

**Ketiadaan Peran Ayah (*Fatherless*) terhadap Perkembangan Kepribadian dan Regulasi Emosi Anak****<sup>1</sup>Rafi Alqifary\*, <sup>1</sup>Sri Nurhayati Selian**<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, Banda AcehEmail Korespondensi: [rafialqifary69@gmail.com](mailto:rafialqifary69@gmail.com)**Article Info****Article history:**

Received : April 20, 2026

Revised : May 31, 2026

Accepted : June 30, 2026

**Keywords:***Child Personality, Emotion Regulation, Child Development, Fatherless***DOI:**

10.70115/harapan.v3i1.434

**ABSTRACT**

*This study aims to examine how the absence of a father figure (fatherlessness) influences children's personality development and emotional regulation. Fatherlessness has become an increasingly significant issue in contemporary family studies, as the father's role extends beyond economic support to include emotional guidance, socialization, and the formation of children's psychological well-being. The absence of paternal involvement may hinder children's ability to regulate emotions, establish healthy interpersonal relationships, and develop positive self-concepts. This research employed a qualitative approach using a case study design. Data were collected through in-depth semi-structured interviews with three participants who experienced fatherlessness during their developmental years. The collected data were analyzed using thematic analysis to identify recurring patterns, meanings, and experiences related to emotional regulation and personality development. The findings indicate that the absence of a father figure contributes to emotional instability, reduced self-confidence, weakened self-control, feelings of insecurity, and challenges in building meaningful social relationships. Participants also reported experiencing greater vulnerability to stress and difficulties in managing negative emotions. Nevertheless, the study reveals that these adverse effects can be mitigated through the presence of supportive substitute figures, such as mothers, grandparents, extended family members, teachers, or mentors, as well as positive social environments that provide emotional security and consistent guidance. The study concludes that a father's presence plays a crucial role in fostering healthy personality development and effective emotional regulation. However, supportive family and community environments can function as protective factors that help children adapt and develop resilience despite experiencing fatherlessness.*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

©2026 Rafi Alqifary, Sri Nurhayati Selian

## PENDAHULUAN

Fenomena absennya figur ayah (*fatherless*) menjadi salah satu topik krusial dalam studi psikologi perkembangan anak, yang semakin mendesak dalam kerangka masyarakat kontemporer. Transformasi struktur keluarga, termasuk eskalasi tingkat perceraian, kehilangan orang tua akibat kematian, tingginya mobilitas pekerjaan, serta minimnya partisipasi ayah dalam pengasuhan, telah menyebabkan peningkatan prevalensi anak yang berkembang tanpa figur ayah yang kuat. Situasi ini tidak hanya mengganggu konfigurasi keluarga, tetapi juga memengaruhi kualitas maturasi psikologis anak secara holistik. Ayah berfungsi bukan sekadar sebagai penyedia ekonomi, melainkan juga sebagai elemen kunci dalam pembentukan karakter, disiplin, identitas diri, dan pengaturan emosi anak.

Untuk memahami mekanisme di balik fenomena tersebut, penelitian ini bertumpu pada dua kerangka teoretis utama. Pertama, Attachment Theory yang dikembangkan Bowlby (1988) dan Ainsworth (Ainsworth et al., 1978) menegaskan bahwa figur pengasuh utama, termasuk ayah, berfungsi sebagai *secure base* yang memungkinkan anak mengeksplorasi lingkungan dengan rasa aman sekaligus menjadi model internal (*internal working model*) bagi relasi interpersonal di masa depan. Ketika figur ayah absen secara fisik maupun emosional, anak berisiko mengembangkan pola ikatan tidak aman (*insecure attachment*), baik dalam bentuk penghindaran (*avoidant*) maupun kecemasan (*anxious*), yang selanjutnya membentuk cara anak memaknai diri dan relasi sosialnya. Kedua, Social Learning Theory dari Bandura (1977) menjelaskan bahwa anak memperoleh perilaku, termasuk strategi pengelolaan emosi, melalui observasi dan peniruan (*modeling*) terhadap figur signifikan di sekitarnya. Ayah, sebagai model perilaku maskulin dan mitra regulasi emosi, berperan penting dalam mengajarkan anak cara mengekspresikan, mengelola, dan mengendalikan emosi secara adaptif. Ketidadaan model ini berpotensi membuat anak mengembangkan strategi regulasi emosi maladaptif, seperti penekanan (*suppression*) emosi yang berlebihan.

Kerangka ketiga yang relevan adalah teori regulasi emosi (Gross, 1998, 2015), yang mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses individu memengaruhi emosi yang dialami, kapan emosi tersebut muncul, serta bagaimana emosi tersebut dialami dan diekspresikan. Proses ini pada mulanya dibentuk melalui interaksi diadik antara anak dan pengasuh (*co-regulation*) sebelum berkembang menjadi kapasitas regulasi diri (*self-regulation*) yang matang. Ayah turut berkontribusi dalam *co-regulation* ini, terutama melalui interaksi bermain dan disiplin yang menstimulasi toleransi terhadap afek negatif. Ketiga kerangka ini—attachment, pembelajaran sosial, dan regulasi emosi—saling terkait dan memberikan basis konseptual bagi penelitian ini dalam memahami mengapa *fatherless* dapat memengaruhi baik pembentukan kepribadian maupun kapasitas regulasi emosi anak secara simultan.

