

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Mahasiswa sering kali menghadapi berbagai tantangan psikologis dan sosial yang kompleks seiring dengan peralihan dari masa remaja menuju kedewasaan. Tekanan akademik serta pencarian jati diri menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa pada tahap ini. Secara umum, usia mahasiswa berkisar antara 18 hingga 25 tahun (Hulukati & Djibran, 2018). Dalam hal ini, jika dilihat dari segi usia, mahasiswa termasuk dalam kategori dewasa awal. Menurut Papalia, dkk. (2008) masa dewasa awal (*young adulthood*) dimulai ketika individu memasuki usia 20 tahun. Masa dewasa awal merupakan periode transisi yang melibatkan proses adaptasi terhadap kehidupan baru, di mana individu sering kali menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupannya (Jahja, 2011). Dalam periode transisi ini, individu dewasa awal akan mengalami eksplorasi yang berbeda dari tahap sebelumnya karena adanya tuntutan yang lebih besar dan kompleks. Jika individu merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan tantangan serta perubahan yang terjadi di masa awal dewasa, hal tersebut dapat memicu munculnya perilaku negatif atau ketidakstabilan emosional (Putri, 2018).

Individu dewasa awal umumnya sedang melanjutkan pendidikannya dengan menjadi mahasiswa ataupun bekerja. Saat memutuskan melanjutkan pendidikan, seorang mahasiswa di perguruan tinggi, akan menjalankan peran yang berbeda dengan peran sebagai siswa di sekolah. Bangku perkuliahan memiliki tanggung jawab dan tuntutan yang lebih menantang, termasuk mengerjakan tugas-tugas kuliah (Misra & Castillo, 2004). Tuntutan tugas tersebut terkadang menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa, sehingga tidak jarang mahasiswa menunda dan tidak menyelesaikan tugas dengan berbagai alasan (Butar-butar et al., 2020). Menurut Steel (2007) individu dewasa awal cenderung melakukan penundaan tugas dibandingkan dengan individu dewasa madya dan dewasa akhir. Ciri berikutnya pada masa dewasa awal adalah masa ketegangan emosional, individu yang memasuki usia 20 tahun emosionalnya cenderung tidak stabil, mudah resah, dan labil (Hurlock, 2003).

Mengingat tantangan yang tidak mudah pada masa dewasa awal, maka individu harus memiliki kemampuan untuk menghadapinya. Individu dewasa awal harus memiliki pengendalian diri yang baik, sehingga akan membuat perilaku individu lebih terarah ke arah yang positif (Zulfah, 2021). Dalam pandangan Averill (1973), kontrol diri merupakan kemampuan untuk

mengatur respons atau perilaku, menyikapi informasi yang diperoleh baik yang dianggap relevan maupun tidak, serta menentukan tindakan berdasarkan keyakinan yang dimiliki.

Kesulitan dalam mengendalikan diri dapat menimbulkan dampak negatif. Kondisi ini diperkuat oleh hasil penelitian dari Novita Alya Ananti et al. (2024) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan tingkat kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan untuk menunda tugas. Selain itu, terdapat pula resiko fatal ketika emosi negatif tidak terkendali, seperti tindakan menyakiti diri sendiri yang merupakan manifestasi dari ketidakstabilan emosi. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Flower Aceh banyak mendapatkan pengaduan mengenai mahasiswa yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan emosi akibat tekanan yang mereka alami. Merujuk pada hasil penelitian oleh Rossafitri (2022) perilaku menyakiti diri yang dilakukan mahasiswa, seperti melukai diri dengan benda tajam, membenturkan kepala, atau mengikat anggota tubuh, merupakan akibat dari rendahnya kemampuan dalam mengendalikan diri.

