LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.

GAMBARAN *SELF-DETERMINATION* PADA INDIVIDU DEWASA YANG MENGALAMI *FATHERLESS*

Adinda Nur Oktafia Rosadi[1*]
Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Email: 202210515014@mhs.ubharajaya.ac.id

Abstract

Adinda Nur Oktafia Rosadi.202210515014. Gambaran *Self-determination* pada Individu Dewasa yang Mengalami *Fatherless*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mendukung pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dan bagaimana pengalaman fatherless memengaruhi proses pemenuhan ketiga kebutuhan dasar. Fenomena *fatherless* dapat terjadi karena ketidakhadiran ayah secara fisik maupun emosional, yang dalam hal ini dapat memengaruhi individu untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasarnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis deskriptif. Subjek penelitian adalah dua orang mahasiswi yang mengalami kondisi *fatherless*. Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumetasi, kemudian dianalisis dengan metode yang dikembangkan Colaizzi meliputi membaca dan memahami hasil wawancara, menandai pernyataan yang penting, memberikan makna dari bagian penting, menyusun dan mengelompokkan makna menjadi sebuah tema, menyusun deskripsi tentang pengalaman subjek, merangkum esensi dari pengalaman subjek dan memvalidasi hasil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses *Self-determination* berlangsung dengan penuh tantangan, yang ditandai dengan munculnya kepercayaan yang rapuh terhadap hubungan interpersonal, bimbang, *insecure* dan kemandirian yang muncul karena tuntutan keadaan. Faktor yang mendukung *Self-determination* meliputi *support system* dan refleksi diri. Salah satu temuan penting dalam penelitian ini adalah refleksi diri sebagai unsur utama dalam memaknai pengalaman yang dialami individu. Saran dalam penelitian ini ditujukan kepada individu dewasa yang mengalami *fatherless* agar selalu menyayangi diri sendiri dan percaya bahwa setiap pengalaman dalam hidup membawa makna dan pembelajaran tersendiri. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah partisipan dan menggunakan pendekatan wawancara yang lebih terstruktur agar memperoleh data yang lebih kaya serta mendalam.

Keyword: *Self-determination*, Individu Dewasa, *Fatherless*, Refleksi

Abstrak

Adinda Nur Oktafia Rosadi.202210515014. Self-determination in Adult Individuals Experiencing Fatherlessness. This study aims to determine the factors that support the fulfillment of basic psychological needs and how the experience of fatherlessness affects the process of fulfilling these three basic needs. The phenomenon of fatherlessness can occur due to the physical or emotional absence of a

Article History
Received: Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026

Plagirism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

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

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889

father, which in this case can influence an individual's ability to fulfill their basic psychological needs. This study uses a qualitative approach with a descriptive phenomenological method. The subjects were two female students experiencing fatherlessness. Data collection methods were carried out through semi-structured interviews, observation, and documentation, then analyzed using the method developed by Colaizzi including reading and understanding the interview results, marking important statements, providing meaning from important parts, organizing and grouping meanings into a theme, compiling a description of the subject's experience, summarizing the essence of the subject's experience and validating the results. The results show that the self-determination process is full of challenges, characterized by the emergence of fragile trust in interpersonal relationships, hesitation, insecurity and independence that arise due to the demands of circumstances. Factors that support self-determination include a support system and self-reflection. One of the key findings of this study is the importance of self-reflection as a key element in interpreting an individual's experiences. This research recommends that adults experiencing fatherlessness practice self-compassion and believe that every experience in life carries its own meaning and learning. Future researchers are advised to expand the number of participants and use a more structured interview approach to obtain richer and more in-depth data
Keywords: *Self-determination*, *Adult Individuals, Fatherless*, Reflection

1. Pendahuluan

Pernikahan merupakan salah satu ikatan dalam kehidupan manusia yang menyatukan dua individu serta fondasi bagi terbentuknya keluarga sebagai unit sosial terkecil dalam masyarakat. Keberhasilan sebuah pernikahan tidak hanya diukur dari bersatunya dua insan, namun juga mengupayakan kesejahteraan bagi anggota keluarga, termasuk ketika pasangan memutuskan untuk memiliki keturunan dan menjadi orang tua. Dengan demikian, sebagai orang tua perlu bertanggung jawab untuk memastikan kesejahteraan hingga pemenuhan hak-hak anaknya (Zulfikar & Fathinuddin, 2023). Ditinjau dari perspektif hukum Islam, untuk menciptakan fondasi yang kuat dalam keluarga, seorang ayah maupun ibu harus menjalani kewajibannya sebagai orang tua (Adharsyah *et al*., 2024) Dengan kata lain, keduanya memiliki peran yang sama penting dalam perkembangan anak baik secara fisik, sosial, maupun secara psikologis. Namun pada kenyataannya, seringkali seorang ayah kurang memiliki waktu untuk berinteraksi dengan anak-anak mereka karena tuntutan pekerjaan (Junaidin *et al*., 2023).

