliki anak. Prevalensi *childfree* juga terlihat naik dalam kurun waktu empat tahun terakhir (GoodStats, 2023).

Selain memilih untuk tidak memiliki anak, kecenderungan lain yang juga semakin meningkat adalah keputusan pasangan untuk menunda memiliki anak (*postponed childbearing*). Tren ini terjadi pada banyak pasangan di berbagai negara, termasuk di Indonesia yang menunda untuk memiliki anak hingga mencapai kondisi yang dianggap ideal. Badan Pusat Statistik (BPS) mengatakan bahwa pada tahun 2024, sebanyak 56,26% dari pasangan usia subur (PUS) yang berusia 15 hingga 49 tahun telah tercatat menggunakan alat keluarga berencana (KB) atau metode tradisional lainnya untuk mencegah dan menunda kehamilan. Menurut BPS, jumlah pasangan usia subur di Indonesia yang memutuskan untuk mencegah atau menunda kehamilan terus bertambah selama empat tahun terakhir. Pada tahun 2024, proporsi tersebut mencapai 56,26%, yang merupakan angka tertinggi dalam lima tahun terakhir (GoodStats, 2025). Banyak individu baru merasa siap memiliki

anak setelah mencapai stabilitas finansial, keamanan karier, kesiapan emosional, hubungan yang stabil, serta kepemilikan rumah sebelum memasuki peran sebagai orang tua (Datta dkk., 2023).

Meskipun, dalam perspektif psikologi perkembangan, menjadi orang tua merupakan salah satu tugas perkembangan penting pada masa dewasa awal. Individu yang berada pada rentang usia 20-40 tahun diharapkan mampu menyelesaikan tugas perkembangannya, seperti mulai membangun kehidupan berkeluarga hingga memutuskan untuk memiliki anak dan belajar mengasuh anak. Tugas perkembangan ini menuntut kesiapan biologis, psikologis, emosional, sosial, dan kognitif (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Tren meningkatnya fenomena menunda memiliki anak hingga keputusan untuk tidak memiliki anak di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir merefleksikan adanya kekhawatiran yang besar pada individu dewasa awal terkait kesiapan mereka untuk memasuki peran sebagai orang tua.

Dalam merencanakan sebuah keluarga perlu untuk menyiapkan diri menjadi orang tua dan merencanakan kelahiran anak pertama. Namun, penyesuaian diri terhadap masa transisi menjadi orang tua merupakan salah satu krisis perkembangan paling signifikan dalam hidup individu. Proses menjadi orang tua juga dapat menimbulkan perubahan yang menyebabkan stres (Boyd & Bee, 2015). Secara khusus, pada perempuan, proses transisi ini sering kali disertai dengan tuntutan peran yang lebih besar. Banyak perempuan mengalami tantangan karena berbagai tanggung jawab baru yang membutuhkan penyesuaian. Masalah sering kali muncul ketika perempuan menjalankan peran mereka sebagai ibu, terutama karena mereka merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi untuk menjadi “ibu yang ideal” (Ernawati dkk., 2025). Melihat besarnya tantangan tersebut, meskipun tahap pengasuhan anak tampak sebagai fase yang masih jauh bagi perempuan yang belum menikah. Namun, kesiapan menjadi orang tua tidak dapat dibentuk secara cepat, melainkan suatu sikap serta kondisi mental yang perlu dibangun dan membutuhkan proses pembentukan sejak dini (Kit, Ayano. dkk., 2020).

Urgensi pembentukan kesiapan untuk memasuki peran sebagai orang tua menjadi semakin krusial bagi kelompok perempuan. Dalam struktur sosial masyarakat, seorang ibu sering kali masih memikul beban utama dalam pengasuhan

anak di rumah, yang menempatkannya pada risiko stres pengasuhan yang lebih tinggi jika tidak dibekali kesiapan yang optimal (Shimizu dkk., 2014). Sebuah penelitian yang dilakukan di Jawa Barat oleh Tsania menemukan bahwa kesiapan seorang perempuan untuk menjalani peran baru sebagai ibu, istri, dan ibu rumah tangga berdampak signifikan terhadap pertumbuhan anak balita (Pratiwi & Rahmi, 2022). Ibu yang kurang siap secara kognitif dalam menjalankan peran sebagai orang tua rentan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi, dan anak-anak mereka lebih berpotensi menunjukkan perilaku yang lebih sulit untuk dikelola (American Psychological Association, dalam Mahmudah, 2021). Selain itu, Novitasari dkk. (2025) menemukan bahwa orang tua yang belum siap secara psikologis cenderung memiliki toleransi frustrasi yang rendah, sehingga lebih mudah merespons perilaku anak dengan kemarahan atau tindakan agresif.

