



## Pengaruh *Fatherless* terhadap Pembentukan Identitas dan Kesehatan Mental

Nita Amelia Suryaningtyas<sup>1\*</sup>, Chariva Aghna Ghaniya<sup>2</sup>, Sri Mulyeni<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Nasional PASIM, Indonesia

<sup>3</sup>Fakultas Ekonomi, Universitas Nasional PASIM, Indonesia

Email: [nitatyas65@gmail.com](mailto:nitatyas65@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [charivaaghna74@gmail.com](mailto:charivaaghna74@gmail.com)<sup>2</sup>, [slmulyeni88@gmail.com](mailto:slmulyeni88@gmail.com)<sup>3</sup>

\*Korespondensi Penulis

**Abstract.** *Fatherlessness is a condition in which individuals grow up without adequate paternal presence or involvement, either physically or emotionally. This condition is not only related to the absence of a father figure within the family structure, but also to the limited role of fathers in providing emotional support, moral guidance, and a sense of security for their children. The phenomenon of fatherlessness has the potential to cause various psychological wounds that affect personality development and mental well-being. This study aims to explore in depth the psychological experiences and forms of emotional distress experienced by fatherless individuals within the environment of Universitas Nasional Pasim Bandung. The study employed a qualitative approach using in-depth interviews with ten informants who had fatherless backgrounds due to divorce, death, or emotional unavailability of the father. The data were analyzed through processes of reduction, categorization, and conclusion drawing to obtain a comprehensive understanding. The findings indicate that the absence of a father has a significant impact on various aspects of psychological development, particularly self-esteem, emotional regulation, identity formation, and patterns of social relationships. Informants tended to experience self-doubt, heightened sensitivity to criticism, confusion regarding life direction, and difficulties in expressing and managing emotions. However, the experience of fatherlessness did not produce uniform effects across individuals. Informants who received strong emotional support from mothers, extended family members, or supportive social environments demonstrated better adaptive abilities in coping with emotional stress and building healthy interpersonal relationships. These findings emphasize that fatherlessness is not merely an issue of a father's physical absence, but a long-term psychological experience that shapes how individuals perceive themselves, others, and their surroundings.*

**Keywords:** *Child Psychology; Emotional Development; Family; Fatherless; Father's Role*

**Abstrak.** *Fatherless* merupakan kondisi ketika individu tumbuh tanpa kehadiran atau keterlibatan ayah yang memadai, baik secara fisik maupun emosional. Kondisi ini tidak hanya berkaitan dengan absennya figur ayah dalam struktur keluarga, tetapi juga mencakup minimnya peran ayah dalam memberikan dukungan emosional, arahan moral, serta rasa aman bagi anak. Fenomena *fatherless* berpotensi menimbulkan berbagai luka psikologis yang berdampak pada perkembangan kepribadian dan kesejahteraan mental individu. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam pengalaman psikologis serta bentuk luka emosional yang dialami oleh anak *fatherless* di lingkungan Universitas Nasional Pasim Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap sepuluh informan yang memiliki latar belakang *fatherless* akibat perceraian, kematian, maupun ketidakhadiran ayah secara emosional. Data dianalisis melalui proses reduksi, kategorisasi, dan penarikan kesimpulan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah memberikan dampak signifikan terhadap berbagai aspek perkembangan psikologis, khususnya harga diri, regulasi emosi, pembentukan identitas diri, serta pola hubungan sosial. Informan cenderung mengalami keraguan terhadap kemampuan diri, sensitivitas berlebihan terhadap kritik, kebingungan dalam menentukan arah hidup, serta kesulitan dalam mengekspresikan dan mengelola emosi. Namun demikian, pengalaman *fatherless* tidak menunjukkan dampak yang seragam pada setiap individu. Informan yang memperoleh dukungan emosional yang kuat dari ibu, keluarga besar, atau lingkungan sosial yang suportif menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tekanan emosional dan membangun relasi interpersonal yang sehat. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa *fatherless* bukan sekadar persoalan ketiadaan fisik ayah, melainkan merupakan pengalaman psikologis jangka panjang yang membentuk cara individu memandang diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya.

