

PENGALAMAN MENJADI ANAK PEREMPUAN SULUNG DALAM KELUARGA OTORITER

Sophia Budi¹, Wilda Fasim Hasibuan²

*email korespodensi : 102222022@univbatam.ac.id

^{1,2}Program Studi Psikologi, Universitas Batam

Abstrak : Keluarga memiliki peran penting dalam perkembangan anak, terutama melalui pola asuh yang diterapkan orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman anak perempuan sulung yang dibesarkan dalam keluarga otoriter serta dampaknya terhadap kondisi psikologis dan pembentukan identitas diri. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi naratif. Subjek penelitian merupakan anak perempuan berusia 22 tahun, anak sulung dari 2 bersaudara, yang tumbuh dalam pola asuh otoriter. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi non-partisipatif, dan triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoriter menyebabkan subjek mengalami tekanan emosional, kesulitan mengambil keputusan, dan keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan. Sebagai anak sulung, subjek juga merasa terbebani oleh tuntutan untuk menjadi panutan dan sempurna. Kondisi ini membentuk gaya kelekatan avoidant-anxious serta mekanisme pertahanan diri berupa penekanan emosi. Penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh otoriter pada anak sulung perempuan berdampak pada pembentukan identitas dan kesejahteraan psikologis individu.

Kata kunci : pola asuh otoriter, anak perempuan sulung, studi naratif, tekanan emosional

Abstract : *The family plays a crucial role in a child's development, particularly through the parenting style applied by parents. The purpose of this research is to understand the experience of the eldest daughter raised in an authoritarian family and its impact on her psychological condition and identity formation. This research used a qualitative approach with a narrative study design. The subject was a 22 year old woman, the eldest of two siblings, who grew up under authoritarian parenting. Data were collected through in-depth interviews, non-participatory observation, and source triangulation. The findings indicate that authoritarian parenting caused the subject to experience emotional pressure, difficulty in decision-making, and limited emotional expression. As the eldest child, she also felt burdened by high expectations to be a role model and appear perfect. These experiences led to the development of an avoidant-anxious attachment style and defense mechanisms such as emotional suppression. This study concludes that authoritarian parenting toward the eldest daughter significantly affects identity formation and overall psychological well-being.*

Keywords : *authoritarian parenting, eldest daughter, narrative study, emotional pressure*

PENDAHULUAN

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) menyatakan bahwa keluarga merupakan unit terkecil masyarakat yang memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak. Keluarga menjadi lingkungan pertama bagi anak, di mana pola asuh orang tua berperan besar dalam perkembangan psikologis, emosional, mental, dan perilaku anak (Viranda dkk., 2023). Permasalahan yang muncul pada anak sering kali disebabkan oleh pola asuh yang kurang tepat.

Salah satu pola asuh yang berdampak signifikan adalah pola asuh otoriter, yang cenderung kaku, memaksa, dan kurang memberi ruang bagi anak. Meskipun sebagian orang tua menganggapnya sebagai bentuk kedisiplinan, pola ini dapat menyebabkan anak merasa tertekan, tidak percaya diri, hingga berperilaku agresif (Rahayu, 2008; Lailul Ilham, 2022). Beberapa orang tua bahkan menerapkan pola asuh ini tanpa sadar, karena meniru cara orang tua mereka dulu, tanpa

mempertimbangkan konteks zaman (M. Deni Siregar dkk., 2021).

Dalam penelitian ini, fokus diberikan pada anak perempuan pertama yang tumbuh dalam keluarga otoriter. Anak perempuan sulung kerap diposisikan sebagai figur yang bertanggung jawab, patuh, dan mengutamakan keluarga, bahkan mengorbankan kebutuhan pribadinya. Harapan ini menimbulkan tekanan psikologis, kecemasan, hingga gangguan dalam perkembangan identitas dan ekspresi emosional (Chua & Engel, 2019; Zhang, 2024; Nabila dkk., 2025).

Subjek penelitian adalah seorang anak perempuan sulung yang dibesarkan dalam pola asuh otoriter. Ia dituntut untuk selalu patuh, menjadi panutan bagi adiknya, dan sempurna dalam berbagai hal. Akibatnya, ia mengalami tekanan yang berdampak pada kesulitan mengambil keputusan, kurang percaya diri, dan hambatan dalam mengekspresikan emosi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian

studi naratif. Ini bertujuan untuk menggali dan memahami pengalaman subjektif secara mendalam dari individu yang menjadi subjek penelitian. Penelitian ini berfokus pada cerita atau pengalaman hidup individu, terutama anak perempuan sulung yang dibesarkan dalam keluarga otoriter.

