

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi

Banjarmasin adalah kota terbesar di Provinsi Kalimantan Selatan, Indonesia. Kota ini pernah menjadi ibu kota Provinsi Kalimantan dari tahun 1945 hingga 1956, kemudian berfungsi sebagai ibu kota Kalimantan Selatan dari tahun 1956 hingga 2022. Dahulu, setelah Pangeran Samudera naik tahta sebagai raja di Banjarmasin, permukiman orang Melayu ini juga berkembang menjadi sebuah pelabuhan yang dikenal dengan nama “Bandar Masih”, dan selanjutnya menjadi pusat pemerintahan kerajaan baru di wilayah Kuin. Kota Banjarmasin resmi berdiri pada tahun 1526, yang juga menjadi simbol kemenangan Pangeran Samudera atas kerajaan di pedalaman. Aktivitas perdagangan pun meningkat pesat, membuka jalur interaksi budaya dengan berbagai bangsa, serta mendorong pertumbuhan ekonomi komersial. Seiring waktu, Banjarmasin berkembang menjadi kota perdagangan yang ramai dan menjadi tujuan berbagai suku serta bangsa.¹

Kota Banjarmasin secara geografis terletak di antara 3°15' hingga 3°22' Lintang Selatan dan 114°98' Bujur Timur, dengan ketinggian rata-rata sekitar 0,16 meter di bawah permukaan laut. Luas wilayah kota ini sekitar

¹ Ramli Nawawi, Tammy Ruslan, and Yustan Aziddin, *Sejarah Kota Banjarmasin* (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1986), 10.

72,0776 km² atau 7.207,76 hektar, yang terdiri atas lahan bangunan seluas 1.861,85 hektar (25,8%), lahan perkebunan 1.980,20 hektar (27,5%), lahan persawahan 2.746,81 hektar (38,1%), area jalan dan sungai 426,26 hektar (5,9%), serta lahan rawa dan tanah kosong seluas 192,54 hektar (2,7%). Pusat kota terletak di dataran delta pada muara cabang Sungai Barito, dengan kondisi tanah yang sebagian besar berupa rawa-rawa dan kerap tergenang air.²

Adapun visi dan misi Kota Banjarmasin adalah

a. Visi

Visi menggambarkan arah pembangunan atau kondisi masa depan daerah yang ingin dicapai dalam masa jabatan selama lima tahun. Dengan mempertimbangkan potensi, kondisi, permasalahan, tantangan dan peluang yang ada di Kota Banjarmasin, maka visi pembangunan daerah yang hendak dicapai adalah: “Banjarmasin Barasih wan Nyaman dan Lebih Bermartabat”.

b. Misi

Misi merupakan pernyataan umum yang menggambarkan langkah-langkah strategis yang akan ditempuh untuk mewujudkan visi yang telah ditetapkan. Misi yang dirumuskan dengan baik berfungsi untuk memperjelas arah pencapaian visi, sekaligus merinci tindakan yang perlu dilakukan. Dalam dokumen perencanaan, misi memegang peranan penting sebagai landasan dalam menetapkan tujuan, sasaran,

² Ramli Nawawi, Tammy Ruslan, and Yustan Aziddin, 7.

serta arah kebijakan pembangunan. Sejalan dengan visi serta mempertimbangkan dinamika perubahan paradigma dan tantangan masa depan, maka ditetapkan enam misi pembangunan Kota Banjarmasin, yaitu:

- 1) Meningkatnya daya saing usaha ekonomi lokal berbasis Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Digital serta penguatan industri dan sarana distribusi perdagangan;
- 2) Meningkatkan derajat kesehatan dan pendidikan masyarakat untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia;
- 3) Memperkuat ketertiban, ketentraman, dan keamanan masyarakat;
- 4) Meningkatkan kualitas pengelolaan infrastruktur yang terintegrasi dengan penataan ruang dan lingkungan;
- 5) Mengembangkan pariwisata berbasis sungai dan memperkuat nilai budaya Banjar dalam sendi kehidupan masyarakat; dan
- 6) Meningkatkan pelayanan kepada masyarakat berbasis teknologi informasi.

2. Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan selama enam hari dengan pelaksanaan sebagai berikut:

TABEL 4.1 PROSEDUR PENELITIAN

No	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	Selasa dan Rabu, 6-7 Mei 2025	09.00 WITA-Selesai	Menyebarkan Pamflet dimedia sosial untuk mencari subjek yang	Menyebarkan melalui story

			sesuai dengan kriteria dan bersedia untuk diwawancarai	Instagram danWhatsapp
3	Jum'at, 9 Mei 2025	-12.30 WITA-Selesai -15.00 WITA-Selesai	-Wawancara dengan subjek pertama ES Wawancara dengan subjek kedua HT	Rumah Subjek
4	Sabtu, 10 Mei 2025	10.00 WITA-Selesai	Wawancara dengan subjek ketiga FL	Cafe Kisah kita

3. Penyajian Data

a. Identitas Subjek

Dalam penelitian ini peneliti menemukan tiga orang subjek yang memenuhi kriteria dan bersedia untuk diwawancarai terkait ketidakhadiran peran ayah dalam hidup mereka dan *toxic relationship* yang sedang dijalani subjek bersama pacarnya. Adapun ketiga data subjek dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

TABEL 4.2 IDENTITAS SUBJEK

No	Nama	Usia	<i>Fatherless</i>	<i>Toxic relationship</i>	Lama Berpacaran	Pekerjaan
1	ES	22	Perceraian	Kekerasan psikologis	2 Tahun	Mahasiswi
2	HT	24	Perceraian	Kekerasan psikologis	5 Tahun	Mahasiswi
3	FL	20	Perceraian	Kekerasan psikologis dan fisik	7 Bulan	Mahasiswi

b. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini terdiri dari 3 orang, dengan kriteria yaitu perempuan dewasa awal berusia 20-25 tahun dan memiliki kondisi *fatherless* dan sedang

menjalin hubungan *toxic* dengan pacarnya. Untuk mendapatkan gambaran mengenai subjek penelitian ini, maka dibawah ini diuraikan deskripsi subjek sebagai berikut:

1) Subjek ES

Subjek ES seorang perempuan berusia 22 tahun, ES merupakan mahasiswi semester 6 di salah satu perguruan tinggi di Kota Banjarmasin. Ia memiliki postur tubuh sedang dengan tinggi sekitar 153 cm dan berat badan kurang lebih 39 kg, sehingga secara fisik ES tampak sangat kurus, dengan warna kulit kuning langsung. Proses wawancara dilakukan di kediaman subjek (kos) di siang hari. Pada saat wawancara berlangsung Subjek ES terlihat masih memakai daster rumahan tanpa jilbab sehingga terkesan sangat santai. peneliti dan subjek sebelumnya sudah pernah saling kenal, sehingga proses wawancara tidak mengalami banyak kendala, subjek ES menceritakan pengalaman dan menjawab pertanyaan dengan terbuka kepada peneliti. Bahkan pada beberapa momen, mata ES terlihat berkaca-kaca sambil menahan air mata, terutama ketika menceritakan tentang ayahnya.

2) Subjek HT

Subjek HT adalah perempuan berusia 24 tahun yang sedang menempuh pendidikan di semester 8 pada salah satu perguruan tinggi di Kota Banjarmasin. HT memiliki postur tubuh sedang dengan tinggi kurang lebih 158 cm dan berat sekitar 53 kg. Secara fisik, peneliti menangkap kesan bahwa HT tampak kurus dengan warna kulit kuning langsung. Selama

proses wawancara, terlihat ada beberapa pertanyaan yang kurang dipahami oleh HT, namun ia tetap berusaha memahami dengan menanyakan ulang kepada peneliti. Setelah wawancara selesai, HT melanjutkan percakapan dengan peneliti dan menanyakan bagaimana cara keluar dari hubungannya dengan sang pacar. Ia juga menunjukkan keinginan untuk pergi ke psikolog, dengan menanyakan kisaran biaya dan meminta rekomendasi dari peneliti mengenai psikolog yang sesuai dengan permasalahannya. Menjelang akhir pertemuan, HT mengucapkan terima kasih kepada peneliti karena telah mendengarkan ceritanya. Ia mengaku bahwa selama ini belum pernah menceritakan masalah hubungannya dengan sang ayah kepada siapa pun.

3) Subjek FL

Subjek FL adalah seorang perempuan berusia 20 tahun yang sedang menempuh pendidikan di semester 2 di salah satu perguruan tinggi di Kota Banjarmasin. FL memiliki postur tubuh tinggi dengan tinggi badan sekitar 162 cm dan berat badan sekitar 54 kg. Berdasarkan pengamatan peneliti, secara fisik FL terlihat kurus dan memiliki warna kulit putih. Saat proses wawancara berlangsung FL memakai baju organisasinya dan tampak memakai riasan wajah yang terlihat rapi dan *flawless*. Namun, setelah wawancara selesai dan peneliti meminta izin untuk berfoto bersama, FL memilih untuk mengganti bajunya terlebih dahulu karena tidak ingin identitasnya diketahui. Selama wawancara, FL beberapa kali membalik handphone untuk melihat siapa yang menghubunginya. Meskipun

demikian, ia tetap menjawab pertanyaan dengan jelas dan kooperatif. Setelah wawancara selesai, FL meminta peneliti untuk sementara duduk di kursi sebelah, karena ia ingin merekam video dan memperlihatkannya kepada pasangannya sebagai bukti kalau ia sedang sendirian di kafe tempat wawancara berlangsung. FL mengaku telah berbohong kepada pasangannya karena tidak ingin diketahui bahwa ia menjadi subjek dalam penelitian yang membahas mengenai *toxic relationship*. Ia khawatir hal tersebut akan menimbulkan masalah baru dalam hubungan mereka. Menurutnya, pasangannya itu sangat mudah curiga sehingga sering meminta FL untuk merekam keberadaannya dan mengirimkannya sebagai bukti agar dapat dipercaya.

c. Hasil Wawancara

1) Subjek ES

ES adalah seorang mahasiswi berumur 22 tahun, dia mengalami kondisi *fatherless* dari kelas 1 SMP, kedua orang tuanya bercerai saat ES duduk di bangku kelas 1 SMP, akibat ayahnya berselingkuh. Sejak perceraian tersebut, ES dan adik laki-laknya tinggal bersama ibunya hingga ES kelas 3 SMP, sebelum akhirnya kembali tinggal bersama ayah dan ibu tirinya karena sang ibu meninggal dunia (S1, ES:B332-B334).

