



## Pengalaman Ketergantungan Emosional Terhadap Pasangan pada Perempuan yang Mengalami Fatherless

Dhea Sintamaharani<sup>1\*</sup>, Nadia Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum<sup>2</sup>, Ikhrom<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

[dheasintam245@gmail.com](mailto:dheasintam245@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [nadya.ariyanihn@walisongo.ac.id](mailto:nadya.ariyanihn@walisongo.ac.id)<sup>2</sup>, [ikhrom@walisongo.ac.id](mailto:ikhrom@walisongo.ac.id)<sup>3</sup>

Korespondensi penulis: [dheasintam245@gmail.com](mailto:dheasintam245@gmail.com)

**Abstract.** *The phenomenon of fatherlessness, where girls grow up without the physical or emotional presence of a father, has become a critical issue in adolescent psychosocial development. In Indonesia, rising divorce rates and family dysfunction have made this condition increasingly common. This study, conducted in Semarang, aims to explore the emotional experiences of women who have experienced fatherlessness, particularly in the context of romantic relationships. Using a qualitative approach with a phenomenological method, this research involved two female participants aged 19 and 21, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using thematic analysis. The findings reveal complex emotional dynamics, including emotional dependency on partners, difficulty in building trust, and emotional instability within relationships. However, variations were found in how participants responded to fatherlessness: one showed strong emotional attachment to her partner, while the other exhibited emotional independence and distance. In conclusion, fatherlessness influences how women construct and engage in romantic relationships. This study recommends providing psychosocial support to young women from fatherless families to help them build healthy attachment and emotional regulation skills.*

**Keywords:** *Emotional Dependency, Fatherless, Romantic Relationships*

**Abstrak.** Fenomena fatherless, yaitu kondisi di mana anak Perempuan tumbuh tanpa kehadiran ayah secara fisik atau emosional, menjadi isu penting dalam perkembangan psikososial remaja. Di Indonesia, tingginya angka perceraian dan disfungsi keluarga menjadikan kondisi ini semakin umum terjadi. Penelitian ini dilakukan di Semarang dan bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman emosional perempuan yang mengalami fatherless, khususnya dalam membangun hubungan percintaan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, melibatkan dua partisipan perempuan berusia 19 dan 21 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan mengalami dinamika emosional yang kompleks, seperti ketergantungan emosional terhadap pasangan, kesulitan memberikan kepercayaan, serta ketidakstabilan emosi dalam hubungan. Namun, terdapat variasi dalam respons terhadap kondisi fatherless, di mana satu partisipan menunjukkan pola relasi yang sangat lekat, sementara partisipan lain menunjukkan sikap mandiri dan menjaga jarak emosional. Kesimpulannya, fatherless memengaruhi cara perempuan memaknai dan menjalin hubungan romantis. Penelitian ini menyarankan pentingnya dukungan psikososial bagi remaja perempuan dengan latar belakang keluarga fatherless guna membangun keterikatan dan regulasi emosi yang sehat.

**Kata Kunci:** Ketergantungan Emosional, Tanpa Ayah, Hubungan Romantis

### 1. PENDAHULUAN

Fatherless adalah kondisi psikososial yang dialami individu ketika seorang anak tumbuh tanpa kehadiran ayah secara fisik, emosional, atau keduanya. Seperti yang dikemukakan oleh Riane Eisler (2004), bahwa fatherless bukan hanya merujuk pada ketiadaan secara biologis, tetapi juga pada tidak hadirnya peran ayah dalam mendampingi perkembangan anak secara emosional dan sosial. Ketidakhadiran ini dapat berdampak pada pola relasi interpersonal, termasuk dalam hubungan romantis ketika anak telah dewasa.

Lamb (2000) juga menyatakan bahwa fatherless tidak hanya merujuk pada kondisi di mana seorang ayah telah meninggal, tetapi juga mencakup ketidakhadiran fisik karena perceraian atau perpisahan, serta ketidakhadiran emosional meskipun secara biologis masih hadir. Di Indonesia, meningkatnya angka perceraian menjadi salah satu penyumbang utama meningkatnya jumlah anak yang tumbuh tanpa keterlibatan ayah. Setelah orang tua berpisah, anak kehilangan peran ayah dalam tumbuh kembangnya. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa 448.126 perceraian terjadi di Indonesia pada tahun 2022, menunjukkan tingkat perceraian yang masih tinggi. Dari sudut pandang sosial dan keagamaan, ketidakhadiran ayah membawa dampak psikososial yang kompleks. Dalam ajaran Islam, ayah memiliki peran sentral sebagai pemimpin dan pendidik dalam keluarga (Suyanto, 2013). Ketika peran ini tidak terpenuhi, maka keseimbangan emosional anak pun dapat terganggu.

