Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) eISSN: 3024-8140
Volume 4, Issue November, 2026 pp. 54-60 http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index

Dinamika psikologis anak pertama perempuan: Tinjauan literatur mengenai parentifikasi dan tekanan ekonomi keluarga pada masa kanak-kanak

Salwa Zanuba Qotrun Nada
Program Studi Tadris Bahasa Inggris, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: salwazqn134@gmail.com

Kata Kunci:
Anak pertama perempuan; parentifikasi; tekanan ekonomi keluarga; kesejahteraan psikologis; urutan kelahiran

Keywords:
Firstborn daughter; parentification; family economic pressure; psychological well-being; birth order

A B S T R A K

Anak pertama perempuan yang tumbuh dalam keluarga dengan tekanan ekonomi yang tinggi memiliki risiko lebih besar untuk mengalami parentifikasi, yaitu kondisi ketika anak mengambil alih peran dan tanggung jawab orang tua secara prematur, baik dalam bentuk praktis maupun emosional. Artikel ini merupakan kajian literatur naratif yang bertujuan untuk memetakan temuan penelitian terdahulu mengenai keterkaitan antara tekanan ekonomi keluarga pada masa kanak-kanak dan pembentukan pola psikologis anak perempuan pertama, baik dalam konteks internasional maupun dalam konteks Indonesia. Penelusuran literatur dilakukan terhadap sumber-sumber akademik yang membahas konsep parentifikasi, model tekanan keluarga (family stress model), urutan kelahiran, dan kesejahteraan psikologis. Hasil kajian menunjukkan bahwa tekanan ekonomi keluarga cenderung meningkatkan risiko parentifikasi emosional pada anak perempuan pertama, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap pola kecemasan, kecenderungan people-pleasing, kesulitan menetapkan batasan diri, dan gangguan pada aspek-aspek kesejahteraan psikologis di masa dewasa. Ditemukan pula bahwa norma gender dan budaya kolektivistik, termasuk dalam konteks keluarga Indonesia, memperkuat kecenderungan anak pertama perempuan untuk mengambil peran sebagai penopang keluarga. Kajian ini merekomendasikan perlunya penelitian empiris lanjutan pada populasi Indonesia serta pentingnya intervensi psikoedukasi bagi keluarga dengan tekanan ekonomi tinggi.

A B S T R A C T

Firstborn daughters raised in families experiencing high economic pressure face an elevated risk of parentification, a condition in which a child prematurely assumes parental roles and responsibilities, both practically and emotionally. This article presents a narrative literature review aimed at mapping prior research findings on the relationship between childhood family economic pressure and the psychological patterns formed in firstborn daughters, drawing on both international and Indonesian contexts. The review examined academic sources addressing the concepts of parentification, the family stress model, birth order, and psychological well-being. The findings indicate that family economic pressure tends to increase the risk of emotional parentification in firstborn daughters, which in turn contributes to patterns of anxiety, people-pleasing tendencies, difficulty setting personal boundaries, and disruptions to psychological well-being in adulthood. The review also found that gender norms and collectivistic culture, including within the Indonesian family context, reinforce the tendency of firstborn daughters to assume the role of family caretaker. This review recommends further empirical research within Indonesian populations as well as psychoeducational interventions for families experiencing high economic pressure.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.
Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pendahuluan

Keluarga merupakan unit sosial pertama yang membentuk kepribadian, pola pikir, dan strategi koping seorang individu. Di dalam keluarga, posisi kelahiran memainkan peran yang cukup signifikan dalam membentuk pengalaman psikologis anak. (Adler, 1927) Merupakan salah satu tokoh awal yang mengemukakan bahwa urutan kelahiran memengaruhi pembentukan kepribadian, di mana anak sulung cenderung diberi tanggung jawab lebih besar dibandingkan saudara-saudaranya karena posisinya sebagai anak tertua.

Ketika posisi sebagai anak sulung berpadu dengan identitas gender perempuan, beban peran yang diterima cenderung menjadi lebih besar. Fenomena ini belakangan dikenal secara populer sebagai eldest daughter syndrome, sebuah istilah nonklinis yang menggambarkan pola beban emosional, tanggung jawab berlebih, dan ekspektasi sosial tinggi yang kerap dialami anak perempuan tertua dalam keluarga. Secara akademik, fenomena ini erat kaitannya dengan konsep parentifikasi (parentification), yaitu kondisi ketika anak mengambil alih peran dan tanggung jawab yang seharusnya menjadi milik orang tua, baik secara instrumental (mengurus pekerjaan rumah tangga, menjaga adik) maupun secara emosional (menjadi penopang psikologis orang tua) (Jurkovic, 1997).

