

ABSTRAK

Masa remaja merupakan usia menuju kedewasaan yang ditandai dengan perubahan pola pikir, fisik, emosional, dan sosial. Salah satu tugas perkembangan di masa remaja adalah mengembangkan kemandirian. Namun, terdapat hambatan dalam mencapai tugas perkembangan tersebut, khususnya pada remaja perempuan. Beberapa remaja perempuan justru mengalami ketakutan akan kemandirian dan belum bisa melepaskan ketergantungan dari figur orang dewasa di sekitarnya. Masalah ketergantungan dan ketakutan akan kemandirian pada perempuan merupakan bagian dari *Cinderella Complex*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex* pada remaja putri penggemar drama Korea. Kecenderungan *Cinderella Complex* merupakan kecenderungan untuk berperilaku yang melibatkan ketakutan akan kemandirian, kesuksesan, dan tantangan, serta sikap bergantung pada orang lain. Sedangkan, konsep diri merupakan persepsi individu terhadap diri sendiri, meliputi bagaimana individu berpikir, melihat, dan mengevaluasi aspek-aspek yang terdapat dalam dirinya. Subjek dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Semarang yang berjumlah 124 orang. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik *quota sampling*. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dan kecenderungan *Cinderella Complex* ($r_{xy} = -0,633$; $p = 0,000$). Artinya, semakin positif konsep diri seseorang maka akan semakin rendah kecenderungan *Cinderella Complex* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri seseorang maka akan semakin tinggi kecenderungan *Cinderella Complex* yang dimiliki.

Kata kunci : *Cinderella Complex*, konsep diri, remaja, drama Korea

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kisah dongeng Cinderella merupakan salah satu kisah dongeng klasik yang populer, baik di kalangan anak-anak maupun orang dewasa (Arnaiz, 2021). Novi (2018) menyatakan bahwa cerita Cinderella ditulis oleh Tuan Ch'eng-shih pada pertengahan abad ke-9 (850-860 M) tetapi kemudian ditulis ulang ke dalam bahasa Jerman dan Perancis. Pada intinya dongeng ini menceritakan tentang seorang gadis malang bernama Cinderella yang hidup menderita dibawah kekejaman ibu dan saudara tirinya. Suatu hari, datanglah undangan pesta denga dari istana ke rumah Cinderella. Meskipun sempat dihalangi oleh ibu dan saudara tirinya, Cinderella tetap berkesempatan untuk menghadiri pesta dansa tersebut dengan bantuan dari ibu peri. Pada pesta dansa tersebut Cinderella bertemu dengan sang pangeran. Berkat pertemuan itu hidup Cinderella yang semula menderita berubah menjadi bahagia (Septalisa, 2021).

Selain dikenal karena ceritanya yang berakhir bahagia, kisah dongeng Cinderella ternyata juga dijadikan latar belakang penamaan sebuah kondisi psikologis yang umumnya dialami oleh kaum perempuan, yaitu *Cinderella Complex* atau *Cinderella Syndrome* (Saha & Safri, 2016). Nisa (2022) menjelaskan bahwa istilah '*Cinderella Complex*' diperkenalkan oleh Collete Dowling, seorang terapis sekaligus penulis buku asal New York melalui sebuah buku berjudul "The *Cinderella Complex: Women's Hidden Fear of Independence*". Buku tersebut ditulis berdasarkan pengalaman pribadi Dowling sendiri dan kisah-kisah perempuan lainnya yang mengalami masalah ketergantungan pada laki-laki

(Dowling, 1989). *Cinderella Complex* memang belum diakui sebagai gangguan psikologis, namun jika pola perilaku yang muncul sudah sampai mengganggu kualitas hidup individu atau lingkungannya maka hal tersebut dapat mengarah pada gejala gangguan kepribadian dependen (Septalisa, 2021). Menurut Dowling (1989) *Cinderella Complex* merupakan ketergantungan psikologis, yaitu keinginan mendalam pada diri perempuan untuk dirawat dan dilindungi oleh orang lain, terutama laki-laki. Fadli (2021) menyebutkan bahwa sindrom ini mempunyai keterkaitan dengan pola asuh yang diterima anak perempuan dimana mereka biasanya tidak diajarkan untuk menghadapi ketakutan dan masalahnya sendiri.