Kondisi fatherless dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan emosional anak perempuan dalam menjalin hubungan percintaannya di masa depan. Figur ayah bagi anak perempuan berperan penting sebagai sumber kasih sayang, perlindungan, dan pembimbing di hidupnya. Fenomena fatherless terjadi karena adanya anggapan dalam budaya bahwa ayah tidak perlu terlibat dalam mengasuh anak. Tanggung jawab mengurus rumah tangga dan membesarkan anak sering sepenuhnya dibebankan kepada ibu. Zarkasyi dan Badri (2023) mengatakan bahwa akibatnya, banyak yang tidak menyadari dampak dari ketiadaan ayah, sehingga anak tumbuh dengan perasaan kehilangan peran ayah dalam hidupnya. Munjiat (2017) menyatakan bahwa sosok ayah menjadi panutan dalam berbagai aspek kehidupan anak, seperti cara berpikir, emosi, dan perilaku. Anak perempuan yang tumbuh tanpa kehadiran figur ayah, baik secara fisik maupun emosional, akan cenderung menghadapi kesulitan dalam menjalin hubungan percintaan yang sehat, seperti terlalu bergantung pada pasangan, ketidakstabilan emosi, atau kesulitan dalam mempercayai orang lain.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reuven-Krispin, dkk.(2021) menunjukkan bahwa individu yang tinggal di keluarga dengan partial father-absence (ketidakhadiran ayah sebagian) menunjukkan bahwa mereka memiliki kepuasan hubungan romantis yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang hidup dengan keluarga father-presence (ada kehadiran ayah). Individu dalam kelompok partial father-absence atau yang masih berhubungan dengan ayahnya tetapi tidak selalu konsisten atau stabil juga cenderung memiliki persepsi yang lebih rendah terhadap keintiman dalam hubungan romantis. Penelitian dari East et al. (2006) dan Ellis et al. (2003) menemukan bahwa perempuan yang

mengalami fatherless cenderung menunjukkan ketergantungan emosional yang tinggi terhadap pasangan, sebagai respons terhadap kebutuhan akan rasa aman dan afeksi yang tidak terpenuhi di masa kanak-kanak. Wahyuni et al (2024) juga menyatakan dampak yang kemungkinan terjadi pada anak dalam kondisi ini seperti merasakan kesepian, tidak memiliki kontrol diri yang baik, sulit percaya dengan orang lain terutama laki-laki, memiliki ketergantungan dengan orang lain, dan masalah psikologis lainnya. Jadi kehadiran ayah dalam kehidupan anak perempuan memainkan peran penting dalam membentuk kestabilan emosi dan kualitas hubungan romantis di masa dewasa.

Berdasarkan pada temuan-temuan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dampak fenomena fatherless mempengaruhi kebutuhan emosional anak perempuan dalam hubungan percintaan. Tujuan penelitian ini mencakup tiga aspek, yaitu: (1) ketergantungan emosional-apakah anak perempuan yang tumbuh tanpa figur ayah cenderung mencari sosok pengganti dalam pasangan mereka dan menjadi terlalu bergantung secara emosional?; (2) kesulitan dalam memberikan kepercayaan-bagaimana pengalaman tanpa figur ayah mempengaruhi kemampuan mereka untuk mempercayai pasangan dalam hubungan percintaan?; (3) ketidakstabilan emosi-apakah ketidakhadiran figur ayah berkontribusi pada tingkat kecemasan dan ketidakamanan emosional dalam hubungan percintaan?

Pendekatan ini didasarkan pada asumsi bahwa pengalaman fatherless bukan hanya berdampak pada fase kanak-kanak, tetapi juga turut membentuk pola relasi dan kebutuhan emosional individu di masa dewasa. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih dalam bagaimana perempuan fatherless memaknai hubungan dengan pasangan, serta bagaimana mereka menghadapi dinamika psikologis dalam relasi tersebut.

