

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan merupakan proses panjang yang di dalamnya berlangsung berbagai periode perkembangan, meliputi proses biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Dalam setiap periode perkembangan, terdapat berbagai tugas yang harus dilalui setiap manusia sesuai dengan masa dan usianya. Hal ini tidak boleh terlewat guna menghindari masalah yang dapat mengganggu proses perkembangan selanjutnya, termasuk pada masa dewasa awal yang menjadi puncak perkembangan setiap orang (Putri, 2018).

Masa dewasa awal adalah periode dimana seseorang mulai melakukan penyesuaian diri terhadap pola baru kehidupan (Hurlock, 2017). Masyarakat akan menaruh harapan terkait perilaku yang dianggap sesuai pada usia tertentu dan diinternalisasi oleh individu sebagai bentuk tugas yang harus dilakukan (Monks *et al.*, 2019). Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2017) tugas perkembangan pada masa dewasa awal ialah menikah dan membangun keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik dan mengasuh anak, memikul tanggung jawab sebagai warga negara, membuat hubungan dengan suatu kelompok sosial, serta melakukan suatu pekerjaan.

Masa dewasa awal menjadi masa yang tepat dalam melaksanakan pernikahan. Hal ini sejalan dengan pendapat Papalia & Feldman (2014) dimana pada tahap perkembangan dewasa awal, individu akan berusaha mencari dan menemukan pasangan hidup yang tepat. Selain itu, budaya dalam kehidupan masyarakat juga nampak mengharapkan pernikahan sebagai salah satu hal yang harus dijalani oleh dewasa awal (Santrock, 2019).

Terdapat temuan menarik mengenai angka pernikahan yang mengalami penurunan. Dilansir dari katadata (2023) angka pernikahan di Indonesia mengalami penurunan selama 10 tahun terakhir. Hal ini merujuk pada data BPS (2022) mengenai laporan pernikahan sepanjang tahun 2022 yang hanya tercatat 1,7 juta pernikahan dan jumlah tersebut mengalami penurunan sejumlah 2,1% dibandingkan tahun 2021 yang tercatat 1,74 juta pernikahan. Adapun berbagai alasan yang dapat melatarbelakangi seorang dewasa awal enggan menikah, salah satunya karena adanya kecemasan menikah (Wijayati, 2017).

Kecemasan menikah adalah kondisi psikologis yang muncul akibat stres maupun tekanan terkait komitmen pernikahan (Khalili, 2023). Kecemasan menikah umumnya dirasakan oleh seseorang saat memasuki masa dewasa awal karena adanya tekanan sosial untuk segera melaksanakan pernikahan (Wijayati, 2017). Berdasarkan penelitian Lubis (2019) kecemasan menyumbang 48% terhadap kesiapan menikah seseorang. Angka kecemasan lebih tinggi ditunjukkan oleh dewasa awal berjenis kelamin perempuan daripada laki-laki yang terjadi pada rentang usia 20-25 tahun (Pebyamoriski *et al.*, 2022). Meskipun demikian, laki-laki juga berkemungkinan untuk mengalami kecemasan menikah dengan selisih persentase yang tidak terlalu jauh dari kecemasan yang dialami perempuan yaitu sebesar 5,6% (Rahmi, 2021).

Fenomena kecemasan menikah ditunjukkan oleh salah satu influencer Indonesia yang bernama Griselda Darena dalam akun Instagramnya yang menyatakan ketakutannya untuk menikah namun di sisi lain, ia juga takut apabila dia tidak menikah karena maraknya kasus perselingkuhan yang mana konten risel ini telah disukai oleh 32 ribu orang dengan 886 komentar yang menyetujui

pernyataannya. Hal ini dapat diartikan bahwa masyarakat juga merasakan hal yang sama dengan Grisel, yakni cemas akan pernikahan.

Berdasarkan survei awal menggunakan kuesioner yang disebarakan melalui google formulir kepada 37 responden, didapatkan hasil bahwa terdapat tingkat kecemasan menikah pada dewasa awal yang diungkap melalui aspek fisiologis, behavioral, kognitif, serta afektif. Pada aspek fisiologis, sebanyak 12 orang (32,4%) menyatakan ketegangan dan berkeringat dingin ketika membahas pernikahan. Pada aspek behavioral, terdapat 13 orang (35,1%) yang menyatakan kecenderungannya untuk menghindari pernikahan. Pada aspek kognitif, sebanyak 20 orang (54,1%) menyatakan kecemasannya terhadap permasalahan. Dan pada aspek afektif, didapatkan hasil bahwa sebanyak 13 orang (35,1%) menyatakan kecenderungannya berpikir bahwa pernikahan adalah mimpi buruk. Berdasarkan hasil survei tersebut, maka dapat disimpulkan apabila sebagian besar responden yaitu sebanyak 33 orang (86%) mengalami tingkat kecemasan sedang dan sisanya 4 orang (14%) berada pada kategori kecemasan berat.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap tiga orang dewasa awal yang mengalami kecenderungan kecemasan menikah. A (23 tahun) adalah seorang laki-laki lajang yang bekerja sebagai pegawai swasta. Ia mengaku sedikit tidak tenang dengan menunjukkan reaksi seperti jantung berdebar dan berkeringat dingin apabila mendapatkan pertanyaan 'kapan menikah' dari orang di sekitarnya. Tetapi hal itu tidak membuatnya melakukan penghindaran terhadap pembahasan pernikahan dan tidak menganggap pernikahan sebagai mimpi buruk baginya. A bercerita bahwa ia hanya gugup, malu, serta khawatir karena di usianya sekarang, ia belum juga menikah.