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang anak perempuan sulung yang dibesarkan dalam keluarga dengan pola asuh otoriter. Subjek dipilih berdasarkan karakteristik yang sesuai dengan fokus penelitian, yaitu anak perempuan yang menempati posisi pertama dalam keluarga dan mengalami pola pengasuhan yang ditandai kontrol ketat, tuntutan tinggi, serta keterbatasan dalam mengekspresikan pendapat atau emosi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan metode wawancara mendalam atau in-depth interview. Wawancara digunakan sebagai teknik utama dalam penelitian ini karena bersifat kualitatif dan bertujuan untuk menggali secara

mendalam pengalaman subjektif dari subjek mengenai pengalaman yang ia alami sebagai anak perempuan sulung dalam keluarga otoriter. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur, yaitu dengan menggunakan pedoman wawancara yang fleksibel.

Wawancara dilakukan secara langsung dan direkam menggunakan Handphone (dengan persetujuan subjek), agar peneliti dapat melakukan transkripsi secara utuh untuk keperluan analisis. Selain wawancara, pengumpulan data juga dilengkapi dengan observasi non-partisipatif serta melakukan triangulasi sumber untuk memperkuat validitas data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

a) Profil Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah seorang perempuan berusia 22 tahun, anak perempuan sulung dari 2 bersaudara. Ia dibesarkan dalam keluarga dengan pola pengasuhan otoriter yang ditandai dengan kendali kuat dari ayahnya, kontrol yang

ketat, serta keterbatasan dalam mengekspresikan pendapat dan emosi. Ibu subjek cenderung pasif dan mengikuti keputusan ayahnya. Sejak kecil, subjek dibebani tanggung jawab untuk kebutuhan keluarga, membantu pekerjaan rumah, dan menjadi contoh baik untuk adiknya.

b) Reduksi, Klasifikasi Data, dan Temuan

Tematik

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan subjek serta dari triangulasi sumber, yaitu wawancara dengan orang-orang terdekat subjek, data dianalisis melalui proses reduksi serta mengelompokkan data ke dalam beberapa kategori atau klasifikasi sesuai dengan tema yang muncul dari narasi subjek. Berikut uraiannya :

1. Pola Asuh Otoriter

Subjek menceritakan bahwa orang tuanya sudah menerapkan pola pengasuhan sejak ia masih di bangku Sekolah Dasar **(R5.W1.S.18/04/25.20-27 ; R1.TR2.14/06/25.7-14)**. Seperti

tidak boleh memegang HP selama sekolah, jika boleh mungkin hanya seminggu 2 kali. Selain itu, subjek juga tidak dibebaskan bermain dengan teman-temannya semasa sekolah bahkan hingga subjek sudah kuliah. Bahkan, orang tua subjek turut mengatur soal pasangan yang sebaiknya dengan subjek **(R7.W1.S.18/04/25.32-25)**.

Subjek juga dituntut untuk menjadi sempurna dalam hal apapun, seperti dalam hal akademik serta yang utama soal kebutuhan keluarga. Bahkan, jika ia melakukan kesalahan ia akan mendapatkan hukuman seperti dimarahi **(R6.W1.S.18/04/25.28-31 ; R1.W2.S.18/04/25.1-3)**.

2. Peran Sebagai Anak Sulung

Subjek menggambarkan dirinya sebagai anak yang harus bertanggung jawab atas segala hal dalam keluarga, seperti membantu pekerjaan rumah, hingga menjadi contoh yang baik untuk adiknya. Subjek menyatakan bahwa sebagai anak

pertama, tuntutan untuk bisa menguasai banyak hal datang dari orang tua **(R2.W1.S.18/04/25.7-11 ; R2.TR1.14/06/25.8-15).**

Subjek juga merasakan adanya perbandingan dan kesenjangan terhadap pola pengasuhan orang tuanya dengan adik subjek **(R2.W2.S.18/04/25.4-7).** Seperti semua tanggung jawab pekerjaan rumah yang harusnya bisa dibagi berdua namun adiknya merasa bahwa ada kakaknya yang bisa diandalkan sehingga subjek yang harus mengerjakan hampir seluruh pekerjaan rumah. Jadi, karena hal tersebut subjek selalu merasa terbebani **(R3.W1.S.18/04/25.12-15).**

Sejak mengetahui bentuk pola pengasuhan dari orang tuanya, subjek mulai menghargai dan menerima peran serta tanggung jawab yang ia jalankan sebagai anak sulung dalam keluarganya **(R1.W3.S.18/04/25.3-5).**

