

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran ayah memiliki peran penting dalam perkembangan emosional, sosial, dan psikologis anak. Keterlibatan ayah tidak hanya terbatas pada pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga, tetapi juga mencakup pemberian dukungan emosional, perlindungan, pengasuhan, serta keterlibatan aktif dalam kehidupan anak sehari-hari. Lamb (2010) menjelaskan bahwa keterlibatan ayah terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu *engagement* (interaksi langsung dengan anak), *accessibility* (ketersediaan ayah ketika dibutuhkan anak), dan *responsibility* (tanggung jawab terhadap kesejahteraan dan kebutuhan anak). Ketika ketiga aspek tersebut tidak terpenuhi, anak dapat memersepsikan ayah sebagai figur yang tidak hadir dalam kehidupannya meskipun ayah masih hidup secara biologis.

Ketidakhadiran ayah tidak selalu dimaknai sebagai meninggalnya seorang ayah atau tidak adanya ayah secara fisik dalam keluarga. Dalam beberapa kondisi, ayah masih hidup namun tidak lagi menjalankan fungsi pengasuhan, dukungan emosional, perlindungan, maupun keterlibatan dalam kehidupan anak. Kondisi ini sering disebut sebagai *psychological father absence*, yaitu keadaan ketika ayah hadir secara biologis tetapi tidak hadir secara emosional dalam kehidupan anak (Lamb, 2010). Situasi tersebut dapat memberikan dampak yang sama bahkan lebih

kompleks dibandingkan ketidakhadiran ayah secara fisik karena anak masih melihat keberadaan ayah, tetapi tidak memperoleh fungsi keayahannya secara optimal.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah berhubungan dengan meningkatnya risiko masalah emosional, perilaku, akademik, dan sosial pada anak serta remaja. McLanahan, Tach, dan Schneider (2013) menjelaskan bahwa anak yang tumbuh tanpa keterlibatan ayah cenderung memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap berbagai kesulitan perkembangan dibandingkan anak yang memperoleh keterlibatan ayah secara memadai. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berperan penting dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi anak melalui proses modeling, dukungan emosional, serta pembentukan rasa aman dalam lingkungan keluarga (Islamiah, Breinholst, Walczak, & Esbjorn, 2023).

Fenomena tersebut ditemukan dalam studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap seorang perempuan dewasa awal berinisial D. Berdasarkan hasil wawancara, D mengalami ketidakhadiran ayah akibat perpisahan orang tua. Meskipun ayahnya masih hidup, D merasa bahwa sosok ayah sudah tidak menjalankan perannya sebagaimana mestinya. Ketika ditanya mengenai keberadaan ayah dalam hidupnya, D menyatakan:

"Ayah hidup, tapi menurut pendapat aku dan apa yang aku tangkap sih untuk peran seorang ayah ya gak ada peran."

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa bagi D, makna kehadiran ayah tidak hanya diukur dari keberadaan fisik, tetapi juga dari keterlibatan emosional dan tanggung jawab yang diberikan kepada anak. Sejalan dengan pendapat Lamb (2010), anak dapat memersepsikan ayah sebagai figur yang tidak hadir apabila ayah tidak memberikan interaksi, ketersediaan, dan tanggung jawab yang dibutuhkan oleh anak.

D mengungkapkan bahwa perpisahan orang tuanya membuat ayah tidak lagi tinggal bersama keluarga dan hubungan mereka menjadi semakin renggang. Kondisi tersebut terjadi pada masa remaja, yaitu periode perkembangan yang ditandai oleh meningkatnya kebutuhan akan dukungan emosional serta proses pembentukan identitas diri. Santrock (2019) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang cukup signifikan sehingga keberadaan figur pengasuh yang suportif menjadi faktor penting dalam membantu remaja mengembangkan penyesuaian diri yang sehat.

Pada awal mengalami perpisahan orang tua, D mengaku merasakan keterkejutan dan kehilangan. Ia menyampaikan:

"Awalnya sih kaget sih kak, namanya juga anak perempuan kan ya ingin merasakan kehadiran sosok ayah di waktu remaja."

Pengalaman tersebut menunjukkan adanya kebutuhan emosional terhadap figur ayah yang belum terpenuhi. Menurut Bowlby (1988), hubungan yang hangat, konsisten, dan responsif dengan figur lekat utama berperan penting dalam membentuk rasa aman emosional pada individu.

