

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Cinderella Complex*

1. Pengertian *Cinderella complex*

Psikologis perempuan pada dasarnya adalah individu yang selalu mengalah, menyetujui, dan menyesuaikan diri. Selain itu perempuan juga dikenal sebagai individu yang penuh emosional dan mudah menangis. Berdasarkan penelitian, perempuan juga dikenal penakut dan lebih sensitif. Beberapa asumsi tentang psikologi perempuan juga menyebutkan bahwa perempuan itu lemah dan tidak berprestasi. Menurut Maccoby dan Jacklin, perempuan yang tidak berprestasi disebabkan karena adanya rasa ketakutan akan sukses, bukan tidak mampu untuk berprestasi.¹ Ketakutan tersebut disebut oleh Colette Dowling sebagai *Cinderella complex*.

Cinderella complex didasarkan pada teori inferioritas dari Alfred Adler. Perasaan inferior ataupun rendah diri ada pada semua orang karena pada dasarnya manusia lahir dengan kondisi kecil, lemah, dan tergantung terhadap bantuan orang lain. Perasaan rendah diri semakin lama semakin muncul sejalan dengan beberapa tugas baru yang harus diselesaikan.² Masalah inferioritas bukan masalah yang kecil, masalah inferioritas sama besarnya dengan masalah pada kehidupan itu sendiri. Seseorang yang

¹ Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*, Jogjakarta: 2012, hal.xxviii-xxxii

² Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, UMM Press, 2009, hal. 66

mempunyai masalah dengan inferioritas akan menjadi pemalu, penakut, merasa tidak aman, ragu-ragu, pengecut, tertindas, dan sebagainya.³

Cinderella complex adalah istilah yang disebut Colette Dowling untuk mendeskripsikan perempuan yang memiliki ketergantungan terhadap orang lain dan sangat ingin untuk dirawat dan dilindungi oleh orang lain. Seperti cerita Cinderella yang terperangkap dirumah bersama ibu dan saudara tirinya, disiksa dan pasrah dijadikan pembantu oleh saudara dan ibu tirinya. Mengharapkan seorang pangeran datang membawanya keluar dari keadaan tersebut.

Menurut Colette Dowling, *Cinderella complex* adalah sikap dan rasa takut yang sebagian besarnya tertekan sehingga perempuan tidak bisa dan tidak berani memanfaatkan sepenuhnya kemampuan dan kreativitasnya.⁴ Perempuan memiliki ketergantungan psikologis pribadi, keinginan yang mendalam untuk dirawat dan dilindungi oleh orang lain.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alexandra Symonds, ketergantungan merupakan masalah yang dialami oleh hampir semua perempuan yang ditemuinya. Symonds yakin bahwa perempuan yang tampak dari luar berhasil juga cenderung untuk merendahkan diri mereka kepada orang lain, menjadi tergantung, dan tanpa sadar mengabdikan sebagian besar energi mereka untuk mendapatkan cinta, pertolongan, perlindungan terhadap apa yang kelihatannya sulit atau menantang di

³ C. George Beeree, *Personality Theories*, Yogyakarta: Pismasophie, 2008, hal.146

⁴ Colette Dowling, *Tantangan Wanita Modern*, Penerbit Erlangga 1992, hal.17

dunia.⁵ Beberapa perempuan yang meskipun dia sukses dalam karirnya, dalam hatinya cenderung menginginkan untuk dilindungi dan dirawat oleh orang lain.

Cinderella complex biasanya dialami oleh gadis-gadis usia 16 tahun atau 17 tahun yang menghalangi mereka melanjutkan pendidikannya dan menjadi salah satu faktor mereka mempercepat untuk melakukan pernikahan dini. *Cinderella complex* juga dialami oleh perempuan yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, kemudian dia bekerja dan terjun dalam kehidupan bermasyarakat.⁶ Ketika perempuan menyelesaikan pendidikan perguruan tingginya yang mereka rasakan adalah kegembiraan atas kebebasannya, setelah mereka terjun kedalam kehidupan bermasyarakat dan mewujudkan cita-cita mereka. Namun ketika kebahagiaan itu mereda, akan tergantikan oleh rasa kegelisahan dan akan merasakan kembali keinginan memperoleh rasa aman, dirawat dan dilindungi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth Douvan tentang remaja, dia menemukan bahwa sampai usia delapan belas tahun dan terkadang lebih para gadis tidak memperlihatkan gerak ke arah kemandirian, tidak berminat menghadapi otoritas dengan pemberontakan, dan tidak berusaha untuk mempertahankan hak mereka untuk membentuk dan memegang kepercayaan dan kontrol diri yang mandiri.⁷

⁵ Ibid. hal.16-17

⁶ Ibid, hal.51

⁷ Ibid, hal.81

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Cinderella complex*

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *Cinderella complex*, antara lain:

a. Pola asuh

Kemampuan anak-anak perempuan untuk berkembang menjadi manusia yang mandiri dihambat oleh sikap protektif orang tua.⁸ Beberapa anak menjadi lebih memilih mengambil beberapa keputusan berdasarkan pertimbangan orang tua dengan alasan agar orang tua tidak khawatir.