Menurut teman-teman subjek, subjek merupakan anak perempuan

sulung yang hangat dan mudah berbaur. Namun, cukup tertutup soal perasaannya sendiri. Tetapi, subjek adalah anak sulung yang sangat bisa diandalkan oleh keluarganya **(R3.TR1.14/06/25.16-20 ; R1.TR1.14/06/25.3-7).**

3. Dampak pada Diri dan Identitas

Pola asuh yang ia dapatkan dari orang tuanya membuat subjek merasa lelah secara emosional **(R5.W2.S.18/04/25.17-19 ; R4.W3.S.18/04/25.14-18 ; R6.W3.S.18/04/25.25-30).** Subjek juga jadi merasa kesulitan dalam mengambil keputusan, sehingga setiap akan membuat keputusan, ia selalu meminta pendapat dari orang lain dan sering goyah akan keputusannya sendiri **(R4.W2.S.18/04/25.13-16).**

Subjek juga cenderung merasa takut dihakimi ketika harus bercerita kepada orang tuanya yang akhirnya menimbulkan keraguan akan

kepercayaan terhadap orang tuanya
(R5.W3.S.18/04/25.19-24).

Selain itu, tidak adanya kebebasan yang subjek terima akibat tuntutan dalam keluarganya. Misalkan, ketika subjek sedang kumpul dengan teman-temannya, tiba-tiba orang tua subjek menyuruh subjek pulang untuk membantu mereka
(R4.TR1.14/05/25.21-29).

Dampak lainnya, subjek jadi memiliki gaya kelekatan yang cenderung avoidant dan anxious karena subjek mengaku bahwa ia mempunyai kelekatan yang kurang dengan orang tuanya. Kemudian, dengan subjek yang cenderung tertutup soal perasaannya
(R1.W1.S.18/04/25.3-6).

4. *Defense Mechanism* dalam Menghadapi Tekanan

Dalam menghadapi perasaan tertekan akibat pola pengasuhan dari orang tuanya, subjek cenderung memikirkan sisi positifnya saja, karena subjek merasa bahwa selama masih

bersama keluarganya ia harus tetap bisa bertahan menjalani tanggung jawabnya
(R4.W1.S.18/04/25.16-19).

Subjek juga mengaku bahwa semenjak masuk Psikologi juga subjek lebih bisa dalam meregulasi emosinya
(R3.W2.S.18/04/25.8-12).

Adapun bentuk pertahanan diri yang subjek adalah dengan kecenderungan menutup diri mengenai perasaannya. Teman-teman subjek mengaku bahwa subjek adalah anak yang paling jarang bercerita maupun curhat dibandingkan teman-temannya. Subjek cenderung memendam perasaan ataupun konflik yang sedang ia hadapi dan kurang terbuka akan hal tersebut
(R6.TR1.14/06/25.37-42 ; R4.TR2.14/06/25.28-33).

Subjek mengaku bahwa ia juga kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Bahkan, ingin meminta tolong ke orang lain saja ia merasa "segar" karena subjek mengaku kalau

orang tuanya tidak pernah mengajarkan ia untuk minta-minta ke orang lain (R7.W2.S.18/04/25.23-26).

B. Pembahasan

Hasil temuan penelitian berdasarkan pengalaman subjek utama, yaitu anak perempuan sulung dalam keluarga otoriter. Temuan-temuan tersebut kemudian dianalisis dan diinterpretasikan menggunakan teori-teori psikologi.

Dari hasil wawancara, subjek mengungkapkan bahwa pola asuh yang diterapkan kepada subjek sejak ia masih berada di bangku Sekolah Dasar. Sejak itu, subjek sudah mengalami berbagai aturan yang ketat serta membatasi kebebasannya, seperti kendali dalam bermain *Handphone* dan keterbatasan subjek dalam bersosialisasi secara bebas dengan teman-temannya. Bahkan, setelah kuliah pun pembatasan tersebut masih diberlakukan. Orang tua subjek juga cenderung mengontrol hal-hal personal seperti pilihan pasangan, yang menurut subjek merupakan

bagian dari ranah pribadinya. Selain itu, subjek juga mengaku bahwa ia mendapat tuntutan tinggi untuk menjadi anak yang sempurna, terutama dalam bidang akademik dan tanggung jawab terhadap keluarga, serta harus menjadi contoh yang baik untuk adiknya. Karena, subjek merupakan anak yang paling diandalkan dalam keluarganya. Ketika ia gagal memenuhi ekspektasi tersebut ataupun membuat kesalahan, orang tua subjek akan memarahinya atau menghukumnya secara verbal, dan ini semakin membuat subjek merasa tertekan. Karena hal ini juga, subjek akhirnya memiliki gaya kelekatan yang cenderung menghindar dan menjadi pribadi yang cukup tertutup.