## **2. METODE**

Fatherless atau ketidakhadiran figur ayah dapat berdampak signifikan pada perkembangan psikologis dan emosional anak terutama pada anak perempuan dalam hubungan percintaanya di masa depan. Dalam penelitian ini, fokus utamanya adalah anak perempuan yang mengalami fatherless, baik karena perceraian, kematian, atau ketidakhadiran ayah secara emosional. Objek yang diambil disini adalah anak perempuan berusia 18-25 tahun yang mempunyai latar belakang keluarga fatherless.

Penelitian kualitatif ini mengkaji ketergantungan emosional, kesulitan dalam memberikan kepercayaan, dan ketidakstabilan emosi pada anak perempuan dengan pendekatan fenomenologi yang didasarkan pada data wawancara dan observasi yang

dilakukan. Pendekatan fenomenologi ini dilakukan untuk meneliti pengalaman individu dalam keluarga fatherless tentang bagaimana mereka memaknai ketergantungan emosional, kepercayaan, serta ketidakstabilan emosi dalam hubungan percintaannya.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling yang melibatkan 2 responden yang dipilih berdasarkan kriteria yang ditentukan. Kriteria sampel yang diambil yakni perempuan berusia 18-25 tahun dalam keluarga yang mengalami fatherless.

Penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama, peneliti memilih teman-teman di sekitar peneliti yang berasal dari keluarga fatherless dan bersedia untuk diwawancarai. Langkah pendahuluan ini penting untuk memastikan bahwa responden yang terpilih memiliki relevansi dengan topik penelitian dan bersedia berbagi pengalaman mereka terkait fenomena fatherless dalam hubungan percintaan. Tahap kedua, peneliti merestrukturisasi pertanyaan penelitian yang lebih spesifik dan menentukan metode penggalan data yang tepat untuk menjawab pertanyaan-pertanyaannya. Di tahap ini, peneliti menyusun jenis-jenis metode penggalan data yang digunakan yaitu wawancara mendalam secara langsung, bertujuan untuk menggali pengalaman pribadi informan tentang ketidakhadiran figur ayah dalam hidupnya dan pengaruhnya dalam hubungan percintaan. Tahap ketiga, adalah penggalan data melalui wawancara mendalam secara langsung. Wawancara yang dilakukan adalah untuk menggali data pengalaman pribadi anak perempuan yang tumbuh dalam keluarga fatherless tentang ketergantungan emosional, kesulitan memberikan kepercayaan, serta ketidakstabilan emosi dalam percintaannya. Wawancara dilakukan secara tatap muka untuk memastikan informasi yang lebih dalam dan mengkonfirmasi data yang diperoleh dari informan.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan analisis tematik. Langkah pertama adalah membuat transkrip wawancara untuk memperoleh data yang akurat. Selanjutnya, data dikodekan untuk mengidentifikasi tema utama, seperti ketergantungan emosional, kesulitan mempercayai pasangan, dan ketidakstabilan emosi. Setelah itu, tema-tema tersebut dikelompokkan dan dianalisis untuk memahami hubungan antar tema. Proses validasi dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara dengan literatur terkait dan melakukan pengecekan ulang dengan partisipan untuk memastikan kesesuaian data.

### 3. HASIL

Penelitian ini melibatkan dua partisipan penemuan yang memiliki latar belakang *fatherless* sejak kecil. Partisipan pertama yang berinisial F mengungkapkan bahwa ia mengalami kondisi di mana ayahnya jarang hadir secara fisik dan juga tidak menjalankan peran emosional maupun sosial secara aktif. F menyatakan bahwa secara finansial memang ayahnya sering mencukupi, tetapi ayahnya tidak menjalankan perannya sebagai seorang ayah yang hadir secara fisik dan emosional. Hal ini dialaminya sejak ia kelas 2 atau 3 SD, jadi ia merasakan ketidakhadiran figur ayah sejak usia 7 atau 8 tahun. Sementara itu, partisipan kedua yang berinisial R telah kehilangan figur ayahnya secara fisik sejak usia 3 tahun. R sendiri kurang tahu ayahnya kemana, setahu dia pada umur 3 tahun itu ayahnya pergi begitu saja meninggalkan keluarganya. Kedua partisipan saat ini dalam hubungan pacaran. Untuk informasi lebih rinci mengenai karakteristik partisipan dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1.** Data Demografis Partisipan Penelitian