Tidak sedikit juga anak-anak yang diajari bahwa mereka tidak bisa banyak berbuat apa-apa tanpa orang lain. Mereka selalu menunggu perintah dan aba-aba dari orang lain. Keadaan ini akan menjadi masalah sampai orang tua sadar bahwa anak mereka terlalu manja dan memiliki beberapa kelemahan. Mereka akan belajar berbuat untuk dirinya sendiri dan akhirnya merasa inferior, dan mereka juga tidak akan belajar berhubungan dengan orang lain di lingkungannya kecuali dalam konteks perintah.⁹

Dari beberapa jenis pola asuh, yang cenderung akan menjadikan seorang anak mengalami *Cinderella complex* nantinya adalah anak-anak yang diasuh oleh orang tuanya dengan tipe pola asuh otoriter.

⁸ Ibid, hal.79

⁹ C. George Beeree, *Personality Theories*, Yogyakarta: Pismasophie, 2008, hal 150

Orang tua yang otoriter menetapkan batas-batas yang tegas dan tidak memberi peluang kepada anaknya untuk berbicara.¹⁰

b. Budaya

Menurut Kluckhohn, budaya mengatur kehidupan seseorang mulai dari lahir sampai mati, baik disadari maupun tidak. Kebudayaan mempengaruhi seseorang untuk mengikuti pola perilaku tertentu yang dibuat oleh orang lain.¹¹ Budaya dapat menjadi tekanan oleh individu tertentu. Tekanan sendiri juga merupakan penentu tingkah laku.¹²

Budaya patriarki yang masih lekat di dalam masyarakat Indonesia menyebabkan ketergantungan. Menurut norma muslim yang juga berlaku di Indonesia, seorang anak perempuan harus memperoleh izin dari ayahnya ketika hendak menikah, meski si anak tidak menginginkannya. Dan ketika suami tidak lagi menyukai istrinya, maka ia dapat melepaskannya kapan saja. Disini dapat disimpulkan bahwa perempuan tidak pernah menjadi manusia yang independen.¹³ Selain itu budaya di Indonesia juga memandang buruk perempuan yang keluar malam tanpa melihat apa yang sebenarnya mereka lakukan.

¹⁰ Rudolf Dreikurs. *Children: The Challenge*, New York: Hawthorn Books, hal.257

¹¹ Syamsu Yusuf dan Achmad Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya 2012, hal. 30

¹² Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2009, hal.187

¹³ Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*, Jogjakarta: 2012, hal.xiv-xv

Munculnya *Cinderella complex* pada perempuan dipengaruhi oleh budaya setempat yang mempersepsikan perempuan sebagai makhluk yang lemah dan tidak bisa mandiri.¹⁴

c. Kepercayaan diri dan harga diri

Kebutuhan harga diri merupakan salah satu dari beberapa hirarki kebutuhan yang dicetuskan oleh Abraham Maslow. Menurut Maslow jika kebutuhan akan harga diri tidak terpenuhi, yang terjadi adalah munculnya perasaan inferior, canggung, lemah, pasif tergantung, tidak mampu memenuhi tuntutan hidup, dan rendah diri dalam bergaul.¹⁵

Kurangnya rasa percaya diri dapat menyebabkan perempuan tenggelam dalam rasa iri yang kemudian menghalangi mereka untuk berprestasi.¹⁶ Perempuan yang harga dirinya rendah cenderung sering menekan inisiatif dan membuang aspirasinya untuk menjadi terlalu tergantung serta mempunyai perasaan ketidakpastian akan kemampuan dirinya.¹⁷

d. Pengalaman

Pengalaman juga ikut berpengaruh dalam kecenderungan *Cinderella complex* yang dialami seseorang. Bila perempuan tidak segera bertindak maka dia akan selamanya tetap tinggal dalam ketakutan.

¹⁴ *Cinderella Complex dalam Perspektif Psikologi Perkembangan Sosial Emosi*, Tsurayya Syarif Zain, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. 2016.

¹⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2009 Hal.206

¹⁶ Colette Dowling, *Tantangan Wanita Modern*, Penerbit Erlangga 1992, hal.103

¹⁷ *Ibid*, hal.29

3. Aspek-aspek dalam *Cinderella complex*

Seseorang dengan kecenderungan *Cinderella complex* akan mengalami salah satu atau lebih dari beberapa aspek yaitu ketergantungan, rendah diri, kontrol diri rendah, atau menghindari tantangan dan konflik. Tentu saja dengan tingkatan yang membuat seseorang menjadi ingin selalu dilindungi dan takut untuk mengaktualisasikan diri.

a. Ketergantungan

Sejak kecil perempuan selalu didorong untuk bersikap tergantung sampai pada derajat yang tidak sehat, ketergantungan juga merupakan variabel yang membedakan perempuan dan laki-laki.¹⁸ Perasaan ketergantungan adalah hasil dari kegagalan orang tua memenuhi kebutuhan mereka akan afeksi, atensi, dan pemeliharaan selama masa kanak-kanaknya. Mereka akan memasuki masa dewasanya dengan tanpa ada rasa keamanan batin.¹⁹

