



Dinamika *Fatherless* terhadap Pengembangan Diri Remaja Perempuan di MAN 2 Model Medan

Tata Arbiyana^{1✉}, Syukur Kholil²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

tata01022001042@uinsu.ac.id

Abstract

The fatherless phenomenon is caused by the influence of local culture on the parenting paradigm. Cultural stereotypes influence the view that men should not be involved in childcare. Many Indonesian families still apply patriarchal parenting patterns by prioritizing the role of the mother as the overall actor of domestic duties. While the father's role in it is still less prioritized so that without realizing it, care, maintenance and education are only associated with the duties of a mother, even though the father's role is actually very necessary in this regard. The issue of fatherlessness is almost invisible, but its impact is very real considering the importance of the father figure for the growth and development of his child. The absence of a father's role in a child's development can have a significant impact on the child's psychological and emotional development, especially for girls in the adolescent phase. This study aims to find out how the dynamics of self-development in adolescent girls who experience fatherless. Researchers used 3 female adolescent participants who experienced fatherlessness at MAN 2 Model Medan in the age range of 15-16 years. The research method used is a qualitative method with a descriptive qualitative approach. Data collection was using observation, interview, and documentation techniques. The results showed that the positive impact of fatherlessness on girls in the adolescent phase is the willingness to develop talents and academic abilities, while the negative impact is shown by the difficulty of opening up, emotional instability, and the tendency to self-harm.

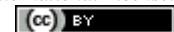
Keywords: dynamics, fatherless, self-development, teenage, girls

Abstrak

Fenomena *fatherless* ini disebabkan dengan adanya pengaruh budaya lokal terhadap paradigma pengasuhan anak. 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. Sedangkan peran ayah didalamnya masih kurang diutamakan sehingga tanpa disadari, pengasuhan, pemeliharaan dan pendidikan hanya dikaitkan dengan tugas seorang ibu, meskipun peranan ayah sebenarnya sangat diperlukan dalam hal ini. Isu mengenai fatherless ini hampir tidak terlihat, namun dampaknya begitu nyata mengingat pentingnya sosok ayah bagi tumbuh kembang anaknya. Ketidadaan peran ayah dalam proses tumbuh kembang anak dapat berdampak signifikan pada perkembangan psikologis dan emosional anak, terutama pada anak perempuan di fase remaja. Keterlibatan ayah dalam tumbuh kembang anak perempuan dapat meningkatkan perkembangan kognitif anak, memberikan perspektif terhadap sesuatu yang nantinya dapat dikembangkan di otak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika pengembangan diri pada remaja perempuan yang mengalami fatherless. Peneliti menggunakan 3 partisipan remaja perempuan yang mengalami fatherless di MAN 2 Model Medan di rentang usia 15-16 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak positif fatherless pada anak perempuan di fase remaja yaitu adanya kemauan untuk mengembangkan kemampuan secara bakat dan akademik, adapun dampak negatif ditunjukkan dengan sulitnya membuka diri, ketidakstabilan emosional, dan kecenderungan menyakiti diri.

Kata kunci: dinamika, *fatherless*, pengembangan diri, remaja, perempuan

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Indonesia menduduki peringkat ketiga dunia sebagai *fatherless country*, sebagaimana yang disampaikan oleh Ibu Menteri Sosial Indonesia Khofifah Indar Parawansa, hal ini bukan disebabkan oleh tingginya angka kematian dan perceraian saja tetapi hilangnya peran ayah dalam mengasuh [1]. Melihat apa yang terjadi di Indonesia, tidak semua anak merasakan kehadiran ayahnya. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti perceraian, masalah internal orang tua,

kematian ayah, masalah kesehatan atau pekerjaan ayah di luar daerah. Komisi Perlindungan Anak Indonesia mengungkapkan bahwa partisipasi ayah dalam pengasuhan anak masih rendah di Indonesia, karena kualitas dan kuantitas waktu berkomunikasi ayah dengan anak diperkirakan hanya satu jam perhari. Tidak semua anak beruntung mendapatkan figur ayah hingga dewasa, seperti anak yang kehilangan ayahnya karena kematian. Hilangnya figur ayah ini menyebabkan anak rentan merasa kesepian, tidak mampu mengendalikan diri, hingga depresi [2].

Fenomena *fatherless* ini disebabkan dengan adanya pengaruh budaya lokal terhadap paradigma pengasuhan anak. 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. Sedangkan peran ayah didalamnya masih kurang ditutamakan sehingga tanpa disadari, pengasuhan, pemeliharaan dan pendidikan hanya dikaitkan dengan tugas seorang ibu, meskipun peranan ayah sebenarnya sangat diperlukan dalam hal ini [3]. Seorang anak tidak mampu menyadari sepenuhnya bahwa ia tengah mengalami kondisi *fatherless* sampai ia merasakan dampak dari kondisi tersebut dalam dirinya [4].

Isu mengenai *fatherless* ini hampir tidak terlihat, namun dampaknya begitu nyata mengingat pentingnya sosok ayah bagi tumbuh kembang anaknya. Masih banyak masyarakat yang belum paham bahwa menjaga, mendidik, serta membimbing anak adalah tugas bersama antara ayah dan ibu, bukan hanya tugas ibu saja. Banyak yang beranggapan bahwa tugas seorang ayah hanyalah mencari nafkah dan sekedar memenuhi kebutuhan keluarga secara materi saja. Sementara dalam urusan mendidik diberikan sepenuhnya pada seorang ibu, tentu ini mengakibatkan anak kehilangan seluruh sosok ayah dalam diri anak tersebut [5].

