

Dinamika Attachment dalam Hubungan Romantis pada Perempuan Dewasa Awal dengan
FatherlessnessIlil Maidah^{1*}, Siti Jaroah²^{1, 2, 3} Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya
ilil.21168@mhs.unesa.ac.id , sitijaroah@unesa.ac.id

Abstract

This study aimed to understand how early adult women with experiences of fatherlessness make meaning of attachment dynamics in romantic relationships. A qualitative phenomenological approach was employed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Six women aged 23-27 years participated in the study. Participants had experienced paternal absence in physical and/or emotional forms and had previous or current experience of romantic relationships. Data were collected through an initial Google Form screening and individual semi-structured in-depth interviews conducted online and offline according to participants' availability and circumstances. Data were analyzed idiographically before cross-case analysis was conducted. The findings revealed one overarching pattern: reconstructing a sense of security after the loss of emotional availability from the father. This pattern was organized into three superordinate themes: loss of the father's emotional presence; searching for and negotiating security in romantic relationships; and reconstructing the meaning of past experiences as guidance for future relationships. The findings indicate that fatherlessness does not produce a uniform attachment pattern. Support from mothers and other significant figures, relationship quality, communication, partner consistency, self-reflection, and boundary setting contribute to the development of attachment dynamics. Past experiences may therefore function not only as sources of vulnerability but also as learning resources and forms of agency for developing healthier relationships.

Keyword: attachment; fatherlessness; romantic relationship; emerging adulthood; phenomenology

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memahami pemaknaan dinamika attachment dalam pengalaman menjalani hubungan romantis pada perempuan dewasa awal dengan pengalaman fatherlessness. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi interpretatif. Partisipan berjumlah enam perempuan dewasa awal berusia 23-27 tahun yang memiliki pengalaman ketidakhadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional, serta pernah atau sedang menjalani hubungan romantis. Data dikumpulkan melalui Google Form sebagai penyaringan awal dan wawancara mendalam semi-terstruktur yang dilaksanakan secara individual, baik secara daring maupun luring menyesuaikan kondisi dan jadwal partisipan. Analisis dilakukan dengan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*. Hasil penelitian menunjukkan satu pola utama, yaitu merangkai ulang rasa aman setelah kehilangan

Article History

Received: September 2026

Reviewed: September 2026

Published: September 2026

Plagiarism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

kehadiran emosional ayah. Pola tersebut dirumuskan menjadi tiga tema superordinat: kehilangan kehadiran emosional ayah; pencarian dan negosiasi rasa aman dalam hubungan romantis; serta rekonstruksi makna pengalaman sebagai pedoman relasi masa depan. Temuan menunjukkan bahwa pengalaman fatherlessness tidak menghasilkan satu pola attachment yang seragam. Dukungan dari ibu dan figur lain, kualitas hubungan romantis, komunikasi, konsistensi pasangan, refleksi diri, serta kemampuan menetapkan batas turut membentuk dinamika attachment. Pengalaman masa lalu akhirnya dapat menjadi sumber pembelajaran dan *agency* untuk membangun relasi yang lebih sehat.

Kata kunci: *fatherlessness; hubungan romantis; perempuan dewasa awal; fenomenologi*

Pendahuluan

Attachment merupakan ikatan emosional yang menjadi dasar terbentuknya rasa aman dalam hubungan dengan figur yang dianggap penting. Dalam perspektif Bowlby, pengalaman berulang dengan figur yang responsif berkontribusi pada pembentukan *internal working model* mengenai diri sendiri dan ketersediaan orang lain. Model tersebut tidak hanya berkaitan dengan hubungan pada masa kanak-kanak, tetapi dapat menjadi kerangka awal ketika individu membangun kedekatan interpersonal pada tahap perkembangan berikutnya (Bowlby, 1973). Dengan demikian, pengalaman relasional pada masa awal kehidupan tidak berhenti sebagai pengalaman masa kanak-kanak, tetapi dapat menjadi referensi bagi individu dalam memahami apakah dirinya layak dicintai, apakah orang lain dapat dipercaya, serta bagaimana kedekatan emosional seharusnya dibangun. Kualitas pengalaman bersama figur pengasuh, termasuk tingkat responsivitas, konsistensi, dan keterlibatan emosional yang diterima individu, menjadi salah satu konteks penting dalam pembentukan cara individu merespons kebutuhan akan kedekatan dan rasa aman.

Pada perempuan dewasa awal, hubungan romantis menjadi salah satu konteks penting untuk membangun kedekatan, kepercayaan, dukungan, dan rasa aman. Pengalaman *attachment* sebelumnya dapat berinteraksi dengan pengalaman baru dalam hubungan romantis, sehingga respons terhadap kedekatan, konflik, ketidakpastian, dan kemungkinan kehilangan dapat berbeda pada setiap individu. Penelitian mengenai *emerging adults* juga menunjukkan bahwa pengalaman *attachment* berkaitan dengan kecenderungan individu dalam memahami kedekatan dan kecemasan dalam hubungan dekat (Bassi et al., 2022). Pada tahap perkembangan sekitar usia 18-29 tahun, individu mulai menghadapi tuntutan untuk membangun hubungan intim yang lebih bermakna dan berorientasi pada komitmen. Oleh karena itu, hubungan romantis dapat menjadi ruang ketika pengalaman attachment sebelumnya kembali muncul, tetapi sekaligus menjadi konteks baru bagi individu untuk memperoleh pengalaman kedekatan, kepercayaan, dan rasa aman. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman masa lalu dan pengalaman bersama pasangan pada masa kini dapat saling berinteraksi dalam membentuk dinamika attachment.

Hubungan antara pengalaman attachment dengan relasi romantis tersebut menjadi semakin relevan ketika individu mengalami ketidakhadiran figur ayah atau *fatherlessness*. Fatherlessness tidak selalu berarti ketiadaan ayah secara fisik. Pengalaman tersebut juga dapat muncul ketika ayah tetap berada dalam lingkungan keluarga tetapi keterlibatan emosional, komunikasi, respons terhadap kebutuhan psikologis, atau kesempatan untuk berbagi pengalaman dirasakan sangat terbatas. Dengan demikian, keberadaan ayah secara fisik tidak selalu identik dengan kehadiran emosional yang dibutuhkan dalam proses perkembangan anak.

Kondisi ketika ayah hadir secara fisik tetapi kurang terjangkau secara emosional juga dapat membentuk pengalaman kehilangan relasional yang berbeda pada setiap individu.

Penelitian mengenai kontribusi ayah terhadap attachment menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dapat berkaitan dengan perkembangan attachment hingga masa remaja dan dewasa, sementara kualitas komunikasi ayah-anak juga berkaitan dengan kesejahteraan psikologis perempuan dewasa awal (Jilani et al., 2022; Stern et al., 2024). Dalam kerangka attachment, keterbatasan keterlibatan ayah menjadi penting karena pengalaman tersebut dapat berkontribusi terhadap pembentukan *internal working model* yang kemudian dibawa individu ketika membangun hubungan interpersonal di tahap kehidupan berikutnya. Ketika kebutuhan akan dukungan, kedekatan, dan rasa aman tidak terpenuhi secara konsisten, individu dapat mengembangkan cara tertentu dalam merespons kedekatan, mengelola ketidakpastian, serta memaknai kehadiran atau kemungkinan kehilangan orang lain. Namun, pengalaman tersebut tidak serta-merta menghasilkan pola attachment yang sama pada setiap individu.

