

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Manusia mengalami proses perkembangan yang meliputi fase kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga usia lanjut. Istilah "*adolescence*" atau remaja berasal dari bahasa Latin "*adolescere*," yang berarti "tumbuh" atau "berkembang menjadi dewasa" (Hurlock, 1990). Perubahan yang dialami oleh remaja meliputi upaya yang lebih besar untuk memahami diri sendiri, keinginan untuk bebas dari otoritas, rasa ingin tahu yang tinggi, eksplorasi kemampuan pribadi, kebutuhan untuk dihargai, membangun hubungan dengan teman sebaya, serta pencarian identitas, yang termasuk juga perkembangan harga diri (Maya & Septiani, 2018).

Menurut Steinberg (dalam Muhayati, Muhammad, dan Amalia, 2022), masa remaja dibagi menjadi tiga tahap: remaja awal (10-13 tahun), remaja tengah (14-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Hurlock (1990), membagi masa remaja menjadi tiga tahap yaitu, remaja awal (12-15 tahun), remaja tengah (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun).

Tahap remaja awal, individu akan mengalami perubahan fisik yang signifikan dan mulai kemandirian dengan emosi yang tidak stabil. Tahap remaja tengah, individu akan mencari identitas dan kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sebaya, selanjutnya memasuki tahap remaja akhir yang ditandai dengan

kematangan emosional, kognitif dan siap menjalankan peran dewasa (Hurlock, 1990). Pada fase ini, terjadi perubahan signifikan dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2013).

Tahap remaja akhir menyimpan berbagai permasalahan yang cukup rumit, seperti kebut-kebutan, membolos sekolah, perilaku asusila, serta krisis identitas, yang dapat mempengaruhi perilaku remaja dan berdampak pada aktivitas sehari-hari, bahkan mengganggu prestasi akademis (Setyantoro dan Guruh, 2023). Menurut Bista dkk menyatakan bahwa masalah kesehatan mental pada remaja sering kali dipicu oleh kurangnya perhatian dari lingkungan sekitar, seperti lingkungan rumah yang tidak mendukung atau minimnya perhatian dari anggota keluarga, serta kondisi di sekolah (Febristi, Yulastri & Reni, 2020). Remaja yang kurang mendapatkan perhatian dari orang tua cenderung merasa rendah diri, pasif, apatis, menarik diri dari lingkungan, mudah merasa putus asa, serta dipenuhi dengan rasa takut dan kecemasan, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

Pada remaja akhir yang berjenis kelamin perempuan, fase akhir dari masa remaja merupakan fase yang kritis dalam pembentukan harga diri yang stabil pada individu. Karena remaja perempuan akhir akan menghadapi tekanan sosial terkait dengan ekspektasi terhadap penampilan, prestasi, dan relasi interpersonal. Remaja yang memiliki harga diri rendah akan beresiko terhadap permasalahan di masa dewasa, seperti gangguan mental, perilaku menyimpang hingga keterbatasan ekonomi (Trzesniewski dkk, 2006).

Menurut Coopersmith (1967), Harga diri adalah penilaian yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup sikap menerima atau menolak serta tingkat keyakinan individu terhadap kemampuannya, pentingnya, kesuksesannya, dan nilai dirinya. Menurut Coopersmith, terdapat empat aspek dalam harga diri, yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *competence* (kompetensi) dan *virtue* (kebajikan). Harga diri ialah salah satu cara individu mengevaluasi diri secara positif dan negatif (M. Susyanti dan Rida, 2024).

Dalam kehidupan sehari-hari, untuk memperoleh pengakuan sebagai individu yang berharga, seseorang perlu menghargai diri sendiri, tidak meremehkan apa yang telah dilakukan, dan memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri (Sancahya dan Susilawati, 2014). Harga diri juga dapat diartikan sebagai penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri dengan membandingkan pencapaian diri dengan standar ideal yang telah ditetapkan (Febristi, 2020). Sehingga pada masa remaja akan terjadi perkembangan harga diri pada setiap individu yang akan menjadi akar pembentukan harga diri yang dimiliki hingga ia tumbuh dewasa nanti.

