



GAMBARAN KECEMASAN DALAM MENJALIN HUBUNGAN PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG MENGALAMI FATHERLESS

*Intan Windusari*¹, *Rai Hardika*^{2*}, *Diah Widiawati Retnoningtias*³

¹⁾ 21120501041@undhirabali.ac.id, Fakultas Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Indonesia

^{*2)} i.raihardika@undhirabali.ac.id, Fakultas Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Indonesia

³⁾ diahwidiawati6@gmail.com, Fakultas Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Indonesia

**) corresponding author*

Article Info:

Abstract:

Keywords:

Anxiety
Behavioral Aspects
Early Adult Women
Fatherless
Romantic Relationship

This study aims to describe relationship anxiety in early adult women who have experienced fatherlessness. The research approach used was a qualitative case study method, involving five informants aged 18–25 years. The results showed that the anxiety experienced by participants was reflected in three main aspects: physical aspects, including heart palpitations, trembling, and difficulty sleeping when facing conflict or communicating. Cognitive aspects include overthinking, resentment towards partners, and negative beliefs about relationships. And behavioral aspects include impulsive reactions, emotional dependence, and dominant or avoidant behavior in relationships. Of these three aspects, the behavioral aspect was found to be the most dominant, seen from consistent behavioral patterns such as the tendency to maintain unhealthy relationships, fear of abandonment, and showing excessive control in relationships. These findings confirm that the experience of father absence has a strong impact on the expression of anxious behavior in romantic relationships in young adult women.

Article History:

Received : 4 Mei 2026
Revised : 18 Mei 2026
Accepted : 27 Mei 2026

Article Doi:

[10.22441/merpsy.v18i1.37855](https://doi.org/10.22441/merpsy.v18i1.37855)

How to cite :

Windusari, I., Hardika, R., & Retnoningtias, D. W. (2026). Gambaran kecemasan dalam menjalin hubungan pada perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless*. *Merpsy Journal*. 18(1), 31-53. Doi: [10.22441/merpsy.v18i1.37855](https://doi.org/10.22441/merpsy.v18i1.37855)

Pendahuluan

Peran ayah sangat diperlukan dalam mengasuh anak terutama pada 1000 hari fase kehidupan anak. Periode ini dikenal sebagai masa emas yang pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung dengan sangat cepat dan signifikan. Adanya kehadiran seorang ayah sangat berpengaruh pada kehidupan anak, dimana ayah akan memberikan suatu kesan yang bermakna bagi anak hingga anak tumbuh dewasa (Supriyanto & Rha'in, 2024). Kehadiran ayah tidak hanya memberikan keamanan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan emosional dan psikologis anak, namun pada kenyataannya seorang ayah tidak banyak waktu untuk berinteraksi dengan anak karena memiliki kewajiban mencari nafkah. Terkadang seorang ayah hanya berpikir bahwa mencukupi kebutuhan materi sudah cukup (Wahyuni dkk., 2023).

Data yang dihimpun dari Pendataan Keluarga (PK25) menunjukkan bahwa angka *fatherless* di Indonesia mencapai 25,8% (BKKBN, 2025). Maknanya, sebanyak 25,8% anak Indonesia tidak menerima peran ayah secara optimal, baik dalam aspek perkembangan emosional hingga sosial. Angka ini diperoleh melalui indikator yang komprehensif, mencakup tanggung jawab, proses interaksi, aksesibilitas, hingga keikutsertaan ayah dalam perkembangan anak (BKKBN, 2025). Jika kondisi ini terus berlanjut, maka dapat berdampak terhadap rendahnya harga diri ketika dewasa, adanya perasaan malu, perasaan marah, perasaan kehilangan yang parah, dan pengendalian diri yang rendah (Wijaya & Soraida, 2022). Bahkan, ketiadaan figur ayah mengakibatkan peningkatan risiko gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, serta kesulitan dalam membentuk harga diri dan identitas yang kokoh (Putri dkk., 2025). Individu juga biasanya mengalami masalah dalam mengembangkan keterampilan sosial yang sehat, yang penting untuk membangun hubungan interpersonal yang stabil di masa depan (Nurmawati dkk., 2025).

Fenomena *fatherless*, tidak terlepas dari adanya pengaruh budaya lokal terhadap paradigma pengasuhan anak (Arbiyana & Kholil, 2024). Stereotip budaya mempengaruhi pandangan bahwa laki-laki tidak semestinya terlibat dalam pengasuhan anak. Tidak sedikit dari keluarga Indonesia masih menerapkan pola asuh patriarki dengan mengedepankan

peran ibu sebagai pemeran keseluruhan tugas domestik. Salah satu daerah yang masih menganut sistem patriarki adalah Bali.

Dalam konteks budaya Bali, fenomena *fatherless* memiliki relevansi yang signifikan. Bali dikenal sebagai masyarakat yang masih memegang kuat nilai-nilai patriarki, di mana laki-laki dipandang sebagai kepala keluarga dan pemegang otoritas utama. Peran ayah cenderung terbatas pada penyedia kebutuhan finansial, sementara keterlibatan emosional seringkali diabaikan. Hal ini memperbesar kemungkinan munculnya *fatherless*, yaitu ayah yang hadir secara fisik namun tidak terlibat dalam kehidupan emosional anak. Inisiatif pemerintah seperti peluncuran Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) oleh BKKBN Bali di Desa Awan, Kintamani, menjadi bukti nyata bahwa keterlibatan emosional ayah perlu diperkuat. Program GATI bertujuan untuk memperkuat peran ayah dalam pengasuhan dan pendidikan anak sejak dini. Melalui kehadiran ayah pada momen penting tersebut, tercipta kedekatan emosional yang berpengaruh positif terhadap rasa percaya diri, kenyamanan, dan kesiapan anak dalam menjalani proses belajar. Pernyataan program GATI dituangkan dalam Surat Edaran Kemendukbangga/BKKBN Nomor 7 Tahun 2025.

Dari hasil survei awal terdapat 77 partisipan, dan 32 di antaranya sesuai kriteria dan mengalami kondisi *fatherless*. Mayoritas partisipan berasal dari Kabupaten Gianyar (43 orang), disusul Badung (14), Denpasar (12), Tabanan (4), Karangasem (2), dan Klungkung (2). Partisipan menggambarkan sosok ayah ideal sebagai pembimbing, pelindung, pekerja keras, dan penuh kasih sayang. Namun, banyak yang merasa peran ayah mereka kurang, bahkan ada yang merasa ayah tidak hadir sama sekali. Beberapa ingin memperbaiki komunikasi dan kedekatan emosional dengan ayah.