Anak yang memiliki kedekatan yang terbangun dengan baik dengan ayahnya, akan mengarahkan anak pada keberfungsian jiwa yang positif. Sebaliknya, jika kedekatan ayah dengan anak tidak terbangun dengan baik, maka yang terjadi adalah keberfungsian jiwa anak akan negatif. Sosok ayah dalam kehidupan anak perempuannya merupakan *role model* yang kemudian dijadikan sebagai tolak ukur dalam menilai perilaku orang lain terhadap dirinya. Apabila seorang ayah memiliki hubungan yang baik dengan anak perempuannya, ia seperti memberikan gambaran bagi anaknya dalam mencari pasangan dan membentuk karakter pada dirinya. Keterlibatan ayah dalam tumbuh kembang anak perempuan dapat meningkatkan perkembangan kognitif anak, memberikan perspektif terhadap sesuatu yang nantinya dapat dikembangkan di otak [6]. Penanaman kecerdasan emosional dan sosial yang baik pada anak dapat menumbuhkan pemahaman emosi sesuai kondisi lingkungan dan perkembangan sosial sesuai dengan tingkat pencapaian [7].

Ketidakhadiran ayah merupakan pengalaman emosional yang menimbulkan pemikiran dan perasaan mengenai kurangnya kedekatan atau kasih sayang ayah akibat kurangnya keterlibatan fisik, emosional, dan psikologis dalam tahapan perkembangan anak [8]. Tidak adanya peran ayah dalam pengasuhan berdampak negatif terhadap perkembangan psikologis anak [9]. Komunikasi antara orangtua dan anak merupakan kunci yang penting dalam hirarki

keluarga, komunikasi yang terjalin dengan bagus antara orangtua dan anak akan mempererat hubungan serta kepercayaan diantara keduanya karena adanya bentuk penerimaan orangtua terhadap anaknya ditunjukkan dari sebuah komunikasi yang baik dan lancar diantara mereka [10].

Terdapat beberapa penelitian mengenai isu *fatherless*, seperti pada penelitian sebelumnya membahas mengenai strategi adaptif yang dapat digunakan untuk mengatasi kesulitan yang timbul setelah kehilangan ayah [11]. Strategi ini meliputi dukungan sosial dan peran penting ayah dalam keluarga. Penelitian juga dilakukan oleh Wandasari (2021) mengenai pengalaman traumatis yang dialami remaja putri yang mengalami *fatherless* karena perceraian yang membawa perasaan negatif hingga kini [12]. Penelitian lain dilakukan oleh Nihayati (2023) yang berfokus pada cara-cara untuk mencegah terjadinya kondisi *fatherless* pada anak serta menekankan pentingnya peran ayah dalam pengasuhan anak dan menawarkan strategi untuk mencegah terjadinya *fatherless*, yang dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis anak [13].

Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya menitikberatkan pada pengaruh ketiadaan ayah terhadap perkembangan anak perempuan, fokusnya pada remaja perempuan yang mengalami *fatherless* di MAN 2 Model Medan, sedangkan penelitian sebelumnya lebih umum dan berfokus pada remaja perempuan secara keseluruhan. Dalam penelitian ini peneliti menemukan temuan yang lebih spesifik dan relevan dengan konteks MAN 2 Model Medan, seperti bagaimana kehilangan ayah mempengaruhi perkembangan secara akademik, kehidupan sosial, atau kepercayaan diri remaja perempuan di sekolah tersebut. Penelitian ini bisa bertujuan untuk menghasilkan rekomendasi atau intervensi yang spesifik untuk mendukung anak perempuan yang mengalami *fatherless*.

2. Metodologi Penelitian

Metode penelitian yang digunakan yaitu jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif dengan memahami fenomena berupa perilaku, motivasi, maupun persepsi yang dialami subjek [14]. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian dilakukan di MAN 2 Model Medan. Pihak yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu siswi-siswi yang mengalami *fatherless* yang berjumlah 3 orang.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat kriteria informan remaja perempuan yang mengalami *fatherless* di MAN 2 Model Medan pada tabel 1.

Tabel 1. Kriteria Informan

| Inisial | Usia | Kondisi Yang Dialami Informan |
|---------|------|-------------------------------|
| BF | 15 | Orangtua bercerai |
| RA | 16 | Orangtua bercerai |
| SS | 16 | Orangtua bercerai |

3. Hasil dan Pembahasan

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga siswi yang berada di MAN 2 Model Medan sebagai informan di rentang usia 15-16 tahun. Berikut data diri informan secara umum:

1) Informan pertama

Nama : BF

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 15 tahun

Kelas : 10

Anak ke : 1 (Tunggal)

BF merupakan anak tunggal yang mengalami *fatherless* karena perceraian. Orangtuanya bercerai saat ia berusia 8 tahun. Perceraian terjadi karena ayah yang melakukan tindak KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga),

selingkuh, dan terjerat narkoba. Ibu BF menikah lagi saat ia berusia 13 tahun dan menetap di Malaysia, sementara BF memilih tinggal bersama pamannya (adik ayah). Hubungan dengan ayah kurang baik, ayahnya yang sudah menikah lagi dan tinggal diluar kota membuat kesempatan untuk bertemu dan komunikasi terbilang sulit.

2) Informan kedua

Nama : RA

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 16 tahun

Kelas : 11

RA mengalami *fatherless* karena perceraian. Perceraian terjadi seminggu setelah ia lahir, hal itu disebabkan oleh ayah yang selingkuh. Kini RA tinggal bersama ibunya. Hubungan dengan ayahnya tidak baik, sejak kecil ia mengaku tidak pernah melihat ayahnya bahkan bertemu lagi hingga saat ini.