<b>Inisial</b>	<b>Usia</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Tipe Fatherless</b>	<b>Lama Fatherless</b>	<b>Status Hubungan</b>
F	19	Perempuan	Ayah tidak berperan aktif	Sejak usia 7 atau 8 tahun	Pacaran
R	21	Perempuan	Ayah tidak hadir secara fisik	Sejak usia 3 tahun	Pacaran

#### **Ketergantungan Emosional pada Pasangan**

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, ditemukan bahwa F menunjukkan tingkat ketergantungan emosional yang tinggi terhadap pasangannya. Ia sering mencari dukungan emosional terutama saat merasa cemas, *overthinking*, atau mengalami masalah. Partisipan F merasa nyaman mencurahkan emosinya kepada pasangan dan membutuhkan validasi emosional untuk menstabilkan suasana hatinya. Sementara itu, partisipan R menunjukkan sikap yang lebih mandiri, jarang mencari dukungan emosional dari pasangan, dan lebih mengandalkan dirinya sendiri karena sudah terbiasa menghadapi berbagai masalah secara independen.

Perbedaan ini menunjukkan bahwa latar belakang keluarga *fatherless* memengaruhi tingkat ketergantungan emosional, namun respon setiap individu bisa berbeda. Partisipan F mencari pengganti figur ayah dalam pasangannya untuk mendapatkan rasa aman emosional. Sementara itu, partisipan R yang mengalami pengalaman hubungan gagal lebih

memilih untuk membangun ketahanan emosional sendiri tanpa terlalu mengandalkan pasangan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyuni et al. (2024), yang mengungkap bahwa perempuan yang mengalami fatherless cenderung menunjukkan pola keterikatan emosional yang berlebihan, baik berupa ketergantungan yang kuat maupun kecenderungan menarik diri. Hal ini menunjukkan bahwa ketergantungan emosional tidak bersifat satu bentuk saja, melainkan dapat berbeda-beda tergantung pada dinamika hubungan dan pengalaman hidup setiap individu. Partisipan yang mencari dukungan pasangan cenderung mencari kompensasi emosional, sedangkan yang mandiri justru berusaha menutupi kebutuhan emosionalnya secara independen. Untuk lebih rincinya, dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.** Ketergantungan emosional pada pasangan

Item	Aspek yang Diamati	Partisipan F	Partisipan R
1.	Intensitas kebutuhan akan dukungan emosional dari pasangan	Sering mencari dukungan emosional dari pasangan, terutama saat merasa takut atau menghadapi konflik. Merasa lebih nyaman mencurahkan emosi ke pasangan.	Tidak terlalu mencari dukungan emosional, lebih banyak mengandalkan diri sendiri karena sering mengalami kegagalan dalam hubungan.
2.	Ketergantungan dalam menghadapi situasi emosional sulit	Saat mengalami masalah besar dan pasangan menjadi satu-satunya tempat bercerita dan bergantung secara emosional.	Tidak merasa demikian, mengaku sudah terbiasa mandiri dan menyebut dirinya sebagai “independent woman”.
3.	Kebutuhan akan jaminan atau perhatian dari pasangan agar merasa aman secara emosional	Sering merasa butuh jaminan dan perhatian pasangan, terutama dalam bentuk kejelasan status hubungan. Contoh: ingin kepastian apakah pasangan masih mencintai atau tidak.	Jarang merasa butuh jaminan atau perhatian semacam itu.
4.	Respons terhadap kurangnya perhatian dari pasangan	Merasa kecewa dan akhirnya menyadari bahwa dirinya tidak bisa terlalu bergantung pada orang lain.	Biasa saja, tidak terlalu berekspektasi terhadap dukungan pasangan.
5.	Persepsi tentang pasangan sebagai figur ayah dalam hidup	Kadang-kadang merasa pasangan seperti sosok pelindung, terutama dalam situasi ketakutan atau ketika merasa sendiri.	Kadang iya, terutama ketika menghadapi bahaya atau butuh perlindungan, tetapi tidak selalu.