Savage dalam Widodo (2012) menyebutkan ketika individu memiliki kontrol diri tinggi, individu akan sangat memperhatikan bagaimana dirinya dalam bertindak, berusaha memenuhi kebutuhan dengan memperhatikan tanggung jawab, norma, serta aturan-aturan yang ada. Namun, kenyataannya banyak mahasiswa yang masih memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Devayanti (2022) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan, diketahui bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat kontrol diri yang rendah sebesar 57.9%, sementara 48.8% lainnya diklasifikasikan memiliki prokrastinasi akademik pada kategori sedang. Selanjutnya, Nafiisah Aliyatul Haq et al. (2022) dalam penelitiannya mengenai hubungan kecerdasan emosional dengan kontrol diri terhadap *objective structured clinical examination* (osce) pada mahasiswa keperawatan fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta juga menemukan bahwa mahasiswa menunjukkan kontrol diri yang rendah. Dari penelitian ini diketahui bahwa 58.1% tidak mampu mengelola emosi dan 54.1% mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan serta mengendalikan perilaku dan pikiran. Temuan-temuan tersebut menunjukkan pentingnya pemahaman mengenai karakteristik individu yang memiliki kontrol diri tinggi sebagai pembanding. Kontrol diri yang tinggi tercermin dari kemampuan individu dalam mengendalikan diri di berbagai situasi dan kondisi. Individu dengan tingkat kontrol diri yang

tinggi akan mampu mengendalikan impuls yang berpotensi mendorong perilaku yang tidak sesuai dengan nilai atau norma yang ada di masyarakat (Berk, 1993). Selain itu, sikap bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik dan menghindari perilaku menunda tugas merupakan ciri individu dengan tingkat pengendalian diri yang tinggi.

Proses studi awal dilakukan pada tanggal 25 April 2024 melibatkan 30 mahasiswi dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang merasa mengalami *fatherless*, teridentifikasi fenomena terkait rendahnya kontrol diri. Dampak psikologis dari kehilangan peran ayah, baik karena perceraian (45%) maupun kematian (55%), menyebabkan 53.3% mahasiswi kesulitan disiplin dalam menyelesaikan tugas, 23.3% mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, dan 23.4% merasa mudah terpengaruh oleh lingkungan negatif. Ketiga gejala ini mencerminkan aspek-aspek rendahnya *self-control*, yang mencakup regulasi diri dalam hal perilaku, emosi, dan pengaruh sosial (Tangney et al., 2004). Temuan ini menguatkan dugaan bahwa kondisi *fatherless* berkontribusi terhadap lemahnya kontrol diri.

Fenomena serupa juga terlihat pada mahasiswa di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, di mana penelitian dari Sulaeman (2024) menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh negatif terhadap perilaku menunda-nunda tugas. Semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi kecenderungan untuk menunda tugas. Selain itu penelitian Permana (2022) menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami kondisi kontrol diri rendah cenderung terlibat dalam perilaku konsumtif. Dengan demikian, baik mahasiswi yang mengalami kondisi *fatherless* maupun mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, serta perempuan dewasa awal, mengalami kondisi *self-control* rendah, yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik secara akademik, emosional, maupun sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan aspek penting dalam perkembangan individu pada tahap dewasa awal, khususnya bagi mereka yang mengalami ketidakhadiran ayah.

Gottfredson & Hirschi (1990) menyebutkan beberapa hal yang menjadi faktor rendahnya kontrol diri, di antaranya kurangnya pengawasan, ketidakkonsistenan dalam pemberian disiplin, serta rendahnya kualitas hubungan emosional dalam keluarga. Rendahnya kontrol diri pada individu juga berkaitan dengan ketidakmampuan dalam menghadapi tekanan maupun beradaptasi dengan lingkungan sosial (Ghufron & Risnawitaq, 2017). Akibatnya, individu tersebut kesulitan dalam mengontrol perilaku, menginterpretasikan stimulus dengan

tepat, serta bertindak sesuai situasi, yang pada akhirnya dapat memicu munculnya perilaku agresif (Marsela & Supriatna, 2019).

Hurlock (1980) mengemukakan bahwa kemampuan individu dalam mengendalikan diri dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal (dalam diri individu) dan eksternal (lingkungan). Faktor yang berasal dalam diri individu mencakup berbagai aspek, salah satunya adalah usia. Seiring bertambahnya usia, individu cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol dirinya sendiri. Sementara itu, faktor eksternal berasal dari lingkungan, yang terdiri atas lingkungan masyarakat (luar) dan lingkungan keluarga (dalam). Dalam konteks ini, keluarga merujuk pada orangtua, yang dapat berperan penting dalam memengaruhi kemampuan kontrol diri anak.

