

ELDEST DAUGHTER SYNDROME: KONSTRUKSI SOSIAL, BIAS GENDER, DAN PEMBENTUKAN BEBAN PERAN ANAK PEREMPUAN PERTAMA DALAM KELUARGA

Alifa Izzatun Nisa¹, Wilodati², Puspita Wulandari³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Indonesia

e-mail: alifaazn@upi.edu, Wilodati@upi.edu, Puspitawulandari@upi.edu

ABSTRAK

Fenomena *Eldest Daughter Syndrome* semakin banyak dibicarakan di media sosial, terutama melalui cuitan-cuitan pada platform X yang menyoroti beban berlebih yang dipikul anak perempuan pertama. Keluhan mengenai tuntutan domestik, ekspektasi tinggi sebagai contoh yang baik baik adik, peran pengasuhan, hingga tekanan emosional menunjukkan bahwa kondisi ini bukan sekadar persoalan individu, tetapi bagian dari konstruksi sosial yang dipengaruhi pola sosialisasi dalam keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana sosialisasi keluarga, norma gender, dan ekspektasi peran berkontribusi pada munculnya *Eldest Daughter Syndrome*. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan data berupa dokumentasi cuitan di media sosial. Analisis dilakukan dengan analisis tematik untuk menemukan pola narasi yang berkaitan dengan pembagian peran dalam keluarga dan bias gender. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran anak perempuan pertama dibentuk melalui proses sosialisasi yang menempatkan mereka pada beban peran yang tidak setara, sehingga rentan mengalami *role conflict*, rasa bersalah ketika mendahulukan diri sendiri, stres, dan kelelahan emosional. Penelitian ini menegaskan pentingnya kesadaran keluarga dalam menata ulang pembagian peran yang lebih adil agar pengalaman tekanan pada anak perempuan pertama tidak terus berulang.

Kata Kunci: Bias Gender, *Eldest Daughter Syndrome*, Konflik Peran, Sosialisasi Keluarga

ABSTRACT

The phenomenon of Eldest Daughter Syndrome is increasingly discussed on social media, particularly on the X platform, where posts highlight the excessive burden placed on the eldest daughter. Complaints regarding domestic demands, high expectations to set a good example for younger siblings, caregiving roles, and emotional pressure indicate that this condition is not merely an individual issue but part of a social construct shaped by family socialisation patterns. This study aims to analyse how family socialisation, gender norms, and role expectations contribute to the emergence of the Eldest Daughter Syndrome. The research employs a qualitative approach, using data from social media posts. Analysis is conducted using thematic analysis to identify narrative patterns related to the division of roles within the family and gender bias. The findings indicate that the role of the eldest daughter is shaped through a socialisation process that places an unequal burden of responsibility upon her, making her vulnerable to role conflict, feelings of guilt when prioritising her own needs, stress, and emotional exhaustion. This study underscores the importance of family awareness in restructuring role divisions to ensure a fairer distribution, thereby preventing the repeated pressure on the eldest daughter.

Keywords: *Eldest Daughter Syndrome, Family Socialization, Gender Bias, Role Conflict.*

I. PENDAHULUAN

Era modern, media sosial tidak hanya menjadi sarana untuk mengakses informasi, tetapi juga sebagai sarana ekspresi diri. Pratiwi (2021) menyatakan bahwa media sosial berperan sebagai ruang produksi narasi kolektif yang menyoroti kekerasan dan ketidakadilan gender sebagai masalah struktural. Sejalan dengan temuan Mulia (2007) ketidaksetaraan gender merupakan produk sistem sosial dan politik, sehingga pengalaman bias gender tidak dapat dipahami sebagai persoalan individual.