6.	Ketakutan terhadap ketidakamanan emosional jika tidak mendapat perhatian dari pasangan	Pernah merasa takut ditinggal, terutama jika merasa sangat sayang. Merasa butuh kehadiran pasangan untuk menjaga kestabilan emosional.	Tidak terlalu merasa takut, biasa saja karena merasa cukup dengan dirinya sendiri.
----	--	--	--

### Kesulitan Memberikan Kepercayaan

Sebagaimana ditunjukkan dalam hasil wawancara, kedua partisipan mengalami kesulitan untuk membuat pasangan percaya satu sama lain. Partisipan F sering merasa cemas dan berpikir terlalu banyak, terutama saat pasangan tidak memberikan kabar, yang dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu diselingkuhi. Partisipan R juga mengalami masalah kepercayaan, tidak nyaman dalam hubungan yang tidak pasti, dan khawatir tentang kemungkinan perselingkuhan.

Data menunjukkan bahwa kedua partisipan merasa takut kehilangan hubungan dan pengkhianatan karena pengalaman ayah yang tidak ada. Sementara partisipan F sangat cemas, partisipan R berusaha untuk tetap percaya pada pasangan meskipun merasa tidak aman. Hal ini menunjukkan bahwa kehilangan ayah dapat menyebabkan trauma emosional yang bertahan lama dalam hubungan percintaan.

Temuan ini sejalan dengan Reuven-Krispin et al. (2021) yang menyatakan bahwa ketidakhadiran ayah menyebabkan ketidakmampuan individu dalam membangun keintiman yang sehat dan kepercayaan dalam relasi. Penelitian ini memperkuat bahwa dampak fatherless tidak hanya melahirkan trust issue, tetapi juga mempengaruhi cara individu menyikapi keterbukaan emosional dan rasa aman. Dalam fenomena ini, ketidakhadiran figur ayah menyebabkan pasangan kesulitan mempercayai satu sama lain dalam hubungan romantis. Kedua partisipan memiliki pengalaman serupa dalam membangun kepercayaan, meskipun tingkat keparahan dan cara mereka menghadapinya berbeda. Untuk lebih rincinya, dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3.** Kesulitan memberikan kepercayaan

Item	Aspek yang Diamati	Partisipan F	Partisipan R
1.	Kesulitan memberikan kepercayaan kepada pasangan	Mengalami overthinking dan kecemasan saat pasangan tidak memberi kabar. Pengalaman diselingkuhi membuatnya	Memiliki trust issues dan mudah merasa kesepian, terutama saat pasangan sibuk. Kesulitan percaya karena pengalaman hubungan yang kurang baik sebelumnya.

		sulit percaya dan merasa tidak aman.	
2.	Situasi yang memicu rasa tidak percaya	Saat pasangan tidak memberi kabar tanpa penjelasan, muncul rasa curiga dan tidak nyaman.	Saat pasangan jarang terbuka atau enggan bercerita, muncul kesulitan untuk percaya sepenuhnya.
3.	Pengaruh ketidakhadiran ayah terhadap kepercayaan pada laki-laki	Sangat berpengaruh. Tidak adanya figur ayah menyebabkan overthinking dan kesulitan mempercayai laki-laki. Merasa perlu validasi dari pasangan.	Juga sangat berpengaruh. Tidak adanya kasih sayang dari ayah membuatnya ragu terhadap niat baik laki-laki dalam hubungan.
4.	Kecemasan dan ketakutan membuka diri karena pandangan terhadap figur ayah	Pernah merasa cemas membuka diri karena trauma masa lalu. Pengalaman sebelumnya membuatnya lebih hati-hati.	Sulit terbuka dengan laki-laki karena tidak terbiasa sejak kecil. Figur ayah yang tidak hadir memengaruhi cara bersikap dalam hubungan.

### **Ketidakstabilan Emosi**

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa kedua informan mengalami ketidakstabilan emosi dalam hubungan mereka. Partisipan R mengatakan bahwa dia juga mengalami perubahan mood yang cepat dan bergantung pada validasi pasangan untuk menjaga emosinya stabil. Namun, partisipan F juga mengalami perubahan mood, terutama saat terjadi konflik, tetapi dia cenderung melihatnya sebagai bagian dari karakter pribadinya daripada hanya karena dia tidak memiliki ayah dalam keluarganya.

