



Analisis Hubungan Kedekatan Ayah dengan Perkembangan Emosional Anak Perempuan

Rizha F.¹, Nabila A.², Sinta R. A.³, Nur Rahma F.A.⁴, Nanda E.P.A.⁵, Nurul S.⁶, Putri R.⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Indraprasta PGRI

Email: rizha52@gmail.com

Article Info

Article history:

Received November 12, 2025

Revised November 24, 2025

Accepted December 01, 2025

Keywords:

Father-Daughter Closeness,
Emotional Development, Girls,
Counseling

ABSTRACT

Father-daughter closeness plays a crucial role in shaping a child's emotional development. Fathers serve as protectors, role models, and sources of emotional support, influencing how children manage their feelings, build self-confidence, and form social relationships later in life. This study aims to analyze the relationship between father-daughter closeness and the emotional development of girls. The research employs a quantitative approach with a correlational design. The sample consists of 18-25 years old girls selected using purposive sampling techniques. The instruments used include a father-daughter closeness scale and an emotional development scale. The findings are expected to reveal that higher levels of father-daughter closeness are positively associated with girls' emotional development. These results may serve as a basis for family counseling programs to improve the quality of father-daughter relationships, thereby supporting optimal emotional growth and mental well-being.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Article Info

Article history:

Received November 12, 2025

Revised November 24, 2025

Accepted December 01, 2025

Keywords:

Kedekatan Ayah,
Perkembangan Emosional,
Anak Perempuan, Bimbingan
dan Konseling

ABSTRAK

Kedekatan ayah dengan anak perempuan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan perkembangan emosional anak. Ayah berperan sebagai figur pelindung, teladan, sekaligus sumber dukungan emosional yang mempengaruhi cara anak mengelola perasaan, membangun kepercayaan diri, dan menjalin hubungan sosial di kemudian hari. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kedekatan ayah dengan perkembangan emosional anak perempuan. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif fenomenologi yang fokus pada pengalaman subjektif anak perempuan. Sampel penelitian terdiri dari 4 anak perempuan yang tinggal dengan ayah atau berinteraksi rutin dengan ayah. Instrumen yang digunakan meliputi skala kedekatan ayah-anak dan skala perkembangan emosional. Hasil penelitian diharapkan dapat menunjukkan bahwa tingkat kedekatan ayah memiliki hubungan positif dengan perkembangan emosional anak perempuan. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi program bimbingan dan konseling keluarga dalam meningkatkan kualitas hubungan ayah dan anak perempuan untuk mendukung kesehatan mental dan perkembangan emosional yang optimal.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Rizha F

Universitas Indraprasta PGRI

E-mail: rizha52@gmail.com



PENDAHULUAN

Peran ayah dalam perkembangan anak sering kali kurang mendapatkan perhatian dibandingkan dengan peran ibu. Selama bertahun-tahun, konstruksi sosial dan budaya menempatkan ayah sebagai pencari nafkah dan figur otoritas, sementara ibu dipandang sebagai pengasuh utama yang bertanggung jawab atas kebutuhan emosional anak. Namun, perkembangan penelitian psikologi menunjukkan bahwa kedekatan emosional antara ayah dan anak memiliki kontribusi signifikan dalam pembentukan kepribadian, regulasi emosi, serta hubungan sosial anak di masa mendatang (Saragih, 2019). Keterlibatan ayah, terutama dalam bentuk kehangatan, komunikasi suportif, serta kehadiran secara konsisten, terbukti berperan penting dalam perkembangan emosional anak.

Hubungan kedekatan ayah dengan anak perempuan menjadi perhatian khusus. Anak perempuan cenderung membentuk identitas emosional dan sosialnya berdasarkan kualitas hubungan dengan figur laki-laki terdekat dalam keluarga, yaitu ayah. Kedekatan yang hangat dengan ayah dapat menumbuhkan rasa percaya diri, kemampuan mengelola emosi, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat (Putri & Yuliantini, 2021). Sebaliknya, hubungan yang renggang atau penuh konflik berpotensi menimbulkan kerentanan emosional seperti kecemasan, ketidakstabilan emosi, dan kesulitan menjalin relasi interpersonal di kemudian hari (Santrock, 2018).

Dalam konteks keluarga Indonesia, pola kedekatan ayah dan anak perempuan kerap dipengaruhi oleh norma budaya patriarkis, tuntutan ekonomi, serta gaya pengasuhan dalam keluarga. Banyak ayah memiliki waktu interaksi yang terbatas karena tuntutan pekerjaan, sehingga keterlibatan emosional menjadi kurang optimal. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana pengalaman kedekatan ayah dirasakan oleh anak perempuan dan bagaimana hal tersebut berdampak terhadap perkembangan emosional mereka.