Pada wawancara lain, E (23 tahun) adalah seorang perempuan yang saat ini masih berstatus sebagai mahasiswi. Ia menceritakan pengalamannya saat menghindari topik-topik pernikahan karena ia begitu merasa risih dengan obrolan tersebut. E menganggap bahwa pernikahan seperti mimpi buruk baginya dan ia tidak tahu sampai kapan ia akan betah melajang. Ia mengaku hanya ingin fokus membahagiakan diri sendiri dengan berkarir dan mewujudkan cita-citanya karena beranggapan bahwa ketika ia menikah, ia tidak bisa melakukan keinginannya lagi. Di sisi lain, E tidak mengalami reaksi fisik tertentu dan tidak merasa gugup ataupun khawatir karena ia belum menikah.

Wawancara selanjutnya pada I (27 tahun) yang merupakan seorang perempuan yang bekerja sebagai pegawai swasta. Ia menceritakan pengalamannya mengenai pernikahan dimana ia tidak menganggap pernikahan sebagai mimpi buruk. Ia menginginkan pernikahan yang ideal sesuai impiannya, tetapi ia merasa malu dan khawatir karena di usianya yang sekarang ia belum juga menikah. Ia juga merasa cemas dan sering melakukan penghindaran terhadap topik-topik pernikahan agar ia tidak merasa memiliki 'tugas' yang harus dijalankannya. Ia mengaku berkeringat dingin dan merasakan jantung berdebar cepat apabila tiba-tiba diberikan pertanyaan pernikahan.

Kecemasan menikah timbul karena adanya gambaran buruk mengenai pernikahan akibat perceraian orang tua dan trauma (Oktaviani, 2015). Kecemasan menikah juga terjadi ketika seorang dewasa awal memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah ditambah kurangnya dukungan sosial yang diterima (Wijayati, 2017). Pada penelitian yang dilakukan Wulandari (2018) kecemasan menikah yang terjadi pada dewasa awal dapat disebabkan karena adanya perasaan takut terhadap gambaran kehidupan setelah pernikahan.

Fenomena kecemasan menikah ini muncul karena beberapa faktor yang melatarbelakanginya. Menurut Oktaviani (2015) kecemasan menikah disebabkan oleh faktor pengalaman negatif akibat perceraian orang tua dan adanya trauma pernikahan yang menyebabkan seseorang berpikir irasional. Wijayati (2017) mengemukakan faktor individu berupa kepercayaan diri yang rendah dan kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan seseorang mengalami kecemasan menikah. Sementara itu, dalam penelitian Proborini *et al* (2019) kecemasan menikah erat kaitannya dengan kesenjangan antara konsep diri yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan, budaya, serta kondisi psikologis seseorang dengan diri ideal, yakni menikah pada usia tepat bersama pria pilihannya. Menurut Khalili (2023) kecemasan menikah dapat terjadi sebelum maupun sesudah menikah dan dipicu oleh berbagai faktor yang melatarbelakanginya, seperti masalah keuangan, masalah komunikasi, perselingkuhan, adanya konflik, dan sebagainya.

Perselingkuhan menjadi salah satu masalah krusial dalam suatu hubungan pernikahan karena nampak seperti hubungan tidak resmi dan ilegal dengan orang lain (Xin & Hassan, 2020). Umumnya, laki-laki dipandang sebagai gender yang paling banyak melakukan perselingkuhan terhadap hubungan cinta maupun pernikahan (Xin & Hassan, 2020). Namun, terdapat temuan menarik mengenai gender yang melakukan perselingkuhan, dimana perempuan juga memiliki peluang yang sama untuk melakukan perselingkuhan dan mengkhianati pernikahan (Pizarro & Gaspay-Fernandez, 2015). Adapun alasan utama mengapa pria dan wanita melakukan perselingkuhan adalah karena ketidakpuasan terhadap pasangan maupun hubungan (Scheeren *et al.*, 2018).

