

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal ialah masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa yang terjadi pada individu yang berusia 18 hingga 25 tahun, pada usia-usia tersebut individu sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi (Santrock, 2018). Menurut Afriantoni et al. (2016) individu yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi disebut mahasiswa. Hulukati & Djibran (2018) mengemukakan bahwa tugas dari mahasiswa tersebut adalah dapat bertanggung jawab atas perkembangan dirinya termasuk dalam kedewasaannya sendiri.

Santrock (2018) mengemukakan bahwa pada usia dewasa tersebut mahasiswa harus menjadi individu yang mandiri serta bertanggung jawab atas konsekuensi dari apa yang dilakukannya. Kondisi ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri (2019) bahwa seseorang yang sudah dianggap dewasa memiliki peran dan tanggung jawab yang semakin bertambah, sehingga pada usia dewasa ini mereka sudah mulai melepaskan diri secara finansial, sosial dan psikologis dari ketergantungan pada orang lain, terutama orang tua.

Namun, terdapat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Herawati (2018) bahwa mahasiswa masih ada yang belum terpenuhi akan tugas-tugasnya, salah satunya adalah tugas akan kemandirian. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Saha & Safri (2016) bahwa mahasiswa sering menghadapi berbagai tekanan baik dari lingkungan keluarganya dan adanya tantangan yang dihadapi mulai dari jadwal mata kuliah, tugas-tugas yang harus diselesaikan tepat waktu.

Elizabet (dalam Dowling, 1981) menjelaskan bahwa usia delapan belas tahun (dan terkadang lebih), individu sebenarnya belum menunjukkan kecenderungan untuk mandiri. Kondisi ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sofia et al., (2017) bahwa masih banyak individu yang belum mandiri dalam setiap kegiatan yang dilakukan dalam masa perkuliahannya. Hayati (2020) mengemukakan bahwa untuk mencapai kemandirian berarti melepaskan diri dari kekangan orang tua dalam mengembangkan jati diri.

Danuri (dalam Fauzan, 2021) menjelaskan bahwa kemandirian adalah sikap yang memungkinkan seseorang melakukan sesuatu secara bebas sesuai dengan dorongan dan kebutuhannya sendiri, mengejar prestasi, berkeinginan untuk melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain, karena tanpa kemandirian maka mustahil individu dapat menguasai dan mempengaruhi lingkungan hidup. Namun dari penelitian yang dilakukan oleh Fauzan (2021) mengungkapkan masih banyak mahasiswi yang masih mengandalkan orang-orang disekitarnya untuk membantu mereka dalam berbagai hal.