Menurut Widhyastuti (2022) menyatakan bahwa dalam praktik pengasuhan sehari-hari, seorang ibu menjadi figur yang paling dominan terhadap pemenuhan kebutuhan anak, sementara keterlibatan ayah cenderung kurang optimal (Widhyastuti, 2022). Penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa faktanya dalam membentuk kepribadian maupun kesejahteraan anak, dibutuhkannya peran ayah yang seharusnya ada dalam keluarga (Dewi *et al*., 2025). Hal ini sejalan dengan pernyataan Dr. Wihaji seorang Menteri Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, yang menegaskan bahwa dalam banyak kasus peran ayah seringkali terabaikan atau hanya dipandang sebagai pencari nafkah. Kondisi ini diperkuat oleh anggapan dari sebagian

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.

masyarakat yang masih memiliki pandangan tradisional bahwa peran pengasuhan yang diberikan oleh ibu sudah dikatakan cukup. Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa masih banyak keluarga yang belum menempatkan peran ayah sebagai bagian penting dalam pengasuhan anak (DWN, 2025). Situasi ini yang kemudian melatarbelakangi munculnya fenomena *fatherless*, yakni kondisi ketika anak tumbuh dengan minimnya kehadiran figur ayah dalam kehidupannya. Terhitung hingga saat ini, fenomena *fatherless* tidak hanya menjadi perhatian dalam tingkat keluarga, melainkan telah berkembang menjadi isu global yang semakin mengkhawatirkan. Hal ini turut diperkuat oleh data dari UNICEF yang menunjukkan bahwa pada tahun 2021, sekitar 20,9% anak di Indonesia tidak merasakan kehadiran figur ayah dalam hidupnya. Indonesia sendiri tercatat sebagai negara dengan tingkat *fatherless* tertinggi di dunia, yang di mana kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah seperti ini perlu mendapatkan perhatian lebih (Dewi *et al*., 2025). Tingginya angka *fatherless* tentu tidak lepas dari berbagai faktor, seperti perceraian atau karena kematian ayah. Selain itu, terbatasnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan yang disebabkan karena tuntutan pekerjaann, membuat ayah jarang berada di rumah, sehingga anak berpotensi mengalami kondisi *fatherless* secara psikologis.

Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun yang sama juga memperlihatkan bahwa hanya 37,17% anak usia 0 hingga 5 tahun mendapatkan pengasuhan lengkap dari ayah dan ibu mereka. Angka ini mengindikasikan bahwa anak di Indonesia, berpotensi mengalami dampak negatif dari *fatherless*, terutama dalam hal kehilangan panutan dan arahan yang umumnya diberikan oleh seorang ayah (Diallo, 2018). Perasaan kehilangan yang dirasakan anak mulai muncul ketika anak mempertanyakan keberadaan ayahnya. Jika anak menerima jawaban yang memuaskan, ia mungkin akan menyimpan perasaan tersebut. Namun, jika jawaban yang didapat tidak memuaskan baginya, hal itu dapat menimbulkan kerinduan yang mendalam, rasa penasaran yang tidak terpecahkan, serta dilema dan kebingungan yang akan terus menghantui pikirannya hingga mencapai kematangan nalar dan kedewasaan (Hariyasasti *et al*., 2025).

Seorang anak dituntut agar dapat beradaptasi dengan situasi yang tidak ideal dalam menghadapi kenyataan seperti ini. Dampak dari ketidakhadiran ayah tidak hanya berhenti pada masa kanak-kanak, melainkan akan terus terbawa hingga dewasa. Pada masa ini, aspek perkembangan sosioemosi memainkan peran penting bagi individu dalam membangun relasi dan pengelolaan emosinya. Hal ini sejalan dengan pandangan Santrock (2011) yang menjelaskan bahwa pengalaman yang dialami individu pada masa dewasa awal turut menentukan bagaimana perkembangan mereka di masa mendatang, termasuk bagaimana gaya tempramennya. Pola tempramen yang terbentuk sejak masa kanak-kanak berperan penting pada bagaimana individu mengelola emosi dan beradaptasi dalam berbagai situasi, termasuk dalam menjalin hubungan dengan orang lain di masa dewasa.

Pola kelekatan yang dibangun melalui hubungan awal dengan orang tua juga turut membentuk pengalaman relasi individu dalam memaknai hubungannya dengan orang lain di kemudian hari. Lebih lanjut, pada masa ini individu mulai membentuk ketertarikan interpersonal dan cenderung mencari pasangan yang dirasa memiliki kesamaan nilai dan cara berpikirnya (Santrock, 2011). Menurut Erickson dalam penelitian Santrock (2011), jika individu gagal dalam membangun hubungannya dengan orang lain, maka ia akan berisiko mengalami perasaan terisolasi, kesepian, bahkan sulit untuk mempercayai orang lain (Santrock, 2011).

Peneliti menemukan kasus *fatherless* ini pada subjek SY dan RA. Subjek SY adalah seorang mahasiswi berusia 20 tahun yang tinggal di Bekasi Utara.