Berdasarkan survei yang dilakukan *Justdating* (2023) sekitar 40% laki-laki dan perempuan di Indonesia mengaku pernah berselingkuh dan mengkhianati pasangannya, baik yang sedang terikat dalam komitmen pernikahan maupun saat berpacaran. Hal ini mengantar Indonesia menjadi peringkat kedua sebagai negara di Asia dengan kasus perselingkuhan terbanyak setelah Thailand (Rindi, 2023). Dalam penelitian yang dilakukan Scheeren *et al* (2018) angka kejadian perselingkuhan tertinggi mengarah pada kelompok usia 31-40 tahun, yakni sekitar 35,4% dari 237 subjek. Perilaku perselingkuhan inipun memiliki kesamaan, dimana laki-laki lebih umum terlibat dalam jenis perselingkuhan seksual, sedangkan perempuan lebih banyak terlibat dalam jenis perselingkuhan emosional (Scheeren *et al.*, 2018).

Beberapa kasus perselingkuhan yang terjadi pada publik figur Indonesia adalah kasus vokalis eks grup musik *Last Child*, Virgoun Teguh Putra Tambunan yang berselingkuh dari Ina Idola Rusli atau Inara Rusli dan terjadi sejak tahun 2022 lalu. Berdasarkan pengakuannya, Virgoun telah melakukan hubungan badan layaknya suami istri dengan selingkuhannya (Tangselpos.id, 2023). Kasus perselingkuhan lainnya terjadi pada Dahlia Poland yang diselingkuhi oleh Fandy Christian ketika mereka sedang menjalani hubungan jarak jauh (LDR). Percakapan mesra antara Fandy dan selingkuhannya dibagikan Dahlia Poland dalam instagram storiesnya. Tak segan, Dahliapun menandai orang ketiga dalam hubungan pernikahannya tersebut (Rahmansyah, 2023).

Kasus perselingkuhan yang terjadi mampu memunculkan berbagai persepsi di lingkungan masyarakat. Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiono (dalam Jamaluddin, 2023) dimana persepsi turut memberikan efek tertentu pada khalayak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018), penilaian

masyarakat terhadap kasus perselingkuhan yang dilakukan istri memunculkan persepsi berupa kekecewaan, marah, dan kesal, karena perselingkuhan masuk dalam perbuatan zina yang mampu mencoreng nama baik suami dan keluarga. Berbeda dengan persepsi masyarakat terhadap perselingkuhan yang dilakukan suami, maka mereka akan menganggap bahwa ada sesuatu yang salah dengan istri (Putra, 2020).

Persepsi menjadi suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dari seorang individu karena setiap saat otak manusia selalu berpikir dan terus mengelola informasi yang berbeda saat dihadapkan dengan suatu permasalahan (Fahmi, 2021). Persepsi yang muncul dari kasus perselingkuhan akan menimbulkan berbagai efek terhadap diri khalayak dalam bentuk perilaku (Jamaluddin, 2023). Persepsi kasus perselingkuhan tersebut dapat membentuk perilaku penghindaran yang menjadi salah satu alasan seseorang enggan menikah (Syahfitri, 2021). Selain itu, persepsi yang muncul terhadap kasus perselingkuhan akan menjadi dampak munculnya kecenderungan kecemasan menikah (Fadli, 2023). Padahal, seorang dewasa awal diharapkan dapat melaksanakan tugas perkembangan, salah satunya adalah pernikahan agar mereka tidak mengalami kecemasan (Rajagukguk, 2022). Hal ini karena kecemasan yang dirasakan sebagai perasaan takut akan hal-hal yang tidak menyenangkan, ketidakpastian yang dialami, serta kekhawatiran akan memberikan dampak terhadap fisik maupun psikologis seseorang dimana mereka akan merasa terasing, terabaikan, merasa tidak dicintai sehingga memungkinkan seseorang bisa melakukan tindakan berbahaya bagi dirinya sendiri maupun orang lain (S. Wulandari, 2021). Kecemasan juga berdampak terhadap Selain itu, jika jumlah kasus kecemasan menikah terus

mengalami kenaikan, maka pada gilirannya akan berimbas pada penurunan populasi suatu negara karena rendahnya angka perkawinan (Rahmatullah, 2023).

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis bermaksud mengkaji lebih dalam melalui penelitian dengan judul **“Hubungan Persepsi terhadap Kasus Perselingkuhan dengan Kecenderungan Kecemasan Menikah pada Dewasa Awal”**.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah bentuk pertanyaan yang diajukan dan membutuhkan jawaban yang diperoleh setelah mengumpulkan data dan dianalisis pada laporan penelitian (Elvera & Astarina, 2021). Sebagaimana latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka, rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan persepsi terhadap kasus perselingkuhan dengan kecenderungan kecemasan menikah pada dewasa awal?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan persepsi terhadap kasus perselingkuhan dengan kecenderungan kecemasan menikah pada dewasa awal.

D. Manfaat Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan kecenderungan kecemasan menikah pada dewasa awal.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gagasan pada masyarakat dalam menangani fenomena kecenderungan kecemasan menikah pada dewasa awal.