Tekanan ekonomi dalam keluarga merupakan salah satu faktor kontekstual yang memperberat proses parentifikasi tersebut. Berdasarkan family stress model yang dikembangkan oleh (Conger & Elder, 1994), tekanan ekonomi dalam keluarga dapat memicu distres psikologis pada orang tua, yang kemudian berdampak pada relasi perkawinan dan pola pengasuhan, sehingga pada akhirnya memengaruhi perkembangan sosio-emosional anak. Studi lanjutan oleh (Conger et al., 2010) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa status sosial ekonomi keluarga berkaitan erat dengan proses keluarga (family processes) yang membentuk perkembangan individu anak. Dalam konteks keluarga dengan sumber daya ekonomi terbatas, anak pertama, khususnya anak perempuan, cenderung ditempatkan pada posisi sebagai pihak yang turut menopang beban keluarga, baik secara finansial di kemudian hari maupun secara emosional sejak usia dini.

Untuk mengkaji fenomena tersebut, artikel ini disusun melalui pendekatan kajian literatur naratif (narrative literature review), dengan menelusuri artikel jurnal ilmiah, buku, dan hasil penelitian terdahulu mengenai parentifikasi, family stress model, urutan kelahiran, dan kesejahteraan psikologis pada anak sulung perempuan, baik dari basis data internasional maupun jurnal psikologi nasional Indonesia. Sumber dipilih berdasarkan relevansi tema terhadap fokus kajian, kemudian disintesis secara tematik untuk membangun pemahaman yang koheren mengenai fenomena tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini disusun untuk mengkaji secara naratif bagaimana tekanan ekonomi keluarga pada masa kanak-kanak berkontribusi terhadap pembentukan pola psikologis anak perempuan pertama, serta bagaimana pola tersebut termanifestasi hingga masa dewasa. Kajian ini juga berupaya menghadirkan perspektif dari penelitian-penelitian yang dilakukan dalam konteks keluarga Indonesia, mengingat budaya kolektivistik turut memberikan tekanan tersendiri terhadap peran anak sulung perempuan.

Pembahasan

Parentifikasi dan Posisi Anak Sulung Perempuan

Parentifikasi didefinisikan sebagai distorsi batas antargenerasi dalam keluarga, di mana anak mengambil alih peran dan tanggung jawab yang secara perkembangan seharusnya dijalankan oleh orang tua (Jurkovic, 1997). (Barnet & Parker, 1998) Membedakan parentifikasi menjadi dua bentuk utama, yaitu parentifikasi instrumental (tanggung jawab praktis seperti mengurus rumah tangga dan adik-adik) dan parentifikasi emosional (menjadi tempat curahan hati atau penopang psikologis orang tua). (Baker, 2007) Ditambahkan bahwa parentifikasi emosional cenderung memberikan dampak psikologis yang lebih kompleks dibandingkan dengan bentuk instrumental, karena anak dituntut untuk mengatur dan meredam emosinya sendiri demi menjaga stabilitas emosi orang tua.

Sejumlah kajian menunjukkan bahwa anak sulung, khususnya perempuan, memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap parentifikasi dibandingkan saudara-saudaranya. (Hooper, 2011) Menjelaskan bahwa norma gender tradisional turut memperkuat kecenderungan ini, karena peran mengasuh dan menjaga keharmonisan keluarga masih banyak dilekatkan pada figur perempuan, termasuk anak perempuan tertua. Di Indonesia, temuan serupa dikemukakan oleh (Budi & Hasibuan, 2025) dalam studi naratif terhadap seorang anak perempuan sulung yang dibesarkan dalam pola asuh otoriter; hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami tekanan emosional, kesulitan mengambil keputusan secara mandiri, dan keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan, yang pada akhirnya membentuk gaya kelekatan avoidant-anxious serta mekanisme penekanan emosi sebagai bentuk pertahanan diri. Sejalan dengan hal tersebut, (Huda & Julaihah, 2024) menemukan bahwa pola asuh permisif memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap psychological well-being anak, sementara pola asuh otoriter dan demokratis tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa ketidakseimbangan dalam pengasuhan, termasuk ketika anak dipaksa mengambil peran orang tua akibat keterbatasan ekonomi, dapat mengganggu kesejahteraan psikologis anak, terutama pada anak sulung perempuan yang kerap menerima ekspektasi lebih tinggi dari keluarganya.