Berikut hasil wawancara subjek SY yang tergambar melalui kutipan berikut: "*Kalau saat aku masih kecil hal-hal yang paling aku ingat paling jelas itu yaitu adalah saat-saat hmmm kebersamaan bersama keluarga. Cuman saat itu, dari kecil juga di keluarga aku*

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

tuh figur Ayah itu tuh kadang tidak terlalu detail ya kak. Terus juga karena aku tinggalnya dari kecil itu pisah sama ayah aku, jadi hmmm aku kurang mendapatkan keseharian atau moment-moment bersama ayah. Hmm kalau untuk masih kecilnya aku biasanya menghabiskan waktu bersama bundaku dan adik perempuanku. Karena hmmm, yang itu lagi kak, karena ayahku dan bundaku itu dari aku kecil memang sudah pisah rumah. Walaupun mereka belum bercerai pun, udah pisah rumah." (Ve-SY1, 11-21, 28 Oktober 2025)

"Saat aku masih kecil, untuk perhatian dan kasih sayang yang aku dapatkan yang paling banyak banget dan utama yaitu dari Bundaku. Dan juga dari pihak Bundaku, yaitu seperti Nenek dan Kakekku, dan juga ada Om aku. Karena, emang aku juga kurang akses untuk ke keluarga Ayahku." (Ve- SY1, 31-34, 28 Oktober 2025)

Situasi *Fatherless* yang dialami subjek SY menggambarkan bahwa sejak kecil ia tidak memiliki moment kebersamaan dengan ayahnya. Subjek SY dalam kesehariannya lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan bunda dan adik perempuannya. Orang tuanya tidak tinggal bersama sejak ia masih kecil, meskipun saat itu belum resmi bercerai. Selain itu, subjek juga banyak memperoleh dukungan emosional dari keluarga pihak ibunya seperti kakek, nenek dan pamannya. Sementara keterlibatan ayah biologis selama kehidupan SY tidak terlihat dalam proses pengasuhan.

Subjek RA adalah seorang perempuan yang bekerja sebagai karyawan swasta, berusia 23 tahun, yang tinggal di Bekasi Utara. Berikut ini adalah hasil wawancara dengan subjek RA menyatakan:

"Soal ini saya ngga tau juga yaa. Karna dari kecil lebih sering nya sama tante. Tapi ini bukan berarti fatherless yang saya alami karna disebabkan sama tante saya yang suka bawa saya ya, bukan begitu. Tapi memang dari saya kecil, ayah saya tuh emang cuek banget. dan saya mah seneng-seneng aja dirumah tante, karna itu tadi, karna ada mainan, ada ps, dan lain-lain. seperti yang saya bilang sebelumnya, "semuanya tertutup dengan fasilitas". Suami tante yang sebagai ayah angkat saya juga minim banget ngasih dukungan emosional nya ke saya" (Ve-RA2, 168-175, 01 Januari 2026)

"Terus aku juga waktu kecil tuh seringnya sama pembantu aku. Sampai pada saat orang tua cerai, udah ngga pake pembantu lagi, dan itu waktu aku SMP cerainya. Terus pas aku lulus SMA, aku disuruh untuk memilih jalan aku sendiri. Mereka udah "lepas tangan" menyuruh aku mandiri" (Ve-RA1, 125-130, 27 November 2025)

"Kalau untuk peran menyayangi atau peran "ada" gituh, mereka cenderung sibuk dengan pekerjaannya. Walaupun mendarat di darat, mereka tetep kerja lagi. Bahkan aku sebenernya ngga dapet sih dari suaminya kaka mamah ku. Karena emang pas dia balik kesini tuh, dia nya sibuk kerja lagi. Dan, untuk soal perhatian pun, secukupnya aja. Jadi aku merasa kurang dapet juga. (Ve- RA1, 58-65, 27 November 2025)

Situasi *fatherless* yang dialami subjek RA menggambarkan bahwa pengalaman sejak ia kecil, tidak langsung membuatnya sadar bahwa dirinya mengalami *fatherless*. Dikatakan demikian karena perasaan nyaman yang dirasakan oleh subjek karena fasilitas yang ia dapatkan di rumah tante, seolah "menutupi" pengalaman *fatherless nya*. Seiring berjalannya waktu, orang tua subjek RA resmi bercerai pada saat ia masih duduk di bangku SMP. Pada masa SMA, tantenya mulai memberikan kebebasan kepada subjek untuk memilih jalan hidupnya sendiri. Selain itu, meskipun subjek RA tinggal bersama dengan tante dan suami tante, ia merasa bahwa perhatian

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.

yang didapat dari keduanya sangat minim, terutama suami tante yang jarang berada dirumah karena tuntutan pekerjaan. Ketika dirumah pun masih sibuk dengan pekerjaannya. Hal ini tentu membuatnya tidak merasakan kehadiran secara emosional dari figur laki-laki tersebut yang mengindikasikan adanya kekosongan peran ayah dalam perkembanganannya sekaligus minimnya keterlibatan pria dewasa yang berfungsi sebagai figur pengasuhan dan pemberi rasa aman. Situasi dan kondisi yang dialami subjek disebut sebagai *fatherless*.