“Buruk ka, sampai bercerai sih. Karena abah selingkuh itu yang bikin puncaknya kedua orang tuh jadi hubungannya buruk”

Jauh sebelum perceraian terjadi, ES sebenarnya tidak memiliki kedekatan yang berarti dengan ayahnya. Menurut ES, ayahnya adalah sosok yang sibuk bekerja dan cenderung temperamental (S1, ES:B52-B60). Marah karena hal

kecil merupakan hal yang biasa terjadi di rumah. Bahkan sejak kecil, ES sering mengalami kekerasan fisik seperti dipukul oleh ayahnya. Jadi ia mengakui tidak terlalu dekat dengan ayahnya dan merasa tidak nyaman jika tinggal bersama ayahnya.

“Dimarahin itu agak keterlaluhan pang biasanya, tapi kalau misalkan dulu waktu remaja itu parah sebenarnya, waktu kecil jua pang sebenarnya, bisa memukul-memukul anak tuh nah.” (S1, ES:B254-B260)

Ketika masuk SMA, ES dipaksa oleh ayahnya untuk bersekolah di asrama karena keinginan sang ayah. Meski tidak ingin, ES akhirnya menyetujui keinginan ayahnya, karena dipaksa ayahnya dan juga ES pikir lebih baik untuk tidak tinggal satu rumah dengan ayah (S1, ES:B146-B154). Setelah lulus, ia memutuskan untuk merantau ke Banjarmasin dan melanjutkan studinya disana (S1, ES:B408-B410). Saat ES merantau ke Banjarmasin, ia tidak lagi mendapatkan dukungan finansial dari ayah. Sejak lulus SMA, biaya hidup dan pendidikan ditanggung oleh tantenya dan ES sendiri, karena ia bekerja sambil kuliah sebagai guru les private anak-anak (S1, ES:B154-B170).

Kehangatan dari figur ayah hampir tidak pernah dirasakan oleh ES. Saat duduk di bangku TK, ia mengingat satu-satunya momen kebersamaan dengan ayah saat diajari bersepeda. Namun, ketika ia memasuki SD, interaksi mereka mulai renggang karena kesibukan sang ayah (S1, ES:B17-B22). ES tidak menganggap ayahnya sebagai tempat bercerita, karena setiap ES menceritakan masalahnya kepada ayahnya, ayahnya akan menjudge ES dan mengatakan ia kurang ibadah yang berujung ES dimarahi dan disalahkan (S1, ES:B185-B195),

akibatnya ES tumbuh menjadi anak yang tidak terbuka kepada ayahnya (S1, ES:B76-B79), hal ini ditunjukkan ES dalam keterangan sebagai berikut:

“ES pernah lagi merasa stress cape banar, terus respon abah menjudge dengan marah bilang kam tuh kurang ibadah pang sering sering baca baca ini itu gitu”

Ketika menghadapi masalah, ayahnya tidak membantu, bahkan cenderung menyalahkan. Saat terjadi konflik dengan ibu tirinya, ayahnya ES tidak ada usaha untuk menengahi ES dan ibu tirinya. Ayahnya hanya diam dan menganggap nanti juga akan baik kembali. Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“waktu itu ES punya masalah sama mama tiri lo. Abah tuh kadada ada posisi sebagai ayah atau suami itu kadada ada peran untuk menengahi. Abah membiarkan dan melihat akan ja” (S1, ES:B299-B304)

Ayah tidak pernah menjadi panutan bagi ES, meskipun ia mengakui ada satu hal yang ia kagumi dari ayahnya yaitu pekerja keras, ayahnya adalah orang yang berdedikasi dalam pekerjaannya, akan tetapi menurut ES ia tidak melihat ayahnya memiliki rasa tanggung jawab dan peran melindungi untuk keluarga (S1, ES:B228-B231).

Selain itu, ayah lebih mengutamakan prestasi islami dan kerap membandingkan ES dengan anak-anak lain yang berprestasi di bidang keagamaan, padahal menurut ES bidang itu bukanlah sesuatu yang ES ingin tekuni (S1, ES:B361-B322).

Meskipun demikian, ES menyebut bahwa ayah masih mengawasi dirinya dari jauh, karena terkadang disaat ES berada di Banjarmasin ayahnya akan menelpon (S1, ES:62-B64). Ketika ES pulang kampung ke rumah ayahnya, ada aturan yang harus ES lakukan seperti jangan begadang dan sholat harus tepat

waktu. ES juga merasa aturan yang diberikan ayahnya sangat adil, ia tidak merasa dikekang (S1, ES:B271-B273), karena ia menyadari aturan itu untuk kebbaikannya.

Namun, cara ayah menegur tetap membuat ES tidak nyaman karena dilakukan dengan marah atau nada tinggi. bahkan bisa dengan melakukan kekerasan fisik dengan memukul (S1, ES:B254-B260). Dari dia kecil sampai beranjak remaja ES mengaku jika ayahnya marah bisa sampai memukul, akan tetapi semenjak ES mulai beranjak dewasa apabila ayahnya marah tidak sampai memukul lagi, memarahi hanya dengan intonasi yang tinggi (S1, ES:B262).

Ketidakhadiran peran ayah dalam hidup ES sejak kecil akhirnya memberikan dampak psikologis pada ES. ES mengatakan prestasi akademiknya di sekolah biasa saja, tidak terlalu bagus dan tidak terlalu rendah. Akan tetapi karena ES merasa ayahnya tidak pernah mendukung dirinya membuat ES merasa menjadi pribadi yang kurang percaya diri. Kurangnya dukungan tersebut membuat ES merasa kesulitan untuk mengembangkan potensi dirinya secara maksimal. (S1, ES:B437-B441).

Selain itu ES sering merasa tidak percaya diri pada kemampuan dirinya sendiri, merasa dirinya tidak berharga, dan putus asa terhadap hidupnya (S1, ES:B455-B468). ES mengatakan setiap 1-2 bulan pasti akan berada difase dirinya merasa tidak berharga tapi nanti akan ada fase dimana ES merasa dirinya berharga. Hal ini ditunjukkan pada keterangan ES sebagai berikut:

“Kadang ada fasenya, ES tuh memandang diri rendah” (S1, ES:B452-B453)

Saat remaja, ES kesulitan untuk mengelola emosi negatif yang hadir pada dirinya, ketika ia merasakan emosi negatif ia pernah sampai menyakiti diri sendiri dengan memukul kepalanya dan memukul dinding karena merasa bingung cara melampiaskan emosi negatifnya (S1, ES:B504-B507). Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan berikut:

“Mukul-mukul kepala sama mukul-mukul tembok. Itu sering.” (S1, ES:B509-B510)

Tapi sekarang ES mengaku sudah bisa mengontrol emosi negatif pada dirinya, ia sudah mengetahui cara untuk bisa mengelola emosi negatif yang hadir dengan mencoba tenang terlebih dahulu lalu menyelesaikan masalah dari yang mudah baru yang ke besar (S1, ES:B488-494). Meskipun saat berada dalam tekanan besar, perilaku menyakiti diri bisa kembali muncul, dan menurut ES alasan utama ia menyakiti diri sendiri itu karena teringat kenangan dulu yang membuatnya marah besar (S1, ES:B513-517) dan ia ingat kembali biasanya ketika ada masalah dengan pasangannya (S1, ES:B523-B524), ES mengatakan untuk menyakiti diri sendiri ini tidak sesering saat ia remaja.

ES mengungkapkan ia lebih mudah dan nyaman berteman dengan laki-laki dibandingkan perempuan (S1, ES:B540-B541), karena merasa lebih aman, tidak dihakimi, dan lebih diterima dalam pergaulan bersama laki-laki. Selain itu, ES juga mengatakan dirinya sering merasa haus akan kasih sayang dan perhatian dari laki-laki, terutama dalam bentuk pujian dan apresiasi. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dari ayahnya, yang kemudian dicari melalui interaksi dengan laki-laki lain, termasuk teman-teman dekat (S1, ES:B547-B548). Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“Kayak merasa aman aja berteman sama laki-laki tuh, daripada perempuan”
(S1, ES:B542-B543)

Dalam memilih pasangan, ES selalu mengharapkan mendapatkan pasangan yang sifatnya berbeda jauh dari ayahnya, ia berharap mendapatkan pasangan yang bisa mendengar ceritanya dan memahami perasaanya (S1, ES:B583-591).

Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“Takut kejadiannya sama kayak Abah. Kayak dapet cowok yang kayak Abah yang sama persis, kayak bisa mukul, terus bisa ngejudge ES kalau cerita. Kada punya rasa kepedulian ke pasangan” (S1, ES:B615-B619)

ES juga mengakui bahwa ia lebih mudah terbawa perasaan terhadap laki-laki yang menunjukkan perhatian, dan ia mengalami kesulitan untuk membedakan mana laki-laki yang benar-benar peduli dan mana yang tidak. Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“ES tuh lebih mudah baper sama cowok, kayak cowok sedikit-sedikit kayak gini, ES tuh baper. Jadi ES tuh kada bisa membedakan mana yang benar-benar peduli, mana yang benar-benar palsu aja” (S1, ES:B593-B596)

Meski begitu, ES memahami jika ayahnya itu tidak bisa menunjukan rasa sayangnya secara langsung kepada ES, tapi ES kadang bisa merasakan kasih sayang ayahnya contohnya ketika ES sakit ia merasa disayang karena ayahnya menunjukan kekhawatirannya (S1, ES:B198-B302). ES mengatakan terkadang ia merasakan disayang tapi ia merasa lebih banyak takutnya ketika bersama ayahnya (S1, ES:B209-B210), dikarenakan ia mengatakan kejadian yang dulu seperti ayahnya berselingkuh dari ibunya dan apabila ayahnya marah itu biasanya dengan nada tinggi dan memukul, hal tersebut membuatnya merasa takut kepada ayahnya (S1, ES:B212-B216)).

Saat ini ES telah menjalin hubungan pacaran selama dua tahun. Mereka bertemu lewat telegram (S1, ES:B622), lalu mereka membuat janji untuk bertemu secara langsung disebuah acara pelatihan desain grafis (S1, ES:B624-B626). Setelah bertemu sebanyak tiga kali mereka memutuskan untuk pacaran.