Tekanan Ekonomi Keluarga sebagai Faktor Kontekstual

Family stress model yang dikembangkan oleh (Conger & Elder, 1994) menjelaskan bahwa tekanan ekonomi keluarga tidak memengaruhi anak secara langsung, melainkan melalui jalur tidak langsung, yaitu meningkatnya distres psikologis pada orang tua yang kemudian berdampak pada relasi perkawinan dan pola pengasuhan. (Conger et al., 2010) Memperluas model ini dengan menegaskan bahwa status sosial ekonomi keluarga turut memengaruhi investasi orang tua terhadap perkembangan anak, baik secara material maupun emosional. Ketika sumber daya keluarga terbatas dan tekanan psikologis orang tua meningkat, anak yang berada pada posisi sulung cenderung ditarik untuk mengisi kekosongan peran tersebut, baik sebagai pengasuh bagi adik-adik maupun sebagai penopang emosional bagi orang tua.

Studi oleh (Lee, 2022) pada anak usia sekolah dasar menemukan bahwa tekanan ekonomi keluarga berkaitan secara tidak langsung dengan buruknya luaran perilaku dan sosio-emosional anak, melalui mekanisme terganggunya fungsi pengasuhan (caregiver functioning). Sementara itu, (Mistry & Elenbaas, 2021) menemukan bahwa persepsi anak terhadap tekanan ekonomi keluarga, bukan semata kondisi ekonomi objektif, turut menjelaskan dampak tekanan tersebut terhadap capaian akademik dan psikologis anak. Temuan ini relevan dengan konteks anak perempuan pertama yang, karena posisinya sebagai anak tertua, cenderung lebih terpapar pada percakapan dan kekhawatiran orang tua mengenai keuangan keluarga dibandingkan dengan adik-adiknya. Selain itu, (Fu'ady et al., 2023) menekankan bahwa modal psikologis (psychological capital) seperti efikasi diri, optimisme, harapan, dan resiliensi berperan penting dalam memperkuat ketahanan keluarga di tengah tekanan. Keluarga dengan tingkat modal psikologis yang lebih tinggi mungkin lebih mampu melindungi anak sulung perempuan dari dampak negatif parentifikasi, meskipun menghadapi tekanan ekonomi yang signifikan.

Dampak Psikologis pada Masa Dewasa

Pengalaman parentifikasi yang terjadi dalam konteks tekanan ekonomi keluarga cenderung meninggalkan jejak psikologis yang bertahan hingga masa dewasa. (Anegayuda et al., 2024) Dalam studi fenomenologis interpretatif terhadap anak sulung perempuan usia dewasa awal, ditemukan bahwa tanggung jawab keluarga yang diberikan sejak dini menciptakan ketegangan antara kebutuhan pribadi dan kewajiban keluarga, yang berdampak pada berbagai dimensi kesejahteraan psikologis menurut kerangka (Ryff, 1989), termasuk otonomi, penerimaan diri, dan hubungan positif dengan orang lain. Sebagian partisipan dalam studi tersebut melaporkan perasaan terbebani dan terhambat dalam pengambilan keputusan mandiri akibat peran mereka sebagai anak sulung perempuan.

Sejalan dengan temuan tersebut, (Sengkey et al., 2025) mengkaji pengalaman psikologis anak sulung yang menjadi penopang ekonomi keluarga pada usia dua puluhan dalam konteks budaya kolektivistik Indonesia. Studi ini menemukan bahwa anak sulung dituntut untuk menanggung tanggung jawab besar secara emosional maupun finansial, sebuah pola yang konsisten dengan konsep parentifikasi jangka panjang yang berlanjut hingga masa dewasa awal. Pola serupa turut ditemukan pada penelitian mengenai urutan kelahiran secara lebih luas; (Fukuya et al., 2021) menemukan adanya keterkaitan antara urutan kelahiran dan sejumlah luaran kesehatan mental pada anak, termasuk harga diri dan resiliensi, meskipun penelitian oleh (Rohrer Julia M et al., 2015) mengingatkan bahwa pengaruh urutan kelahiran terhadap trait kepribadian secara umum tidak selalu didukung secara konsisten oleh data berskala besar, sehingga dampak psikologis dari posisi anak sulung perlu dipahami sebagai hasil interaksi kompleks antara peran keluarga dan konteks lingkungan, bukan semata determinasi biologis urutan kelahiran.