Seperti pada platform media sosial X muncul berbagai narasi dalam bentuk cuitan, bahkan terdapat akun base (pusat komunitas untuk pengguna dengan minat atau topik tertentu) bernama TXT anak pertama dengan jumlah 22.387 pengikut. Unggahan pada media sosial X ini menyoroti adanya beban lebih yang diberikan kepada anak perempuan pertama dalam keluarga, seperti narasi akan tuntutan yang lebih dalam hal domestik, merasa bertanggungjawab atas beban emosional yang ada dalam keluarga, dituntut selalu menjadi contoh baik bagi adik-adiknya, mengambil alih peran orang tua, hingga dianggap egois ketika mendahulukan diri sendiri. Dari adanya ekspresi diri berupa cuitan pada media sosial memunculkan istilah viral di media sosial yaitu *Eldest Daughter Syndrome*.

Istilah ini bukan merujuk pada syndrome diagnosis klinis, namun istilah untuk menggambarkan tekanan psikologis dan sosial yang dirasakan oleh anak perempuan pertama yang biasanya diberikan tanggung jawab yang besar sejak kecil, terutama dalam mengurus adik, membantu orang tua, hingga menjadi figur pengganti ibu dalam beberapa situasi (Azmi, 2025).

Fenomena ini menandakan bahwa pengalaman tersebut bukan sekadar persoalan pribadi, melainkan bagian dari konstruksi sosial yang berakar pada proses sosialisasi keluarga, norma gender, dan pembagian peran dalam keluarga. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *Eldest Daughter Syndrome* dalam perspektif sosiologi keluarga melalui tiga pendekatan aspek sosialisasi keluarga, teori gender dan pembagian kerja domestik, serta teori peran.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami fenomena *Eldest Daughter Syndrome* sebagai konstruksi sosial yang muncul dari pengalaman anak perempuan pertama. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menangkap makna, konteks, dan pengalaman subjektif yang ditampilkan melalui narasi di media sosial (Creswell, 2014; Batubara and Fila, 2023).

Sumber data penelitian berasal dari cuitan-cuitan pada platform X yang membahas pengalaman anak perempuan sulung, termasuk unggahan dari akun base txt anak pertama. Media sosial dipilih karena menjadi ruang produksi makna dan narasi kolektif terkait isu gender (Pratiwi, 2021). Pengumpulan data dilakukan menggunakan dokumentasi digital, yaitu mengumpulkan dan mencatat cuitan yang relevan dengan tema penelitian (Kozinets, 2015).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Fenomena *Eldest Daughter Syndrome*

Fenomena *Eldest Daughter Syndrome* atau tekanan psikologis dan sosial yang dirasakan oleh anak perempuan pertama biasanya terjadi pada anak yang diberikan tanggung jawab yang besar sejak kecil, terutama dalam mengurus adik, membantu

orang tua, hingga menjadi figur pengganti ibu dalam beberapa situasi (Azmi, 2025).

Sejalan dengan fenomena yang beredar pada platform media sosial X, muncul berbagai cuitan berupa keluhan individu sebagai anak perempuan pertama yang menyoroti perasaan mengenai tuntutan lebih dari keluarga, tuntutan emosional sebagai anak tertua, tuntutan domestik sebagai perempuan, dan ekspektasi berlebih. Cuitan berulang dan algoritma di media membuka ruang narasi bersama bahwa fenomena ini bukan hanya masalah individu semata, tetapi bertautan dengan konstruksi peran gender dan label anak pertama dalam keluarga.

Tabel 1. Fenomena *Eldest Daughter Syndrome* pada platform X

No	Cuitan	Pola Cuitan
1	“cape bgt jadi anak perempuan pertama yg udh dicap gagal dan malu-maluin ortu sendiri krn masih belum kuliah”	Ekspektasi Orang Tua
2	“hidup anak perempuan pertama itu isinya hanya tentang tuntutan tanggung jawab dan pertanggung jawaban, lalu tentang salah dan selalu menjadi pihak yang disalahkan, sisanya lamunan dan harapan”	Tuntutan Sekitar
3	“anak perempuan pertama harus selalu jadi tumpuan apapun ya? Terus harus apa-apa sendiri”	Tuntutan Sekitar
4	“emg kalau jdi anak perempuan pertama tu serba salah. bisa nya cuman mendam	Tanggung jawab Emosional