Awalnya hubungan mereka berjalan baik dan komunikatif. Namun kini, pasangannya mulai berubah, jarang memberi kabar dan hanya menghubungi jika ada keperluan (S1, ES:B646-B657). Menurut ES dulu pasangannya selalu mendengarkan cerita ES tapi sekarang pasangannya terlihat makin egois dengan dirinya sendiri dan mulai sering mengabaikan ES (S1, ES:B639-B643).

Bentuk *toxic relationship* pada subjek ES tidak dalam kekerasan fisik, kekerasan ekonomi maupun kekerasan seksual melainkan ES mengalami kekerasan secara psikologis. ES mengatakan pasangan pernah mengucapkan bahwa ia haus akan kasih sayang ketika ES menanyakan perihal alasan pasangannya jarang mengabari ES (S1, ES:B671-B674). ES mengaku bahwa pasangannya sering menyalahkan ketika ES ingin mengkomunikasikan perihal masalah dalam hubungan mereka (S1, ES:B662-B668). Pasangan ES cenderung melakukan silent treatment ketika memiliki masalah dengan ES, hal tersebut yang kadang membuat ES merasa bersalah dan tidak nyaman. Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan berikut:

“Silent treatment, itu yang diajarkannya ke ES. Tapi sebenarnya menurut ES itu kurang baik. Karena emosi ES itu kada bisa disalurkan, jadi dia itu kayak ngajarin ES kalau lagi marahan silent treatment aja. Kada perlu diungkapkan Tapi itu kayak emosi ES itu kayak kadang bisa ES ungkapkan. Jadinya kayak jadi bom waktu buat ES” (S1, ES:B730-B738)

Karena pasangan yang tidak bisa meluangkan waktu untuk bertemu dan mengabari ES membuat ES mempertanyakan kekurangan yang ada pada dirinya, ia pernah berpikir apakah ada sesuatu yang kurang dari dirinya yang membuat pasangannya berperilaku demikian, tapi ES tidak mendapatkan jawaban dari perilaku pasangan yang kurang mengenakan tersebut, karena ketika ES mencoba mengkomunikasikan masalah itu, pasangannya akan selalu mencoba menghindar (S1, ES:B702-B712).

Pasangan kerap memberikan ucapan yang menyakitkan, menyalahkan ES saat mencoba berkomunikasi, dan menggunakan *silent treatment* sebagai respons terhadap konflik mereka. Hal ini membuat ES merasa bersalah, tidak nyaman, dan mempertanyakan dirinya sendiri. Kurangnya perhatian dan kejelasan dari pasangan juga memicu penurunan kepercayaan diri dan perasaan tidak berharga dalam diri ES.

Akibat perlakuan pasangan, ES sering mempertanyakan kekurangannya sendiri, tapi tidak mendapatkan kejelasan karena setiap kali ia mengkomunikasikan hal itu, pasangannya akan menghindar. ES mengatakan ia seringkali merasakan cemas karena takut ditinggalkan oleh sang pacar, karena kurangnya komunikasi diantara mereka, yang membuat ES merasa hanya ia yang menjalani hubungan ini (S1, ES:B778-B784). ES pun mengaku pernah menyakiti dirinya sendiri ketika ada masalah dalam hubungan mereka, ES mengatakan dalam 2 tahun berada dalam hubungan ini ia menyakiti dirinya sendiri sebanyak tiga kali atau dua kali (S1, ES:B815-B816). Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“Ada waktunya mental ES tuh ngedown dan ES tuh butuh banar sosok inya tapi saat itu inya kadada kaya bikin ES itu kaya nyakitin diri untuk mendapatkan kaya perhatian gitu nah” (S1, ES:B819-B822)

ES mengaku tidak dapat mengekspresikan emosinya secara bebas di dalam hubungan ini. Ia merasa dituntut untuk menjadi pribadi yang selalu dewasa dan tidak boleh menunjukkan emosi negatif (S1, ES:B953-B963). ES seringkali merasa sedih karena disuruh untuk menjadi orang lain dan tidak jujur dengan perasannya sendiri (S1, ES:B968-B971).

ES mengatakan salah satu alasan tetap berada dalam hubungan ini adalah ketakutan kehilangan sosok laki-laki yang ada dihidupnya, ia menganggap pasangannya yang sekarang sebagai pengganti sosok ayahnya. Hal ini ditunjukkan ES pada keterangan sebagai berikut:

“takut aja kehilangan orang yang bisa menggantikan peran ayah dikehidupan ulun, ulun memilih buat bertahan” (S1, ES:B1017-B1021)

ES merasakan adanya ketakutan untuk kehilangan sosok yang dianggap bisa menggantikan peran ayah dalam hidupnya. Rasa takut ditinggalkan dan keinginan untuk mempertahankan figur pengganti ayah membuat ES memilih bertahan, meskipun hubungan tersebut tidak memberikan kenyamanan bagi ES.

Selain itu ES juga mempertimbangkan usianya saat ini dan tidak ingin merasakan sakit akibat putus cinta di usia dewasa (S1, ES:B902-B907). ES merasa sudah banyak mengorbankan waktu dan tenaga untuk hubungan ini, walaupun ia mengetahui pasangannya tidak memberikan timbal balik yang sama tapi ia mengatakan tidak merasa menyesal karena ia ingin memberikan sebuah kenangan baik untuk dirinya sendiri (S1, ES:B884-B893).

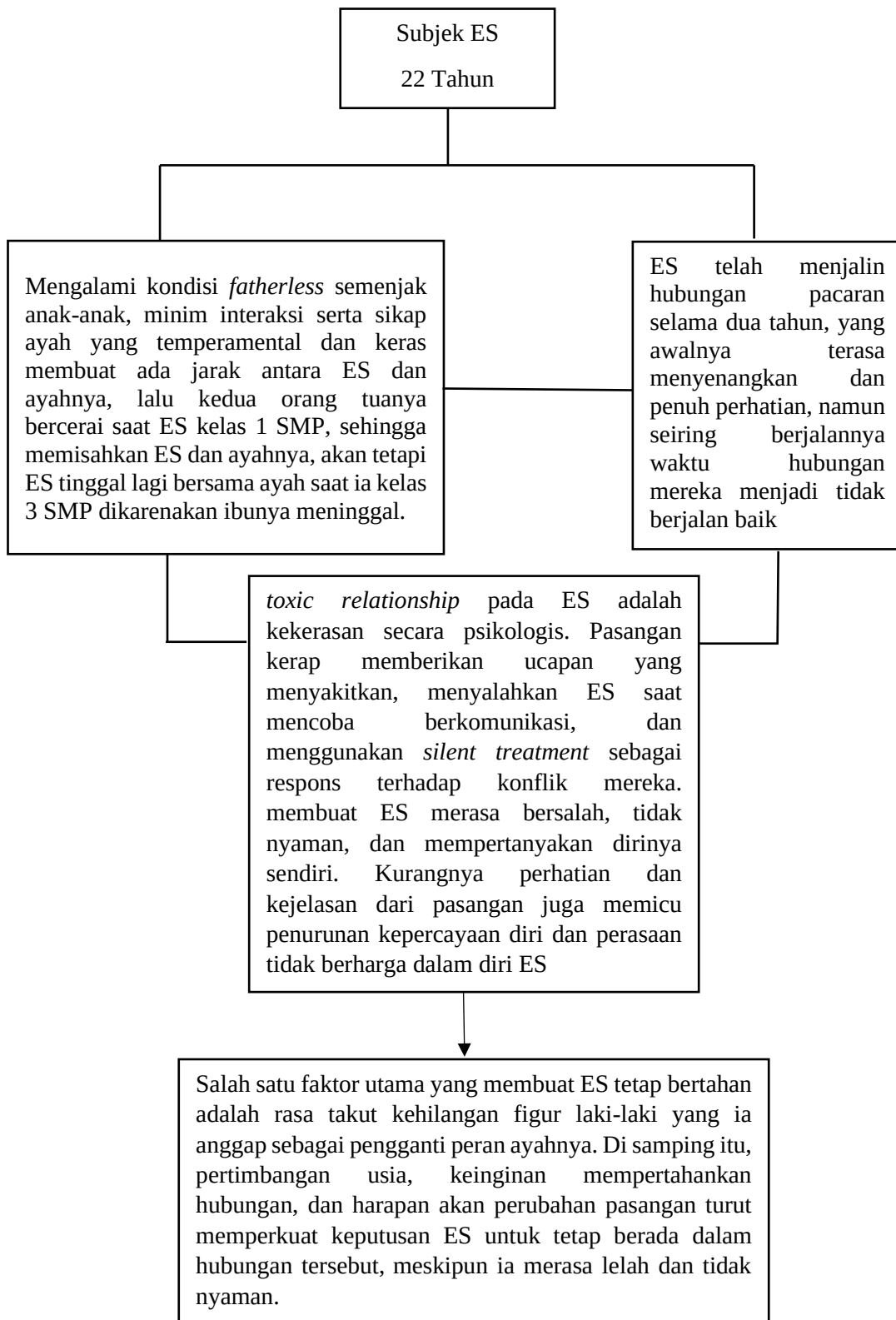
ES mengakui bahwa ia lelah menjalani hubungan ini tapi ES mengatakan rasa lelahnya harus ia tanggung sendiri (S1, ES:B919). Dalam menghadapi perilaku pasangan yang menyakitkan ES akan cenderung memahami dan memaafkan (S1, ES:B915-B916).

Ia juga mengatakan bahwa pasangannya seringkali meminta maaf dan berjanji akan berubah setiap berbuat salah (S1, ES:B974-B977). ES pernah berharap pasangannya akan berubah, meskipun kenyataannya perubahan itu tidak pernah terjadi dan justru pola perilaku negatif terus terulang, sehingga ES mulai tidak percaya lagi (S1, ES:B926-B927).

Dalam menjalani hubungan ini, ES mengandalkan dukungan dari sahabat terdekatnya. Sahabatnya memiliki pengalaman serupa yaitu sama-sama sedang menjalin *toxic relationship* bersama pacar mereka, sehingga mereka saling menguatkan satu sama lain (S1, ES:B933-B937), ia akan menceritakan masalahnya dan meminta pendapat kepada sahabatnya (S1, ES:B930-B931).

Meski begitu, ES tetap merasakan momen kebahagiaan bersama pasangannya, terutama saat mereka melakukan perjalanan ke luar kota, mereka sering menghabiskan waktu bersama untuk healing jalan-jalan keluar kota (S1, ES:B943-B946).