Fatherless menggambarkan situasi di mana seorang anak yang memiliki ayah, namun figur ayah tidak menjalankan perannya secara maksimal selama proses pertumbuhannya (Fajarrini & Umam, 2023). Akibatnya anak tidak merasakan kehadiran, dukungan atau keterlibatan secara penuh. Ketidakhadiran ayah akibat kematian tentu membuat seorang anak dianggap yatim. Meskipun demikian, seorang anak dapat merasakan keadaan "yatim" jika ayah tersebut meninggalkan tanggung jawabnya sebagai orang tua. Hal seperti ini dapat membuat anak merasa bahwa ia mengalami kondisi yang serupa dengan "yatim sebelum waktunya" (Yusriyah *et al*., 2024). Ketika salah satu figur pengasuhan tidak hadir secara maksimal, maka perkembangan psikologis anak cenderung tidak seimbang (Nindhita & Pringgadani, 2023). Peran ibu umumnya berkaitan berkaitan dalam membentuk empati, regulasi emosi dan kasih sayang. Sementara itu, absennya ayah dalam kasus *fatherless* ini dapat menghambat perkembangan aspek-aspek seperti logika, maskulinitas, kemampuan menyelesaikan masalah, pengambilan keputusan, kemandirian dan ketegasan.

Fenomena yang telah peneliti temukan di lapangan menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami *fatherless* sejak kecil, meskipun dengan dinamika keluarga yang berbeda. Subjek SY tinggal bersama dengan ibu kandungnya, kakek, nenek dan paman pada saat subjek kecil. Ibu subjek SY memutuskan untuk menikah kembali setelah bercerai dengan suaminya, sehingga subjek SY tinggal bersama dengan ayah tiri dan ibu kandungnya. Adanya kehadiran figur-figur tersebut tentu tidak sepenuhnya menggantikan peran ayah sebagai sumber kelekatan emosional yang stabil. Subjek SY juga mengungkapkan bahwa ayah kandungnya tidak menjalankan tanggung jawab nafkah dengan semestinya. Sementara itu, subjek RA di asuh oleh tante dan suami tante setelah perceraian orang tuanya. Meskipun suami tante sebagai figur laki-laki menunjukkan perhatian, namun intensitasnya sangat terbatas karena ia jarang ada dirumah yang disebabkan oleh tuntutan pekerjaan, sehingga subjek merasa tidak mendapatkan kasih sayang yang cukup dari figur laki-laki tersebut. Kedua kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan *relatedness* yang tidak terpenuhi secara optimal menurut teori *Self-determination*.

Self-determination adalah teori motivasi yang menjelaskan bagaimana manusia dapat berkembang secara "sehat" jika memenuhi tiga kebutuhan dasar psikologis, diantaranya yaitu *autonomy*, *competence* dan *relatedness* (Ryan & Deci, 2017). Pada aspek *autonomy* artinya tindakan yang dilakukan individu berjalan sesuai dengan keinginan sendiri bukan semata-mata demi menyenangkan orang lain ataupun karena "dipaksa" oleh suatu keadaan. Pada aspek *competence* artinya rasa mampu atau percaya diri, di mana individu melihat serta menilai kemampuan yang ada dalam dirinya. Di samping kedua kebutuhan tersebut, *Self-determination* juga mencakup kebutuhan individu untuk merasa terhubung dengan orang lain atau yang dikenal sebagai *relatedness*. Secara teoritis, *fatherless* dapat berpotensi memengaruhi pemenuhan tiga kebutuhan dasar psikologis dalam teori *Self-determination*. Keterlibatan ayah yang rendah dapat menghambat terbentuknya *autonomy* pada anak karena tidak ada role model untuk dijadikan contoh dalam pengambilan suatu keputusan. Pada aspek *competence*, kondisi *fatherless* dapat berdampak pada bagaimana anak saat menilai dirinya secara positif karena ia tidak mendapat arahan yang umumnya diberikan oleh figur ayah dalam proses pemecahan

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

masalah. Sementara itu, aspek *relatedness* juga berdampak pada anak dalam membangun rasa aman, kepercayaan maupun hubungan sosial dengan orang lain.

Berdasarkan pada fenomena yang terjadi di lapangan, kebutuhan *relatedness* yang tidak terpenuhi secara optimal akan berpengaruh pada pola kemandirian (*autonomy*) dan rasa mampu (*competence*) yang berkembang pada subjek SY dan subjek RA sejak kecil hingga dewasa.

Secara keseluruhan, baik subjek SY maupun subjek RA menunjukkan upaya dalam menjalani berbagai tuntutan hidup. Meskipun keduanya mampu menyelesaikan banyak hal, terdapat kebutuhan yang sama akan kehadiran seorang ayah dalam proses perkembangan mereka, karena kehilangan figur ayah membuat mereka merasa kehilangan sosok panutan yang dapat memberikan arahan dalam menghadapi fase kehidupan.