Peran ibu dalam mendukung perkembangan anak tidak dapat dipisahkan dari keterlibatan ayah. Keduanya memiliki pengaruh penting dalam proses tumbuh kembang anak. Kondisi ini menggambarkan bahwa keterlibatan kedua orangtua sangat krusial dalam perkembangan anak, sebagaimana ditegaskan oleh Evans dan Forgarty dalam Guretty (2014) yang menyatakan bahwa baik ibu maupun ayah memiliki pengaruh yang sama pentingnya terhadap tumbuh kembang anak. Lebih lanjut menurut Gottfredson & Hirschi (1990) kontrol diri dibentuk pertama kali oleh orangtuanya melalui pendidikan kontrol diri dalam mengasuh anak. Pada saat anak berusia 8 tahun, kontrol diri anak sudah mulai terbentuk hal ini berasal dari internalisasi kontrol orangtua (Gottfredson & Hirschi, 1990). Orangtua bertanggung jawab dalam pemberian perhatian dan pengawasan terhadap perilaku anak (Gottfredson & Hirschi, 1990). Dengan demikian, kualitas keterlibatan dan bimbingan orangtua dapat memengaruhi tingkat kemampuan anak dalam mengendalikan diri.

Merujuk pada pendapat-pendapat yang telah diuraikan sebelumnya, kontrol diri bukanlah kemampuan yang terbentuk secara alami, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri individu maupun lingkungan sosial, seperti masyarakat dan orangtua. Salah satu faktor eksternal yang berperan penting adalah kehadiran figur orangtua, khususnya ayah. Ketidakhadiran ayah dalam kehidupan anak dapat memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan kontrol diri. Menurut Afifah (2018) perkembangan kontrol diri sudah dimulai sejak masa kanak-kanak dan sangat dipengaruhi oleh dinamika hubungan dalam keluarga, termasuk keberadaan ayah sebagai sosok otoritatif dan pembimbing.

Tidak hadirnya peran ayah, baik secara fisik maupun dukungan emosional, dapat menghambat proses pembentukan kontrol diri yang baik pada anak. Dengan demikian, kondisi *fatherless* dapat dipandang sebagai salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingkat kontrol diri individu.

Berdasarkan berita Kompas.com yang ditulis oleh Dwi N. H (2023), mengutip hasil penelitian dari Southeast Asian Ministers of Education Organization Center of Early Childhood Care Education and Parenting (SEAMEO CECCEP) oleh Assila Prianggi HB, disebutkan bahwa keberhasilan ayah umumnya diukur berdasarkan pendapatan yang diperoleh, sedangkan keberhasilan ibu lebih sering dikaitkan dengan perannya dalam mengasuh anak. Kondisi ini mencerminkan bahwa keterlibatan ayah dalam peran pengasuhan masih kurang mendapat perhatian di masyarakat. Padahal, keterlibatan ayah turut berperan penting dalam mendukung perkembangan psikologis anak, termasuk pembentukan kontrol diri. Sejalan dengan penelitian Putri & Lestari (2016) menurutnya laki-laki dikatakan berhasil jika memiliki karir yang sukses, sedangkan perempuan dikatakan berhasil jika memberikan pengasuhan yang baik untuk anaknya. Sebenarnya, tugas ayah bukan hanya sekadar materi saja, tetapi juga kontribusi dalam memberikan pengasuhan bagi anak-anaknya secara fisik maupun psikologis (Ashari, 2017). Maka dari itu, anggapan tersebut tidak tepat, mengingat pentingnya peran ayah yang tidak dapat digantikan dengan peran orang lain.

Keberadaan ayah dalam kehidupan anak memiliki peran fundamental dalam tumbuh kembang anak. Perkembangan anak mencakup aspek kognitif, emosional, psikologis, sosial, dan kesehatan fisik. Aspek-aspek tersebut didapatkan melalui peranan ayah dalam kehidupannya (Hidayati et al., 2011). Ketiadaan peran ayah dapat menyebabkan kesulitan bagi anak, khususnya anak perempuan dalam berinteraksi sosial dengan orang lain, karena kurangnya rangsangan yang diperoleh selama masa pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu, kondisi *fatherless* juga dapat berdampak pada kemampuan anak perempuan dalam mengenali serta memahami emosi dirinya sendiri maupun emosi orang lain (Annisa, 2024). Anak perempuan membutuhkan hubungan yang dekat dengan ayah untuk meningkatkan kemampuan berpikir secara rasional (Auni, 2017). Oleh sebab itu hubungan ayah dengan anak khususnya anak perempuan sangat penting untuk mengasah kemampuan berpikir rasional yang kelak akan bermanfaat bagi dirinya saat berhadapan dengan berbagai tantangan di masyarakat. Anak perempuan lebih merasakan pengaruh negatif karena kehilangan peran ayah dibandingkan anak laki-laki (Rahayu, dkk.,

2024). Menurut penelitian Wijaya (2022) anak perempuan yang kehilangan peran ayah cenderung memiliki keinginan untuk “mengisi kekosongan” dengan mencari peran ayah dalam hidupnya. Kondisi yang dialami oleh anak perempuan tersebut, memengaruhi pengendalian diri yang rendah.