Melalui penelitian kualitatif, kajian ini berupaya menganalisis pengalaman subjektif anak perempuan mengenai kedekatan mereka dengan ayah serta mengungkap makna kedekatan tersebut terhadap perkembangan emosionalnya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada bidang psikologi perkembangan, bimbingan konseling, serta pendidikan keluarga, khususnya terkait pentingnya keterlibatan emosional ayah dalam pengasuhan anak perempuan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan penelitian yang ingin menggali dan memahami pengalaman subjektif anak perempuan mengenai kedekatannya dengan ayah, serta bagaimana pengalaman tersebut membentuk perkembangan emosionalnya. Dalam pandangan fenomenologi, pengalaman seseorang dipandang sebagai sesuatu yang bermakna dan perlu dipahami dari sudut pandang orang yang mengalaminya secara langsung. Oleh karena itu, metode ini memungkinkan peneliti memperoleh deskripsi mendalam mengenai makna kedekatan ayah yang dirasakan oleh anak perempuan. Moleong (2019) menjelaskan bahwa fenomenologi berupaya memahami realitas sebagaimana tampak dalam kesadaran subjek, sehingga peneliti berperan untuk menangkap esensi pengalaman tersebut secara utuh.



Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan tempat tinggal informan, serta dapat diperluas ke sekolah dan ruang lainnya yang menjadi tempat interaksi anak dan ayah berlangsung. Subjek penelitian adalah anak perempuan berusia 18-25 tahun yang memiliki hubungan dan interaksi aktif dengan ayahnya. Pemilihan informan dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi kesediaan anak untuk diwawancara, memiliki hubungan yang masih berlangsung dengan ayah, serta mendapat persetujuan dari orang tua atau wali. Jumlah informan tidak ditentukan sejak awal, melainkan mengikuti prinsip saturasi data, yaitu proses pengumpulan data dihentikan ketika tidak ada informasi baru yang signifikan ditemukan (Sugiyono, 2017).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipatif, dan dokumentasi. Wawancara mendalam dilakukan dengan menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur, sehingga informan memiliki kebebasan untuk bercerita sesuai dengan pengalaman dan perasaan mereka, namun tetap berada dalam ruang lingkup penelitian. Observasi nonpartisipatif dilakukan untuk mengamati bentuk interaksi dan ekspresi emosional yang muncul dalam hubungan ayah dan anak dalam situasi nyata. Sementara itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung, seperti foto kegiatan keluarga atau catatan tertentu yang relevan.

Analisis data dilakukan melalui tahapan analisis fenomenologis dengan mereduksi data dari transkrip wawancara, kemudian mengidentifikasi kata-kata kunci, gagasan penting, dan pengalaman emosional yang muncul secara berulang. Tahapan berikutnya adalah mengelompokkan temuan tersebut menjadi tema-tema bermakna yang menggambarkan bagaimana kedekatan ayah dipahami dan dirasakan oleh anak perempuan. Dari tema-tema tersebut, peneliti melakukan penafsiran untuk menemukan esensi pengalaman kedekatan ayah dan dampaknya terhadap perkembangan emosional anak. Menurut Patilima (2021), proses analisis dalam penelitian kualitatif membutuhkan ketekunan peneliti dalam membaca, menelaah, dan memaknai data secara reflektif agar makna sebenarnya dapat terungkap dengan jelas.

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui triangulasi metode, yaitu membandingkan hasil wawancara dengan observasi dan dokumentasi, sehingga temuan tidak bergantung pada satu sumber data saja. Selain itu, peneliti juga melakukan member check dengan cara meminta informan mengonfirmasi kembali hasil interpretasi peneliti untuk memastikan bahwa makna yang disampaikan sesuai dengan pengalaman informan. Pertimbangan etis juga diperhatikan dalam penelitian ini, terutama karena subjek yang diteliti adalah anak. Oleh sebab itu, peneliti menjaga kerahasiaan identitas informan, menggunakan persetujuan orang tua atau wali, serta memastikan bahwa proses wawancara dilakukan dengan penuh empati dan tanpa paksaan.

Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan pemahaman yang mendalam mengenai makna kedekatan ayah bagi perkembangan emosional anak perempuan, bukan sekadar melihat fenomena pada permukaan perilaku, tetapi pada tingkat pengalaman emosional yang paling personal dan signifikan.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

a. Profil Informan dan Karakteristik Hubungan dengan Ayah

Penelitian ini melibatkan tiga informan berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 18-25 tahun. Ketiga informan memiliki hubungan yang masih berlangsung dengan ayah mereka dan aktif melakukan interaksi dalam konteks kehidupan sehari-hari. Pemilihan informan dilakukan melalui teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria kesediaan untuk diwawancara, memiliki hubungan aktif dengan ayah, dan mendapat persetujuan dari orang tua atau wali.