Menurut hasil penelitian dari Nurdiyanto (dalam Adifa dan Cahyani, 2023) Sebanyak 8 dari 10 remaja Indonesia dilaporkan memiliki harga diri yang rendah. Hal ini dipengaruhi oleh budaya Indonesia yang sudah mengakar dalam perspektif gender, di mana perempuan seringkali menghadapi tuntutan yang lebih besar. Penelitian yang dilakukan Mailiza, Aiyub & Alfiandi (2022), menghasilkan 115 orang (47,1%) dari setiap tingkatan usia remaja akhir memiliki harga diri yang rendah dengan salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu jenis kelamin. Terdapat

13 orang laki-laki dan 7 diantaranya memiliki harga diri yang rendah. Sebaliknya 231 individu dengan jenis kelamin perempuan, mayoritas memiliki harga diri rendah sebanyak 112 orang (48,5%)

Data dari penelitian Insan & Damayanti (2020), dari 297 partisipan yang merupakan remaja perempuan akhir memiliki harga diri dalam kategori sedang dengan jumlah 225 orang (57,3%), 47 orang (30,3%) memiliki harga diri dalam kategori tinggi, dan 25 orang lainnya (12,4%) memiliki harga diri dalam kategori rendah. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Safitri dan Arini (2023), ditemukan bahwa 11 dari 110 responden (sekitar 10%) menunjukkan harga diri rendah, yang berdampak pada ketidakmampuan mereka untuk menerima dan menghargai diri sendiri, baik secara fisik maupun sosial, serta kurangnya kematangan emosional. Remaja perempuan dengan harga diri rendah cenderung kesulitan dalam menghadapi tantangan hidup dan sering kali tidak dapat mengambil keputusan yang tepat dalam hidup mereka.

Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung percaya bahwa mereka adalah orang yang sukses, bahagia, memiliki motivasi yang kuat, mampu menerima kegagalan, dan mencapai tujuan yang realistis. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah sering kali melihat diri mereka secara negatif, merasa memiliki kekurangan dan keterbatasan yang berlebihan. Beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri ini meliputi penghargaan dan penerimaan dari orang lain yang penting, status sosial, cara individu menghadapi penilaian negatif, usia, jenis kelamin, kondisi fisik, lingkungan keluarga, tingkat kecerdasan, serta lingkungan sosial di sekitarnya.

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada dua remaja perempuan pada hari Minggu, 23 Juni 2024, ditemukan bahwa keduanya menunjukkan gejala rendahnya harga diri. Hal ini tercermin dari kecenderungan membandingkan diri secara negatif, baik dengan orang lain maupun dengan versi diri mereka di masa lalu, serta munculnya perasaan tidak layak, tidak mampu, dan tidak berharga. Kedua partisipan juga sering kali merendahkan diri sendiri dan merasa tidak dapat diandalkan, yang merupakan indikator internalisasi penilaian negatif terhadap diri sendiri.

Secara konseptual, kondisi ini mencerminkan rendahnya harga diri sebagaimana didefinisikan oleh Coopersmith (1967), yaitu evaluasi individu terhadap sejauh mana dirinya merasa berharga, mampu, berhasil, dan bermakna. Salah satu partisipan menunjukkan bahwa ia merasa dihargai oleh keluarganya hanya jika diberikan apa yang diinginkan dalam bentuk materi, khususnya dari ayah. Hal ini menunjukkan persepsi nilai diri yang bersifat kondisional, di mana penghargaan terhadap diri sendiri bergantung pada pemberian eksternal, bukan pada pemaknaan diri yang stabil dan mandiri.

Jika ditinjau berdasarkan tiga aspek utama harga diri menurut Coopersmith (1967) yaitu *power*, *significance*, dan *competence*, gejala rendahnya harga diri tampak jelas pada kedua responden. Pada aspek *power*, keduanya mengalami kesulitan dalam membuat keputusan pribadi dan cenderung merasa tidak memiliki kendali atas hidupnya. Pada aspek *significance*, muncul persepsi bahwa perhatian dari orang tua, khususnya ayah, hanya hadir dalam bentuk material, yang menunjukkan minimnya afeksi emosional yang dibutuhkan untuk memperkuat nilai

diri secara psikologis. Sementara itu, pada aspek *competence*, keduanya merasa tidak mampu mencapai tujuan yang diinginkan dan cenderung meragukan kapabilitas dirinya, yang memperkuat persepsi bahwa dirinya tidak cukup baik atau gagal memenuhi ekspektasi.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa persepsi negatif terhadap nilai dan keberhargaan diri menjadi isu utama yang dihadapi kedua remaja perempuan akhir tersebut. Rendahnya harga diri yang ditunjukkan tidak hanya berkaitan dengan bagaimana mereka melihat kemampuan atau kepercayaan diri mereka, melainkan lebih dalam, yaitu menyangkut penilaian mereka terhadap keseluruhan diri mereka sebagai individu. Hal ini memperkuat pentingnya lingkungan keluarga, khususnya keterlibatan emosional ayah, dalam membentuk harga diri remaja perempuan akhir secara sehat dan stabil.