Kajian klasik mengonfirmasi bahwa ketidakhadiran ayah menimbulkan efek kausal pada beragam dimensi perkembangan anak, mencakup kesejahteraan mental dan adaptasi sosial (McLanahan et al., 2013; Hikmah & Selian, 2025). Di Indonesia, fenomena *fatherless* pun terbukti memberikan implikasi substansial terhadap evolusi psikologis anak, seperti peningkatan risiko gangguan emosional, defisit kontrol diri, serta kesulitan dalam relasi sosial (Ashari, 2017; Hikmah & Selian, 2026). Tinjauan literatur sebelumnya mengindikasikan bahwa *fatherless* telah menjadi sorotan penelitian multidisiplin, dengan bukti yang memperkuat konsekuensi multifaset dari absennya peran ayah. Riset longitudinal berbasis kohort di Inggris menemukan bahwa anak tanpa figur ayah menghadapi risiko lebih besar

terhadap distorsi kesehatan mental yang persisten hingga fase remaja dan dewasa muda (Culpin et al., 2022). Lebih jauh, studi lain menekankan keterkaitan *fatherless* dengan disrupsi sosioemosional, seperti tantangan pengelolaan emosi, eskalasi impulsivitas, serta kemampuan rendah dalam membentuk hubungan interpersonal yang adaptif (Hanifah et al., 2024; Hikmah & Selian, 2025; Nasution et al., 2023). Dari perspektif biologis dan psikososial, ketidakhadiran ayah juga diasosiasikan dengan alterasi maturasi, seperti akselerasi menarche pada anak perempuan, yang mencerminkan pengaruh dinamika keluarga terhadap proses biologis (Guo et al., 2020).

Selain itu, penelitian kualitatif dan deskriptif mengungkap bahwa individu yang dibesarkan dalam kondisi *fatherless* sering mengalami kendala dalam konstruksi konsep diri dan identitas pribadi. Bukti ini tercermin dalam hasil bahwa pria usia dewasa awal pasca-*fatherless* menampilkan konsep diri yang tidak stabil serta kebingungan dalam peran gender (Iskandar, 2021). Studi serupa juga mengindikasikan bahwa wanita tanpa figur ayah cenderung mengalami masalah kepercayaan, kesulitan membangun ikatan emosional, serta kerapuhan dalam interaksi interpersonal (Vatarisa & Selian, 2025; Febriani & Iswinarti, 2025; Maulida & Selian, 2025). Kajian sistematis lebih lanjut menegaskan bahwa implikasi *fatherless* bersifat variabel dan dimoderasi oleh fase perkembangan, dengan periode kanak-kanak dan remaja sebagai tahap paling vulnerabel terhadap konsekuensi negatif (Zuliani & Triyuliasari, 2024). Walau demikian, tidak seluruh kasus *fatherless* menghasilkan hasil maladaptif, mengingat adanya faktor pelindung seperti jaringan sosial dan ketahanan yang memfasilitasi pertumbuhan adaptif (Jumiati, 2025; Syifa & Selian, 2025).

Bukti terkini semakin memperkuat pentingnya peran ayah dalam perkembangan regulasi emosi anak secara spesifik. Tinjauan sistematis terhadap 43 studi menemukan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi pada perkembangan regulasi emosi anak melalui pemodelan strategi regulasi emosi, praktik pengasuhan yang berkaitan dengan emosi, dan iklim emosional dalam relasi ayah-anak (Islamiah et al., 2023). Tinjauan sistematis lain juga menegaskan bahwa keterlibatan ayah pada masa kanak-kanak awal berasosiasi dengan kapasitas regulasi emosi anak, meskipun mekanisme spesifiknya masih memerlukan eksplorasi lebih lanjut (Puglisi et al., 2024). Sejalan dengan itu, sebuah meta-analisis besar menunjukkan bahwa regulasi emosi anak memediasi hubungan antara faktor keluarga, termasuk kualitas relasi dengan orang tua, dan simptom internalisasi pada anak dan remaja (Lin et al., 2024). Studi longitudinal turut menemukan bahwa kualitas kelekatan (*attachment*) anak dengan ayah maupun ibu berhubungan erat dengan kapasitas regulasi emosi anak dari waktu ke waktu (Ferreira et al., 2024). Bahkan pada level interaksi mikro, kualitas interaksi ayah-anak serta underregulasi emosi anak terbukti menjadi anteseden perkembangan simptom perhatian dan hiperaktivitas pada masa kanak-kanak pertengahan (Aquino et al., 2023). Temuan-temuan ini memperkuat argumen bahwa absennya ayah bukan sekadar kehilangan figur relasional, melainkan hilangnya salah satu jalur utama pembentukan kapasitas regulasi emosi anak.