Ketika ayah tidak hadir, peran tersebut diambil alih oleh ibu, yang menjadi sosok dominan dalam memenuhi kebutuhan finansial dan pengasuhan. Dukungan juga datang dari kakek, paman, kakak, hingga pacar. Untuk mengalihkan perasaan, partisipan memilih kegiatan seperti berkumpul dengan teman, olahraga, atau menulis. Dalam hubungan romantis, sebagian besar partisipan tidak menginginkan pasangan seperti ayah mereka. Mereka lebih memilih

pasangan yang punya kepribadian sendiri dan membangun hubungan yang berbeda dari hubungan dengan ayah.

Berdasarkan wawancara dengan tiga partisipan (E, GM, dan SR), terlihat bahwa pengalaman kurang menyenangkan dengan ayah berdampak pada hubungan romantis mereka. Ketiganya mengalami kesulitan membangun kepercayaan, menjadi lebih waspada, dan cenderung memiliki harapan tinggi terhadap pasangan. Ketidakhadiran ayah memunculkan kecemasan, keraguan, serta kekhawatiran akan masa depan hubungan. Meskipun berusaha menerima kondisi tersebut, sosok ayah tetap memengaruhi cara mereka memandang dan membentuk ekspektasi terhadap pasangan.

Pengalaman kesulitan membangun relasi dengan pasangan akibat *fatherless* dapat dijelaskan melalui "*Self-in-Relation Theory*". Menurut teori ini, ketidakhadiran ayah dapat berdampak negatif pada perkembangan *sense of self* anak (Brown dkk., 2012). *Sense of self* mencerminkan bagaimana seseorang mengenali dirinya sendiri. Proses perkembangan ini berbeda antara laki-laki dan perempuan. Pada laki-laki, *sense of self* berkembang secara bertahap melalui proses perpisahan dari orang dewasa di sekitarnya. Sementara itu, pada perempuan, *sense of self* lebih dipengaruhi oleh kualitas hubungan dengan keluarga, teman, dan jenis hubungan lainnya.

Pada perempuan dengan *fatherless*, masalah akan semakin kompleks ketika memasuki fase dewasa awal. Individu akan menghadapi tantangan khusus dalam mempertahankan hubungan yang sehat. *Fatherless* juga dikaitkan dengan meningkatkan risiko masalah mental, seperti harga diri yang rendah, perilaku tidak adaptif, hingga kecemasan (Febriani & Iswinarti, 2025). Pada beberapa kasus *fatherless* yang diperparah dengan kekerasan dalam rumah tangga dan perilaku tidak bertanggung jawab, maka berdampak terhadap kecemasan ketika anak perempuannya memasuki pernikahan (Junaidin dkk., 2023).

Pengalaman pahit yang dialami bersama ayah berdampak pada pembentukan makna romantisme dan menyebabkan perempuan dewasa awal takut menjalin hubungan jangka panjang. Selain itu, perilaku yang terbentuk bersifat individualistis. Dalam hubungan romantis, perempuan memberikan dirinya lebih sedikit ruang untuk bersikap terbuka, takut pada lawan

jenis, dan bahkan memilih untuk tidak menikah agar tidak mendapatkan pasangan yang sama dengan ayah kandungnya (Nainggolan dkk., 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan psikologis perempuan dewasa awal. Syafiyah dan Primanita (2024) menemukan bahwa rendahnya keterlibatan ayah berkorelasi negatif dengan *relationship contingent self-esteem* sebesar 51%. Sementara itu, Wahyudi dkk (2024) mengungkapkan bahwa perempuan yang mengalami *fatherless* cenderung mengalami *trust issue*, trauma terhadap laki-laki, dan harapan tinggi terhadap pasangan untuk mengisi kekosongan emosional akibat ketiadaan ayah. Junaidin dkk (2023a) juga mencatat bahwa kondisi *fatherless* memicu kecemasan terhadap pernikahan dan pandangan negatif terhadap laki-laki.

Berbeda dengan penelitian yang berfokus pada keterlibatan ayah dan pengaruhnya terhadap *relationship contingent self-esteem*, penelitian ini lebih menitikberatkan pada kecemasan dalam membangun dan mempertahankan hubungan yang stabil. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana ketidakhadiran figur ayah memengaruhi kesiapan menjalin hubungan pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kecemasan yang muncul dalam hubungan romantis akibat *fatherless*, serta mengidentifikasi aspek kecemasan yang paling dominan baik fisik, kognitif, maupun perilaku. Di tengah meningkatnya kasus perceraian, memahami dampak *fatherless* menjadi langkah penting untuk merespons isu psikologis yang berkembang, khususnya di wilayah Bali.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif studi kasus. Penelitian studi kasus dipilih karena obyek penelitian ini memungkinkan untuk menggambarkan pengalaman individu secara mendalam. Fenomena *fatherless* memiliki konteks sosial dan emosional yang kompleks, melibatkan hubungan, perasaan, dan pengalaman hidup yang mendalam, yang lebih mudah digali melalui metode kualitatif. Selain itu, studi kasus memungkinkan peneliti untuk melihat keseluruhan situasi dengan mempertimbangkan aspek fisik, kognitif, dan perilaku.

Unit amatan dalam penelitian ini adalah Gejala Kecemasan saat subjek menjalin hubungan. Sedangkan, unit analisis dalam penelitian ini adalah Perempuan Dewasa Awal yang mengalami *Fatherless*. Jumlah subjek yang akan digunakan dalam penelitian yaitu 5 Narasumber dan 5 Informan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*.

Teknik penggalan data dalam penelitian ini meliputi wawancara semi-terstruktur, observasi non-partisipan, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman partisipan secara mendalam dengan pertanyaan terbuka namun tetap terarah. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku verbal dan non-verbal partisipan guna memvalidasi data wawancara. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk melengkapi data melalui dokumen pendukung seperti KTP, KK, atau bukti komunikasi dengan ayah, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih kuat dan menyeluruh.

