

Pengaruh *Fatherless* terhadap Kemandirian Emosional pada Remaja Akhir Perempuan Generasi Z

Author:

Intan Khoirun Nisa¹

Asih Kuswardinah²

Affiliation:

Universitas Negeri Semarang^{1,2}

Corresponding email

intannisa18@students.unnes.ac.id

Histori Naskah:

Submit: 2026-04-01

Accepted: 2026-04-08

Published: 2026-04-14



This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Abstrak:

Fenomena berkurangnya peran psikologis ayah dalam pengasuhan anak semakin sering ditemukan di Indonesia, salah satunya dipengaruhi oleh kuatnya pandangan bahwa ayah hanya berperan sebagai pencari nafkah. Kondisi kurangnya keterlibatan ini berpotensi memberikan dampak negatif terhadap kestabilan emosi individu, terutama pada perempuan yang sedang memasuki masa peralihan menuju dewasa, di mana mereka mulai dituntut untuk mandiri secara emosional dan tidak lagi bergantung pada orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kondisi tersebut terhadap tingkat kemandirian emosional pada perempuan Generasi Z. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui teknik purposive sampling terhadap 173 responden dengan kriteria perempuan berusia 18 hingga 25 tahun yang berada pada fase dewasa awal. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner adaptasi yang telah melalui uji kelayakan, dengan hasil 44 butir pernyataan dinyatakan valid serta memiliki tingkat reliabilitas yang cukup baik (Cronbach's Alpha sebesar 0,670). Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kondisi *fatherless* pada responden berada pada kategori cukup tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 61,37. Pengujian hipotesis menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kondisi tersebut dengan kemandirian emosional (nilai signifikansi 0,000 dan koefisien regresi sebesar -0,226). Temuan ini bermakna bahwa setiap peningkatan rasa kehilangan peran tersebut akan menurunkan kemampuan individu dalam mengelola perasaannya secara mandiri. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keterlibatan ayah amat esensial sebagai fondasi kelekatan keluarga yang kokoh. Ketiadaan peran ini terbukti nyata menghambat proses individuasi remaja.

Kata kunci: Dewasa Awal; Kelekatan Keluarga; Keterlibatan Ayah; Otonomi Psikologis; Pengasuhan Anak.

Pendahuluan

Keluarga merupakan institusi sosial pertama yang membentuk fondasi perkembangan psikologis individu, khususnya pada masa remaja. Dalam struktur keluarga yang fungsional, keterlibatan kedua orang tua, baik ibu maupun ayah memegang peran yang tidak dapat disubstitusi satu sama lain. Secara spesifik, peran ayah mencakup keterlibatan langsung dalam interaksi dengan anak, kehadiran sebagai figur yang dapat diakses, serta tanggung jawab dalam perencanaan dan pengambilan keputusan terkait kebutuhan anak (McBride, 2002, dalam Lismanda, 2017), sekaligus sebagai fasilitator pengembangan potensi anak dalam mempersiapkan diri menghadapi tuntutan kehidupan di masa depan (Hart, 2002, dalam Lismanda, 2017).

Meski demikian, konstruksi sosial-budaya yang menempatkan ayah semata-mata sebagai pencari nafkah masih sangat dominan di Indonesia, sehingga tanggung jawab pengasuhan cenderung dilimpahkan sepenuhnya kepada ibu. Kondisi ini pada akhirnya berkontribusi pada tereduksinya peran psikologis ayah dalam kehidupan anak.

Fenomena berkurangnya peran ayah dalam pengasuhan ini semakin mengkhawatirkan jika melihat data empiris di Indonesia. UNICEF (2021) melaporkan bahwa sekitar 20,9% anak di Indonesia dibesarkan tanpa figur ayah yang aktif dalam pengasuhan (Sengkey dan Sinaulan, 2025), sementara data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa 8,3% anak hidup hanya bersama ibu (Sengkey dan Sinaulan, 2025). Lebih lanjut, BPS (2022) mencatat peningkatan jumlah keluarga dengan orang tua tunggal sebesar 2,3% per tahun pada periode 2019-2022. Data-data ini menegaskan bahwa ketiadaan peran ayah bukan sekadar persoalan individual, melainkan fenomena sosial yang memiliki implikasi luas terhadap perkembangan anak dan remaja di Indonesia.