Data dikumpulkan melalui tiga teknik: (1) wawancara mendalam menggunakan pedoman semi-terstruktur, (2) observasi nonpartisipatif untuk mengamati interaksi dan ekspresi emosional dalam situasi nyata, dan (3) dokumentasi berupa catatan pendukung. Analisis data dilakukan melalui reduksi fenomenologis, identifikasi tema-tema bermakna, dan interpretasi esensi pengalaman kedekatan ayah terhadap perkembangan emosional anak.

b. Tema 1: Dukungan Emosional Ayah sebagai Fondasi Pemulihan Psikologis

Ketiga informan mendeskripsikan pengalaman menerima dukungan emosional dari ayah ketika menghadapi kesedihan atau tantangan. Informan pertama mengungkapkan bahwa ketika sedih, ayahnya memberikan motivasi melalui nasihat bermakna dengan mengatakan, *"Namanya juga perjalanan hidup pasti ada susahnyanya, jadi tetap dijalankan dan jangan lupa selalu berdoa sama Allah agar dimudahkan segala urusannya."* Seketika mendengar nasihat ini, informan merasa langsung bangkit dari kesedihan dan tidak larut dalam perasaan negatif. Pengalaman serupa muncul pada informan kedua. Ketika gagal dalam kompetisi di kelas 10, informan menangis di kamar. Ayahnya datang dengan sederhana, duduk di dekatnya, dan mengatakan, *"Udah lah, besok coba lagi. Ayah dulu juga gagal mulu."* Kemudian ayahnya mengajaknya membeli es krim untuk menghilangkan kesedihan. Informan menginterpretasikan tindakan ini sebagai pemahaman ayah terhadap kebutuhan emosionalnya yang dalam.

Informan ketiga mendeskripsikan bahwa ketika sedih berkaitan dengan kekhawatiran masa depan, ayahnya memberikan perspektif fungsional dengan mengatakan, *"Jangan terlalu dibawa pikiran dan lakukan saja apa yang sedang kita hadapi sekarang."* Meskipun gaya dukungan ayah berbeda pada ketiga informan, esensi yang sama terungkap: ayah membantu anak perempuan melihat tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi, bukan yang harus dihindari.

c. Tema 2: Ekspresi Kasih Sayang Non-Verbal sebagai Penanda Perhatian dan Keamanan

Ketiga informan mengidentifikasi bahwa kasih sayang ayah ditunjukkan melalui tindakan konkret lebih dari pada ucapan verbal. Informan pertama menjelaskan bahwa ayahnya menunjukkan kasih sayang dengan cara *"mensupport anaknya, walau tidak terjun langsung tetapi selalu mendoakan dan memenuhi kebutuhan,"* seperti membelikan barang yang sudah direncanakan untuk dibeli sendiri tanpa banyak pertimbangan. Informan kedua



memberikan contoh spesifik: ayahnya secara rutin *"membuat sarapan sandwich di pagi hari sebelum sekolah meskipun ayah sendiri keburu ke kantor,"* dan *"menjemput dengan motor sambil bercerita tentang hari kerja untuk membuat tertawa."* Informan memaknai ini sebagai cara ayah mengatakan *"saya peduli"* melalui perbuatan. Informan ketiga menyatakan bahwa kasih sayang ayahnya ditunjukkan melalui komitmen untuk *"menganter ke mana pun meski dekat, dengan alasan 'selagi ayah masih ada dan masih bisa, ayah yang anter ya ka'."* Dari ketiga narasi, makna yang terekstrak adalah bahwa anak perempuan menerjemahkan keterlibatan fisik dan konsistensi ayah dalam pemenuhan kebutuhan praktis sebagai bukti nyata bahwa dirinya diperhatikan dan berharga.

d. Tema 3: Rasa Aman dan Nyaman sebagai Hasil Langsung dari Kedekatan Ayah

Ketiga informan dengan konsisten mendeskripsikan emosi dominan yang muncul ketika bersama ayah adalah rasa aman dan nyaman. Informan pertama menyatakan: *"Perasaan aman dan nyaman"* adalah yang paling sering muncul. Informan kedua memberikan elaborasi lebih mendalam: *"Nyaman dan aman, kayak bisa jadi gua banget tanpa takut dikomentarin,"* namun juga mengakui perasaan campur aduk ketika membahas masa depan karena nasihat ayahnya membuat dirinya berpikir lebih luas. Informan ketiga mengekspresikan perasaannya lebih sederhana: *"Senang karena masih bisa bareng ayah."* Dari reduksi fenomenologis terhadap ketiga narasi ini, makna mendalam yang terungkap adalah bahwa kedekatan dengan ayah menciptakan ruang psikologis di mana anak perempuan dapat menjadi autentik tanpa takut akan penilaian atau kritik.