Untuk memastikan kredibilitas data, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Analisis data dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, display data, penarikan kesimpulan, serta triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Reduksi data dilakukan dengan merangkum dan memfokuskan informasi penting agar memudahkan analisis. Data kemudian disajikan (*display*) dalam bentuk naratif agar lebih mudah dipahami. Selanjutnya, peneliti menarik kesimpulan berdasarkan data yang telah direduksi dan disajikan, disertai proses verifikasi melalui diskusi dan analisis mendalam.

Hasil

N1 menyampaikan bahwa kehilangan peran ayah terjadi sejak duduk di bangku SMP. Ketidakhadiran tersebut ditandai dengan minimnya interaksi dan komunikasi antara N1 dan ayah, serta seluruh tanggung jawab keluarga diambil alih oleh ibu. Kondisi ini berdampak pada munculnya kebutuhan yang kuat akan figur laki-laki dalam kehidupannya. N1 mengungkapkan bahwa ia terus menerus mencari kehadiran sosok laki-laki dalam hidupnya sehingga sulit melepaskan diri dari suatu hubungan, bahkan ketika hubungan tersebut tidak sehat. Dalam hubungan yang sedang dijalaninya, N1 mengaku bersikap dominan dan keras, dengan tujuan agar pasangannya tidak menyerupai sifat ayahnya yang keras, suka memerintah, dan kaku. N1

sering kali membandingkan pasangannya dengan ayahnya dan menjadi sangat sensitif ketika menemukan kemiripan sifat di antara keduanya. N1 juga menyebutkan bahwa sering mengalami *overthinking*, serta memiliki kekhawatiran besar terhadap pernikahan karena takut mengalami dinamika keluarga yang sama seperti yang dialami di masa kecil.

Narasumber N2 cukup terbuka menceritakan bahwa narasumber kehilangan sosok ayah sejak usia 8 tahun akibat sakit dan meninggal dunia. Hal ini meninggalkan dampak emosional yang mendalam, seperti rasa iri terhadap teman-teman yang memiliki figur ayah, serta ketidakterpenuhinya kebutuhan akan kasih sayang ayah. Dalam kehidupan percintaan, N2 mengakui adanya rasa ragu dan sulit percaya kepada lawan jenis. Ketidakhadiran figur ayah membuat N2 merasa perlu waktu lama untuk membangun kepercayaan terhadap pasangan, serta menimbulkan ketakutan besar akan ditinggalkan. Hal ini diperparah oleh pengalaman masa kecil yang menyaksikan konflik antara ayah dan ibunya.

Narasumber N3 tumbuh dengan figur ayah yang secara fisik hadir namun tidak memberikan perhatian emosional maupun finansial. Ayahnya digambarkan sebagai pribadi yang pemaarah dan pemabuk, serta pernah melakukan kekerasan fisik dan verbal terhadap N3. Pengalaman-pengalaman ini meninggalkan trauma yang mendalam dan membentuk rasa takut terhadap laki-laki, khususnya dalam konteks hubungan romantis. N3 mengungkapkan bahwa dirinya mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan terhadap pasangan dan sering kali merasa takut akan mengalami perlakuan yang sama seperti yang dilakukan ayahnya. N3 menyebutkan adanya kekhawatiran akan komitmen jangka panjang, termasuk ketakutan terhadap dinamika pernikahan, karena khawatir tidak siap atau pasangan menunjukkan sifat asli yang menyerupai ayahnya.

N4 menjelaskan bahwa kehilangan figur ayah secara emosional dimulai sejak duduk di bangku Sekolah Dasar, dan semakin terasa ketika sang ayah tidak lagi pulang ke rumah dan tinggal bersama perempuan lain. Hal ini meninggalkan luka emosional yang mendalam, seperti perasaan benci, kecewa, dan hampa. N4 juga mengungkapkan bahwa terdapat riwayat kekerasan fisik dan verbal dalam keluarganya, terutama terhadap ibunya, yang membuatnya tumbuh dalam lingkungan yang penuh konflik.

Dalam hubungan romantis, N4 mengakui memiliki kesulitan dalam mempercayai pasangan serta menunjukkan keraguan dan rasa tidak yakin terhadap hubungan yang dijalaninya. N4 juga mengungkapkan bahwa pengalaman masa lalunya membentuk pandangan yang negatif terhadap komitmen jangka panjang seperti pernikahan, karena takut mengalami pengulangan pola ketidaksetiaan dan ketidakstabilan ekonomi seperti yang dialami oleh orang tuanya. Ketidakhadiran figur ayah membuat N4 merasa tidak memiliki role model yang jelas dalam membangun hubungan yang sehat. N4 masih belajar untuk memahami bentuk hubungan yang ideal, serta menunjukkan kewaspadaan dan ketahanan diri agar tidak mengalami kembali luka emosional dari masa kecilnya.

Narasumber N5 kehilangan sosok ayah sejak usia 1,5 tahun akibat perceraian. N5 hanya sekali bertemu ayah kandung dan merasa tidak nyaman karena tidak ada ikatan emosional. Ketidakhadiran figur ayah membuatnya merasa kehilangan dukungan laki-laki dalam keluarga, menimbulkan rasa iri terhadap teman-teman yang memiliki ayah, serta kesulitan membangun kepercayaan terhadap lawan jenis. Dalam hubungan romantis, N5 mengaku sering *overthinking*, takut ditinggalkan, dan menunjukkan pola komunikasi defensif seperti langsung meminta putus saat konflik. N5 menyadari bahwa mencari sosok ayah dalam pasangannya, namun tetap dihantui ketakutan terhadap pernikahan karena trauma masa lalu, terutama terkait sistem nyentana. N5 juga mengungkapkan tidak memiliki pemahaman jelas tentang hubungan sehat karena tidak pernah merasakannya dalam kehidupan keluarga.

Adapun tabel rangkuman hasil wawancara dengan 5 narasumber yang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1.