Merespons kondisi tersebut, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyoroti rendahnya tingkat keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak di Indonesia, khususnya dalam aspek interaksi emosional dan pendampingan psikologis. Rendahnya keterlibatan ayah tersebut dipandang berkontribusi terhadap berbagai risiko perkembangan, seperti hambatan regulasi emosi, pembentukan karakter yang tidak optimal, dan meningkatnya kerentanan psikososial pada anak. Hal ini diperkuat oleh data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang menunjukkan bahwa sekitar 7,48% anak tinggal bersama orang tua tunggal dan 1,69% anak tidak tinggal bersama ayah maupun ibu kandung (BPS, 2024). Susenas juga mencatat bahwa 3,69% balita pernah mengalami pengasuhan tidak layak, dengan proporsi perempuan yang sedikit lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yang menandakan adanya kerentanan pengasuhan pada anak perempuan sejak usia dini.

Fenomena di atas dalam kajian psikologi dikenal sebagai *fatherless*. *Fatherless* tidak semata-mata berarti ayah tidak hadir secara fisik, melainkan merujuk pada kondisi di mana ayah tidak berperan secara psikologis dalam proses tumbuh kembang anak, baik akibat perceraian, konflik pernikahan, kematian, masalah kesehatan, maupun jarak fisik karena tuntutan pekerjaan. Kondisi ini terjadi salah satunya karena masih banyak masyarakat yang belum memahami bahwa pengasuhan, pendidikan, dan pembimbingan anak merupakan tanggung jawab bersama antara ayah dan ibu, bukan semata-mata tugas ibu (Lestari, 2024). Akibatnya, anak kehilangan sosok ayah secara utuh, tidak hanya secara fisik, tetapi juga kehilangan kehangatan emosional dan nilai-nilai yang seharusnya ditanamkan oleh figur ayah dalam proses perkembangan psikologisnya.

Kehilangan peran psikologis ayah tersebut terbukti berdampak signifikan terhadap perkembangan kemandirian emosional remaja, terutama pada perempuan yang sedang berada dalam fase transisi menuju dewasa awal. Remaja yang mengalami *father hunger* sering kali menunjukkan ketidakstabilan dalam mengelola emosi dan membangun relasi sosial dengan orang lain (Hadi, Hastuti, dan Marthalena, 2024). Temuan (Husna, 2018) turut memperkuat hal ini, dengan menunjukkan bahwa sebagian remaja belum mampu mengembangkan kemandirian emosionalnya secara optimal dan masih memerlukan keterlibatan aktif orang tua, khususnya ayah, sebagai pilar pembentukan otonomi psikologis pada tahap perkembangan berikutnya. Namun demikian, kajian yang secara spesifik mengkaji pengaruh *fatherless* terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z di Indonesia masih sangat terbatas, sehingga terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) yang perlu diisi melalui kajian empiris yang sistematis. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *fatherless* terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z.

Studi Literatur

Peran ayah dalam pengasuhan anak (father involvement) telah menjadi fokus perhatian sentral dalam bidang psikologi dan sosiologi perkembangan. (Allen dan Daly, 2007) menegaskan bahwa father involvement memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan kognitif, emosional, sosial, dan kesejahteraan anak secara keseluruhan. Pengukuran keterlibatan ini dapat dilihat melalui alokasi waktu, kualitas hubungan, serta investasi peran ayah terhadap anak. Secara lebih operasional, (Lamb, 2004) merinci father involvement ke dalam tiga dimensi utama, yaitu engagement (keterlibatan langsung dalam aktivitas bersama anak), accessibility (ketersediaan ayah secara fisik maupun psikologis), dan responsibility (tanggung jawab penuh atas pemenuhan kebutuhan dan perkembangan anak). Jika dibandingkan, pendekatan (Allen dan Daly, 2007) bersifat makro dan berbasis dampak, sedangkan (Lamb, 2004) menawarkan kerangka yang lebih terstruktur dan terukur secara operasional. Sintesis keduanya menunjukkan bahwa keterlibatan ayah tidak cukup dimaknai secara kuantitatif (seberapa sering hadir), melainkan harus dievaluasi secara kualitatif (seberapa bermakna kehadiran tersebut bagi perkembangan psikologis anak). Ketika elemen-elemen tersebut secara konsisten rendah, kondisi inilah yang bermuara pada fenomena fatherless.

