

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sepanjang hidupnya akan selalu mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara berkelanjutan. Salah satu tahap perkembangan yang dilewati oleh manusia dengan rentang waktu yang cukup panjang adalah masa dewasa awal. Pada masa ini, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, salah satunya adalah membangun hubungan intim, menjalin komitmen jangka panjang, serta mempersiapkan pernikahan (J. W. Santrock, 2012). Keberhasilan individu dalam membangun keintiman pada masa perkembangan ini dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologisnya.

Menurut perspektif psikologi perkembangan yang dijelaskan oleh Maryati & Rezania (2021), masa perkembangan dewasa awal disebut juga sebagai usia reproduktif atau *reproductive age*. Individu diharapkan mampu membentuk kedekatan emosional dengan pasangan serta membentuk komitmen jangka panjang dalam ikatan pernikahan. Dengan demikian, pernikahan bukan hanya bentuk dari formalitas semata pada institusi sosial, tetapi juga sebagai bentuk pencapaian dari tugas perkembangan yang penting dalam kehidupan individu. Namun, pada kenyataannya saat ini terdapat pergeseran dalam cara memandang dan mempersepsikan pernikahan pada generasi muda. Pernikahan saat ini dipandang sebagai suatu hal yang menakutkan dan memicu keresahan untuk dijalani (Satriyanto & Oktaviani, 2025).

Pergeseran pandangan dalam menjalani pernikahan ini salah satunya ditunjukkan dengan munculnya tren “*Marriage is Scary*” yang ramai diperbincangkan di media sosial (Oktaviani & Krismono, 2025). Fenomena tersebut saat ini menjadi representasi dari kecemasan banyak orang terhadap pernikahan atau disebut juga dengan *marriage anxiety*. Beragam bentuk konten tersebar luas di media sosial yang

menggambarkan bahwa kehidupan setelah menikah adalah hal yang menakutkan karena beratnya permasalahan baik secara emosional, psikologis, dan ekonomi yang dilalui oleh orang-orang yang sudah menikah (Rahma, 2025).

Peralihan status menjadi seorang suami atau istri memberikan suatu tuntutan yang menimbulkan rasa kecemasan baik pada laki-laki maupun perempuan (Rahmi et al., 2023). Pada laki-laki, pernikahan dianggap menakutkan karena adanya beban finansial, khawatir akan kegagalan atau perceraian, hilangnya kebebasan, trauma masa lalu, mendapatkan pasangan yang tidak cocok, hingga mendapatkan tekanan dari keluarga istri (Travers, 2024; Jannati, 2023; Tirta & Arifin, 2025). Sementara pada perempuan, pernikahan dianggap menakutkan karena potensi patriarki, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perubahan sikap pasangan setelah menikah, serta perselingkuhan (Asy'ari & Amelia, 2024). Selain itu, Cahyawati (2026) juga menjelaskan tuntutan pernikahan yang tinggi pada perempuan untuk melangsungkan pernikahan dan hamil pada usia 20-25 tahun.

Dengan demikian, sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan terhadap menikah lebih tinggi dialami oleh wanita dibandingkan perempuan. Sehingga perempuan menjadi fokus yang perlu ditelusuri lebih dalam, sesuai temuan oleh Rahmi et al. (2023) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada tingkat *marriage anxiety* pada perempuan dan laki-laki, di mana tingkat kecemasan pernikahan lebih tinggi dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Selain itu, Asy'ari & Amelia (2024) pun menjelaskan bahwa jika di perhatikan lebih lanjut dari banyaknya unggahan di media sosial terutama pada platform TikTok, tren "*Marriage is Scary*" didominasi oleh *audiens* perempuan yang sudah cukup usia untuk menjalankan pernikahan.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2025), menunjukkan adanya penurunan angka pernikahan yang signifikan dari tahun ke tahun di Indonesia. Dalam lima tahun terakhir, secara konsisten terjadi tren penurunan pada angka pernikahan. Tercatat penurunan yang begitu banyak dari jumlah pernikahan, yaitu sekitar 1,78 juta pada tahun 2020 menjadi sekitar 1,48 juta pada tahun 2024. Angka penurunan

pernikahan ini mengindikasikan bahwa adanya preferensi generasi muda di Indonesia untuk menunda atau menghindari pernikahan. Menurut Musahwi et al. (2022), keputusan untuk menunda pernikahan yang saat ini dilakukan oleh banyak orang terutama pada kalangan perempuan dikarenakan rasa ketidakpercayaan serta pergeseran makna dari pernikahan.