Ketika hubungan tersebut terganggu, individu dapat mengalami perasaan kehilangan, kesepian, dan kerinduan yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

Lebih lanjut, D mengungkapkan bahwa komunikasi dengan ayah yang sebelumnya cukup baik berubah menjadi sangat terbatas setelah perpisahan orang tua. Ia mengatakan:

"Kalau dulu-dulu tuh selalu bertukar cerita. Dan ayah saya bertanya lah kepada saya pertanyaan apapun itu tentang hidup saya. Tapi sekarang juga udah gak, jadinya jarang komunikasi."

Minimnya komunikasi dengan ayah menyebabkan berkurangnya sumber dukungan emosional yang dimiliki oleh D. Temuan ini sejalan dengan penelitian Flouri, Midouhas, dan Narayanan (2015) yang menunjukkan bahwa rendahnya keterlibatan ayah berkaitan dengan meningkatnya risiko masalah emosional dan perilaku pada anak dan remaja karena berkurangnya dukungan, pengawasan, dan kedekatan emosional yang diberikan oleh ayah.

Dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup, D mengaku lebih sering memendam emosi dan berusaha menyelesaikan masalahnya sendiri.

Ia menyatakan:

"Kalau secara pribadi soal masalah itu awalnya saya suka yang memendam sendiri, bahkan sampai sekarang."
Namun ketika tekanan emosional dirasakan semakin berat,

D memilih mencari teman yang dapat mendengarkan keluh kesahnya.

"Saya punya sahabat lah, punya sahabat rantau kuliah itu, ya saya cerita ke dia. Tapi setidaknya saya gak butuh nasihatnya, cuma butuh didengar aja sih."

Strategi tersebut menunjukkan adanya upaya regulasi emosi melalui pencarian dukungan sosial. Gross (2015) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan proses individu dalam mengenali, memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi dan tujuan pribadi. Dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang dapat membantu individu mengurangi tekanan emosional dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi.

Menariknya, meskipun mengalami ketidakhadiran ayah, D menunjukkan kemampuan untuk memahami dan mengelola emosinya secara mandiri. Ia mengatakan:

"Saya lebih mengenali diri saya juga sih kak, karena saya belajar sedikit demi sedikit juga. Jadinya apapun yang ada dalam diri saya, saya tahu masalah apa yang menyebabkan dan gimana caranya keluar dari masalah tersebut."

D juga menjelaskan bahwa dirinya berusaha mengurangi tekanan emosional melalui aktivitas yang memberikan rasa nyaman dan kebebasan.

"Mencari kesenangan dan mencari kemerdekaan di diri saya sendiri."

"Kalau kesenangan contohnya tuh kayak sering keluar kota, nongkrong, terus ya nikmatin lifestyle aja sih kak. Sama lebih slow living."

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa D berusaha membangun mekanisme coping yang adaptif untuk menghadapi tekanan yang muncul akibat pengalaman hidupnya. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa individu akan mengembangkan berbagai strategi coping untuk

mengelola tuntutan lingkungan yang dipersepsikan melebihi kemampuan yang dimilikinya.

Meskipun demikian, proses penerimaan yang ditunjukkan D tidak sepenuhnya menghilangkan kebutuhan emosional terhadap figur ayah. D mengakui bahwa dirinya masih merasakan kerinduan terhadap sosok ayah.

"Kalau dibilang kangen sih kangen sih kak. Tapi cuma ya mau gimana lagi."

"Kalau batin kangen sih kangen, rindu juga rindu ya kak, namanya juga anak perempuan."

Di sisi lain, D juga menyimpan rasa kecewa terhadap ayahnya akibat berbagai pengalaman yang dialami selama konflik keluarga.

"Lebih ke males bertemu, apalagi ingat dengan apa yang udah dilakukan ayah saya terhadap saya, ibu saya, dan adik saya."

Temuan ini menunjukkan adanya ambivalensi emosional, yaitu munculnya dua perasaan yang saling bertentangan terhadap satu objek yang sama. Dalam perspektif psikologi analitik, Jung (1964) menjelaskan bahwa hubungan emosional anak perempuan dengan figur ayah memiliki pengaruh terhadap pembentukan identitas diri, kebutuhan afeksi, dan pola hubungan interpersonal pada masa dewasa. Sementara itu, Herzog (1980) menggunakan istilah *father hunger* untuk menggambarkan kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi akibat absennya figur ayah, yang dapat memengaruhi hubungan interpersonal dan kebutuhan afeksi individu di kemudian hari.