	perasaan yg dia alami sebenarnya sendirian.”	
5	“suka bingung terus cape kalau dijadiin tempat cerita ibu, sender anak pertama perempuan belum bisa apa-apa karena masih kuliah:(apalagi kalau ibu cerita cape sama sikap ayah yg susah diubah, jadi takut nikah”	Tanggung jawab Emosional
6	“boleh minta semangatn aku ga? anak perempuan pertama yang lagi berjuang buat menghidupi diri sendiri dan keluarga dan harus menghadapi karakter ortu yang bikin mental anjlok, capek banget boleh berenti ga sih?.”	Tuntutan Sekitar
7	“Anak perempuan pertama banyak dapet tugas-tugas rumah tangga yang nggak pernah diberikan kepada adik- adiknya. Ini tuh juga bisa menempatkan anak perempuan sulung dalam posisi sebagai penjahat atau kambing hitam dalam keluarga.”	Tuntutan Domestik
8	“tuntutan ini itu yaallah, aku harus gimana lagi jadi anak perempuan pertama.”	Tuntutan Sekitar
9	“anak perempuan pertama punya tekanan yang sangat besar untuk mencapai keberhasilan, berkontribusi terhadap keberhasilan keluarga,	Tanggung jawab Emosional

	dan memastikan setiap orang diperhatikan, bahagia, dan puas.”	
10	“semoga aku bisa jadi versi terkuat dari diriku sendiri. biarpun pelan-pelan, asal pasti. karena jadi anak pertama dan perempuan itu ga gampang. Tapi aku percaya, ada alasan kenapa Tuhan taruh aku di posisi ini.”	Tanggung jawab Emosional

3.2 Konstruksi Sosial pada Perempuan dan Pembentukan Beban

Keluarga merupakan unit sosial terkecil dalam masyarakat yang memiliki fungsi sebagai agen sosialisasi primer bagi anak. Sosialisasi ini bukan hanya proses adaptasi, tetapi juga konstruksi identitas sosial yang berkelanjutan. dalam keluarga, individu mulai mengenal struktur sosial, peran gender, serta tanggung jawab moral yang membentuk fondasi perilaku (Rahmat, Sa'diah and Januar, 2025). Dalam aspek sosialisasi peran gender, perlu adanya edukasi terkait perempuan dan laki-laki yang berbeda dalam kodratnya, namun perbedaan secara kodrati ini tidak membedakan perempuan dan laki-laki dalam hal kedudukan (Nawir and Risfaisal, 2015).

Gambaran gender secara sosio kultural di Indonesia kini masih dipengaruhi oleh budaya lama. Gender dipandang masyarakat masih mengacu kepada ciri-ciri biologis yang dimiliki oleh perempuan, sehingga Perempuan direpresentasikan sebagai makhluk hidup yang lemah-lembut, lebih emosional, sekaligus memiliki sifat penyayang. Sementara laki-laki dipandang lebih kuat, rasional, jantan, dan perkasa yang direpresentasikan sebagai manusia superior (Maulidia, 2021). Penafsiran ini telah lama

mengakar pada pemahaman masyarakat sehingga tak jarang perempuan memiliki keterbatasan dan dianggap bertanggung jawab penuh dalam urusan domestik.

Dalam konteks keluarga, bias peran gender diturunkan lewat pola asuh dan pembagian tugas yang tidak setara seperti anak laki-laki yang diarahkan untuk memimpin, sedangkan anak perempuan diposisikan sebagai sosok yang mengurus rumah, mencuci, hingga mengurus adik. Akibat dari nilai budaya tersebut yang telah mendarah daging, maka pola asuh yang bias gender terus direproduksi dari satu generasi ke generasi berikutnya (Noviani and Paramita, 2023).