Pernikahan saat ini dianggap bukanlah suatu kewajiban atau tradisi yang harus dijalani, melainkan keputusan penting yang perlu dipertimbangkan secara panjang dan matang bagi banyak wanita (Usmi et al., 2025). Dalam mempertimbangkan pernikahan, perempuan saat ini dihadapi dengan banyak kebingungan dan ketakutan, dibuktikan dengan studi pendahuluan yang dilakukan oleh Fiqrunnis et al. (2023). Sebanyak 84.2% dari 57 perempuan dewasa awal, merasa memiliki permasalahan dalam memilih pasangan dengan alasan adanya kekecewaan terhadap hubungan yang dimiliki dengan sosok ayah, merasa tidak percaya dengan laki-laki, hingga takut akan mengalami permasalahan yang sama seperti ayahnya sehingga berdampak pada anaknya kelak. Selain itu, penelitian dalam bentuk analisis konten yang dilakukan oleh (H. Putri, 2025) pun menyebutkan salah satu kekhawatiran yang disebutkan wanita dalam bentuk narasi “*marriage is scary, I mean look at my father*” yang mendapatkan atensi dari banyak orang. Dengan demikian kekhawatiran terhadap pernikahan pada perempuan saat ini ditunjukkan karena adanya permasalahan dengan figur ayah di dalam hidupnya.

Kondisi dengan kekhawatiran yang tinggi terhadap menikah ini menjadi representasi dari kecemasan pada diri seseorang untuk menghadapi pernikahan atau disebut juga dengan *marriage anxiety*. Menurut ÇELİK & Erkilet (2019), *marriage anxiety* merupakan suatu keadaan yang memicu pikiran dan perasaan negatif terhadap pernikahan sehingga memunculkan perasaan cemas saat memikirkan atau membahas topik pernikahan. Akibatnya, menghasilkan kecenderungan pada banyak individu untuk menghindari situasi yang mengaitkan dirinya dengan pernikahan. Selain itu, Mutiasari & Sahrani (2024) pun mengungkapkan bahwa *marriage anxiety* ini merupakan kekhawatiran individu dalam memilih pasangan yang sesuai harapan untuk

dapat sampai ke jenjang pernikahan. Sehingga, kondisi ini mempengaruhi pola pikir individu untuk dapat mengambil keputusan dalam pernikahan, seperti menunda bahkan menghindari komitmen jangka panjang.

Pernyataan lebih lanjut dari Yani & Arisman (2026) menjelaskan mengenai dampak negatif dari *marriage anxiety* beberapa diantaranya seperti menunda pernikahan secara berlebihan, menghambat berjalannya hubungan yang serius untuk jangka panjang, *overthinking* dan *stress* karena khawatir, tidak percaya dengan pernikahan, memunculkan rasa trauma pada relasi baru, serta memperlambat pembentukan keluarga. Sejalan dengan data dari Badan Pusat Statistik (2025) yang menunjukkan bahwa mayoritas penduduk usia muda (16–30 tahun) di Indonesia masih berstatus belum menikah. Pada tahun 2025, sebanyak 71,04% penduduk usia muda belum menikah, meningkat dibandingkan tahun 2020 yang sebesar 59,82%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan penundaan pernikahan di kalangan generasi muda Indonesia yang tinggi sebagai dampak dari *marriage anxiety*.

Perasaan cemas dalam menghadapi menikah atau *marriage anxiety* ini tentu tidak muncul begitu saja tanpa sebab, perasaan ini tidak terlepas dari berbagai faktor yang mempengaruhinya. Gul et al. (2025) menjelaskan faktor dari *marriage anxiety* yang dibagi menjadi faktor sosial, keluarga, dan individu. Berdasarkan ketiga faktor tersebut, faktor keluarga adalah aspek penting yang perlu diperhatikan karena berkaitan langsung dengan pengalaman awal individu dalam membentuk pola hubungan dan rasa aman secara emosional. Menurut Lamb (2004), kehadiran orang tua yang kurang, khususnya ayah terhadap anaknya, dapat mengakibatkan munculnya perasaan cemas pada individu dalam memandang pernikahan. Saat dewasa, akan terbentuk rasa takut dan perasaan tidak stabil saat akan melangkah ke tahapan hidup yang baru.