e. Tema 4: Keterbatasan Pemahaman Ayah terhadap Nuansa Emosional Anak Perempuan

Meskipun kedekatan ayah dirasakan positif secara umum, ketiga informan juga mengungkapkan momen ketika ayah tidak sepenuhnya memahami kompleksitas emosional yang dialami. Informan pertama mendeskripsikan pengalaman merasa kurang dipahami ketika *"membahas kakak yang anak pertama, dimana ayah selalu membelanya padahal aku pun butuh pembelaan sebagai anak juga,"* sehingga akhirnya informan *"pun sudah terbiasa dengan perasaan yang dihiraukan begitu saja."* Informan kedua mengalami momen serupa ketika putus cinta, dan ayahnya merespons dengan mengatakan, *"Ah cowok begitu doang, lupain aja. Dia masih bocah,"* yang dirasa informan sebagai pengabaian terhadap rasa sakit emosionalnya. Namun, informan kedua juga mencatat bahwa *"besoknya ayah minta maaf dan ajak jalan untuk ngobrol,"* menunjukkan bahwa ayah mampu melakukan refleksi terhadap respons awalnya yang kurang tepat. Informan ketiga menyatakan *"Tidak pernah"* ketika ditanyakan apakah ada momen ayah tidak mengerti perasaannya, namun di kesempatan lain mengungkapkan bahwa hubungannya dengan ayah *"tidak terlalu dekat banget, jadi sekarang ini setiap sedih kadang pendam sendiri karena tidak mau orang tua ikut sedih juga."* Ini menunjukkan bentuk implisit misunderstanding di mana kurangnya inisiasi komunikasi mendalam membuat anak perempuan menerima pesan bahwa masalahnya tidak cukup penting untuk dibagikan.



f. Tema 5: Ayah sebagai Model dan Pelatih dalam Regulasi Emosi

Ketiga informan mengidentifikasi bahwa hubungan dengan ayah secara signifikan memengaruhi cara mereka mengatur emosi. Informan pertama mendeskripsikan bahwa "ayah sangat berperan penting pada emosional anak, terlebih sebagai anak perempuan yang butuh figur seorang ayah," dan bahwa karakteristik ayahnya yang *"penyabar, tidak enakan, baik serta keras kepala"* menghasilkan pembelajaran internal bahwa dirinya menjadi *"lebih sabar serta saling membantu sesama."*

Informan kedua menyatakan dengan jelas bahwa hubungan dengan ayah *"berpengaruh banget"* terhadap regulasi emosinya, dengan memberikan contoh konkret: *"Ayah suka ngajarin cewe itu harus sabar dan jangan gampang ngamuk, jadi gua lebih bisa nahan diri. Contoh, pas stres gua inget kata dia, 'Tarik napas dulu, jangan buru-buru'."* Akan tetapi, informan juga mengungkapkan bahwa ketika intensitas emosi tinggi, ia membutuhkan waktu cooldown sendiri sebelum dapat berbagi dengan ayahnya.

Informan ketiga mengakui pengaruh hubungan ayah pada regulasi emosi melalui proses yang lebih implisit: ia *"pendam sendiri"* kesedihannya untuk menghindari membuat orang tuanya khawatir, menunjukkan internalisasi dari kepedulian ayah menjadi tanggung jawab internal anak untuk melindungi emosi keluarga.

g. Tema 6: Perbedaan Kualitatif antara Dukungan Ayah dan Figur Pendukung Lainnya

Ketiga informan membedakan karakteristik unik dari dukungan ayah dibandingkan dengan ibu, teman, atau pasangan. Informan pertama membandingkan dirinya yang mengandalkan *"diri sendiri dan sahabat bernama Putri"* untuk curhat, tetapi menemukan bahwa "perbedaan dukungan mereka dengan ayah sangat berbeda; ayah mendukung dengan finansial memenuhi kebutuhan, akan tetapi tidak tahu seberapa berusahanya untuk menghadapi ujian-ujian dalam hidup."

