

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesejahteraan psikologis atau yang biasa dikenal dengan *Psychological well-being* dari Ryff (1989) adalah sebuah bentuk pada level terkecil mengenai bagaimana seseorang memandang dirinya serta kondisi atau kualitas psikologis seseorang. Dimensi yang membentuk adalah penerimaan diri individu terhadap apa yang dialaminya (*self-acceptance*), hubungan positif yang dijalin dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi yang diperlukan untuk melakukan evaluasi diri (*autonomy*), penguasaan lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya (*environmental mastery*), keyakinan akan tujuan hidup yang dijalani (*purpose in life*), dan kemampuan untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk mencapai pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Kurniasari, dkk. (2019) melakukan penelitian tentang gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa, didapatkan sejumlah 38% mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah, kemudian 16% dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi (Kurniasari dkk, 2019). Selain itu, menurut Ryff (1989), penerimaan diri dan pemahaman terhadap lingkungan merupakan elemen yang lebih sering terwujud dalam kesejahteraan psikologis pada masa dewasa pertengahan, dewasa akhir, atau usia lanjut. Matud, dkk (2021) juga menyatakan dari bahwa dalam dimensi penerimaan diri dan otonomi, perempuan mendapatkan skor yang rendah dibandingkan dengan laki-laki (Matud dkk., 2021).

Menurut Ryff dan Singer (1996), kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu yang tidak hanya bebas dari masalah mental tetapi juga memiliki kemampuan untuk menerima diri sendiri, menemukan makna dan tujuan hidup, dikembangkan dan dikelola secara mandiri. kehidupan dan lingkungannya serta untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, penting bagi setiap orang untuk mencapai kesejahteraan psikologis

Terdapat beberapa faktor memengaruhi kesejahteraan psikologis, dan salah satunya adalah pengalaman hidup. Setiap individu melewati berbagai pengalaman yang menjadi penanda tentang kondisi kesejahteraan psikologis mereka, baik itu positif maupun negatif, sepanjang perjalanan waktu. (Ryff & Singer, 1996). Pengalaman ini juga dapat ditemukan pada salah satu dimensi kesejahteraan psikologis oleh Ryff yaitu *positive relations with others*, tentang pentingnya hubungan antarpersonal yang penuh kehangatan, kepercayaan pada orang lain, kemampuan merasakan empati, adanya kasih sayang, persahabatan yang mendalam, serta kepedulian terhadap keberadaan orang lain.

Kesejahteraan individu sangat terkait dengan kualitas hubungan, salah satunya hubungan keluarga yang melibatkan orang tua mereka. Tidak hanya keterlibatan seorang ibu, keterlibatan seorang ayah pada proses pengasuhan juga mampu mempengaruhi kesejahteraan individu. Kenyataan yang terjadi saat ini adalah keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak di Indonesia saat ini masih tergolong rendah.

Sepanjang sejarah perkembangan anak di dunia, peran seorang ayah merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan beberapa penelitian, keterlibatan ayah dalam pengasuhan (*paternal involvement*) memiliki dampak pada perkembangan kognitif anak. Hasil penelitian oleh para ahli psikologi menunjukkan bahwa anak-anak yang mendapatkan keterlibatan positif dari ayah mereka cenderung menunjukkan kecerdasan moral dan emosional yang lebih baik saat mereka memasuki masa dewasa. Dalam sebuah seminar Parenting Nasional di Indonesia, mencatat bahwa banyak anak di Indonesia mengalami kekurangan kehadiran ayah atau tumbuh tanpa didampingi oleh seorang ayah. Sundari. (Hasyim & Amarina, 2019).

Selain itu pada 2015, KPAI merilis sebuah laporan berjudul 'Kualitas Pengasuhan Anak di Indonesia: Survei Nasional dan Telaah Kebijakan Pemenuhan Hak Pengasuhan Anak di Indonesia'. Jumlah sampel atau responden dalam survei ini adalah 800 keluarga dengan total 2.400 responden. Mereka adalah 800 responden ayah, 800 responden ibu, dan 800 responden anak yang

tersebar di 33 provinsi di Indonesia. Survei tersebut dilakukan untuk merepresentasi opini ayah, ibu, dan anak terkait pola asuh. Penelitian ini menemukan fakta bahwa kualitas pendidikan dan pengetahuan orang tua terkait pengasuhan anak masih lemah. Disebutkan baru sebesar 27,9% ayah dan 36,9% ibu mencari informasi merawat dan mengasuh anak sebelum menikah. Sementara 38,9% ayah dan 56,2% ibu mencari informasi merawat dan mengasuh anak setelah menikah. Pada praktik pengasuhan anak pada fase awal, proporsi ibu juga lebih besar yaitu 89,9%, sementara ayah 69,9%. (www.kumparan.com oleh Pratama, R.B & Nabila Jayanti, 2023).