**Kata Kunci:** *Fatherless; Keluarga; Peran Ayah; Perkembangan Emosi; Psikologi Anak*

## 1. PENDAHULUAN

Keluarga adalah fondasi paling dasar dalam kehidupan sosial dan berperan sangat penting dalam membentuk perkembangan pribadi seseorang (Wendi & Kusmiati, 2022). Dalam konteks perkembangan anak dan remaja, kehadiran figur kedua orang tua memiliki fungsi yang tidak dapat ditawar. Secara khusus, peran ayah telah diakui krusial, tidak hanya sebagai figur otoritas dan penyedia nafkah, tetapi juga sebagai pembentuk rasa aman, penanaman nilai moral, serta penentu penting dalam konstruksi identitas dan konsep diri anak (Yuris et al., 2020). Realitas kontemporer sering menunjukkan peningkatan fenomena *fatherless*, di mana sosok ayah absen secara signifikan dari kehidupan anak, baik karena ketidakhadiran fisik (seperti perceraian, kematian, atau tuntutan pekerjaan) maupun ketidakhadiran emosional (minimnya keterlibatan dalam pengasuhan). Kondisi tersebut memunculkan ketidakseimbangan dalam struktur dan fungsi keluarga yang sering dikaitkan dengan istilah *broken home*. Ketidakhadiran peran ayah, baik secara fisik maupun emosional, berkontribusi pada munculnya berbagai tekanan psikologis pada anak dan remaja (Ntoma & Kusmawati Ati, 2024). Fenomena ini menjadi isu sentral karena ketidakhadiran peran ayah dalam pengasuhan (*fatherless*) terbukti memiliki dampak luas dan mendalam pada perkembangan psikologis mereka.

Secara spesifik, studi-studi terdahulu telah mengaitkan *fatherless* dengan gangguan dalam pembentukan psikologis. Dampak *fatherless* secara langsung terlihat pada pembentukan identitas dan harga diri, ketidakhadiran ayah dapat melemahkan penerimaan diri dan harga diri anak, bahkan memicu masalah dalam penyesuaian sosial dan kesulitan penentuan identitas diri (Wendi & Kusmiati, 2022). Selain itu, figur ayah yang minim peranannya juga berpotensi menyebabkan anak, khususnya perempuan, mengalami apa yang disebut sebagai deformasi diri (Wulandari et al., 2023).

Dampak *fatherless* menjalar ke aspek kesehatan mental dan emosional (Sigiro et al., 2022). Konsekuensi psikologis dari kondisi ini mencakup timbulnya distress emosional, kesulitan dalam interaksi sosial, dan peningkatan risiko gangguan kesehatan mental pada remaja (Ariyanto, 2023). Penelitian juga konsisten menunjukkan hubungan erat antara *fatherless* dengan isu *self-esteem* remaja dan berbagai faktor yang memengaruhinya (Ariyanti & Purwoko, 2023). Bahkan, kondisi ini turut berkontribusi pada masalah perilaku yang lebih kompleks, seperti indikasi penyimpangan sosial dan secara umum, memengaruhi kesejahteraan anak dan remaja secara keseluruhan (Hertinjung et al., 2022).

Mengingat kompleksitas dan urgensi dampak yang ditimbulkan oleh fenomena *fatherless* terhadap aspek-aspek krusial dalam perkembangan individu, penelitian ini dipandang sangat penting untuk dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara

mendalam dan sistematis mengenai pengaruh fenomena *fatherless* terhadap tiga aspek fundamental dalam perkembangan individu, yaitu pembentukan identitas, harga diri, dan kesehatan mental pada anak dan remaja. Diharapkan, hasil kajian ini dapat memberikan kontribusi signifikan, baik secara teoritis dalam ilmu psikologi perkembangan maupun secara praktis sebagai dasar untuk merumuskan intervensi psikososial yang efektif guna memperkuat peran ayah dan memberikan dukungan yang tepat bagi anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga tanpa kehadiran figur ayah yang optimal.

