LIBEROSIS

Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 18 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

STUDI KASUS RESILIENSI MAHASISWI ANAK TUNGGAL *FATHERLESS* YANG TUMBUH DALAM KELUARGA *BROKEN HOME*

Zahra Lutfiannisa[1], Latikha Sal Sabila Qodrunnada[2]
[1,2,3]Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muria Kudus
[1]202360153@std.umk.ac.id, [2]202360170@stdm.umk.ac.id

Abstract

This study aims to explore the resilience of a fatherless only child with a broken home background, using the resilience theory of Reivich and Shatte (2002). The research employed a qualitative approach with a single case study design. The subject is A, a 21-year-old female university student who is an only child and has grown up without a father figure since the age of 5. Data were collected through semi-structured in-depth interviews guided by seven resilience components: emotion regulation, impulse control, causal analysis, empathy, self-efficacy, optimism, and reaching out. Data analysis used the interactive model of Miles, Huberman, and Saldana (2014). Results indicate that the subject demonstrates strong resilience in five components (emotion regulation, causal analysis, empathy, self-efficacy, and optimism), while impulse control and reaching out remain vulnerable. The mother figure serves as the central protective factor across all components. This study contributes to the understanding of relational resilience in fatherless only children and recommends the expansion of social support networks as a key intervention target.

***Keywords**: Resilience, Only Child, Fatherless, Broken Home*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi resiliensi anak tunggal fatherless dengan latar belakang keluarga broken home menggunakan teori resiliensi Reivich dan Shatte (2002). Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus tunggal. Subjek adalah A, mahasiswi berusia 21 tahun yang merupakan anak tunggal dan tumbuh tanpa figur ayah sejak usia 5 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur berdasarkan tujuh komponen resiliensi: regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis kausal, empati, efikasi diri, optimisme, dan reaching out. Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana (2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki resiliensi yang kuat pada lima komponen (regulasi emosi, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan optimisme), sementara pengendalian impuls dan reaching out masih rentan. Figur ibu menjadi faktor pelindung sentral yang hadir di hampir seluruh komponen. Temuan ini berkontribusi pada pemahaman resiliensi relasional pada anak tunggal fatherless dan merekomendasikan perluasan jaringan dukungan sosial sebagai target intervensi utama.

Kata kunci: Resiliensi, Anak Tunggal, Fatherless, Broken Home

Article History
Received: June 2026
Reviewed: June 2026
Published: June 2026

Plagirism Checker No 77

Copyright : Author
Publish by : Liberosis

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

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peran fundamental dalam membentuk kepribadian dan perkembangan psikologis anak. Keluarga yang utuh dengan kehadiran kedua orang tua secara optimal memberikan kontribusi signifikan terhadap kesehatan mental dan resiliensi anak (Santrock, 2019). Namun, fenomena perceraian yang semakin meningkat di Indonesia menciptakan realitas baru di mana banyak anak tumbuh tanpa kehadiran salah satu orang tua. Data Badan Pusat Statistik (2022) mencatat lebih dari 500.000 kasus perceraian di Indonesia dalam satu tahun, meningkat dari 447.743 kasus pada tahun 2018 (BPS, 2019). Sebagian besar kasus tersebut berdampak langsung pada anak-anak yang kemudian tumbuh dalam keluarga *single parent*, menciptakan tantangan psikologis yang kompleks terutama bagi anak tunggal yang tidak memiliki saudara kandung sebagai sistem dukungan sebaya (Papalia & Martorell, 2021).

Kondisi tumbuh tanpa figur ayah, yang dikenal dengan istilah *fatherless*, dapat berdampak pada berbagai aspek perkembangan anak. Blankenhorn (1995) dalam Yuniardi (2009) menyatakan bahwa ketidakhadiran ayah berpengaruh pada pembentukan identitas diri, regulasi emosi, hingga kemampuan membina hubungan interpersonal. Amato (2001) dalam studi meta-analisisnya menemukan bahwa anak-anak yang mengalami perceraian orang tua cenderung menunjukkan lebih banyak masalah perilaku, menurunnya prestasi akademik, dan rendahnya kesejahteraan psikologis. Popenoe (1996) menambahkan bahwa ketidakhadiran ayah dapat terjadi karena berbagai sebab perceraian, kematian, atau penelantaran namun dampaknya terhadap perkembangan anak tetap signifikan terlepas dari penyebabnya.

