

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Emerging adulthood merupakan tahap perkembangan pada rentang usia 18 hingga 29 tahun yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan kehidupan, serta proses pencarian arah masa depan (Arnett, 2000). Pada tahap ini, individu mulai mengambil berbagai keputusan penting yang berkaitan dengan kehidupan dewasanya, termasuk membangun hubungan interpersonal yang lebih serius serta mempersiapkan diri untuk memasuki kehidupan pernikahan menikah (Suryadi et al., 2023). Namun, dalam beberapa dekade terakhir, cara pandang *emerging adults* terhadap pernikahan mengalami perubahan yang cukup signifikan. Pernikahan tidak lagi dipandang sebagai tujuan yang harus segera dicapai setelah memasuki usia dewasa, melainkan sebagai keputusan personal yang dipertimbangkan berdasarkan berbagai aspek, seperti kesiapan emosional, pendidikan, karier, maupun kondisi finansial. Perubahan cara pandang tersebut menjadikan sikap terhadap pernikahan sebagai isu yang penting untuk dikaji, khususnya pada kelompok *emerging adults*. Untuk memperoleh gambaran awal mengenai fenomena tersebut dalam konteks penelitian ini, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara kepada *emerging adults* yang berusia 18–29 tahun.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara terhadap lima orang *emerging adults* dengan karakteristik yang beragam, yaitu tiga mahasiswa berusia 22 tahun, satu mahasiswa program magister berusia 26 tahun, serta satu pegawai bank berusia 28 tahun, menunjukkan adanya kecenderungan sikap yang kurang positif terhadap pernikahan. Seluruh responden menyatakan bahwa pernikahan belum menjadi prioritas dalam waktu dekat karena berbagai

pertimbangan pribadi. Sebagian besar responden mengungkapkan bahwa mereka lebih memilih memprioritaskan pendidikan maupun pengembangan karier sebelum memutuskan untuk menikah. Selain itu, seluruh responden juga menyampaikan bahwa pengalaman menyaksikan berbagai permasalahan dalam pernikahan, seperti hubungan yang tidak sehat (*toxic relationship*) hingga perceraian yang dialami teman maupun orang-orang terdekat, turut memengaruhi cara mereka memandang pernikahan. Meskipun beberapa responden mengakui bahwa pernikahan memiliki manfaat, seperti memperoleh pasangan hidup dan dukungan emosional, manfaat tersebut belum menjadikan pernikahan sebagai tujuan yang ingin dicapai dalam waktu dekat. Temuan awal tersebut mengindikasikan bahwa responden cenderung memandang pernikahan sebagai keputusan yang memerlukan kesiapan dalam berbagai aspek, sehingga belum menjadi prioritas pada tahap kehidupan mereka saat ini..

Kecenderungan *emerging adults* untuk belum memprioritaskan pernikahan sebagaimana ditunjukkan pada hasil survei pendahuluan sejalan dengan karakteristik tahap perkembangan *emerging adulthood*. Pada tahap ini, individu berada dalam proses mengeksplorasi identitas, pendidikan, pekerjaan, hubungan interpersonal, serta berbagai pilihan hidup lainnya sebelum mengambil keputusan-keputusan penting yang berkaitan dengan masa depannya, termasuk keputusan untuk menikah (Arnett, 2000). Oleh karena itu, *emerging adults* cenderung menunda pernikahan karena memprioritaskan penyelesaian pendidikan, pengembangan karier, serta pencapaian kemandirian finansial sebelum memasuki kehidupan pernikahan. Selain itu, perubahan nilai dalam masyarakat dan tekanan sosial juga turut memengaruhi keputusan individu untuk menunda pernikahan (Wilis et al., 2025). Fenomena penundaan pernikahan tersebut juga terlihat pada kondisi demografis di Indonesia. Data Badan Pusat Statistik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa usia rata-rata kawin pertama penduduk Indonesia mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, yaitu dari 21,13 tahun pada tahun 2019 menjadi 21,23 tahun pada tahun 2023. Selain itu, BPS juga menunjukkan bahwa usia kawin pertama cenderung lebih tinggi pada penduduk yang tinggal di wilayah perkotaan dan memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa penundaan pernikahan merupakan fenomena yang

semakin umum terjadi pada *emerging adults* di Indonesia, sehingga diperlukan pemahaman lebih lanjut mengenai bagaimana mereka memandang pernikahan.

Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian Kusumawardhani et al. (2025) yang menunjukkan bahwa mayoritas *emerging adults* di Indonesia memiliki prioritas menikah yang rendah. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar *emerging adults* belum menjadikan pernikahan sebagai tujuan yang ingin segera dicapai. Rendahnya prioritas menikah didominasi oleh responden yang berusia di bawah 26 tahun. Kondisi ini menunjukkan bahwa cara pandang *emerging adults* terhadap pernikahan mengalami perubahan, di mana keputusan untuk menikah semakin dipengaruhi oleh berbagai pertimbangan personal dibandingkan tuntutan sosial. Perubahan cara pandang tersebut mencerminkan adanya variasi dalam sikap individu terhadap pernikahan (*attitude toward marriage*), sehingga penting untuk memahami bagaimana *emerging adults* mengevaluasi pernikahan sebagai bagian dari rencana kehidupan mereka.

Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa pernikahan belum menjadi prioritas bagi sebagian *emerging adults*. Kondisi ini menunjukkan bahwa keputusan untuk menikah tidak lagi semata-mata didasarkan pada tuntutan sosial, tetapi juga pada bagaimana individu memandang, mempertimbangkan, dan mengevaluasi pernikahan sebagai bagian dari rencana kehidupannya. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan berbagai pertimbangan dalam memasuki kehidupan pernikahan, seperti kesiapan pendidikan, pengembangan karier, kesiapan finansial, maupun kesiapan psikologis (Riska & Khasanah, 2023; Suryadi et al., 2023). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana *emerging adults* memandang dan mengevaluasi pernikahan melalui konsep sikap terhadap pernikahan (*attitudes toward marriage*).

Sikap terhadap pernikahan (*attitudes toward marriage*) merupakan evaluasi individu terhadap pernikahan sebagai suatu institusi hubungan jangka panjang yang dapat bersifat positif maupun negatif (Park & Rosén, 2013). Sikap tersebut mencerminkan bagaimana individu menilai makna, manfaat, serta konsekuensi dari pernikahan berdasarkan pengalaman, keyakinan, nilai, maupun kondisi psikologis yang dimilikinya. Dengan demikian, sikap terhadap pernikahan tidak hanya

berkaitan dengan keinginan untuk menikah, tetapi juga menggambarkan bagaimana individu memandang pernikahan sebagai bagian dari kehidupan yang akan dijalannya. Sejalan dengan hal tersebut, Tabkhi et al., (2025) menjelaskan bahwa sikap terhadap pernikahan merupakan evaluasi individu terhadap institusi pernikahan yang mencerminkan pandangan positif maupun negatif mengenai pernikahan. Sikap tersebut merupakan konstruk yang kompleks dan mencakup persepsi terhadap pentingnya pernikahan, kesiapan individu, serta pandangan mengenai waktu yang tepat untuk menikah (Keldal, 2022)

Dalam konteks *emerging adulthood*, sikap terhadap pernikahan menunjukkan variasi yang cukup beragam. Sebagian individu memandang pernikahan sebagai tujuan hidup yang penting, sementara sebagian lainnya menunjukkan keraguan terhadap pernikahan dan cenderung menunda pernikahan hingga merasa siap secara pribadi, pendidikan, maupun karier (Tabkhi et al., 2025). Variasi tersebut menunjukkan bahwa *emerging adults* tidak lagi memandang pernikahan secara seragam, melainkan mengevaluasinya berdasarkan berbagai pertimbangan pribadi dan kondisi yang mereka hadapi. Oleh karena itu, sikap terhadap pernikahan menjadi dasar yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak terhadap pernikahan. Dengan demikian, sikap terhadap pernikahan tidak hanya mencerminkan proses evaluasi individu terhadap pernikahan, tetapi juga berkaitan dengan kecenderungan perilaku dalam mengambil keputusan untuk menikah. Hal tersebut menjadikan sikap terhadap pernikahan sebagai faktor penting dalam menentukan keputusan individu untuk menikah.