Menurut Dowling (1989) sejak lahir perempuan secara alamiah dikondisikan untuk bergantung pada orang lain, khususnya pria untuk keamanan emosional dan fisik mereka. Lebih lanjut, dikatakan pula bahwa perempuan yang terlihat mandiri sekalipun bisa saja mengalami gejala *Cinderella Complex*. Hal ini didukung dengan pendapat Zahrawaany & Fasikhah (2019) yang menyampaikan bahwa masalah ketergantungan bukan hanya dialami oleh sebagian kaum perempuan melainkan semua kaum perempuan dengan derajat yang berbeda-beda di setiap rentang usia. Meskipun demikian, sebagian besar perempuan tidak menyadari adanya kecenderungan ini di dalam dirinya (Dowling, 1989). *Cinderella Complex* dapat dikenali berdasarkan beberapa gejala berikut : 1) mematuhi pilihan dan keputusan pasangannya, 2) merasa cemas hidup sendiri, 3) kesulitan atau tidak mampu membuat keputusan besar dalam hidupnya, 4) mengalami kesulitan menghidupi diri sendiri atau mengemban tanggung jawab dalam pekerjaan, 5) lebih memilih menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga, 6) lebih memilih pasangan yang

dianggap kuat, 7) jarang atau tidak pernah keluar dari zona nyaman, 8) mengekspresikan keinginan yang kuat untuk diperhatikan (Hanes, 2020).

Menurut Nisa (2022) pengidap *Cinderella Complex* mudah merasa takut dan tertekan sehingga mereka tidak mampu menunjukkan kemampuan dan kreativitas yang ada pada dirinya. Selain itu, pengidap sindrom ini juga meyakini bahwa dirinya tidak mampu melakukan sesuatu sendiri dan orang lain lah yang dapat menyelamatkannya dari kesulitan. Rahma (2020) menambahkan, perempuan dengan sindrom ini menginginkan pasangan yang bagaikan penyelamat, yang dapat menjaga, melindungi, dan memenuhi segala kebutuhan hidupnya. *Cinderella Complex* banyak ditemui di kehidupan sehari-hari. Contohnya, seorang istri yang memilih untuk tetap bertahan dengan suami yang sering main tangan karena merasa tidak yakin dapat menghidupi dirinya sendiri apabila bercerai dan seorang istri yang tiba-tiba dicerai sampai mengalami depresi karena harus mengandalkan diri sendiri untuk bertahan hidup (Rahma, 2020).

Cinderella Complex dapat menyebabkan berbagai dampak negatif yang menghambat perkembangan pribadi pada perempuan. Menurut Aulia (2019) *Cinderella Complex* memicu harga diri dan rasa percaya diri yang rendah serta menimbulkan kecemasan. Chastine & Darmasetiawan (2019) menambahkan bahwa *Cinderella Complex* pada perempuan juga berisiko menjadikan perempuan menjadi tergantung, terjebak dalam hubungan yang abusif, dan menyerah untuk mengejar karier yang lebih tinggi. Secara lebih spesifik, perempuan dengan kecenderungan *Cinderella Complex* yang tinggi cenderung ragu-ragu untuk mengambil keputusan

hidup dan memperlihatkan keengganan untuk bergerak menuju pertumbuhan pribadi (Joseph, Jayesh, & Thomas, 2021; Sneha & Rahmath, 2018).

Seiring dengan bertambahnya usia, individu biasanya belajar untuk melepaskan ketergantungan dari figur orang tua maupun orang dewasa lainnya (Iswantiningrum, 2013). Terlebih lagi, ketika memasuki masa remaja individu belajar untuk mengembangkan kemandirian agar siap menghadapi masa dewasa. Kemandirian yang dimaksud disini berkaitan dengan kemampuan mengambil keputusan secara tegas dan bijak atas dirinya (Septalisa, 2021). Dengan terbukanya kesempatan untuk mengenyam pendidikan dan berkarier bagi perempuan semestinya dapat membuat perempuan menjadi pribadi yang lebih mandiri tetapi pada kenyatannya tidak semua perempuan siap akan tuntutan tersebut. Dowling (1989) menemukan bahwa beberapa perempuan justru mengalami ketakutan akan kemandirian. Ketakutan tersebut menjadikan anak perempuan tetap bergantung pada orang tua maupun orang dewasa lain di sekitarnya hingga memasuki usia remaja (Saputri, 2013). Hal ini mengindikasikan adanya kecenderungan *Cinderella Complex*.

Fenomena *Cinderella Complex* masih menghantui kehidupan kaum perempuan hingga di zaman modern seperti sekarang ini meskipun gerakan yang menyuarakan kesetaraan hak antara laki-laki dan perempuan terus ditekankan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhafizah dkk. (2021) terhadap dua perempuan suku Banjar di Banjarmasin diketahui bahwa kedua subjek menunjukkan beberapa gejala *cinderella complex*. Gejala-gejala yang dimaksud, yaitu tidak percaya diri, merasa inferior, takut menghadapi tantangan dan kompetisi, sulit melakukan segala

sesuatu sendiri, kenakan-kanakan, senang menjadi pusat perhatian, pasif, sering mengalami psikosomatis, sangat takut akan kegagalan, enggan mengambil risiko, serta bergantung pada orang lain. Adapun aspek yang menonjol pada diri subjek, yaitu mengharapkan pengarahannya dari orang lain, kontrol diri eksternal, harga diri yang rendah, serta menghindari tantangan dan kompetisi.