Adapun skema kondisi *fatherless* dan *toxic relationship* subjek ES sebagai berikut:



2) Subjek HT

HT adalah seorang mahasiswi berusia 24 tahun, dulunya setelah lulus SMA ia bekerja selama dua tahun lalu setelah itu baru berkuliah. HT mengalami kondisi *fatherless* semenjak ia kecil, HT mengatakan ayahnya dulu bekerja di kapal jadi sehingga jarang pulang dan interaksi diantara mereka sangat minim (S2, HT:B13-B15). Setelah berhenti bekerja di kapal ayahnya bekerja sebagai borongan bangunan dan menjadi sekretaris daerah (S2, HT:B169-B171). Walaupun ayahnya sudah tidak jauh dari rumah, HT mengaku tetap jarang berinteraksi dengan ayahnya, karena ayahnya sering menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman-temannya (S2, HT:B43-B45).

Menurut HT, ayahnya tidak membantu secara ekonomi ke keluarganya, walaupun ayahnya bekerja, HT tetap tidak terpenuhi secara ekonomi dari ayahnya (S2, HT:B166-B167). Karena HT mengatakan uang hasil kerja ayahnya selalu ayahnya habiskan untuk diri sendiri dan selingkuhannya, HT mengaku ibunya lah yang memenuhi ekonomi keluarga mereka, bahkan untuk makan sehari-hari itu dari ibunya (S2, HT:B173-B178).

HT juga mengatakan hubungan ayah dan ibunya sudah tidak baik dari dia kecil sampai sekarang, mereka sering bertengkar yang mana HT mengaku hampir setiap hari menyaksikan pertengkaran ayah dan ibunya (S2, HT:B549-B554). HT mengungkapkan pernah melihat secara langsung ayahnya berselingkuh saat ia berumur 11 tahun (S2, HT:B76-B78), akhirnya, orang tua HT resmi bercerai ketika ia masuk SMA Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“Mulai SD tuh, mama yang ngambil peran mencari rezeki di rumah. Bapak tuh punya penghasilan tapi habis buat selingkuhannya. Anak-anak yang lain gak sadar masih kalo orang tua tuh selingkuh, kebetulan ulun sadar. ulun melihat sendiri.” (S2, HT:B61-B69)

Kondisi ini diperburuk dengan sikap ayah yang temperamental dan mudah melakukan kekerasan secara fisik pada HT dan saudara-saudaranya. Ketika marah ayahnya tidak segan untuk menyakiti HT dan saudara-saudaranya, HT mengatakan sudah hal biasa ayahnya marah dengan menyakiti mereka (S2, HT:B133-B135), salah satu kenangan buruk yang paling HT ingat adalah ketika ia bermain bersama kakak perempuannya, sang ayah datang habis keluar bermain bersama teman-temannya dengan berada dibawah pengaruh alkohol, HT lupa apa kesalahan ia dan sang kakak lakukan, tapi HT ingat saat itu ayahnya marah sampai memukul HT dengan ikat pinggang, dan yang paling parah sang kakak sampai sempat ditodong pisau dengan mengancam akan membunuh kakaknya. HT mengatakan sudah hal biasa ayahnya marah sampai menyakiti dirinya akan tetapi yang membuatnya ingat dan mulai membenci ayahnya dikarenakan pukulan dengan ikat pinggang saat itu HT merasa sakit sekali dan kakaknya juga disakiti bahkan lebih parah dari HT. HT mengatakan hanya satu kenangan baik yang diingat tentang ayahnya adalah saat ia diantar ke sekolah oleh ayahnya, karena dari dulu ia selalu iri dengan teman-temannya yang diantar oleh ayah mereka, walaupun menurut HT hanya itu pertama dan terakhir kalinya ayahnya mengantarkan ia ke sekolah. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“sebelumnya pernah tapi gak sesakit itu, itu kebetulan sakit banget dan itu kan yang dipukul itu kan gak cuman ulun sendiri lo, ada kakak ulun juga nah kakak ulun juga parah lagi hampir dianu pakai pisau” (S2, HT:B148-B156)

Ia merasa tidak bisa menjadikan ayah sebagai tempat berbagi atau sebagai sosok panutan karena sikapnya yang temperamental dan acuh (S2, HT:B252). HT mengatakan pernah menganggap ayahnya sebagai teman ketika akan membahas sesuatu yang serius, tapi hal tersebut tergantung dengan kondisi mood ayahnya, apabila ayahnya sudah cukup tidur dan tidak mabuk HT merasa bisa berbincang dengan ayahnya (S2, HT:B181-B189). Tapi ketika ayahnya tidak cukup tidurnya HT mengatakan ia yang akan disakiti. Sekarang HT mengatakan ia jarang komunikasi dengan ayahnya. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“Inggih ka, misalnya kurang tidur apa macem, kami yang disakiti” (S2, HT:B192-B193)

Meskipun demikian, HT mengingat ada nilai-nilai kehidupan yang ayahnya ajarkan yaitu apabila sudah memiliki janji atau diberikan kepercayaan besar sama orang lain jangan sampai diingkari, karena dulu ayahnya pernah kena tipu (S2, HT:B254-B262), dan HT mengatakan ajaran ayahnya tersebut ia ingat dan diterapkan sampai sekarang. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“Masih, bila ada orang yang melanggar itu rasanya kita ya sakit, kita sudah menaruh kepercayaan banget diingkari orang lain” (S2, HT:B265-B268)

Ketika HT beranjak dewasa ayahnya tidak lagi bersikap temperamental dikarenakan anak-anaknya banyak yang sudah merantau (S2, HT:B331-B332). HT dan saudaranya sudah tidak tinggal serumah lagi dengan ayah mereka, bahkan ketika mengunjungi ayah mereka dikampung pun memilih untuk tinggal di rumah

kontrakan untuk menghindari konflik dengan ayah mereka (S2, HT:B340-B347).

Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“Merantau, karena kebiasaan abah ulun kayak itulah, jadi kami itu memutuskan untuk nggak tinggal serumah. Jadi kami itu cari, misalnya kan satu kota, kami cari kontrakan lain, kalau hubungan jarak jauh gitu, kami aman. Tapi misalnya kami serumah, kami pasti adu mulut cek cok”

Ayah HT menetapkan aturan untuk anak-anaknya jangan menyentuh barang pribadinya yang ada di rumah, ayahnya akan marah jika anaknya menyentuh barangnya (S2, HT:B358), tapi HT mengaku merasa tidak adil dengan aturan tersebut karena ayahnya justru sering memindahkan barang anak-anaknya tanpa seizin mereka, sehingga HT mengaku kesulitan mengambil barang tersebut karena ayahnya menyimpan ditempatnya pribadi (S2, HT:B362-B374).

Walaupun kehadiran ayahnya secara fisik membuat HT merasa aman dan tidak takut, tapi dalam aspek emosional, ayahnya tidak hadir karena HT tidak merasa nyaman untuk berbagi masalah dengan ayahnya karena dianggap tidak responsif dan cenderung menunda ketika HT meminta bantuan. Ayahnya juga tidak memberikan arahan langsung dalam menjaga diri hanya menyuruh tapi tidak memberitahu bagaimana cara menjaga diri yang baik, dan peran ini justru diambil alih oleh saudara-saudaranya (S2, HT:B415-B420).

Meskipun HT mengakui ayahnya mendukung pendidikannya setelah dijalani oleh HT, namun dukungan tersebut tidak muncul sejak awal. HT menyebutkan tidak pernah merasa dibela saat menghadapi masalah, dan cenderung mengandalkan diri sendiri. HT mengatakan ayahnya tidak pernah memberikan dukungan ataupun fasilitas untuk HT bisa mengembangkan potensinya, karena

menurut HT yang memberikannya fasilitas adalah ibunya, dari biaya sekolah hingga biaya HT kuliah itu ditanggung oleh ibunya sendiri (S2, HT:B489-B498).

HT mengaku nilainya tidak pernah keluar dari batas nilai (S2, HT:B686-B687), tapi ia merasa dengan ketidakhadiran peran ayah membuatnya jadi orang penakut, saat dirumah pendapatnya dibatasi dan sering mendapat penolakan dari sang ayah sehingga membuat HT menjadi takut untuk mengeluarkan pendapatnya saat sedang dikelas. Bukan hanya itu dengan ayah yang tidak mendukung apa-apa membuat HT merasa menjadi orang yang lemah. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:³

“Pengaruh sih, demi kita itu perlu keberanian dulu, mau apa-apa berani, karena kita biasa, pendapat kita dibataskan rasanya kalau kita mau mengemukakan pendapat kita ke orang lain, rasanya kita tertolak dahulu sebelum kita mengajukan diri. Kita takut gitu, karena biasa waktu kecil dapat penolakan banyak, kita merasa lemah” (S2, HT:B697-B708)

HT mengatakan sikap ayahnya yang mudah marah itu mempengaruhi HT dalam mengelola amarahnya (S2, HT:B272-275), ia mengaku dulu pernah sampai memukul siapa saja yang membuatnya marah (S2, HT:B282-283), tapi ia mengatakan sekarang sudah tidak lagi karena ia sudah lebih bisa mengontrol amarahnya. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan sebagai berikut:

“Suka marah-marah, jadi terikut, kadang tuh, alhamdulillahnya pang tangan sekarang udah bisa mengendalikan diri, kalau dulu ikutukul juga” (S2, HT:B277-B280)

HT juga menjadi cenderung memandang dirinya secara negatif, ia mengira ia orang yang jahat karena ia merasa pendapat yang selalu dikeluarkan menyakiti orang, seringkali merasa *overthinking* dengan apa yang sudah ia ucapkan ke orang

³ HT, Mahasiswa, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 9 Mei, 2025.

lain sehingga membuat HT memilih diam karena takut kata-katanya menyakiti orang lain (S2, HT:B712-B729). Selain itu HT mengatakan sangat sering meragukan dirinya sendiri, ia seringkali merasa takut karena ia ingat saat kecil sering ditakut-takuti oleh orang-orang disekitarnya sehingga membuatnya tumbuh menjadi pribadi yang takut akan banyak hal (S2, HT:B760-B768). Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“Kita meragukan diri kita sendiri tadi, harusnya kita pede aja kayak orang lain kan, atau mau ngambil sesuatu yang keberanian-keberanian gitu, belum rasa kurang berani. Karena tidak dibekali keberanian dari orang tua”

Lalu HT menilai dirinya sebagai pribadi yang tidak percaya dengan diri sendiri, seringkali meragukan diri sendiri dan takut dengan pandangan orang lain. Ia mengatakan seringkali menutupi ketidakpercayaan dirinya dengan meunjukkan sikap yang cuek (S2, HT:B749-B754). HT mengakui saat menghadapi tekanan atau emosi negatif, ia cenderung menarik diri dan memilih mengurung diri di kamar (S2, HT:B798-B803).