Pola-pola yang teridentifikasi dalam berbagai kajian tersebut secara umum mencakup kecenderungan people-pleasing, kesulitan beristirahat tanpa rasa bersalah, kecemasan yang tidak proporsional terhadap kondisi finansial, kesulitan meminta bantuan, serta perfeksionisme yang berakar dari keyakinan bahwa dirinya harus dapat diandalkan oleh keluarga. Pola-pola ini sejalan dengan karakteristik umum dari

parentifikasi emosional jangka panjang sebagaimana dijelaskan oleh Baker (2007) dan Hooper (2011). Penelitian (Nuqul et al., 2025) mengenai adverse childhood experience (ACE) pada warga binaan Balai Pemasyarakatan menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil negatif, termasuk kekerasan verbal dan fisik, berkontribusi terhadap berbagai hasil negatif pada masa dewasa. Meskipun parentifikasi tidak secara eksplisit termasuk dalam kategori ACE, keduanya memiliki kemiripan sebagai pengalaman masa kanak-kanak yang melampaui batas perkembangan normal anak. Hal ini memperkuat temuan bahwa pengalaman parentifikasi dalam konteks tekanan ekonomi keluarga dapat meninggalkan jejak psikologis yang bertahan hingga dewasa, sebagaimana dijelaskan dalam berbagai kajian sebelumnya.

Konteks Budaya Kolektivistik Indonesia

Dalam konteks budaya Indonesia yang cenderung kolektivistik, peran anak sulung sebagai penopang keluarga sering kali dipandang sebagai kewajiban moral, bukan semata beban psikologis. (Untariana & Sugito, 2022) dalam kajiannya mengenai pola pengasuhan berdasarkan urutan kelahiran menemukan bahwa anak sulung cenderung diperlakukan dengan ekspektasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan adik-adiknya, termasuk dalam hal kemandirian dan tanggung jawab terhadap saudara. Sementara itu, studi indigenous oleh (Klara et al., 2022) pada anak perempuan pertama dalam budaya Minangkabau menunjukkan variasi pengalaman, di mana sebagian besar partisipan melaporkan perasaan positif terhadap peran mereka, namun sebagian lain tetap merasakan tekanan psikologis akibat tuntutan peran tersebut. Variasi ini menunjukkan bahwa dampak psikologis dari posisi anak sulung perempuan tidak bersifat tunggal, melainkan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor budaya, pola asuh spesifik dalam keluarga, dan tingkat tekanan ekonomi yang dihadapi keluarga tersebut.

Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan sintesis literatur di atas, tekanan ekonomi keluarga pada masa kanak-kanak tampak berperan sebagai faktor kontekstual yang memperberat proses parentifikasi pada anak perempuan pertama, dengan konsekuensi psikologis yang dapat bertahan hingga masa dewasa. Implikasi praktis dari temuan ini mencakup perlunya intervensi psikoedukasi bagi keluarga yang mengalami tekanan ekonomi tinggi, khususnya dalam hal pembagian peran dan tanggung jawab yang lebih proporsional antar-anak, serta perlunya dukungan psikologis bagi anak sulung perempuan dewasa untuk mengenali dan memproses pola-pola yang terbentuk sejak masa kanak-kanak. Dari sisi keilmuan, kajian ini merekomendasikan penelitian empiris lanjutan, baik kualitatif maupun kuantitatif, pada populasi Indonesia untuk menguji secara lebih spesifik hubungan antara tingkat tekanan ekonomi keluarga, derajat parentifikasi, dan luaran kesejahteraan psikologis anak perempuan pertama pada berbagai tahap perkembangan.

Kesimpulan dan Saran

Kajian literatur ini menunjukkan bahwa anak perempuan pertama yang tumbuh dalam keluarga dengan tekanan ekonomi tinggi memiliki kerentanan lebih besar terhadap parentifikasi, baik dalam bentuk instrumental maupun emosional. Proses ini

dijelaskan secara teoretis melalui family stress model, yang menunjukkan bahwa tekanan ekonomi memengaruhi anak melalui jalur tidak langsung berupa distres psikologis orang tua dan perubahan pola pengasuhan. Dampak dari pengalaman ini dapat bertahan hingga masa dewasa dalam bentuk kecenderungan people-pleasing, kesulitan menetapkan batasan diri, kecemasan finansial, dan gangguan pada berbagai dimensi kesejahteraan psikologis. Konteks budaya kolektivistik, termasuk di Indonesia, turut memperkuat pola ini melalui ekspektasi peran gender dan urutan kelahiran. Penelitian empiris lanjutan pada populasi Indonesia diperlukan untuk memperkuat pemahaman mengenai fenomena ini serta untuk mengembangkan intervensi yang tepat sasaran bagi keluarga dan individu yang mengalaminya.