3) Informan ketiga

Nama : SS

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 16 tahun

Kelas : 11

Anak ke : 1 (Tunggal)

SS merupakan anak tunggal yang mengalami *fatherless* karena perceraian. Orangtuanya bercerai saat ia berusia 3 tahun. Perceraian terjadi karena

perselingkuhan yang dilakukan ayahnya. Ia tinggal bersama ibunya. Hubungan dengan ayahnya kurang baik. Ia mengaku sangat jarang bertemu ayahnya mungkin dalam setahun bisa sekali atau dua kali saja.

Untuk mendapatkan pemahaman lebih mendalam mengenai fenomena *fatherless* yang dialami remaja di MAN 2 Model Medan maka terdapat beberapa hasil penelitian yang dilakukandengan tiga anak perempuan yang menjadi informan, pada keterangan diatas menunjukkan kondisi *fatherless* yang dialami informan yaitu karena perceraian orangtua. Ketiadaan sosok dan peran ayah inilah yang dikhawatirkan mempengaruhi perkembangan pada diri anak perempuan terkhusus di usia remaja, banyak ditemukan perubahan dan dampak akibat dari perceraian orangtua. Oleh karena itu peneliti menemukan sejumlah pokok pembahasan yang telah diidentifikasi dari topik hasil penelitian, yaitu : 1) Dampak ketidakhadiran ayah, dan 2) Dinamika pengembangan diri pada remaja perempuan tanpa kehadiran ayah.

3.1. Dampak Ketidakhadiran Ayah

Salah satu faktor yang melatarbelakangi fenomena *fatherless* ini adalah kurangnya ikatan atau *bonding* yang kuat dalam hubungan ayah dan anak, sehingga membuat para responden merasa kehilangan sosok ayah dalam tumbuh kembangnya sepanjang hidupnya. Anak perempuan lebih mungkin merasakan dampak yang signifikan ketika kehilangan peran ayahnya dibandingkan dengan anak laki-laki, bagaimana anak perempuan mengembangkan hubungan lebih didapatkan dari ayah, sedangkan anak laki-laki dari sosok ibu [15].

"Saya gampang tersinggung kalau marah suka meledak-ledak, mungkin karena tidak ada tempat untuk berkeluh kesah, orangtua bercerai seminggu setelah saya lahir setelah itu saya tidak pernah bertemu lagi dengan ayah, kata bunda ayah pernah menemui saya tapi itu sudah lama sekali sekitar umur tiga tahunan, saya juga sudah lupa bagaimana wajah aslinya, paling ya melihat lewat foto saja. Kalau sedang sendiri saya suka nangis, pengen tau rasanya diurus sama ayah, saya kasihan sama bunda banting tulang cari nafkah untuk menghidupi saya sementara ayah entah dimana kabarnya, tidak pernah bertanggung jawab lagi secara materi."

Begitulah ungkapan dari hasil wawancara peneliti dengan RA yang menjelaskan bagaimana ketiadaan figur ayah mempengaruhi emosionalnya. Ketidakhadiran sosok ayah sejak kecil kerap membuatnya merasa sedih dan mengasihani ibunya yang harus menjalani dua peran sekaligus untuk mencukupi kebutuhan dirinya. Bagi RA, ketiadaan peran ayah membuatnya kesulitan dalam mengelola emosi, bukan hanya perasaan sedih yang dirasakan tapi mudah merasa tersinggung dan sedikit tempramen membuatnya mudah meluapkan emosi pada hal-hal kecil. Anak yang tumbuh tanpa kehadiran ayah rentan

mengalami kesulitan dalam perkembangan emosional mereka [16].

Terkadang, beberapa orang tua masih melalaikan tanggung jawab mereka terhadap anak dan hanya memprioritaskan kemauan mereka masing-masing. Sikap melalaikan anak tentu tidak sesuai dengan Undang-undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak. Dalam pasal 26 ayat 1 Undang-undang tersebut, dinyatakan bahwa orang tua wajib dan bertanggung jawab mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak. Selain itu, orang tua juga berkewajiban menumbuhkan dan mengembangkan anak sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minatnya.

"Saya tidak melihat figur seorang ayah di papa, mereka berpisahwaktu saya berusia delapan tahun, jadi tidak banyak momen saya dengan papa karena waktu berpisah pun saya masih kecil, saya nggak nggak tau rasanya disayang papa karena papa kasar suka mukulin mama dan saya juga, papa selingkuh dan paling parahnya sampai kecanduan narkoba. Saya merasa nggak ada sosok yang jadi penuntunan mengarahkan. Mama saya sudah menikah lagi dan tinggal di Malaysia sementara saya disini tinggal dengan Om, adik Papa. Saya sering melukai diri sendiri bahkan dalam keadaan tidak sedih pun saya nggak sadar tiba-tiba mukul-mukul kepala sendiri dan ngelakuin hal yang nyakitin diri."

Perlakuan dan pengasuhan yang baik terhadap anak merupakan hak anak, sebagaimana dimuat dalam Undang-Undang Perlindungan Anak. Pasal 14 Undang-Undang tersebut telah menjelaskan bahwa anak berhak dibesarkan dan diasuh oleh orang tuanya sendiri. Selain itu, Pasal 9 juga telah menyebutkan bahwa anak berhak mendapat pendidikan dan pengajaran untuk mengembangkan pribadinya sesuai dengan bakat dan minat anak tersebut.