Fenomena ketidaksiapan ini diperkuat oleh hasil studi pendahuluan (*preliminary study*) yang dilakukan kepada 9 perempuan dewasa awal berusia 20-32 tahun yang belum menikah. Sebanyak 9 dari 9 responden merasa ragu apakah mampu menjadi orang tua yang baik, serta 7 dari 9 responden memilih ingin menunda memiliki anak di masa mendatang. Secara umum, seluruh responden menyatakan bahwa keputusan untuk memiliki anak bukanlah keputusan yang spontan, melainkan membutuhkan pertimbangan yang matang. Beberapa alasan di antaranya mempertimbangkan memiliki anak berkaitan dengan kesiapan mental dan emosional, stabilitas finansial, kualitas hubungan dengan pasangan, khawatir kehilangan kebebasan dan perubahan peran hidup, kekhawatiran akan tanggung jawab pengasuhan, dan kemungkinan mengulang pola relasi keluarga asal. Studi pendahuluan ini dilakukan melalui *G-Form* yang disebar secara *online* pada tanggal 24—26 Februari 2026 kepada partisipan perempuan dewasa awal yang belum menikah. Fenomena-fenomena yang ada semakin menegaskan pentingnya mengkaji faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesiapan menjadi orang tua, khususnya pada kelompok perempuan dewasa awal yang sedang berada pada fase perencanaan kehidupan berkeluarga.

Biktagirova dan Valeeva mendefinisikan kesiapan menjadi orang tua sebagai suatu fenomena sosio-psikologis yang melibatkan aspek pengetahuan, respons emosional, persepsi, serta keyakinan individu dalam menjalankan peran

pengasuhan, yang selanjutnya tercermin dalam berbagai bentuk praktik atau pola pengasuhan (Widyawati dkk., 2022). Sementara itu, Shimizu dkk. (2014), mengemukakan kesiapan menjadi orang tua sebagai keadaan kesiapan psikologis sebelum menjadi orang tua, yang mencakup minat terhadap anak kecil, sikap positif dan motivasi terhadap pengasuhan, serta pemahaman terhadap tantangan dalam membesarkan anak, terlepas dari apakah individu sudah memiliki keterampilan pengasuhan secara aktual.

Kesiapan psikologis untuk menjalani peran sebagai orang tua tidak terbentuk secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh berbagai pengalaman yang diperoleh individu sepanjang kehidupannya, terutama pengalaman pengasuhan dalam keluarga (Kit, Ayano. dkk., 2020). Sejalan dengan hal tersebut, Chamberlain dkk. (2019) menyebutkan bahwa pengalaman pengasuhan yang diterima pada masa kanak-kanak berperan penting dalam membentuk cara pandang individu terhadap pengasuhan dan peran sebagai orang tua. Dengan kata lain, bagaimana seseorang diasuh akan memengaruhi bagaimana ia memandang dan mempersiapkan diri untuk menjadi orang tua di masa depan. Salah satu figur yang memiliki peran signifikan dalam pengasuhan anak adalah ayah.

Keterlibatan ayah (*father involvement*) dalam pengasuhan tidak hanya merujuk pada kehadiran fisik atau jumlah waktu yang dihabiskan bersama anak, tetapi mencakup keterlibatan yang bersifat multidimensional, seperti keterlibatan emosional, dukungan, komunikasi, pengasuhan, pemberian disiplin, perlindungan, serta partisipasi aktif dalam berbagai aspek perkembangan anak. Keterlibatan ini dipahami berdasarkan persepsi anak terhadap sejauh mana ayah berperan dalam kehidupannya (Finley & Schwartz, 2004). Pada anak perempuan, keterlibatan ayah berkontribusi signifikan terhadap kemampuan menjadi pribadi yang mandiri dan matang secara emosional, kualitas hubungan interpersonal yang sehat, kesehatan mental yang stabil, serta perilaku sosial yang adaptif hingga masa dewasa awal (Febriani & Iswinarti, 2025). Pengalaman relasi dengan ayah dapat membentuk persepsi individu terhadap peran laki-laki dalam keluarga serta ekspektasi terhadap pembagian peran dalam pengasuhan (Kimberley & Dewi, 2025; Feliciano & Nurdibyanandaru, 2020).

Absennya figur seorang ayah karena alasan perceraian, kematian, maupun hubungan atau komunikasi yang buruk antara ayah dan anak, dapat menciptakan kekosongan dalam proses identifikasi peran, khususnya pada anak perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Wandasari dkk. (2021) menyatakan bahwa anak perempuan cenderung akan menerima dampak besar daripada laki-laki akibat hilangnya figur ayah. Ketidakhadiran peran ayah tersebut dapat berpengaruh signifikan terhadap perkembangan sosial emosional anak perempuan yang nantinya akan memengaruhi kesiapan mereka menghadapi peran pengasuhan di masa mendatang.