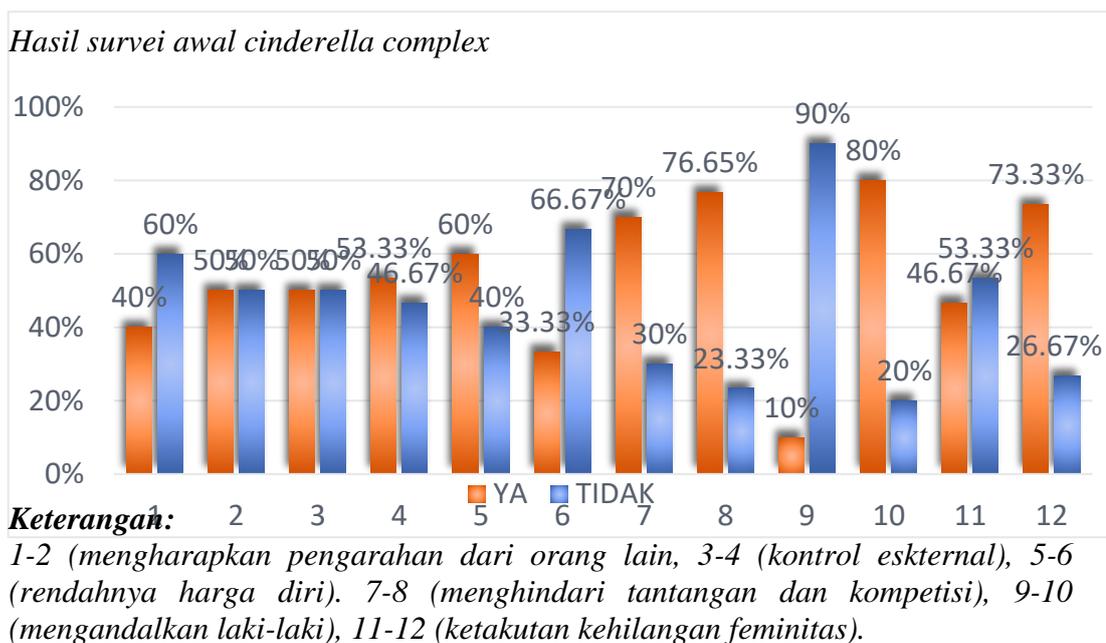
Dowling (1981) menyatakan bahwa Individu yang ingin diperhatikan dan dilindungi oleh orang lain disebut dengan *cinderella complex*. *Cinderella complex* biasanya menyerang wanita yang sedang menempuh pendidikan tinggi, menghalangi mereka yang ingin terus mengenyam pendidikan tinggi, mempercepat masa mudanya, serta memberikan rasa aman dan keinginan alami untuk diselamatkan (Dowling, 1981). Pemaparan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Saha & Safri (2016) bahwa *cinderella complex* ialah sebagai sindrom psikologis yang membuat wanita percaya bahwa mereka adalah 'putri yang

dalam kesulitan' yang membutuhkan penyelamatan dari orang lain terutama pria.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Joseph et al. (2013) bahwa *cinderella complex* mengacu pada ketakutan dan keinginan bawah sadar untuk diperhatikan oleh orang lain, yang menghalangi perempuan untuk berperan penuh dalam pikiran dan imajinasinya dan membuat mereka menunggu seseorang di luar untuk mengubah hidup mereka. *Cinderella complex* ditandai dengan keinginan untuk diakui dan dihormati bahkan sering kali memiliki perasan terjebak dalam situasi yang tidak dapat diatasi, sehingga digambarkan dengan perasaan yang selalu bersalah dan dapat diatasi dengan kekuatan yang ada pada emosi wanita dengan memberikan dukungan dan juga bantuan (Zain, 2016).

Berdasarkan dari hal tersebut, maka peneliti melakukan survei awal terkait *cinderella complex* terhadap 30 Mahasiswi di Universitas Malikussaleh dengan menggunakan *G-form* diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.1



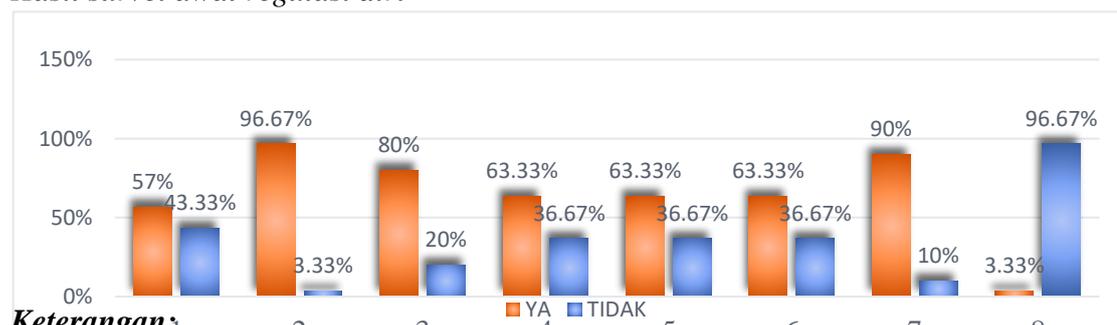
Berdasarkan hasil survei awal yang peneliti lakukan mengenai *cinderella complex* dapat diketahui bahwa mahasiswi memperoleh persentase yang tinggi pada aspek menghindari tantangan dan kompetisi sebanyak 73,34%, diperoleh sebanyak 70% bahwa mahasiswi tidak suka hal-hal yang baru dan bernai mengambil resiko, sebanyak 76,65% mahasiswi merasa takut bersaing dengan rekan nya ketika sedang mengikuti perkuliahan. Hal tersebut sesuai dengan pengertian aspek menghindari tantangan dan kompetensi, yaitu wanita merasa takut untuk bertindak, takut melakukan kesalahan, dan takut menerima tantangan (Dowling, 1981).