Ia sulit mempercayai orang lain untuk berbagi cerita, termasuk temannya (S2, HT:B827), untuk cerita ke saudara terdekat pun HT takut menjadi beban untuk saudaranya, sehingga ia lebih memilih memendam perasaannya, yang pada akhirnya memuncak dalam bentuk ledakan emosi seperti menangis sepuasnya atau bahkan berteriak (S2, HT:B807-B816).

“Memendam, tapi ulun kumpulkan biasanya ada kadang-kadang dua bulan sekali menangisnya, sepuah-puasnya nangis, kadang-kadang itu juga bisa sebulan, kadang-kadang enggak.” (S2, HT:B819-B822)

Ketidakmampuan untuk menyalurkan emosi secara sehat dan keterbatasan dukungan emosional dari lingkungan sekitar membuat HT mengalami kesulitan

dalam mengelola emosi negatif yang hadir (S2, HT:B868-B872). Hal ini dengan adanya kecenderungan menyakiti diri sendiri (*self-harm*) yang pernah dilakukan, terutama ketika HT merasa frustrasi atau tidak mampu mengatasi suatu masalah. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“munculnya di tahun 2023-an, baru muncul kondisi ulunnya seperti itu, mungkin sudah terlalu menampung terus. Kemarin, beberapa bulan yang lalu, masih. Karena sebenarnya ulun tuh mau bela diri, karena ulun gak mau nyakitin orang yang depan ulun. Jadi Ulun mukul diri ulun sendiri” (S2, HT:B854-B862)

Tindakan *self-harm* tersebut merupakan bentuk pelampiasan emosional yang sudah ia pendam lama, sekaligus sebagai cara HT menghindari melukai orang lain secara fisik. Setelah melukai diri sendiri, HT mengaku merasa lebih tenang (S2, HT:B876-B880), tetapi kemudian ia merasa menyesal.

Ia mengaku canggung saat berhadapan dengan laki-laki bahkan HT mengaku kesusahan untuk melakukan kontak mata karena merasakan ketidaknyamanan (S2, HT:B45-B47). Bahkan HT berusaha sebisa mungkin untuk menghindari berinteraksi dengan laki-laki bahkan ketika ia sedang kerja kelompok ia membutuhkan bantuan teman perempuannya untuk menyampaikan tugasnya ke laki-laki yang sekelompok bersamanya, tapi HT mengaku jika ia sedang merasa percaya diri ia akan berani untuk memberikan tugasnya secara langsung tapi misalkan ia merasa tidak percaya diri ia akan meminta bantuan teman perempuannya (S2, HT:B913-B919).

Pengalaman-pengalaman ini membentuk persepsi HT terhadap figur laki-laki. Ia mengaku ingin mencari pasangan yang memiliki karakter yang sangat bertolak belakang dari ayahnya. Seperti ingin laki-laki yang lebih dewasa dan bisa

mengizinkannya menjadi anak kecil karena HT mengatakan ia saat kecil dipaksa untuk bersikap dewasa, dan ia ingin pasangan yang bisa mengayomi (S2, HT:B992-B1001). Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“Mempengaruhi ka, ulun mencari kriteria yang berbalik dari abah ulun, kadang kan kriteria itu sebaliknya” (S2, HT:B1010-B1011)

HT mengatakan ia merasakan ketakutan apabila mendapatkan pasangan yang memiliki karakter yang sama dengan ayahnya, takut apabila mendapatkan laki-laki yang kasar, tidak bertanggung jawab secara ekonomi seperti ayahnya (S2, HT:B1041-B1046).

Saat ini HT menjalin hubungan pacaran dengan pasangannya selama 5 tahun. Setelah HT lulus SMA ia langsung bekerja, lalu bertemu dengan pasangannya yang sekarang karena berada dalam satu pekerjaan yang sama (S2, HT:B1055). HT mengaku niat awalnya mencari pasangan karena kurangnya kasih sayang dari orang tua membuat HT ingin mencari kasih sayang dari seorang laki-laki, lalu bertemu lah HT dengan pasangannya. Mereka melakukan pendekatan selama 3 bulan setelah itu baru mereka memutuskan untuk pacarana (S2, HT:B1067). Setelahnya mereka berhubungan jarak jauh karena HT merantau untuk kuliah. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“Engga, kerja setelah lulus SMA karena itu kan belum ngambil kuliah, karena diri merasa gak ada peran orang tua jadi mencoba cari dari laki-laki.” (S2, HT:B1057-B1061)

Awalnya HT tertarik karena ia melihat kedewasaan dari pasangan dalam menyikapi konflik (S2, HT:B1072), seperti cara pasangan memberikan pengertian saat HT marah, HT menyebutkan bahwa ia mengidealkan sosok laki-laki yang lebih

dewasa Setelahnya HT mulai tertarik dengan fisik dan kecerdasannya (S2, HT:B1085-B1092).

Namun hubungan mereka perlahan menunjukkan hubungan yang tidak sehat, HT mengatakan bahwa ia baru menyadari ditahun ketiga hubungan ada yang salah dalam pola komunikasi mereka, karena sang pasangan hanya menghubungi HT dalam sebulan itu hanya dua kali, itu terjadi selama tiga tahun (S2, HT:B1112-B1113). Setelahnya pasangannya mulai sering menghubungi HT tapi mulai mencoba mengontrol HT dengan melarang banyak hal, HT juga mengatakan selama 5 tahun mereka sudah sangat sering putus nyambung, bahkan pernah putus selama 6 bulan lalu mereka kembali bersama (S2, HT:B1127-B1130).

“Masih ka, putus nyambung sekarang tuh dari tahun ketiga itu udah berapa kali putus nyambung, sempat putus paling lama tuh 6 bulan”

Bentuk *toxic relationship* pada subjek HT tidak dalam kekerasan fisik, kekerasan ekonomi maupun kekerasan seksual melainkan HT mengalami kekerasan secara psikologis. Ditahun keempat mereka pacaran, mereka memutuskan untuk menikah. Akan tetapi dari pihak keluarga HT tidak menyetujui, lalu pasangan pernah mengajak HT untuk berhubungan badan dan hamil diluar pernikahan agar pernikahan mereka disetujui dan agar uang panai tidak begitu mahal (S2, HT:B1135-B1142). HT saat itu merasa direndahkan dan memutuskan hubungan mereka. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“adek hamil duluan supaya boleh dan uang panainya murah jadi bisa cepet”
(S2, HT:B1229-1234)

Pasangannya HT juga seringkali mengontrol HT, terutama mengontrol agar tidak begitu berteman dengan laki-laki, dilarang untuk mengobrol banyak dengan

laki-laki dan dilarang boncengan dengan laki-laki (S2, HT:B1182-B1184), sehingga membuat HT tidak nyaman. Ketika HT KKN pasangannya pun sangat posesif dengan tidak memperbolehkan HT untuk terlalu banyak berinteraksi dengan laki-laki, bahkan pasangannya mengancam tidak akan menghubungi HT lagi jika HT ketahuan berdekatan dengan laki-laki, HT mengaku merasa tidak nyaman selama KKN karena ketika KKN ia mau tidak mau harus tinggal bersama semua anggota KKNnya jadi pasangannya marah karena difoto HT ketahuan duduk berdampingan dengan anggota laki-lakinya, lalu pasangannya tidak menghubungi HT sehari-hari (S2, HT:B1216-B1217). Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“jangan berkawan dengan laki-laki, jangan ngobrol banyak sama laki-laki, apalagi di bonceng berdua” (S2, HT:B1182-B1184)

HT mengaku dia merasa tidak nyaman dengan sikap kasar dari pasangannya, ketika pasangan marah biasanya dengan intonasi yang tinggi (S2, HT:B1257), sebetulnya HT sudah merasa tidak nyaman dengan sikap sang pasangan karena mengingatkannya dengan sikap ayahnya yang juga kasar (S2, HT:B11245-B1249), tapi HT bingung kenapa ia sangat sulit untuk benar-benar keluar dari hubungan ini, karena HT dan pasangannya sudah putus berapa kali dan akhirnya tetap balikan. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“sifat mirip ayahulun kasar kasarnya” (S2, HT:B1536-B1541)

Adapun dampak yang dirasakan oleh subjek HT selama berada dalam *toxic relationship* ini adalah secara psikis. HT mengalami penurunan harga diri, ia jadi mempertanyakan dirinya karena pasangan yang mengajaknya hami duluan agar uang panainya murah, ia merasa direndahkan (S2, HT:B1216-B1217). Bukan hanya

itu pasangan juga sering menyuruh HT untuk berubah seperti perempuan lain, sampai HT merasa ia jelek karena seringkali dibandingkan dengan perempuan lain (S2, HT:B1167).

HT merasakan kecemasan dan tidak tenang karena keluarganya yang tidak setuju dengan hubungannya (S2, HT:B1323-B1322), tapi dari HT sendiri susah untuk keluar dari hubungan yang ia akui sudah tidak nyaman berada dalam hubungan tersebut. HT juga mengatakan bahwa ia sangat sering bertengkar dengan pasangan sehingga itu mempengaruhi suasana hati HT, ia menjadi uring-uringan dan jadi overthinking dan mengaku menjadi tidak bersemangat dalam menjalani hari (S2, HT:B1372). Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“logika berjalan tetap masih kalah oleh perasaan, kemarin itu sampai sakit-sakitan terlalu memikirkan masalah seperti itu” (S2, HT:B1728-B1733)

HT merasakan sudah meluangkan banyak waktu selama dalam hubungan ini, karena mereka sudah menjalin hubungan ini selama 5 tahun, ia mengakui ada keraguan dengan dirinya apabila memutuskan hubungan ini apakah ia bisa menerima orang baru hal tersebut (S2, HT:B1470-B1473), itu salah satu alasan ia sulit untuk keluar dari *toxic relationship* ini (S2, HT:B1462-B1465). Ia juga mengaku sudah mengorbankan rasa kepercayaan keluarganya karena keluarganya tau mereka sudah putus, padahal diam-diam HT balikan lagi bersama pasangannya, sehingga ia merasa sudah mengorbankan kepercayaan keluarganya.