Ada berbagai hal yang menyebabkan perempuan mengalami *Cinderella Complex*. Zain (2016) menyampaikan bahwa anak perempuan yang selalu dimanja oleh orang tua, selalu dituruti keinginannya, dan tidak pernah diberi kesempatan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri mempunyai kecenderungan untuk mengidap *Cinderella Complex*. Di sisi lain, anak perempuan yang tidak mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tua, terutama ayah juga berpotensi mengalami sindrom ini. Kebutuhan kasih sayang yang tidak terpenuhi menjadikan anak perempuan mendambakan kasih sayang dan perhatian dari sosok laki-laki (Septalisa, 2021). Pola asuh tradisional dimana anak diharuskan selalu menuruti keinginan dan perintah orang tua juga berpotensi memunculkan kecenderungan *Cinderella Complex* karena menjadikan anak tumbuh dalam rasa takut, mempunyai rasa percaya diri yang rendah, serta ragu akan kemampuan yang dimiliki (Nisak, 2022; Sukmasari, 2016).

Rokhmansyah (2016) menyatakan bahwa stereotip gender turut mempengaruhi bagaimana perempuan berperilaku. Perempuan seringkali diasosiasikan dengan sifat feminin seperti emosional, lemah lembut, tidak mandiri, dan pasif. Dengan sifat feminin yang dimilikinya, peran perempuan terbatas di sektor domestik saja, seperti mengurus rumah dan merawat anak. Perbedaan peran inilah yang

mengakibatkan peran perempuan dalam masyarakat dianggap kurang signifikan dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan masih dianggap sebagai makhluk yang lemah dan memerlukan perlindungan dari pasangannya. Dengan begitu, maka muncullah permasalahan utama pada diri perempuan, yaitu pasrah terhadap segala bentuk diskriminasi peran yang diterima dan merasa puas ketika dimanja. Hal inilah yang perlahan memudarkan hasrat berprestasi dan membuat perempuan bersikap pasif.

Faktor eksternal lainnya yang mempengaruhi *Cinderella Complex* pada perempuan adalah budaya yang ada di lingkungan tempat tinggal (Nisa, 2022). Menurut Septalisa (2021) budaya memandang perempuan sebagai sosok yang lemah lembut, penyayang, penyabar, dan santun. Perempuan yang mengembangkan pemahaman yang sempit mengenai feminitas semacam itu dapat mengalami kecemasan dan ketakutan akan kesuksesan serta kemandirian (Septalisa, 2021). Perempuan merasa takut kehilangan feminitasnya jika menunjukkan ambisi, ketegasan, keberanian, dan kemandirian karena hal tersebut berbanding terbalik dengan citra perempuan yang ada dalam budaya setempat. Selain pola asuh dan budaya, Ulina (2021) menyampaikan bahwa tontonan dan bacaan seperti dongeng dan sinetron yang menjual mimpi tanpa adanya arahan dari orang tua juga dapat menyebabkan ketakutan tersembunyi pada anak perempuan untuk hidup susah dan mandiri.

Salah satu jenis tontonan yang populer di kalangan perempuan adalah drama Korea. Daya tarik yang membuat drama Korea banyak digemari oleh kaum hawa, yaitu alur cerita yang bervariasi, visual dari aktor pemeran drama Korea yang

rupawan, serta sikap perhatian dan romantis yang ditunjukkan oleh pemeran pria dalam drama (Aulia, 2019; Islamiyati, 2017; Naufal, 2022). Melansir dari laman idntimes.com, Sari (2022) menyebutkan beberapa genre yang biasanya diusung dalam drama Korea, yaitu romansa, saeguk (sejarah), melodrama, komedi, misteri, *action*, horror, medis, hukum, *coming of age*, fantasi, dan *sports*. Dari berbagai genre tersebut, romansa (*romance*) merupakan genre yang sangat identik dengan K-drama dan meraih kepopuleran di ranah global (Islamiyati, 2017; Sari, 2022). Mengutip dari laman CNN Indonesia, deretan drama Korea *romance* terpopuler sepanjang tahun 2022 versi Twitter, yaitu *Twenty Five Twenty One*, *A Business Proposal*, *Our Beloved Summer*, dan *Extraordinary Attorney Woo*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Islamiyati (2017) diketahui bahwa sosok laki-laki ideal, dengan wajah tampan, tinggi, mapan, serta mempunyai sifat setia dan perhatian merupakan alasan dibalik kegemaran perempuan menonton drama Korea. Sosok laki-laki ideal yang ditampilkan dalam drama Korea kerap kali menjadikan perempuan menginginkan kehadiran sosok laki-laki semacam itu di kehidupan nyata (Aulia, 2019; Islamiyati, 2017). Pengidolaan perempuan akan sosok pemeran pria dalam drama Korea dapat mengarah pada munculnya harapan yang tidak realistis dan tidak mungkin untuk dicapai (Aulia, 2019). Selain itu, tayangan drama Korea juga dapat berpengaruh pada perkembangan identitas remaja. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Tian & Logahan, 2019) menemukan bahwa kegemaran menonton drama Korea dapat membawa dampak negatif pada remaja seperti menimbulkan perilaku konsumtif, imitasi dalam gaya berpakaian, manajemen waktu yang buruk, dan standar penampilan yang sempurna.