Rangkuman Hasil Wawancara

Aspek	Tema	Narasumber 1	Narasumber 2	Narasumber 3	Narasumber 4	Narasumber 5
Father less	Ketidakhadiran sosok dan peran ayah	Merasa kekurangan figur laki-laki, cenderung mencari pengganti peran ayah dalam hubungan romantis.	Merasakan kehilangan, iri terhadap teman yang memiliki ayah	Ayah hadir secara fisik tapi tidak terlibat secara emosional dan finansial. Merasa tidak diperhatikan sejak kecil.	Mengalami luka emosional, rasa benci, dan kehilangan kepercayaan meskipun ayah kembali.	Merasa asing dan canggung saat ayah datang kembali
	Luka masa kecil yang berpengaruh pada hubungan romantis	N1 mengaku takut terlihat lemah dan marah ketika merasa tidak dihargai	Mengalami ketakutan ditinggalkan karena ayahnya. Hal ini membuatnya sulit percaya pada laki-laki	N3 merasa takut hubungan yang awalnya terlihat baik akan berubah menjadi kasar.	N4 mengembuskan ketidpercayaan yang kuat terhadap laki-laki	Ketidakhadiran ayah membuatnya takut menikah dan khawatir

Aspek Fisik	Reaksi fisik saat berinteraksi dengan lawan jenis	Merasa grogi dan menetakn kriteria ketat agar tidak bertemu laki-laki yang menyerupai ayahnya	Mengalami jantung berdebar, tremor, dan pikiran negatif saat hubungan mulai serius	Merasa deg-degan karena situasi romantis tak sesuai ekspektasi	Mengalami ketakutan intens terhadap kemungkinan disakiti, keringat berlebih, deg-degan, dan enggan bertemu langsung karena takut disakiti
	Gejala Psikosomatik	Lebih merasakan dampak emosional dibandingkan fisik.		Mengalami sakit kepala sesaat yang datang dan pergi.	Menggambarakan kelelahan fisik akibat tekanan emosional, yang juga tampak dari matanya yang lebam karena menangis.
	Kesulitan Tidur	Adanya pengaruh terhadap pola tidurnya,			mengalami kesulitan tidur ketika sedang memikirkankan masalah hubungan romantis

Aspek <i>Behavioral</i>	Penghin daran/ Dominasi	Takut menikah karena pengalaman negatif dengan figur ayah yang dominan dan kasar. represif.	menunjukk an sensitivitas tinggi terhadap pasangan namun menahan diri untuk bertanya, takut dianggap cerewet	Menghin dari konflik dengan diam dan menjaga jarak saat terjadi masalah.	terbiasa melakuka n <i>silent</i> <i>treatment</i> karena sejak kecil tidak diberi ruang menyamp aikan perasaan	Menolak kedekatan fisik dan emosional di awal hubungan karena takut ditinggalk an.
	Impulsif Konflik	Menggunak an drama sebagai cara mengekspre sikan emosi.	Menurunka n suara saat bertengkar untuk menjaga citra hubungan di depan orang lain.	Memilih langsung menyele saikan konflik agar tidak berlarut dan melebar.	Mengalam i perubahan perilaku berkat dorongan pasangan untuk terbuka dan menyelesa ikan segera	Saat bertengkar , langsung minta putus karena takut ditinggalk an lebih dulu.
	Ketergan tungan emosion al	Sangat tergantun g secara emosional pada pasangan	Takut ditinggal sehingga sering minta kepastian cinta berulang kali		Keinginan diperhatik an lebih karena terbiasa memikul tanggung jawab dalam keluarga.	Ketergantun gan tinggi pada pasangann ya.

Aspek Kognitif	Keyakinan Negatif	ketidakhadiran sosok ayah membentuk pola berpikir negatif terhadap masa depan hubungan	Takut hubungan gagal, ditinggalkan dipicu pengalaman ditinggalkan ayah.	Takut pengulangan pola hubungan negatif	N4 memiliki prinsip untuk tetap teguh pada dirinya sendiri dan menerima bahwa tidak ada yang bisa memberikan kepastian mutlak dalam hubungan	Takut berkomitmen, khususnya pernikahan
Generalisasi Negatif	N1	mengungkapkan bahwa dirinya secara sadar menetapkan kriteria tertentu dalam memilih pasangan a	pengalaman masa lalu tanpa figur ayah menimbulkan ketakutan saat memilih pasangan	mengungkapkan adanya pikiran bahwa jika pria terlalu emosional, maka kemungkinan besar akan berujung pada kekerasan	N4 cenderung menaruh curiga dan membandingkan orang lain dengan sosok ayah yang dianggap tidak dapat dipercaya	mengungkapkan adanya ketakutan terhadap kemungkinan kegagalan dalam pernikahan

<i>Overthinking</i>	mengalami <i>overthinking</i> ketika respon pasangan tidak sesuai harapan	<i>Overthinking</i> g dipicu oleh respons pasangan yang lambat	Keraguan terhadap pasangan ("Orang ini benar nggak sih?") menunjukkan <i>overthinking</i> dan ketidakpercayaan	<i>Overthinking</i> g terkait keputusan mencari pasangan yang bersedia "nyentana" (menikah secara adat Bali)
Kebutuhan akan kepastian relasional	Bersikap keras pada pasangan untuk menghindari perlakuan seperti ayahnya		Menekankan tindakan dan sifat asli pasangan lebih penting daripada kata-kata	Membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan

Diskusi

Aspek *Fatherless*

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah mengalami kecemasan terhadap hubungan jangka panjang. Lebih jauh lagi, analisis wawancara mengungkapkan bahwa kecemasan ini diiringi oleh emosi-emosi lain yang kompleks dan saling berkaitan. Ketakutan akan ditinggalkan, ketidakpercayaan terhadap laki-laki, dan perasaan tidak layak dicintai menjadi emosi yang dominan. Narasi-narasi yang muncul menggambarkan rasa takut mengulangi pola hubungan yang tidak sehat dari keluarga asal, serta keraguan diri yang mendalam. Kecemasan ini juga memicu perilaku mencari kepastian berulang kali dari pasangan, sebagai upaya untuk mengatasi ketidakpastian dan rasa tidak aman yang mendalam. Kehadiran emosi-emosi ini, yang kompleks dan saling berinteraksi, menunjukkan

bahwa dampak *fatherless* tidak hanya terbatas pada aspek perilaku, kognitif, dan fisik, tetapi juga memiliki implikasi emosional yang signifikan.