Dengan demikian, salah satu faktor penting yang perlu disoroti sebagai salah satu pemicu utama munculnya *marriage anxiety* adalah ketiadaan peran ayah selama fase perkembangan atau disebut juga dengan istilah “*Fatherless*” (N. K. Ramadhani & Sugiasih, 2025). Seperti yang kita ketahui bahwa Indonesia tercatat sebagai salah satu negara dengan tingkat ketidakhadiran figur ayah tertinggi secara global, yang akhirnya

mempengaruhi dinamika perkembangan anak secara mendalam dan jangka panjang sejak masa kanak-kanak hingga remaja dan dewasa (Arbiyana & Kholil, 2024). Ketiadaan peran ayah ini merujuk pada minimnya dukungan emosional serta spiritual dari figur ayah, sehingga dapat menghambat pembentukan hubungan yang sehat dengan ayah (Nurmalasari et al., 2024). Tak hanya secara fisik atau biologis yang mampu hadir sebagai ayah, namun ayah juga harus hadir sebagai pendamping yang memadai bagi anak secara psikologis, sehingga tidak menyebabkan anak merasa kekosongan peran ayah sepanjang masa pertumbuhannya (Munjiat, 2017).

Bentuk keterlibatan ayah atau *father involvement* dalam masa perkembangan anak menurut Lamb (2010) didefinisikan sebagai implementasi dari partisipasi ayah secara positif dalam berbagai aktivitas anak, mencakup interaksi seperti berdialog dengan anak, memantau atau ikut serta dalam rutinitas anak, menyediakan rasa aman dan nyaman, serta memenuhi kebutuhan anak. Keterlibatan langsung semacam ini menghasilkan dampak positif yang signifikan terhadap proses perkembangan anak. Sedangkan menurut Goncy & van Dulmen (2010), *father involvement* digambarkan sebagai keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak yang meliputi komunikasi bersama (*shared communication*), partisipasi dalam aktivitas bersama (*shared activity participation*), serta kedekatan emosional (*emotional closeness*). Pemenuhan *father involvement* dalam pengasuhan menunjukkan dampak yang penting bagi pertumbuhan anak, baik anak laki-laki ataupun perempuan. Kedekatan emosional anak laki-laki dan ayahnya mampu menghasilkan figur keberanian dalam hal kepemimpinan, sementara pada anak perempuan, kedekatan emosional dengan ayah mampu membentuk kemampuan berpikir secara rasional (Auni, 2017 dalam Junaidin et al., 2023).

Jika ditinjau lebih lanjut mengenai dampak kehadiran ayah pada perempuan khususnya terhadap hubungan romantis dan pernikahan di masa dewasa, menurut penelitian yang dilakukan oleh Reuven-Krispin et al. (2021), membuktikan bahwa keterlibatan ayah yang rendah cenderung menyebabkan anak memiliki pandangan negatif terhadap keintiman, komitmen, serta kepercayaan dalam menjalin hubungan romantis. Perempuan dengan tingkat kehadiran ayah yang rendah akan cenderung

memandang negatif hubungan romantis dengan laki-laki, karena beranggapan bahwa karakter dan sifat laki-laki yang sama seperti ayahnya, sehingga tidak mudah percaya dan memiliki kecurigaan besar kelak pasangannya akan meninggalkannya. Sehingga akan sulit untuk membangun hubungan percintaan atau hingga menjalani hubungan menikah (Wandansari et al., 2021).

Melalui penelitian yang dilakukan oleh Puspita & Setiadarma (2024), keterlibatan ayah dinilai mampu memberikan dampak terhadap gaya komunikasi interpersonal anak perempuan dengan lawan jenis. Keterampilan komunikasi interpersonal ini memiliki peran penting dalam menjalani kehidupan berumah tangga, sehingga dapat menghasilkan pernikahan yang sehat (Soulthana et al., 2023). Sejalan dengan penelitian oleh Junaidin et al. (2023), yang juga mengemukakan bahwa perempuan yang dibesarkan dalam keluarga *fatherless* akibat ketiadaan figur ayah cenderung menghadapi kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Hal ini dapat menyebabkan mudahnya muncul rasa kecemasan dan pola pikir negatif terutama terhadap pernikahan, sehingga dapat memicu kegagalan relasional di masa depan (Nurniawati, 2006 dalam Junaidin et al., 2023). Maka dari itu, perempuan dengan pengalaman *fatherless* akan lebih rentan dalam mengalami kecemasan saat menjalin hubungan romantis atau pernikahan, karena menggunakan ayahnya sebagai tolak ukur untuk mengevaluasi perilaku laki-laki yang baik atau buruk (Junaidin et al., 2023).