Konsep fatherless tidak semata-mata merujuk pada ketiadaan figur ayah secara fisik, melainkan lebih pada defisit peran psikologis ayah dalam proses tumbuh kembang anak. Sundari dan Herdajani (2013) menggunakan istilah "yatim sebelum waktunya" untuk menggambarkan anak yang kehilangan peran psikologis ayah akibat faktor pekerjaan yang menuntut jarak atau disfungsi pernikahan, berbeda dengan konsep yatim yang disebabkan kematian. Kondisi ini perlu dipandang secara kritis dalam konteks Indonesia, di mana fenomena fatherless kerap teramplifikasi akibat stereotip budaya yang memposisikan ayah hanya sebagai pencari nafkah. Padahal, kontribusi ayah dalam menopang perkembangan psikologis anak memiliki peranan yang sangat esensial dan tidak tergantikan (Lidya Yuliana, Khumas, dan Ansar, 2023). Dengan demikian, fatherless bukan semata-mata produk dari disfungsi individual, melainkan merupakan konstruksi sosial-budaya yang perlu dikritisi secara sistematis.

Dampak dari fenomena fatherless menjadi semakin kompleks ketika dialami oleh Generasi Z, khususnya perempuan. Generasi yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an ini tengah berada pada fase remaja akhir menuju dewasa awal, yaitu masa transisi psikologis yang krusial dalam pencarian identitas dan pembentukan resiliensi diri. Sebagai generasi digital native, paparan konten komparatif di media sosial secara konsisten memengaruhi persepsi diri mereka dan menuntut pertahanan psikologis yang kuat dari dalam diri. Candra (2024) menegaskan bahwa tingginya intensitas paparan dunia digital pada Generasi Z secara signifikan memengaruhi kesejahteraan emosional mereka, sehingga dibutuhkan kemampuan pengelolaan resiliensi yang adaptif. Kondisi ini menunjukkan bahwa tekanan eksternal dari dunia digital justru memperparah kerentanan psikologis yang sudah ada akibat absennya peran ayah, sehingga perempuan Generasi Z menghadapi beban ganda dalam proses transisi menuju kemandirian emosional.

Kemandirian emosional (emotional autonomy) dalam konteks perkembangan remaja telah didefinisikan oleh beberapa ahli dengan penekanan yang berbeda-beda. Douvan dan Gold (dalam Ryan and Lynch 1989) mendefinisikannya sebagai derajat di mana remaja berhasil melepaskan ikatan kekanak-kanakannya terhadap keluarga, dengan tekanan pada aspek pelepasan (detachment). Sementara itu, Steinberg dan Silverberg (1986) menawarkan konseptualisasi yang lebih komprehensif dengan membagi kemandirian emosional ke dalam empat dimensi: perceives parents as people (mempersepsikan orang tua secara realistis), parental deidealization (melepaskan idealisasi berlebihan terhadap orang tua), nondependency on parents (mengambil keputusan tanpa bergantung penuh pada orang tua), dan individuation (pembentukan identitas yang mandiri). Secara kritis, konsep Steinberg dan Silverberg (1986) lebih unggul karena tidak

sekadar memandang kemandirian sebagai proses pelepasan (detachment), melainkan sebagai proses pembentukan identitas yang konstruktif. Pemahaman ini penting, karena remaja yang kehilangan secure base dari figur ayah cenderung mengalami hambatan bukan hanya dalam melepaskan ketergantungan, tetapi juga dalam membangun identitas diri yang stabil.

Keterkaitan antara father involvement dan kemandirian emosional bersifat komplementer dan saling memperkuat dalam membentuk kematangan psikologis remaja. Alfajati dan Tresnawaty (2024) menegaskan bahwa keterlibatan ayah memberikan secure base yang memungkinkan remaja perempuan untuk mengeksplorasi keputusannya secara mandiri tanpa kecemasan berlebih. Hal ini sejalan dengan temuan Yuliah dkk. (2025) yang menunjukkan bahwa father involvement berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan emosional perempuan di masa remajanya. Lebih jauh, Andrika dkk. (2024) menemukan bahwa rendahnya kualitas kelekatan terhadap orang tua berhubungan langsung dengan rendahnya kemandirian emosional remaja. Jika disintesiskan, ketiga temuan ini secara konsisten menunjukkan bahwa kualitas relasi ayah-anak bukan sekadar variabel penyerta, melainkan prediktor sentral yang menentukan kapasitas individuasi remaja perempuan. Ketiadaan peran esensial ini (fatherless) berisiko menghambat proses individuasi sekaligus melemahkan fondasi otonomi emosional yang seharusnya berkembang pada fase dewasa awal. Oleh karena itu, penelitian ini menempati posisi strategis untuk mengkaji secara empiris seberapa besar pengaruh fenomena fatherless terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z di Indonesia.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis secara objektif hubungan antara keterlibatan ayah dan kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z. Pendekatan kuantitatif merupakan metode yang menekankan pada pengumpulan data berupa angka numerik yang dianalisis menggunakan prosedur statistik untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan Akbar dkk. (2023). Desain korelasional dipilih guna mengidentifikasi besaran serta arah keterkaitan antara kedua variabel secara alami tanpa melakukan manipulasi maupun intervensi terhadap subjek penelitian. Melalui desain ini penelitian berusaha memetakan pola pengaruh secara empiris dan terukur.