Berbagai dampak dan kesulitan yang dialami anak yang tumbuh tanpa peran ayah pasca perpisahmententunya memerlukan perhatian dan pengertian dari orang-orang terdekat, terutama orang tua. Namun hal ini yang tidak didapatkan responden BF dari kedua orangtua yang menurutnya sudah meninggalkannya. Kondisi yang dialaminya terbilang pahit. Perangai buruk ayahnya menimbulkan luka mendalam bagi BF. Kekerasan yang dilakukan padanya tentu saja berdampak terhadap mentalnya, ia bahkan dengan mudahnya melukai diri sendiri dan menganggap bahwa itu hal yang wajar, tentu ini sangat berbahaya mengingat responden berada di tahap usia remaja yang secara emosi masih cenderung labil dan belum bisa memikirkan dampak buruk dari tindakannya ini kedepan.

Anak memerlukan rasa aman, kebutuhan akan rasa aman yang tidak terpenuhi inilah yang membuat anak kerap kali salah langkah. Anak merasa bahwa tidak ada tempat yang aman baginya untuk berlindung. Orang

terdekat yang diharapkan memberikan cinta dan kasih sayang penuh malah sebaliknya membuatnya merasa takut, mereka melihat bahwa tidak ada tempat yang tepat baginya untuk mencurahkan perasaan hal inilah yangkemudian membuatnya memilih dirinya sendiri untuk disakiti. Seringkali semua orang tua tidak mampu menahan emosi dan meresponnya dengan tindakan fisik, seperti memukul, mencubit, menendang, menjewer dan lain sebagainya. Mereka tidak sadar atas apa yang mereka lakukan terhadap anak anak mereka. Seharusnya orang tua menanggapi perilaku anak mereka yang nakal dengan cara kasih sayang, dengan caraseperti itu anak akan lebih mudah untuk menyadari kesalahannya. Dampak jangka panjang yang bisa terjadi kedepannya anak akan mudah menyalahkan diri sendiri atas sesuatu yang bukan kesalahannya [17].

"Saya nggak terlalu merasa kehilangan figur ayah, karena orangtua berpisah sejak saya berusia 3 tahun. Jadi nggak ngerasain gimana diasuh ayah, nggak ada gambaran sama sekali, nggak pernah ketemu juga sama ayah, yang ngurusin saya dari kecil kan bunda jadi cuma kasih sayang bunda yang saya dapat. Walaupun kelihatannya saya biasa aja tanpa ayah sebenarnya saya suka sedih juga apalagi ngeliat teman-teman yang punya keluarga utuh, ayahnya baik-baik ke mereka termasuk ke saya juga, jadi saya cuma bisa berandai-andai kalau punya ayah apa saya akan disayang seperti itu juga atau tidak. Paling saya cuma ngerasa gaada sosok yang menjaga dan memberikan rasa aman saja, bagaimana pun naluri saya sebagai perempuan kan ingin dilindungi."

Begitulah ungkapan SS mengenai kondisi *fatherless* yang dialaminya. Semula ia terlihat tidak begitu ambil pusing dengan ketiadaan sosok ayah ini karena ia merasa sudah mendapatkan kasih sayang dari ibunya, dan itu cukup. Namun bagaimana pun sebagai anak perempuan kita membutuhkan sosok laki-laki sebagai pelindung, yang membuat kita merasa aman serta dapat memberi arahanbagaimana menghadapi situasi sulit di dunia yang keras ini. Banyak sekali peran penting yang harus diemban oleh ayah dan sulit bagi ibu untuk menggantikannya. Oleh karena itu, ketika peran tersebut hilang maka akan menimbulkan ketimpangan pada pertumbuhan anak

3.2 Dinamika Pengembangan Diri Remaja Perempuan Yang Mengalami Fatherless

3.2.1. Ketidakstabilan

Kehilangan dan ketiadaan figur ayah ayah dapat memicu ketidakstabilan emosional pada anak perempuan. Mereka mungkin mengalami fluktuasi emosi yang signifikan, seperti rasa sedih, kehilangan, kemarahan, dan kebingungan. Ketidakstabilan emosional ini dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk mengatur emosi dan menanggapi stres. Sejalan dengan yang dialami oleh RA, ia merasa sulit mengungkapkan perasaan dan keinginannya sehingga

tanpa disadari hal itu membuatnya menjadi pribadi yang tempramen sehingga mudah merasa emosi pada hal-hal yang dirasa tidak perlu, ia merasa semua oranglah yang harus mengerti dirinya dan menerima keadaannya. Sikap ini tentu mempengaruhi stabilitas sosial anak perempuan.

Anak yang kehilangan peran ayah akan menghadapi kesulitan menata dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat dengan orang lain. Hal tersebut karena peran dan fungsi ayah yang tidak berjalan dengan baik karena seharusnya ayah menjadi seseorang yang dapat memberikan arahan kepada anak dalam mengajarkan norma-norma yang ada di masyarakat sehingga anak susah mengenal emosi dalam dirinya, bahkan anak dapat menjadi temperamental karena kurangnya kasih sayang dari ayah [11].

Dalam mengatasi ketidakstabilan yang dialami anak perempuan *fatherless*, penting untuk memberikan dukungan emosional yang konsisten, memfasilitasi pengembangan identitas yang positif, dan membantu mereka membangun keterampilan sosial dan kemandirian. Intervensi psikologis, seperti konseling atau terapi, juga dapat membantu mereka mengatasi tantangan ini dan berkembang secara positif dalam kehidupan mereka.