Meskipun demikian, tidak semua anak yang tumbuh dalam kondisi *fatherless* mengalami dampak negatif yang menetap. Sebagian justru menunjukkan kemampuan bangkit dan beradaptasi secara positif kapasitas yang oleh Reivich dan Shatte (2002) disebut sebagai resiliensi. Grotberg (1995) dalam Desmita (2009) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas manusia universal untuk menghadapi, mengatasi, dan bahkan berubah karena pengalaman yang penuh tekanan. Connor dan Davidson (2003) menegaskan bahwa resiliensi mencerminkan kompetensi personal dan keuletan seseorang dalam menghadapi stres. Reivich dan Shatte (2002) secara lebih operasional mengidentifikasi tujuh komponen utama resiliensi: regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis kausal, empati, efikasi diri, optimisme, dan *reaching out*.

Kajian tentang resiliensi pada populasi *fatherless* di Indonesia masih sangat terbatas. Penelitian Yuniardi (2009) tentang dampak ketidakhadiran ayah dalam konteks lintas budaya merupakan salah satu kajian awal yang menyoroti pentingnya topik ini, namun belum secara spesifik mengeksplorasi profil resiliensi secara mendalam. Handayani dan Nurwidawati (2013) dalam penelitiannya tentang resiliensi remaja dari keluarga *broken home* di Surabaya menemukan bahwa sebagian besar subjek menunjukkan resiliensi yang cukup baik, namun penelitian tersebut tidak membedakan antara anak tunggal dan anak dengan saudara kandung. Penelitian Widuri (2012) tentang regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua juga tidak secara spesifik mengkaji kondisi anak tunggal. Kesenjangan ini penting karena anak tunggal *fatherless* menghadapi akumulasi tekanan yang berbeda: tidak adanya saudara kandung sebagai penyangga emosional sebaya menjadikan beban psikologis mereka lebih mandiri dan personal (Falbo & Polit, 1986 dalam Mönks dkk., 2006). Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian kualitatif berbasis studi kasus yang secara komprehensif mengeksplorasi ketujuh komponen resiliensi Reivich dan Shatte pada anak tunggal *fatherless* di Indonesia sebuah kesenjangan yang menjadi justifikasi utama penelitian ini.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang dialami seorang mahasiswi berusia 21 tahun berinisial A, yang merupakan anak tunggal dengan latar belakang keluarga *broken home*. A tumbuh tanpa kehadiran figur ayah sejak usia 5 tahun, menyaksikan kekerasan verbal dan ancaman yang dialami ibunya, serta menghadapi dinamika psikologis kompleks sebagai anak

tunggal tanpa saudara kandung sebagai penyangga emosional. Meskipun pernah berada di titik krisis yang sangat berat, A menunjukkan kemampuan resiliensi yang signifikan dan terus melanjutkan kehidupannya dengan penuh makna. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran resiliensi anak tunggal *fatherless* berdasarkan tujuh komponen teori Reivich dan Shatte (2002), mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya, serta menganalisis komponen yang paling dominan dan paling rentan.