## 2. KAJIAN TEORI

*Fatherless* dapat diartikan sebagai ketiadaan sosok ayah yang memberikan peran fungsional dalam kehidupan anak, baik karena absen secara fisik maupun emosional (Ntoma & Kusmawati Ati, 2024). Absennya peran ayah yang seharusnya menjadi model dan sumber dukungan yang unik menciptakan ketidakseimbangan dalam keluarga. Peran ayah secara psikologis melampaui sekadar penyedia nafkah, melainkan juga bertindak sebagai jembatan yang memperkenalkan anak pada batasan sosial dan keterampilan penyelesaian masalah. Ketika peran ini tidak dijalankan secara optimal, hal itu memicu kondisi *fatherless* yang berdampak serius pada psikologis remaja, karena kebutuhan tidak terpenuhi (Yuris et al., 2020). Kekosongan ini seringkali memicu distorsi dalam fungsi keluarga, membuat remaja kehilangan figure otoritas yang penting untuk perkembangan moral dan sosial mereka.

Dampak *fatherless* sangat signifikan terhadap pembentukan identitas dan harga diri. Anak yang mengalami kondisi ini sering menghadapi kesulitan dalam menentukan jati diri dan berpotensi mengalami pandangan diri yang menyimpang karena kurangnya panutan (Wulandari et al., 2023). Ketidakhadiran model peran yang positif menghambat proses eksplorasi identitas remaja, menyebabkan mereka sulit mengambil keputusan penting atau menetapkan tujuan hidup yang jelas. Bersamaan dengan itu, harga diri (*self-esteem*) juga terancam, sebab *fatherless* adalah faktor yang erat dikaitkan dengan rendahnya *self-esteem* remaja, bahkan menimbulkan pandangan negatif terhadap diri sendiri (Iskandar et al., 2023). Kurangnya validasi, pujian, dan afirmasi yang seharusnya didapatkan dari seorang ayah berkontribusi pada internalisasi rasa tidak berharga, membuat remaja rentan terhadap kritik dan cenderung mencari validasi dari lingkungan luar (Wendi & Kusmiati, 2022).

*Fatherless* memiliki kaitan serius dengan Kesehatan mental. Disfungsi keluarga karena absennya ayah menjadi pemicu masalah Kesehatan mental, karena lingkungan rumah gagal menjadi tempat yang aman untuk regulasi emosi (Ariyanto, 2023). Hilangnya figur ayah sebagai penyangga emosional (*emotional buffer*) mengakibatkan remaja kesulitan mengelola

tekanan hidup, yang sering kali ditandai dengan peningkatan tekanan emosional (*distress*), kecemasan, dan gejala depresi. Secara umum, kurangnya keterlibatan ayah menurunkan kesejahteraan psikologis anak, bahkan dikaitkan dengan perilaku beresiko seperti penyimpangan seksual (Hertinjung et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa absennya ayah tidak hanya meninggalkan luka psikologis tetapi juga memperburuk kerentanan remaja terhadap masalah perilaku maladaptif. Hal ini menegaskan bahwa *fatherless* merupakan fenomena multidimensi dalam psikologi perkembangan. Luka psikologis yang ditimbulkannya tidak berdiri sendiri, melainkan saling terkait dan berkontribusi pada serangkaian masalah yang kompleks.

Ketidakhadiran sosok ayah sebagai model peran yang utuh mempersulit remaja dalam mencapai status identitas yang stabil, yang kemudian secara langsung melemahkan harga diri (*self-esteem*) mereka. Kerentanan identitas dan harga diri ini pada akhirnya menciptakan risiko masalah Kesehatan mental, termasuk tekanan emosional (*distress*), depresi dan perilaku menyimpang. Oleh karena itu, penelitian ini menekankan bahwa *fatherless* harus dipandang sebagai krisis perkembangan yang membutuhkan analisis holistic dan mendalam mengenai interaksi antara identitas, harga diri, dan kesejahteraan mental pada populasi remaja. Penelitian ini hadir untuk mengupas alur pengaruh kompleks tersebut.