Sejumlah penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pengalaman fatherless dapat berkaitan dengan dinamika hubungan interpersonal dan romantis, termasuk kesulitan membangun kepercayaan, kecemasan terhadap hubungan, ketergantungan emosional, serta pertimbangan tertentu dalam memilih pasangan (Sasono et al., 2025; Sintamaharani et al., 2025; Timothy & Sanjaya, 2025). Kasdim dan Budiarto (2024), melalui penelitian mengenai *attachment style* dalam hubungan romantis pada perempuan *emerging adulthood* yang mengalami fatherlessness, menemukan kecenderungan berupa kecemasan yang lebih tinggi, rasa aman interpersonal yang rendah, serta kesulitan membangun kepercayaan dan kedekatan emosional dengan pasangan. Sejalan dengan temuan tersebut, Miranda dan Subroto (2026) menunjukkan adanya hubungan antara rendahnya keterlibatan ayah dengan meningkatnya *insecure attachment* pada perempuan dewasa awal yang menjalani hubungan romantis. Sementara itu, Timothy dan Sanjaya (2025) menemukan bahwa keterlibatan ayah dan pengalaman kesulitan masa kanak-kanak berkaitan dengan *attachment anxiety* dalam *close relationship* pada dewasa awal. Individu dengan kecenderungan tersebut dapat menunjukkan kebutuhan yang lebih tinggi terhadap penerimaan pasangan, kerentanan terhadap konflik emosional, dan ketergantungan dalam hubungan.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Sintamaharani et al. (2025) yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman ketergantungan emosional terhadap pasangan pada perempuan yang mengalami fatherless. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa respons individu tidak sepenuhnya seragam: sebagian partisipan menunjukkan keterikatan emosional yang kuat terhadap pasangan, sedangkan sebagian lainnya cenderung lebih independen. Variasi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman fatherless dapat mempengaruhi cara individu membangun *internal working model*, mengelola emosi, serta mengatur kedekatan dan keintiman, tetapi manifestasinya dapat berbeda antar individu. Dengan demikian, penting untuk tidak memandang pengalaman fatherless semata-mata sebagai kondisi yang secara otomatis menghasilkan attachment yang tidak aman.

Pandangan tersebut didukung oleh Jumiati (2025) yang menunjukkan bahwa tidak semua individu dengan pengalaman fatherless mengalami gangguan attachment. Sebagian individu justru mampu mengembangkan pola kelekatan yang secure atau adaptif melalui pengalaman interpersonal lain dan mekanisme koping internal. Dukungan dari ibu, keluarga, komunitas, maupun figur signifikan lainnya dapat menjadi faktor protektif yang membantu individu membangun rasa aman. Temuan Febriani dan Iswinarti (2025) serta Kucukkaragoz (2025) juga menunjukkan bahwa perkembangan attachment dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman keluarga, dukungan sosial, dan sumber daya psikologis individu. Artinya, pengalaman fatherless

dapat menjadi salah satu konteks penting dalam dinamika attachment, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan bagaimana seseorang menjalani hubungan romantis.

Temuan mengenai variasi tersebut memberikan jembatan penting untuk memahami pengalaman perempuan dewasa awal dengan *fatherlessness*. Di satu sisi, keterbatasan kehadiran ayah dapat berkaitan dengan munculnya kebutuhan akan kepastian, kesulitan mempercayai pasangan, kecemasan terhadap kehilangan, maupun ketergantungan emosional. Di sisi lain, pengalaman relasional yang positif bersama ibu, keluarga, sahabat, mentor, maupun pasangan dapat memberikan pengalaman baru mengenai konsistensi, komunikasi, dukungan, dan rasa aman. Oleh karena itu, dinamika attachment pada perempuan dewasa awal dengan pengalaman *fatherlessness* tidak cukup dipahami hanya melalui ada atau tidaknya pola insecure attachment, tetapi perlu dilihat sebagai proses bagaimana individu mengalami, merespons, menegosiasikan, dan memberi makna terhadap kedekatan dalam hubungan romantis.

Meskipun penelitian mengenai *fatherlessness* dan attachment telah berkembang, masih terdapat ruang yang belum sepenuhnya terjelaskan. Penelitian terdahulu cenderung menekankan hubungan antara keterlibatan ayah, *fatherlessness*, dan munculnya insecure attachment atau ketergantungan emosional. Penelitian lain telah menunjukkan adanya faktor protektif dan kemungkinan berkembangnya secure attachment, tetapi proses bagaimana pengalaman tersebut dimaknai dan dinegosiasikan oleh perempuan dewasa awal dalam hubungan romantis masih belum banyak dijelaskan secara mendalam. Dengan kata lain, penelitian sebelumnya lebih banyak menjawab apakah pengalaman *fatherlessness* berkaitan dengan kondisi atau pola attachment tertentu, sedangkan belum banyak mengungkap bagaimana perempuan yang mengalaminya menjalani proses membangun rasa aman, menghadapi ketidakpastian, mengelola kedekatan dan kemandirian, serta memaknai kembali pengalaman bersama ayah dalam hubungan romantis yang sedang atau pernah mereka jalani.

Kesenjangan tersebut menjadi semakin penting karena pola attachment tidak bersifat kaku dan permanen, melainkan dapat berkembang melalui pengalaman interpersonal sepanjang kehidupan. Oleh sebab itu, apabila penelitian hanya melihat *fatherlessness* sebagai faktor risiko terhadap insecure attachment, maka kompleksitas pengalaman individu berpotensi tidak sepenuhnya tergambarkan. Pendekatan kualitatif fenomenologis, khususnya Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), memungkinkan pengalaman tersebut dipahami dari perspektif individu, termasuk bagaimana mereka memberikan makna terhadap kehilangan kehadiran emosional ayah, mencari dan menegosiasikan rasa aman bersama pasangan, serta menggunakan pengalaman masa lalu sebagai pembelajaran untuk relasi berikutnya.

Atas dasar tersebut, penelitian ini berfokus pada bagaimana perempuan dewasa awal dengan pengalaman *fatherlessness* memaknai dinamika *attachment* dalam hubungan romantis. Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai pengalaman kehilangan kehadiran emosional ayah, cara individu mencari dan menegosiasikan rasa aman dalam hubungan romantis, serta bagaimana pengalaman masa lalu direkonstruksi menjadi pembelajaran bagi relasi pada masa depan.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan tersebut dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif dan pemaknaan partisipan terhadap dinamika attachment dalam hubungan romantis.

Partisipan

Partisipan dipilih menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kesesuaian karakteristik dengan fokus penelitian. Partisipan terdiri atas enam perempuan dewasa awal berusia 23-27 tahun. Kriteria yang digunakan penelitian adalah perempuan berusia 18-29 tahun, belum

menikah, pernah atau sedang menjalani hubungan romantis, serta mengalami ketidakhadiran ayah dalam bentuk fisik maupun emosional. Kriteria tidak mensyaratkan label “hubungan serius” karena tingkat keseriusan hubungan dapat dimaknai berbeda oleh setiap individu.

