

STUDI LITERATUR KETERGANTUNGAN EMOSIONAL MAHASISWA *FATHERLESS*

Rosalia Nanik Pangesti¹, Arri Handayani², G Rohastono Ajie³

Universitas PGRI Semarang, Semarang, Indonesia

E-mail: rosaliananik34@gmail.com

Abstrak

Fenomena *fatherless* atau ketidakhadiran sosok ayah dalam kehidupan anak menjadi isu yang semakin menonjol di Indonesia. Mahasiswa yang tumbuh dalam kondisi *fatherless* sering kali mengalami tantangan psikologis yang kompleks, salah satunya berupa ketergantungan emosional. Studi literatur ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara kondisi *fatherless* dengan kecenderungan ketergantungan emosional pada mahasiswa. Melalui telaah pustaka dari berbagai sumber nasional dan internasional, ditemukan bahwa ketidakhadiran ayah dalam masa perkembangan individu berdampak pada pembentukan regulasi emosi, harga diri, dan kemampuan menjalin relasi sosial. Ketergantungan emosional pada mahasiswa *fatherless* dapat muncul dalam bentuk kebutuhan akan validasi, rasa aman, serta kesulitan mengambil keputusan secara mandiri. Temuan ini mempertegas pentingnya pemahaman terhadap aspek emosional mahasiswa yang mengalami *fatherlessness* sebagai landasan dalam perancangan intervensi psikososial dan layanan bimbingan di perguruan tinggi.

Kata kunci: fatherless; ketergantungan emosional; mahasiswa; perkembangan psikologis; studi literatur

Abstrac

The phenomenon of fatherlessness, or the absence of a father figure in a child's life, has become an increasingly prominent issue in Indonesia. Students who grow up in fatherless conditions often experience complex psychological challenges, one of which is emotional dependence. This literature review aims to examine the relationship between fatherlessness and the tendency toward emotional dependence in students. Through a review of various national and international sources, it was found that the absence of a father during an individual's developmental period impacts the formation of emotional regulation, self-esteem, and the ability to establish social relationships. Emotional dependency in fatherless students may manifest as a need for validation, a sense of security, and difficulty making decisions independently. These findings emphasize the importance of understanding the emotional aspects of students experiencing fatherlessness as a foundation for designing psychosocial interventions and counseling services in higher education institutions.

Keywords: fatherlessness; emotional dependency; students; psychological development; literature review

PENDAHULUAN

Fenomena *fatherless* atau ketidakhadiran sosok ayah dalam keluarga menjadi isu yang semakin nyata di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Menurut laporan *Global Fatherhood Report* tahun 2021, Indonesia menempati peringkat ketiga sebagai negara dengan angka *fatherless* tertinggi di dunia (Nasir, 2023). Istilah *fatherless* merujuk pada tidak hadirnya sosok ayah, baik secara fisik (karena perceraian, kematian, atau meninggalkan keluarga) maupun secara psikologis (karena tidak terlibat aktif dalam kehidupan anak) (Iskandar, 2023). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada dinamika keluarga, tetapi juga meninggalkan pengaruh jangka panjang terhadap perkembangan psikologis anak, termasuk ketika anak telah tumbuh menjadi dewasa awal.

Dalam rentang usia mahasiswa, individu berada pada tahap perkembangan yang menuntut kemandirian secara emosional dan sosial. Namun, pengalaman kehilangan figur ayah di masa sebelumnya dapat memicu munculnya berbagai permasalahan psikologis seperti *self-esteem* yang rendah, ketidakmampuan mengelola emosi, hingga ketergantungan emosional pada orang lain sebagai kompensasi terhadap kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi (Herawati, 2021). Ketergantungan emosional dalam konteks ini didefinisikan sebagai kondisi ketika seseorang sangat memerlukan validasi, perhatian, dan keterikatan dari pihak lain untuk merasa aman dan bernilai. Fenomena ini menjadi sangat penting dikaji, karena individu yang tidak mampu berdiri secara emosional akan mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan, mengatur diri, serta menjalin relasi interpersonal yang sehat di lingkungan sosial maupun akademik (Roma, 2025).

Dalam sejumlah penelitian, ketidakhadiran ayah sering kali dikaitkan dengan rendahnya kontrol diri dan kegagalan dalam pengaturan emosi. Mahasiswa yang berasal dari latar belakang *fatherless* lebih rentan mengalami gejala seperti kecemasan berlebih, ketakutan akan penolakan, serta kelekatan tidak aman terhadap lingkungan sekitar (Nurmalasari, 2024). Mereka cenderung mencari figur pengganti yang mampu memenuhi kebutuhan emosionalnya, bahkan dalam hubungan yang kurang sehat atau bersifat manipulatif. Pola ini dapat menghambat proses aktualisasi diri dan memperburuk kondisi psikologis individu jika tidak ditangani dengan tepat melalui pendekatan profesional.