Pola pengasuhan seperti ini mencerminkan gaya otoriter, seperti yang dikemukakan oleh Baumrind (1966), yang mengungkapkan bahwa pola asuh otoriter merupakan suatu pengasuhan yang bersifat menghukum, mendikte, dan membatasi individu untuk mengikuti keinginan orang

tua, menghormati pekerjaan dan usaha orang tua. Pola asuh ini yakni memberikan batasan yang sangat ketat dan menghukum apabila perintah atau keinginan dari orang tua tidak terpenuhi.

Baumrind (1991) membagi pola asuh otoriter menjadi 3 aspek, yaitu batasan perilaku yang di mana orang tua sangat kaku dan memaksa anak untuk mengikuti kemauan. Aspek kedua yakni perilaku mendukung, di mana orang tua cenderung mengontrol anak daripada mendukungnya. Dalam hal ini, orang tua lebih cenderung melarang anaknya dan memberi hukuman serta berperilaku negatif. Aspek yang ketiga adalah aspek kualitas hubungan emosional orang tua dan anak. Gaya kelekatan pada pola asuh ini merupakan gaya kelekatan yang semu, artinya muncul dari rasa takut anak karena tidak menyenangkan orang tua daripada keinginan untuk bertumbuh dan berkembang.

Pola pengasuhan ini membuat subjek menunjukkan gaya kelekatan *avoidant-*

anxious, di mana ia merasa tidak nyaman untuk terbuka terhadap orang tua dan lebih sering menyembunyikan perasaan. (Salenussa & Soetjiningsih, 2022).

Sebagai anak perempuan sulung, bentuk pola asuh ini sangat mempengaruhi subjek. Subjek yang cenderung menghadapi lebih banyak masalah daripada saudara kandungnya. Oleh sebab itu, masalah-masalah atau tuntutan dari orang tua subjek membuat ia merasa terbebani. Seperti yang disebutkan Martin yang dikutip pada Silaen (2016), anak sulung cenderung dijadikan ambisi dan harapan yang berlebihan dari orang tua yang kemudian justru menjadi korban dari berbagai tuntutan yang diberikan. Karena itu, anak sulung harus mampu menghadapi berbagai tekanan dan masalah yang ada dalam hidupnya serta dapat mengatasi segala rintangan karena mereka memikul beban tanggung jawab yang jauh lebih besar dan berat. Dikarenakan orang tua biasanya memiliki harapan yang lebih besar kepada anak

sulung mereka daripada anak kedua atau ketiga. (Prahayuningtyas & Basaria, 2023).

Dalam penelitian ini, subjek yang merupakan anak perempuan sulung mendapat tuntutan yang tinggi akan kesempurnaan serta hukuman jika tidak bisa memenuhi ekspektasi orang tuanya. Hal ini membuat subjek merasa terbebani dan tertekan. Tekanan ini juga memengaruhi subjek dalam pengambilan keputusan yang mana subjek selalu bergantung pada pendapat orang lain, serta mengalami ketidakpastian akan keputusan yang ia pegang. Subjek mengaku mudah merasa bersalah, takut mengecewakan orang tua, dan kesulitan mengekspresikan emosi maupun kebutuhan pribadi. Hal-hal ini merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri subjek dari tekanan-tekanan yang dirasakannya. Subjek cenderung memendam perasaan dan meyakinkan dirinya bahwa semua tekanan itu adalah bagian dari tanggung jawabnya sebagai anak sulung, serta menjadi pribadi yang

tertutup dan pasif dalam menghadapi konflik. Mekanisme pertahanan diri dapat terjadi dikarenakan *ego* berperan dalam mempertahankan keseimbangan dalam jiwa individu. Peran *ego* sebagai sistem kesadaran yang mampu mengatur dan menengahi dorongan *id* dan tuntutan dari *super ego*. (Anwar Abidin & Muh Akbar Kurniawan, 2025).

