

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Arnett (2000) *emerging adulthood* adalah periode transisi dari masa remaja ke masa dewasa dan terjadi ketika individu berusia 18–25 tahun. *Emerging adulthood* memiliki 5 karakteristik utama yaitu mengeksplorasi identitas, banyak perubahan dan bersifat tidak stabil, sangat fokus pada diri sendiri, bingung berada pada fase remaja atau sudah memasuki kehidupan dewasa, dan fase dengan penuh kemungkinan (Arnett, 2006). Di Indonesia, *emerging adult* termasuk ke dalam kelompok usia produktif. Pada tahun 2020, jumlah penduduk usia produktif mencapai 69,28% dari total penduduk Indonesia. Menurut Badan Pusat Statistik (2022), diperkirakan tahun 2012-2035 jumlah penduduk usia produktif mengalami peningkatan dua kali lipat jumlah penduduk lanjut usia dan usia anak. Dengan demikian, saat ini *emerging adult* termasuk ke dalam kelompok usia mayoritas di Indonesia.

Pada fase *emerging adulthood*, individu mengeksplorasi berbagai peluang hidup sambil mengembangkan kemandirian, tanggung jawab, dan kebebasan pribadi (Reifman et al., 2007). *Emerging adult* menggunakan kebebasan untuk membangun keterampilan, pengetahuan, dan pemahaman diri sebagai bekal untuk menuju kehidupan dewasa yang lebih stabil (Arnett, 2004). *Emerging adult* umumnya sudah menamatkan sekolah menengah, sedang kuliah, bekerja sambil kuliah, berganti-ganti pekerjaan, dan membangun hubungan romantis (Arnett et al., 2014). Berbagai tuntutan dan perubahan pada

fase *emerging adulthood* menjadikan periode ini sebagai tahap perkembangan yang penting sekaligus penuh tantangan bagi individu.

Pada masa *emerging adulthood*, individu juga berusaha untuk mencari tahu identitas yang ingin dibangun, membangun jenjang karir, melanjutkan ke pendidikan tinggi, dan mengeksplor *lifestyle* yang ingin dijalankan ketika memasuki kehidupan dewasa selanjutnya (Arnett, 2000; Santrock, 2011). Sehingga, pada periode ini *self-esteem* menjadi aspek psikologis krusial dan membantu individu menyelesaikan tugas perkembangannya. Hal ini dikarenakan *self-esteem* berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk lebih berhasil menghadapi kesulitan dan cara individu untuk menghadapi tantangan sehari-hari (Rouault et al., 2022). Bagi *emerging adult*, *self-esteem* dapat membimbing individu yang sedang berkembang dalam membuat keputusan hidup yang kompleks dan interaksi sosial (Leary & Baumeister, 2000; Mouatsou & Koutra, 2021). Selain itu, *self-esteem* juga berperan protektif ketika individu dihadapkan kesulitan dan kritik negatif dari orang lain (Brown & Zeigler-hill, 2013; Mann et al., 2004; Mouatsou & Koutra, 2021).

Self-esteem merupakan penilaian individu terhadap dirinya secara keseluruhan, baik secara positif maupun negatif, serta keyakinannya terhadap kemampuan yang dimiliki (Tafarodi & Swann, 2001). Terdapat dua dimensi yang dapat menjelaskan *self-esteem*, yaitu *self-competence* dan *self-liking*. *Self-competence* adalah penilaian individu terhadap dirinya sebagai individu yang mampu, efektif, dan memiliki kendali untuk mewujudkan hasil yang diinginkan (Tafarodi & Swann, 2001). Sedangkan *self-liking* merupakan

penilaian individu terhadap dirinya sebagai individu yang baik atau buruk (Tafarodi & Swann, 2001). Kedua dimensi ini menunjukkan bahwa penilaian diri individu tidak hanya fokus pada kemampuan bertindak dan mencapai tujuan, tetapi juga pada aspek moral-sosial yang berkaitan dengan keberhargaan diri sebagai pribadi (Tafarodi et al., 2003).

Individu dengan *self-esteem* yang tinggi memiliki afek positif, menerima dirinya, dan percaya diri ketika dihadapkan pada situasi sosial (Tafarodi & Swann, 1995). Selain itu, individu juga memiliki keyakinan positif terhadap kemampuannya dan menilai dirinya sebagai individu yang mampu dan kompeten (Joshnloo, 2025; Tafarodi & Swann, 1995). *Self-esteem* yang tinggi juga dapat bermanfaat bagi *emerging adult* agar lebih mudah beradaptasi dan berhasil dalam kehidupannya, membangun hubungan, dan memiliki kinerja yang baik dalam aspek pendidikan dan pekerjaan (Orth & Robins, 2022). *Self-esteem* juga dapat bermanfaat dalam kesehatan fisik dan mental, serta terhindar dari perilaku anti sosial (Orth & Robins, 2022).