Perubahan sosial yang cepat juga turut memengaruhi peningkatan angka *fatherlessness* di Indonesia. Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2022) menunjukkan meningkatnya angka keluarga dengan struktur orang tua tunggal yang mayoritas tanpa kehadiran ayah. Hal ini secara tidak langsung berimplikasi pada pembentukan karakter dan kestabilan emosi generasi muda, terutama mahasiswa yang sedang berada dalam masa transisi menuju kemandirian. Dalam konteks ini, ketergantungan emosional menjadi salah satu dampak yang sering muncul, tetapi belum banyak dikaji secara mendalam, khususnya pada mahasiswa.

Penelitian oleh Salsabila (2020) menemukan bahwa individu yang mengalami *fatherless* memiliki skor ketergantungan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tumbuh dalam keluarga utuh. Gejala yang ditunjukkan antara lain adalah kesulitan membuat keputusan tanpa persetujuan orang lain, kecenderungan bergantung dalam hubungan sosial, dan kebutuhan berlebihan terhadap validasi dari lingkungan. Ketergantungan emosional yang berlebihan ini tidak hanya menghambat perkembangan pribadi, tetapi juga dapat menyebabkan masalah psikososial seperti rendahnya produktivitas akademik, kesulitan bersosialisasi, hingga gangguan kecemasan.

Sebagai konsekuensi dari temuan tersebut, penting untuk memahami ketergantungan emosional sebagai salah satu bentuk respons psikologis mahasiswa yang mengalami *fatherlessness*. Dengan mengidentifikasi dinamika ini melalui studi literatur, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai risiko-risiko psikologis yang perlu diantisipasi oleh pihak kampus, konselor, maupun lembaga layanan psikologis. Selain itu, studi ini juga bertujuan untuk memperkaya literatur mengenai dampak psikososial dari ketidakhadiran ayah secara spesifik dalam konteks mahasiswa di Indonesia.

Oleh karena itu, artikel ini disusun sebagai studi literatur yang mengkaji secara komprehensif hubungan antara kondisi *fatherless* dan kecenderungan ketergantungan emosional pada mahasiswa, serta implikasinya terhadap perkembangan emosional, harga diri, dan kesejahteraan psikologis. Fokus utama terletak pada bagaimana individu dengan latar belakang *fatherless* mengelola

kebutuhan emosionalnya dan tantangan yang mereka hadapi dalam konteks sosial dan akademik.

Tinjauan Pustaka

a. Konsep Fatherless

Fatherless adalah kondisi di mana seorang anak tumbuh tanpa kehadiran atau keterlibatan ayah, baik secara fisik maupun emosional. Iskandar (2023) menyebut fatherless sebagai bentuk kehilangan ayah secara fisik, emosional, dan spiritual. Ketidakhadiran ini dapat disebabkan oleh perceraian, kematian, atau ketiadaan peran aktif ayah dalam pengasuhan sehari-hari. Fenomena ini tidak hanya terjadi di negara-negara barat, tetapi juga menunjukkan peningkatan di Indonesia seiring dengan dinamika sosial, urbanisasi, dan perubahan nilai-nilai keluarga (Arsyia Fajarrini & Umam, 2023).

Fitroh (2019) menambahkan bahwa individu dikatakan mengalami fatherlessness apabila tidak memiliki hubungan dekat dengan ayah, atau merasa kehilangan kehadiran dan peran ayah dalam proses perkembangan diri. Sementara itu, menurut laporan *Narasi.tv* (2023), Indonesia termasuk dalam jajaran negara dengan jumlah fatherless tinggi secara global. Kondisi ini menimbulkan berbagai dampak jangka panjang, terutama dalam perkembangan psikososial anak dan remaja yang dibawa hingga usia dewasa.

b. Ketergantungan Emosional

Ketergantungan emosional atau *emotional dependency* merujuk pada kondisi di mana individu memiliki kebutuhan berlebihan untuk bergantung secara emosional kepada orang lain dalam hal dukungan, validasi, dan pengambilan keputusan. Ketergantungan ini umumnya muncul sebagai respons terhadap kekosongan emosional atau trauma masa lalu, termasuk karena kehilangan figur ayah Nurmalasari (2024).