Pengambilan data dilaksanakan secara daring melalui penyebaran kuesioner menggunakan platform survei online guna menjangkau partisipan dari berbagai daerah secara luas. Penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria spesifik yang ditetapkan peneliti agar selaras dengan tujuan studi Tajik, dkk. (2025). Kriteria inklusi responden dalam penelitian ini dijelaskan secara rinci meliputi perempuan yang lahir pada era Generasi Z berusia 18 hingga 25 tahun yang merepresentasikan fase dewasa awal memiliki ayah kandung namun merasakan defisit keterlibatan ayah dalam pengasuhan serta bersedia berpartisipasi penuh dalam pengisian kuesioner penelitian. Berdasarkan kriteria ketat tersebut penelitian ini berhasil memperoleh data valid dari 173 responden.

Pengukuran variabel penelitian dilakukan menggunakan instrumen kuesioner berskala Likert satu hingga lima. Variabel bebas berupa fatherless diukur menggunakan instrumen adaptasi dari Inventory of Father Involvement karya Hawkins dkk. (2002). Instrumen ini memuat sembilan dimensi keterlibatan ayah meliputi tanggung jawab disiplin dorongan akademis dukungan terhadap ibu penyediaan kebutuhan waktu berbincang bersama pemberian pujian pengembangan bakat pendampingan tugas sekolah serta atensi penuh. Semakin rendah skor keterlibatan yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat fatherless responden. Sementara itu variabel terikat yaitu kemandirian emosional diukur melalui adaptasi instrumen Emotional Autonomy Scale dari Steinberg dan Silverberg (1986). Skala ini mencakup empat aspek utama yaitu

kemampuan mempersepsikan orang tua sebagai individu biasa pelepasan idealisasi orang tua kemandirian pengambilan keputusan dan pembentukan identitas diri. Skor total yang tinggi pada instrumen ini merepresentasikan tingkat kemandirian emosional yang tinggi pula.

Data kuantitatif yang terkumpul dianalisis secara komprehensif menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics. Proses analisis diawali dengan statistik deskriptif untuk memetakan nilai minimum maksimum rata rata dan standar deviasi (Nasution 2017). Instrumen dipastikan keandalannya melalui uji validitas korelasi Product Moment dan uji reliabilitas Cronbachs Alpha. Setelah prasyarat statistik terpenuhi melalui uji normalitas metode Kolmogorov Smirnov dan uji linearitas data (Darma 2021) pengujian hipotesis utama dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana. Model persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah

$$Y = a + bX + e \quad (1),$$

Dimana Y melambangkan kemandirian emosional, X mewakili *fatherless*, a sebagai konstanta, b sebagai koefisien regresi, dan e mewakili unsur galat atau *error*. Pengambilan keputusan berpijak pada pengujian nilai t hitung dibandingkan nilai t tabel serta nilai signifikansi. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis nol ditolak yang berarti kehadiran variabel *fatherless* memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap kemandirian emosional. Di samping itu, koefisien determinasi turut digunakan untuk menakar proporsi sumbangsih variabel bebas dalam menjelaskan dinamika variabel terikat. Sejak awal penyebaran instrumen, penelitian ini dilaksanakan dengan kesadaran penuh akan aspek etika, di mana identitas seluruh responden dirahasiakan untuk menjaga martabat dan ruang aman mereka dalam berbagi pengalaman.

Hasil

Hasil analisis data penelitian disajikan untuk menguji pengaruh *fatherless* terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z. Penyajian hasil dilakukan secara sistematis, dimulai dari pengujian kelayakan instrumen melalui uji validitas dan reliabilitas, dilanjutkan dengan pemaparan karakteristik data menggunakan analisis deskriptif, serta diakhiri dengan pengujian hipotesis melalui analisis regresi linear sederhana.