TINJAUAN PUSTAKA

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan besar, seperti trauma dari lingkungan sekitar, yang didefinisikan sebagai proses adaptasi dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau bahkan sumber-sumber signifikan yang dapat menyebabkan individu stres (American Psychological Association dalam Southwick dkk., 2014). Resiliensi memungkinkan individu untuk pulih kembali dari kondisi yang tidak nyaman dan merupakan karakteristik kepribadian positif yang meningkatkan kemampuan individu dalam berfungsi kembali dengan baik (Wagnild & Young dalam Aminah & Santi, 2020). Dengan resiliensi, seseorang bisa bangkit kembali dari masalah besar dan beradaptasi dengan keadaan baru yang mungkin tidak mudah, karena seseorang yang memiliki resiliensi mampu bangkit dari keterpurukannya atau kesulitan dalam hidupnya (Wagnild & Young, 1993). Mahasiswi yang mengalami transisi ke perguruan tinggi dituntut untuk memiliki kemandirian emosional dan kognitif yang kuat untuk menghadapi tantangan di perkuliahan, sebab transisi ini menuntut perubahan signifikan dalam arti kemandirian, tuntutan sosial, dan tantangan akademis di tengah berkurangnya tingkat dukungan orang tua (Holdaway dkk., 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Hendriani pada tahun (2018) menunjukkan bahwa resiliensi pada mahasiswa di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dibahas secara komprehensif mencakup faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi psikologis (Hendriani, 2018). Faktor internal seperti kemampuan diri sendiri atau *self-efficacy* yang mempengaruhi resiliensi, namun dukungan sosial dari lingkungan luar keluarga seperti teman, dosen, atau komunitas juga berperan penting dalam resiliensi, karena setiap sumber dukungan memberikan kontribusi unik terhadap resiliensi individu (Sukmawati & Sari, 2025).

Ketiadaan sosok ayah baik secara fisik maupun emosional sering berdampak terhadap kerentanan emosional anak, karena ketidakhadiran ayah berdampak pada pembentukan identitas diri dan kemampuan menjalin hubungan sosial anak (Ramadhan, 2025). Hal ini dapat terjadi bahkan ketika ayah hadir secara fisik namun tidak terlibat dalam kehidupan putrinya, sehingga anak-anak dalam kondisi ini sering mengalami kesulitan mengungkapkan perasaan akibat trauma dan kurangnya validasi emosional dari figur ayah (Ramadhan, 2025). Kondisi seperti ini mengakibatkan anak rentan mengalami masalah emosional, kesulitan menghadapi stres dan kecemasan, serta kurangnya kepercayaan diri (Nielsen, 2012). Di Indonesia, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Nisa pada tahun (2020) menunjukkan hasil yang menarik bahwa tingkat perceraian di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun dan peristiwa perceraian menimbulkan berbagai akibat terutama pada anak (Sari & Nisa, 2020). Mereka menemukan bahwa mahasiswi yang berasal dari keluarga *broken home* cenderung memiliki cara unik untuk melindungi diri dengan mencari figur yang bisa diandalkan atau perlindungan tambahan, seperti mencari dukungan dari anggota keluarga lainnya dan membangun hubungan dekat dengan teman sebaya (Mujiwati dkk., 2024). Hal ini mereka lakukan untuk mengatasi perasaan kehilangan figur ayah dalam keluarga yang tidak utuh (Mujiwati dkk., 2024).

Tanpa saudara sebagai penengah, anak tunggal rentan mengalami *parentification* saat terjadi perpisahan orang tua, karena kondisi ini umum ditemukan pada keluarga yang mengalami tekanan struktural seperti perceraian atau ketidakhadiran figur orang tua dan menciptakan beban psikologis yang signifikan bagi anak (Nuttall & Valentino, 2023). Akibatnya,