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang berbasis filsafat postpositivisme, digunakan untuk mempelajari kondisi objek secara alami, teknik pengumpulan data melalui triangulasi, analisis induktif atau tematik, serta hasil yang lebih menekankan makna ketimbang generalisasi (Sugiyono, 2018). Subjek penelitian dipilih secara purposive sebanyak 10 orang informan di lingkungan Unas Pasim Bandung. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur. Analisis data dilakukan secara tematik, yaitu proses identifikasi, analisis, dan pelaporan pola atau tema yang berulang dalam data wawancara untuk menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara mengenai perasaan saat ditinggalkan oleh ayah, informan D menyatakan “saya merasa kurang berharga dan sering meragukan kemampuan diri karena tidak ada figur ayah yang memberi dorongan.” Senada dengan informan G yang mengungkapkan “saya merasa tidak percaya diri saat harus mengambil keputusan karena sejak kecil saya tidak memiliki panutan laki-laki.” Informan RH juga menyampaikan “saya merasa minder ketika

melihat teman-teman yang mendapatkan perhatian dan dukungan dari ayah mereka.” Berbeda dengan informan F yang mengatakan “saya merasa mampu berdiri sendiri meskipun tanpa ayah, tetapi kadang ada rasa kosong yang sulit dijelaskan”.

Hasil analisis mengenai pengalaman harga diri ini mengindikasikan bahwa sebagian besar informan merasakan ketidakstabilan dalam menilai makna diri, terutama ketika berhadapan dengan situasi yang menuntut keyakinan dan validasi internal. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Prihandin & Boediman, 2019) yang menyebutkan bahwa remaja fatherless lebih rentan terhadap rendahnya persepsi kompetensi diri dan mengalami kesulitan mengembangkan penghargaan terhadap diri mereka sendiri.

Dalam kaitannya dengan pengalaman emosional saat berhadapan dengan kritik eksternal, serta apakah kegagalan ayah dalam mendukung membuat meragukan nilai atau kemampuan diri, informan A menyampaikan “saya merasa cepat tersinggung dan mudah menyerah ketika orang lain mengomentari kekurangan saya, mungkin karena sejak kecil saya tidak punya sosok ayah yang memberi semangat.” Informan NL juga menuturkan “saya merasa takut dinilai buruk oleh orang lain, seperti terus-menerus ingin membuktikan sesuatu yang sebenarnya saya sendiri tidak tahu apa.” Informan NA mengatakan “saya merasa harus bekerja dua kali lebih keras supaya tidak terlihat lemah.” Sementara itu informan M mengungkapkan “saya merasa baik-baik saja dengan komentar orang lain, tetapi kadang ada momen saya mempertanyakan apakah saya cukup baik tanpa kehadiran ayah.”

Pola ini memperlihatkan bahwa kehadiran ayah memiliki peran dalam memberikan rasa aman emosional bagi anak, sehingga ketiadaannya menimbulkan sensitivitas terhadap evaluasi dari lingkungan sosial. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Wardah Annisa et al., 2024) yang menyatakan bahwa absennya figur ayah berhubungan dengan meningkatnya sensitivitas terhadap kritik dan kurangnya regulasi emosi positif.

Dalam proses pencarian identitas diri, serta apakah ketiadaan bimbingan ayah membuat sulit menentukan siapa diri dan kemana harus melangkah, informan A mengungkapkan “saya bingung menentukan arah hidup dan sering merasa tidak tahu siapa diri saya.” Pernyataan tersebut diperkuat oleh informan NL yang mengatakan “saya tidak punya gambaran tentang seperti apa seharusnya peran laki-laki atau ayah dalam keluarga, makanya saya sering mempertanyakan keputusan saya sendiri.” Informan NA menuturkan “saya perlu mencoba banyak hal hanya untuk mencari bagian mana yang cocok dengan diri saya.” Informan M memberikan pernyataan yang sedikit berbeda dengan mengatakan “perjalanan menemukan identitas diri saya justru membuat saya lebih mandiri.”