HT merasa bahwa pasangannya memiliki peran yang sebelumnya tidak ia temukan dari figur ayah. Ia menyebut bahwa pasangan bisa menjadi pendengar yang baik dan mendorongnya saat menghadapi keputusan besar, sesuatu yang tidak ia dapatkan dari sosok ayahnya (S2, HT:B1607). HT mengatakan dengan

ketidakhadiran peran ayah dalam hidupnya membuat ia merasa jadi terlalu bergantung dengan pasangannya, ia merasa tidak ada sosok laki-laki yang bisa menyayanginya seperti sang pasangan menjadikan salah satu alasan HT tetap berada dalam *toxic relationship* ini. Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“Ya, jadi dalam peran mengasihi hati, kita lebih dekat dari pasangan kita daripada ayah kita sendiri, akhirnya berpikir yasudah aku bergantung aja sama pasangan” (S2, HT:B1609-B1616)

HT juga mengakui bahwa setiap kali pasangan melakukan kesalahan dan mereka bertengkar, pasangannya akan berusaha memperbaiki keadaan dengan memberikan hadiah atau janji-janji manis (S2, HT:B1550-B1555). Hal ini membuat HT luluh dan berharap bahwa pasangannya akan berubah. Sehingga membuat HT akan cenderung memahami dan memaafkan dan berharap pasangan akan berubah (S2, HT:B1482-B1483), padahal nyatanya selama 5 tahun ini sang pasangan belum bisa mengontrol sikap kasarnya.

Selama menjalin hubungan, HT tidak mendapat dukungan dari orang sekitarnya untuk berpacaran dengan pasangannya yang sekarang, karena selama 5 tahun ini HT tidak pernah menceritakan ia memiliki kekasih kepada teman-temannya (S2, HT:B1502-B1505), yang mengetahui hanyalah keluarganya. Akan tetapi keluarganya tidak merestui hubungan mereka, sehingga ia tidak mendapatkan dukungan dari orang sekitarnya mengenai hubungan ini (S2, HT:B1348-B1355).

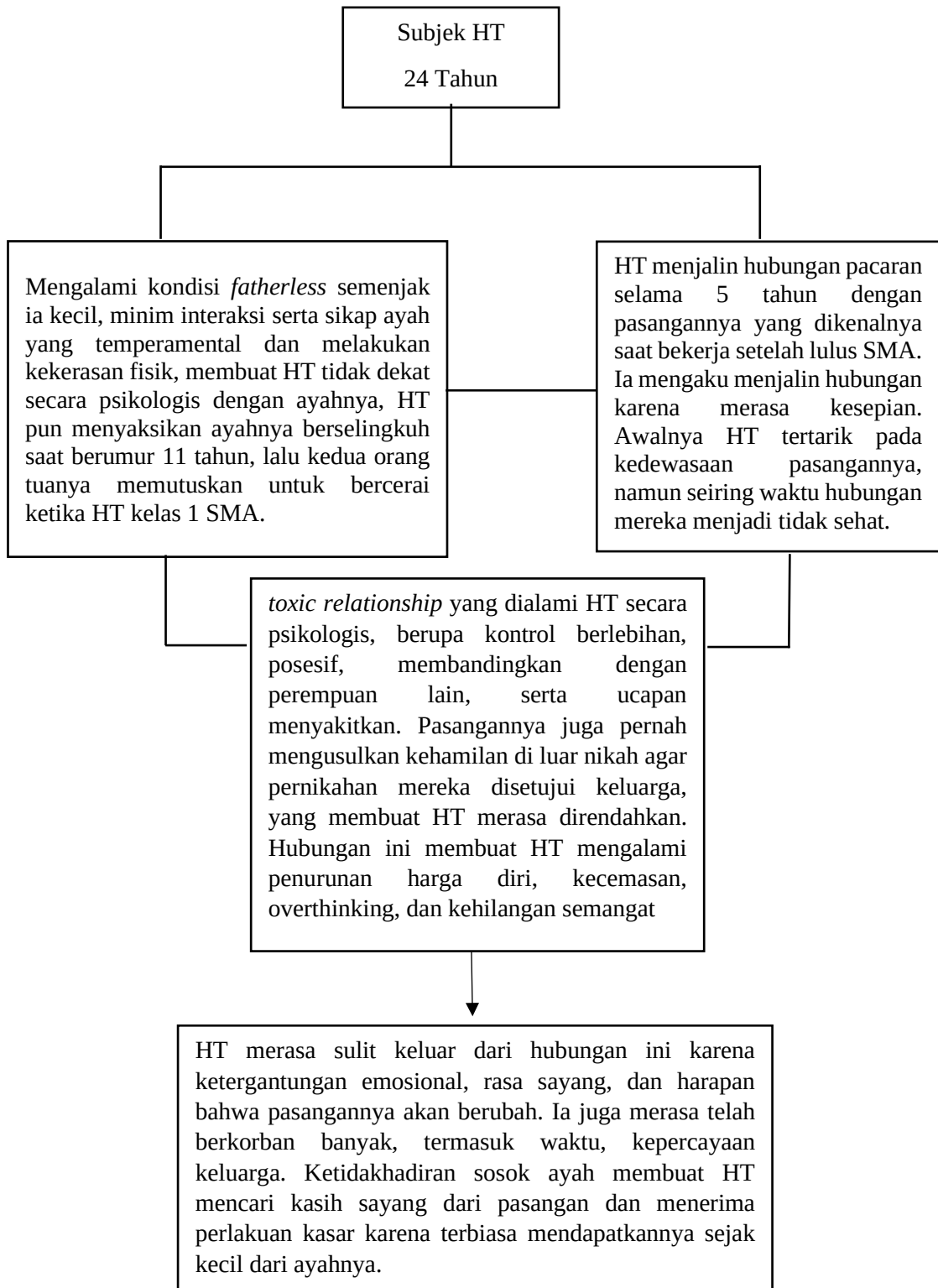
Ketika ditanya tentang kemungkinan tetap bersama pasangan meski karakter pasangan mirip dengan ayahnya yang kasar, HT menjawab bahwa ia sudah terbiasa mendapatkan perlakuan demikian, tapi ia mengaku kadang berpikir apakah ia bisa

sekuat dan sesabar ibunya, ia pun tidak ingin anaknya nanti merasakan seperti yang ia rasakan dulu tapi ia mengaku sampai ini masih bingung bagaimana untuk keluar dari *toxic relationship* ini (S2, HT:B1717-B1727). Hal ini ditunjukkan HT pada keterangan berikut:

“sudah terbiasa diperlakukan begitu, ulun biasa aja. kalau sudah terbiasa dari ayahnya sebelumnya melakukan seperti itu, ulun biasa aja. Tapi kadang akal ulun berpikir lebih, kalau aku diperlakukan kayak gini terus-terus, sanggupkah aku sesabar mama, nanti ujung kesian ke anak lagi ulun” (S2, HT:B1717-B1727)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulakn ketidakhadiran peran ayah dalam kehidupan HT berdampak pada ketergantungannya secara emosional terhadap pasangan. HT merasa tidak pernah mendapatkan kasih sayang dari sosok ayah, sehingga perhatian dari pasangan menjadi sangat berarti dan membuatnya sulit lepas meskipun berada dalam *toxic relationship*. HT juga terbiasa diperlakukan dengan cara kasar oleh ayahnya, sehingga ia cenderung menerima perlakuan serupa dari pasangan.

Adapun skema kondisi *fatherless* dan *toxic relationship* subjek HT sebagai berikut:



3) Subjek FL

FL merupakan mahasiswi berusia 20 tahun, ayah dan ibunya bercerai ketika FL berada di kelas 4 SD. FL mengatakan penyebab kedua orang tuanya bercerai dikarenakan ayahnya berselingkuh dari ibunya (S3, FL:B579-B581). Sebelum perceraian terjadi, hubungan kedua orang tuanya memang sudah tidak harmonis. Ayah FL dikenal temperamental dan sering melampiaskan amarahnya kepada istri dan anak-anaknya. Tidak jarang ia menyakiti secara fisik, sehingga menurut FL, ibunya begitu sabar dalam menghadapi perilaku sang ayah. (S3, FL:B557-B563). FL mengingat bagaimana ibunya selalu berusaha memaafkan kesalahan ayahnya. Namun, ketika perselingkuhan terungkap, ibunya tidak lagi bisa menoleransi hal tersebut. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“Iya selingkuh, mama tuh selalu maafin apapun kesalahan papa, tapi kayak kalau perselingkuhan mama gak bisa noleransi lagi”

Sebelum perceraian terjadi, FL mengatakan tidak memiliki banyak kenangan baik tentang ayahnya. Hal itu dikarenakan sifat ayahnya yang temperamental dan sering menimbulkan rasa takut baginya. (S3, FL:B21-B26), FL menyampaikan pernah di pukul menggunakan ikat pinggang, melempar kobokan berisi air dan hampir melemparkan kipas angin kearah FL, bahkan FL pernah diceburkan ayahnya kedalam bak kamar mandi. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“kobokan tuh dilempar ke FL kobokan dulu pernah terus ikat pinggang, pernah dulu tuh juga pernah hampir melempar kipas angin” (S3, FL:B40-B51)

“bak mandi itu diceburin ke sana, FL lupa itu kepala atau sebadan dulu, tapi kayanya sebadan” (S3, FL:B383-B388)

Setelah kedua orang tuanya bercerai FL masih berhubungan dengan ayahnya akan tetapi ditahun 2023, karena FL mulai merasa tidak nyaman ia memutus kontak sampai sekarang (S3, FL:B74-B78), ia merasa dimanfaatkan oleh ayahnya. Ayah FL sebelum cerai membuka usaha diatas tanah kakek dari pihak keluarga ibu, sehingga ketika kedua orang tuanya bercerai ayahnya sudah tidak memiliki usaha lagi, jadi menurut FL ketika ia menemui ayahnya, ayahnya akan selalu membahas kesulitan ekonominya dan seakan meminta bantuan pada FL, setelah itu FL tidak tau lagi mengenai kabar ayahnya (S3, FL:B80-B111). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“kalau ketemu itu bahasnya uang terus, terus bahas apa aja yang pernah mama lakuin dulu mungkin itu yang bikin gak nyaman. Papa 2022-2023 itu sakit waktu itu tuh malah bahas harta disana tuh kak, malah bahas uang gitu kak, kaya malah kaya anggap FL ini bisa dimanfaatkan gitu loh kaya disuruh Kaya bantu memenuhi kebutuhannya gitu ka” (S3, FL:B80-B111)