Penelitian-penelitian sebelumnya mendukung hasil temuan ini, yang mana perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah mengalami kecemasan terhadap hubungan jangka panjang, khususnya pernikahan (Junaidin dkk., 2023). Sementara itu, Fajriyanti dkk., (2024) menjelaskan bahwa fenomena *fatherless* mengganggu keterbentukan kelekatan aman, yang membuat individu lebih rentan mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan intim yang stabil di masa dewasa. Selaras dengan temuan tersebut, Diana dan Agustina (2023) menyatakan bahwa perempuan yang mengalami *fatherless* cenderung menjalin relasi dengan kewaspadaan dan ketidakpercayaan akibat luka emosional yang belum pulih.

Luka masa kecil yang dibentuk oleh pengalaman negatif bersama ayah, baik berupa kekerasan, pengabaian emosional, sikap otoriter, maupun perlakuan tidak adil terhadap ibu memengaruhi cara narasumber menjalin hubungan romantis. Para partisipan menunjukkan berbagai respons psikologis, seperti kecenderungan untuk bersikap dominan, sulit mempercayai pasangan, merasa tidak layak dicintai, takut menjalin hubungan serius, hingga keraguan terhadap konsep cinta dan pernikahan. Ketakutan akan pengulangan pola negatif dari figur ayah menjadi faktor utama yang memicu kecemasan dan kewaspadaan dalam membangun relasi intim.

Pengalaman ketidakhadiran ayah yang dialami oleh para narasumber membentuk skema relasional yang penuh dengan kecemasan, ketidakpercayaan, dan kewaspadaan dalam menjalin hubungan romantis. Luka masa kecil tidak hanya menjadi bagian dari masa lalu, tetapi juga terus hidup dan memengaruhi pola pikir, kelekatan, dan dinamika komunikasi mereka dalam relasi dewasa. Identitas psikososial mereka dibentuk melalui pengalaman kehilangan figur ayah sejak dini, yang pada akhirnya menciptakan kerentanan emosional dan pencarian kompensasi dalam relasi dengan pasangan laki-laki.

Temuan ini diperkuat oleh Rachmanulia dan Dewi (2023), yang menjelaskan bahwa perempuan dewasa awal dengan latar belakang *fatherless* menunjukkan dinamika psikologis berupa kewaspadaan berlebih dan kesulitan dalam membentuk kedekatan emosional, sebagai

bentuk pertahanan diri terhadap pengalaman relasional yang menyakitkan di masa lalu. Sementara itu, Wahyudi dkk., (2024) menyatakan bahwa dampak dari *fatherless* dalam hubungan romantis antara lain adalah meningkatnya sensitivitas terhadap penolakan dan munculnya pola interaksi tidak sehat, seperti menarik diri atau bersikap terlalu bergantung pada pasangan.

Aspek Fisik

Pengalaman kehilangan figur ayah sejak kecil menciptakan luka psikologis yang mendalam, yang kemudian terbawa hingga dewasa dan muncul dalam bentuk reaksi tubuh ketika mereka menjalin hubungan romantis. Aspek fisik ini terbagi ke dalam tiga tema utama, yaitu reaksi fisik saat berinteraksi dengan lawan jenis, gejala psikosomatik dan kesulitan tidur yang muncul sebagai akibat dari tekanan emosional.

Ketidakhadiran figur ayah menciptakan ketidakamanan emosional yang terekam dalam tubuh, sehingga ketika berhadapan dengan lawan jenis, terutama yang berpotensi menjadi pasangan, muncul respons fisik sebagai bentuk kesiagaan atau pertahanan bawah sadar terhadap potensi risiko emosional. Hal ini juga diperkuat oleh temuan Hanifah dkk (2020) yang menjelaskan bahwa individu dengan tingkat kecemasan tinggi kerap mengalami gangguan fisik seperti insomnia, gangguan pencernaan, dan kelelahan kronis, terutama saat menghadapi situasi sosial yang menegangkan. Sementara itu, menekankan bahwa gejala seperti grogi dan tremor sering muncul pada perempuan dewasa muda yang memiliki kecemasan tinggi dalam hubungan romantis, akibat keterikatan tidak aman sejak kecil.

Dengan adanya reaksi fisik yang terjadi, kecemasan dari pengalaman ketidakhadiran sosok ayah juga menimbulkan gejala psikosomatik, yaitu keluhan fisik yang muncul sebagai akibat dari tekanan emosional namun tidak sampai mengganggu aktivitas secara signifikan. Gejala psikosomatik yang dialami para narasumber merupakan wujud dari tekanan emosional yang telah tertahan dalam waktu lama. Kelelahan, sakit kepala mendadak, hingga tubuh terasa lemas adalah sinyal bahwa beban psikologis telah berdampak pada fisik, meskipun tidak bersifat kronis. Hal ini mencerminkan pentingnya memahami keterkaitan erat antara tekanan emosional dan kondisi tubuh dalam konteks pengalaman *fatherless*.

Dampak lain dari kecemasan secara fisik juga membuat para narasumber mengalami kesulitan tidur sebagai respons fisiologis terhadap tekanan emosional. Kesulitan tidur ini mencerminkan adanya kecemasan dan ketegangan yang mendalam terhadap relasi interpersonal. Kesulitan tidur yang dialami narasumber mencerminkan tingkat kecemasan yang lebih mendalam. Begadang, sulit tidur, dan pola tidur tidak teratur menjadi indikator bahwa pikiran narasumber terus aktif dalam memproses kekhawatiran, ketakutan akan kegagalan relasi, dan bayangan masa lalu yang belum terselesaikan. Gangguan tidur merupakan salah satu indikator utama distress emosional. juga mengungkapkan bahwa perempuan dewasa awal dengan kecemasan tinggi akibat keterikatan yang tidak aman sejak kecil sering mengalami insomnia atau tidur yang tidak nyenyak karena kekhawatiran yang terus-menerus. Temuan serupa juga disampaikan oleh (Cahyani & Putri, 2024), yang menunjukkan bahwa perempuan dewasa muda dengan kecemasan tinggi sering mengalami insomnia dan gangguan tidur karena pikiran yang terus-menerus aktif dan rasa takut ditinggalkan.