Dari uraian di atas diketahui bahwa keterlibatan ayah di perlukan dalam pengasuhan, bahkan keterlibatan ayah pun dapat memberikan dampak pada kehidupan seorang anak, terutama anak perempuan. Bagi anak perempuan, ayah sering dianggap sebagai figur otoritas yang ditandai dengan kurangnya afeksi dan interaksi minimal (Steinberg & Silk, 2002). Maka salah satu permasalahan yang terjadi adalah, dengan kurangnya keterlibatan ayah pada anak akan memberikan dampak pada kesejahteraan psikologis anak, terutama anak perempuan.

Salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis (*Psychological Wel-Being*) adalah hubungan positif dengan orang lain, dengan adanya kepercayaan satu sama lain sehingga menghasilkan rasa puas. Maka kurangnya keterlibatan ayah pada pengasuhan anak akan menjadi sumber ketidaksejahteraan psikologis seorang anak dikarenakan anak akan merasa kurang afeksi dan interaksi minimal yang ada. Pada *positive relations with others*, Keterlibatan ayah dapat meningkatkan kemampuan berempati, perhatian, membangun hubungan positif baik itu dengan laki-laki atau siapa saja.

Penelitian dari (Hannani dan Cahyanti, 2022) hasil yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis pada perempuan dalam masa *emerging adulthood*. Koefisien korelasi dalam penelitian ini menggambarkan arah hubungan yang positif. Dengan kata lain, apabila keterlibatan ayah dalam pengasuhan meningkat, maka tingkat kesejahteraan psikologis perempuan juga meningkat.

Sebaliknya, jika partisipasi ayah dalam pengasuhan mengalami penurunan, maka kesejahteraan psikologis anak perempuan juga mengalami penurunan selama masa *emerging adulthood*.

Pada aspek otoritas (kemandirian) semua subjek mampu mengambil keputusan sendiri, 1 perempuan kurang mampu melawan tekanan sosial dan masih suka bergantung pada penilaian orang lain. Selain itu, pada aspek penguasaan lingkungan seluruh subjek mampu beradaptasi dengan lingkungannya dan mampu memilih dan mengubah lingkungan sekitarnya sesuai dengan kebutuhannya, meskipun 2 dari 5 merasa sedikit kesulitan, meskipun dalam aspek pengembangan diri semua subjek mampu melakukan perbaikan dalam hidupnya dan bertumbuh.

Dalam Jurnal Cakrawala Pomkes UAD (Sari, dkk, 2021), Berdasarkan table didapatkan sebesar 79,3% responden mendapatkan pengasuhan dengan keterlibatan tinggi dari ayah dan memiliki kecerdasan emosional tinggi dengan kategori tinggi. Kecerdasan emosional dengan kategori sedang lebih sedikit pada remaja dengan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kategori sedang (4,3%) dibandingkan yang keterlibatan ayahnya tinggi (12,9%).

Hasil dari penjelasan di atas terlihat adanya masalah terkait keterlibatan ayah yang dimana pada wawancara yang telah dilakukan pada 5 orang perempuan dewasa, dapat diketahui bahwa 3 dari 5 perempuan dewasa dalam aspek penerimaan diri mereka sudah lebih menerima masa lalu mereka, meskipun masa lalu mereka tidak selalu baik. Sedangkan 2 dari 5 perempuan dewasa masih merasa sulit ketika menerima masa lalu mereka meskipun masa lalu mereka tidak selalu buruk. Selanjutnya pada aspek hubungan positif dengan orang lain, 2 perempuan yang telah menerima masa lalu mereka memiliki ayah yang lebih interaktif, sehingga selalu memiliki waktu untuk berbincang di rumah. Pada 3 perempuan lain mereka kurang berinteraksi dengan ayah mereka, saat di luar rumah maupun ketika sedang di luar rumah.

Pada aspek penerimaan diri 3 dari 5 mahasiswa kurang mampu menerima diri dengan baik, mereka masih berusaha untuk menerima diri mereka. Lalu pada aspek hubungan positif dengan orang lain 2 dari 5 mahasiswa kurang

memiliki hubungan yang baik dengan teman, dikarenakan sulitnya meminta maaf dan memperbaiki hubungan terjadi salah paham yang mengakibatkan terjadinya permusuhan. Pada aspek kemandirian 4 dari 5 mahasiswa berusaha untuk mandiri dikarenakan keadaan yang ada. Pada aspek penguasaan terhadap lingkungan 2 dari 5 mahasiswa kurang memiliki penguasaan terhadap lingkungan, mereka sering kali kewalahan dengan tuntutan lingkungan sekitar, mereka juga merasa kalau kehidupan mereka tidak ditentukan oleh mereka sendiri. Lalu pada aspek tujuan hidup 3 mahasiswa mudah merasa putus asa dan merasa hidup mereka mengalir tanpa arah dan pada aspek pengembangan pribadi 3 dari 5 mahasiswa merasa hidup begitu begitu saja, merasa tidak ada peningkatan kualitas diri dan kurang tertarik mempelajari hal baru.