Variasi sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* tersebut juga didukung oleh berbagai temuan empiris. Leonhardt et al. (2020) menemukan bahwa meskipun *emerging adults* masih memandang pernikahan sebagai sesuatu yang diinginkan, pernikahan tidak lagi dianggap sebagai tujuan yang harus segera dicapai. Banyak individu memilih menunda pernikahan karena merasa belum siap secara pribadi, khawatir kehilangan kebebasan, serta ingin mencapai tujuan hidup tertentu sebelum menikah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* dipengaruhi oleh berbagai pertimbangan personal dalam menentukan kesiapan untuk menikah. Sejalan dengan temuan tersebut, Park

et al. (2025) menunjukkan bahwa sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* tidak bersifat homogen, melainkan terdiri atas berbagai profil yang mencerminkan penilaian positif maupun negatif terhadap pernikahan. Individu dapat mengakui manfaat pernikahan, namun pada saat yang sama tetap memiliki kekhawatiran terhadap tantangan dan konsekuensi yang mungkin dihadapi dalam kehidupan rumah tangga. Selain dipengaruhi oleh pertimbangan personal, sikap terhadap pernikahan juga berkaitan dengan karakteristik psikologis individu. Penelitian Nitisara dan Yunita (2025) menunjukkan bahwa individu dengan fungsi keluarga yang lebih baik serta kemampuan *self-differentiation* yang tinggi cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap pernikahan. Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa sikap terhadap pernikahan merupakan konstruk yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari pertimbangan personal, pengalaman relasional, maupun karakteristik psikologis individu. Sejalan dengan hal tersebut, Himawan (2019) menjelaskan bahwa sikap individu terhadap pernikahan memengaruhi cara individu memandang kesiapan serta keputusan untuk menikah. Dengan demikian, kecenderungan untuk menunda pernikahan dapat mencerminkan adanya sikap yang kurang positif terhadap pernikahan, terutama apabila penundaan tersebut didasarkan pada evaluasi bahwa pernikahan merupakan sesuatu yang penuh tuntutan, risiko, maupun konsekuensi yang tidak diinginkan.

Dalam konteks masyarakat modern, keputusan untuk menikah tidak lagi dipandang semata-mata sebagai pemenuhan kewajiban sosial, tetapi juga sebagai keputusan personal yang dipertimbangkan secara matang oleh *emerging adults* (Suryadi et al., 2023). Sebelum memutuskan untuk menikah, individu cenderung mempertimbangkan berbagai aspek, seperti kesiapan emosional, stabilitas ekonomi, serta pencapaian tujuan pribadi (Riska & Khasanah, 2023). Dengan demikian, sikap terhadap pernikahan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari lingkungan maupun karakteristik psikologis individu.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sikap terhadap pernikahan dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal yang saling berinteraksi (Keldal, 2022). Sikap terhadap pernikahan juga berpengaruh terhadap niat individu

untuk menikah serta bagaimana individu memandang hubungan jangka panjang dalam kehidupannya. Faktor eksternal meliputi pengalaman keluarga, khususnya kualitas hubungan orang tua (Wilis et al., 2025), nilai religiositas (Keldal, 2022), serta kondisi ekonomi individu (Karney & Bradbury, 2020). Faktor-faktor tersebut membentuk cara individu memandang pernikahan berdasarkan pengalaman dan norma yang berlaku.

Selain faktor eksternal, pembentukan sikap terhadap pernikahan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor internal yang berasal dari karakteristik psikologis individu. Hippen (2016) menjelaskan bahwa sikap individu terhadap hubungan jangka panjang dipengaruhi oleh pengalaman relasional, ekspektasi masa depan, serta pandangan individu terhadap komitmen dan pernikahan. Faktor internal tersebut meliputi kepribadian, pengalaman emosional, regulasi emosi, kesiapan psikologis, serta kondisi kesejahteraan mental atau *mental well-being* (Chmiel & Kroplewski, 2025; Mayangsari et al., 2024). Faktor-faktor tersebut berkaitan dengan bagaimana individu mengevaluasi hubungan interpersonal dan komitmen jangka panjang, termasuk pernikahan.