Fenomena ini memperlihatkan bahwa figur ayah sangat penting dalam pembentukan arah hidup seorang anak, karena kehadirannya tidak hanya berfungsi sebagai penunjuk arahan, namun juga sebagai *role model* dalam menghadapi tantangan, mengambil suatu keputusan serta membangun rasa aman dalam hubungan sosial. Namun, jika figur ayah tidak terpenuhi secara optimal, maka individu berpotensi menghadapi tantangan dalam perkembangan psikologis maupun sosialnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Hardianita *et a1.*, (2024), menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial turut membantu individu dewasa merasa nyaman, merasa didukung dan dicintai oleh lingkungannya. Dengan kata lain, dukungan sosial juga ada hubungannya dengan kebahagiaan individu dewasa yang mengalami *fatherless* (Hardianita *et al.*, 2024). Selain itu, dorongan yang diberikan seorang ayah terhadap kemampuan dan potensi anak turut memperkuat motivasi serta keyakinan anak terhadap bagaimana ia menilai dirinya sendiri (Kusumawardhani & Mamesah, 2020).

Gambaran dampak emosional dan perilaku pada individu yang mengalami *fatherless* tidak hanya dialami secara individual, melainkan pola yang muncul secara konsisten pada banyak anak dengan kondisi serupa. Dampak yang dirasakan tersebut meliputi perasaan kesepian, kecemburuan, kesedihan, duka, perasaan kehilangan, kurangnya kemampuan mengendalikan diri, keberanian mengambil risiko yang lebih tinggi, serta kecenderungan untuk bertindak secara impulsif (Junaidin *et al.*, 2023). Oleh karena itu, dalam beberapa tahun terakhir, fenomena *fatherless* seringkali dikaitkan dengan berbagai dinamika psikososial yang dialami individu sejak masa kanak-kanak hingga dewasa.

Temuan dari penelitian terdahulu juga mengungkap bahwa ketiadaan figur ayah dapat memberikan dampak signifikan terhadap aspek-aspek psikologis individu seperti munculnya perasaan bahwa hidupnya seperti kehilangan arah, merasa tidak bermakna bahkan perilaku yang menyimpang (Salsabila *et al.*, 2020). Pada penelitian ini, teori *Self-determination* digunakan sebagai landasan untuk menjelaskan dinamika psikologis yang dialami individu dengan kondisi *fatherless*. *Self-determination theory* menekankan bahwa terdapat tiga kebutuhan psikologis utama, yaitu *autonomy*, *competence* dan *relatedness*, yang menjadi dasar dalam melihat perkembangan motivasi maupun kesejahteraan individu. Kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi ini sangat berperan penting dalam pembentukan diri maupun perkembangan individu di masa dewasanya.

Pembahasan terkait *Self-determination theory* yang menekankan pada tiga kebutuhan psikologis dasar yang harus terpenuhi, saling berkaitan dengan bagaimana individu membentuk identitas dirinya, mengambil suatu keputusan serta menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Apabila salah satu kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka fungsi psikologis seseorang

dapat terganggu. Dengan demikian, *Self-determination* menjadi kerangka yang relevan untuk memahami bagaimana dampak *fatherless* dapat memengaruhi *self-determination* dari setiap individu, karena ketiadaan figur ayah berpotensi menghambat pemenuhan kebutuhan emosional yang dibutuhkan anak untuk berkembang secara optimal. Adanya fenomena ini mendorong peneliti untuk mengeksplorasi lebih jauh tentang bagaimana individu yang tumbuh tanpa kehadiran ayah dapat memenuhi kebutuhan *autonomy, competence*, dan *relatedness* dalam menjalani hidupnya. Oleh karena itu, judul penelitian ini adalah "Gambaran *Self-determination* pada Individu Dewasa yang Mengalami *Fatherless*" untuk mengetahui bagaimana *Self-determination* seorang anak yang mengalami *fatherless* dengan menggali kehidupannya sehari-hari

2. Tinjauan Pustaka

Self-Determination adalah konsep psikologis yang menjelaskan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan untuk mengambil keputusan yang berasal dari dirinya sendiri, merasa percaya dengan kemampuannya dan memiliki hubungan yang positif dengan orang lain (Ryan & Deci, 2000). Teori ini menekankan perbedaan antara motivasi yang muncul karena dipengaruhi oleh tekanan luar dengan motivasi yang muncul dari dalam diri, kemudian kedua bentuk motivasi tersebut dianalis ke dalam perspektif perkembangan manusia secara psikologis maupun biologis (Ryan & Deci, 2000). Teori *Self-Determination* (SDT) yang dikembangkan oleh Richard M. Ryan dan Edward L. Deci (1980) merupakan salah satu konsep psikologis yang memandang manusia sebagai makhluk yang secara alami terdorong untuk berkembang, percaya terhadap kemampuan dirinya dan membangun hubungan yang bermakna dengan menginternalisasi nilai-nilai sosial melalui pemenuhan tiga kebutuhan dasar: *autonomy*, *competence* dan *relatedness*.