Bowlby (dalam Kohlhoff, 2013) menyatakan bahwa interaksi antara orang tua baru dan anaknya berkaitan erat dengan pengalaman interaksi mereka dahulu sebagai anak dengan orang tua mereka. Hubungan tersebut terbentuk pada masa bayi atau kanak-kanak dan berlanjut hingga masa remaja, ketika aspek mental, perkembangan diri, dan sosial sedang berkembang pesat. Kohlhoff (2013) juga menjelaskan bahwa pengalaman kurang menyenangkan di masa kecil, seperti kehilangan orang tua atau kurangnya perhatian dapat memengaruhi perkembangan psikologis individu saat menjadi orang tua di masa dewasa. Sejalan dengan hal tersebut, Mayangsari dkk. (2026) menunjukkan bahwa pengalaman negatif yang tidak terselesaikan di dalam keluarga dapat terus diwariskan kepada generasi berikutnya melalui pola interaksi keluarga, gaya pengasuhan, serta kurangnya komunikasi yang terbuka mengenai perasaan dan kebutuhan emosional hingga memasuki masa dewasa awal. Dengan demikian, peran orang tua pada generasi sebelumnya turut memberikan dampak terhadap perkembangan individu ketika ia menjalani peran sebagai orang tua.

Sejauh ini, berbagai penelitian telah mengkaji dampak keterlibatan ayah (*father involvement*) terhadap perkembangan anak dan remaja, serta bagaimana dampak ketidakhadiran peran aktif ayah terhadap kesejahteraan psikologis perempuan dewasa awal. Namun demikian, penelitian yang secara spesifik menguji keterkaitan antara pengalaman keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal yang belum menikah masih terbatas. Padahal, kelompok ini berada pada fase perkembangan yang krusial, yaitu mulai mempertimbangkan pernikahan, pembentukan keluarga, serta

keputusan memiliki anak. Ketika pengalaman relasi dengan ayah berpotensi memengaruhi cara individu memaknai peran pengasuhan, maka penting untuk memahami bagaimana bentuk keterlibatan ayah berkaitan dengan kesiapan menjadi orang tua pada kelompok tersebut. Mengidentifikasi tingkat kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal yang belum menikah dapat menjadi langkah preventif sebelum mereka benar-benar dihadapkan pada realitas pernikahan dan pengasuhan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh keterlibatan ayah terhadap kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memperkaya kajian mengenai transisi menjadi orang tua, serta memberikan implikasi praktis dalam upaya meningkatkan kesiapan pengasuhan pada perempuan dewasa awal.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, dapat diidentifikasi permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Fenomena penundaan memiliki anak dan *childfree* yang semakin meningkat menunjukkan adanya pertimbangan serius terkait kesiapan psikologis, emosional, dan sosial untuk menjadi orang tua.
2. Ibu yang kurang siap dalam menjalankan peran sebagai orang tua rentan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dan berpotensi melakukan pengasuhan yang maladaptif.
3. Transisi menjadi orang tua merupakan fase krusial dalam dewasa awal, tetapi tidak semua individu memiliki kesiapan yang memadai untuk menjalani peran tersebut.
4. Pengalaman masa kecil, khususnya terkait keterlibatan ayah sebagai figur signifikan berperan penting dalam membentuk kesiapan perempuan dewasa awal untuk menjadi orang tua.

5. Penelitian yang secara spesifik mengkaji keterkaitan antara keterlibatan ayah dengan kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal masih terbatas.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan luasnya cakupan permasalahan yang ada, penelitian ini dibatasi pada pengaruh keterlibatan ayah terhadap kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah disusun, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh antara keterlibatan ayah terhadap kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal?”

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan ada atau tidaknya pengaruh keterlibatan ayah terhadap kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi keluarga dan psikologi perkembangan mengenai keterlibatan ayah (*father involvement*) dan implikasinya terhadap kesiapan menjadi orang tua pada perempuan dewasa awal. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi empiris bagi penelitian selanjutnya dengan tema serupa.

1.6.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi perempuan dewasa awal mengenai pentingnya memahami pengalaman relasi dengan ayah dalam mempersiapkan diri menjadi orang tua agar mempersiapkan diri secara lebih matang sebelum memasuki fase pernikahan dan pengasuhan anak. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua, praktisi psikologi, serta lembaga terkait dalam merancang program edukasi dan intervensi yang mendorong keterlibatan ayah, serta meningkatkan kesiapan individu dalam menjalankan peran pengasuhan.