Berdasarkan studi kasus tersebut, terlihat bahwa ketidakhadiran ayah tidak hanya berkaitan dengan absennya figur ayah dalam keluarga,

tetapi juga berkaitan dengan bagaimana anak perempuan memaknai kehilangan dukungan emosional, perlindungan, perhatian, dan kedekatan dengan ayah. Pengalaman tersebut kemudian memengaruhi cara individu mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian mengenai makna ketidakhadiran ayah dalam regulasi emosi pada anak perempuan menjadi penting untuk dilakukan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman subjektif individu yang mengalaminya, khususnya jika ditinjau dari perspektif psikologi analitik Jung mengenai hubungan ayah dan anak perempuan

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana bentuk ketidakhadiran ayah dalam kehidupan anak perempuan?
2. Apa faktor penyebab regulasi emosi pada anak perempuan yang mengalami ketidakhadiran ayah?
3. Apa saja dampak ketidakhadiran ayah dengan regulasi emosi anak perempuan terhadap perspektif elekra kompleks?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bentuk ketidakhadiran ayah dalam kehidupan anak perempuan
2. Untuk mengetahui faktor penyebab regulasi emosi pada anak perempuan yang mengalami ketidakhadiran ayah
3. Untuk menganalisis dampak ketidakhadiran ayah dengan regulasi emosi anak perempuan terhadap perspektif elektra kompleks

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini meliputi beberapa aspek penting yang dapat memberikan kontribusi baik secara teoretis maupun praktis. Berikut adalah penjelasan mengenai manfaat dari penelitian ini:

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi perkembangan dan bimbingan konseling, khususnya yang berkaitan dengan regulasi emosi anak perempuan dalam konteks ketidakhadiran ayah. Penelitian ini dapat memperkaya kajian teori regulasi emosi dengan mengaitkannya pada dinamika hubungan emosional ayah dan anak perempuan melalui perspektif kompleks Electra. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji peran ayah, perkembangan emosi anak perempuan, serta faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kemampuan regulasi emosi dalam lingkungan keluarga.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Anak Perempuan (Remaja). Penelitian ini diharapkan membantu remaja memahami kondisi emosional yang dialami serta mengelola emosi secara lebih sehat.
- b. Bagi Orang Tua. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya peran ayah dalam perkembangan emosional anak perempuan.

E. Definisi Istilah

Dalam konteks penelitian ini terdapat beberapa istilah kunci yang perlu didefinisikan untuk memberikan kejelasan dan pemahaman yang

lebih baik mengenai topik ini. Berikut adalah definisi dari istilah-istilah tersebut:

1. Ketidakhadiran Ayah: Istilah ini merujuk pada kondisi ketika ayah tidak hadir atau tidak menjalankan fungsi keayahannya secara optimal dalam kehidupan anak, baik secara fisik maupun emosional. Menurut Michael E. Lamb (2010), keterlibatan ayah meliputi *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility*. Ketika aspek tersebut tidak terpenuhi, anak dapat memersepsikan ayah sebagai figur yang tidak hadir dalam kehidupannya. Ketidakhadiran ayah diketahui berhubungan dengan berbagai masalah emosional, sosial, dan perkembangan psikologis anak (McLanahan et al., 2013; Flouri et al., 2015).
2. Regulasi Emosi: Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan tuntutan situasi dan tujuan yang ingin dicapai (Gross, 1998, 2015). Kemampuan ini mencakup pengendalian emosi, pengelolaan impuls, serta penggunaan strategi yang adaptif dalam menghadapi tekanan (Gratz & Roemer, 2004).
3. Perspektif Elektra Kompleks: Merupakan konsep dalam psikologi analitik yang menjelaskan keterikatan emosional anak perempuan terhadap ayah dan proses identifikasi dengan ibu selama perkembangan psikoseksual (Jung, 1964; Freud, 1925). Dalam penelitian ini, perspektif Kompleks Electra digunakan sebagai

kerangka interpretatif untuk memahami pengalaman emosional anak perempuan dalam memaknai ketidakhadiran ayah.