Perempuan yang telah memasuki usia remaja diharapkan memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, seperti menghargai dan merayakan pencapaian, baik yang kecil maupun besar, serta mampu mengeksplorasi dan mengembangkan potensi dirinya. Remaja seharusnya dapat membangun jaringan dukungan sosial yang kuat dan sehat, termasuk dukungan emosional serta penghargaan dari keluarga dan teman-teman.

Namun, pada kenyataannya remaja perempuan akhir masih berjuang dengan harga diri yang rendah karena ketidakhadiran dukungan keluarga, harapan keterlibatan ayah yang dalam pengasuhan anak dan posisi perempuan yang lebih rentan diakibatkan oleh budaya serta faktor – faktor lain yang berkontribusi terhadap rendahnya harga diri remaja perempuan.

Dengan demikian, keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak sebagai faktor utama dalam meningkatkan harga diri remaja perempuan bertentangan dengan kenyataan bahwa masih banyak remaja menghadapi tantangan signifikan dalam membangun harga diri. Oleh, karena itu penting untuk menggali lebih dalam mengenai keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak terhadap pembentukan harga diri yang positif, mengingat dampak yang dapat ditimbulkan dari peran ayah dalam perkembangan psikologis anak.

Remaja yang mendapatkan pemenuhan kebutuhan emosional dan psikologisnya akan mengalami perkembangan harga diri yang positif. Mereka yang memiliki harga diri yang tinggi percaya bahwa mereka adalah individu yang sukses, bahagia, memiliki motivasi yang kuat, mampu menerima kegagalan, dan mencapai keberhasilan yang realistis. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah cenderung melihat diri mereka secara negatif, merasa memiliki kekurangan dan keterbatasan yang berlebihan. Beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri ini meliputi penghargaan dan penerimaan dari orang lain yang penting, status sosial, cara individu menghadapi devaluasi, usia, jenis kelamin, kondisi fisik, lingkungan keluarga, tingkat intelegensi, serta lingkungan sosial di sekitarnya.

Menurut Coopersmith (1967), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi harga diri, termasuk jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga, lingkungan sosial, dan kesehatan. Lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan harga diri individu, karena keluarga adalah tempat pertama di mana individu menerima perhatian dan perawatan, serta tempat awal dalam pembentukan karakter. Keluarga terdiri dari

kedua orang tua, yaitu ayah dan ibu, yang memiliki peran penting dalam meningkatkan harga diri anak.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak pada kehidupan anak perempuan memberikan dampak positif terhadap perkembangan psikologis, khususnya dalam pembentukan harga diri. Ayah yang aktif berpartisipasi melalui interaksi langsung, memberikan kehangatan, serta bertanggung jawab atas kebutuhan anak dapat membantu anak merasa dihargai dan bernilai (Lamb, 2004). Sebaliknya, ketidakhadiran ayah dalam pengasuhan berisiko menimbulkan perasaan malu, marah, dan rendah diri pada anak karena merasa berbeda dari teman sebayanya. Anak perempuan yang memiliki hubungan baik dengan ayahnya umumnya menunjukkan tingkat harga diri yang lebih tinggi, karena mendapatkan dukungan emosional, arahan, dan penghargaan yang membentuk fondasi harga diri yang kuat.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak merujuk pada peran aktif ayah yang sepenuhnya mendukung perkembangan anak, seperti berinteraksi, memberikan kehangatan, memantau aktivitas anak, dan bertanggung jawab terhadap kebutuhan anak. Aspek-aspek yang mencakup keterlibatan ayah dalam pengasuhan meliputi keterlibatan yaitu *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility* (Lamb, 2010).

Setiap individu memiliki tingkat harga diri yang berbeda-beda, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah lingkungan keluarga. Keluarga sebagai kelompok sosial pertama memiliki peran penting dalam pembentukan harga diri, karena merupakan tempat awal anak mengenal diri dan memperoleh atribut-atribut sosial (Mellita, Sri, & Yulinda, 2018). Orang tua

sebagai pengasuh berperan dalam memberikan aturan, perhatian, penghargaan, maupun hukuman yang memengaruhi perkembangan anak.