Walaupun beragam studi telah menyumbang wawasan berharga mengenai implikasi *fatherless*, masih ada kesenjangan penelitian yang memerlukan eksplorasi lebih mendalam. Mayoritas riset sebelumnya condong ke analisis parsial pada domain spesifik, seperti kesehatan mental, konsep diri, prestasi akademik, atau dinamika relasional (Nurmalasari et al., 2024; Putri et al., 2024), atau berfokus pada anak usia dini dan remaja awal (Islamiah et

al., 2023; Puglisi et al., 2024) tanpa menelusuri bagaimana pengalaman *fatherless* tersebut dimaknai dan dikelola ketika individu telah memasuki fase dewasa muda. Sebaliknya, penelitian yang mengintegrasikan secara simultan dua elemen esensial perkembangan psikologis anak, yaitu pembentukan kepribadian dan pengendalian emosi, sekaligus menelusurinya melalui pengalaman hidup subjektif pada fase dewasa muda, masih terbatas jumlahnya. Padahal, kedua aspek ini saling terkait dan membentuk fondasi fungsi psikologis individu secara keseluruhan. Dengan demikian, kebaruan kontribusi ilmiah penelitian ini berada pada pendekatan fenomenologis yang mengeksplorasi secara holistik dampak absennya peran ayah terhadap perkembangan kepribadian dan regulasi emosi pada individu dewasa muda secara terpadu, sekaligus mengaitkannya dengan kerangka Attachment Theory, Social Learning Theory, dan teori regulasi emosi, guna menghasilkan pemahaman yang lebih luas dan mendalam.

Merujuk pada uraian di atas, rumusan masalah pokok penelitian ini adalah sejauh mana absennya peran ayah (*fatherless*) memengaruhi pembentukan kepribadian dan regulasi emosi pada individu dewasa muda. Penelitian ini juga mengupayakan penjelasan mengenai adanya korelasi signifikan antara kondisi *fatherless* dengan pola kepribadian tertentu serta kapabilitas regulasi emosi. Hipotesis yang dirumuskan menyatakan bahwa individu yang mengalami absennya peran ayah cenderung menampilkan maturasi kepribadian suboptimal, seperti instabilitas emosi, rendahnya kepercayaan diri, dan kontrol diri yang lemah, serta kapabilitas regulasi emosi yang inferior dibandingkan dengan individu yang dibesarkan dengan keterlibatan ayah yang cukup (Hikmah & Selian, 2026; Maulida & Selian, 2025).

Tujuan penelitian ini mencakup analisis komprehensif terhadap pengaruh absennya peran ayah terhadap pembentukan kepribadian dan regulasi emosi anak yang kini beranjak dewasa muda. Di samping itu, studi ini bertujuan menyediakan kontribusi teoretis bagi kemajuan kajian psikologi perkembangan, khususnya dalam mengintegrasikan Attachment Theory dan Social Learning Theory dalam konteks *fatherless* di Indonesia, serta implikasi praktis sebagai fondasi intervensi pendukung bagi orang tua, konselor, guru, dan pembuat kebijakan pendidikan dalam mendampingi anak dan remaja dalam kondisi *fatherless*. Oleh karenanya, penelitian ini diantisipasi dapat memperkaya khazanah literatur ilmiah sekaligus berfungsi sebagai referensi dalam mengapresiasi esensi peran ayah terhadap konstruksi kepribadian dan kemampuan pengaturan emosi anak.

## METODE

Penelitian ini menggunakan paradigma kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif untuk mengeksplorasi pengalaman hidup individu yang mengalami *fatherless* serta implikasinya terhadap pembentukan kepribadian dan regulasi emosi. Pendekatan ini dipilih karena mampu mengungkap makna subjektif pengalaman partisipan secara mendalam sesuai konteks kehidupan mereka. Penelitian dilaksanakan di Banda Aceh dengan melibatkan tiga responden dewasa muda berusia 21–23 tahun yang mengalami ketidakhadiran figur ayah sejak masa kanak-kanak atau remaja akibat perceraian, kematian, maupun ketidakhadiran emosional. Pemilihan responden dilakukan secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, dengan jumlah partisipan mengacu pada prinsip data saturation, yaitu ketika tema-tema utama telah muncul secara konsisten dalam hasil wawancara.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur selama 60–90 menit secara tatap muka, dilengkapi observasi nonpartisipan untuk mengamati ekspresi emosional, bahasa tubuh, dan respons responden. Pedoman wawancara disusun berdasarkan indikator kepribadian dan regulasi emosi yang mengacu pada Attachment Theory dan teori regulasi emosi. Seluruh wawancara direkam atas persetujuan responden, kemudian ditranskripsi secara verbatim. Proses penelitian meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, transkripsi, analisis, dan penyusunan simpulan. Analisis data menggunakan reflective thematic analysis menurut Braun dan Clarke (2006), melalui tahapan familiarisasi data, open coding, pengelompokan kategori, dan pengembangan tema-tema utama yang berkaitan dengan pengalaman fatherless, kepribadian, dan regulasi emosi.