Aspek Behavior

Peneliti melihat bahwa kecenderungan perilaku menghindar atau justru mendominasi merupakan manifestasi dari kecemasan relasional yang bersumber dari pengalaman masa kecil yang penuh ketidakpastian emosional. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori kelekatan akibat pola asuh ambivalen sehingga cenderung merasa hubungan perkawinannya tidak bahagia ketika dewasa (Brennan & Shaver, 1995). Ketika figur ayah tidak hadir secara emosional atau fisik, anak perempuan cenderung kehilangan sosok figur pelindung dalam proses perkembangan emosionalnya. Hal ini menimbulkan ketidakmampuan dalam membangun rasa aman dan kepercayaan dalam relasi intim, yang pada akhirnya berkembang menjadi kecemasan akan konflik di masa dewasa. Penelitian oleh memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless* cenderung memiliki persepsi negatif terhadap relasi romantis, serta menampilkan pola keterikatan yang tidak aman seperti *anxious-avoidant*, yang dimanifestasikan dalam bentuk penghindaran atau dominasi sebagai cara mempertahankan kendali dan melindungi diri dari luka emosional.

Selanjutnya yaitu respons emosional yang impulsif dalam menghadapi konflik hubungan. Kecenderungan ini muncul sebagai dampak dari kecemasan akan kehilangan dan kebutuhan akan kepastian emosional. Respons impulsif seperti marah tiba-tiba, menangis berlebihan, atau langsung meminta putus saat konflik merupakan bentuk dari regulasi emosi yang tidak stabil, yang berkaitan erat dengan kecemasan interpersonal. Dalam konteks *fatherless*, individu tidak mendapatkan model pengasuhan yang stabil untuk mengelola emosi negatif, terutama dalam menghadapi penolakan, kekecewaan, atau rasa tidak dicintai.

Ketergantungan emosional yang tinggi terhadap pasangan menunjukkan bahwa pasangan dijadikan sebagai pengganti figur ayah yang hilang. Ketika kebutuhan emosional dasar tidak terpenuhi di masa kecil. Individu akan mencari sosok pengganti yang bisa memberi perlindungan, kasih sayang, dan validasi yang seharusnya diberikan oleh sosok ayah. Namun, berharap terlalu banyak pada pasangan untuk menggantikan peran ayah bisa membuat hubungan jadi tidak seimbang dan menimbulkan rasa cemas akan ditinggalkan. Kecemasan ini memicu perilaku seperti selalu ingin dekat, takut ditinggal, mudah cemburu, atau minta kepastian secara berulang. Peneliti melihat bahwa ketergantungan emosional pada perempuan yang mengalami *fatherless* muncul karena kebutuhan akan kasih sayang di masa kecil belum terpenuhi. Jika hal ini tidak disadari dan tidak dikelola dengan baik, maka perasaan bergantung ini bisa terus terbawa ke dalam hubungan romantis dan menimbulkan masalah. Konsep ini dijelaskan oleh Taylor dkk., (2009) yang mana hubungan cinta anak dan orangtua mungkin akan berpengaruh terhadap pola menjalin hubungan ketika dewasa. Lebih lanjut, dikenal dengan teori kelekatan (*attachment theory*).

Fenomena ini sejalan dengan temuan yang menyatakan bahwa perempuan dewasa awal dengan pengalaman *fatherless* memiliki kecenderungan mencari figur pengganti ayah dalam pasangan romantis mereka. Kecenderungan ini berdampak pada pola hubungan yang tidak seimbang secara emosional dan menimbulkan harapan-harapan yang sulit dipenuhi, sehingga meningkatkan potensi konflik serta kecemasan dalam hubungan.

Aspek Kognitif

Ketidakhadiran sosok ayah membentuk keyakinan negatif yang kuat pada para narasumber, memengaruhi persepsi narasumber terhadap hubungan jangka panjang dan komitmen. Ketakutan akan pengulangan trauma masa lalu menjadi tema dari permasalahan. Peneliti menemukan bahwa pengalaman ketidakhadiran sosok ayah sejak masa kanak-kanak hingga remaja membentuk pola pikir negatif, terutama dalam hal kepercayaan terhadap hubungan romantis dan komitmen jangka panjang.

Peneliti menilai bahwa keyakinan negatif ini merupakan manifestasi dari kecemasan kognitif yang dipicu oleh pengalaman masa lalu tanpa kehadiran ayah. Ketidakhadiran figur ayah tidak hanya menciptakan ketidakpastian emosional, tetapi juga membentuk kerangka berpikir yang pesimistis terhadap masa depan relasional. Kecemasan dalam menjalin hubungan tidak hanya muncul pada momen konflik, tetapi telah tertanam dalam bentuk ekspektasi negatif terhadap hubungan itu sendiri.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh yang menunjukkan bahwa pola pikir negatif memiliki hubungan signifikan dengan kecemasan dalam membina hubungan romantis pada dewasa awal. Ketidakhadiran sosok ayah berkontribusi pada pembentukan pola pikir negatif tersebut, yang kemudian memengaruhi persepsi individu terhadap komitmen dan kepercayaan dalam hubungan. juga menemukan bahwa pengalaman kehilangan atau ketidakhadiran ayah dapat menyebabkan perempuan mengembangkan generalisasi negatif terhadap laki-laki dan hubungan romantis, terutama saat pasangan menunjukkan karakteristik yang mengingatkan pada ayah.

Pengalaman negatif dengan figur ayah memicu generalisasi negatif pada narasumber, memengaruhi cara mereka menilai laki-laki dan hubungan romantis. N1 menetapkan kriteria ketat untuk menghindari pasangan yang menyerupai ayahnya, didorong oleh kekhawatiran mengulangi pola keluarga yang tidak sehat. Sedangkan N2, N3, N4 dan N5 mengalami kekhawatiran dan ketakutan yang dipicu oleh pengalaman negatif dengan figur ayah, seperti takut mendapatkan pasangan dengan sifat mirip ayahnya, mengasosiasikan emosi tinggi dengan potensi kekerasan, serta ketidakpercayaan terhadap laki-laki akibat pengalaman masa lalu.

Generalisasi negatif ini adalah bentuk pertahanan psikologis yang bersifat mal-adaptif, yang semakin memperkuat kecemasan interpersonal. Generalisasi ini terjadi ketika pengalaman buruk dengan figur ayah dijadikan acuan utama dalam menilai pasangan dan membentuk ekspektasi terhadap relasi. Generalisasi menyebabkan individu tidak mampu menilai pasangan berdasarkan realitas saat ini, tetapi berdasarkan skema masa lalu. Akibatnya, mereka merasa sulit merasa aman dan membangun kepercayaan yang sehat, yang justru meningkatkan kecemasan akan masa depan hubungan.