Ketika keterlibatan figur ayah dianggap tidak cukup atau tidak ada, maka perempuan akan rentan mengalami kecemasan dalam pernikahan. Kecemasan ini mencakup perasaan tidak layak dicintai dan ketakutan terhadap dinamika pasca pernikahan (Junaidin et al., 2023). Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa ketiadaan peran ayah memberikan pengaruh terhadap kecemasan wanita untuk menghadapi pernikahan di usia dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Sugiasih (2025) membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat ketidakhadiran peran ayah, semakin meningkat pula intensitas kecemasan menghadapi pernikahan, dan sebaliknya. Lebih lanjut, penelitian oleh Junaidin et al.

(2023) pun menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless* menunjukkan kecemasan pernikahan yang nyata, dimanifestasikan melalui aspek fisik (jantung berdebar, mual, kelemahan), aspek perilaku (penghindaran relasi dan pembatasan interaksi dengan lawan jenis), serta aspek kognitif (persepsi negatif terhadap laki-laki dan pernikahan).

Dengan demikian, dapat diasumsikan bahwa rendahnya keterlibatan ayah (*father involvement*) berpotensi meningkatkan kecemasan individu dalam menghadapi pernikahan (*marriage anxiety*), khususnya pada wanita dewasa awal. Wanita dewasa awal merupakan kelompok yang relevan dalam penelitian ini karena secara psikologis dan sosial lebih dihadapkan pada tuntutan pernikahan, serta memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dalam mengalami kecemasan relasional dibandingkan laki-laki. (Sadock & Sadock, 2014).

Meskipun sudah terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang mengkaji mengenai *father involvement* dan dampaknya terhadap perkembangan psikologis individu, penelitian yang secara spesifik menguji pengaruh *father involvement* terhadap *marriage anxiety* khususnya pada wanita dewasa awal di Indonesia masih tergolong sedikit dan terbatas. Maka dari itu, berdasarkan keterbatasan penelitian yang ada, penelitian ini penting untuk dilakukan untuk mengkaji lebih dalam mengenai “Pengaruh *Father Involvement* terhadap *Marriage Anxiety* Pada Wanita Dewasa Awal”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah yang didapatkan adalah sebagai berikut:

1. Banyak wanita pada usia dewasa awal yang menunda pernikahan karena memiliki pandangan bahwa menikah adalah keputusan hidup yang memiliki banyak risiko.

2. Munculnya fenomena *marriage is scary* pada era digital yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan ragu terhadap pernikahan.
3. Terjadinya penurunan angka pernikahan di Indonesia yang mengindikasikan adanya kecenderungan kecemasan dan kekhawatiran dalam menghadapi pernikahan.
4. *Father involvement* dalam pengasuhan anak di Indonesia yang tergolong rendah berpotensi memberikan pengaruh terhadap cara wanita memandang institusi pernikahan saat sudah dewasa.
5. Wanita dengan tingkat *father involvement* yang rendah, saat dewasa cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan romantis yang sehat sehingga rentan mengalami kecemasan terhadap pernikahan.

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan pengaruh *father involvement* terhadap *marriage anxiety* pada wanita dewasa awal yaitu 18-40 tahun sebagai fokus penelitian.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh *father involvement* terhadap *marriage anxiety* pada wanita dewasa awal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah *father involvement* memiliki pengaruh terhadap *marriage anxiety* pada wanita dewasa awal, serta mengetahui seberapa besar pengaruh kedua variabel penelitian.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian terdahulu mengenai *father involvement* dan pengaruhnya terhadap *marriage anxiety*. Melihat masih terbatasnya penelitian yang membahas pengaruh kedua variabel tersebut dengan alat ukur yang benar-benar mengukur *marriage anxiety*.

1.6.2 Manfaat Praktis

a) Individu (Wanita Dewasa Awal)

Penelitian ini harapannya dapat memberikan pemahaman bahwa kesiapan secara psikologis dalam menghadapi pernikahan dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, salah satunya keluarga dengan kehadiran figur ayah yang optimal.

b) Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih lanjut terhadap orang tua mengenai pentingnya peran pengasuhan ayah dalam perkembangan psikologis anak untuk menghadapi masa dewasanya nanti. Terutama dalam konteks menjalani dunia pernikahan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan wawasan bahwa dunia pernikahan yang akan dijalankan oleh anak kelak dapat dipersiapkan sedini mungkin melalui kedekatan atau pengasuhan anak melalui keluarganya, terutama kehadiran ayah.