Kredibilitas dan keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan metode dengan membandingkan hasil wawancara dan observasi, member checking untuk memastikan kesesuaian interpretasi dengan pengalaman partisipan, audit trail melalui dokumentasi sistematis seluruh proses penelitian, serta peer debriefing dengan sejawat di bidang psikologi guna meminimalkan bias interpretasi. Penerapan keempat strategi tersebut memastikan bahwa proses penelitian berlangsung secara sistematis, transparan, dan dapat dipertanggungjawabkan sehingga temuan yang dihasilkan merepresentasikan pengalaman responden secara akurat dan memiliki kredibilitas ilmiah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis wawancara mendalam serta observasi non-responden pada tiga responden, diperoleh temuan empiris yang mengilustrasikan hubungan antara absennya figur ayah (*fatherless*) dengan pembentukan kepribadian dan regulasi emosi. Interpretasi tidak terbatas pada narasi lisan responden, melainkan juga mencakup petunjuk nonverbal seperti pola respons, konsistensi afektif, tendensi penghindaran, dan dinamika ekspresi emosional selama sesi wawancara, sebagaimana tercermin dalam pernyataan responden pertama yang menyebut kondisi keluarga "flat" dan "berbulan-bulan tidak komunikasi dengan ibu", serta responden kedua yang mengungkapkan bahwa "yang paling saya rasain itu kehilangan, terutama dalam hal perhatian dan tempat untuk cerita", dan diperkuat oleh responden ketiga yang menyatakan bahwa ayah tiri "seperti tidak hadir di kehidupan saya" bahkan "ibaratnya seperti orang asing di dalam rumah", serta bahwa "kalau marah, aku lebih sering dipendam, tapi kalau udah numpuk kadang bisa meledak juga", yang mengindikasikan adanya jarak emosional dan kesulitan dalam regulasi emosi.

### *Distorsi Konsep Diri dan Internalisasi Emosi Negatif*

Hasil observasi menunjukkan bahwa responden pertama menampilkan ekspresi emosional yang cenderung datar (*flat affect*) saat membahas dinamika keluarga, khususnya interaksi dengan ibu dan ayah, yang diperkuat dengan pernyataannya bahwa "hubungan sama ibu kurang dekat" dan komunikasi sering terputus dalam waktu lama. Walaupun secara lisan mengklaim kondisi keluarga "biasa saja", narasi tersebut bertentangan dengan deskripsi minimnya komunikasi dan ikatan emosional. Fenomena ini menandakan mekanisme detasemen emosional sebagai strategi perlindungan psikologis.

Lebih rinci, pemilihan kata-kata untuk mendeskripsikan diri seperti "tidak berguna", "tidak ada masa depan", dan "tidak peduli lagi" mencerminkan internalisasi afeksi negatif

yang mendalam terhadap diri sendiri, sebagaimana dinyatakan langsung oleh responden pertama: "saya ngerasa ga guna, ga ada masa depan". Secara teoretis, hal ini merepresentasikan skema diri negatif, yakni kerangka kognitif persisten yang timbul dari defisit validasi emosional selama fase perkembangan. Absennya figur ayah sebagai sumber pengakuan memperburuk kegagalan pembentukan nilai diri positif (Iskandar, 2021; Marsael M. Sengkey et al., 2025). Responden ketiga memperlihatkan pola mirip, dengan ekspresi verbal berupa "aku benci sama diri aku sendiri, penuh rasa insecure" serta pengakuan "haus kasih sayang dari seorang laki-laki", yang menunjukkan tingkat insecuritas tinggi. Berbeda dari responden pertama, responden ketiga menunjukkan manifestasi emosional eksplisit (seperti tangisan dan pengakuan rasa cemburu), yang menyiratkan aksesibilitas kesadaran emosional meskipun pengelolaannya belum adaptif. Bukti ini mengukuhkan bahwa *fatherless* mengganggu tidak hanya perilaku eksternal, tetapi juga struktur kognitif internal, terutama konstruksi identitas diri. Hal ini selaras dengan riset yang mengaitkan *fatherless* dengan disrupsi konsep diri dan kepercayaan diri (Junaida et al., 2023; Rahmadhani et al., 2024).

Dari perspektif Attachment Theory, pola ini dapat dipahami sebagai konsekuensi dari ketidadaan validasi emosional konsisten yang seharusnya diperoleh anak dari figur ayah sebagai bagian dari *secure base*. Ketika validasi tersebut tidak tersedia, *internal working model* anak terhadap dirinya sendiri cenderung terbentuk secara negatif, sehingga individu menginternalisasi keyakinan bahwa dirinya tidak layak dicintai atau diperhatikan (Bowlby, 1988). Temuan ini sejalan dengan penelitian Islamiah et al. (2023) yang menunjukkan bahwa iklim emosional dalam relasi ayah-anak turut membentuk cara anak memaknai dan mengelola pengalaman afektifnya sendiri; ketidadaan iklim emosional yang suportif dari ayah, sebagaimana dialami R1 dan R3, berkontribusi terhadap distorsi evaluasi diri yang ditemukan dalam penelitian ini.

### ***Pola Ikatan Tidak Aman dan Ambivalensi Relasional Sosial***

Hasil pengamatan menyoroti bahwa responden kedua mengekshibisikan komunikasi yang lebih terorganisir dan introspektif ketimbang responden lain, yang terlihat dari pernyataannya bahwa "saya cukup dekat sama ibu, kami saling support, tapi saya cenderung memendam perasaan". Ia mampu mengenali afeksinya dengan baik, tetapi cenderung menekan emosi dan waspada terhadap kepercayaan interpersonal, sebagaimana diungkapkan "saya lebih hati-hati dalam percaya ke orang lain". Karakteristik ini mencerminkan ikatan menghindar-tidak aman, di mana individu mempertahankan jarak emosional untukantisipasi kekecewaan.