No.	Inisial	Usia	Status hubungan	Konteks pengalaman ayah
1	N	23	Sedang berpacaran	Kehadiran ayah berkurang secara fisik dan emosional secara bertahap.
2	Y	27	Single	Kehilangan bimbingan, perlindungan, dan keyakinan dari ayah saat membutuhkan arahan.
3	V	23	Sedang berpacaran	Jarak dengan ayah terbentuk sejak kecil; interaksi terbatas karena kesibukan ayah.
4	H	23	Sedang berpacaran	Ayah secara fisik masih ada, tetapi keterlibatan emosional dirasakan sangat terbatas.
5	W	25	Sedang berpacaran	Pernah dekat dengan ayah

				ketika kecil, tetapi hubungan berubah seiring waktu.
6	A	24	Single	Pernah memiliki hubungan hangat dengan ayah, kemudian merasakan jarak ketika kesibukan ayah meningkat.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan secara bertahap. Rekrutmen diawali dengan penyebaran pamflet penelitian melalui *WhatsApp* yang memuat informasi penelitian dan tautan *Google Form*. Formulir digunakan untuk memperoleh informasi awal dan melakukan screening kesesuaian calon partisipan dengan kriteria penelitian. Jawaban calon partisipan kemudian ditelaah dan dikonfirmasi kembali secara personal sebelum penetapan partisipan. Pelaksanaan wawancara semi-terstruktur dilakukan pada bulan April hingga Mei 2026 di Jawa Timur. Wawancara dilakukan secara individual dengan masing-masing partisipan sesuai dengan jadwal yang telah disepakati antara peneliti dan partisipan.

Calon partisipan yang memenuhi kriteria memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, bentuk keterlibatan, kerahasiaan informasi, penggunaan alat perekam, serta hak untuk menghentikan keterlibatan apabila merasa tidak nyaman. Setelah memahami informasi tersebut, partisipan memberikan *informed consent*. Wawancara dilakukan secara mendalam menggunakan format semi-terstruktur. Wawancara dilaksanakan secara individual, baik secara daring maupun luring, karena terdapat kendala dalam mencocokkan jadwal wawancara. Penyesuaian bentuk wawancara dilakukan dengan tetap memperhatikan kenyamanan dan kesediaan partisipan. Durasi wawancara disesuaikan dengan kebutuhan penggalan informasi dan perkembangan cerita dari masing-masing partisipan, sehingga lama wawancara dapat berbeda pada setiap partisipan. Rata-rata durasi wawancara adalah 60 menit.

Atas persetujuan partisipan, wawancara direkam dan peneliti juga mencatat hal-hal penting selama proses wawancara. Rekaman kemudian ditranskripsikan secara verbatim dan diperiksa kembali dengan rekaman untuk meminimalkan kesalahan. Identitas partisipan disamarkan menggunakan inisial N, Y, V, H, W, dan A. Member checking dilakukan dengan memberikan ringkasan hasil wawancara dan interpretasi awal kepada partisipan untuk memperoleh koreksi, klarifikasi, atau tambahan informasi.

Analisis Data

Analisis data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*, yang menempatkan pengalaman personal sebagai pusat analisis dan dilakukan secara idiografis sebelum mencari pola lintas kasus (Smith et al., 2022). Setiap transkrip dibaca berulang kali, kemudian diberi initial noting yang mencakup aspek deskriptif, linguistik, dan konseptual. Tema awal disusun dari catatan tersebut, kemudian proses yang sama diterapkan secara terpisah pada setiap partisipan. Setelah seluruh kasus dianalisis secara individual, peneliti mencari pola lintas kasus dengan membandingkan persamaan, perbedaan, dan ketegangan pengalaman. Tema yang memiliki kedekatan makna dikelompokkan menjadi tema subordinat, kemudian beberapa tema subordinat yang menggambarkan lingkup pengalaman lebih luas disusun menjadi tema superordinat. Tahap akhir dilakukan dengan memeriksa kembali keterkaitan antara kutipan, initial noting, tema subordinat, dan tema superordinat agar interpretasi tetap berakar pada data.

Hasil

Analisis lintas kasus menghasilkan satu pola kesamaan dan keterkaitan makna, yaitu merangkai ulang rasa aman setelah kehilangan kehadiran emosional ayah. Pola tersebut menggambarkan perjalanan pengalaman partisipan mulai dari menyadari berkurangnya akses emosional kepada ayah, mencari dan menegosiasikan rasa aman dalam hubungan romantis, hingga menafsirkan kembali pengalaman terdahulu sebagai pedoman bagi relasi masa depan. Hasil analisis menghasilkan tiga tema superordinat dan sepuluh tema subordinat.

Tema superordinat	Tema subordinat	Inti temuan lintas kasus
Kehilangan kehadiran emosional ayah	Ayah hadir tetapi tidak selalu terjangkau secara emosional	Keberadaan fisik ayah belum tentu dirasakan sebagai keterlibatan; komunikasi dan respons emosional yang terbatas membuat relasi terasa berjarak.
	Perubahan kedekatan dimaknai sebagai kehilangan relasional	Kesibukan, perubahan keluarga, perceraian, atau berhentinya komunikasi dapat mengubah sosok ayah yang pernah dekat menjadi figur yang dirindukan, mengecewakan, atau sulit diakses.
	Pencarian rasa aman dialihkan kepada ibu dan figur lain	Kebutuhan bercerita, dukungan, dan ditemani dipenuhi melalui ibu, keluarga, sahabat, atau pasangan dengan bentuk yang berbeda pada tiap partisipan.

Pencarian dan negosiasi rasa aman dalam hubungan romantis	Komunikasi dan pengalaman mendengarkan menjadi jalan menuju kedekatan	Hubungan aman dipahami sebagai ruang untuk berbicara terbuka, mendengarkan, dan memperoleh kejelasan ketika menghadapi persoalan.
	Konsistensi, kejujuran, dan kepercayaan menjadi penanda keamanan	Perilaku pasangan yang konsisten dan jujur membantu membangun kepercayaan dan membuat hubungan terasa dapat diprediksi.
	Kehadiran serta dukungan emosional pasangan berfungsi sebagai secure base	Pasangan dipahami sebagai sumber dukungan dan rasa aman, tetapi tidak selalu diposisikan sebagai pengganti ayah.
	Kedekatan dinegosiasikan antara kecemasan kehilangan dan kemandirian	Sebagian partisipan membutuhkan kepastian dan peka terhadap kemungkinan ditinggalkan, sementara yang lain menekankan otonomi dan hubungan timbal balik.
Rekonstruksi makna pengalaman menjadi pedoman relasi masa depan	Masa lalu direfleksikan tanpa dijadikan takdir	Partisipan mulai membedakan pengalaman dengan ayah dari perilaku pasangan dan menggunakan pengalaman masa lalu sebagai bahan refleksi.
	Pengalaman dengan ayah menjadi acuan memilih pasangan dan mengelola hubungan	Pengalaman terdahulu menjadi pertimbangan dalam memilih karakter pasangan, membangun komunikasi, dan menetapkan batas.
	Membangun pola relasi yang lebih hangat dan memutus pengulangan	Pengalaman negatif diolah menjadi dorongan untuk membangun hubungan dan keluarga yang lebih tersedia secara emosional.

Kehilangan Kehadiran Emosional Ayah

Tema pertama menunjukkan bahwa pengalaman partisipan dalam merasakan berkurangnya kehadiran ayah, terutama dalam bentuk kedekatan dan keterjangkauan emosional. Pengalaman tersebut tidak selalu ditandai dengan ketiadaan ayah secara fisik. Pada beberapa partisipan, ayah masih hadir atau pernah menjadi sosok yang dekat, tetapi komunikasi, kebersamaan, dan

kesempatan untuk memperoleh dukungan secara emosional semakin berkurang. Sementara itu, pada partisipan lain, jarak tersebut muncul setelah perceraian atau kepergian ayah dari keluarga. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman kehilangan ayah memiliki bentuk dan waktu kemunculan yang berbeda pada setiap partisipan.

a. Ayah hadir tetapi tidak selalu terjangkau secara emosional

Keberadaan ayah secara fisik tidak selalu dipersepsikan sebagai bentuk keterlibatan yang utuh. W masih mengingat pengalaman bersama ayah ketika kecil, termasuk ketika ayah membantunya belajar menulis dan berhitung. Namun, perubahan dalam hubungan keluarga kemudian membuat komunikasi di antara keduanya menjadi lebih terbatas. W menggambarkan kondisi ketika dirinya dan ayah dapat berada dalam satu tempat tetapi tidak saling menyapa setelah mengalami konflik.