Partisipan F mengalami ketidakstabilan emosi lebih karena kebutuhan akan rasa aman pasangan, yang tidak terpenuhi menyebabkan emosi menjadi labil. Partisipan R melihat perubahan emosi sebagai bagian dari proses adaptasi diri, bukan karena figur ayahnya. Hal ini menunjukkan bahwa mekanisme koping yang berbeda digunakan untuk mengelola emosi setiap orang.

Lerner (2011) menyatakan bahwa pengalaman diabaikan secara emosional oleh orang tua dapat menyebabkan kesulitan dalam mengatur emosi saat dewasa. Penelitian ini menambahkan bahwa partisipan tidak hanya mengalami masalah ketidakstabilan emosi, tetapi juga cenderung membangun identitas emosional tertentu sebagai respons jangka panjang terhadap kondisi fatherless. Untuk lebih rincinya, dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4.** Ketidakstabilan Emosi

Item	Aspek yang Diamati	Partisipan F	Partisipan R
1.	Perasaan emosi yang tidak stabil dalam hubungan (cepat marah, menangis, dsb)	Mengalami perubahan emosi yang cepat, mood swing parah. Emosi dipicu oleh kurangnya validasi dari pasangan. Tapi sekarang merasa lebih stabil karena pasangan memberikan perhatian dan dukungan.	Sering moody, terutama saat bertengkar. Sangat dipengaruhi oleh situasi emosional dalam hubungan.
2.	Cara mengelola emosi saat terjadi konflik dalam hubungan	Cenderung memendam dan menarik diri. Sering merasa tidak ada yang bisa memahami. Lebih memilih diam daripada meminta bantuan pasangan.	Saat sedih, merasa tambah sendiri. Tidak langsung marah, tapi butuh waktu untuk tenang. Merasa komunikasi dan suasana hati sangat memengaruhi kondisi emosional.
3.	Pengaruh ketidakhadiran ayah dalam kestabilan emosi dan perasaan cemas dalam hubungan	Merasa sangat berpengaruh. Sering merasa semua orang akan pergi, seperti yang terjadi dengan ayah. Butuh validasi dari pasangan agar merasa disayang.	Tidak terlalu merasa berpengaruh, menganggap itu memang bagian dari watak diri sendiri.
4.	Kebutuhan mencari rasa aman dan kenyamanan emosional dari pasangan, serta kaitannya dengan figur ayah	Sering merasa butuh rasa aman, karena pasangan memberi validasi dan solusi. Hal ini berkaitan dengan masa lalu tanpa figur ayah.	Jarang merasa kebutuhan seperti itu, lebih memilih untuk tidak terlalu bergantung pada pasangan. Kalau terlalu sering dikecewakan, bisa sampai mati rasa.

### Pembahasan

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa fenomena fatherless memiliki dampak yang signifikan terhadap kebutuhan emosional anak perempuan dalam hubungan percintaan di masa depan. Penelitian ini mengidentifikasi tiga aspek utama yang dipengaruhi oleh ketidakhadiran figur ayah, yaitu ketergantungan emosional yang tinggi terhadap pasangan, kesulitan dalam memberikan kepercayaan, dan ketidakstabilan emosi. Partisipan menunjukkan pola keterikatan yang bergantung secara emosional pada pasangannya sebagai bentuk pencarian pengganti figur ayah yang tidak hadir selama masa perkembangan. Selain itu, kepercayaan yang sulit dibangun dan perubahan emosi yang

drastis menjadi bukti dampak emosional yang ditinggalkan oleh ketidakhadiran ayah selama masa tumbuh kembang.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Reuven-Krispin et al. (2021) yang menemukan bahwa ketidakhadiran ayah akibat perceraian berkaitan dengan kepuasan hubungan romantis yang rendah dan kesulitan membangun keintiman yang sehat. Begitu pula Wahyuni et al. (2024) dalam studi fenomenologisnya menyebut bahwa perempuan dengan pengalaman fatherless menunjukkan gejala kesepian, ketidakpercayaan, dan ketergantungan emosional terhadap orang lain. Studi oleh Stephen dan Udisi (2016) juga menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga single-parent mengalami tantangan dalam perkembangan sosial-emosional karena kehilangan figur orang tua laki-laki sebagai pelindung utama. Penelitian oleh Fitroh dan Fitroh (2014) bahkan menyebutkan bahwa fatherless memengaruhi pencapaian akademik dan konsep diri, yang pada gilirannya bisa tercermin dalam pola relasi interpersonal. Di Indonesia, Ashari (2017) juga menggarisbawahi bahwa anak-anak yang kehilangan ayah mengalami hambatan emosional yang besar dan rentan mengembangkan kebutuhan akan afeksi dari luar keluarga.