Orang yang memiliki tipe ketergantungan adalah orang yang sensitif yang selalu berusaha membentengi diri dengan cara mengandalkan orang lain. Energi yang mereka miliki tidak seberapa karenanya mereka jadi sangat tergantung oleh orang lain.²⁰ Mereka sibuk mencari cara bagaimana dia dicintai. Mereka menginginkan terpenuhinya semua apa yang diinginkannya akan tetapi semua itu tidak pernah terpenuhi secara sempurna.²¹

¹⁸ Ibid. Hal.3

¹⁹Ibid. Hal.153

²⁰ C. George Beoree, *Personality Theories*, Yogyakarta: Pismasophie, 2008, hal148

²¹ Scott Peck, *Psikologi Baru Pengembangan Diri*, Yogyakarta: Baca!, 2007, hal. 145

Ketergantungan lebih menuju pada upaya penerimaan daripada berupaya memberi. Ketergantungan juga lebih bersifat merusak daripada membangun relasi.²²

b. Rendah Diri

Seseorang yang mempunyai masalah dengan inferioritas akan menjadi pemalu, penakut, merasa tidak aman, ragu-ragu, pengecut, tertindas, dan sebagainya.²³

Menurut Alexandra Symonds dalam penelitiannya menyebutkan bahwa perempuan yang sangat berhasil biasanya cenderung merendahkan diri dihadapan orang lain.²⁴ Orang yang gagal dalam aktualisasi dirinya cenderung merasa rendah diri dengan takut akan kelemahan dirinya.²⁵

c. Kontrol diri rendah

Perempuan cenderung memiliki kontrol diri yang lemah untuk memecahkan masalah mereka. Sebagaimana definisi dari *Cinderella complex* sendiri, bahwa perempuan menanti sesuatu dari luar untuk mengubah hidup mereka.

d. Menghindari tantangan dan konflik

Orang-orang yang tidak mempunyai ambisi dan pasif biasanya kegiatannya cenderung dilakukan karena ikut-ikutan, mereka cenderung

²² Scott Peck, Psikologi Baru Pengembangan Diri, Yogyakarta: Baca!, 2007. Hal. 156

²³ C. George Beoree, Personality Theories, Yogyakarta: Pismasophie, 2008, hal.146

²⁴ Colette Dowling, *Tantangan Wanita Modern*, Penerbit Erlangga 1992, hal.17

²⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2009, hal. 209

kurang memiliki inisiatif dan kreativitas untuk menghadapi hal-hal yang nyata.²⁶

Symonds mengungkapkan bahwa para perempuan berbakat sering enggan maju terus untuk mencapai posisi yang sepenuhnya mandiri dan menonjol.²⁷

B. Mahasiswi

Mahasiswi sebagai individu perempuan yang melanjutkan studi ke Perguruan Tinggi yang diasumsikan berminat untuk mempelajari suatu bidang ilmu pengetahuan secara khusus. Mahasiswi pada umumnya berusia sekitar delapan belas sampai dua puluh lima tahun.²⁸

Pada usia 18-25 tahun, mahasiswi berada pada tahap pertumbuhan yang sering disebut sebagai masa dewasa dini. *Adult* berasal dari bahasa latin *adultus* yang berarti “telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna”. Orang dewasa adalah orang yang telah tumbuh dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya.²⁹

Masa dewasa dini dimulai dari usia 18 sampai 40 tahun. Masa dewasa dini adalah masa penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan sosial baru. orang dengan dewasa muda juga diharapkan memainkan peran baru, mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan dan

²⁶ Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian*, Bandung: CV. Pustaka Setia, hal. 76

²⁷ Colette Dowling, *Tantangan Wanita Modern*, Penerbit Erlangga 1992, hal.27

²⁸ Hernawati, *Meningkatkan Kemampuan Mengelola Pikiran pada Mahasiswa*. Psikodimensia. 2006. Vol.5. No.1

²⁹ Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakkarta: Penerbit Erlangga 1980. Hal. 246

nilai baru sesuai dengan tugas baru. Masa dewasa dini perlu adanya penyesuaian diri yang panjang, diharapkan orang-orang yang menghadapi masa dewasa dini melakukan penyesuaian diri secara mandiri. Dalam masa dewasa dini, perubahan gaya hidup yang paling menonjol adalah di bidang perkawinan dan peran orang tua.³⁰

Banyak hal dari masa pertumbuhan sebelumnya yang berubah karena proses, pengalaman dan hubungan dengan orang lain di lingkungan yang berbeda-beda. Perubahan tersebut terjadi karena berharap agar seseorang diterima di lingkungan dan kelompoknya. Tugas-tugas yang didapat dari preses sosial maupun tugas perkembangan harus mereka selesaikan dengan merubah beberapa hal dari masa pertumbuhan sebelumnya.

³⁰ Ibid. hal.251