Ketiga kebutuhan dasar pada teori *Self-determination* berkontribusi terhadap kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi agar individu dapat berfungsi secara optimal, termotivasi secara intrinsik hingga mencapai kesejahteraan secara psikologis. 1) *Autonomy* merujuk pada tindakan yang dilakukan berasal dari keinginan pribadi dan bukan karena suatu keadaan. Konsep *Self-determination* pada aspek *autonomy* jelas berbeda dengan independence. Independence artinya melakukan segala sesuatunya sendiri, sedangkan *autonomy* berarti melakukan sesuatu secara sukarela yang sesuai dengan keinginan pribadi. 2) *Competence* merujuk pada perasaan mampu terhadap diri sendiri dengan menjalankan sesuatu dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain. Dengan kata lain, individu merasa memiliki kesempatan dan dukungan dari lingkungan sekitarnya untuk menggunakan, mengembangkan serta menunjukkan kemampuan yang dimiliki (Ryan & Deci, 2000). Kebutuhan akan kompetensi dapat menjadi suatu hambatan bagi individu yang mungkin kurang mendapatkan dukungan, arahan atau dorongan dari figur ayah jika hal ini dikaitkan dengan konteks *fatherless*. Tanpa kehadiran figur ayah, individu cenderung merasa kurang percaya diri atau kurang mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan kemampuan tertentu. 3) *Relatedness* merujuk pada kebutuhan untuk merasa terhubung dan diterima dengan orang lain (Ryan & Deci, 2000).

Individu yang tumbuh tanpa figur ayah memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk merasa dihargai, diterima hingga kebutuhan agar memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain. Ketika hubungan yang ia jalani berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan, maka akan menimbulkan perasaan aman dan nyaman. Namun di sisi lain, ia tetap bisa merasa cemas atau takut bahwa hubungan tersebut akan hilang, meskipun ia terlibat dalam hubungan yang positif.

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

Perasaan takut ditinggalkan ini muncul sebagai upaya dalam mempertahankan hubungan yang dianggap penting baginya.

Ryan dan Deci, (2000) mendefinisikan *Self-determination* sebagai teori yang menjelaskan bagaimana manusia menjalankan fungsi psikologisnya, hal-hal yang membuatnya termotivasi, serta apa yang membuat motivasi itu menurun (Ryan & Deci, 2000). Berdasarkan definisi tersebut, terlihat bahwa *Self-determination theory* menekankan pentingnya pemenuhan terhadap kebutuhan psikologis dasar agar individu dapat berkembang secara optimal. *Self-determination* individu akan mengalami perkembangan jika kebutuhan psikologis dasar seperti *autonomy*, *competence* dan *relatedness* terpenuhi dengan baik. Dengan demikian, *Self-determination* menjadi salah satu kerangka teori yang dapat menjelaskan bagaimana individu yang mengalami *fatherless* dapat berupaya untuk memenuhi kebutuhan dasar psikologisnya.

Penelitian mengenai ketiadaan figur ayah atau *fatherless* menunjukkan dampak yang luas terhadap perkembangan anak, termasuk pada aspek emosional. Sejumlah penelitian empiris menunjukkan adanya dampak dari kondisi *fatherless* melalui variabel lain seperti *self-esteem*. Penelitian mengenai *self-esteem* ini memberikan gambaran bagaimana ketiadaan figur ayah memengaruhi pandangan atau penilaian individu terhadap dirinya. Salah satunya dapat dilihat pada penelitian Dwianti *et al*., (2024) di mana individu yang mengalami kondisi *fatherless* cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah seperti merasa kesulitan ketika harus berusaha mencapai sesuatu karena tidak mendapatkan dukungan yang utuh dari kedua orang tua, cenderung memandang dirinya dengan penilaian yang negatif, merasa tidak dicintai dan dihargai hingga menyalahkan diri sendiri (Dwianti *et al*., 2024). Temuan mengenai rendahnya *self-esteem* pada individu *fatherless* mengindikasikan adanya kebutuhan psikologis dasar yang tidak terpenuhi, yang terlihat pada kecenderungan individu dalam memandang dirinya. Hal ini sejalan dengan konsep *Self-determination theory* (SDT) yang relevan untuk menjelaskan bagaimana ketiadaan figur ayah dapat memengaruhi perkembangan diri indiviu.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa *Self-determination theory* (SDT) menekankan pentingnya tiga kebutuhan psikologis dasar sebagai sebuah fondasi dalam perkembangan psikologis yang optimal. Ketiga kebutuhan ini berperan terhadap bagaimana individu memandang dirinya, mengambil suatu keputusan serta membangun hubungan dengan orang lain. Ketika kebutuhan-kebutuhan dasar ini terpenuhi, individu cenderung akan melihat dirinya secara lebih positif, merasa yakin terhadap kemampuannya serta dapat membangun hubungan yang stabil dengan orang lain.