mereka memikul beban emosional yang melampaui kapasitas usia dan kedewasaan mereka, karena *parentification* adalah proses di mana anak mengambil peran dewasa dengan memikul tanggung jawab emosional dan fungsional yang biasanya menjadi tugas orang tua (Engelhardt, 2012). Kondisi ini membuat anak tunggal harus mandiri lebih cepat dari biasanya, sebagaimana tergambar pada kasus anak tunggal dari orang tua yang bercerai yang sejak usia dini harus berpisah dengan ayahnya dan hidup dalam pengasuhan ibu saja (Suprihatin, 2018). Berdasarkan penelitian psikologi di lingkungan sekitar, anak tunggal yang dibesarkan dalam keluarga yang tidak harmonis rentan mengalami stres, kecemasan, hingga gangguan perilaku, namun resiliensi berfungsi sebagai pelindung psikologis yang membantu anak mengelola tekanan dan tetap berfungsi secara sosial dan akademik (Astuti & Febriana, 2025). Hal ini terjadi karena mereka sudah mengalami tekanan hidup sejak kecil yang membentuk resiliensi sebagai kemampuan yang berkembang dari proses belajar menghadapi tekanan dan kegagalan (Kusumadewi & Indrawati, 2021).

Perpaduan antara status sebagai anak tunggal, latar belakang tanpa ayah, dan kondisi rumah tangga yang tidak utuh menciptakan lingkungan psikologis yang sulit, sebab ketika keluarga mulai terjadi konflik bahkan orang tua memilih untuk bercerai, anak adalah pihak pertama yang merasakan dampak secara psikologis (Budiman & Widyastuti, 2022). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kemampuan menghadapi tantangan pada mahasiswi tidaklah bawaan sejak lahir, melainkan hasil dari upaya mereka beradaptasi dengan tekanan di lingkungan keluarga, karena resiliensi adalah kemampuan yang berkembang dari proses belajar menghadapi tekanan, kegagalan, dan keberhasilan yang dialami (Irwan dkk., 2016). Penelitian ini berusaha memahami lebih dalam tentang bagaimana proses beradaptasi tersebut terjadi pada mahasiswi di Indonesia, dengan mencatat bahwa meskipun anak dari keluarga yang tidak harmonis dapat menunjukkan ketahanan, keberhasilan mereka dalam beradaptasi sangat bergantung pada berbagai faktor dukungan di sekitarnya (Astuti & Febriana, 2025), sebuah negara di mana nilai kekeluargaan sangat penting, tetapi dihadapkan pada kenyataan bahwa banyak keluarga yang mengalami perpecahan (Budiman & Widyastuti, 2022).

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus tunggal (*single case study*). Menurut Creswell dan Poth (2018), penelitian studi kasus memungkinkan peneliti mengeksplorasi kehidupan nyata secara mendalam melalui pengumpulan data yang detail dari berbagai sumber. Yin (2018) menjelaskan bahwa studi kasus tepat digunakan ketika peneliti ingin menjawab pertanyaan "bagaimana" dan "mengapa" suatu fenomena terjadi dalam konteks kehidupan nyata, sebagaimana tujuan penelitian ini.

Subjek penelitian adalah A, mahasiswi berusia 21 tahun yang dipilih secara *purposive sampling* dengan kriteria: (1) anak tunggal, (2) tumbuh tanpa kehadiran figur ayah (*fatherless*), (3) berasal dari keluarga *broken home* akibat perceraian orang tua, dan (4) bersedia berpartisipasi secara sukarela. A mulai mengalami perpisahan orang tua secara fisik sejak usia 5 tahun dan perceraian resmi saat usia 11 tahun. Saat ini A tinggal bersama ibu, nenek, dan kakek. Sebelum wawancara dilaksanakan, subjek telah mendapatkan penjelasan lengkap mengenai tujuan penelitian dan menandatangani lembar *informed consent* secara sukarela.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) semi-terstruktur yang mengacu pada tujuh komponen resiliensi Reivich dan Shatte (2002). Menurut Sugiyono (2019), wawancara semi-terstruktur memberikan kebebasan kepada informan untuk mengekspresikan pengalamannya secara lebih terbuka sambil tetap memiliki panduan yang memastikan aspek-aspek penting tercakup.

Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana (2014) yang terdiri dari empat tahap: pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data dalam bentuk matriks tematik, dan penarikan kesimpulan secara induktif. Keabsahan data dijamin melalui *member checking* hasil interpretasi dikonfirmasi kembali kepada subjek untuk memastikan akurasi representasi pengalamannya (Creswell & Poth, 2018) serta triangulasi sumber, refleksivitas peneliti, dan *thick description*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek A menunjukkan profil resiliensi yang tidak merata namun secara keseluruhan berfungsi adaptif. Lima dari tujuh komponen resiliensi Reivich dan Shatte (2002) regulasi emosi, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan optimisme menunjukkan perkembangan yang kuat, sementara pengendalian impuls dan reaching out masih berada dalam kondisi rentan. Berikut adalah uraian temuan per komponen.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengelola emosi secara adaptif di bawah tekanan (Reivich & Shatte, 2002). Pada subjek A, komponen ini menunjukkan perkembangan yang kuat dan terstruktur. A mengembangkan ritual pengelolaan emosi yang sistematis: merenung, menarik napas, mengidentifikasi emosi secara spesifik, memberikan afirmasi diri, lalu mengalihkan perhatian melalui aktivitas yang menyenangkan. A mengungkapkan, *"Aku merenung, tarik nafas lalu aku jujur pada diriku apa yang sedang aku rasakan entah itu marah, sedih ataupun kecewa...selanjutnya aku memberinya pelukan serta ngomong kata-kata semangat kaya 'kamu pasti bisa"*. Kemampuan mengidentifikasi emosi secara spesifik menunjukkan tingkat kesadaran metakognitif yang matang (Gross, 2015). Pola ini selaras dengan konsep self-compassion Neff (2011), yaitu kemampuan memperlakukan diri sendiri dengan kebaikan terutama saat mengalami penderitaan. Menurut Gross (2015), regulasi emosi yang efektif melibatkan kemampuan memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional yang secara konsisten ditunjukkan oleh A dalam kesehariannya.

Pengendalian impuls merujuk pada kemampuan menahan dorongan negatif akibat tekanan emosional yang intens (Reivich & Shatte, 2002). Komponen ini menjadi area paling kompleks dalam profil resiliensi A. A pernah berada di titik krisis yang sangat berat namun berhasil menahan diri karena adanya anchor eksternal figur ibu dan hewan peliharaan. A menyatakan, *"Merenungkan apa yang sedang terjadi atau secara sadar itulah yang membuatku tidak jatuh ke lubang hitam tersebut"*. Linehan (1993) menjelaskan bahwa dalam kondisi distres intens, individu seringkali membutuhkan anchor eksternal sebagai titik pegangan sebelum sumber regulasi internal berkembang secara penuh. Kesadaran A terhadap pola ini merupakan tanda positif bahwa kapasitas pengendalian impuls sedang berkembang, meskipun masih rentan terhadap tekanan yang sangat intens (Reivich & Shatte, 2002).

Analisis kausal merupakan kemampuan mengidentifikasi penyebab permasalahan secara akurat tanpa menyalahkan diri berlebihan (Reivich & Shatte, 2002). Pada A, komponen ini menunjukkan perkembangan signifikan melalui proses reframing yang panjang. A sempat melalui fase menyalahkan diri, namun dengan dukungan ibunya berhasil melakukan rekonstruksi makna yang mendalam: *"Tugasku ternyata sangat mulia yaitu menemani seorang perempuan yang tangguh yaitu ibuku"*. A juga mampu memandang perceraian orang tuanya secara objektif sebagai keputusan pembebasan bagi ibunya, bukan sebagai bencana pribadi. Proses ini selaras dengan konsep cognitive reappraisal Lazarus dan Folkman (1984), yakni mengevaluasi ulang makna dari situasi yang menekan sehingga dampak emosionalnya berubah. Kemampuan A memahami perceraian secara objektif dan empatik mencerminkan kapasitas analisis kausal yang matang (Reivich & Shatte, 2002).