Hasil Uji Kelayakan Instrumen

Sebelum data dianalisis lebih lanjut, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji kelayakannya untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan valid dan reliabel.

Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* terhadap 50 item pernyataan (dengan nilai r-tabel sebesar 0,361 pada signifikansi 5%), diketahui bahwa terdapat 44 aitem yang dinyatakan valid karena memiliki nilai r-hitung > r-tabel. Sementara itu, terdapat 6 item yang dinyatakan tidak valid karena nilai r-hitung < r-tabel. Aitem yang tidak valid tersebut kemudian digugurkan dan tidak dilibatkan dalam tahapan analisis selanjutnya.

Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai sebesar 0,670. Berdasarkan kriteria pengujian kelayakan, nilai Cronbach's Alpha yang berada di atas 0,60

mengindikasikan bahwa instrumen penelitian yang digunakan memiliki tingkat konsistensi internal yang dapat diandalkan (*reliabel*) untuk mengukur variabel penelitian.

Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik penyebaran data pada masing-masing variabel penelitian, meliputi nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi. Seluruh analisis deskriptif dalam penelitian ini merujuk pada 173 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan dinyatakan valid untuk dianalisis. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 1 berikut.

Table 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

<i>Variabel</i>	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>Fatherless</i>	173	19,00	87,00	61,37	17,179
Kemandirian Emosional	173	21,00	86,00	56,50	11,220
Usia	162	18,00	22,00	20,39	1,232
<i>Valid N (listwise)</i>	162				

Berdasarkan Tabel 1, variabel *fatherless* pada 173 responden memperoleh nilai minimum sebesar 19 dan nilai maksimum sebesar 87, dengan mean sebesar 61,37 dan standar deviasi sebesar 17,18. Variabel kemandirian emosional memperoleh nilai minimum sebesar 21 dan nilai maksimum sebesar 86, dengan mean sebesar 56,50 dan standar deviasi sebesar 11,22. Adapun variabel usia memperoleh nilai minimum 18 tahun dan nilai maksimum 22 tahun, dengan mean sebesar 20,39 tahun dan standar deviasi sebesar 1,23. Perlu dicatat bahwa nilai Valid N (listwise) sebesar 162 menunjukkan adanya sejumlah data yang tidak terisi secara lengkap pada variabel usia, sehingga analisis yang melibatkan seluruh variabel secara bersamaan merujuk pada 162 data tersebut. Meskipun demikian, analisis terhadap variabel utama penelitian yaitu *fatherless* dan kemandirian emosional tetap menggunakan keseluruhan 173 responden yang datanya lengkap pada kedua variabel tersebut.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh serta arah hubungan antara variabel *fatherless* terhadap kemandirian emosional. Hasil uji regresi linear sederhana disajikan pada Tabel 2 berikut:

Table 2. Koefisien Regresi Linear Sederhana

<i>Model</i>	<i>Unstandardized B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Standardized Beta</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
(<i>Constant</i>)	70,351	2,986		23,559	0,000
<i>Fatherless</i>	-0,226	0,047	-0,346	-4,817	0,000

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana pada Tabel 2, diperoleh persamaan regresi $Y = 70,351 - 0,226X$.

Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel *fatherless* memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap kemandirian emosional. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien regresi (Unstandardized B)

sebesar -0,226. Arah negatif ini memiliki arti bahwa setiap terjadi peningkatan satu satuan tingkat *fatherless*, maka akan diikuti dengan penurunan kemandirian emosional sebesar 0,226 poin.

Selain itu, signifikansi pengaruh ini dibuktikan oleh perolehan nilai *t* hitung yang bernilai negatif yaitu sebesar -4,817 dengan tingkat signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi jauh lebih kecil dari taraf probabilitas yang ditentukan ($0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara mutlak dan meyakinkan, semakin tinggi tingkat *fatherless* yang dirasakan oleh responden, maka semakin rendah tingkat kemandirian emosional yang dimiliki oleh remaja akhir perempuan Generasi Z tersebut.