3.2.2. *Self-loathing*

Merupakan istilah untuk seseorang yang memiliki perilaku membenci dirinya sendiri. Perasaan membenci diri sendiri yang dialami oleh remaja perempuan yang mengalami *fatherless* bisa menjadi dampak psikologis yang signifikan dari ketiadaan ayah dalam kehidupan mereka. Kesulitan dalam memahami emosi dalam diri sendiri dan orang lain juga merupakan dampak yang ditimbulkan dari kondisi *fatherless*. Ketidakhadiran ayah dalam memvalidasi perasaan anak perempuan menjadikan anak cenderung tidak berperasaan atau memiliki perasaan yang ambang karena tidak mampu mengenali emosi dengan baik.

Figur ayah yang cenderung memiliki kepribadian temperamental dan kontrol emosi yang buruk juga dapat menjadi tolok ukur dalam berperilaku sehingga anak memiliki kepribadian yang tempramental dan kontrol emosi yang buruk juga [18]. Hal ini bisa membuat mereka merasa tidak berharga atau meragukan diri sendiri karena kurangnya pengakuan atau dukungan emosional yang biasanya diberikan oleh seorang ayah. Remaja perempuan mungkin mengalami perasaan tidak diterima atau ditinggalkan oleh ayah mereka, terutama jika ketiadaan ayah tersebut disebabkan oleh perceraian, migrasi kerja, atau alasan lain yang membuat mereka merasa tidak diinginkan atau tidak dicintai.

Remaja perempuan yang mengalami *self-loathing* bisa mengalami masalah perilaku atau emosional lainnya, seperti depresi, kecemasan, atau bahkan perilaku menyimpang sebagai bentuk penyaluran dari

ketidakmampuannya mengatasi perasaan negatif terhadap dirinya sendiri. Sebagaimana yang dialami oleh BF, yang mendapat kekerasan dari ayahnya sendiri. Perangai ayah yang tidak hangat inilah menimbulkan trauma mendalam bagi anak. Kebiasaan buruk yang dilakukan ayah bisa memantul pada anak di kemudian hari. Anak merasa dirinya tidak berharga, tidak layak mendapatkan kasih sayang, sehingga membuatnya membenci dirinya sendiri bahkan tidak segan untuk melukai dirinya dengan tindakan yang tidak wajar, hal ini bukan lagi menghambat perkembangan pada anak tapi dapat juga merusak mentalnya.

3.2.3. Aktualisasi Diri

Proses di mana seseorang mengembangkan potensi maksimal mereka dan mencapai tujuan hidup yang memuaskan secara pribadi dan sosial. Bagi remaja perempuan yang mengalami *fatherless*, proses ini dapat menjadi tantangan, tetapi dengan dukungan yang tepat dan lingkungan yang mendukung, mereka tetap dapat mencapai aktualisasi diri yang memuaskan. Penting bagi remaja perempuan untuk merasa diterima dan didukung dalam mengembangkan identitas mereka. Meskipun tanpa ayah, mereka dapat menemukan cara untuk merumuskan siapa mereka dan apa yang mereka inginkan dalam hidup mereka.

Remaja perempuan *fatherless* mungkin menghadapi rintangan khusus, tetapi dengan kemampuan untuk mengatasi dan belajar dari pengalaman ini, mereka dapat tumbuh dan berkembang sebagai individu yang kuat dan percaya diri. Penerimaan diri memainkan peran krusial dalam mencapai kebahagiaan individu, termasuk dalam menerima bahwa kekurangan di dalam keluarga tidak harus menjadi penghalang bagi kebahagiaan seseorang, karena memahami dan menerima diri sendiri dengan baik merupakan kunci utama untuk mencapai kepuasan hidup. Ketika seseorang memiliki sikap positif terhadap kehidupan mereka dan menjalaninya penuh dengan energi positif, hal ini dapat meningkatkan tingkat kebahagiaan mereka [18].

Memberikan waktu bagi diri kita untuk merasakan kesedihan juga membantu mengurangi beban emosional yang dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik kita. Dengan mengizinkan diri untuk merasakan kesedihan, kita dapat menghindari penumpukan emosi negatif yang bisa memberatkan pikiran dan tubuh kita. Secara praktis, mengalokasikan waktu untuk merasakan kesedihan dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti merefleksikan perasaan kita sendiri, menulis dalam jurnal, berbicara dengan orang yang dapat kita percayai, atau terlibat dalam kegiatan kreatif atau reflektif. Selain itu, merasakan kesedihan juga merupakan bentuk dari penerimaan terhadap keadaan diri sendiri.

3.2.4. *Growth Mindset*

Merupakan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan bisa ditingkatkan melalui upaya, belajar dari kegagalan, dan menerima tantangan sebagai kesempatan untuk tumbuh. Ketiadaan ayah bisa mendorong remaja perempuan untuk menjadi lebih mandiri dalam mengatasi masalah dan menetapkan tujuan untuk diri mereka sendiri. Pengalaman ini dapat membantu mereka mengembangkan keyakinan bahwa mereka memiliki kontrol atas kehidupan mereka dan bahwa mereka mampu mempengaruhi hasilnya melalui usaha dan kerja keras. *Growth mindset* juga melibatkan penerimaan terhadap kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Remaja perempuan *fatherless* mungkin belajar untuk mengatasi rasa takut akan kegagalan dan melihatnya sebagai kesempatan untuk memperbaiki diri dan mencapai hasil yang lebih baik di masa depan.