Apabila individu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, maka ia akan memandang dengan lebih positif, beradaptasi dengan baik, dan kemampuan kognitif yang lebih baik (Diener, 2009 dalam Astuti & Indrawati, 2017). Seseorang yang mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah cenderung merasa putus asa, kesulitan mengoptimalkan potensinya, dan kurang termotivasi untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Jika kondisi tersebut tidak diatasi, kemungkinan besar mereka akan mengalami depresi atau kecemasan.

Pada variabel keterlibatan ayah terdapat aspek menyediakan kebutuhan, 3 dari 5 mahasiswa kebutuhannya tidak dipenuhi oleh ayahnya, mereka mendapat kebutuhan dari sumber lain seperti ibunya dan kakaknya. Kemudian pada aspek menjelaskan anak tentang dukungan ibu, 3 dari 5 mahasiswa tidak menunjukkan dukungan terhadap ibu di depan anaknya. Lalu pada aspek mengajarkan disiplin dan tanggung jawab 2 dari 5 mahasiswa diajarkan tanggung jawab oleh ibunya bukan melalui ayahnya terutama tanggung jawab di rumah. Pada mendorong untuk berhasil 3 dari 5 mahasiswa tidak mendapatkan dorongan dari ayahnya untuk berprestasi, ayah cenderung cuek terhadap hasil. Dalam aspek memberi doa dan afeksi 3 dari 5 mahasiswa tidak merasakan adanya afeksi dari ayahnya dikarenakan interaksi yang terbatas, mereka tidak mendapat pujian dan

apresiasi, maka dari itu dalam aspek menikmati waktu bersama dan berbincang 3 dari 5 mahasiswa jarang berbincang dengan ayah mereka, mereka hanya bicara seperlunya pada ayah mereka, begitupun dalam aspek memberi perhatian pada kehidupan anak sehari-hari, 2 dari 5 mahasiswa tidak merasa diperhatikan oleh ayah mereka, ayah mereka juga jarang memulai obrolan dan menanyakan kegiatan sehari-hari. Pada aspek membaca untuk anak 4 dari 5 mahasiswa tidak mendapatkan bantuan saat mengerjakan tugas sekolah atau tugas kampus. Pada aspek terakhir terdapat aspek mendukung anak untuk mengembangkan bakat atau potensinya, 3 dari 5 mahasiswa tidak mendapat dukungan dari ayahnya untuk pengembangan bakat dan potensinya, sehingga mereka sendiri pun tidak tau apa bakat dan minat mereka sendiri.

Berdasarkan uraian penjelasan mengenai partisipasi ayah dalam pengasuhan, dapat disimpulkan bahwa peran ayah membawa dampak besar terhadap perkembangan individu dan membentuk arah hidup mereka di masa depan. Namun, hal ini masih kurang terpenuhi dan dilaksanakan secara luas oleh sebagian besar ayah, terutama di Indonesia. Menurut KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) bahwa kualitas dan kuantitas waktu ayah untuk berkomunikasi dengan anak baru 1 jam perhari yakni sebesar 40,6% untuk ayah dan 47,1% Ibu. Permasalahan ini dilatarbelakangi oleh keterbatasan pengetahuan ayah tentang pengasuhan anak, sehingga dalam penerapannya masih kurang maksimal dan kurang aktif. Selain itu, Berdasarkan survei yang dilakukan oleh KPAI, hanya 25% calon ayah yang mencari informasi mengenai cara mendidik anak. Secara keseluruhan, kualitas pengasuhan oleh ayah masih rendah, hanya mencapai 27,9%, sementara peran ibu dalam pengasuhan anak lebih dominan dengan angka sebesar 36,9%. (www.kpai.go.id oleh Setyawan, 2017).

Sebagaimana telah disebutkan dari hasil *pre eliminary* yang telah dilakukan, di dapatkan hasil bahwa terdapat fenomena perilaku rendahnya kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perempuan di Universitas Islam 45 Bekasi. Hasil wawancara yang telah dilakukan pada 5 mahasiswa perempuan

di Universitas Islam 45 Bekasi bahwa terdapat mahasiswa yang keterlibatan ayahnya kurang.

Berdasarkan uraian tersebut penelitian ini tidak hanya berfokus untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis, tetapi juga untuk melihat apakah keterlibatan ayah memiliki pengaruh secara statistik terhadap kesejahteraan psikologis. Dalam konteks penelitian ini istilah pengaruh merujuk pada pengaruh yang di ukur melalui analisis regresi sederhana, bukan hubungan sebab-akibat langsung sebagaimana pada penelitian eksperimen.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan yang akan dijawab adalah:

1. Apakah keterlibatan ayah berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis perempuan usia 18-25 tahun?
2. Apakah terdapat hubungan positif antara keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis perempuan usia 18-25 tahun?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah keterlibatan ayah berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis perempuan usia 18-25 tahun.
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan positif antara keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis perempuan usia 18-25 tahun.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi pembaca

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan saran, pemikiran dan informasi yang bermanfaat terhadap pembaca, terutama pada ayah dan pada anak perempuan yang sudah dewasa.

2. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan bagi peneliti khususnya mengenai keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis individu.

3. Bagi Pihak lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan atau untuk mengembangkan ide-ide baru untuk penelitian selanjutnya.