Kehilangan salah satu peran orangtua, khususnya peran ayah disebut sebagai *Fatherless*. Istilah *fatherless* merujuk pada ketidakterlibatan peran ayah dalam proses perkembangan anak, baik secara fisik, emosional, maupun psikologis anak (Dasalinda & Karneli, 2021). Smith dalam Sundari et al. (2013) menyebutkan bahwa individu dikategorikan *fatherless* ketika ia tidak memperoleh peran ayah disebabkan kematian, perceraian, atau konflik keluarga sehingga pisah tempat tinggal dengan ayah. Selain itu, Soge et al. (2016) menambahkan kondisi *fatherless* juga dapat terjadi akibat minimnya interaksi antara ayah dan anak, serta kurangnya kerja sama antara ayah dan ibu dalam proses pengasuhan. Lerner & Lerner (2011) juga menyebutkan bahwa individu yang merasakan *fatherless* adalah individu yang kehilangan peran-peran penting ayah di kehidupannya. Istilah *fatherless* juga mencakup kondisi di mana ayah hadir secara fisik, namun tidak menjalankan peran secara optimal dalam keluarga (Nurhayani, 2020).

Fatherless atau ketiadaan peran ayah dapat memicu berbagai permasalahan psikologis, seperti rendahnya harga diri (*self-esteem*), munculnya perasaan marah (*anger*), perasaan malu (*shame*) karena tidak merasakan kebersamaan dengan ayah sebagaimana yang dirasakan anak-anak lainnya (Lerner & Lerner, 2011b). Lebih lanjut, sejumlah penelitian lain pun mengemukakan dampak dari *fatherless*, yaitu perasaan kesepian (*loneliness*), rasa iri terhadap kedekatan anak lain dengan ayahnya (*envy*), pengalaman duka (*grief*), perasaan kehilangan (*lost*). Selain itu, kondisi ini juga berkaitan dengan rendahnya kontrol diri (*self-control*), kecenderungan melakukan tindakan beresiko (*risk taking*), serta meningkatnya kerentanan terhadap gejala neurotik, terutama pada anak perempuan (Salsabila, dkk., 2020).

Merujuk pada permasalahan yang telah dipaparkan, peneliti memfokuskan kajiannya pada pengaruh *fatherless* terhadap *self-control* mahasiswi dewasa awal. Fokus ini dipilih seiring dengan meningkatnya kasus *fatherless* khususnya di Indonesia. Indonesia menempati posisi ketiga secara global sebagai negara dengan tingkat *fatherless* yang tinggi (Fajarrini & Umam, 2023). Berdasarkan data UNICEF tahun 2021 dikutip dari Nu online ditulis oleh Lubis (2023)

dengan judul *Fenomena Fatherless dan Pentingnya Peran Ayah dalam Pertumbuhan Anak*, menunjukkan bahwa sebesar 20.9% anak di Indonesia tumbuh tanpa adanya kehadiran ayah.

Penelitian ini mengacu pada beberapa studi terdahulu yang menjadi acuan peneliti. Yuliana et al. (2023) menggunakan teori *self-control* dari Averill (1973), yang mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam menyesuaikan perilaku, mengatur informasi baik yang relevan maupun tidak relevan, serta menentukan tindakan berdasarkan keyakinan yang dimiliki. Penelitian ini juga mengadopsi teori *fatherless* yang dikemukakan oleh East et al. (2006), menyatakan bahwa *fatherless* disebabkan oleh ketidakadaan ayah di rumah akibat konflik, ketidakstabilan, atau keretakan hubungan. Penelitian ini melibatkan 170 responden, terdiri dari perempuan dan laki-laki berusia 15-21 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah yang rendah memiliki pengaruh signifikan terhadap kontrol diri, dengan nilai signifikansi 0.021 ($p < 0.05$) dan nilai R square 0.031. Dapat disimpulkan bahwa semakin rendah keterlibatan ayah, kontrol diri semakin rendah.