Contohnya di bidang akademik, "Saya nggak tau bisa kasih apa lagi ke bunda yang udah ngurusin saya dari kecil, makanya dengan saya nggak aneh-aneh aja udah ngurungin beban bunda, makanya saya lebih memilih fokus di akademik gimana caranya biar nilai saya bagus terus."

Ketidakmampuan untuk mengandalkan kehadiran ayah dapat mendorong mereka untuk mengembangkan kreativitas dalam menemukan solusi untuk masalah yang dihadapi. Mereka mungkin belajar untuk berpikir di luar kotak dan menemukan cara-cara baru untuk mencapai tujuan mereka. Dalam mengembangkan *growth mindset* pada remaja perempuan *fatherless*, penting untuk memberikan lingkungan yang mendukung, mempromosikan kepercayaan diri dan kemandirian, serta mengajarkan pentingnya belajar dari pengalaman baik dan buruk. Dengan dukungan yang tepat, remaja perempuan dapat mengembangkan sikap yang positif terhadap diri mereka sendiri dan kemampuan untuk mencapai potensi penuh mereka dalam kehidupan.

Pembahasan

Fatherless menurut Smith adalah sebuah kondisi yang dapat terjadi karena banyak faktor seperti kematian, perceraian, atau ayah yang absen dalam kehidupan anaknya. Istilah "*fatherless*" sebenarnya tidak selalu berarti tentang anak yang kehilangan ayahnya karena meninggal atau bercerai, *fatherless* dapat didefinisikan juga sebagai situasi di mana seorang ayah tidak hadir secara fisik maupun emosional dalam kehidupan anak, meskipun mereka tinggal dalam satu rumah, tetapi keberadaan ayah kurang terlibat secara menyeluruh dalam mendidik anak [19].

Lingkungan merupakan pengaruh penting dalam perkembangan anak. Teman atau keluarga, keduanya sama-sama menjadi wilayah tidak terlepas dari pergaulan anak. Namun, dari keduanya, peran keluarga merupakan harapan utama dalam membentuk karakter anak. Hubungan yang tidak matang antara anak dan keluarganya akan membawa dampak psikologis pada anak, terutama ketika anak tersebut remaja. Dampak

psikologis ini merupakan suatu pengaruh yang kuat terhadap jiwa seseorang akibat suatu penyebab. Kurangnya peran keluarga akan membentuk remaja laki-laki maupun perempuan yang merasa kurang percaya diri karena tidak mendapat dukungan dari keluarganya.

Ketika remaja perempuan mengalami *fatherless*, masalah yang mereka miliki lebih luas dibandingkan remaja perempuan yang memiliki hubungan yang kuat dan bermakna dengan ayahnya, remaja perempuan *fatherless* cenderung lebih pemalu dan lebih agresif secara seksual terhadap anak laki-laki. Peran ayah sangat penting dalam hal mendukung anak dalam tahapan kehidupan yang penting, ayah menunjukkan keterlibatannya dalam mengasuh sejak anak kecil hingga dewasa, sejalan dengan yang dikatakan psikolog Phebe Illenia, hendaknya ayah berperan dalam pengasuhan anak, bukan hanya ibu saja, bagaimana seorang ayah mampu mengelola waktu dengan baik dan memaksimalkan interaksi yang kuat dengan anak.

Banyak faktor yang mempengaruhi pengembangan pada diri anak yang mengalami *fatherless* seperti yang disampaikan responden kepada peneliti, beberapa diantaranya : ditinggalkan sejak kecil, mengalami kekerasan, merasa kurangnya kasih sayang dalam masa pertumbuhan, serta tidak adanya figur yang dapat dijadikan sebagai contoh. Adanya dukungan dari keluarga dan teman menciptakan lingkungan yang aman bagi anak untuk berbagi perasaan tanpa rasa takut akan dihakimi atau diabaikan. Interaksi dengan keluarga dan teman dapat membantu memenuhi kebutuhan sosial anak, membantu mereka merasa diterima dan dicintai dalam lingkungan sosial mereka. Pada diri seorang anak akan muncul motivasi, kesadaran diri, dan identitas skill atau kemampuannya yang dapat berkembang jika seorang ayah menjalankan perannya sebagai pendidik bagi anaknya. Karena itu, dalam menghadapi kekurangan figur ayah, dukungan dari keluarga dan teman menjadi kunci untuk membantu anak mengatasi tantangan sehingga dapat berkembang secara positif.

Selain menimbulkan beberapa dampak negatif dari ketiadaan sosok ayah pada remaja perempuan, pada kenyataannya kondisi *fatherless* ini tidak selalu berpengaruh buruk terhadap mental dan pengembangan diri remaja perempuan, sebagaimana yang peneliti lihat bahwa remaja perempuan yang mengalami *fatherless* juga dapat mengalami dampak positif atau memperoleh pengalaman-pengalaman yang bermanfaat dalam kehidupan mereka, meskipun situasinya tidak ideal. Beberapa hal positif yang bisa terjadi antara lain, yang pertama kemandirian yang kuat. Tanpa kehadiran ayah, remaja perempuan sering kali harus mengembangkan kemandirian yang lebih besar dalam mengatasi tantangan sehari-hari dan membuat keputusan. Mereka bisa menjadi lebih terampil dalam mengatur waktu, mengambil inisiatif,

dan menyelesaikan masalah sendiri. Selain itu, mereka juga harus belajar menjadi lebih mandiri dalam hal keuangan, seperti mengelola uang saku, menghemat pengeluaran, dan harus belajar menjadi lebih mandiri dalam hal akademis, seperti mengelola tugas sekolah, memilih program kuliah yang tepat, dan merencanakan masa depan karir mereka dengan lebih jelas.