Proses pencarian identitas yang dialami informan memperlihatkan adanya kebutuhan untuk memahami peran diri di tengah lingkungan yang tidak menyediakan figur ayah sebagai model. Kondisi ini sejalan dengan temuan (Dita, 2022) yang menyebutkan bahwa remaja yang tumbuh tanpa ayah lebih sering mengalami kebingungan identitas serta membutuhkan waktu lebih lama untuk membangun *sense of self* yang stabil.

Pada aspek pembentukan identitas yang lebih dalam, serta apakah ada momen ayah mengecewakan atau mengabaikan kebutuhan emosional yang membuat meragukan nilai diri, informan RR menyampaikan “perjalanan menemukan diri saya sering terganggu oleh pertanyaan-pertanyaan dalam kepala, seperti apakah saya layak, apakah saya bisa, dan apakah keputusan saya benar.” Informan G juga mengungkapkan “saya sering membandingkan diri saya dengan teman yang memiliki ayah, dan itu membuat saya merasa berbeda.” Informan RH menyampaikan “saya merasa seperti tidak punya tempat bertanya ketika bingung mengambil langkah hidup.” Berbeda dengan yang lain, informan F mengatakan “saya tetap bisa menemukan siapa diri saya meski tidak ada figur ayah, walaupun kadang saya berharap ada seseorang yang bisa jadi panutan.”

Beragam pandangan tersebut memperlihatkan bahwa pencarian identitas pada remaja fatherless berlangsung dalam proses yang lebih emosional dan seringkali penuh keraguan. Hal tersebut selaras dengan studi oleh (Putri & Irawan, 2019) yang menjelaskan bahwa kehadiran ayah memberi kontribusi dalam pembentukan identitas peran, nilai, dan konsep diri anak, sehingga ketiadaannya menciptakan ruang pertanyaan yang lebih luas dalam proses perkembangan.

Dari segi kesehatan mental yang dieksplorasi dalam wawancara, serta dukungan emosional seperti apa yang diharapkan dari ayah dan bagaimana perasaan berubah ketika gagal mendapatkannya, informan RR menyampaikan “saya merasa lebih mudah cemas ketika menghadapi tekanan, seperti ada beban yang tidak jelas sumbernya.” Informan G mengatakan “saya merasa sedih ketika mengingat masa kecil saya yang tidak seperti teman-teman lain.” Informan RH menuturkan “saya merasa marah tanpa alasan ketika mengingat bahwa ayah tidak pernah hadir.” Berbeda dengan informan F yang mengatakan “saya bisa mengatasi emosi saya sendiri, meskipun kadang ada saat-saat ketika saya merasa kehilangan dan tidak tahu harus bagaimana.”

Kondisi ini mengindikasikan bahwa ketiadaan ayah selama masa perkembangan berkontribusi pada munculnya tekanan emosional yang beragam, mulai dari kecemasan, kesedihan, hingga kemarahan. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Rahmasari et al., 2024)

yang menyatakan bahwa remaja *fatherless* cenderung menunjukkan gejala kecemasan dan *distress emosional* yang lebih tinggi dibandingkan remaja yang tumbuh dengan figur ayah.

Dalam hal ekspresi perasaan dan pola adaptasi terkait kesehatan mental serta dukungan emosional yang diharapkan dari ayah, informan A menambahkan bahwa “saya sulit mengekspresikan perasaan karena terbiasa menghadapi semuanya sendiri, jadi ketika sedih atau marah saya memilih diam.” Informan NL menyampaikan “saya merasa cepat lelah memikirkan hubungan keluarga saya, seperti membawa beban yang tidak bisa dijelaskan.” Informan NA mengatakan “saya merasa sering memendam masalah karena takut dianggap merepotkan orang lain.” Informan M menyampaikan “saya merasa sering tidak stabil secara emosional, walaupun saya berusaha menunjukkan bahwa semuanya baik-baik saja.”