Pengalaman serupa mengenai keterbatasan kedekatan juga muncul pada H. Meskipun ayah masih pernah berada dalam lingkungan keluarga, H lebih banyak merasakan ibu sebagai pihak yang memberikan perhatian dan menangani berbagai kebutuhan sehari-hari. Kondisi tersebut membuat keberadaan ayah tidak selalu diikuti dengan pengalaman merasa didampingi secara emosional. Pada A, keterbatasan keterlibatan ayah juga membuat dirinya lebih terbiasa menghadapi persoalan tanpa menjadikan ayah sebagai tempat utama untuk bercerita atau meminta bantuan.

Berbeda dengan pengalaman tersebut, V merasakan jarak dengan ayah sejak masa kanak-kanak sehingga keterbatasan kedekatan bukan muncul karena satu peristiwa tertentu. N mengalami perubahan yang lebih jelas setelah ayah pergi dan komunikasi terputus. Sementara itu, Y lebih banyak merasakan berkurangnya fungsi ayah dalam memberikan arahan dan pendampingan. Dengan demikian, pengalaman “memiliki ayah” tidak selalu berarti partisipan merasakan ayah sebagai sosok yang mudah dijangkau ketika membutuhkan dukungan.

b. Perubahan kedekatan dimaknai sebagai kehilangan relasional

Perubahan hubungan dengan ayah kemudian dimaknai sebagai suatu bentuk kehilangan relasional. Kehilangan tersebut tidak hanya berkaitan dengan tidak adanya sosok ayah, tetapi juga dengan hilangnya bentuk-bentuk interaksi yang sebelumnya pernah dirasakan. N menggambarkan perasaannya secara kuat melalui ungkapan “yatim piatu” meskipun ayahnya masih hidup. Ungkapan tersebut menunjukkan bahwa kehilangan yang dirasakan berkaitan dengan terputusnya hubungan dan akses terhadap ayah, bukan semata-mata status keberadaan ayah.

Pada H, rasa kehilangan semakin terasa setelah perceraian orang tua yang mengubah pola interaksi dalam keluarga. W dan A juga menggambarkan adanya kesedihan ketika kedekatan dengan ayah mengalami perubahan. Perasaan yang muncul tidak hanya berupa kesedihan, tetapi juga kerinduan, kekecewaan, kemarahan, dan dalam beberapa pengalaman terdapat rasa iri ketika melihat hubungan orang lain dengan ayahnya.

Meskipun demikian, pengalaman tersebut tidak sepenuhnya dipenuhi emosi negatif. Beberapa partisipan masih menyimpan ingatan positif mengenai ayah dan masa ketika hubungan terasa lebih dekat. Hal tersebut terlihat dari munculnya kenangan mengenai kebersamaan, perhatian, atau aktivitas sederhana yang pernah dilakukan bersama ayah. Oleh karena itu, pengalaman kehilangan pada partisipan memiliki sifat yang beragam karena di dalamnya dapat terdapat kerinduan terhadap hubungan yang pernah ada sekaligus kekecewaan terhadap perubahan yang terjadi.

c. Pencarian rasa aman dialihkan kepada ibu dan figur lain

Ketika ayah tidak lagi menjadi figur yang mudah dijangkau, kebutuhan untuk memperoleh dukungan dan tempat bercerita kemudian lebih banyak diarahkan kepada figur lain. V, H, W, dan A menjadikan ibu sebagai salah satu sumber dukungan utama ketika menghadapi persoalan. Ibu dipersepsikan sebagai sosok yang lebih mudah ditemui, diajak berbicara, dan memberikan dukungan dalam kehidupan sehari-hari.

Pada Y, ibu juga menjalankan berbagai fungsi dukungan yang sebelumnya diharapkan dari kehadiran ayah. Dukungan tidak hanya diperoleh dari keluarga, tetapi juga dapat berasal dari sahabat dan orang-orang terdekat lainnya. Hal ini membuat sumber rasa aman partisipan tidak hanya berpusat pada satu figur.

N menunjukkan kecenderungan yang berbeda karena kebutuhan akan kedekatan dan dukungan lebih kuat diarahkan kepada pasangan romantis. Dengan demikian, meskipun keenam partisipan sama-sama mengalami keterbatasan kehadiran emosional ayah, cara mereka memenuhi kebutuhan akan kedekatan tidak sama. Ada partisipan yang lebih banyak mengandalkan ibu dan keluarga, sementara partisipan lain lebih mudah mencari dukungan melalui hubungan romantis.

Pencarian dan Negosiasi Rasa Aman dalam Hubungan Romantis

Tema kedua menggambarkan bagaimana hubungan romantis menjadi ruang bagi partisipan untuk memperoleh, membangun, sekaligus mempertahankan rasa aman. Rasa aman tidak hanya dipahami sebagai keberadaan pasangan, tetapi berkaitan dengan bagaimana pasangan berkomunikasi, merespons kebutuhan emosional, menunjukkan konsistensi, serta menghadapi persoalan bersama. Meskipun kebutuhan tersebut muncul pada seluruh partisipan, tingkat kebutuhan terhadap kepastian dan cara mempertahankan kedekatan menunjukkan perbedaan.

Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan romantis menjadi ruang tempat kebutuhan akan kedekatan dan keamanan kembali dinegosiasikan. Partisipan tidak hanya mencari seseorang untuk menjalin hubungan, tetapi juga memperhatikan bagaimana pasangan merespons ketika mereka membutuhkan dukungan, bagaimana konflik diselesaikan, dan sejauh mana pasangan dapat memberikan kepastian. Pada saat yang sama, tingkat kebutuhan tersebut berbeda antara partisipan. Ada partisipan yang lebih sensitif terhadap perubahan kedekatan, sedangkan partisipan lainnya dapat mempertahankan hubungan dengan tetap memberikan ruang bagi kemandirian.

a. Komunikasi dan pengalaman didengarkan menjadi jalan menuju kedekatan

Komunikasi menjadi salah satu pengalaman yang paling banyak dikaitkan partisipan dengan hubungan yang aman. N merasa lebih nyaman ketika pasangan bersedia mendengarkan dirinya, terutama ketika sedang membutuhkan tempat untuk menyampaikan perasaan atau persoalan. Y dan A juga menempatkan komunikasi sebagai dasar hubungan karena persoalan dapat dibicarakan secara terbuka tanpa harus disimpan sendiri.

Bagi W, persoalan dalam hubungan sebaiknya dibicarakan bersama daripada dipendam. Komunikasi dua arah dipandang membantu kedua pihak memahami apa yang sedang terjadi sehingga mengurangi kemungkinan munculnya salah paham. Kejelasan juga menjadi hal yang penting karena situasi yang membuat partisipan harus menebak-nebak kondisi hubungan dapat menimbulkan ketidaknyamanan.