Peneliti terdahulu mengatakan bahwa untuk mengurangi terjadinya *cinderella complex* diperlukan regulasi diri Nuryonto (dalam Sofia et al., 2017). Nuryonto (dalam Sofia et al., 2017) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *cinderella complex* adalah regulasi diri dimana untuk meningkatkan kemandirian dapat diperoleh dengan meningkatkan regulasi diri. Baumeister & Vohs (2011) menyatakan bahwa regulasi diri ini mengacu pada kendali diri manusia atas dirinya sendiri dan kemampuan seseorang untuk mengatur pikiran, emosi, dan perilaku mereka sesuai dengan tujuan jangka panjang yang diinginkan. Regulasi diri mencakup kemampuan menahan diri dari hal-hal yang tidak diinginkan atau merugikan dan mengarahkan perilaku ke arah hal-hal yang lebih produktif dan bermanfaat (Baumeister dan Vohs, 2011). Regulasi diri penting dalam kehidupan sehari-hari karena membantu seseorang mencapai tujuan jangka panjang dan menghindari godaan atau gangguan yang mungkin menghambat kemajuannya, tanpa pengaturan diri yang baik, seseorang mudah tergoda pada kepuasan sesaat dan kurang mampu mengambil keputusan yang tepat (Baumeister dan Vohs, 2011)

Mahmud (dalam Sofia et al., 2017) juga mengatakan bahwa adanya sistem regulasi diri ini berupa penetapan standar perilaku seseorang, pengamatan terhadap kemampuan diri sendiri, evaluasi diri, dan reaksi terhadap diri sendiri. Dengan adanya regulasi diri ini dapat menurunkan *cinderella complex* yang ada pada mahasiswi saat ini serta membuat mahasiswi menjadi individu yang mandiri (Sofia et al., 2017). Sofia et al., (2017) juga meneliti akan regulasi diri, bahwa regulasi diri yang lemah atau kurang berkembang dapat menyebabkan seseorang lebih rentan terhadap *cinderella complex*, ketika seseorang tidak mampu mengatur dan mengendalikan diri mereka sendiri, mereka mungkin cenderung mencari kebahagiaan dan pemenuhan melalui hubungan dengan orang lain, khususnya dalam hubungan mesra. Peneliti juga melakukan survei terkait regulasi diri terhadap 30 mahasiswi Universitas Malikussaleh dengan menggunakan *G-form* dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.2

Hasil survei awal regulasi diri



Keterangan:

1-2 (standar), 3-4 (monitoring), 5-6 (self-regulatory strength), 7-8 (motivasi).

Berdasarkan hasil survei yang telah peneliti lakukan diperoleh hasil paling banyak pada aspek motivasi yaitu sebanyak 10% mahasiswi tidak dapat menyimak dengan baik setiap pembahasan dari dosen dan diperoleh sebanyak 96,67% bahwa