Temuan ini menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah tidak hanya meninggalkan kekosongan dalam peran sosial, tetapi juga melemahkan dasar emosional yang penting untuk membangun hubungan yang sehat secara psikologis. Tanpa rasa aman yang terbentuk sejak dini, hubungan di masa dewasa cenderung dibangun di atas kerentanan seperti ketakutan akan penolakan, kebutuhan terus-menerus akan pengakuan, dan keterikatan emosional yang berlebihan.

Implikasi dari temuan ini penting, khususnya dalam konteks pendidikan keluarga, konseling, dan kesehatan mental. Perempuan yang tumbuh dalam keluarga fatherless menunjukkan kecenderungan membentuk relasi yang tidak seimbang secara emosional, yang pada akhirnya dapat memicu risiko relasi yang toksik atau tidak sehat. Oleh karena itu, penting bagi institusi sosial seperti sekolah dan lembaga layanan psikologi untuk menyediakan dukungan sejak dini bagi anak perempuan dengan latar belakang ini.

Secara psikologis, kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori attachment dari Bowlby, yang menekankan pentingnya figur kelekatan awal dalam membentuk regulasi emosi dan relasi interpersonal (Bowlby, 1988). Ketidakhadiran ayah sebagai figur secure base menyebabkan individu kesulitan membangun rasa percaya diri dan kestabilan afektif. Hal ini selaras dengan penelitian oleh Wood (2016) yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal yang sehat dibentuk dari pengalaman relasi yang aman di masa kanak-kanak.

Dengan demikian, langkah selanjutnya adalah memperkuat intervensi berbasis keluarga dan komunitas yang berfokus pada penguatan figur pengganti ayah (seperti guru, konselor, atau paman) serta memberikan akses psikososial berupa konseling atau pelatihan regulasi emosi kepada remaja perempuan dengan latar belakang fatherless. Selain itu, orang tua tunggal juga perlu diberikan pelatihan keterampilan parenting agar dapat mengisi celah emosional yang ditinggalkan oleh figur ayah.

## 5. KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa ketidakhadiran figur ayah dalam keluarga memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan emosional anak perempuan, terutama dalam konteks hubungan percintaan. Temuan utama yang berbeda dari penelitian sebelumnya adalah tingginya ketergantungan emosional pada pasangan, yang tidak hanya berfungsi sebagai pendukung utama, tetapi kadang-kadang mengambil peran sebagai figur ayah. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh psikologis jangka panjang dari ketidakhadiran ayah yang mempengaruhi pola hubungan dan kebutuhan emosional dalam kehidupan dewasa.

Riset ini memberikan kontribusi pada konsep ketergantungan emosional dalam konteks relasi romantis pada perempuan dengan pengalaman fatherless. Pendekatan fenomenologi yang digunakan memungkinkan pengungkapan makna subjektif dan pengalaman mendalam partisipan, yang tidak bisa dijangkau melalui metode kuantitatif. Dengan demikian, riset ini memperluas pemahaman konseptual tentang bagaimana fatherless tidak melulu bermakna “kekurangan,” tapi bisa membentuk strategi koping yang unik dan bervariasi pada perempuan dewasa muda.

Salah satu keterbatasan dari penelitian ini adalah keterbatasan jumlah informan yang terlibat, yang hanya mencakup sebagian kecil populasi yang memiliki pengalaman serupa. Oleh karena itu, untuk penelitian lanjutan, disarankan untuk melibatkan lebih banyak partisipan dari berbagai latar belakang budaya dan sosial ekonomi. Penelitian lanjutan juga bisa mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor lain yang mempengaruhi ketergantungan emosional, seperti pengaruh teman sebaya, pendidikan, atau pengaruh media dalam membentuk pandangan individu terhadap hubungan.