3.3 Ekspektasi Peran dan Dinamika *Role Strain*

Ditinjau dari *Role Theory* Bruce. J. Biddle, Setiap peran memiliki seperangkat ekspektasinya sendiri (role expectation), dan ekspektasi tersebut menentukan bagaimana seorang individu berperilaku untuk mencapai tujuan pemenuhan peran tersebut. harapan ini adalah harapan-harapan orang lain tentang perilaku yang pantas, yang seharusnya ditunjukkan oleh seseorang yang mempunyai peran tertentu.

Berperan sebagai perempuan dalam keluarga yang mereproduksi bias gender, ditambah peran sebagai anak pertama yang memikul tuntutan dan sejumlah ekspektasi besar dari lingkungan keluarga yang tidak mendukung memicu adanya konflik peran dan fenomena *Eldest Daughter Syndrome*.

Ekspektasi dan tuntutan yang diberikan kepada anak perempuan ini cenderung menghasilkan konflik peran. Konflik peran (*role conflict*) merupakan gangguan peran dimana individu dihadapkan pada tuntutan yang bertentangan dari perannya yang

berbeda. Seringkali antara peran yang diambil tidak ada kompromi sehingga semakin banyak peran yang berbeda, maka akan semakin banyak energi psikis dan fisik yang terkuras (Nuqul, 2020).

Pada fenomena *Eldest Daughter Syndrome* ini, anak perempuan pertama terlalu memikul banyak peran. Bukan hanya menjadi seorang anak yang membantu orang tua, tetapi ia juga sebagai kakak dan beberapa waktu sebagai pengganti orang tua, ditambah pekerjaan domestik yang ia pikul. Peran ganda ini memicu terjadinya benturan antara kebutuhan untuk dirinya sendiri dengan kebutuhan untuk keluarganya, tak jarang mereka memendam lama apa yang menjadi keinginan pribadinya sehingga memupuk tekanan emosional (*role strain*) sehingga muncul *Eldest Daughter Syndrome*.

3.4 Implikasi Fenomena *Eldest Daughter Syndrome*

Implikasi fenomena *Eldest Daughter Syndrome* ini dapat berdampak pada aspek psikologis dan sosial. Anak sulung perempuan dengan *Eldest Daughter Syndrome* sering merasa harus sempurna dalam segala hal. Tanggung jawab besar dan tekanan dari keluarga maupun lingkungan untuk selalu bisa diandalkan membuat mereka menetapkan standar yang sangat tinggi sehingga tak jarang berdampak pada stres dan burnout (Seftian, 2024).

Kebiasaan untuk mendahulukan kebutuhan dan memprioritaskan keluarganya dibanding memprioritaskan dirinya sendiri memunculkan perasaan *Guilty* atau rasa bersalah dan egois ketika mengutamakan dirinya sendiri. tidak hanya berhenti pada faktor psikologis, fenomena ini memperkuat tradisi lama tentang pemahaman peran gender yang keliru, dari sosialisasi dan pembagian

peran yang timpang dalam keluarga menciptakan subordinasi pada perempuan, membatasi akses perempuan terhadap dunia sosialnya, serta membuat perempuan terbiasa mengambil peran domestik dan pengasuhan yang semestinya bukan hanya dipikul berdasarkan asumsi kodrati tentang peran perempuan.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Fenomena *Eldest Daughter Syndrome* merupakan kondisi tekanan psikologis dan sosial yang dirasakan oleh anak perempuan pertama marak terlihat di media sosial melalui cuitan - cuitan yang diunggah pada platform X. Kondisi ini bukan hanya dipandang sebagai permasalahan individu semata, pola yang berulang menyoroti keluhan tanggung jawab berlebih, tuntutan untuk selalu menjadi contoh baik bagi adik-adik, memikul ekspektasi sekitar, mengambil peran sebagai orang tua, hingga tuntutan pekerjaan domestik menjadi permasalahan struktural yang dirasakan oleh anak perempuan pertama dalam keluarga yang masih mereproduksi bias gender.