Informan kedua memberikan karakterisasi lebih detail: *"Ibu lebih ke peluk-peluk dan dengerin ngomel panjang, empati abis sambil kasih tips praktis. Kalau ayah, dukungannya lebih powerful, dorong bangkit cepet kayak motivator. Yang lain lebih hiburan sementara, tapi ayah bikin cukup kuat untuk jangka panjang."* Informan ketiga menyatakan bahwa *"pacar dan sahabat dekat"* berusaha menghibur dengan mengajak keluar dan bermain, sementara *"ayah lebih menenangkan dan memberikan wejangan."*

Terdapat konsensus implisit bahwa dukungan ayah memiliki kualitas transformatif dan jangka panjang yang berbeda dari dukungan ekspresif atau rekreatif yang diberikan oleh figur lain.

h. Tema 7: Ketakutan Kehilangan sebagai Indikasi Kedalaman Kedekatan

Ketiga informan mengungkapkan ketakutan yang berkaitan dengan kemungkinan kehilangan ayah, yang pada gilirannya memberikan insight tentang kedalaman kuatnya ikatan yang terbangun. Informan pertama secara eksplisit menyatakan: *"Tidak, aku selalu merasa aman dan nyaman di sekitar ayah,"* namun kemudian menambahkan *"yang aku takutkan adalah kehilangan ayah karena aku sangat sayang."*

Informan kedua mendeskripsikan momen konkret ketika ayahnya dirawat di rumah sakit karena penyakit berat: *"Pernah banget, dua bulan lalu ayah sakit berat sampai"*



opname. Gua panik setengah mati takut dia kenapa-kenapa, apalagi dia jarang cerita soal kesehatannya. Kayak takut kehilangan tempat gua bersandar." Momen ini justru memperkuat hubungan: "Dari situ gua belajar lebih peka, sekarang gua lebih sering nanya tentang kesehatannya."

Informan ketiga mengungkapkan ketakutan yang lebih tersembunyi dengan mengatakan bahwa ia khawatir membuat ayah sedih dengan menceritakan masalahnya, sehingga memilih untuk *"pendam sendiri."*

i. Tema 8: Aspirasi Kedekatan yang Lebih Autentik dan Terbuka

Ketiga informan mengekspresikan keinginan untuk peningkatan kualitas hubungan dengan ayah, khususnya dalam dimensi komunikasi emosional dan keterbukaan mutual. Informan pertama secara spesifik menginginkan *"lebih dekat lagi dengan ayahnya, ingin menceritakan segalanya kepada ayah, baik cerita yang penting maupun tidak penting, ingin bermain bersama dan saling bercerita agar bisa memahami perasaan satu sama lain."*

Informan kedua mengekspresikan harapan dengan lebih eksplisit: *"Gua pengen ayah lebih sering bilang langsung, 'ayah bangga sama kamu,' bukan cuma lewat action doang. Soalnya kadang gua juga ragu dia beneran seneng apa nggak sama prestasi gua, bikin insecure."* Kebutuhan akan validasi verbal menunjukkan bahwa meskipun tindakan non-verbal bermakna, terdapat celah interpretatif di mana anak perempuan mengharapkan kongruensi antara aksi dan ucapan.

Informan ketiga mencerminkan kekhawatiran fundamental: *"Komunikasi. Karena pengen banget bisa cerita lagi. Semakin besar jadi jarang komunikasi sama ayah, paling yang penting aja. Udah ga pernah seterbuka untuk bercerita."* Aspirasi ketiga informan secara kolektif mengungkapkan bahwa kedekatan yang bermakna tidak hanya tentang kehadiran fisik atau dukungan praktis, tetapi tentang ruang intersubjektif di mana kedua belah pihak dapat mengungkapkan keseluruhan diri mereka tanpa takut akan penghakiman atau pengabaian.

Pembahasan

Interpretasi Kasih Sayang Non-Verbal dan Keamanan Emosional

Temuan mengenai ekspresi kasih sayang non-verbal mencerminkan suatu fenomena penting dalam konteks keluarga Indonesia, di mana kasih sayang sering dikomunikasikan melalui aksi daripada kata-kata. Ketiga informan secara konsisten mendeskripsikan bahwa perbuatan ayah lebih bermakna daripada ucapan verbal dalam mengkomunikasikan kasih sayang dan perhatian.

Saragih (2019) dalam kajiannya tentang kedekatan ayah dan pengembangan emosi anak menjelaskan bahwa keterlibatan ayah dalam aktivitas sehari-hari anak menciptakan fondasi keamanan emosional yang kuat. Kehadiran ayah yang konsisten dalam kehidupan praktis anak—meskipun tidak selalu disertai dengan ekspresi verbal yang eksplisit—membangun persepsi anak bahwa dirinya bernilai dan layak mendapat perhatian. Saragih (2019) menekankan bahwa dalam konteks budaya Indonesia, ekspresi kasih sayang melalui tindakan



konkret sering kali lebih dihargai dan lebih bermakna dibandingkan dengan ucapan verbal yang bersifat superficial.