Pembahasan

Fenomena *Fatherless* sebagai Penghambat Kemandirian Emosional

Hasil pengujian statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena *fatherless* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z. Hal ini dibuktikan melalui hasil analisis regresi linear sederhana yang memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, jauh di bawah batas toleransi 0,05. Arah pengaruh negatif ini tercermin dari nilai koefisien regresi (Unstandardized B) sebesar -0,226 dan nilai *t* hitung sebesar -4,817. Hasil ini mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan tingkat *fatherless* akan diikuti oleh penurunan kemandirian emosional sebesar 0,226 poin. Temuan ini memberikan bukti empiris bahwa defisit peran psikologis ayah berkontribusi secara signifikan dalam menghambat perkembangan kemandirian emosional pada remaja perempuan.

Besarnya masalah ketiadaan peran ayah ini juga tergambar jelas dari data deskriptif yang diperoleh. Berdasarkan data dari 173 responden, rata-rata skor *fatherless* berada di angka yang cukup tinggi, yaitu 61,37 (dengan nilai rentang dari 19 hingga 87). Tingginya angka rata-rata dan standar deviasi sebesar 17,18 menunjukkan bahwa pengalaman *fatherless* merupakan realitas keseharian yang sangat bervariasi namun mendominasi kehidupan responden. Data ini mengonfirmasi bahwa banyak remaja perempuan di Indonesia yang masih memiliki ayah secara fisik, namun secara psikologis merasa ayahnya "tidak berada" dalam kehidupan mereka.

Sebagai akibat dari tingginya skor *fatherless* tersebut, kemandirian emosional remaja perempuan berada pada posisi yang rentan. Data deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor kemandirian emosional responden berada di angka 56,50 (rentang 21 hingga 86), dengan sebaran data yang lebih mengelompok (standar deviasi 11,22). Angka yang berada di taraf sedang ini membuktikan bahwa tanpa dukungan emosional dari seorang ayah, remaja perempuan merasa kesulitan untuk berdiri sendiri. Mereka masih belum sepenuhnya mampu melepaskan ikatan ketergantungan layaknya anak-anak, dan ragu dalam mengelola gejolak perasaannya sendiri.

Kerentanan ini menjadi semakin mengkhawatirkan jika melihat usia para responden. Berdasarkan data demografi dari 162 responden yang mengisi kuesioner secara lengkap, rata-rata usia mereka adalah 20,39 tahun. Usia 20 tahun adalah masa-masa puncak transisi dari remaja menuju dewasa awal (*emerging adulthood*). Pada rentang usia ini, seseorang seharusnya sudah memiliki otonomi untuk mengambil keputusan hidup yang besar. Namun, absennya sosok ayah membuat langkah mereka terhambat, karena mereka tidak memiliki fondasi perlindungan emosional yang cukup untuk menghadapi kerasnya tuntutan usia dewasa.

Konsistensi Temuan dengan Teori dan Dinamika Generasi Z

Temuan statistik di atas tidak hanya sekadar angka, melainkan sangat sejalan dengan teori-teori perkembangan psikologi. Jika merujuk pada konsep keterlibatan ayah dari Lamb (1986), kegagalan ayah dalam memberikan waktu (*engagement*), kehadiran (*accessibility*), dan dukungan psikis (*responsibility*) berdampak langsung pada rapuhnya jiwa anak. Ketika ketiga elemen ini hilang, anak perempuan tidak memiliki "jangkar" yang kuat di rumah. Akibatnya, mereka akan kesulitan mencapai tahap kemandirian emosional seperti yang dikemukakan oleh Steinberg (1993), yaitu tahap di mana seorang remaja mampu melihat orang tuanya secara objektif dan mulai mengelola hidupnya sendiri tanpa validasi berlebihan dari orang tua.

Secara lebih luas, temuan penelitian ini turut memperkuat dan memperluas simpulan sejumlah penelitian terdahulu yang relevan. Alfajati dan Tresnawaty (2024) menegaskan bahwa keterlibatan ayah merupakan faktor determinan utama bagi terbentuknya rasa aman (*secure base*) pada anak perempuan. Senada dengan hal tersebut, penelitian ini menemukan koefisien regresi negatif yang signifikan (-0,226), yang mengonfirmasi bahwa defisit peran ayah secara langsung melemahkan kapasitas kemandirian emosional. Lebih jauh, Andrika dkk. (2024) dalam penelitiannya terhadap remaja Generasi Z di Pekanbaru menemukan bahwa rendahnya kualitas kelekatan terhadap orang tua berkorelasi dengan meningkatnya *fear of missing out* (FoMO), yang merupakan salah satu manifestasi dari lemahnya regulasi emosi. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini dari sudut yang berbeda: keduanya secara konsisten menunjukkan bahwa absennya figur orang tua yang hangat, khususnya ayah, mendorong remaja perempuan untuk mencari pemenuhan kebutuhan emosional dari sumber eksternal yang tidak selalu sehat secara psikologis. Perbedaanannya terletak pada fokus pengukuran, yaitu Andrika dkk. (2024) mengukur dampak tersebut melalui konstruk FoMO, sementara penelitian ini mengukurnya secara lebih langsung melalui konstruk kemandirian emosional. Kedua pendekatan ini saling melengkapi dalam membangun pemahaman yang lebih komprehensif tentang dampak psikologis *fatherless* pada remaja perempuan.