Individu dengan ketergantungan emosional cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur emosi secara mandiri, memiliki harga diri rendah, serta menunjukkan pola relasi yang tidak seimbang. Mereka sering kali merasa cemas apabila tidak mendapat perhatian dari orang lain, dan cenderung menghindari situasi yang menuntut kemandirian emosional (Musthofa & Arfensia, 2024). Dalam konteks mahasiswa,

ketergantungan ini dapat menghambat perkembangan pribadi, akademik, hingga relasi sosial.

c. Hubungan Fatherless dan Ketergantungan Emosional

Beberapa literatur mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mengalami kondisi *fatherless* menunjukkan tingkat ketergantungan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tumbuh dalam keluarga utuh. Herawati (2019) menegaskan bahwa ketidakhadiran figur ayah berdampak signifikan terhadap kestabilan emosi individu, termasuk dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial. Selain itu, Arhadita & Darmawanti (2024) menemukan bahwa perempuan dewasa awal yang tidak memiliki kehadiran ayah mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemandirian, serta cenderung menggantungkan keputusan dan kebahagiaannya pada validasi eksternal.

Studi yang dilakukan oleh Salsabila (2020) juga menunjukkan adanya korelasi antara *fatherless* dengan rendahnya *self-esteem* dan meningkatnya kecemasan sosial pada mahasiswa. Hal ini berimplikasi pada pola relasi interpersonal yang tidak sehat dan ketidakmampuan membangun batasan emosional yang kuat. Selain itu, Rahmasari (2024) menyatakan bahwa ketergantungan emosional pada individu *fatherless* menjadi salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri akibat ketidakstabilan psikologis yang terbentuk sejak masa perkembangan awal.

d. Dampak Psikologis pada Mahasiswa

Mahasiswa merupakan kelompok usia dewasa awal yang secara psikososial berada dalam tahap pembentukan identitas dan kemandirian. Teori psikososial Erikson menempatkan usia ini pada tahap *intimacy vs isolation*, di mana individu perlu mengembangkan hubungan yang sehat tanpa kehilangan jati diri. Ketika mahasiswa mengalami *fatherlessness* dan belum menyelesaikan luka emosional masa lalu, mereka berisiko mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini.

Beberapa dampak psikologis yang umum ditemukan pada mahasiswa *fatherless* antara lain kesulitan mengambil keputusan, ketakutan berlebih akan penolakan, kesulitan menjalin hubungan interpersonal, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial (Musthofa & Arfensia, 2024; Fitroh, 2019). Dalam jangka panjang,

hal ini dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup, performa akademik, dan kemampuan adaptasi mahasiswa di dunia kerja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif berbasis studi literatur, yang bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis keterkaitan antara kondisi *fatherless* dengan kecenderungan ketergantungan emosional pada mahasiswa. Data dikumpulkan melalui penelusuran berbagai sumber ilmiah nasional yang diperoleh dari database seperti Garuda, Sinta, Google Scholar, serta repositori universitas-universitas di Indonesia.

Sumber yang digunakan dalam kajian ini meliputi artikel jurnal, prosiding, dan skripsi yang relevan dan terbit pada rentang waktu tahun 2019 hingga 2025. Literatur yang dianalisis adalah yang membahas isu *fatherless*, perkembangan psikologis mahasiswa, dan ketergantungan emosional pada individu usia dewasa awal. Setiap sumber dipilih berdasarkan kesesuaian tema, kredibilitas akademik, serta relevansi dengan fokus kajian.

Analisis dilakukan dengan cara membaca, memahami, dan menyintesis isi dari setiap sumber secara tematik. Penulis mengidentifikasi pola dan temuan utama dari masing-masing artikel, kemudian menarik hubungan antartema untuk menemukan kesimpulan umum. Penekanan utama dalam analisis diarahkan pada aspek ketergantungan emosional yang muncul sebagai akibat dari kondisi *fatherless*, serta implikasinya terhadap perkembangan psikososial mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, hasil kajian literatur dikategorikan ke dalam beberapa tema utama mengenai keterkaitan antara *fatherless* dengan ketergantungan emosional pada mahasiswa.

a. Kekosongan Emosional dari Ketidakhadiran Ayah

Mahasiswa yang tumbuh tanpa kehadiran figur ayah mengalami kekosongan emosional—baik fisik maupun psikologis yang berdampak pada kestabilan mental

mereka. Hal ini menjelaskan mengapa mereka secara psikologis rentan terhadap ketergantungan emosional sebagai mekanisme kompensasi atas kehilangan dukungan Putri (2024)

b. Regulasi Emosi yang Lemah dan Validasi Diri yang Tinggi

Penelitian di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kondisi *fatherless* memiliki kemampuan regulasi emosi yang rendah—yang tercermin dari skor R^2 sebesar 0,39 terhadap regulasi emosi mereka (semakin tinggi *fatherless*, semakin rendah regulasi emosional) Ini menjelaskan tingginya kebutuhan mereka akan validasi eksternal sebagai bentuk kestabilan psikologis.