Self-esteem terbukti memiliki peran protektif terhadap krisis dan menjadi sumber daya untuk berkembang di tengah kesulitan karena mencakup nilai-nilai *survival skill* (keberlangsungan hidup) (Mouatsou & Koutra, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Aulia et al. (2024), menemukan bahwa individu dengan *self-esteem* yang lebih tinggi berkaitan dengan individu yang meyakini dan percaya diri dengan kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Ketika *emerging adult* dengan *self-esteem* yang tinggi menghadapi tantangan dan hambatan, maka mereka akan cenderung berhasil melewatinya.

Dengan *self-esteem* tinggi individu akan lebih fokus pada perubahan diri dan meningkatkan kompetensi diri, menilai diri mereka lebih positif, serta yakin dengan kompetensi yang dimiliki (Hill, 2013; Shaffer & Kipp, 2010).

Pada kenyataannya, masih banyak *emerging adult* yang memiliki *self-esteem* berada pada kategori sedang cenderung rendah. (Andriona et al., 2026; Ardiany & Ardi, 2022; Isneniah et al., 2024). Rendahnya *self-esteem* yang dimiliki individu cenderung berdampak pada ketidakpuasan dan ketidaksukaan terhadap diri, disfungsi sosial, memiliki motivasi yang rendah, tidak bahagia, sehingga menimbulkan kecemasan, bahkan depresi (Kernis, 2003; Tafarodi & Swann, 1995). *Emerging adult* dengan *self-esteem* rendah juga menunjukkan kecenderungan menghambat diri yang memicu berbagai masalah internal dan eksternal, seperti masalah anti sosial (Mouatsou & Koutra, 2021). Individu dengan *self-esteem* yang rendah tidak menggunakan penyelesaian konflik interpersonal yang efektif dan konstruktif (Sahin et al., 2009).

Self-esteem merupakan *trait* yang bersifat relatif stabil, artinya jika individu memiliki *self-esteem* yang rendah saat ini, maka puluhan tahun kemudian individu tersebut cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah (Erol & Orth, 2014; Tafarodi et al., 2003). Stabilitas terjadi karena respon individu terhadap situasi dan pengalaman yang terjadi (Joshnloo, 2025). Individu cenderung selektif dalam mengingat informasi yang relevan dengan dirinya dan melupakan informasi yang bertentangan (Tafarodi, 1998; Tafarodi et al., 2003). Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil yang dimiliki individu berdampak pada proses pembentukan *self-esteem* (Coopersmith,

1967), yang kemudian dipertahankan hingga fase *emerging adulthood*. Rendahnya *self-esteem* karena pengalaman masa kecil yang merugikan memiliki dampak besar terhadap pemahaman seseorang tentang nilai diri dan konsep diri (Ogunbowale et al., 2025; Zheng, 2024). Pengalaman masa kecil yang merugikan ini disebut *adverse childhood experiences*.

Adverse childhood experiences (ACEs) adalah beberapa pengalaman stres (kekerasan, pengabaian, disfungsi rumah tangga, serta kekerasan di lingkungan pertemanan dan komunitas) yang dialami anak-anak di awal kehidupan (World Health Organization, 2018). ACEs menimbulkan dampak negatif yang bahkan memiliki efek jangka panjang bagi kesehatan, kesejahteraan, dan perkembangan anak (World Health Organization, 2018). Menurut Zheng (2024) dampak negatif dari ACEs dapat memperparah tantangan yang dihadapi dewasa, memperkuat perilaku maladaptif, dan memperparah masalah psikologis yang sudah ada sebelumnya. Kekerasan yang terjadi pada masa kanak-kanak juga berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan anak seumur hidup (World Health Organization, 2022).

Secara global dari 96 negara, diperkirakan minimal 50% atau sekitar 1 miliar anak yang berusia 2–17 tahun mengalami kekerasan (Hillis et al., 2016). Di Indonesia, jumlah kekerasan terhadap anak pada tahun 2024 yaitu 19.628 kasus dengan jumlah korban mencapai 21.648 korban (Siga Kemenppa, 2024). Satu dari dua anak laki-laki dan perempuan berusia 13–17 tahun mengalami salah satu bentuk kekerasan atau lebih (fisik, emosional, atau seksual) di sepanjang hidupnya (Kemenppa, 2024). Jika dilihat jauh ke belakang, pada

tahun 2006 angka kekerasan terhadap anak yaitu 3,02% atau 302 dari 10.000 anak di Indonesia yang menjadi korban kekerasan (BPS & Menegpp, 2007). Laporan ini mengindikasikan bahwa kekerasan pada anak sudah terjadi sejak bertahun-tahun silam dan masih berlangsung hingga saat ini.