Pada saat terjadi persoalan, partisipan tidak selalu mengharapkan komunikasi dilakukan terus-menerus. Memberikan ruang kepada pasangan tetap dapat diterima apabila disertai penjelasan yang jelas. Sebaliknya, menghilang tanpa penjelasan atau memutus komunikasi secara tiba-tiba lebih sulit diterima oleh V dan H. Dengan demikian, komunikasi yang dianggap

aman bukan hanya banyaknya komunikasi, tetapi adanya keterbukaan dan kejelasan mengenai keadaan hubungan.

b. Konsistensi, kejujuran, dan kepercayaan menjadi penanda keamanan

Selain komunikasi, rasa aman dibangun melalui konsistensi perilaku pasangan. V dan H membutuhkan waktu untuk mempercayai pasangan dan cenderung mengamati perilaku pasangan terlebih dahulu sebelum memberikan kepercayaan secara penuh. Kepercayaan tidak cukup dibangun melalui perkataan, tetapi perlu terlihat melalui tindakan yang stabil dan dapat dipertanggungjawabkan.

W menempatkan kejujuran sebagai salah satu dasar kepercayaan. Selama pasangan tidak berbohong dan menunjukkan perilaku yang dapat dipercaya, hubungan dapat dijalani dengan lebih tenang. Y juga menekankan tanggung jawab dan hubungan timbal balik sebagai bagian dari kepercayaan. Sementara itu, A menginginkan pasangan yang terbuka sehingga dirinya tidak perlu menghadapi ketidakpastian mengenai keadaan hubungan.

Perbedaan pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan berkembang melalui proses. Partisipan tidak hanya menilai apa yang dikatakan pasangan, tetapi juga membandingkannya dengan perilaku yang ditunjukkan dalam hubungan sehari-hari. Ketidakkonsistenan, kebohongan, atau hilangnya komunikasi dapat membuat hubungan kembali dirasakan tidak pasti.

c. Kehadiran serta dukungan emosional pasangan berfungsi sebagai *secure base*

Kehadiran pasangan juga menjadi bagian penting dari pengalaman rasa aman. Bagi N, perhatian pasangan dan kesediaan untuk hadir ketika dibutuhkan memberikan perasaan bahwa dirinya tidak sendirian. W menggambarkan pentingnya pasangan yang “hadir, bukan cuma ada”, yang menunjukkan bahwa keberadaan secara fisik perlu disertai keterlibatan dalam hubungan.

H juga merasakan bahwa kebutuhan terhadap dukungan emosional menjadi lebih besar ketika mengingat keterlibatan ayah yang terbatas. Dukungan pasangan kemudian menjadi pengalaman yang berarti ketika dirinya membutuhkan seseorang untuk berbagi atau menghadapi persoalan. Namun, kebutuhan terhadap pasangan tidak selalu berarti pasangan harus menggantikan posisi ayah.

Y secara jelas membedakan peran pasangan dengan peran ayah. Pasangan dipandang sebagai orang yang menemani proses perkembangan dan kehidupan bersama, bukan sebagai pengganti figur ayah. W juga tidak menyamakan semua laki-laki dengan pengalaman yang dimilikinya bersama ayah. Hal tersebut memperlihatkan bahwa bagi sebagian partisipan, dukungan pasangan dapat memberikan rasa aman tanpa harus ditempatkan sebagai pengganti hubungan dengan ayah.

d. Kedekatan dinegosiasikan antara kecemasan kehilangan dan kemandirian

Perbedaan paling terlihat dalam hubungan romantis muncul pada cara partisipan mempertahankan kedekatan. N menunjukkan kebutuhan yang kuat terhadap kepastian dan memiliki ketakutan ditinggalkan. Ketakutan tersebut dapat membuat N berusaha mempertahankan hubungan meskipun usaha yang diberikan tidak selalu seimbang dan dirinya cenderung lebih cepat menjalin hubungan baru karena tidak ingin merasa sendiri.

V dan H menunjukkan pola yang lebih berhati-hati. Keduanya membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan dan tidak langsung menerima kedekatan sebelum melihat konsistensi

pasangan. A juga dapat merasa gelisah ketika pasangan kurang responsif, tetapi berusaha mengatasi ketidaknyamanan tersebut dengan membicarakannya secara langsung.

Sementara itu, Y dan W lebih menekankan pentingnya kemandirian, hubungan timbal balik, dan batas pribadi. Y tidak menginginkan hubungan yang membuat dirinya terlalu bergantung secara emosional, sedangkan W mampu membedakan pengalaman bersama ayah dengan perilaku pasangan. Dengan demikian, kedekatan bagi partisipan tidak selalu berarti semakin bergantung kepada pasangan. Kedekatan juga dinegosiasikan bersama kebutuhan untuk tetap memiliki ruang pribadi dan mempertahankan kemandirian.

Rekonstruksi Makna Pengalaman Menjadi Pedoman Relasi Masa Depan

Tema superordinat ketiga menunjukkan perubahan cara partisipan melihat pengalaman yang sebelumnya lebih banyak dirasakan sebagai luka atau kehilangan. Keenam partisipan melakukan refleksi, walaupun tingkat penerimaan dan bentuk prosesnya tidak sama. Menafsirkan ulang pengalaman bukan berarti rasa sakit telah hilang sepenuhnya. Proses tersebut lebih terlihat ketika partisipan mulai mampu mengambil jarak, memahami apa yang telah terjadi, menentukan nilai hubungan yang ingin dipertahankan, dan membayangkan masa depan yang tidak harus sama dengan kondisi keluarga asal.

Tema ini menunjukkan bahwa pengalaman masa lalu tidak berhenti sebagai pengalaman yang dikenang, tetapi mengalami proses pemberian makna kembali. Partisipan mulai menggunakan pengalaman tersebut untuk memahami dirinya, menentukan hubungan yang diinginkan, serta membayangkan bentuk keluarga yang ingin dibangun. Namun, proses tersebut berlangsung dengan tingkat yang berbeda. Sebagian partisipan telah mampu mengambil jarak dari pengalaman masa lalu, sedangkan sebagian lainnya masih merasakan luka tetapi mulai melihat kemungkinan bahwa pengalaman tersebut dapat menjadi pembelajaran.

a. Masa lalu direfleksikan tanpa dijadikan takdir hubungan

Partisipan mulai membedakan pengalaman dengan ayah dari kemungkinan pengalaman yang dapat mereka miliki bersama orang lain. Y berusaha memisahkan konflik yang terjadi dalam keluarganya dengan kehidupan pribadinya dengan menyebutnya sebagai “kisah orang tuaku”. Pemisahan tersebut membuat pengalaman orang tua tidak secara langsung dijadikan gambaran mengenai kehidupan dirinya di masa depan.

V dan H juga mulai memberikan kesempatan kepada laki-laki lain untuk menunjukkan karakter dan perilakunya terlebih dahulu sebelum memberikan penilaian. W tidak menggeneralisasikan pengalaman bersama ayah kepada semua laki-laki. Sementara itu, N masih mengakui bahwa pengalaman bersama ayah memberikan luka dan masih memiliki pengaruh terhadap dirinya, tetapi mulai berusaha menjadikannya sebagai pelajaran.

Proses refleksi tersebut tidak berarti seluruh emosi negatif terhadap pengalaman masa lalu telah hilang. Pada beberapa partisipan, kesedihan atau rasa kecewa masih dapat muncul ketika mengingat pengalaman bersama ayah. Namun, pengalaman tersebut mulai ditempatkan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang dapat dipahami dan dipelajari, bukan sebagai satu-satunya dasar untuk menentukan hubungan pada masa sekarang dan masa depan.

b. Pengalaman dengan ayah menjadi acuan memilih pasangan dan mengelola hubungan

Pengalaman bersama ayah juga menjadi salah satu rujukan partisipan dalam menentukan karakter pasangan yang diharapkan. Y menekankan komitmen, tanggung jawab, dan hubungan yang saling terbuka. V dan H lebih memperhatikan konsistensi serta keterbukaan pasangan sebelum memberikan kepercayaan. W menempatkan komunikasi, kejujuran, dan tanggung jawab sebagai karakter yang penting dalam hubungan.