Proses sosialisasi dalam keluarga yang masih mereproduksi bias gender dan tidak memiliki pembagian tugas di dalamnya memicu terjadinya fenomena *Eldest Daughter Syndrome*. Anak perempuan pertama dibentuk dengan beban peran yang lebih besar dibanding anggota keluarga lain. Ekspektasi peran yang tinggi ini memunculkan berbagai tekanan, mulai dari konflik peran sampai dengan beban emosional yang membuat mereka lebih rentan mengalami stres, rasa bersalah ketika ingin mendahulukan diri sendiri, dan kelelahan emosional.

Dengan demikian fenomena ini bukan hanya tampak pada sisi psikologis, tetapi juga memperlihatkan bagaimana ketimpangan

peran gender masih direproduksi dalam keluarga. Perempuan tetap dibebani pekerjaan domestik dan pengasuhan, sementara akses mereka ke ruang di luar rumah jadi lebih terbatas.

Eldest Daughter Syndrome ini menunjukkan bahwa pembentukan peran dalam keluarga dan norma gender yang masih bias berkontribusi pada beban yang dipikul anak perempuan pertama. Kesadaran akan hal ini menjadi penting untuk dibangun agar keluarga dapat mulai menata ulang dalam membagi peran yang adil, sehingga tanggung jawab tidak terus-menerus jatuh pada anak perempuan pertama dan relasi keluarga dapat menjadi lebih setara.

DAFTAR PUSTAKA

- Azmi, N. (2025) *Memahami Eldest Daughter Syndrome dan Dampaknya, Hallo Sehat*. Available at: <http://hellowealth.com/mental/mental-lainnya/eldest-daughter-syndrome/>.
- Batubara, M.Z. and Fila, D.L. De (2023) 'Poken Bante: a Tradition of the Mandailing Community in Welcoming Eid Al-Fitr', *Analisa: Journal of Social Science and Religion*, 8(2), pp. 171–186. Available at: <https://doi.org/10.18784/analisa.v8i2.2105>.
- Creswell, J.W. (2014) *Research Design, Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (Fourth Edition)*. Singapore: SAGE Publications.
- Kozinets, R. V (2015) *Netnography: Redefined*. SAGE Publications.
- Maulidia, H. (2021) 'Perempuan dalam Kajian Sosiologi Gender: Konstruksi Peran Sosial, Ruang Publik, dan Teori Feminis', *Journal of Politics and Democracy*, 1(1), pp. 71–79. Available at: <https://doi.org/10.61183/polikrasi.v1i1.6>.
- Mulia, S.M. (2007) *Keadilan dan Kesenjangan Gender*. Yogyakarta: LKiS.
- Nawir, M. and Risfaisal, R. (2015) 'Subordinasi Anak Perempuan Dalam Keluarga', *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 3(1), pp. 29–37. Available at: <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v3i1.510>.
- Noviani, J. and Paramita, S. (2023) 'Pola Komunikasi Orang Tua Etnis Tionghua Medan dalam Mendidik Anak', *Koneksi*, 7(1), pp. 21–27. Available at: <https://doi.org/10.24912/kn.v7i1.15973>.
- Nuqul, F.L. (2020) *Teori peran (role theory)*. Available at: https://repository.uin-malang.ac.id/3755/1/Teori_Peran_Role_Theory.pdf.
- Pratiwi, A. (2021) 'Gerakan feminis digital di Indonesia', *Jurnal Perempuan*, 26(2).
- Rahmat, G., Sa'diah, H. and Januar (2025) 'Proses sosialisasi di keluarga, sekolah, dan masyarakat', *Jurnal Dinamika Pendidikan Nusantara*, 6(4), pp. 584–603. Available at: <https://ejournals.com/ojs/index.php/jdpn/article/view/3860>.
- Seftian, K. (2024) 'Eldest Daughter Syndrome': Beratnya Jadi Anak Sulung Perempuan, *Magdalene*. Available at: <https://magdalene.co/story/pengertian-eldest-daughter-syndrome/>.