Laporan tahun 2006 tentang kekerasan terhadap anak menunjukkan bahwa korban berusia di bawah 17 tahun, yang mana saat ini terhitung sudah memasuki fase *emerging adulthood* (BPS & Menegpp, 2007). Individu yang mengalami ACEs yang lebih tinggi akan berkembang secara abnormal dan menunjukkan masalah perilaku yang dapat merugikan diri sendiri dan lingkungan, seperti kenakalan dan gangguan fisiologis (Ellis et al., 2012). Pada *emerging adult*, ACEs yang lebih tinggi berkaitan dengan individu cenderung tidak fokus pada dirinya dan tidak merasa bahwa periode ini penting untuk mengeksplorasi (Davis et al., 2017). Lebih lanjut Davis et al. (2017) mengatakan, individu dengan ACEs yang tinggi juga cenderung memiliki negativitas yang lebih tinggi pada fase *emerging adulthood*.

ACEs memiliki dampak yang sangat beragam dalam berbagai aspek kehidupan individu (Kim & Royle, 2025; Makaruk et al., 2018; Zakhozha et al., 2018). Pada *emerging adult*, semakin tinggi skor ACEs maka semakin rendah eksplorasi dan cenderung tidak fokus dengan diri sendiri (Davis et al., 2017). Lebih lanjut, semakin tinggi ACEs, juga semakin tinggi ketidakstabilan yang terjadi pada fase *emerging adulthood*. Menurut Meeker et al. (2021), semakin banyak jenis ACEs, semakin luas juga dampaknya bagi individu. Dimana anak dengan ≥ 4 jenis kekerasan menunjukkan lebih banyak masalah

dan gejala trauma dibandingkan dengan mereka yang mengalami kekerasan sama secara berulang (Barboza, 2018; Finkelhor et al., 2007).

Ketika saat kecil individu mengalami *adverse childhood experience* akan berdampak pada pembentukan *self-esteem*nya. Konteks ini terlihat pada penelitian di Baghdad yang menemukan bahwa disfungsi keluarga, kekerasan keluarga, dan kekerasan di masyarakat yang tinggi merusak pandangan positif individu terhadap dirinya dan dunia (AlShawi & Lafta, 2014). Lebih lanjut, ditemukan 14,9% merasa gagal dan 28,3% merasa tidak berguna pada individu dewasa yang mengalami ACEs (AlShawi & Lafta, 2014). Sejalan dengan itu, terjadinya ACEs berdampak pada terganggunya proses perkembangan *self-esteem*, yang kemudian menyebabkan *self-esteem* yang rendah (Zheng, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa ketika individu mempunyai *adverse childhood experiences* yang lebih tinggi, lebih besar kemungkinannya individu untuk tidak menyukai dirinya dan berdampak pada *self-esteem* yang rendah. *Self-esteem* yang telah terbentuk sejak kecil kemudian dibawa hingga fase *emerging adulthood* dan berperan dalam cara individu dalam menghadapi tantangan perkembangan.

Terdapat penelitian terdahulu yang sudah membahas *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem*. Beberapa penelitian terdahulu menemukan kenangan masa kecil yang penuh ancaman, penolakan, atau merasa tidak dihargai orang lain dapat menurunkan *self-esteem* individu (Khalid et al., 2024). Sejalan dengan itu, ditemukan korelasi negatif antara ACEs dengan *self-esteem* (Zheng, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

terhadap orang tua dari remaja Thailand yang menemukan bahwa semakin tinggi skor total ACEs maka skor total *self-esteem* semakin rendah (Aphiwatthanakul & Chandarasiri, 2020).

Sejauh yang diketahui oleh peneliti, penelitian dengan topik *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* masih terbatas di Indonesia. Penelitian di Indonesia menjadi penting karena angka kekerasan terhadap anak setiap tahunnya meningkat (Kemenppa, 2025) yang berpotensi memiliki dampak jangka panjang bagi individu. Penelitian yang dilakukan oleh Zheng (2024) memiliki keterbatasan yaitu jumlah sampel kecil dan subjeknya hanya individu yang lahir dan besar di budaya Tiongkok, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan. Selain itu, populasi penelitian terdahulu terbatas pada orang tua dari remaja dan kelompok mahasiswa (Aphiwatthanakul & Chandarasiri, 2020; Khalid et al., 2024; Zheng, 2024) dan belum ada penelitian yang mengkaji keterkaitan *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada tahap perkembangan *emerging adulthood*. Padahal *emerging adult* menghadapi tantangan yang kompleks, terutama bagi mereka yang mengalami *adverse childhood experiences*, sehingga dapat diasumsikan hubungan antar kedua variabel lebih kuat pada populasi *emerging adult*. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan yang ada dengan meneliti hubungan *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan terutama dalam psikologi mengenai hubungan *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi *emerging adult* untuk membantu memahami *self-esteem* yang rendah bisa terkait dengan pengalaman masa kecil. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kepedulian dan mencegah terjadinya *adverse childhood experiences* di kemudian hari. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ilmuwan dan praktisi psikologi sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya dan dapat memberikan intervensi pada *emerging adult* dengan riwayat *adverse childhood experiences*.