Selain keyakinan negatif dan generalisasi negatif, peneliti juga menemukan bahwa seluruh narasumber menunjukkan kecenderungan untuk mengalami *overthinking*. Kelima narasumber menunjukkan kecenderungan *overthinking*, terutama dalam konteks hubungan romantis, yang dipicu oleh pengalaman *fatherless*. Ketidakpastian dan ketakutan akan ditinggalkan menjadi pemicu utama. Peneliti melihat *overthinking* ini sebagai bentuk kecemasan yang muncul karena kurangnya pengalaman hubungan yang aman di masa lalu. *Overthinking* muncul karena mereka berusaha mencari kepastian atau kontrol dalam situasi yang tidak pasti, namun justru memperburuk kecemasan mereka tentang hubungan yang sedang dijalani.

Penelitian oleh Junaidin dkk., (2023) menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless* cenderung mengalami kecemasan yang tinggi terhadap pernikahan, yang dapat tercermin dalam pola pikir berlebihan (*overthinking*) terhadap kemungkinan kegagalan atau pengulangan pola negatif. Hal ini sejalan dengan temuan Cahyani dan Putri (2024) yang menjelaskan bahwa kecemasan berlebih pada generasi Z berdampak signifikan terhadap kondisi psikologis, termasuk munculnya pikiran berulang dan tidak rasional dalam konteks hubungan. *Overthinking* dalam konteks ini mencerminkan ketidakpastian dan ketakutan akan kekecewaan yang berakar pada pengalaman masa lalu tanpa figur ayah. Ketidakmampuan untuk merasa aman secara emosional dan kebutuhan yang kuat akan validasi dari pasangan menjadi pola umum yang diamati.

Narasumber merasa perlu diyakinkan secara terus-menerus bahwa pasangan benar-benar serius dan tidak akan meninggalkan mereka. Hal ini muncul karena mereka tidak memiliki

figur ayah yang bisa dijadikan contoh dalam menjalin hubungan yang sehat dan aman secara emosional. Kebutuhan tinggi akan kepastian relasional ini sebagai bentuk kecemasan yang muncul karena tidak adanya rasa aman sejak kecil. Ketika tidak ada figur ayah yang stabil dan suportif, individu kesulitan mempercayai bahwa hubungan bisa bertahan dan aman. Akibatnya, para narasumber merasa harus selalu waspada, dan mencari tanda-tanda apakah pasangan benar-benar bisa dipercaya atau tidak. Kebutuhan ini sebenarnya muncul dari rasa takut akan kehilangan dan keinginan untuk tidak mengulang pengalaman menyakitkan di masa lalu.

Aspek Emosional

Dalam kerangka teori yang digunakan peneliti, aspek emosional belum tercantum secara eksplisit sebagai bagian yang berdiri sendiri. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwa aspek emosional memainkan peran penting dan terpisah dalam membentuk kecemasan relasional pada perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless*. Emosi-emosi seperti takut ditinggalkan, perasaan tidak layak dicintai, kemarahan terhadap ayah, kesedihan yang berulang, hingga ambivalensi emosional dalam membangun kedekatan muncul sebagai tema dominan dalam narasi para narasumber.

Narasumber 1 menyampaikan bahwa sering merasa cemas dan bingung saat pasangannya tidak segera membalas pesan, karena muncul bayangan akan ditinggalkan seperti yang dilakukan ayahnya di masa kecil. Perasaan itu membuatnya tidak hanya merasa gelisah, tetapi juga menurunkan rasa percaya diri dan memunculkan pikiran negatif seperti "mungkin aku memang tidak cukup baik buat dicintai." Selain itu, muncul terkait emosi ambivalen, merupakan tarik-menarik antara keinginan untuk dicintai dan rasa takut akan luka yang sama. N3 mengatakan, "Aku pengen punya hubungan yang serius, tapi di sisi lain aku takut banget kalau ternyata dia nanti kayak ayahku, pergi dan ninggalin ibu."

Narasumber juga menunjukkan adanya emosi marah yang terpendam terhadap ayah, yang secara tidak langsung mereka proyeksikan kepada pasangan. Reaksi marah bukan hanya akibat ketidakhadiran, tetapi juga karena rasa tidak dianggap dan tidak dihargai secara emosional. N5 mengungkapkan bahwa sering marah tanpa alasan jelas pada pacarnya ketika

merasa kurang diperhatikan, yang setelah ditelusuri bersumber dari rasa kecewa mendalam terhadap sosok ayah yang tidak pernah hadir dalam momen-momen penting hidupnya.

Temuan ini menunjukkan bahwa luka emosional akibat *fatherless* bersifat laten dan memengaruhi ekspresi emosi dalam hubungan dewasa. Ketidakstabilan emosional menjadi pola umum, seperti menangis berlebihan, meledak saat konflik, hingga merasa hampa saat tidak mendapat validasi dari pasangan. Emosi-emosi ini tidak sekadar respons sesaat, melainkan bagian dari memori emosional yang belum terselesaikan.

Disisi lain, teori yang digunakan dalam penelitian ini belum sepenuhnya menjelaskan bagaimana emosi mendalam seperti kehilangan, marah, takut ditinggalkan, atau tidak layak dicintai bekerja secara langsung dalam membentuk relasi. Teori Nevid (2013), yang menjadi dasar pendekatan awal penelitian menjelaskan bahwa kecemasan sebagai respons terhadap ancaman, baik secara nyata maupun yang dibayangkan dengan menekankan pada tiga aspek utama: kognitif, fisik, dan perilaku. Dalam penjelasan Nevid, emosi memang disebutkan sebagai bagian dari reaksi psikologis, namun tidak ditempatkan sebagai komponen utama atau berdiri sendiri. Akibatnya, dimensi emosional yang mendalam, seperti kerentanan afektif, ambivalensi emosional, dan luka emosional jangka panjang, tidak mendapat ruang analisis yang cukup.