c. Harga Diri Rendah dan Kecemasan Sosial

Menurut studi Putri (2024) dalam konteks mahasiswa Gen Z di Bengkulu, mahasiswa *fatherless* menunjukkan kecenderungan rendahnya kepercayaan diri dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, yang pada akhirnya memicu ketergantungan emosional sebagai bentuk usaha mendapatkan rasa aman lewat relasi interpersonal yang kuat

d. Hambatan dalam Perkembangan Psikososial

Literatur menyimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami *fatherlessness* lebih rentan mengalami hambatan dalam perkembangan psikososial termasuk di fase *intimacy vs isolation* (Erikson). Ketergantungan emosional menjadi penghalang dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat dan mandiri, terutama saat menghadapi tekanan akademik Mujibah (2025)

Kesimpulan

Berdasarkan studi literatur yang telah dianalisis, dapat disimpulkan bahwa kondisi *fatherless* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan ketergantungan emosional pada mahasiswa. Ketidakhadiran figur ayah sejak masa perkembangan awal berdampak pada terbentuknya kekosongan emosional, lemahnya kemampuan regulasi emosi, dan tingginya kebutuhan validasi dari lingkungan sekitar. Hal ini menjadikan mahasiswa *fatherless* lebih rentan membentuk

relasi interpersonal yang tidak seimbang dan bergantung secara emosional terhadap orang lain sebagai upaya kompensasi terhadap rasa tidak aman.

Ketergantungan emosional pada mahasiswa dengan latar belakang *fatherless* juga berhubungan dengan rendahnya harga diri, kecemasan sosial, dan hambatan dalam perkembangan psikososial. Dalam konteks pendidikan tinggi, hal ini dapat memengaruhi kesiapan akademik, hubungan sosial, dan ketahanan psikologis mahasiswa. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika ketergantungan emosional perlu dikembangkan agar dapat mendukung proses kemandirian mahasiswa secara emosional dan sosial.

Saran

Penelitian ini memberikan masukan bagi para pendidik, konselor, serta pihak kampus untuk memperhatikan mahasiswa dengan latar belakang *fatherless* sebagai kelompok yang berpotensi mengalami hambatan psikososial. Layanan konseling berbasis pendekatan preventif dan penguatan regulasi emosi perlu dirancang sebagai bentuk intervensi yang tepat sasaran. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melakukan pendekatan empiris seperti studi kasus atau fenomenologi guna menggali pengalaman emosional mahasiswa *fatherless* secara lebih mendalam dalam konteks budaya Indonesia. Selain itu, pengembangan instrumen pengukuran ketergantungan emosional berbasis konteks lokal juga dibutuhkan agar intervensi yang diberikan dapat lebih tepat guna dan bermakna secara psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyia Fajarrini, & Umam, A. N. (2023). Dampak Fatherless Terhadap Karakter Anak Dalam Pandangan Islam. *Abata : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 20–28. <https://doi.org/10.32665/abata.v3i1.1425>
- Adi, (2019). “Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson.” *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 3 (April): 49–58
- Nasir, 2023. “Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif” 3: 4445–51.
- Fitroh, 2019. “Dampak Fatherless Terhadap Prestasi Belajar Anak.” *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo* 1 (2): 83–91.
- Musthofa, 2024. “Dampak Psikologis Kurangnya Peran Ayah (Fatherless) Pada Perempuan Dewasa Awal: Studi Fenomenologis” 16 (2): 161–71.
- Salsabila, 2020. “Jurnal Psimawa Pengaruh Peran Ayah Terhadap Self Esteem Mahasiswa Di Universitas Teknologi Sumbawa.” *Jurnal PSIMAWA* 3 (1): 24–30.
- Roma, 2025. “Pengaruh Pola Asuh Dan Stabilitas Emosi Terhadap Kemandirian Mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar Di Asrama Danbersama Orang Tua” 5: 4008–19.
- Herawati, 2019. “Pengaruh Pola Asuh Dan Stabilitas Emosi Terhadap Kemandirian Mahasiswa Perantau.” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 7 (2): 201–10.
- Iskandar, 2023. “Dinamika Self-Esteem Pada Emerging Adulthood Yang Fatherless.” *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia* 11 (2): 173–97.
- Rachmawati, 2024. “Strategi Coping Remaja Akhir Yang Mengalami Fatherless Dalam Hidupnya Coping Strategies Late Adolescents Who Experience Fatherless in Their Life” 11 (01): 632–43.
- Mujibah, 2025. “Fatherless Pada Emerging Adulthood : Tinjauan Literatur Terhadap Solusi Penguatan Mental Dan Emosional Fatherless in Emerging Adulthood : A Literature Review of Mental and Emotional Strengthening Solutions” 3: 905–13.

Putri Fajriyanti, 2024. "The Indonesian Journal of Social Studies Fenomena Fatherless
Di Indonesia" 7 (1): 94–99.