Empati dalam konteks resiliensi merujuk pada kemampuan membaca dan merespons kondisi emosional orang lain secara tepat berdasarkan isyarat verbal maupun non-verbal (Reivich & Shatte, 2002). Pada A, empati berkembang secara selektif dan kontekstual, terutama dalam hubungannya dengan figur ibu. A mampu membaca perubahan halus pada perilaku, mimik wajah, dan jam istirahat ibu sebagai sinyal emosional, sekaligus menghormati ritme emosional ibu untuk berdamai dengan dirinya sebelum bercerita. Davis (1983) menjelaskan bahwa empati yang sehat bukan hanya merasakan apa yang dirasakan orang lain, tetapi juga merespons secara tepat sesuai kebutuhannya. Namun A mengakui keterbatasan dalam berempati kepada orang lain di luar keluarga inti sebuah dampak langsung dari pola keluarga yang terbiasa diam saat bersedih, sebagaimana dijelaskan dalam teori attachment Bowlby (1988) bahwa pola respons emosional yang dipelajari dalam keluarga inti cenderung menjadi template dalam interaksi sosial yang lebih luas.

Efikasi diri merujuk pada keyakinan individu akan kemampuannya menghadapi dan menyelesaikan masalah (Reivich & Shatte, 2002). Bandura (1997) mendefinisikannya sebagai keyakinan atas kemampuan mengorganisir dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Pada A, efikasi diri menunjukkan profil kuat yang berbasis orientasi tujuan jangka panjang. A menyatakan dengan tegas, *"Yakin banget kak, karena aku suka belajar apapun itu, seperti cita-citaku yang ingin menjadi founder"*. A juga aktif menggunakan self-talk positif sebagai penguatan diri, *"Aku menerimanya secara sadar dengan berbincang kepada diriku sendiri untuk lebih kuat"*. Menurut Bandura (1997), sumber efikasi diri terkuat adalah mastery experience pengalaman berhasil mengatasi tantangan secara langsung. Kemampuan A menerima kondisi hidupnya secara sadar mencerminkan efikasi diri yang tidak bergantung pada validasi eksternal, sebuah kualitas penting bagi individu yang tumbuh dalam lingkungan yang tidak selalu memberikan dukungan positif (Reivich & Shatte, 2002).

Optimisme dalam perspektif Reivich dan Shatte (2002) adalah keyakinan realistis bahwa individu memiliki kemampuan memengaruhi masa depannya berbeda dari optimisme tidak realistis yang cenderung menyangkal kenyataan. Pada A, optimisme menunjukkan kualitas matang yang berakar pada bukti nyata. A memandang masa depan dengan penuh keyakinan tanpa menyangkal kondisinya: *"Masa depanku pasti cerah kak walaupun aku di keluarga yang tidak utuh"*. A bahkan memiliki impian konkret mengajak ibu umroh dan tinggal di Korea Selatan sebagai penopang optimisme. Seligman (2006) menyebut kemampuan ini sebagai learned optimism, yaitu kemampuan memilih perspektif positif secara aktif meskipun dalam kondisi tidak ideal. Menurut Bandura (1997), observasi terhadap model yang sukses dalam konteks serupa merupakan sumber optimisme yang kuat dan figur ibu yang tangguh menjadi model konkret tersebut bagi A setiap harinya.

Reaching out merujuk pada keberanian mencari dukungan sosial dan membuka diri terhadap bantuan ketika dibutuhkan (Reivich & Shatte, 2002). Komponen ini menjadi area paling lemah dalam profil resiliensi A. A menunjukkan kecenderungan kuat menyelesaikan masalah secara mandiri: *"Kalau emang ga kuat aku tanggung sendiri jika memang udah mencapai batas tinggal tidur aja"*. Kondisi ini terbentuk dari dua faktor yang saling memperkuat: pola keluarga yang terbiasa diam saat bersedih sehingga A tidak memiliki model perilaku seeking help yang kuat, dan pengalaman negatif saat mencoba bercerita kepada teman yang responnya terasa meremehkan. Thoits (2011) menyebut kondisi ini sebagai hambatan seeking help antisipasi respons negatif yang mencegah individu mencari bantuan meskipun sangat membutuhkannya. Ibu menjadi satu-satunya figur kepercayaan A untuk berbagi cerita, menciptakan ketergantungan pada sumber dukungan tunggal yang menjadi area kerentanan apabila figur tersebut tidak tersedia (Walsh, 2016).