3. Metodologi

Penelitian mengenai *Self-determination* pada individu dewasa yang mengalami kondisi *fatherless* menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif. Menurut Sugiyono (2023), metode penelitian kualitatif sering disebut juga sebagai metode penelitian yang naturalistik karena dalam proses penelitiannya, hanya dilakukan dalam kondisi yang alami. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam menentukan partisipan. Subjek dalam penelitian ini adalah individu perempuan dewasa yang mengalami *fatherless*. Dalam penelitian ini, subjek berbeda dari informan. Subjek adalah pihak yang mengalami secara langsung fenomena tersebut, sedangkan informan adalah individu yang mengetahui atau menjadi saksi perjalanan hidup subjek. Lokasi penelitian untuk kedua subjek dilakukan di area Masjid, yang berlokasi di Universitas di Bekasi Utara tempat subjek menempuh studinya. Pemilihan area Masjid sebagai lokasi wawancara didasarkan pada kesediaan kedua subjek. Mereka merasa nyaman dan tidak keberatan untuk diwawancarai di tempat tersebut. Selain itu, area Masjid dinilai cukup tenang dan minimnya gangguan, sehingga memungkinkan peneliti

untuk melakukan wawancara dengan fokus. Teknik wawancara yang dilakukan oleh peneliti yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi.

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian dan pembahasan diperoleh dari proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu dengen merepresentasikan secara menyeluruh terkait pengalaman responden dalam temuan utama penelitian. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti menyimpulkan kerangka hasil penelitian yaitu:

a) Rapuhnya *trust* dalam relasi interpersonal
   Pada tahap awal, peneliti menemukan temuan baru dari kedua subjek, yang di mana temuan ini menunjukkan bahwa kondisi *fatherless* sangat berpengaruh terhadap bagaimana kualitas hubungan interpersonal, khususnya terkait dalam aspek kepercayaan terhadap orang lain. Tanpa disadari, kondisi yang disebabkan oleh ketidakhadiran figur ayah dalam kehidupan membuat kedua subjek menjadi lebih berhati-hati dan cenderung memiliki pikiran negatif terhadap orang lain, terutama dalam hal kepercayaan.

b) Bimbang
   Berbicara mengenai kepercayaan terhadap orang lain, muncul rasa bimbang yang memengaruhi subjek ketika menentukan suatu keputusan. Pada saat subjek ingin menentukan suatu keputusan, baik keputusan besar maupun keputusan kecil sekalipun, keduanya sama-sama menunjukkan rasa takut akan kegagalan, bagaimana risiko yang akan terjadi jika pilihannya ternyata salah dan apakah dirinya mampu untuk mengatasi hal tersebut.

c) *Support system*
   Disamping itu setelah munculnya hal-hal yang berkaitan dengan tingkat kepercayaan dan rasa bimbang, temuan lain yang muncul dari kondisi *fatherless* pada kedua subjek yaitu terkait dengan *support system*. Adanya *support system* ini merujuk pada keberadaan orang-orang terdekat subjek yang memberikan dukungan emosional maupun memberikan saran-saran yang dapat membantu meringankan segala kesulitan yang dialami oleh kedua subjek.

d) *Insecure*
   Secara umum, perasaan *insecure* berarti perasaan yang tidak aman. Perasaan yang dimiliki individu ketika dirinya merasa kurang, merasa terancam hingga cenderung membanding-bandingkan diri dengan orang lain. Perasaan tidak aman atau *insecure* itu sendiri tidak bisa digeneralisasikan. Pada sebagian orang ada kaitannya, namun bukan satu-satunya penyebab. Adanya figur ayah jelas berperan penting dalam membentuk rasa aman untuk anaknya. Namun, pada individu yang mengalami *fatherless*, ia bisa tumbuh dengan pola pikir seperti anggapan bahwa dirinya tidak berharga, menjalani semuanya seorang diri dan muncul perasaan iri ketika melihat kedekatan anak dengan ayah mereka.

e) Kemandirian
   Kemandirian merupakan kemampuan individu untuk mengelola hidupnya sendiri secara sadar tanpa bergantung pada orang lain, baik secara finansial, emosional maupun ketika menentukan suatu keputusan. Kemandirian pada individu *fatherless* seringkali terbentuk karena suatu keadaan, bukan murni karna keinginan. Hal ini membuat individu melakukannya atas dasar “terpaksa”.

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

f) Refleksi
Tahapan akhir dari gambaran *self-determination* pada kedua subjek yaitu refleksi diri. Adanya refleksi diri membantu individu agar menyadari bahwa pengalaman hidupnya sebagai tahap awal dalam memaknai pengalaman tersebut tanpa memberikan penilaian negatif.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil temuan lapangan serta analisis pada kedua subjek penelitian, maka didapatkan gambaran bahwa ketidakhadiran dari figur ayah memberikan dampak yang cukup kuat terhadap kebutuhan psikologis dasar manusia seperti *autonomy*, *competence* dan *relatedness* sebagaimana dijelaskan dalam teori *Self-determination*.