Variasi pengalaman emosional ini memperlihatkan bahwa pola adaptasi remaja *fatherless* terkait kesehatan mental sangat dipengaruhi oleh strategi koping yang mereka bangun sejak kecil. Penelitian (Indra Abdul Majid et al., 2024) menunjukkan bahwa remaja *fatherless* lebih berisiko mengalami tekanan psikologis, terutama ketika tidak memiliki sistem dukungan emosional yang kuat dalam keluarga.

Dalam konteks hubungan sosial serta bagaimana pengalaman ini mengubah cara memandang hubungan dan kepercayaan, informan RR menyampaikan “saya merasa sulit mempercayai orang lain, terutama laki-laki, karena saya tidak pernah punya gambaran ayah yang bisa dijadikan contoh.” Informan G menambahkan “saya merasa takut dijauhi atau ditinggalkan, seperti pengalaman saya dengan ayah.” Informan RH mengatakan “saya merasa hubungan saya dengan teman atau pasangan mudah dipengaruhi emosi yang saya bawa dari masa kecil.” Namun informan F mengatakan “saya mampu menjalin hubungan dekat, meski tetap ada rasa hati-hati agar tidak terluka.”

Dari pemaparan informan, kualitas hubungan sosial remaja *fatherless* seringkali dipengaruhi oleh pengalaman emosional masa kecil mereka terhadap figur ayah. Studi oleh (Awallia & Cahniyo, 2024) mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa remaja *fatherless* cenderung mengalami kesulitan membangun kepercayaan interpersonal yang stabil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah membawa pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan psikologis para informan. Pengalaman mereka menggambarkan bahwa ayah bukan hanya sekadar sosok dalam keluarga, tetapi juga berperan dalam membentuk rasa percaya diri, arah identitas, dan kestabilan emosi (Muslimin, 2025). Karena itu, ketika figur tersebut tidak hadir, banyak proses perkembangan yang berjalan tidak seimbang.

Dari pemaparan informan mengenai harga diri, terlihat bahwa sebagian besar informan tumbuh dengan perasaan ragu terhadap kemampuan diri. Pernyataan seperti merasa minder, tidak percaya diri, atau mudah goyah ketika mendapat kritik menunjukkan bahwa dukungan verbal dan emosional dari ayah sebenarnya berpengaruh besar dalam membangun keyakinan diri anak (Riska et al., 2025). Beberapa informan memang menyatakan mampu berdiri sendiri, namun tetap menggambarkan adanya rasa kosong yang tidak sepenuhnya hilang. Hal tersebut sesuai dengan peneliti sebelumnya yang menemukan bahwa remaja *fatherless* cenderung memiliki *self-esteem* yang tidak stabil karena kurangnya dorongan dari figur ayah pada masa pertumbuhan mereka (Prihandin & Boediman, 2019).

Pada aspek identitas diri, informan banyak menceritakan kebingungan yang mereka alami terkait arah hidup, peran diri, atau keputusan pribadi. Beberapa dari mereka mencari jati diri dengan mencoba banyak hal, sementara yang lain sering mempertanyakan nilai-nilai yang mereka anut. Kebingungan ini dapat terjadi karena ayah biasanya menjadi salah satu rujukan anak dalam membentuk gambaran diri dan memahami peran sosial. Tanpa figur tersebut, remaja harus mencari referensi dari lingkungan lain, yang tidak selalu konsisten. Namun ada juga informan yang merasa pengalaman ini justru membuat mereka lebih mandiri. Hal tersebut menunjukkan bahwa dampak *fatherless* tidak selalu sama pada setiap individu, tergantung bagaimana mereka menyesuaikan diri dan dukungan apa yang mereka dapatkan dari lingkungan (Khusna, 2025).