Di antara berbagai faktor internal tersebut, *mental well-being* menjadi salah satu aspek psikologis yang penting untuk dikaji karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam menjalani kehidupan secara optimal serta menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. *Mental well-being* tidak hanya mencerminkan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mencakup adanya perasaan positif, kemampuan berfungsi secara efektif, serta kualitas hubungan interpersonal yang baik (Tennant et al., 2007). Individu dengan *mental well-being* yang baik cenderung mampu mengelola emosi secara adaptif, memiliki penilaian positif terhadap dirinya, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, *mental well-being* dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang relevan dalam memahami bagaimana individu mengevaluasi berbagai aspek penting dalam kehidupannya, termasuk sikap terhadap pernikahan sebagai suatu komitmen jangka panjang.

Mental well-being tidak hanya berperan dalam meningkatkan kualitas fungsi psikologis individu, tetapi juga memengaruhi bagaimana individu

mengevaluasi berbagai aspek penting dalam kehidupannya, termasuk hubungan interpersonal dan komitmen jangka panjang. Secara teoritis, *mental well-being* diperkirakan berperan dalam membentuk sikap individu terhadap pernikahan karena kondisi psikologis yang positif memengaruhi cara individu mengevaluasi hubungan interpersonal, komitmen, serta orientasi masa depannya (Keldal et al., 2023). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *mental well-being* dan sikap terhadap pernikahan pada emerging adults. Individu dengan tingkat *mental well-being* yang lebih tinggi cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap pernikahan. Sejalan dengan temuan tersebut, Yoo dan Lee (2019) melaporkan bahwa *mental well-being* juga berkaitan dengan ekspektasi emerging adults terhadap pernikahan. Selain itu, emerging adults cenderung mempertimbangkan kesiapan emosional, kesiapan relasional, serta orientasi masa depan sebelum memutuskan memasuki hubungan jangka panjang seperti pernikahan (Permana & Medynna, 2021). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa pembentukan sikap terhadap pernikahan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga oleh kondisi psikologis individu. Oleh karena itu, *mental well-being* diduga berperan dalam membentuk sikap emerging adults terhadap pernikahan.

Meskipun demikian, mayoritas penelitian tersebut dilakukan pada konteks budaya non-Indonesia. Perbedaan nilai budaya, norma sosial, dan pandangan terhadap pernikahan memungkinkan adanya perbedaan dalam bagaimana *mental well-being* berkaitan dengan sikap terhadap pernikahan. Meskipun penelitian mengenai *mental well-being* maupun sikap terhadap pernikahan telah banyak dilakukan, penelitian yang mengkaji pengaruh keduanya pada kelompok *emerging adults* di Indonesia, khususnya di wilayah Jabodetabek, masih relatif terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa individu di wilayah perkotaan juga cenderung menunda pernikahan karena adanya tuntutan untuk mencapai stabilitas pendidikan, karier, dan ekonomi terlebih dahulu (Riska & Khasanah, 2023). Karakteristik kehidupan di wilayah perkotaan ditandai oleh berbagai tuntutan yang lebih kompleks, sehingga individu yang tinggal di lingkungan tersebut cenderung menghadapi tekanan yang lebih besar, seperti tekanan akademik, persaingan kerja, serta dinamika sosial yang kompleks, yang dapat mempengaruhi kondisi *mental*

well-being individu (Hanimoğlu, 2025). DKI Jakarta dan wilayah penyangga di sekitarnya merupakan daerah dengan konsentrasi pendidikan tinggi, aktivitas ekonomi, serta peluang karier yang besar, sehingga banyak *emerging adults* yang memprioritaskan pendidikan dan pengembangan karier sebelum memasuki jenjang pernikahan. Karakteristik tersebut menjadikan Jabodetabek sebagai wilayah yang relevan untuk mengkaji sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* serta faktor psikologis yang dapat mempengaruhinya.

Jabodetabek dipilih sebagai konteks penelitian karena merupakan kawasan metropolitan terbesar di Indonesia yang memiliki karakteristik urban yang kuat. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2023), usia *emerging adults* pertama menikah yang tinggal di wilayah perkotaan cenderung lebih tinggi dibandingkan *emerging adults* di wilayah perdesaan. Fenomena tersebut terlihat pada *emerging adults* di wilayah Jabodetabek sebagai salah satu kawasan dengan tingkat aktivitas pendidikan, pekerjaan, dan sosial yang tinggi. *Emerging adults* pada tahap ini cenderung menghadapi berbagai pertimbangan terkait pendidikan, kesiapan karier, serta kondisi finansial sebelum memasuki kehidupan pernikahan (Permana & Medynna, 2021). Selain itu, pandangan terhadap hubungan dan pernikahan pada *emerging adulthood* juga dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang komitmen dan hubungan jangka panjang dalam kehidupannya (James-Kangal et al., 2018). Atas dasar tersebut, wilayah Jabodetabek dipilih sebagai konteks penelitian untuk mengkaji keterkaitan antara *mental well-being* dan sikap terhadap pernikahan.