### **Implikasi**

Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan emosional dan pendampingan psikososial bagi perempuan yang mengalami fatherless, khususnya dalam

membentuk hubungan romantis yang sehat. Hasil temuan dapat menjadi landasan bagi pengembangan program konseling berbasis pengalaman masa lalu dan regulasi emosi, baik di lingkungan pendidikan maupun komunitas. Penelitian ini juga membuka ruang bagi studi lanjutan yang lebih mendalam dengan melibatkan lebih banyak partisipan dari berbagai latar belakang sosial-budaya untuk menggali lebih luas variasi respons emosional terhadap father absence. Selain itu, temuan ini dapat menjadi pertimbangan dalam kebijakan keluarga dan perlindungan anak, khususnya dalam mengintegrasikan peran ayah secara aktif dalam pengasuhan dan pendidikan emosional anak perempuan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ashari, Y. (2017). Fatherless in Indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15, 35–40. <https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=998915&val=5281&title=Fatherless%20in%20indonesia%20and%20its%20impact%20on%20childrens%20psychological%20development>
- Aulia, N., Ardina Makata, R., Suzana, L., Shamsu, H., Sultan, I., Ali, S., Begawan, S., & Darussalam, B. (2023). Peran penting seorang ayah dalam keluarga perspektif anak (Studi komparatif Keluarga Cemara dan keluarga broken home). *Socio Politica: Jurnal Ilmiah Jurusan Sosiologi*, 13(2), 87–94. <https://doi.org/10.15575/Socio-Politicia.V13I2.26845>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Fitroh, S., & Fitroh, S. F. (2014). Dampak fatherless terhadap prestasi belajar anak. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 1(2), 83–91. <https://doi.org/10.21107/pgpaudtrunojoyo.v1i2.3551>
- Ginawati, D. G. D. (2017). Meningkatkan perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui metode bermain peran (role playing).
- Lerner, H. (2011, November 27). Losing a father too early. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-dance-connection/201111/losing-father-too-early>
- Munjiat, S. M. (2017). Pengaruh fatherless terhadap karakter anak dalam perspektif Islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1). <https://doi.org/10.24235/Tarbawi.V2I1.2031>
- Nurniawati. (2002). *Gambaran kecemasan menikah pada perempuan dewasa awal yang mempunyai ayah yang berpoligami*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/16252>
- Olson, D. H., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2011). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths* (7th ed.).

[https://books.google.co.id/books/about/Marriages\\_and\\_Families\\_Intimacy\\_Diversit.html?hl=id&id=geXgngEACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/Marriages_and_Families_Intimacy_Diversit.html?hl=id&id=geXgngEACAAJ&redir_esc=y)

- Pahalani, P. S. (2015). Pengaruh pelatihan regulasi emosi untuk meningkatkan resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(2).
- Reuven-Krispin, H., Lassri, D., Luyten, P., & Shahar, G. (2021). Consequences of divorce-based father absence during childhood for young adult well-being and romantic relationships. *Family Relations*, 70(2), 452–466. <https://doi.org/10.1111/Fare.12516>
- Stephen, E. N., & Udisi, L. (2016). Single-parent families and their impact on children: A study of Amassoma community in Bayelsa State. *European Journal of Research in Social Sciences*, 4(9).
- Strongman, K. T. (2003). *The psychology of emotion: From everyday life to theory*. <https://lib.ui.ac.id>
- Wahyuni, R., Astri, A., Amabilis, T. R., & Teluma, S. (2024). Studi fenomenologis: “Self acceptance pada perempuan dengan pengalaman fatherless.” *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(5), 5646–5657. <https://doi.org/10.31004/Innovative.V4I5.15607>
- Wood, J. T. (2016). *Interpersonal communication: Everyday encounters*. [https://books.google.co.id/books/about/Interpersonal\\_Communication\\_Everyday\\_Enc.html](https://books.google.co.id/books/about/Interpersonal_Communication_Everyday_Enc.html)
- Zarkasyi, E. S. W., & Badri, M. A. (2023). Fenomena fatherless dalam keluarga perspektif hukum Islam. *Usrah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 4(2), 193–208. <https://doi.org/10.46773/USRAH.V4I2.765>