Daftar Pustaka

Adler, A. (1927). Understanding Human Nature. New College of California.

Anegayuda, Y. G., Basaria, D., & Uranus, H. C. (2024). Studi Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Anak Sulung Perempuan Fase Dewasa Awal. Jurnal Psikologi Konseling, 17(2), 276–285.

Baker. (2007). Parentification: The underappreciated and overlooked experience of childhood caregiving. Journal of Family Nursing, 13(4), 400–426.

Barnet, B., & Parker, G. (1998). The Parentified Child; Early Competence or Childhood Deprivation? Child Psychology and Psychiatry Review, 3, 146–155.

Budi, S., & Hasibuan, W. F. (2025). Pengalaman Menjadi Anak Perempuan Sulung Dalam Keluarga Otoriter. Jurnal Ilmiah Zona Psikologi, 8(1), 47–58.

Conger, R. D., Conger, K. J., & Martin, M. J. (2010). Socioeconomic status, family processes, and individual development. Journal of Marriage and Family, 72(3), 685–704. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00725.x.Socioeconomic

Conger, R. D., & Elder, G. H. (1994). Families in troubled times: Adapting to change in rural America. Aldine de Gruyter.

Fu'ady, M. A., Asih, S. R., & Pudjiati, S. R. R. (2023). The role of psychological capital (psycap) in strengthening family resilience post-pandemic. In Y. R. Agung et Al. (Eds.), Proceedings of the Second Conference on Psychology and Flourishing Humanity, Advances i(Pfh). http://repository.uin-malang.ac.id/18765/

Fukuya, Y., Fujiwara, T., Isumi, A., Doi, S., & Ochi, M. (2021). Association of Birth Order With Mental Health Problems , Self-Esteem , Resilience , and Happiness Among Children : Results From A-CHILD Study. 12(April).

Hooper, L. M. (2011). Parentification.

Huda, F. D., & Julaihah, U. (2024). Pola Asuh Orang Tua dan Psychological Well-Being. Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi, 5(02), 126–136. http://repository.uin-malang.ac.id/20633/

Jurkovic, G. J. (1997). Lost childhoods: The plight of the parentified child. Brunner-Routledge.

Klara, A., Perlitta, A., & Putri Tasya N. (2022). Psychological Well Being Pada Anak Pertama Gadih Minangkabau : Sebuah Studi Psikologi Indigenous. 12(2), 104–113.

Lee, H. (2022). Family economic hardship and children's behavioral and socio-emotional outcomes in middle childhood: Direct and indirect pathways. Children and Youth Services Review, 138, 106527.

Mistry, & Elenbaas. (2021). It's all in the family: Parents' economic worries and youth's perceptions of financial stress and educational outcomes. Journal of Youth and Adolescene, 50, 724–738.

Nuqul, F. L., Khairunnisa, F. K., Zahroh, S., Nabila, N. R., Suryani, A., Wafi, N., & Nadiah, A. (2025). Gambaran Adverse Childhood Experience Pada Warga Binaan. Proceeding Cross Cultural Psychology, 3. http://repository.uin-malang.ac.id/23997/

Rohrer Julia M, Egloff Boris, & Schmukle Stefan C. (2015). Examining the Effects of Birth Order on Personality. Proceedings of the National Academy of Sciences, 112(46), 14224–14229.

Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychology., 57, 1069–1081.

Sengkey, M. M., Sinaulan, N. L., Runtu, S. S., & Valentino, C. (2025). Menanggung Dunia Terlalu Cepat: Pengalaman Psikologis Anak Sulung Sebagai Penopang Keluarga di Usia 20-an. Innovative: Journal of Social Science Research, 5(4), 769–781. https://doi.org/https://j-innovative.org/index.php/Innovative Menanggung

Untariana, A. F., & Sugito. (2022). Pola Pengasuhan Bagi Anak Berdasarkan Urutan Kelahiran. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(6), 6940–6950. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2359