Di era modern saat ini, beban psikologis yang dihadapi remaja perempuan Generasi Z semakin berlapis. Candra (2024) menemukan bahwa intensitas paparan media sosial pada Generasi Z berkorelasi negatif dengan kesejahteraan emosional mereka, sehingga dibutuhkan kemampuan pengelolaan resiliensi yang adaptif untuk menghadapi tekanan dunia digital. Temuan ini memiliki relevansi langsung dengan hasil penelitian ini: kondisi *fatherless* yang terbukti menurunkan kemandirian emosional justru semakin memperlemah kapasitas resiliensi yang dibutuhkan oleh remaja Gen Z dalam menghadapi tekanan digital tersebut. Dengan kata lain, dua variabel risiko ini, yaitu defisit peran ayah dan paparan media sosial yang intens, bekerja secara sinergis dalam memperlemah stabilitas psikologis remaja perempuan Generasi Z, sebuah dimensi yang belum sepenuhnya dieksplorasi oleh Candra (2024) maupun penelitian-penelitian sebelumnya.

Dari perspektif yang lebih makro, tingginya rata-rata skor *fatherless* (61,37) dalam data penelitian ini sejalan secara empiris dengan laporan UNICEF (2021) yang mencatat bahwa sekitar 20,9% anak di Indonesia tumbuh tanpa figur ayah yang aktif dalam pengasuhan (Sengkey dan Sinaulan, 2025), serta data BPS (2022) mengenai peningkatan keluarga dengan orang tua tunggal sebesar 2,3% per tahun. Konstruksi sosial-budaya yang secara historis menempatkan ayah hanya sebagai pencari nafkah terbukti berkontribusi pada internalisasi ketidakhadiran psikologis ayah dalam kehidupan remaja perempuan, yang pada akhirnya menghambat pencapaian otonomi emosional mereka pada fase dewasa awal.

Kualitas Pengukuran dan Keterbatasan Penelitian

Temuan penelitian ini didukung oleh kualitas instrumen yang telah diuji secara statistik sebelum digunakan dalam analisis utama. Proses pengujian instrumen dilakukan melalui uji validitas dan reliabilitas guna

memastikan bahwa alat ukur mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan konsisten. Hasil uji validitas terhadap 50 butir aitem pernyataan (dengan nilai r -tabel sebesar 0,361) menunjukkan bahwa sebanyak 44 butir dinyatakan valid karena memiliki nilai r -hitung yang lebih besar dari r -tabel. Sementara itu, terdapat 6 butir yang tidak memenuhi kriteria validitas, sehingga tidak digunakan dalam analisis lebih lanjut.

Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,670. Nilai ini berada di atas batas minimum yang umum digunakan (0,60), sehingga instrumen penelitian dapat dinyatakan memiliki tingkat konsistensi internal yang memadai. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan layak untuk mengukur tingkat *fatherless* dan kemandirian emosional pada responden.

Di sisi lain, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini yang perlu diperhatikan. Jumlah responden sebanyak 173 orang yang diperoleh melalui teknik purposive sampling secara daring belum sepenuhnya merepresentasikan seluruh populasi remaja perempuan Generasi Z di Indonesia yang memiliki latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya yang beragam. Hal ini berimplikasi pada keterbatasan dalam generalisasi hasil penelitian.

Pengumpulan data yang menggunakan metode *self-report* melalui kuesioner skala Likert juga memiliki potensi bias, seperti kecenderungan responden untuk memberikan jawaban yang dianggap lebih dapat diterima secara sosial. Selain itu, pendekatan kuantitatif yang digunakan belum mampu menggali pengalaman emosional secara mendalam terkait kondisi *fatherless* yang dialami responden. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, misalnya melalui metode mixed-methods atau wawancara mendalam, agar pemahaman terhadap pengalaman emosional responden dapat diperoleh secara lebih komprehensif.

Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa *fatherless* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kemandirian emosional pada remaja akhir perempuan Generasi Z, dengan koefisien regresi sebesar -0,226 dan nilai signifikansi 0,000. Kontribusi ilmiah utama penelitian ini terletak pada pemberian bukti kuantitatif bahwa defisit peran psikologis ayah merupakan prediktor yang terukur bagi terhambatnya proses individuasi dan pencapaian otonomi emosional pada fase dewasa awal, bukan sekadar faktor latar yang bersifat asuntif. Temuan ini memiliki implikasi praktis bagi intervensi keluarga dan kebijakan pengasuhan di Indonesia, khususnya dalam mendorong keterlibatan aktif ayah secara psikologis sejak dini. Mengingat keterbatasan penelitian ini pada pendekatan cross-sectional dan *self-report* dengan teknik purposive sampling, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan mixed methods serta mempertimbangkan variabel moderator seperti peran ibu, dukungan teman sebaya, dan resiliensi diri untuk membangun pemahaman yang lebih komprehensif.

Referensi

- Akbar, R, U S Sukmawati, and K Katsirin. 2023. "Analisis Data Penelitian Kuantitatif: Pengujian Hipotesis Asosiatif Korelasi." *Jurnal Pelita Nusantara* 1(3): 430–48.
- Allen, S., and K. Daly. 2007. "The Effects of Father Involvement."
- Andrika, D, I N Nasution, R Hartati, and R Jannah. 2024. "Parent Attachment with Fear of Missing out (FoMO) to Gen Z in Pekanbaru City." *PSISULA* 6: 833–44.
- Badan Pusat Statistik Kota Semarang. 2024. "Anak Indonesia Dalam Statistik." *Badan Pusat Statistik Kota Semarang*.

- Candra, R. 2024. "Kesejahteraan Psikologis Gen Z: Evaluasi Hubungan Media Sosial, Self-Image Dan Resiliensi." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5(1): 150–58.
- Darma, B. 2021. *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS*. Guepedia.
- Hadi, F H, E Hastuti, and D Marthalena. 2024. "Dampak Fatherless Terhadap Kecerdasan Sosial Dan Emosional." *Adaptasi* 1(1): 54–66.
- Husna, A N. 2018. "Kemandirian Emosional Pada Remaja Awal." *Journal of Psychological Science and Profession* 2(3): 222–28.
- Lamb, M E. 2004. *The Role of the Father in Child Development*. John Wiley & Sons.
- Lestari, Y. 2024. "Dampak Psikologis Fatherless Dan Peranan Ayah Menurut Islam." *Pro Justicia* 4(1): 33–45.
- Lidya Yuliana, E, A Khumas, and W Ansar. 2023. "Pengaruh Fatherless Terhadap Kontrol Diri Remaja." *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies* 3(5): 65–73.
<https://ojs.unm.ac.id/PJAHSS/article/download/50793/22810>.
- Lismanda, Y F. 2017. "Pondasi Perkembangan Psikososial Anak Melalui Peran Ayah." *Viractina* 2(2): 89–98.
- Nasution, L M. 2017. "Statistik Deskriptif." *Hikmah* 14(1): 49–55.
- Ryan, R M, and J Lynch. 1989. "Emotional Autonomy versus Detachment." *Child Development* 60.
- Sengkey, M M, and N L Sinaulan. 2025. "Figur Yang Hilang, Keyakinan Yang Terganggu." *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan* 3(4): 5835–40.
- Steinberg, L. 1993. *Adolescence*. McGraw-Hill.
- Steinberg, L, and S B Silverberg. 1986. "The Vicissitudes of Autonomy in Early Adolescence." *Journal of Research in Child Development* 57: 841–51.
- Sundari, A R, and F Herdajani. 2013. "Dampak Fatherlessness Terhadap Perkembangan Psikologis Anak." In *Prosiding Seminar Nasional Parenting*.
- Tajik, O, J Golzar, and S Noor. 2025. "Purposive Sampling." *International Journal of Education & Language Studies*.
- Yuliah, H, R A Aprianty, and D L Quarta. 2025. "Pengaruh Father Involvement Terhadap Kontrol Diri Pada Generasi Z." *UBIKOPS* 5(2): 157–71.