mahasiswi cenderung untuk bolos kuliah karena merasa bosan dan tidak penting. Hal ini merujuk pada pengertian motivasi bahwa mahasiswi memiliki dorongan untuk dapat mempertahankan dan mengarahkan setiap individu sehingga dapat membantu individu untuk dapat mengatasi godaan yang dapat mengganggu pencapaian tujuan (Baumeister & Vohs, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2021) Motivasi sebagai faktor utama dalam belajar berperan dalam membangkitkan, menunjang, dan menggerakkan perilaku belajar sehingga diperoleh temuan penelitian dari pengamatan langsung, sebagian besar siswa yang bermotivasi tinggi berusaha keras, menunjukkan keberanian, tidak mau menyerah, dan aktif membaca untuk meningkatkan hasil belajar dan memecahkan masalah yang dihadapinya. Sebaliknya siswa dengan motivasi rendah tampak acuh tak acuh, mudah menyerah, dan tidak fokus belajar sehingga menyebabkan siswa mengalami kesulitan belajar (Rahman, 2021).

Dari pemaparan di atas peneliti tertarik untuk mengkaji tentang *cinderella complex* dan regulasi diri pada Mahasiswi. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul hubungan regulasi diri dengan *cinderella complex* pada Mahasiswi di Universitas Malikussaleh.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang dapat memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal temanya, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah populasi dan metode yang digunakan dalam penelitian tersebut. Penelitian yang akan dilakukan mengenai “hubungan

antara regulasi diri dengan *cinderella complex* pada mahasiswi”.

Sofia et al. (2017) telah meneliti tentang “*one hour rule*” sebagai *self-regulation* pada mahasiswi dengan *cinderella complex*. Berdasarkan hasil penelitian yang deskriptif, ditemukan bahwa mahasiswi yang menjadi subjek penelitian didominasi oleh usia 20 tahun, dengan jumlah 14 mahasiswi atau persentase sebanyak 46,7%. Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan bahwa penggunaan teknik “*One Hour Rule*” sebagai bentuk peningkatan regulasi diri dapat membantu mengurangi tingkat *cinderella complex* pada mahasiswi. Hal ini menunjukkan bahwa teknik regulasi diri dapat efektif dalam mengurangi *cinderella complex* pada individu. Penelitian ini juga menekankan pentingnya kemandirian dan peran faktor pendidikan dan sosial dalam perkembangan *cinderella complex*. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Sofia et al. (2017) dengan penelitian ini adalah tidak memberikan eskperimen pada penelitiannya, sehingga penelitian ini berbeda.

Penelitian yang dilakukan oleh Fauzan (2021) dengan judul “analisis dan penanganan perilaku kecenderungan *cinderella complex*” menunjukkan bahwa ada Berdasarkan informasi yang diberikan, dapat disimpulkan bahwa temuan penelitian tentang *cinderella complex* dengan perawatannya dalam penelitian tersebut adalah positif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan kecenderungan *cinderella complex* pada partisipan yang ditunjukkan dengan respon positif dan perubahan perilaku. Oleh karena itu, temuan penelitian menunjukkan hasil positif dalam mengatasi *cinderella complex*. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan tentang perilaku dan faktor-faktor yang terkait dengan *cinderella complex*

dan mengusulkan intervensi konseling untuk mengatasinya. Perbedaan penelitian yang dilakukan Fauzan (2021) berbeda dengan penelitian ini dimana penelitian ini secara khusus berfokus pada *cinderella complex* pada kalangan mahasiswi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan metode studi kasus, sedangkan ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan fokus penelitian pada kalangan mahasiswi Universitas Malikussaleh.

Zain (2016) telah meneliti tentang “*cinderella complex* dalam perspektif psikologi perkembangan sosial emosi” didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Semakin positif konsep diri, semakin rendah tingkat kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri, semakin tinggi kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswa. Konsep diri memberikan sumbangan efektif sebesar 49,6% terhadap kecenderungan *cinderella complex* mahasiswa. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan saat ini, baik dalam hal objek penelitian dan lokasi penelitian. Penelitian ini fokus pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang dan Mahasiswa di Asrama Putri Universitas Negeri Surabaya. Penelitian saat ini berfokus pada mahasiswi yang berada di Universitas Malikussaleh dengan jumlah sampel yang berbeda.