Temuan ini juga parallel dengan konsep "secure attachment" yang diuraikan oleh Santrock (2018), di mana keamanan dibangun melalui respons konsisten dan responsif dari figur attachment terhadap kebutuhan anak. Ketika ayah secara rutin hadir, memperhatikan kebutuhan praktis, dan memberikan perhatian fisik yang konsisten dan dapat diprediksi, anak mengkonstruksi pemahaman bahwa dirinya diperhatikan dan berada dalam ruang yang aman. Santrock (2018) menjelaskan bahwa kualitas attachment pada masa kanak-kanak dan remaja akan mempengaruhi kemampuan anak dalam membentuk relasi interpersonal yang sehat di masa dewasa, termasuk dalam konteks persahabatan, percintaan, dan profesional.

Regulasi Emosi sebagai Hasil Identifikasi dan Internalisasi

Temuan mengenai pengaruh hubungan ayah terhadap regulasi emosi anak perempuan mengindikasikan bahwa proses pembelajaran emosional bukan hanya terjadi melalui instruksi eksplisit, tetapi melalui proses identifikasi dengan pola emosional dan respons ayah. Putri dan Yuliantini (2021) dalam penelitian mereka tentang peran ayah dalam pembentukan regulasi emosi anak perempuan menemukan bahwa ayah memiliki kontribusi yang sangat signifikan dalam mengajarkan strategi coping dan pengelolaan emosi melalui modeling dan reinforcement.

Menurut Putri dan Yuliantini (2021), anak perempuan yang memiliki hubungan positif dengan ayah cenderung mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif, termasuk kemampuan untuk menunda gratifikasi, mengelola frustrasi, dan menggunakan strategi problem-solving dalam menghadapi tantangan emosional. Penelitian ini mengkonfirmasi temuan tersebut, di mana ketiga informan mendeskripsikan bahwa mereka belajar mengatur emosi mereka dengan mengamati dan menginternalisasi strategi yang digunakan ayah, seperti kesabaran, ketenangan dalam menghadapi stres, dan pendekatan systematic terhadap masalah.

Perbedaan Kualitatif Dukungan Ayah dan Implikasinya terhadap Perkembangan Emosional

Analisis terhadap perbedaan yang diartikulasikan oleh informan antara dukungan ayah dan figur pendukung lainnya mengungkapkan bahwa ayah memiliki fungsi yang unik dan tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh figur lainnya. Dukungan ayah cenderung berorientasi pada pengembangan kapasitas internal anak untuk menghadapi tantangan (resilience building), sementara dukungan figur lainnya lebih berorientasi pada pengurangan distress imediata.

Saragih (2019) menjelaskan bahwa ayah memiliki peran spesifik dalam mendorong anak perempuan untuk mengembangkan kemandirian emosional dan kemampuan untuk menghadapi tantangan dengan keberanian. Berbeda dengan ibu yang cenderung memberikan dukungan yang bersifat nurturing dan protective, ayah lebih cenderung untuk mendorong anak keluar dari comfort zone dan menghadapi situasi yang menantang. Saragih (2019) menekankan bahwa perbedaan gaya parenting ini bukan tentang superioritas satu figur terhadap yang lain, melainkan tentang komplementaritas fungsi yang keduanya penting bagi perkembangan emosional anak yang holistik.



Putri dan Yuliantini (2021) menambahkan bahwa anak perempuan yang memiliki hubungan yang kuat dengan ayah cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi, kemampuan akademik yang lebih baik, dan kemampuan untuk membentuk relasi romantis yang lebih sehat di masa dewasa. Hal ini karena ayah memberikan model tentang bagaimana laki-laki yang sehat secara emosional berperilaku, dan juga memberikan validasi tentang nilai dan kemampuan anak perempuan. Temuan penelitian ini mengkonfirmasi proposisi tersebut, di mana informan mendeskripsikan bahwa dukungan ayah membuat mereka merasa "cukup kuat untuk jangka panjang" dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri.

Ketakutan Kehilangan sebagai Manifestasi Attachment dan Kedalaman Relasi

Ketakutan kehilangan yang diungkapkan oleh ketiga informan, khususnya ketika mengontemplasikan kemungkinan kematian ayah atau ketidakhadiran ayah, merupakan indikasi yang kuat tentang kedalaman dan signifikansi attachment mereka terhadap ayah. Santrock (2018) menjelaskan bahwa individu dengan secure attachment akan mengalami distress ketika separasi dengan figur attachment terjadi, karena figur tersebut telah menjadi bagian integral dari struktur psikologis mereka. Figur attachment bukan sekadar seseorang yang memberikan bantuan praktis, tetapi seseorang yang telah menjadi organizing principle dalam kehidupan psikologis anak.