Sebaliknya, responden pertama dan ketiga mendekati ikatan cemas-tidak aman, yang ditandai dengan kebutuhan afeksi intensif disertai ketakutan penolakan, seperti pernyataan responden pertama bahwa "mencari perhatian orang lain terutama pada pria dewasa", serta responden ketiga yang mengungkapkan "saya jadi mencari peran ayah atau kasih sayang itu pada lelaki lain di dalam hubungan cinta". Ini terwujud dalam pernyataan mencari perhatian atau kasih sayang dari orang lain dalam relasi romantis. Secara observasional, intensitas emosi melonjak saat topik hubungan asmara dibahas, menunjukkan defisit afeksi yang belum terpenuhi. Fenomena tersebut dapat ditracing melalui kegagalan pembentukan basis aman dalam keluarga, di mana ayah idealnya menyediakan rasa aman dan kestabilan emosional. Ketidadaannya memicu pola relasi instabil dan kompensatorik. Temuan ini koheren dengan

studi yang mengasosiasikan *fatherless* dengan masalah kepercayaan dan kesulitan relasi interpersonal sehat (Vatarisa & Selian, 2025; Febriani & Iswinarti, 2025).

Variasi pola ikatan antarresponden ini memperlihatkan bahwa dampak *fatherless* terhadap attachment tidak bersifat tunggal, melainkan dimoderasi oleh ketersediaan figur pengasuh alternatif yang konsisten, sebagaimana ditunjukkan oleh kedekatan R2 dengan ibunya. Temuan ini konsisten dengan studi longitudinal Ferreira et al. (2024) yang mendapati bahwa kualitas kelekatan anak dengan salah satu figur orang tua tetap berkontribusi signifikan terhadap kapasitas regulasi emosi anak, sekalipun kelekatan dengan figur lainnya terganggu. Dengan kata lain, kehadiran ibu yang suportif pada kasus R2 tampaknya berfungsi sebagai jalur kompensasi parsial terhadap ketiadaan ayah, meskipun pola menghindar-tidak aman tetap muncul dalam relasi interpersonalnya yang lebih luas.

### ***Disfungsi Regulasi Emosi: Pola Suppression dan Emotional Overflow***

Pengamatan responden mengindikasikan pola pengendalian emosi yang homogen, yaitu penekanan emosional (*emotional suppression*) yang berakumulasi menjadi luapan emosional (*emotional overflow*). Ketiga responden mengaku lebih memilih diam, isolasi, atau menangis secara pribadi saat menghadapi afeksi negatif, seperti diungkapkan responden pertama "kalau sedih ngurung diri, nangis, lalu tambah stres dan nangis lagi", responden kedua "kalau sedih saya lebih milih diam dan nyendiri", serta responden ketiga "kalau lagi sedih biasanya diem, nangis sendiri". Secara nonverbal, terdapat jeda respons panjang sebelum menjawab isu emosional, serta repetisi frasa seperti "dipendam saja" atau "tidak dibagikan kepada siapa pun". Ini menyiratkan keterbatasan pelabelan emosi dan minimnya pengalaman ekspresi terbuka.

Penjelasan fenomena ini merujuk pada absennya pemodelan emosional keluarga. Ayah sering berfungsi sebagai figur yang memediasi pemahaman dan pengelolaan emosi melalui interaksi langsung. Tanpa itu, anak mengadopsi strategi koping maladaptif seperti penekanan, yang justru mengamplifikasi risiko distress psikologis, sebagaimana responden kedua menyatakan "emosi pernah meledak kalau sudah terlalu lama dipendam" (Culpin et al., 2022; Hanifah et al., 2024). Selain itu, kurangnya dalam komunikasi keluarga, terutama pada responden pertama, memperdalam isolasi emosional. Situasi ini selaras dengan bukti bahwa lingkungan keluarga nonsupportif memperparah kapabilitas pengendalian emosi anak (Nasution, 2023).

Temuan ini memperoleh dukungan konvergen dari sejumlah kajian mutakhir. Bandura (1977) melalui Social Learning Theory menekankan bahwa strategi regulasi emosi anak sebagian besar diperoleh melalui observasi terhadap cara figur signifikan, termasuk ayah, mengelola emosinya sendiri; ketiadaan model ini memaksa anak mengembangkan strategi regulasi secara mandiri dan seringkali kurang adaptif, seperti *suppression*. Sejalan dengan itu, tinjauan sistematis Puglisi et al. (2024) menegaskan bahwa keterlibatan ayah berasosiasi dengan kapasitas regulasi emosi anak sejak usia dini, sementara meta-analisis Lin et al. (2024) menemukan bahwa regulasi emosi anak memediasi hubungan antara kualitas relasi keluarga dan simptom internalisasi, sebuah pola yang secara konseptual konsisten dengan siklus *suppression-overflow* yang teridentifikasi pada ketiga responden dalam penelitian ini. Pada level yang lebih mikro, Aquino et al. (2023) menunjukkan bahwa underregulasi emosi anak berkaitan erat dengan kualitas interaksi ayah-anak, memperkuat argumen bahwa

disfungsi regulasi emosi pada responden bukan semata masalah individual, melainkan berakar pada ketiadaan pengalaman ko-regulasi emosi bersama ayah pada masa perkembangan awal.