Cinderella Complex juga mempunyai keterkaitan dengan kematangan pribadi (Iswantiningrum, 2013; Zahrawaany & Fasikhah, 2019; Zain, 2016). Semakin tinggi kematangan pribadi individu maka semakin rendah kecenderungan *Cinderella Complex* yang dimiliki. Perempuan yang mempunyai kematangan pribadi yang rendah cenderung mengandalkan orang lain bahkan tidak mampu dan tidak mempunyai motivasi untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya (Zahrawaany & Fasikhah, 2019). Sebaliknya, kematangan pribadi yang tinggi menjadikan perempuan mampu menentukan arah dan tujuan hidupnya, bertanggung jawab atas setiap pilihan yang diambil, serta mempunyai prinsip dan komitmen dalam mencapai cita-citanya (Iswantiningrum, 2013).

Di samping kematangan pribadi, faktor internal lain yang turut mempengaruhi kecenderungan *Cinderella Complex* adalah konsep diri (Nisa, 2022; Saputri, 2013; Zain, 2016). Menurut Acocella & Calhoun (1990) konsep diri merupakan gambaran individu mengenai dirinya sendiri, meliputi pengetahuan, pengharapan, dan penilaian terhadap dirinya. Hidayati dan Farid (2016) menyatakan bahwa individu dengan konsep diri yang positif mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan mereka dengan konsep diri yang negatif. Konsep diri merupakan hal yang penting dimiliki oleh setiap individu, terutama pada usia remaja dimana terjadi transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Remaja dihadapkan pada perubahan drastis dalam hidupnya, baik perubahan fisik, sosial maupun emosional (Hurlock, 2012) sehingga konsep diri yang positif diperlukan agar remaja dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada diri dan kehidupannya.

Pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh hal-hal yang berasal dari luar diri seperti pengalaman, orang lain, kelompok rujukan dan masyarakat (Zulkarnain, Asmara, & Sutatminingsih, 2020). Individu membentuk konsep diri berdasarkan penilaian yang diberikan orang lain terhadap dirinya. Dalam hal ini, stereotip budaya yang memandang perempuan sebagai makhluk yang lemah dan tidak bisa mandiri dapat menyebabkan seorang perempuan mempunyai konsep diri yang rendah sehingga muncul kecenderungan untuk mengalami *Cinderella Complex* (Nisa, 2022). Anggapan dan ekspektasi teman sebaya terhadap seorang individu berpengaruh pula terhadap pembentukan konsep diri remaja. Sebagaimana yang telah disampaikan oleh Hurlock (2012) individu yang memasuki usia remaja menganggap bahwa penyesuaian diri terhadap standar kelompok jauh lebih penting dibanding dengan individualitas. Pengalaman tidak menyenangkan seperti mendapat penolakan dari teman sebaya turut mempengaruhi pembentukan konsep diri remaja karena dapat memunculkan kecenderungan untuk membenci diri sendiri (Saraswatia, Zulpahiyana, & Arifah, 2015; Zulkarnain dkk, 2020).

Beberapa penelitian terdahulu telah menyebutkan keterkaitan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex*. Penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2013) terhadap siswa SMA Taman Harapan Malang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex*. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Imamatun (2019) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex* pada mahasiswi keperawatan. Kedua temuan tersebut bertolak belakang dengan hasil penelitian Syafrina (2019) yang

mengungkapkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex* pada remaja putri.

Berdasarkan hasil-hasil penelitian tersebut, terdapat ketidakkonsistenan dari hasil-hasil penelitian terdahulu. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan untuk memastikan hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex* pada remaja putri penggemar drama Korea?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan *Cinderella Complex* pada remaja putri penggemar drama Korea.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis: Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan disiplin ilmu psikologi, khususnya pada bidang perkembangan remaja.
2. Manfaat praktis: Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan gambaran kepada masyarakat khususnya orang tua dan kaum perempuan terkait Sindrom *Cinderella Complex* sebagai suatu kondisi

psikologis yang sering dialami oleh kaum perempuan tetapi jarang mendapat perhatian serius. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik serupa.