Berdasarkan analisis lintas komponen, terdapat tiga faktor pelindung (protective factors) utama yang secara konsisten mendukung resiliensi A. Pertama, figur ibu sebagai anchor resiliensi yang hadir di hampir seluruh komponen sebagai sumber inspirasi, koreksi kausal, dukungan emosional, dan fondasi optimisme. Menurut Masten (2014), faktor pelindung adalah kondisi atau sumber daya yang memodifikasi dampak negatif dari pengalaman berisiko dan mendukung perkembangan positif. Kedua, kemampuan self-awareness yang tinggi memungkinkan A mengidentifikasi pola emosi negatif sebelum berkembang menjadi tindakan destruktif. Ketiga, orientasi masa depan yang jelas berupa impian konkret berfungsi sebagai sumber motivasi dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan.

Temuan ini konsisten dengan pandangan Luthar, Cicchetti, dan Becker (2000) bahwa resiliensi bersifat multidimensional dan tidak harus sempurna di semua aspek untuk berfungsi adaptif. Yang paling menonjol adalah bagaimana ketujuh komponen saling terhubung dan ditopang oleh satu faktor sentral yang sama: figur ibu. Fenomena ini menggambarkan apa yang Walsh (2016) sebut sebagai relational resilience resiliensi yang dibangun dan dipertahankan melalui hubungan yang bermakna dengan orang lain, bukan semata kapasitas individual. Ketergantungan besar pada satu figur sentral ini sekaligus menjadi catatan penting: perluasan jaringan dukungan sosial dan pengembangan kemampuan reaching out kepada sumber lain termasuk tenaga profesional merupakan area paling signifikan untuk dikembangkan guna memperkuat fondasi resiliensi A secara komprehensif (Reivich & Shatte, 2002).

SIMPULAN

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa anak tunggal fatherless dapat mengembangkan profil resiliensi yang fungsional meskipun tidak merata di seluruh komponen. Lima komponen regulasi emosi, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan optimisme menunjukkan perkembangan kuat, sementara pengendalian impuls dan reaching out masih rentan. Dampak kondisi fatherless dan status anak tunggal tidak bersifat deterministik; kualitas hubungan dengan figur orang tua yang tersisa terbukti menjadi moderator utama yang menentukan arah perkembangan resiliensi (Amato, 2001). Figur ibu sebagai anchor relasional merupakan faktor pelindung paling dominan yang berperan lintas komponen sebuah manifestasi nyata dari konsep relational resilience Walsh (2016). Temuan ini berkontribusi pada pemahaman bahwa resiliensi anak tunggal fatherless perlu dipahami dalam kerangka relasional, bukan semata individual. Penelitian ini merekomendasikan intervensi berbasis relational resilience yang memperkuat hubungan protektif yang ada sekaligus membantu memperluas jaringan dukungan sosial, khususnya keberanian reaching out kepada tenaga profesional. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan studi kasus multipel untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang variasi pola resiliensi pada populasi anak tunggal fatherless di Indonesia

DAFTAR REFERENSI

Amato, P. R. (2001). Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, *15*(3), 355–370. https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.3.355

American Psychological Association. (2014). *The road to resilience*. APA.

Andayani, B., & Koentjoro. (2007). *Peran ayah menuju co-parenting*. CV Citra Media.

Astuti, R. D., & Febriana, B. (2025). Resiliensi sebagai mekanisme bertahan anak dalam dinamika keluarga yang tidak harmonis: Kajian literatur. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, *2*(2), 1–15.

Badan Pusat Statistik. (2019). *Statistik perkawinan dan perceraian di Indonesia 2018*. BPS.

Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistik perkawinan dan perceraian di Indonesia 2022*. BPS.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
Blankenhorn, D. (1995). *Fatherless America: Confronting our most urgent social problem*. Basic Books.
Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
Budiman, M., & Widyastuti, W. (2022). Dinamika psikologis remaja yang mengalami broken home karena orang tua bercerai. *Cognicia*, *10*(2), 88–97.
Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, *18*(2), 76–82. https://doi.org/10.1002/da.10113
Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*(1), 113–126. https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113
Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan*. PT Remaja Rosdakarya.
Engelhardt, J. (2012). The developmental implications of parentification: Effects on childhood attachment. *Graduate Student Journal of Psychology*, *14*, 45–52.
Falbo, T. (2012). Only children: An updated review. *Journal of Individual Psychology*, *68*(1), 38–49.
Falbo, T., & Polit, D. F. (1986). Quantitative review of the only child literature: Research on achievement and personality. *Psychological Bulletin*, *100*(2), 176–189. https://doi.org/10.1037/0033-2909.100.2.176
Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, *26*(1), 1–26. https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781
Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Bernard van Leer Foundation.
Handayani, A., & Nurwidawati, D. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja dari keluarga broken home. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *1*(2), 1–6.
Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar* (Edisi Pertama). Prenada Media Group.
Holdaway, A. S., Forrest Tindall, M., & Garrison, S. (2018). Vulnerable college student populations: Implications for higher education. *Journal of College Student Psychotherapy*, *32*(3), 181–195.
Irwan, Supraja, M., & Zubaidi. (2016). Hubungan dukungan sosial dan resiliensi akademik mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Undip*, *15*(2), 1–12.
Kusumadewi, R. F., & Indrawati, E. S. (2021). Resiliensi pada anak tunggal dari keluarga tidak harmonis. *Jurnal Empati*, *10*(1), 45–53.
Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford Press.
Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, *71*(3), 543–562. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164
Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.

Mönks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2006). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Gadjah Mada University Press.

Mujiwati, Y., Safiudin, K., Jahira, N., Ramdhani, R. A., & Karima, U. (2024). Strategi koping anak terakhir dalam mengatasi kehilangan ayah dan kesepian: Sebuah pendekatan kualitatif. *SETARA: Jurnal Studi Gender dan Anak*, *6*(1), 1–15.

Neff, K. D. (2011). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. William Morrow.

Nielsen, L. (2012). *Father-daughter relationships: Contemporary research and issues*. Routledge.

Nuttall, A. K., & Valentino, K. (2023). Parent focused parentification: Eksplorasi inversi peran anak sebagai penopang emosional dan fungsional orang tua. *Journal of Innovative and Creativity*, *5*(3), 30803.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.

Popenoe, D. (1996). *Life without father*. Free Press.

Ramadhan, F. (2025). Fenomena keluarga broken home di Kota Sibolga Sambas dalam kajian komunikasi afektif. *Petanda: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Humaniora*, *8*(1), 1–20.

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.

Sari, D. P., & Nisa, H. (2020). Strategi coping mahasiswi dari keluarga broken home dalam menghadapi kehilangan figur ayah. *Jurnal Psikologi Islami*, *6*(2), 112–121.

Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Vintage Books.

Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, *5*(1), 25338.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sukmawati, D., & Sari, E. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling*, *2*(3), 1203–1208.

Suprihatin, T. (2018). Dampak pola asuh orang tua tunggal (single parent parenting) terhadap perkembangan remaja. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula*, 145–160.

Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, *52*(2), 145–161. https://doi.org/10.1177/0022146510395592

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, *1*(2), 165–178.

Walsh, F. (2016). *Strengthening family resilience* (3rd ed.). Guilford Press.

Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, *9*(2), 147–156. https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.334

Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.

Yuniardi, M. S. (2009). Dampak ketidakhadiran ayah dalam kehidupan anak: Suatu kajian lintas budaya. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, *6*(1), 33–48.