### ***Kemandirian sebagai Adaptasi, disertai Kekosongan Emosional***

Meskipun dampak negatif dominan, pengamatan juga mengidentifikasi kemandirian pada ketiga responden, seperti pernyataan responden kedua "saya ngerasa jadi lebih mandiri karena keadaan". Responden kedua, contohnya, mendemonstrasikan refleksi diri superior dan kesadaran akan kebutuhan kekuatan personal. Ini tercermin dalam respons sistematis dan wawasan terhadap trajektori hidupnya. Namun, pada responden pertama, kemandirian lebih menyerupai penarikan emosional daripada adaptasi optimal, sebagaimana diungkapkan "jalani aja hidup" dan "ga ada target". Ungkapan seperti "jalani aja hidup" dan "tidak punya harapan" mengisyaratkan penurunan motivasi yang berpotensi menuju apatisisme. Secara konseptual, ini menggambarkan ambivalensi kemandirian dalam *fatherless*. Satu aspek memungkinkan fungsionalitas, sementara aspek lain menyisakan kekosongan emosional. Konsep ini kompatibel dengan teori ketahanan yang membedakan adaptasi positif dari absennya distress (Green, 2025; Jumiati, 2025).

Perbedaan kualitas kemandirian antara R2 dan R1 ini menegaskan bahwa kemandirian *pascafatherless* bukanlah konstruk tunggal, melainkan dapat berupa resiliensi genuin ataupun mekanisme pertahanan diri yang menutupi kebutuhan afeksi yang belum terpenuhi. Perbedaan ini kemungkinan besar dijelaskan oleh ketersediaan figur pengasuh alternatif yang suportif, sebagaimana dibahas pada subbagian sebelumnya, yang memungkinkan R2 mengembangkan *co-regulation* yang lebih sehat dibandingkan R1.

### ***Fungsi Dukungan Sosial sebagai Moderator***

Pengamatan mengindikasikan bahwa responden dengan jaringan sosial lebih kuat (responden kedua dan ketiga) menunjukkan pengendalian emosi yang relatif lebih adaptif daripada responden pertama, seperti pernyataan responden kedua bahwa "yang paling support saya keluarga dan teman-teman dekat", serta responden ketiga yang menyebut "kakak, sahabat, dan pacar" sebagai sumber dukungan. Mereka memiliki substitusi figur seperti sahabat, kakak, atau kerabat sebagai saluran berbagi.

Kontrasnya, responden pertama mengalami isolasi sosial ekstrem, ditandai minim interaksi keluarga dan penutupan diri, sebagaimana pernyataannya "lebih milih sendiri, tidak mau menyusahkan orang lain" dan "tidak ada dukungan dari keluarga". Hal ini memperintensifkan implikasi negatif *fatherless* terhadap status psikologisnya. Teoretis, dukungan sosial bertindak sebagai penyangga psikologis yang meredam stres dan meningkatkan koping. Bukti ini selaras dengan riset yang memposisikan dukungan sosial sebagai moderator dampak *fatherless* pada maturasi psikologis anak (Kucukkaragoz, 2025; Nabila et al., 2025).

Pola ini menunjukkan bahwa meskipun ayah sebagai figur attachment primer tidak hadir, sistem sosial yang lebih luas dapat memerankan fungsi kompensatorik selama figur tersebut mampu menyediakan validasi emosional yang konsisten. Hal ini konsisten dengan prinsip Attachment Theory bahwa individu dapat memiliki hierarki figur attachment (*attachment hierarchy*), sehingga hubungan kelekatan bermakna dengan figur nonorang tua

tetap dapat memenuhi kebutuhan basis aman ketika figur utama tidak tersedia (Bowlby, 1988).

### ***Sintesis Ilmiah dan Validasi Hipotesis***

Secara keseluruhan, hasil pengamatan dan wawancara mengonfirmasi adanya kontribusi substansial dari absennya peran ayah terhadap berbagai aspek perkembangan psikologis individu. Kondisi *fatherless* teridentifikasi berkaitan dengan munculnya distorsi konsep diri serta defisit kepercayaan diri, yang tercermin dari evaluasi diri yang negatif dan kecenderungan merasa tidak berharga. Selain itu, ditemukan pula pola ikatan yang tidak aman dalam interaksi interpersonal, yang ditunjukkan melalui kesulitan membangun kepercayaan serta kecenderungan ambivalensi dalam relasi dengan orang lain. Dalam aspek emosional, responden menunjukkan disfungsi regulasi emosi, baik dalam bentuk penekanan emosi (*suppression*) maupun luapan emosi yang tidak terkontrol (*emotional overflow*). Pada saat yang sama, kemandirian yang berkembang cenderung bersifat defensif, yakni sebagai mekanisme adaptasi terhadap kurangnya dukungan emosional dari figur ayah. Meskipun demikian, ketergantungan pada dukungan sosial dari individu terdekat seperti keluarga, teman, maupun pasangan juga tampak berperan sebagai faktor protektif yang membantu responden dalam menghadapi tekanan psikologis.

Temuan ini secara kuat memvalidasi hipotesis bahwa kondisi *fatherless* berkontribusi terhadap terhambatnya perkembangan kepribadian yang optimal serta rendahnya kapabilitas dalam regulasi emosi. Namun demikian, adanya variabilitas antar responden menunjukkan bahwa pengaruh tersebut tidak bersifat homogen, melainkan dimoderasi oleh faktor kontekstual seperti kualitas relasi dalam keluarga serta keberadaan jaringan sosial yang suportif. Dengan demikian, *fatherless* dapat dikonseptualisasikan sebagai suatu risiko psikologis yang bersifat multifaset, yang tidak hanya memengaruhi domain individual, tetapi juga berinteraksi secara dinamis dengan konteks sosial yang melingkupi individu.

Dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu, temuan ini sejalan dengan hasil Culpin et al. (2022) dan Hanifah et al. (2024) yang menunjukkan bahwa *fatherless* berasosiasi dengan disrupsi sosioemosional persisten. Temuan ini juga memperluas hasil Islamiah et al. (2023) dan Puglisi et al. (2024), yang selama ini terutama berfokus pada anak usia dini, dengan menunjukkan bahwa jejak disfungsi regulasi emosi akibat ketidadaan pemodelan ayah tetap terlihat jelas hingga individu memasuki usia dewasa muda. Di sisi lain, temuan mengenai peran dukungan sosial sebagai faktor protektif memberikan nuansa baru yang melengkapi studi Green (2025) dan Jumiati (2025), dengan menegaskan bahwa kualitas relasi kompensatorik, bukan sekadar keberadaannya, yang menentukan derajat adaptasi psikologis individu pasca *fatherless*.

### **KESIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa absennya peran ayah (*fatherless*) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan kepribadian dan kemampuan regulasi emosi hingga individu memasuki usia dewasa muda. Temuan menunjukkan tiga pola psikologis utama, yaitu distorsi konsep diri yang ditandai rendahnya kepercayaan diri dan evaluasi diri negatif, munculnya pola keterikatan (*attachment*) yang tidak aman dalam hubungan interpersonal, serta disfungsi regulasi emosi yang ditunjukkan melalui dominasi strategi

penekanan emosi (emotional suppression) hingga memicu luapan emosi. Temuan tersebut mendukung perspektif Attachment Theory dan Social Learning Theory yang menjelaskan pentingnya kehadiran ayah sebagai sumber secure base sekaligus model pembelajaran regulasi emosi. Meskipun demikian, dampak fatherless tidak bersifat deterministik karena dipengaruhi oleh dukungan sosial dan keberadaan figur pengasuh alternatif yang mampu membantu individu mengembangkan kemampuan adaptif, seperti kemandirian dan kesadaran diri.

Penelitian ini juga memberikan implikasi praktis bagi keluarga, pendidik, konselor, psikolog, dan pembuat kebijakan untuk memperkuat sistem dukungan psikososial bagi individu yang mengalami fatherless. Penyediaan figur pengasuh alternatif, pengembangan layanan bimbingan konseling di sekolah, serta intervensi yang berfokus pada peningkatan keterampilan regulasi emosi menjadi langkah penting dalam meminimalkan dampak psikologis jangka panjang. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah responden yang terbatas, sifat retrospektif data, dan belum adanya triangulasi dari sumber lain sehingga temuan tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam, menggunakan desain longitudinal atau mixed-methods, serta menguji efektivitas intervensi psikologis berbasis attachment. Secara keseluruhan, fatherless merupakan faktor risiko psikologis yang kompleks, sehingga penguatan dukungan sosial dan regulasi emosi menjadi kunci dalam mendorong perkembangan psikologis yang lebih sehat dan adaptif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Aquino, G. A., Perry, N. B., Aviles, A. I., Hazen, N., & Jacobvitz, D. (2023). Developmental antecedents of attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms in middle childhood: The role of father-child interactions and children's emotional underregulation. *Development and Psychopathology*, 36(3), 1–9. <https://doi.org/10.1017/S0954579423000408>
- Ashari, Y. (2017). Fatherless in Indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 15(1), 35–46. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.6661>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Culpin, I., Heuvelman, H., Rai, D., Pearson, R. M., Joinson, C., Heron, J., Evans, J., & Kwong, A. S. F. (2022). Father absence and trajectories of offspring mental health across adolescence and young adulthood: Findings from a UK-birth cohort. *Journal of Affective Disorders*, 314, 150–159. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.07.016>
- Febriani, M., & Iswinarti. (2025). The impact of fatherlessness on independence and interpersonal relationships in early adult women: A systematic review. *Jurnal Psikologi*, 2(4), 13. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4382>