Schaefer dan Olson (2017) menegaskan bahwa kualitas attachment yang terbentuk pada masa kanak-kanak dan remaja akan terus mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu sepanjang kehidupan. Ketika attachment dengan ayah adalah secure dan bermakna, kehilangan atau kemungkinan kehilangan figur tersebut akan menghasilkan anxiety yang signifikan. Namun, Schaefer dan Olson (2017) juga menjelaskan bahwa anxiety ini bukanlah patologis, melainkan refleksi dari ikatan yang sehat dan bermakna.

Menariknya, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa ketakutan kehilangan dapat berfungsi sebagai motivator untuk memperkuat relasi dan meningkatkan perhatian terhadap kesejahteraan figur attachment. Saragih (2019) menjelaskan bahwa pengalaman krisis (seperti ketika ayah sakit) dapat menjadi turning point yang mengaktifkan empati yang lebih dalam dan perhatian yang lebih konsisten terhadap ayah. Hal ini menunjukkan bahwa attachment adalah proses dinamis yang terus berkembang sepanjang kehidupan, dan bahwa tantangan dalam relasi dapat menjadi kesempatan untuk memperkuat ikatan yang sudah ada.

Aspirasi Komunikasi Terbuka dan Implikasi untuk Fase Emerging Adulthood

Aspirasi ketiga informan untuk komunikasi yang lebih terbuka dan autentik dengan ayah merepresentasikan suatu gagasan penting tentang apa yang mereka pahami sebagai "kedekatan yang bermakna." Aspirasi ini tidak hanya tentang quantity (intensitas) dari keterlibatan ayah, tetapi tentang quality (kualitas) dari intersubjektivitas relasional.

Santrock (2018) menjelaskan bahwa pada fase emerging adulthood (18-25 tahun), individu mengalami transisi penting dalam relasi dengan orang tua. Relasi yang sebelumnya bersifat hierarkis dan one-directional mulai bertransformasi menjadi relasi yang lebih seimbang dan mutual. Anak perempuan pada fase ini tidak lagi sekadar mencari perlindungan dan dukungan dari ayah, tetapi juga mencari pengakuan sebagai individu mandiri dengan perspektif



yang bernilai. Mereka juga mulai menginginkan kesempatan untuk memberikan dukungan kepada ayah, bukan hanya menerima dukungan dari ayah.

Keterbatasan Pemahaman Ayah dan Paradoks Attachment

Temuan mengenai keterbatasan pemahaman ayah terhadap nuansa emosional anak mengungkapkan suatu paradoks fundamental dalam relasi attachment antara ayah dan anak perempuan. Di satu sisi, ayah menciptakan rasa aman yang memungkinkan anak untuk mengatasi tantangan emosional dan mengembangkan resilience. Di sisi lain, ketidaksempurnaan dalam komunikasi emosional ayah menciptakan celah di mana anak perempuan merasa tidak sepenuhnya dimengerti atau tidak cukup "dilihat."

Putri dan Yuliantini (2021) mengingatkan bahwa ketika ayah mampu menyediakan secure base namun tidak sepenuhnya memahami kebutuhan emosional anak, anak perempuan mungkin mengembangkan strategi adaptif yang melibatkan otonomi emosional yang prematur. Mereka belajar untuk mengatasi emosi mereka sendiri tanpa mengandalkan dukungan emosional dari ayah. Meskipun ini dapat menghasilkan kemandirian emosional yang kuat, hal ini juga dapat menghasilkan kesulitan dalam meminta bantuan emosional dan dalam membentuk relasi interpersonal yang intim di masa dewasa.

Saragih (2019) menyarankan bahwa untuk mengatasi paradoks ini, ayah perlu mengembangkan emotional intelligence dan kemampuan untuk membaca sinyal emosional anak yang lebih halus. Ayah juga perlu menciptakan ruang komunikasi yang aman di mana anak merasa nyaman untuk mengekspresikan keseluruhan spektrum emosi mereka, termasuk emosi yang rentan seperti ketakutan, kesedihan, atau ketidakpastian. Ketika ayah mampu merespons dengan empati dan validasi terhadap emosi-emosi ini, anak perempuan belajar bahwa semua emosi mereka adalah legitimate dan layak untuk diakui, dan bahwa mereka tidak perlu menyembunyikan atau menekan emosi mereka untuk menjaga keamanan relasi.