Pada A, pengalaman keluarga mendorong pentingnya penyelesaian masalah secara terbuka dan tidak membiarkan persoalan tersimpan tanpa komunikasi. Sementara itu, N menginginkan

pasangan yang memberikan perhatian dan kehadiran, tetapi mulai menyadari bahwa kebutuhan untuk tidak merasa sendiri tidak seharusnya menjadi satu-satunya alasan untuk mempertahankan hubungan.

Dengan demikian, pengalaman bersama ayah tidak hanya digunakan partisipan untuk menentukan sosok pasangan yang diinginkan, tetapi juga untuk menentukan bagaimana hubungan tersebut seharusnya dijalani. Cara berkomunikasi, membangun kepercayaan, menghadapi konflik, memberikan ruang, dan mempertahankan batas pribadi menjadi bagian dari pembelajaran yang dibawa ke dalam hubungan romantis.

c. Membangun pola relasi yang lebih hangat dan memutus pengulangan

Refleksi terhadap pengalaman fatherless juga terlihat dalam harapan partisipan terhadap keluarga yang ingin dibangun pada masa depan. Beberapa partisipan menyampaikan keinginan agar anak mereka kelak memperoleh pengalaman yang berbeda dari pengalaman mereka sendiri. Keinginan tersebut terutama berkaitan dengan kehadiran ayah yang tidak hanya terlihat secara fisik, tetapi juga terlibat dalam kehidupan anak secara emosional.

N tidak ingin anaknya mengalami kehilangan yang sama dan ingin membangun keluarga dengan pola hubungan yang lebih hangat. Partisipan lain menginginkan keluarga yang terbuka, saling bercerita, serta mampu menyelesaikan masalah bersama. Harapan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman yang sebelumnya dirasakan sebagai kekurangan kemudian digunakan untuk menentukan bentuk hubungan keluarga yang ingin mereka bangun.

Bagi partisipan, keluarga yang ideal tidak hanya ditentukan oleh keberadaan kedua orang tua dalam satu rumah. Kehadiran emosional, komunikasi terbuka, tanggung jawab, perhatian, dan kesediaan menyelesaikan persoalan bersama menjadi bagian penting dari gambaran keluarga yang ingin diwujudkan. Dengan demikian, pengalaman masa lalu digunakan sebagai pembandingan untuk menentukan pola hubungan yang ingin dipertahankan maupun pola yang tidak ingin diulang.

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa dinamika attachment pada perempuan dewasa awal dengan pengalaman fatherless berpusat pada proses merangkai kembali rasa aman setelah berkurangnya kehadiran emosional ayah. Hasil tersebut dirangkum ke dalam tiga tema superordinat, yaitu kehilangan kehadiran emosional ayah, pencarian dan negosiasi rasa aman dalam hubungan romantis, serta rekonstruksi pengalaman sebagai pedoman bagi hubungan di masa depan. Ketiga tema saling terhubung dan tidak selalu berlangsung dalam urutan yang lurus. Pada keadaan tertentu, partisipan masih dapat mengalami luka atau kecemasan, tetapi bersamaan dengan itu mereka juga menunjukkan kemampuan refleksi, kemandirian, dan usaha membentuk relasi yang lebih adaptif.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa attachment pada partisipan tidak dapat dipahami sebagai pola yang sepenuhnya menetap. Pengalaman kehilangan kehadiran emosional ayah menjadi konteks awal, tetapi pemaknaannya terus berkembang melalui hubungan dengan ibu, figur lain, dan pasangan romantis. Hal ini sejalan dengan pandangan Bowlby (1982) bahwa internal working model dapat menjadi dasar individu dalam memahami diri dan ketersediaan orang lain, tetapi pengalaman relasional berikutnya dapat memberikan informasi baru mengenai hubungan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa fatherless tidak selalu berawal dari ketidakhadiran ayah secara fisik. Beberapa partisipan pernah tinggal bersama ayah atau memiliki ingatan tentang kedekatan ketika masih kecil, tetapi kemudian kehilangan komunikasi, respons

emosional, dan kesempatan untuk berbagi. Pada partisipan lainnya, jarak emosional muncul bersamaan dengan perceraian atau kepergian ayah dari keluarga. Dengan demikian, emotional fatherlessness lebih tepat digunakan untuk merangkum pengalaman lintas partisipan, walaupun beberapa kasus juga disertai absennya ayah secara fisik dan ekonomi.

Hasil tersebut sejalan dengan Bowlby (1973), yang menyatakan bahwa keterlibatan ayah tidak cukup dinilai dari keberadaan fisik atau pemenuhan kebutuhan ekonomi. Keterlibatan ayah juga mencakup interaksi langsung, ketersediaan, dan tanggung jawab terhadap perkembangan anak. Dalam penelitian ini, ayah dapat tetap berada di rumah, tetapi dirasakan jauh saat komunikasi sangat terbatas, kebutuhan afeksi tidak ditanggapi, dan anak tidak merasa nyaman untuk terbuka. Sebaliknya, kegiatan sederhana seperti bercerita, bercanda, atau belajar bersama dikenang sebagai bentuk kedekatan karena berlangsung melalui interaksi yang konsisten.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa makna kehilangan bagi partisipan terutama terletak pada perubahan kualitas hubungan, bukan semata-mata hilangnya keberadaan fisik ayah. H, V, A, dan W masih memiliki pengalaman keberadaan ayah, tetapi merasakan keterlibatan yang semakin terbatas, sedangkan N mengalami kehilangan yang lebih kuat setelah ayah pergi dan komunikasi terputus. Pola ini menunjukkan bahwa fatherlessness dalam pengalaman partisipan berkaitan dengan berkurangnya akses terhadap figur yang sebelumnya diharapkan dapat memberikan perhatian, arahan, dan dukungan emosional. Temuan penelitian ini mendukung Jilani et al. (2022), yang menjelaskan bahwa kualitas attachment antara ayah dan anak serta komunikasi interpersonal berkaitan dengan kesejahteraan perempuan dewasa awal. Bagi partisipan, fatherless bukan hanya berarti tidak adanya sosok ayah, tetapi juga hilangnya kesempatan untuk bercerita, meminta arahan, dan merasakan keberadaan seseorang yang dapat diandalkan.

Beralihnya sumber rasa aman kepada ibu maupun figur lain menunjukkan bahwa sistem attachment tetap berjalan ketika ayah tidak tersedia. Ibu menjadi sumber dukungan utama bagi V, H, W, A, dan Y. Selain ibu, sahabat, anggota keluarga, dan pasangan juga memberikan dukungan dengan bentuk yang berbeda. Dukungan tersebut menjadi penting karena memberikan pengalaman relasional alternatif setelah berkurangnya akses emosional kepada ayah. Jumiati (2025) menunjukkan bahwa dukungan dari ibu, keluarga, komunitas, dan strategi penyesuaian diri dapat menjadi faktor yang membantu individu menghadapi pengalaman fatherless. Dengan demikian, pengalaman kehilangan tidak berdiri sendiri, tetapi berinteraksi dengan kualitas hubungan lain yang tersedia bagi individu.