- Ferreira, T., Matias, M., Carvalho, H., & Matos, P. M. (2024). Parent-partner and parent-child attachment: Links to children's emotion regulation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 91, Article 101617. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2023.101617>
- Green, D. S. (2025). Fatherlessness: Black Jamaican mothers' perspectives. *Journal of Family Issues*, 46(10), 1515–1543. <https://doi.org/10.1177/0192513X251356263>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Guo, S., Lu, H. J., Zhu, N., & Chang, L. (2020). Meta-analysis of direct and indirect effects of father absence on menarcheal timing. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 1641. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01641>
- Hanifah, G., Reva Dhea, G. M., Syakira Khalda, B., Darojatul Ulya, A., Nurrobi Aditya, N., & Hamidah, S. (2024). Analisis dampak fatherless terhadap kondisi sosioemosional remaja. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 8(1), 1–12. <https://doi.org/10.20961/jpk.v8i1.86944>
- Hikmah, N., & Selian, S. N. (2025). Dampak fatherless pada emosi anak remaja. *Wacana Psikokultural*, 3(1), 53–62. <https://doi.org/10.24246/jwp.v3i1.18484>
- Hikmah, N., & Selian, N. (2026). Pengalaman emosional remaja dalam kondisi fatherless. 11(1), 23–37. <https://doi.org/10.63822/ath65n63>
- Iskandar, R. N. (2021). Gambaran konsep diri pada pria dewasa awal yang mengalami fatherless akibat perceraian. 8(2), 134–145. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v14i02.585>
- Islamiah, N., Breinholst, S., Walczak, M. A., & Esbjørn, B. H. (2023). The role of fathers in children's emotion regulation development: A systematic review. *Infant and Child Development*, 32(2), Article e2397. <https://doi.org/10.1002/icd.2397>
- Jumiati. (2025). Fatherless but not broken: Psychological outcomes and resilience pathways in children without fathers. 13(1), 55–70. <https://doi.org/10.63924/jqncr.v1i1.249>
- Junaida, W. I., Meizara, E., Dewi, P., & Siswanti, D. N. (2023). Makna peran ayah pada dewasa awal yang mengalami fatherless. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(4). <https://doi.org/10.26858/jtm.v2i4.47092>
- Khalefa, E. Y., & Selian, S. N. (2021). Non-random sample strategy in qualitative art-related studies. 8(1). <https://doi.org/10.24821/jjcas.v8i1.5184>
- Kucukkaragoz, H. (2025). Review of the research literature on the impact of father absence on child development in alignment with the Sustainable Development Goals (SDGs). *Journal of Lifestyle and SDGs Review*, 5(4), e06117. <https://doi.org/10.47172/2965-730X.SDGsReview.v5.n04.pe06117>
- Lin, S. C., Kehoe, C., Pozzi, E., Lontos, D., & Whittle, S. (2024). Research review: Child emotion regulation mediates the association between family factors and internalizing symptoms in children and adolescents – a meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 65(3), 260–274. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13894>
- Marsel M. Sengkey, Sinaulan, N. L., Kalalo, Q. M. K., Mamujaja, V. E. O., Ontolay, W. N., & Padoma, Y. (2025). Figur yang hilang, keyakinan yang terganggu: Tinjauan literatur tentang kepercayaan diri anak fatherless. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 5835–5840. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1505>
- Maulida, R., & Selian, S. N. (2025). Gambaran kepercayaan diri pada perempuan dewasa

- awal yang kehilangan sosok ayah. *Jurnal Cakrawala Akademika*, 2(4), 522–531. <https://doi.org/10.70182/jca.v2i4.1426>
- McLanahan, S., Tach, L., & Schneider, D. (2013). The causal effects of father absence. *Annual Review of Sociology*, 39, 399–427. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-071312-145704>
- Nabila, P. A., Arifin, K., Wulandari, V., & Syam, H. (2025). Dampak fatherless terhadap perkembangan anak. 10(1), 75–88. <https://doi.org/10.61722/jmia.v2i4.5136>
- Nasution, E. S., Rahayu, A., & Cameliana, A. (2023). The impact of father's absence on psychological conditions in children from commuter marriage families. *Asian Journal of Social and Humanities*, 1(12), 1–10. <https://doi.org/10.59888/ajosh.v1i12.123>
- Nurmalasari, F., Fitrayani, N., Paramitha, W. D., & Azzahra, F. (2024). Dampak ketidadaan peran ayah (fatherless) terhadap pencapaian akademik remaja: Kajian sistematis. 11(2), 150–162. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2567>
- Puglisi, N., Rattaz, V., Favez, N., & Tissot, H. (2024). Father involvement and emotion regulation during early childhood: A systematic review. *BMC Psychology*, 12, Article 638. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02182-x>
- Putri, R., Fajar, A. L., Deti Rostika, R., & Herlambang, Y. T. (2024). Pengaruh fatherless terhadap academic resilience anak sekolah dasar. 12(2), 101–115. <https://doi.org/10.24952/gender.v8i2.12615>
- Rahmadhani, A., Kinantia, N., Aulia Ramadanti, S., Khoerunnisa, S., & Fakhrudin, A. (2024). Fatherless generation: Mengungkap dampak kehilangan peran ayah terhadap psikologis anak dalam kaca mata Islam. *Darajat: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 7(2), 128–146. <https://doi.org/10.58518/darajat.v7i2.3017>
- Ramatsetse, T. P., & Ross, E. (2023). Understanding the perceived psychosocial impact of father absence on adult women. *South African Journal of Psychology*, 53(2), 199–210. <https://doi.org/10.1177/00812463221130194>
- Syifa, Y., & Selian, N. (2025). Pola interaksi ibu dan anak pada keluarga single parent. 12(1), 60–74. <https://doi.org/10.63822/k3bb0a07>
- Vatarisa, D., & Selian, S. N. (2025). Trust issue pada anak perempuan yang tumbuh dalam kondisi fatherless. *HARAPAN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Psikologi*, 2(2), 67–74. <https://doi.org/10.70115/harapan.v2i2.345>
- Zharima, C., Mboneli, E., Tsetetsi, L., Vermaak, S., Madi, P., Nkala-Dlamini, B., Violari, A., Kidman, R., Hammock, A., & Dietrich, J. (2025). "To have a father, maybe I was going to be a better person": A qualitative study exploring the effects of biological father absence on young men in South Africa. *Journal of Applied Youth Studies*, 6(1), 15–28. <https://doi.org/10.1007/s43151-025-00181-2>
- Zuliani, S., & Triyuliasari, A. (2024). Differences in the impact of fatherlessness based on developmental age stages: A systematic review. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 1(4). <https://doi.org/10.58812/jpkws.v2i04.1770>