Sebagai pelengkap dan koreksi terhadap keterbatasan tersebut, peneliti merujuk pada teori alternatif seperti *Emotion-Focused Therapy* (Greenberg) dan *Attachment Theory* (Bowlby, Mikulincer & Shaver), yang secara eksplisit mengakui emosi sebagai pusat dari pengalaman psikologis dan relasional. Dalam kerangka ini, emosi primer seperti rasa kehilangan, takut ditolak, atau tidak dicintai dianggap sebagai fondasi dari kecemasan interpersonal yang muncul di masa dewasa. Jika dikaitkan dengan konteks temuan, kecemasan muncul secara nyata dalam konteks relasi romantis, khususnya pada situasi yang melibatkan kedekatan emosional, memulai relasi serius, serta potensi penolakan atau kehilangan pasangan. Perilaku ini hanya muncul saat berbicara mengenai hubungan dengan pasangan.

Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini, aspek emosional layak dipertimbangkan sebagai dimensi analisis tersendiri. Hal ini menjadi kontribusi teoritis sekaligus koreksi metodologis atas pendekatan awal yang digunakan peneliti. Aspek emosional tidak hanya

menjadi pelengkap dari aspek kognitif, fisik, dan perilaku, tetapi justru menjadi inti dari pengalaman kecemasan yang dialami oleh perempuan dewasa awal yang tumbuh tanpa kehadiran sosok ayah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, ketidakhadiran sosok ayah, baik secara fisik maupun emosional, berpengaruh besar terhadap munculnya kecemasan dalam hubungan romantis pada perempuan dewasa awal. Kecemasan ini tampak dalam tiga aspek: fisik (gejala seperti jantung berdebar dan gangguan tidur), kognitif (pola pikir negatif dan *overthinking*), dan perilaku (tindakan impulsif, ketergantungan, serta pola hubungan tidak sehat) dengan pasangan. Kecemasan muncul secara spesifik pada situasi yang melibatkan kedekatan emosional, membangun hubungan serius, hingga potensi kehilangan pasangan. Dari ketiganya, aspek *behavioral* ditemukan sebagai yang paling dominan, ditandai dengan pola perilaku berulang seperti *silent treatment*, ketakutan ditinggalkan, hingga mempertahankan hubungan tidak sehat demi muncul pula dimensi emosional mendalam seperti rasa takut, marah, dan tidak layak dicintai yang belum sepenuhnya terwakili dalam teori yang digunakan. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan teori yang lebih komprehensif dalam memahami dampak *fatherless* terhadap hubungan romantis.

DAFTAR PUSTAKA

- Arbiyana, T., & Kholil, S. (2024). *Dinamika fatherless terhadap pengembangan diri remaja perempuan di MAN 2 Model Medan*. 17(3), 287–294.
- BKKBN. (2025). *Kemendukbangga Rilis Data Fatherless di Indonesia, Jawa Tengah di Bawah Angka Nasional*.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). *Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning*. 21(3). <https://doi.org/10.1177/0146167295213008>
- Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., & Neff, C. (2012). *Father involvement, paternal sensitivity, and father-child attachment security in the first 3 years*. 26(3), 421–430. <https://doi.org/10.1037/a0027836>
- Cahyani, D. F., & Putri, N. S. (2024). Dampak kecemasan berlebih terhadap psikologis gen z (usia remaja). *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, (Vol. 3 No. 3 (2024): Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling), 82–94.
- Diana, P., & Agustina. (2023). *Gambaran persepsi pernikahan pada perempuan dewasa muda dengan latar belakang orang tua bercerai dan fatherless*. 5(2). <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.181>

- Fajriyanti, A. P., Saputri, D., & Sujarwo. (2024). *Fenomena fatherless di Indonesia* (Pt 189-194). 7(1). <https://doi.org/10.26740/ijss.v7n1.p189-194>
- Fajriyanti, A., Saputri, D., & Sujarwo. (2024). Fenomena fatherless di Indonesia. *The Indonesian Journal of Social Studies*, 7, 94–99. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpips/article/view/24982/11400>
- Febriani, M. I., & Iswinarti. (2025). *The impact of fatherlessness on independence and interpersonal relationships in early adult women: A systematic review*. 2(4), 1–13. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4382>
- Hanifah, M., Hasan, Y. B., Nanda, N. F., Tatang, A. P., & Muhammad, R. (2020). *Kajian jenis kecemasan masyarakat cilacap dalam menghadapi pandemi covid 19*.
- Junaidin, J., Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). Kecemasan terhadap Pernikahan pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless. *Journal on Education*, 5(4), 16649–16658. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2839>
- Nainggolan, E., Putri, C. F. I. L. F., Pakaya, S. M., & Juniarti, G. (2024). *The phenomenon of adolescent girls with daddy issues problems in understanding about romance relationships*. 4.
- Nurmawati, Hirmah, N. M., Nuraeni, F. A., Octavia, Z. S., & Safitri, R. A. (2025). *Dampak peran ayah yang hilang*. 11(1), 55–64.
- Putri, D., Afrita, D., & Bangsu, T. (2025). *Kesejahteraan psikososial pada mahasiswa generasi z yang mengalami fatherless di Kota Bengkulu*. 14(2), 419–433.
- Rachmanulia, N., & Dewi, K. S. (2023). *Dinamika Psikologis Pada Anak Perempuan dengan Fatherless di Usia Dewasa Awal: Studi Fenomenologis*. 4, 88–89.
- Supriyanto, H., & Rha'in, A. (2024). Karakter ideal seorang ayah (fatherhood) dalam surat yusuf serta relevansinya pada perkembangan psikologis anak. *Skripsi*.
- Syafiyah, A. A., & Primanita, R. Y. (2024). *Pengaruh father involvement terhadap relationship contingent self esteem pada perempuan dewasa awal*. 4(3), 7317–7329. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11124>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial edisi kedua belas*. Pearson Education, Inc.
- Wahyudi, S., Nurbayani, S., & Alia Abdullah, M. N. (2024). Father-Hunger: Dampak Fatherless Pada Perempuan Dewasa Awal Dalam Aspek Hubungan Romantis. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 12(2), 160–172. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v12i2.14463>
- Wahyuni, S., Khumas, A., & Jafar, E. S. (2023). Persepsi tentang pernikahan pada perempuan dewasa awal yang mengalami fatherless (Pt 1050-1066). *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(6).
- Wijaya, M. H. S., & Soraida, S. (2022). *Fenomena fatherless pada mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya* [Skripsi, Universitas Sriwijaya]. <https://repository.unsri.ac.id/87462/>