Hubungan romantis selanjutnya menjadi salah satu ruang tempat pengalaman tersebut kembali muncul sekaligus memperoleh pengalaman baru. Partisipan memaknai rasa aman melalui komunikasi terbuka, kesediaan mendengarkan, kejelasan, konsistensi, kejujuran, dan dukungan pasangan. Hal ini sejalan dengan Bassi et al. (2022) yang menunjukkan bahwa pengalaman attachment berkaitan dengan kemampuan membangun kepercayaan dan kedekatan dalam hubungan pada masa dewasa awal.

Pengalaman partisipan menunjukkan bahwa rasa aman dalam hubungan romantis dibangun melalui komunikasi, konsistensi, kepercayaan, dan dukungan pasangan. N lebih membutuhkan kepastian, V dan H membangun kepercayaan secara bertahap, sedangkan A, Y, dan W menunjukkan cara yang lebih aktif dalam mengkomunikasikan kebutuhan dan mempertahankan batas diri. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan akan rasa aman tidak diwujudkan melalui satu pola yang sama. Pada N, ketidakpastian lebih mudah berkaitan dengan kebutuhan terhadap kepastian dan kekhawatiran ditinggalkan. Sementara itu, V dan H cenderung membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan, sedangkan A berusaha mengelola kegelisahan melalui komunikasi. Y dan W lebih mampu mempertahankan batas serta menilai pasangan berdasarkan perilaku aktual. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman fatherless dapat berkaitan dengan sensitivitas terhadap kedekatan dan kehilangan, tetapi tidak secara otomatis menghasilkan anxious attachment pada seluruh partisipan.

Pola tersebut sejalan dengan Timothy dan Sanjaya (2025), yang menemukan hubungan antara keterlibatan ayah, childhood adversity, dan attachment anxiety dalam close relationship pada dewasa awal. Namun, temuan penelitian ini menunjukkan adanya variasi dalam cara partisipan merespons kedekatan. Keragaman tersebut sesuai dengan temuan Sintamaharani et al. (2025) bahwa respons perempuan dengan pengalaman fatherless dapat berada pada rentang ketergantungan emosional yang tinggi sampai kemandirian yang lebih kuat. Keragaman tersebut juga tampak dalam proses negosiasi antara kedekatan dan kemandirian. Partisipan dapat membutuhkan dukungan tetapi tetap menginginkan ruang pribadi, atau membutuhkan kepastian tanpa ingin bergantung sepenuhnya pada pasangan. Karena itu, dinamika attachment dalam penelitian ini lebih terlihat sebagai proses menyesuaikan kebutuhan akan kedekatan dengan kemampuan mempertahankan batas diri. Konteks tersebut menunjukkan bahwa partisipan tidak hanya menilai keberadaan pasangan, tetapi juga memperhatikan konsistensi perilaku, keterbukaan komunikasi, dan kesesuaian antara ucapan dengan tindakan. Pengalaman relasional yang konsisten dapat memperkuat keyakinan bahwa figur lain dapat dipercaya, sedangkan pengalaman yang tidak konsisten dapat meningkatkan kewaspadaan terhadap kemungkinan kehilangan atau penolakan (Eller et al., 2022).

Komunikasi menjadi bagian utama karena digunakan partisipan untuk mengubah situasi yang tidak pasti menjadi lebih jelas. Diam atau menghilang tidak hanya dianggap sebagai cara berkomunikasi yang kurang disukai, tetapi dapat dimaknai sebagai bentuk penarikan diri dari kedekatan. Sebaliknya, kemauan membahas konflik memberi tanda bahwa hubungan tetap dapat dipertahankan meskipun sedang mengalami masalah. Dengan demikian, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai cara menyampaikan informasi, tetapi juga sebagai sarana membangun rasa aman. Ketika partisipan dapat meminta penjelasan, menyampaikan kebutuhan, dan membicarakan konflik, ketidakpastian dalam hubungan menjadi lebih dapat dikelola. Temuan ini sejalan dengan Poernomo et al. (2024) yang menunjukkan bahwa pengalaman fatherlessness berkaitan dengan dinamika kepercayaan dan komunikasi dalam hubungan interpersonal.

Konsistensi dan kejujuran menjadi petunjuk bahwa tindakan pasangan dapat diperkirakan. V dan H menumbuhkan kepercayaan secara perlahan melalui perilaku nyata, sedangkan W tetap percaya selama pasangan tidak melakukan kebohongan. Y juga menekankan resiprositas, yaitu hubungan yang tidak hanya meminta salah satu pihak terus memberi kabar, mendengarkan, atau berusaha. Hal tersebut memperlihatkan bahwa rasa aman yang dicari partisipan bukan berupa kedekatan tanpa batas, melainkan hubungan yang dapat diprediksi sekaligus memberikan ruang bagi kemandirian. Pasangan juga tidak selalu diposisikan sebagai pengganti ayah. Y membedakan fungsi pasangan dari peran ayah, sedangkan W menilai pasangan berdasarkan perilakunya sendiri. Dengan demikian, pasangan lebih tepat dipahami sebagai figur attachment pada masa dewasa yang dapat memberikan dukungan dan rasa aman dalam konteks hubungan romantis.

Pengalaman dalam hubungan romantis tersebut selanjutnya tidak berhenti pada bagaimana partisipan memperoleh rasa aman, tetapi juga menjadi bahan untuk memahami kembali pengalaman masa lalu. Proses tersebut menunjukkan adanya rekonstruksi makna. Pengalaman bersama ayah mulai digunakan sebagai bahan refleksi untuk menentukan hubungan yang diinginkan, bukan sebagai ketentuan yang harus menentukan seluruh hubungan pada masa depan. Y mampu memisahkan konflik orang tua dari kehidupannya sendiri, W tidak menyamaratakan pengalaman bersama ayah kepada seluruh laki-laki, sedangkan V, H, dan N menunjukkan proses belajar dalam memahami pengalaman tersebut. Proses rekonstruksi makna tersebut sejalan dengan konsep internal working model yang dapat berkembang melalui pengalaman relasional baru dan refleksi individu terhadap pengalaman sebelumnya (Schulz et al., 2023).

Dalam perspektif IPA, proses tersebut juga menunjukkan bahwa partisipan tidak hanya menjadi penerima dampak pengalaman masa lalu, tetapi aktif memberikan makna terhadap pengalaman tersebut. Smith et al. (2022) menjelaskan bahwa IPA berfokus pada bagaimana individu memahami pengalaman yang dialaminya. Dalam penelitian ini, pengalaman fatherless kemudian diinterpretasikan kembali menjadi pemahaman mengenai kebutuhan, batas, dan kualitas hubungan yang dianggap penting. Hasil tersebut berkaitan dengan Abrar et al. (2025), yang menemukan bahwa fatherlessness dapat menimbulkan kekhawatiran terhadap pernikahan dan hubungan pada masa depan.

Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa kekhawatiran tersebut dapat hadir bersamaan dengan agency. Pengalaman masa lalu tidak hanya menghasilkan kewaspadaan terhadap kemungkinan kehilangan, tetapi juga membantu partisipan mengenali karakter pasangan yang dianggap penting, seperti tanggung jawab, kejujuran, komunikasi, dan kesediaan menyelesaikan konflik. Dengan demikian, pengalaman fatherless dapat menjadi sumber kerentanan sekaligus bahan pembelajaran dalam membentuk relasi. Penggunaan pengalaman masa lalu sebagai pedoman terlihat dari harapan partisipan terhadap hubungan dan keluarga yang akan dibangun. N menyatakan tidak ingin anaknya mengalami pengalaman yang sama. Y menginginkan anak memiliki kehadiran ayah dan ibu yang secara emosional tersedia. V dan H berharap dapat menghadirkan sosok ayah yang dekat dan terlibat, sedangkan W menekankan keinginannya untuk tidak mengulang pola negatif dalam keluarga. A membawa pembelajaran tersebut pada kebutuhan akan komunikasi yang lebih terbuka. Harapan tersebut menunjukkan bahwa pemaknaan fatherless akhirnya diarahkan pada masa depan. Partisipan tidak hanya mendefinisikan keluarga ideal berdasarkan keutuhan struktur keluarga, tetapi berdasarkan kualitas relasional seperti kehadiran emosional, komunikasi, tanggung jawab, dan keterbukaan. Pengalaman yang sebelumnya dirasakan sebagai kehilangan kemudian diterjemahkan menjadi nilai yang ingin diwujudkan dalam hubungan berikutnya.