Dari sisi kesehatan mental, pengalaman para informan menunjukkan adanya tekanan emosional yang cukup kuat. Perasaan seperti cemas tanpa alasan jelas, mudah sedih, mudah marah, atau cepat lelah secara emosional banyak muncul pada informan. Ada juga yang mengaku terbiasa memendam perasaan karena sejak kecil tidak punya tempat yang menurut mereka aman untuk bercerita. Pola ini menggambarkan bahwa kehadiran ayah sebenarnya membantu anak belajar mengatur emosi. Ketika peran itu tidak ada, remaja lebih banyak menyimpan perasaan seorang diri, yang kemudian mempengaruhi kestabilan mental mereka (Baihaqi et al., 2025). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa remaja yang tumbuh tanpa ayah memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan dan distress emosional (Sigiro et al., 2022).

Hal lain yang terlihat dari pemaparan informan adalah bagaimana pengalaman *fatherless* mempengaruhi hubungan sosial mereka. Beberapa informan merasa sulit mempercayai orang lain, terutama laki-laki, karena pengalaman awal mereka membuat mereka takut ditinggalkan atau diperlakukan dengan cara yang sama. Ada juga yang mengakui bahwa emosi masa kecil mereka sering terbawa ke dalam hubungan pertemanan atau hubungan romantis. Meski begitu,



tidak semua informan mengalami hambatan berat; ada juga yang mampu menjalin hubungan dekat dengan baik, walaupun tetap menjaga jarak untuk menghindari rasa sakit emosional. Pola ini menunjukkan bahwa pengaruh *fatherless* terhadap hubungan sosial berbeda pada setiap individu, tergantung bagaimana mereka memaknai pengalaman masa kecilnya (Maharani et al., 2024).

Secara umum, penelitian ini memperlihatkan bahwa pengalaman tumbuh tanpa ayah membentuk pola perkembangan psikologis yang khas pada para informan. Dampaknya tidak berdiri sendiri, tetapi saling berhubungan antara harga diri, pencarian identitas, kestabilan emosi, dan hubungan sosial. Ada yang mampu beradaptasi dengan baik, ada juga yang masih membawa beban emosional hingga remaja. Temuan ini menguatkan bahwa *fatherless* bukan hanya persoalan fisik tidak adanya ayah, tetapi juga persoalan psikologis yang berlangsung bertahun-tahun dan membentuk cara individu memandang diri sendiri serta lingkungannya.

## 5. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman tumbuh tanpa kehadiran ayah berpengaruh terhadap perkembangan psikologis mahasiswa Universitas Nasional Pasim Bandung. Ketidakhadiran figur ayah berdampak pada harga diri, regulasi emosi, pembentukan identitas diri, serta cara informan membangun hubungan sosial. Banyak informan menunjukkan keraguan terhadap kemampuan diri, sensitivitas terhadap kritik, kebingungan arah hidup, serta kecenderungan memendam emosi. Pengalaman tersebut juga memengaruhi rasa aman emosional dan kepercayaan interpersonal, terutama dalam hubungan yang melibatkan kedekatan emosional, baik dalam pertemanan maupun hubungan personal lainnya. Kondisi ini membuat sebagian informan lebih berhati-hati dalam menjalin relasi dan cenderung menghindari keterikatan emosional yang terlalu dalam.

Pengalaman *fatherless* tidak memberikan dampak yang sama pada setiap individu. Perbedaan cara informan memaknai ketidakhadiran ayah membentuk variasi respons psikologis dan strategi penyesuaian diri. Informan yang memperoleh dukungan emosional dari ibu, keluarga, atau lingkungan sosial menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam mengelola emosi, menghadapi tekanan, serta menjalin relasi sosial yang lebih stabil. Sebaliknya, keterbatasan dukungan emosional cenderung memperkuat perasaan kehilangan, kesepian, dan beban emosional yang dipendam dalam jangka panjang. *Fatherless* juga membentuk pola perkembangan psikologis yang khas dan berlangsung secara berkelanjutan, sehingga keberadaan figur pendukung dan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan

menjadi faktor penting dalam membantu individu mengurangi dampak emosional akibat ketiadaan ayah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid, I., & Abdullah, M. N. A. (2024). Melangkah tanpa penuntun: Mengeksplorasi dampak kehilangan ayah terhadap kesehatan mental dan emosional anak-anak. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, dan Budaya Nusantara*, 3(2), 7259–7272. <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i2.3488>
- Ariyanti, V., & Purwoko, B. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi self-esteem remaja: Literature review. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(3), 362–368. <https://doi.org/10.26539/teraputik.63i389>
- Ariyanto, K. (2023). Dampak keluarga broken home terhadap anak. *Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 3(1). <https://doi.org/10.37329/metta.v3i1.2380>
- Awallia, R., & Cahniyo, W. K. (2024). Dampak fatherless terhadap perkembangan emosional anak usia dini. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 101–112. <https://doi.org/10.32678/assibyan.v9i1.10017>
- Baihaqi, I., Hastuti, D., & Megawati, S. (2025). Keterlibatan dan kelekatan ayah terhadap kematangan sosial anak: Peran mediasi regulasi emosi. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 13(2), 711–731.
- Dita, V. (2022). *Peran komunikasi persuasif orang tua dalam pembentukan jati diri remaja*.
- Hertinjung, W. S., Nurfirdausa, L., & Aulia, S. N. (2022). Peran pola asuh orang tua dengan penyimpangan seksual: Literature review. *Epigamia*, 19(1). <https://doi.org/10.32722/epi.v19i1.4448>
- Iskandar, A., Prasetyo, E., & Mulya, H. (2023). Dinamika self-esteem pada pria emerging adulthood yang fatherless. *Experientia*. <https://doi.org/10.33508/exp.v11i2.5122>
- Khusna, M. (2025). *Dampak fatherless terhadap psikologis anak perspektif sosial normatif: Studi kasus di Yayasan Rumah Singgah Bumi Damai Kotagede Yogyakarta*.
- Maharani, N. A., Muntafi, M. S., & Anyar, G. (2024). Proceedings of PsychoNutrition Student Summit. *Journal of PsychoNutrition*, 1(1), 22–33.
- Muslimin, I. I. (2025). *Pengaruh fatherless terhadap kepribadian anak*.
- Ntoma, V. N., & Ati, K. (2024). Dampak fatherless terhadap kenakalan remaja. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(4), 139–148. <https://doi.org/10.62383/wissen.v2i4.374>
- Prihandin, G. R., & Boediman, L. M. (2019). Pengaruh persepsi keterlibatan ayah dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja awal. *Jurnal Ecopsy*, 6(2). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v6i2>
- Putri, I. P., & Irawan, S. (2019). Hubungan antara tipe kepribadian dengan interaksi. *Jurnal Mimbar Ilmu*, 24(1), 89–94. <https://doi.org/10.23887/mi.v24i1.17456>
- Rahmasari, D., Rachmawati, T. S., Darmawanti, I., & Oktaviana, M. (2024). Social support as a coping mechanism for fatherless adolescents. *Procedia of Social Sciences and Humanities*, 6, 152–162.

- Riska, D., Devi, S., Nur, S., Wandayanti, A., Saputri, A. D. B., & Anwar, I. F. (2025). Self-confidence pada anak yang mengalami fatherless. *Humanitas*, 9(1), 111–131. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v9i1.8927>
- Sigiro, J., Alexander, F., & Al-Ghifari, M. (2022). Dampak keluarga broken home pada kondisi mental anak.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan tindakan*.
- Wardah Annisa, S., Ade Salsabila, A., & Mahmud, A. M. (2024). Perkembangan emosional remaja broken home. 4(1).
- Wendi, R., & Kusmiati, R. (2022). Gambaran harga diri wanita dewasa awal yang mengalami fatherless akibat perceraian orang tua. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(3), 0–00. [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)
- Wulandari, H., Ulfa, M., Shafarani, D., & Indonesia, U. P. (2023). Dampak fatherless terhadap perkembangan anak. *Jurnal Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/10.31000/ceria.v12i1.9019>
- Yuris, E., Darmayanti, N., & Minauli, I. (2020). Hubungan peran ayah dan dukungan sosial teman sebaya dengan determinasi diri pada remaja pecandu narkoba di Klinik Pemulihan Adiksi Medan Plus. *Tabularasa*. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i2.268>