Menurut Erik Erikson (1950), individu yang gagal pada tahap perkembangan pembentukan identitas (*identity vs role confusion*) akan cenderung mengalami kebingungan dengan identitasnya, rendah diri, dan kesulitan membangun relasi yang sehat. Hal ini dikarenakan pola asuh otoriter yang telah menghambat proses eksplorasi identitas subjek. Sedangkan, ini adalah tahap yang penting karena melalui tahap inilah individu harus mencapai tingkat identitas ego, yang menyiratkan pemahaman siapa dirinya dan bagaimana ia menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Akibatnya, subjek lebih mengutamakan harapan orang tuanya dibanding mengeksplorasi nilai atau minat pribadinya. Ini juga berpotensi mengalami kesulitan dalam tahap perkembangan selanjutnya yaitu tahap *intimacy* vs *isolation*, di mana individu mulai membangun hubungan yang dalam dan bermakna dengan orang lain. Hal ini juga akan memudahkan individu dalam berinteraksi yang baik dan membentuk ikatan dekat dengan keluarganya. Namun, jika individu belum mampu menyelesaikan konflik identitas sebelumnya, biasanya akan kesulitan untuk membuka diri dalam relasi karena adanya perasaan tidak aman dan ketidakpastian diri. (Rizki, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap subjek yang merupakan seorang anak perempuan sulung dalam keluarga dengan pola asuh otoriter, dapat disimpulkan bahwa pola pengasuhan yang

ketat, penuh kontrol, dan minim dukungan emosional dari orang tua telah memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan psikologis subjek. Pola pengasuhan ini menyebabkan subjek mengalami tekanan dalam banyak aspek, mulai dari tanggung jawab berlebih sebagai anak sulung, hingga hambatan dalam pengambilan keputusan serta pengekspresian emosi.

Subjek juga merasa terbebani dengan ekspektasi tinggi dari orang tua, yang menghasruskannya menjadi contoh yang baik bagi adiknya. Subjek juga mengalami kesulitan dalam membangun kelekatan emosional yang sehat, baik dengan orang tua maupun dengan lingkungan sosialnya, serta menunjukkan kecenderungan menghindari konflik dan menekan perasaan sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri.

Secara keseluruhan, pengalaman subjektif subjek menunjukkan bahwa menjadi anak perempuan sulung dalam keluarga otoriter bukan hanya tentang memikul

tanggung jawab yang lebih besar, tetapi juga berkaitan erat dengan tekanan emosional, konflik identitas, dan keterbatasan dalam pengembangan diri secara utuh.

B. Saran

Adapun saran untuk penelitian ini adalah;

1) Bagi Orang Tua

Penting bagi orang tua untuk memberikan ruang eksplorasi yang sehat, memperhatikan kebutuhan emosional anak, serta membangun komunikasi terbuka dan suportif agar anak merasa dihargai, didengarkan, dan tidak hanya menjadi pelaksana ekspektasi keluarga.

2) Bagi Anak Perempuan Sulung

Diharapkan bagi anak perempuan sulung dapat menyadari bahwa tekanan yang mereka alami bukanlah kegagalan pribadi, melainkan dampak dari pola pengasuhan yang tidak seimbang.

Penting untuk mulai merefleksikan peran diri, mengenali batasan tanggung jawab, dan belajar mengekspresikan

kebutuhan emosional secara sehat, misalnya melalui konseling psikologi atau dukungan sosial.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi pengalaman anak perempuan sulung dalam keluarga otoriter dengan pendekatan lain atau memperluas partisipan agar dapat memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh dan membandingkan dinamika psikologis antar subjek dengan latar belakang yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Dampak Pola Asuh Otoriter Terhadap Perkembangan Anak.* (2022, Desember). Lailul Ilham. <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/IEK/index>
- Model Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak | Jurnal Golden Age.* (t.t.). Diambil 10 Mei 2025, dari <https://e->

- journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/view/3385
- Nabila, P., Susanti, I., & Rahmat, A. F. (2025). Anak Perempuan Pertama Dalam Fotografi Ekspresi. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Terpadu*, 9(4), Article 4. <https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jpmt/article/view/10162>
- Defense Mechanism Tokoh Utama Film Nilep: Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud | DEIKTIS: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*. (t.t.). Diambil 2 Juli 2025, dari <https://dmi-journals.org/deiktis/article/view/1549>
- Prahayuningtyas, F., & Basaria, D. (2023). Analisis Korelasi *Self Compassion* Dengan *Psychological Wellbeing* Pada Anak Sulung Perempuan Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.219>
- Rizki, N. jimatul. (2022). Teori Perkembangan Sosial dan Kepribadian dari Erikson (Konsep, Tahap Perkembangan, Kritik & Revisi, dan Penerapan). *Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.70287/epistemic.v1i2.13>
- Salenussa, M. N., & Soetjningsih, C. H. (2022). Pola Asuh Otoriter (*Authoritarian Parenting*) Dan Perilaku Agresif Pada Siswa Di Salah Satu Sma Di Maluku Tengah. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), Article 3. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4071>