Kedua, keterampilan interpersonal, remaja perempuan *fatherless* mungkin lebih mampu membangun hubungan dengan berbagai orang di sekitar mereka, seperti dengan anggota keluarga lainnya, teman, atau figur yang menggantikan peran ayah. Ini dapat memperkaya kemampuan mereka dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, mereka juga mungkin lebih terampil dalam menghadapi konflik dan menyelesaikan masalah sosial dengan cara yang lebih efektif. Mereka harus belajar menjadi lebih fleksibel dan adaptif dalam berbagai situasi sosial, serta memiliki kemampuan untuk memahami dan menghargai perbedaan individu.

Ketiga, empati dan kecerdasan emosional, pengalaman hidup yang mungkin sulit atau kompleks dapat membantu anak perempuan mengembangkan empati yang lebih besar terhadap orang lain yang mengalami kesulitan serupa. Mereka juga bisa mengembangkan kecerdasan emosional yang tinggi karena harus menghadapi dan mengelola berbagai emosi kompleks. Dengan demikian, empati dan kecerdasan emosional remaja perempuan yang tidak memiliki kehadiran ayah tidak hanya terbatas pada kemampuan mengenali dan menghargai perasaan orang lain, tetapi juga mencakup kemampuan mengelola stres, menyelesaikan konflik, dan membangun hubungan yang sehat.

Keempat, keberanian dan ketangguhan, mengatasi tantangan hidup tanpa ayah dapat menguatkan karakter remaja perempuan, membantu mereka menjadi lebih berani dalam menghadapi ketidakpastian dan lebih tahan terhadap tekanan hidup. Mereka juga mungkin lebih terampil dalam mengembangkan kemampuan untuk menghadapi kegagalan dengan cara yang positif, serta memiliki kemampuan untuk belajar dari pengalaman dan meningkatkan diri secara berkelanjutan. Keberanian dan ketangguhan ini dapat membantu mereka menjadi lebih resilient dan lebih siap menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik.

Kelima, pemahaman yang lebih dalam tentang keluarga, meskipun tidak mengalami kehadiran ayah secara langsung, pengalaman ini dapat membantu remaja perempuan memahami dinamika keluarga dan nilai-nilai yang mungkin berbeda dari keluarga lainnya. Mereka bisa mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya dukungan dan keterlibatan dalam kehidupan keluarga. Remaja perempuan *fatherless* juga lebih terampil dalam mengembangkan kemampuan untuk mengadaptasi perubahan dalam struktur keluarga, seperti perubahan status ekonomi atau perubahan anggota keluarga, serta

memiliki kemampuan untuk mempertahankan keharmonisan keluarga meskipun menghadapi tantangan.

Keenam, kreativitas dan inovasi, remaja perempuan mungkin lebih bisa mengembangkan kreativitas dalam menemukan solusi untuk tantangan-tantangan yang dihadapi karena mereka harus menemukan cara untuk mengatasi kekurangan yang mungkin ada dalam kehidupan mereka. Dengan demikian, kreativitas dan inovasi remaja perempuan yang tidak memiliki kehadiran ayah tidak hanya terbatas pada kemampuan menemukan solusi untuk tantangan, tetapi juga mencakup kemampuan mengembangkan ide-ide inovatif, berpikir kritis dan analitis, dan menghadapi perubahan.

Meskipun pengalaman *fatherless* bisa membawa tantangan signifikan, ada banyak remaja perempuan yang mampu tumbuh dan berkembang dengan cara yang positif dan penuh makna. Dalam konteks ini, dukungan sosial dan sumber daya yang tepat dapat memainkan peran penting dalam membantu mereka mencapai potensi penuh mereka. Pengembangan diri pada remaja perempuan yang mengalami *fatherless* melibatkan proses yang kompleks dan memerlukan dukungan yang mendalam dari lingkungan sekitarnya. Meskipun tanpa kehadiran ayah, ada berbagai cara di mana anak perempuan ini dapat mengembangkan diri secara positif dan mencapai potensi penuh mereka.

Pengalaman *fatherless* dapat memperdalam pemahaman remaja perempuan tentang nilai-nilai yang penting dalam sebuah keluarga, seperti kejujuran, kepercayaan, dan rasa hormat. Mereka mungkin lebih sadar akan pentingnya membangun hubungan yang sehat dan mendukung di antara anggota keluarga. Meskipun tantangan yang dihadapi, pengalaman *fatherless* dapat membantu anak perempuan menguatkan identitas pribadi mereka. Mereka lebih menyadari siapa diri mereka sebenarnya, apa yang mereka inginkan dalam hidup, dan bagaimana mereka ingin berkontribusi pada dunia di sekitar mereka. Sebagai seorang remaja, perempuan dapat mengubah pengalaman kehilangan ayah menjadi kesempatan untuk pertumbuhan dan pencapaian pribadi yang lebih besar.

Tanpa kehadiran ayah yang aktif, remaja perempuan mungkin terlatih untuk lebih cepat beradaptasi dengan perubahan-perubahan dalam hidup mereka. Mereka belajar untuk mengubah strategi dan rencana mereka sesuai dengan keadaan yang terus berubah. Pengalaman *fatherless* mungkin mendorong remaja perempuan untuk lebih banyak mempertimbangkan berbagai sudut pandang dan konsekuensi dari keputusan mereka. Mereka bisa mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan analitis yang lebih matang. Remaja perempuan yang tidak mendapatkan peran ayah secara aktif dapat mengembangkan kreativitas dalam mencari solusi untuk menghadapi tantangan hidup. Mereka

belajar untuk memikirkan cara-cara baru dan inovatif untuk mengatasi rintangan yang mereka hadapi [20].