Penelitian yang dilakukan oleh Rachmah (2015) dengan judul “regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak” penelitian ini

menunjukkan bahwa siswa dengan peran ganda, seperti menjadi wanita pekerja dan ibu rumah tangga, mampu mengatur diri belajarnya secara efektif dan mencapai prestasi akademik yang tinggi. Penelitian tersebut mengidentifikasi berbagai bentuk pengaturan diri dalam pembelajaran antara lain, yaitu regulasi kognitif, regulasi motivasi, regulasi emosi, regulasi perilaku, dan regulasi kontekstual. Meski menghadapi kendala dan kesulitan, subjek penelitian ini menunjukkan motivasi dan tekad yang kuat untuk berhasil dalam pendidikannya, yang berperan penting dalam kemampuannya mengatasi tantangan dan mencapai prestasi akademik yang tinggi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur, sehingga memberikan fleksibilitas dalam mengajukan pertanyaan berdasarkan tanggapan subjek. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan saat ini dengan berfokus pada mahasiswi saja dan dengan menggunakan metode yang berbeda yaitu menggunakan metode pengumpulan data kuantitatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Elfariani & Anastasya (2022) dengan penelitian “regulasi diri dan kecemasan sosial pada remaja” ditemukan hasil dalam penelitian ini bahwa terdapat korelasi negatif antara regulasi diri dengan kecemasan sosial pada remaja. Studi menunjukkan bahwa ketika regulasi diri meningkat, kecemasan sosial menurun, dan sebaliknya. Lebih lanjut, penelitian ini juga menemukan bahwa faktor intrinsik seperti kemauan dan kompetensi pribadi, serta faktor ekstrinsik seperti dukungan orang tua, keluarga, guru, dan teman mempengaruhi motivasi berprestasi pada remaja. Secara keseluruhan, penelitian ini

berkontribusi pada pemahaman tentang hubungan antara pengaturan diri dan kecemasan sosial pada remaja dan menyoroti pentingnya mempertimbangkan faktor intrinsik dan ekstrinsik dalam memahami motivasi berprestasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi siswa SMA Negeri 1 Lhokseumawe. Penelitian ini menggunakan teknik *probabilitas sampling* atau *random sampling* dengan metode *simple random sampling* untuk pemilihan sampel. Berbeda dengan penelitian saat ini dilakukan dengan menggunakan mahasiswi sebagai sampel dalam penelitiannya.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya maka dapat dirumuskan pertanyaan permasalahan dalam penelitian ini yaitu: Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan *cinderella complex* pada mahasiswi Universitas Malikussaleh?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk dapat memahami hubungan antara regulasi diri dan pola perilaku *cinderella complex* pada populasi mahasiswi.

1.5 Manfaat Penelitian

15.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang didapat dari penelitian ini dapat dijadikan pemahaman tentang psikologi individu, terutama dalam konteks hubungan antara regulasi diri dan pola pikir *cinderella complex* pada mahasiswi, dapat dijadikan referensi atau sumber untuk melakukan penelitian selanjutnya serta mendapatkan informasi baru

tentang regulasi diri dan *cinderella complex* yang terjadi pada mahasiswi.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian dengan judul "Hubungan Regulasi Diri dengan *Cinderella Complex* pada Mahasiswi Universitas Malikussaleh" juga memiliki manfaat praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, yaitu:

A. Universitas

Bagi Universitas, penelitian ini diharapkan dapat menambahkan edukasi bagi setiap individu dalam pengembangan kesejahteraan mahasiswa dan memberikan bukti bahwa mereka peduli dengan isu-isu yang relevan dengan kehidupan mahasiswa.

B. Mahasiswi

Bagi mahasiswi, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan mahasiswi, dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara regulasi diri dan *cinderella complex*, serta pemahaman yang tepat dapat membantu mahasiswi mengatasi pola pikir yang tidak sehat dan mengembangkan keterampilan regulasi diri yang lebih baik