Meskipun sejumlah penelitian telah menunjukkan adanya hubungan antara *mental well-being* dan sikap terhadap pernikahan, penelitian mengenai hubungan tersebut pada *emerging adults* di Indonesia, khususnya di wilayah Jabodetabek, masih terbatas. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada konteks budaya yang berbeda sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami hubungan kedua variabel tersebut dalam konteks *emerging adults* di Indonesia. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *mental well-being* berpotensi mempengaruhi bagaimana sikap individu memandang institusi pernikahan, khususnya pada kelompok *emerging adults* yang sedang berada pada

tahap eksplorasi kehidupan (*emerging adulthood*). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk **menganalisis pengaruh *mental well-being* terhadap sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* di wilayah Jabodetabek**, sebagai upaya untuk memahami peran faktor psikologis dalam membentuk cara individu memandang pernikahan pada tahap perkembangan tersebut.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Emerging adults dihadapkan pada berbagai tuntutan kehidupan, seperti pendidikan, persiapan karir, serta kesiapan finansial, yang membuat keputusan untuk menikah menjadi semakin kompleks dan penuh pertimbangan.
2. Terjadi pergeseran persepsi terhadap pernikahan, di mana sebagian besar emerging adults di wilayah Jabodetabek tidak lagi menganggap pernikahan sebagai prioritas utama dalam kehidupan dan cenderung menunda pernikahan.
3. Kondisi psikologis individu, khususnya *mental well-being emerging adults* di Jabodetabek, berpotensi mempengaruhi cara emerging adults memandang hubungan interpersonal dan komitmen jangka panjang, termasuk dalam memandang pernikahan.

1.3. Pembatasan Masalah

Ruang lingkup penelitian ini difokuskan pada pengaruh *mental well-being* terhadap sikap terhadap pernikahan. *Mental well-being* ditempatkan sebagai variabel independen, sedangkan sikap terhadap pernikahan berperan sebagai variabel dependen. Penelitian ini tidak membahas secara mendalam faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi sikap terhadap pernikahan, melainkan hanya berfokus pada hubungan kedua variabel tersebut.

1.4. Rumusan Masalah

Uraian pada latar belakang dan batasan masalah menjadi dasar dalam penyusunan rumusan masalah penelitian, yaitu sebagai berikut:

Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *mental well-being* terhadap sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* di Jabodetabek?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *mental well-being* terhadap sikap mengenai pernikahan pada *emerging adults* di Jabodetabek.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun penerapannya dalam praktik, khususnya yang berkaitan dengan *mental well-being* dan sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults*. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini meliputi aspek teoretis dan praktis sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian dalam ilmu psikologi, terutama pada bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial, melalui pemahaman mengenai pengaruh *mental well-being* terhadap sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults*. Selain memberikan kontribusi secara teoretis, penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas *mental well-being*, sikap terhadap pernikahan, maupun berbagai dinamika psikologis pada *emerging adults*.

1.6.2. Manfaat Praktis

a. Bagi *emerging adults*

Melalui hasil penelitian ini, individu yang berada pada tahap *emerging adulthood* diharapkan memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai keterkaitan antara kesejahteraan mental, hubungan interpersonal, dan pandangan terhadap komitmen jangka panjang. Pemahaman tersebut dapat membantu individu dalam membangun perspektif yang lebih sehat terhadap pernikahan.

b. Bagi praktisi psikologi atau konselor

Penelitian ini memberikan pemahaman mengenai aspek psikologis yang berkaitan dengan pembentukan sikap terhadap pernikahan pada individu dalam tahap *emerging adulthood*. Pemahaman tersebut diharapkan dapat dimanfaatkan oleh praktisi psikologi maupun konselor sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan layanan yang berkaitan dengan perkembangan psikologis dan hubungan interpersonal.