Setelah kedua orang tuanya bercerai ayahnya tidak menafkahi FL lagi, sebelum perceraian FL mengatakan ayahnya bertanggung jawab dalam ekonomi keluarga akan tetapi karena gaya hidup ayahnya tinggi dan mempunyai selingkuhan jadi uang yang dikasihkan tidak begitu banyak sehingga kurang terpenuhi (S3, FL:B226-B240). Setelah perceraian, FL sempat kesulitan biaya sekolah, tetapi hal itu tidak berlangsung lama karena ibunya bekerja dan berhasil mencukupi kebutuhan keluarga (S3, FL:B702–B705). Hal ini FL ditunjukkan pada keterangan berikut:

“kalau papa tuh lebih fokus ke dirinya sendiri kan, dari papa itu dulu itu lebih ke mentingin selingkuhannya, di rumah anak sama istrinya tuh seadanya dan kurang terpenuhi” (S3, FL:B226-B240)

“Setelah cerai sama mama itu, papa tuh gak pernah menafkahi FL” (S3, FL:B217-B218)

FL menggambarkan sosok ayah sebagai pribadi yang cuek dan kurang memberikan perhatian, bahkan lebih sering melampiaskan amarahnya. Ayahnya tidak menunjukkan kasih sayang secara langsung, sehingga FL tidak merasa dekat. Namun, setelah perceraian, FL sempat mengetahui bahwa ayahnya pernah membanggakannya kepada orang lain yang membuat FL merasa ayahnya menyayangnya (S3, FL:B281-B288). Meski begitu, interaksi FL dan ayahnya setelah perceraian sangat jarang, FL merasa tidak nyaman karena ayahnya mencoba mendekatkannya dengan istri barunya (S3, FL:B291-B294).

FL mengatakan tidak pernah kagum dengan ayahnya karena dari kecil yang ia ingat kenangan yang menyakitkannya. Ia pun tidak menjadikan ayahnya sebagai *role model*, FL mengatakan yang ia jadikan *role model* dalam hidupnya adalah pamannya, FL mengatakan ingin mempunyai pasangan yang sifatnya sama dengan pamannya, seperti pekerja keras, sayang anak, dan rajin (S3, FL:B339-B353). FL mengaku tidak ingin mendapatkan pasangan yang sama dengan ayahnya. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“papah tuh bukan role model dihidup FL, FL tuh malah role model hidup FL tuh om FL, suami dari tante, kan rumah FL deketan tuh kak,” (S3, FL:B334-B337)

Dalam mendisiplinkan, ayahnya lebih sering menunjukkan sikap temperamental, menggunakan nada tinggi, mencubit, melempar barang, hingga pernah mencelakakan secara fisik seperti menceburkan FL ke bak mandi (S3, FL:B364-B369). Setelah perceraian, peran tersebut hilang hampir sepenuhnya, kecuali sesekali ayah mengingatkan FL agar tidak pacaran. Hal ini menunjukkan bahwa peran *monitor and disciplinarian* dijalankan dengan cara yang negatif dan

tidak mendidik. Dengan banyaknya kenangan menyakitkan yang ia ingat dengan ayahnya membuat FL merasa canggung dan tidak nyaman berada didekat ayahnya, bahkan ketika kecil ia tidak merasa ayahnya bisa dijadikan teman bermain (S3, FL:B256-B257).

Saat sebelum perceraian, ayah FL bersikap cukup protektif terhadap FL sebagai anak perempuan, seperti memberi batasan dalam hal pergaulan. Meskipun secara perilaku menunjukkan sikap menjaga, namun sikap tersebut tidak disertai dengan kehangatan yang membuat FL merasa benar-benar aman dan nyaman. FL mengatakan bahwa rasa nyaman yang mungkin pernah ia rasakan di dekat ayahnya seolah hanya perasaan yang dibuat-buat, karena pada dasarnya ia merasa tidak bisa menjadi dirinya sendiri saat berada dekat dengan sang ayah. Hal ini disebabkan oleh sikap ayahnya yang temperamental (S3, FL:B415-B421).

Dalam hal pendidikan, ayahnya tidak pernah memberikan dukungan untuk FL berkembang, bahkan sang ayah ketika marah dulu pernah mengatakan akan menikahkan FL setelah lulus SD, FL merasa beryukur kedua orang tuanya cerai karena ibunya selalu mendukung FL dalam hal Pendidikan (S3, FL:B484-B500).

Sebaliknya, sikap ayahnya justru sering membuat FL merasa tidak memiliki harapan (S3, FL:B463-B465). Bahkan ketika FL melanjutkan kuliah, respons ayah lebih menyoroti soal uang daripada mimpi atau niat belajar FL. FL pun sempat merahasiakan keputusannya kuliah karena tidak ingin mendapatkan respons negatif dari ayahnya (S3, FL:B503-B510) Bahkan, ayah FL tidak pernah mengantarkannya ke sekolah sekalipun. Hanya sang ibu yang selalu hadir untuk mendukung FL (S3, FL:B537–B540). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“Dukungan kayak papa tuh kadang malah bukan ngedukung rasa FL, malah kayak kadang tuh ngebuat FL kayak gak ada harapan.”

FL mengatakan prestasi akademiknya disekolah biasa saja (S3, FL:B698), ia mengaku dengan ketidakhadiran peran ayah membuat ia sulit untuk berkomunikasi dihadapan banyak orang ia membandingkan dengan temannya yang memiliki keluarga utuh dan memiliki kemampuan *public speaking* yang sangat bagus, maka dari itu FL sempat menyalahkan dengan ketidakhadiran peran ayah dalam hidupnya karena ia membandingkan teman yang memiliki peran ayah dalam hidup mereka cenderung berkomunikasi dan menyelesaikan masalah yang baik, sedangkan FL merasa ia masih bingung tentang arahnya (S3, FL:B727-B751).

FL menilai dirinya sebagai pribadi yang banyak kurangnya, sering ragu dalam mengambil keputusan dan juga lemot. Teman-temannya disekolah sering mengejek FL lemot, FL mengatakan jika ia habis diejek ia akan kepikiran hal tersebut sampai berhari-hari dan menyalahkan diri sendiri. Karena menganggap dirinya kurang membuat FL menjadi tidak percaya diri pada dirinya sendiri (S3, FL:B776-B791).

Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“Sampai sekarang ngerasa kurang banget, kayak mungkin ngeliat temen yang lain tuh kayak lebih bagus gitu loh kak. Jadi kayak ngerasa memang kurang, kurang gitu kak” (S3, FL:B793-B801)

FL mengaku masih merasa kesulitan mengontrol emosi negatif yang hadir pada dirinya, dan ia akan meledak-ledak kepada ibu dan pasangannya misalkan sedang marah, ia pun merasa tidak bisa mengontrol kata-kata yang ia ucapkan ketika marah (S3, FL:B825-B829).

Ia juga merasa canggung saat berhadapan dengan laki-laki dan cenderung menghindari apabila tidak ada yang terlalu penting (S3, FL:B841-B849). Tapi FL

mengaku ia merasa sangat membutuhkan perhatian emosional dari pasangannya, hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

Ketidakhadiran figur ayah membuat FL merasa sulit membedakan laki-laki yang benar-benar tulus. Ia mengaku takut memilih pasangan karena tidak memiliki contoh laki-laki baik dalam hidupnya (S3, FL:B946–B955). FL pun mengatakan sangat menghindari laki-laki yang memiliki sifat yang sama dengan ayahnya.

FL menceritakan sebelum menjalin hubungan dengan pasangan yang sekarang, ia sempat menjalani hubungan selama satu tahun dengan mantan pacarnya yang pertama. Hubungan tersebut cukup membekas karena merupakan pengalaman pertamanya dalam berpacaran. Setelah putus, FL mengalami masa sulit untuk *move on*. Sekitar lima bulan setelah putus, FL mulai membuka diri kembali dan menjalin hubungan dengan pasangan yang sekarang. Meskipun saat itu masih ada perasaan terhadap mantan, FL merasa bahwa kehadiran pasangan barunya bisa menjadi jalan untuk bangkit dan tidak terus-menerus terjebak dalam kesedihan. FL pun memutuskan untuk mencoba membuka hati lagi (S3, FL:B958-B975).

Awal pengenalan dengan pasangan terjadi secara tidak sengaja saat FL sedang jogging. Pertemuan itu berlanjut saat mereka kembali bertemu dalam sebuah event (S3, FL:B977-B982). Dari pertemuan kedua inilah interaksi mereka mulai lebih intens, hingga akhirnya memutuskan untuk berpacaran sekitar satu bulan setengah setelahnya (S3, FL:B985-B987).