Kedua subjek menunjukkan bahwa kondisi *fatherless* yang dialami memberikan dampak yang cukup kuat terhadap aspek kehidupan sebagaimana dijelaskan dalam teori *Self-determination*. Kemandirian yang terbentuk lebih dipengaruhi oleh tuntutan situasi, bukan berasal dari dorongan internal. Kondisi tersebut kemudian diikuti dengan munculnya rasa bimbang terhadap kemampuan diri saat menentukan suatu keputusan, hingga memengaruhi cara subjek dalam membangun hubungan interpersonal dengan orang lain baik dalam hubungan pertemanan maupun hubungan romantis.

Dengan adanya proses tersebut, peneliti menemukan temuan baru bahwa pengalaman *fatherless* mendorong kedua subjek untuk melakukan refleksi diri mengenai apa yang terjadi dalam kehidupannya.

Daftar Referensi

Adharsyah, M., Sidqi, M., & Rizki, M. A. (2024). *PERNIKAHAN DALAM PERSPEKTIF HUKUM ISLAM*. *2*(1), 44–53.

Dewi, M. S., Sukmawati, D., & Mulyeni, S. (2025). *Makna Kehilangan Ayah bagi Mahasiswa Studi Kualitatif Perbedaan Fatherless Akibat Perceraian dan Kematian*. https://doi.org/https://doi.org/10.61132/observasi.v3i3.1422

Diallo, G. (2018). *Fathers are one of the best, yet most underutilized child development resources – UNICEF*. https://www.unicef.org/press-releases/fathers-are-one-best-yet-most-underutilized-child-development-resources-unicef

Dwianti, S., Riza, W. L., & Aisha, D. (2024). *Self-esteem in Fatherless Adolescent is reviewed by Parental Attachment and Peer Relationship Harga Diri Remaja Kehilangan Peran Ayah Ditinjau dari Kelekatan Orang Tua dan Hubungan Teman Sebaya*. *12*(3), 333–340.

DWN. (2025). *Tingkatkan Peran Ayah dalam Keluarga, Menteri Wihaji Luncurkan Program GATI*. 22/04/2025. https://nasional.kompas.com/read/2025/04/22/20550801/tingkatkan-peran-ayah-dalam-keluarga-menteri-wihaji-luncurkan-program-gati?page=all

Fajarrini, A., & Umam, A. N. (2023). *DAMPAK FATHERLESS TERHADAP KARAKTER ANAK DALAM PANDANGAN ISLAM*. *3*(1), 20–28. https://doi.org/http://dx.doi.org/ 10.32665/abata.v2i1.1425

Hardianita, S. L., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2024). *Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Perempuan Dewasa Awal Fatherless*. *1*, 135–146. https://doi.org/https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10421

Hariyasasti, Y., Kristanti, E. Y., Setyawati, L., Widayati, N. S., Widjanarko, & Lestari, I. (2025). *Dampak Fatherless terhadap Perkembangan Emosional dan Psikologis Anak Usia Dini*. *5*(2), 10291–10301.

John W. Santrock. (2011). *LIFE-SPAN DEVELOPMENT PERKEMBANGAN MASA-HIDUP* (N. I. Sallama (ed.); B. Widyasinta (trans.)). Penerbit Erlangga.

Junaidin, Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). *Kecemasan terhadap Pernikahan pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless*. *05*(04), 2. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2839

Kusumawardhani, D. D., & Mamesah, M. (n.d.). *GAMBARAN PENERIMAAN DIRI SISWA YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANGTUA*. *9*(2), 138–149. https://doi.org/https://doi.org/10.21009/INSIGHT.092.04

Nindhita, V., & Pringgadani, E. A. (2023). *Fenomena Fatherless dari Sudut Pandang Wellbeing Remaja (Sebuah Studi Fenomenologi)*. *23*, 46–51.

Richard M. Ryan, & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. The Guilford Press.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*. *55*(1), 68–78.

Salsabila, S., Junaidin, & Hakim, L. (2020). *PENGARUH PERAN AYAH TERHADAP SELF ESTEEM MAHASISWA*. *3*(1), 24–30.

Widhyastuti, C. (2022). *“ My Husband dan Me ”: Bagaimana Co-parenting pada Ibu ? 4*(1), 26–34.

Yusriyah, A. D., Widyastuti, W., Nastiti, D., & Yakubovna, M. (2024). *Dynamics Of Self-Acceptance Of Early Adult Women Who Experience Fatherlessness*. Atlantis Press SARL. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-247-7

Zulfikar, F. (2023). *HAK DAN KEWAJIBAN ORANG TUA TERHADAP ANAK BERDASARKAN PASAL 45 UNDANG UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974 TENTANG PERKAWINAN*. *2*(1), 31–39.