Temuan lain yang sejalan dengan penelitian di atas, dilakukan oleh Qomariyah (2024), peneliti tersebut menggunakan teori *self-control* dari Callhoun & Acocella (1990), kontrol diri merujuk pada kemampuan individu dalam mengatur respons fisik, psikis, dan tingkah laku, atau secara sederhana dapat dipahami sebagai proses pembentukan diri. Kemudian, teori *fatherless* mengadopsi teori East et al. (2006), yang memaknai *fatherless* sebagai situasi di mana individu tidak tinggal serumah akibat konflik, ketidakstabilan, atau keretakan hubungan. Penelitian ini melibatkan 249 remaja berusia 10-19 tahun. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara rendahnya peran ayah dengan penurunan tingkat kontrol diri pada remaja.

Berbeda dari temuan sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Rowena (2024) pada 40 siswa-siswi SMA Immanuel Kalasan menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *fatherless* dengan *self-control*. Berdasarkan hasil uji, nilai p-Value 0.398 melebihi ambang signifikansi 0.05, dengan tingkat keamatan 0.137 (tergolong lemah). Artinya, tingginya kasus *fatherless* pada subjek penelitian tidak berpengaruh terhadap tingkat pengendalian diri mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat perbedaan hasil yang signifikan antara studi-studi sebelumnya mengenai pengaruh keterlibatan ayah (*fatherless*) terhadap kontrol diri. Yuliana et al. (2023) dan Qomariyah (2024) menunjukkan bahwa rendahnya keterlibatan ayah berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri remaja, sedangkan Rowena (2024) menemukan

bahwa tidak ada hubungan antara kondisi *fatherless* dengan kontrol diri. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh variasi dalam definisi dan pengukuran variabel, karakteristik populasi yang diteliti, serta metode yang digunakan. Penelitian ini berfokus pada mahasiswi dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, sehingga penting untuk menyelaraskan indikator yang digunakan dan mempertimbangkan konteks sosial serta budaya yang mungkin mempengaruhi hasil. Dengan memahami gap ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang hubungan antara *fatherless* dan kontrol diri pada mahasiswi.

Mengingat *fatherless* yang semakin meningkat di Indonesia, di mana sekitar 20.9% anak tumbuh tanpa kehadiran ayah (UNICEF, 2021). Kondisi ini berpotensi menimbulkan dampak psikologis, terutama pada perkembangan kontrol diri individu, khususnya pada mahasiswi dewasa awal. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana ketidakhadiran peran ayah dapat memengaruhi kemampuan kontrol diri, yang merupakan aspek krusial dalam menghadapi tantangan kehidupan di usia dewasa awal.

Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “Apakah terdapat pengaruh *fatherless* terhadap *self-control* pada mahasiswi dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung?”

Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan penelitian di atas, maka tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *fatherless* terhadap *self-control* pada mahasiswi dewasa awal UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Diharapkan dapat memberikan tambahan khasanah pengetahuan ilmu psikologi, khususnya psikologi keluarga terkait dengan *self-control* dan *fatherless*. Mengetahui dampak ketidakhadiran peran ayah menjadi langkah penting untuk membantu merancang dukungan yang tepat bagi anak-anak dari keluarga yang mengalami situasi tersebut.

Kegunaan *Praktis*

A. Orangtua

Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman yang lebih baik bagi orangtua, khususnya ayah, tentang pentingnya peran mereka dalam pengasuhan anak. Dengan memahami dampak dari fenomena *fatherless* terhadap perkembangan anak, orangtua dapat lebih menyadari bagaimana keterlibatannya pada pengembangan kontrol diri anak, terutama pada perempuan dewasa awal. Pengetahuan ini dapat membantu orangtua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional dan sosial anak.

B. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penting bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji lebih dalam mengenai *fatherless* dan kontrol diri. Penelitian ini menyediakan data dan temuan yang dapat digunakan sebagai dasar untuk studi lebih lanjut, serta membantu peneliti selanjutnya dalam merancang metodologi dan pendekatan yang relevan untuk mengeksplorasi hubungan antara keterlibatan ayah dan perkembangan kontrol diri pada populasi yang berbeda.