4. Kesimpulan

Remaja perempuan yang tidak memiliki figur ayah cenderung mengalami ketidakstabilan emosional, seperti kesedihan, kemarahan, atau kebingungan. Mereka juga rentan mengalami *self-loathing* atau perasaan membenci diri sendiri, terutama ketika merasa tidak diakui atau ditinggalkan oleh ayah mereka. Meskipun menghadapi tantangan yang signifikan, remaja perempuan *fatherless* sering kali mengembangkan kemandirian yang tinggi. Mereka belajar untuk mengatasi masalah sendiri, mengambil inisiatif, dan mengatur waktu dengan baik. Mereka belajar untuk mengenali nilai-nilai keluarga, memahami kepentingan dukungan sosial, dan menguatkan karakter pribadi. Dengan dukungan yang tepat, remaja perempuan *fatherless* dapat mencapai potensi penuh mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Dukungan emosional dan lingkungan yang mendukung berperan penting dalam membantu mereka mengatasi tantangan dan tumbuh secara positif. Dengan demikian, meskipun ketidakhadiran ayah memiliki dampak yang signifikan pada anak perempuan, baik negatif maupun positif, penting untuk memahami bahwa mereka tetap memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang secara positif dengan dukungan yang tepat dari lingkungan sekitarnya.

Daftar Rujukan

- [1] Sobari, M. Maryam. (2022). Gambaran Kemampuan Self Control Pada Anak yang di Duga Mengalami Pengasuhan Fatherless. *Journal of Islamic Early Childhood Education (JOIECE): PIAUD-Ku*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.54801/piaudku.v1i1.91>
- [2] Wibiharto, B. M. Y., Setiadi, R., & Widyaningsih, Y. (2021). Relationship Pattern of Fatherless Impacts to Internet Addiction, the Tendency to Suicide and Learning Difficulties for Students at SMAN ABC Jakarta. *Society*, 9(1), 264–276. <https://doi.org/10.33019/society.v9i1.275>
- [3] Dasalinda, D., & Karneli, Y. (2021). Hubungan Fatherless Dengan Penyesuaian Sosial Remaja Implementasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 98–105. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1461>
- [4] Kiromi, I. H. (2023). Dampak Anak yang Dibesarkan Dalam Keluarga Tanpa Sosok Ayah (Fatherless) pada Kecerdasan Moral. *Zuriah : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.55210/an8hkq27>
- [5] Asy'ari, H., & Ariyanto, A. (2019). Gambaran keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak (paternal involvement) di Jabodetabek. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(1), 37–44. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>
- [6] Hardy, F. A. (2019). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 2 - 7 Tahun Di Gereja Toraja Jemaat Tello Batua Makassar*. <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/8yx6s>
- [7] Syahrul, S., & Nurhafizah, N. (2021). Analisis Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini Dimasa Pandemi Corona Virus 19. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 683–696. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.792>
- [8] Alfasma, W., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2022). Loneliness dan perilaku agresi pada remaja fatherless. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(01), 40–50. <https://doi.org/10.30996/sukma.v3i1.6948>
- [9] Ashari, Y. (2018). Fatherless in indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1), 35. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.6661>
- [10] Rapli DegaSurya Pratama, & Oji Kurniadi. (2024). Komunikasi Interpersonal Jarak Jauh Orang Tua dan Anak dalam Menjaga Keharmonisan. *Bandung Conference Series: Public Relations*, 4(1), 119–124. <https://doi.org/10.29313/bcspr.v4i1.10626>
- [11] Indra Abdul Majid, & Mirna Nur Alia Abdullah. (2024). Melangkah tanpa penuntun: mengeksplorasi dampak kehilangan ayah terhadap kesehatan mental dan emosional anak-anak. *Sabana: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*, 3(2). <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i2.3488>
- [12] Wandansari, A., Nur, H., & Siswanti, D. N. (2021). Ketidakhadiran Ayah bagi Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(2), 80–92. <https://doi.org/10.26858/jtm.v1i2.25546>
- [13] Nihayati, D. A. (2023). Upaya Pemenuhan Hak Anak Melalui Pencegahan Fatherless. *Equalita: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 5(1), 31. <https://doi.org/10.24235/equalita.v5i1.13258>
- [14] Lexy J. Moleong. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya) h. 6, 49–57.
- [15] Castetter, C. (2020). The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout her Lifespan. *Honors Senior Capstone Projects*, 50, 22. [files/763/Castetter - The Developmental Effects on the Daughter of an Ab.pdf](https://doi.org/10.23916/08702011)
- [16] 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>
- [17] Hidayat, A. (2020). Kekerasan Terhadap Anak dan Perempuan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(2), 57. <https://doi.org/10.23916/08702011>
- [18] Hardianita, S., Rini, A., & Pratitis, N. (2024). Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Perempuan. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 135–146. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/view/10421>
- [19] Mubarak, M. D. Y. (2023). Implementasi Keluarga Sakinah Berkemajuan Terhadap Fenomena Fatherless. *HAKAM: Jurnal Kajian Hukum Islam Dan Hukum Ekonomi Islam*, 7(1). <https://doi.org/10.33650/jhi.v7i1.6065>
- [20] Kartini, T., Effendy, D. I., & Rohman, E. T. (2023). Bimbingan Konseling Individu Mengatasi Regulasi Emosi Negatif Pada Remaja Fatherless. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 11(2), 167–188. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v11i2.30285>