Secara keseluruhan, dinamika attachment dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai proses merangkai kembali rasa aman. Berkurangnya kehadiran emosional ayah menjadi konteks yang memengaruhi cara partisipan memahami kedekatan dan kehilangan, tetapi pengalaman tersebut kemudian dinegosiasikan melalui hubungan romantis dan dukungan dari figur lain. Pengalaman baru tersebut selanjutnya direfleksikan menjadi batas, nilai, dan gambaran hubungan yang diinginkan. Dengan demikian, pengalaman fatherless tidak dapat dipahami sebagai faktor tunggal yang menentukan pola attachment. Temuan penelitian justru menunjukkan adanya interaksi antara pengalaman dengan ayah, dukungan sosial, kualitas hubungan romantis, kemampuan komunikasi, refleksi diri, dan kemampuan menetapkan batas. Attachment pada partisipan karena itu lebih tepat dipahami sebagai proses relasional yang dapat berkembang melalui pengalaman baru, bukan sebagai label yang sepenuhnya menetap sejak masa kanak-kanak.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal dengan pengalaman *fatherlessness* memaknai dinamika *attachment* sebagai proses merangkai kembali rasa aman setelah kehilangan kehadiran emosional ayah. Pengalaman tersebut dirumuskan dalam tiga tema superordinat, yaitu kehilangan kehadiran emosional ayah, pencarian dan negosiasi rasa aman dalam hubungan romantis, serta rekonstruksi makna pengalaman sebagai pedoman relasi masa depan. *Fatherlessness* terutama dirasakan melalui berkurangnya komunikasi, kedekatan, bimbingan, dan dukungan emosional, sehingga keberadaan fisik ayah tidak selalu dipersepsikan sebagai keterlibatan.

Dalam hubungan romantis, rasa aman dibangun melalui komunikasi terbuka, pengalaman didengarkan, kehadiran emosional, konsistensi, kejujuran, kepercayaan, dan penyelesaian konflik. Walaupun terdapat partisipan yang menunjukkan kebutuhan kuat terhadap kepastian dan kepekaan terhadap kemungkinan kehilangan, partisipan lain mampu mempertahankan

kemandirian, menetapkan batas, dan menilai pasangan berdasarkan perilaku aktual. Temuan ini menunjukkan bahwa *fatherlessness* tidak menghasilkan satu pola *attachment* yang seragam.

Pengalaman masa lalu kemudian direkonstruksi menjadi pembelajaran mengenai karakter pasangan, cara berkomunikasi, batas dalam hubungan, serta gambaran keluarga yang ingin dibangun. Dengan demikian, *attachment* dalam penelitian ini dipahami sebagai proses relasional yang dapat berkembang melalui pengalaman baru, dukungan sosial, kualitas hubungan, dan refleksi diri. Masa lalu tetap memiliki arti, tetapi tidak secara mutlak menentukan masa depan relasi.

Saran

Penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian *emotional fatherlessness* dengan melibatkan partisipan laki-laki, individu pada tahap perkembangan yang berbeda, serta latar belakang keluarga dan budaya yang beragam. Penelitian berikutnya juga dapat mempertimbangkan variasi bentuk ketidakhadiran ayah secara lebih spesifik dan menggunakan pendekatan penelitian lain untuk melengkapi pemahaman mengenai proses pembentukan serta perubahan *attachment* dalam hubungan romantis.

Daftar Pustaka

- Abrar, K. W., Fitriana, D., & Arlotas, R. K. (2025). Fatherlessness and marital anxiety: A qualitative exploration of psychological dynamics among young adult women in Padang, Indonesia. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 6(2), 160-168. <https://doi.org/10.32505/inspira.v6i2.14039>
- Bassi, G., Mancinelli, E., Spaggiari, S., Lis, A., Salcuni, S., & Di Riso, D. (2022). Attachment style and its relationships with early memories of separation anxiety and adult separation anxiety symptoms among emerging adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8666. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148666>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss* (2nd ed., Vol. 1). Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Febriani, M. I., & Iswinarti. (2025). The impact of fatherlessness on independence and interpersonal relationships in early adult women: A systematic review. *Jurnal Psikologi*, 2(4), 1-3. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4382>
- Jilani, S., Akhtar, M., Faize, F. A., & Khan, S. R. (2022). Daughter-to-father attachment style and emerging adult daughter's psychological well-being: Mediating role of interpersonal communication motives. *Journal of Adult Development*, 29(2), 136-146. <https://doi.org/10.1007/s10804-021-09390-4>
- Jumiati. (2025). Fatherless but not broken: Psychological outcomes and resilience pathways in children without fathers. *The Journal of Quixotic Narrative and Critical Review*, 1(1), 50-61.
- Kasdim, R., & Budiarto, Y. (2024). Attachment Style dalam Hubungan Romantis pada Wanita Emerging Adulthood yang Mengalami Fatherlessness. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(4), 18003-18014. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i4.39537>
- Miranda, A. S., & Subroto, U. (2026). Hubungan Keterlibatan Ayah dengan Insecure Attachment pada Wanita Dewasa Awal yang Menjalinkan Hubungan Romantis. *YASIN: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Budaya*, 6(1), 741-760. <https://doi.org/10.58578/yasin.v6i1.8965>

- Poernomo, M., Pratiwi, M. R., & Yusriana, A. (2024). Phenomenological study of fatherlessness. *Jurnal Ilmu Sosial*, 23(1), 130-144.
- Sasono, D. A. P., Pitoyo, D., & Ningrum, W. S. (2025). Dampak fatherless terhadap perempuan dewasa awal: Studi fenomenologi tentang kriteria pasangan hidup. *Edusociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 8(1), 68-78. <https://doi.org/10.33627/es.v8i1.3327>
- Shafa Rani, A., & Laksmiwati, H. (2024). Komunikasi asertif sebagai upaya penyelesaian konflik dalam hubungan romantis. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 225-240. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61207>
- Sintamaharani, D., Nuriyyatiningrum, N. A. H., & Ikhrom. (2025). Pengalaman ketergantungan emosional terhadap pasangan pada perempuan yang mengalami fatherless. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 4(3), 11-23. <https://doi.org/10.55606/klinik.v4i3.4252>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2022). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research* (2nd ed.). SAGE.
- Stern, J. A., Bailey, N. A., Costello, M. A., Hazelwood, O. A., & Allen, J. P. (2024). Father's contributions to attachment in adolescence and adulthood: The moderating role of race, gender, income, and residential status. *Attachment & Human Development*, 26(4), 325-349. <https://doi.org/10.1080/14616734.2024.2366391>
- Timothy, V. L., & Sanjaya, E. L. (2025). Pengaruh father involvement dan childhood adversity terhadap attachment anxiety pada close relationship dewasa awal. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 13(2), 175-194. <https://doi.org/10.33508/exp.v13i2.7749>