Implikasi untuk Konseling Keluarga dan Intervensi

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pendekatan konseling keluarga dan konseling individual untuk anak perempuan emerging adult. Pertama, konselor perlu memahami bahwa perkembangan emosional anak perempuan tidak dapat dipisahkan dari dinamika relasional dengan ayah, khususnya dalam hal bagaimana anak menginterpretasikan dukungan ayah dan mengintegrasikannya ke dalam struktur diri mereka.

Putri dan Yuliantini (2021) menyarankan bahwa intervensi konseling untuk meningkatkan kualitas relasi ayah-anak perempuan harus berfokus pada beberapa area kunci: (1) meningkatkan kemampuan komunikasi emosional ayah, (2) memfasilitasi ekspresi verbal kasih sayang dan validasi dari ayah kepada anak, (3) menciptakan ruang untuk komunikasi yang lebih mutual dan timbal balik, dan (4) membantu anak perempuan untuk mengartikulasikan kebutuhan emosional mereka secara eksplisit kepada ayah.

KESIMPULAN

Penelitian fenomenologi ini mengungkapkan bahwa kedekatan ayah dengan anak perempuan merupakan proses relasional yang kompleks dalam membentuk perkembangan



emosional. Ayah berfungsi sebagai secure base yang menyediakan fondasi keamanan emosional melalui dukungan yang berorientasi pada pengembangan resilience dan kemampuan menghadapi tantangan hidup. Ekspresi kasih sayang ayah melalui tindakan konkret dan konsisten menciptakan persepsi anak bahwa dirinya bernilai dan diperhatikan, membangun rasa aman yang memungkinkan eksplorasi emosional dan identitas diri.

Temuan juga mengungkapkan bahwa regulasi emosi anak perempuan terbentuk melalui proses identifikasi dan internalisasi terhadap pola emosional ayah. Meskipun pembelajaran emosional melalui modeling efektif mengembangkan strategi coping, proses internalisasi tidak selalu menghasilkan strategi yang adaptif, khususnya ketika anak belajar untuk menekan emosi guna melindungi kesejahteraan keluarga. Perbedaan fungsi dukungan ayah dibanding figur lain terletak pada orientasinya terhadap pengembangan kapasitas internal anak, bukan sekadar pengurangan distress imediata, sehingga dampak dukungan ayah bersifat jangka panjang dan transformatif.

Implikasi praktis penelitian ini menekankan pentingnya ayah mengintegrasikan ekspresi non-verbal dengan validasi verbal eksplisit dalam berkomunikasi dengan anak perempuan. Penciptaan ruang komunikasi yang aman di mana anak dapat mengekspresikan keseluruhan spektrum emosi tanpa perlu menyembunyikan atau menekan perasaannya menjadi kunci untuk perkembangan emosional yang sehat. Konseling keluarga dapat memfasilitasi transformasi relasi ayah-anak pada fase emerging adulthood, membantu keduanya mengembangkan komunikasi yang lebih autentik dan mutual. Selain itu, program edukasi orang tua yang berfokus pada pentingnya keterlibatan emosional ayah dan pengembangan emotional intelligence dapat menjadi intervensi preventif yang efektif untuk mendukung perkembangan emosional anak perempuan secara optimal.

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi bagaimana dinamika kedekatan ayah bervariasi lintas konteks budaya yang berbeda, serta bagaimana pengalaman anak perempuan dengan ayah yang tidak hadir atau memiliki hambatan relasional mempengaruhi perkembangan emosional mereka. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program konseling keluarga yang lebih responsif terhadap kebutuhan unik anak perempuan emerging adult dalam mengembangkan relasi yang sehat dengan ayah mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan artikel ini. Terima kasih kepada pihak yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian, sehingga penulis dapat memperoleh data yang diperlukan. Dan juga ucapan terima kasih atas saran serta bimbingannya kepada Ibu Wiwin Andriani, M.Pd., selaku dosen pengampu mata kuliah.

Penulis berharap artikel ini dapat memberikan kontribusi ilmiah dan menjadi bahan rujukan bagi pengembangan kajian terkait hubungan kedekatan ayah dengan perkembangan emosional anak perempuan. Segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk penyempurnaan karya selanjutnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Putri, A., & Yuliantini, R. (2021). *Peran Ayah dalam Pembentukan Regulasi Emosi Anak Perempuan*. Jurnal Psikologi Perkembangan, 12(2), 145–158.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-Span Development* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Saragih, R. (2019). Kedekatan Ayah dan Pengembangan Emosi Anak: Tinjauan Psikologis. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 7(1), 25–34.
- Schaefer, E. S., & Olson, D. H. (2017). *Parent-Child Interaction and Emotional Development*. Wiley.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Patilima, H. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.