Menurut Satiadarma (dalam Mellita, Sri & Yulinda, 2018), penilaian yang diberikan orang tua dapat membentuk persepsi anak terhadap dirinya. Anak yang mendapat label atau atribut positif akan tumbuh dengan harga diri yang sehat, sementara yang menerima label negatif cenderung membentuk keyakinan negatif tentang diri mereka. Pandangan negatif ini dapat menghambat perkembangan psikologis anak dan membuat mereka merasa tidak dicintai, tidak berguna, atau tidak mampu memenuhi harapan. Akibatnya, anak menjadi lebih rentan terhadap masalah emosional seperti kecemasan dan depresi, serta memiliki risiko lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku menyimpang seperti pergaulan bebas, penyalahgunaan zat, atau bahkan tindakan bunuh diri.

Harga diri, yaitu penilaian positif atau negatif terhadap diri sendiri, merupakan dasar penting dalam kesehatan mental. Salah satu faktor utama yang memengaruhi pembentukan harga diri adalah keluarga, sebagai lingkungan pertama tempat anak tumbuh dan berkembang. Meskipun baik ibu maupun ayah memiliki peran penting dalam pengasuhan, masih terdapat pandangan umum bahwa ayah hanya berperan sebagai pencari nafkah, sedangkan pengasuhan dianggap sebagai tanggung jawab ibu.

Padaahal, keterlibatan ayah secara aktif dalam pengasuhan sangat penting bagi perkembangan psikologis anak, termasuk dalam pembentukan harga diri. Hubungan keluarga yang tampak harmonis belum tentu menjamin kehadiran fungsional seorang ayah, absennya keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dapat

menciptakan kekosongan peran yang berdampak negatif terhadap perkembangan emosional anak. Anak yang tumbuh tanpa kehadiran atau peran aktif ayah berisiko mengalami berbagai hambatan, seperti kesulitan menjalin hubungan sosial, prestasi akademik yang menurun, serta perasaan malu atau tidak layak.

Putri dan Ratriana (2022) menunjukkan bahwa sebagian individu yang kehilangan figur ayah mengalami harga diri yang rendah, meskipun beberapa mampu menyesuaikan diri. Castteter (2020) menegaskan bahwa ketidakhadiran ayah dapat menimbulkan rasa hampa, penolakan, serta keterbatasan dalam membangun hubungan interpersonal, yang pada akhirnya mengarah pada rendahnya harga diri. Temuan serupa juga disampaikan oleh Wahyudi, Siti, dan Mirna (2024), serta Sundari dan Herdajani (2013), yang menyatakan bahwa kurangnya kasih sayang dan pengalaman kebersamaan dengan ayah berdampak signifikan terhadap rendahnya harga diri individu di masa dewasa.

Penelitian oleh Rahmadania (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan tingkat harga diri anak. Semakin besar keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak, semakin tinggi pula harga diri anak, sedangkan keterlibatan yang rendah cenderung berhubungan dengan harga diri yang rendah. Kehadiran emosional ayah menciptakan rasa aman dan dukungan psikologis yang membuat anak merasa dihargai dan dicintai, yang menjadi fondasi penting dalam pembentukan persepsi positif terhadap nilai diri.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga berfungsi sebagai model peran yang menanamkan nilai, sikap, dan perilaku yang dapat diinternalisasi oleh anak perempuan. Interaksi yang mengandung validasi, penghargaan, dan pengakuan

terhadap pencapaian anak memperkuat aspek harga diri, khususnya dalam dimensi significance dan competence sebagaimana dijelaskan oleh Coopersmith (1967). Oleh karena itu, interaksi yang positif dan berkualitas—melalui komunikasi yang baik, intensitas kebersamaan, serta perhatian yang konsisten—berkontribusi penting terhadap pembentukan harga diri anak perempuan.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti mengajukan rumusan masalah yaitu “Apakah terdapat hubungan positif antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memiliki pengaruh terhadap harga diri pada remaja perempuan?”.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui adanya hubungan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dengan harga diri pada remaja perempuan.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memahami lebih dalam bagaimana peran ayah dalam keluarga dapat memengaruhi pembentukan harga diri pada remaja putri. Secara khusus, penelitian ini berupaya mengidentifikasi aspek-aspek dalam diri remaja putri yang dipengaruhi oleh keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak, serta menggali bukti empiris yang mendukung adanya hubungan antara keduanya. Hasil dari penelitian ini diharapkan

dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan ilmu psikologi perkembangan, khususnya terkait dinamika relasi orang tua dan anak dalam pembentukan harga diri. Selain itu, temuan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya dan memberikan wawasan bagi para ahli serta orang tua mengenai pentingnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak perempuan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan para ayah dapat lebih memahami bagaimana cara mereka berperan aktif dalam mengasuh anak perempuan, sehingga dapat membangun hubungan yang lebih dekat dan mendukung tumbuh kembang anak.