FL mengatakan ketertarikannya pada pasangan dipengaruhi oleh pengalamannya bersama mantan. Ia merasa mantannya kurang dalam hal komunikasi dan cenderung diam saat menghadapi masalah. Sebaliknya, pasangan

yang sekarang lebih komunikatif, dan itu menjadi nilai plus bagi FL. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“mantan FL tuh kalo misalnya nih kak diminta menyelesaikan masalah kayak diem gitu, sedangkan pacar FL yang sekarang tuh banyak ngobrol FL suka banyak ngobrol” (S3, FL:B991-B1007)

Namun setelah tiga bulan berpacaran, mulai muncul konflik yang menunjukkan bahwa komunikasi mereka tidak sehat (S3, FL:B1014-B1011). FL menceritakan pasangannya cenderung *childish*, karena pasangannya sering kali *oversharing*, seperti melibatkan orang lain seperti teman untuk ikut masuk dalam permasalahan mereka. FL merasa tidak nyaman karena setiap ada masalah, pasangannya cenderung menyalahkan dirinya dan mencari-cari kesalahan FL. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“dia tuh lumayan childish, kalau komunikasinya tuh dia tuh lebih ke oversharing. Karena dia tuh kayak cara menyelesaikan masalahnya tuh kadang dia yang salah, dicari-cari lagi kesalahan FL gitu loh, kak. Dan kadang dia tuh untuk masalah kami melibatin semua orang” (S3, FL:B1023-B1041)

FL mengaku bahwa selama menjalin hubungan dengan pasangannya saat ini, ia kerap kali mengalami kekerasan secara verbal, terutama saat pasangannya sedang marah. Kata-kata yang diucapkan seringkali menyakiti FL, yakni soal ketidakhadiran sosok ayah. Ucapan tersebut sangat membekas dan terus terngiang di pikiran FL, hingga menimbulkan rasa cemas dan enggan untuk berada satu motor dengan pasangannya, karena takut berujung pertengkaran (S3, FL:B1070-B1081). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“FL tuh kan memang pernah bilang kayak tentang sosok papa di hidup FL, dia tuh kalau emosi tuh memang pernah bilang “dasar gak punya papah” terus “siapa yang tahan sama kam pantas ai mantan km mutusi kam” terus pernah juga bilang “bunda tuh gak suka sama kam” “aku malu punya pacar kaya kamu” (S3, FL:B1058-B1068)

Salah satu kejadian paling FL ingat adalah ketika FL memergoki pasangannya kembali berkomunikasi dengan mantannya. Saat FL menuduh pasangannya telah bertemu dengan mantan, pasangan FL bereaksi dengan sangat agresif di jalan saat mengendarai motor. Ia memukul-mukul kepala dan tubuhnya sendiri sambil berteriak histeris. Setelah kejadian tersebut, bukannya menenangkan FL, pasangan FL justru memilih menelepon temannya dan membawa temannya ke rumah FL, untuk mencari pembenaran atas tindakannya. Setelah beberapa hari tanpa komunikasi, pasangan FL kembali meminta maaf dan berjanji akan berubah. FL pun memaafkan, meskipun luka emosional masih tersisa (S3, FL:B1083-B1093). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“Iya, mukulin kepala dia, mukulin badan dia kak. Jadi FL itu takut dan dia tuh gak teratur bawa motornya, FL itu takut nabrak orang dan dia itu kayak sambil teriak-teriak nangis kaya orang kesurupan” (S3, FL:B1083-B1093)

Pasangannya seringkali bersikap posesif dan mengontrol. Ia tidak mengizinkan FL dekat dengan laki-laki, bahkan ketika FL kerja kelompok. Pasangannya pernah menghubungi langsung teman laki-laki FL hanya karena mereka sedang mengerjakan tugas sama-sama (S3, FL:B1129-B1134). Hal ini membuat FL merasa malu karena masalah pribadinya. FL mengaku ingin menjaga nama baik pasangannya agar tidak dianggap sebagai sosok yang bermasalah (S3, FL:B1137-B1144).

FL menjelaskan pasangannya sering membuat ia merasa bersalah, bahkan saat kesalahan berasal dari pihak laki-laki. Selama tujuh bulan menjalin hubungan, FL mengaku sudah empat kali ingin mengakhiri hubungan, namun setiap kali pasangannya memohon, meminta maaf, dan berjanji akan berubah, FL luluh dan

kembali memberikan kesempatan. Setiap kali ada konflik, pasangannya kerap mengungkit masa lalu dan membalikkan kesalahan ke arah FL (S3, FL:B1159-B1169).

Menurut FL, pasangannya seringkali marah dengan meledak-ledak di tempat umum (S3, FL:B1249-B1254). pasangannya bahkan pernah berteriak dengan nada tinggi, mengungkapkan rasa malu karena menjadi pacar FL di depan umum. Setelah itu, pasangannya merasa bersalah dan memilih menghindari tempat-tempat yang menjadi lokasi pertengkaran tersebut. FL mengatakan pasangannya memiliki emosinya yang tidak stabil (S3, FL:B1256-B1259). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“kayak memang sering dia tuh marah-marah di tempat umum dan gak tau tempat gitu ka marahnya” (S3, FL:B1256-B1259)

FL mengatakan bahwa kekerasan fisik pernah terjadi sekali dalam hubungannya. Kejadian tersebut terjadi saat mereka sedang berboncengan motor dan pasangannya mulai marah, hingga menarik perhatian orang di sekitar. Dalam kondisi panik dan bingung bagaimana meredakan amarah pasangannya, FL mencoba menenangkannya dengan cara meminta maaf dan mencubit pinggangnya. Tapi reaksi pasangan FL justru mencakar FL dengan cukup keras. FL mengatakan cakaran itu cukup dalam. Setelah kejadian tersebut, pasangan FL meminta maaf. Namun, ketika ditanya alasan tindakannya, pasangan FL tidak memberikan penjelasan yang jelas. FL pun mencari makna sendiri di balik peristiwa tersebut dan menduga bahwa reaksi itu mungkin dipicu oleh cubitan yang ia lakukan lebih dulu (S3, FL:B1278-B1290). Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“dia tuh kayak intonasinya tinggi kan, orang tuh sampe ngelirik kami di motor. Akhirnya FL ini kayak bingung cara berhetiannya, kayak iya iya sabar minta

maaf. lalu FL cubit pinggangnya. Mungkin entah sakit kak, jadi refleks dia nyakar. Dan nyakarnya tuh lumayan dalem kemarin sampe kuku dia ungu segini. Dan kayak semoga aja bisa berubah”

FL mengatakan ia pernah merasa rendah diri karena mendapatkan perilaku yang kurang baik dari pasangannya (S3, FL:B1356-B1361). Selain itu, pernyataan pasangannya yang membandingkan FL dengan mantan kekasihnya membuat FL merasa *insecure*, seolah-olah hubungan mereka tidak lebih baik daripada hubungan pasangan dengan mantan sebelumnya. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“aku sama mantanku tuh loh gak kayak gini, kalau gak nerutin dia, ngambek. daripada dia ngambek FL tuh turutin kadang tuh kayak gitu kak” (S3, FL:B1370-B1382)

FL mengaku sering merasa cemas setiap kali akan bertemu dengan pasangannya, karena sering terjadinya pertengkaran, termasuk yang terjadi di tempat umum. Ketakutan akan kemarahan pasangan yang tidak bisa dikontrol membuat FL selalu berada dalam kondisi waspada dan tidak tenang (S3, FL:B1390-B1400).

FL mengatakan bahwa hampir setiap hari ia merasa lelah secara emosional selama berada dalam hubungan ini. Pertengkaran yang sering terjadi, tekanan untuk selalu menuruti keinginan pasangan, dan ancaman-ancaman yang dilontarkan membuat FL merasa kehabisan energi. Bahkan ketika tidak ada kabar dalam waktu tertentu, FL sudah merasa pasangannya akan marah-marah lagi (S3, FL:B1431-B1435).

FL mengatakan bahwa interaksinya dengan teman menjadi sangat terbatas karena sikap pasangannya yang posesif (S3, FL:B1486-1491), khususnya terhadap

teman lawan jenis. Pasangannya bahkan sampai menjalin kedekatan secara diam-diam dengan salah satu teman sekelas FL untuk mencari tahu aktivitas FL, yang pada akhirnya memicu kesalahpahaman besar karena informasi yang disampaikan temannya tidak tepat. FL juga menjelaskan bahwa pasangannya secara langsung membatasi interaksi FL dengan laki-laki, meskipun interaksi tersebut bersifat biasa. Larangan ini membuat FL merasa terkekang. Karena khawatir memicu pertengkaran, FL bahkan lebih memilih untuk berbohong mengenai aktivitasnya dari pasangan demi menghindari konflik. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“FL tuh merasa terkekang, kadang tuh kalau ada beberapa aktivitas yang kayak bikin dia sensitif deh. Jadi kayak malah lebih milih diam-diam gitu loh kak. Ngebohongin dia supaya kayak dia tuh gak ngajak berantem. Karena capek kak.” (S3, FL:B1512-B1527)

Selama berada dalam *toxic relationship* FL mengalami berbagai dampak yang baik secara psikologis, fisik, maupun dalam kehidupan sosialnya. Secara psikologis, FL merasa rendah diri, cemas, dan lelah secara psikis karena perilaku pasangannya yang membandingkan, mengontrol, dan sering marah-marah hingga membuat FL merasa tidak tenang. Secara fisik, FL pernah mengalami kekerasan berupa cakaran dari pasangannya. Bahkan hubungan FL dengan teman-temannya menjadi terganggu karena pasangannya bersikap posesif dan cenderung mengontrol pergaulan, terutama dengan lawan jenis.

Meski FL menyadari sedang berada dalam hubungan yang tidak sehat, ia tetap bertahan karena FL merasa telah banyak mengorbankan dirinya untuk memaklumi kesalahan pasangan yang berulang dan melakukan seperti mengantar jemput pasangannya les malam hari meskipun dimarahi orang tua. Ini membuat FL merasa

terlanjur berjuang terlalu banyak untuk melepaskan begitu saja (S3, FL:B1540-B1554). FL mengaku tidak siap menghadapi kesedihan akibat putus seperti merasa akan kesepian. Selain itu FL mengaku takut jika memutuskan hubungan akan menyesal dan merasa bersalah. Hal ini ditunjukkan FL pada keterangan berikut:

“sebenarnya tuh FL tuh lebih ke gak siap putus, gak siap sedih-sedihnya gak siap sedihnya, terus kayak inget gimana dulu tuh sedihnya pas putus terus” (S3, FL:B1567-B1581)

Ketika terjadi konflik dalam hubungan mereka, FL cenderung memahami dan memaafkan perbuatan pasangannya, ia seringkali mengingat kebaikan yang dilakukan pasangannya seperti sukarela meantar jemput, perhatian, tidak main cewek, sebagai pembenaran untuk memaafkan perilaku buruk sang pasangan (S3, FL:B1590-B1601). Oleh karena itu ia selalu berharap pasangannya akan berubah, ketika pasangan tidak menunjukkan perubahan yang dijanjikan menjadikan FL tidak begitu berharap lagi akan perubahan dari pasangannya, ia berusaha untuk mengontrol sikapnya ketika bersama pasangannya, agar pasangannya tidak marah jadi sebisa mungkin FL mengatakan ia akan menjaga sikapnya (S3, FL:B1606-B1611). FL mengalihkan tanggung jawab perubahan dari pasangan ke dirinya sendiri sebagai bentuk kompromi.

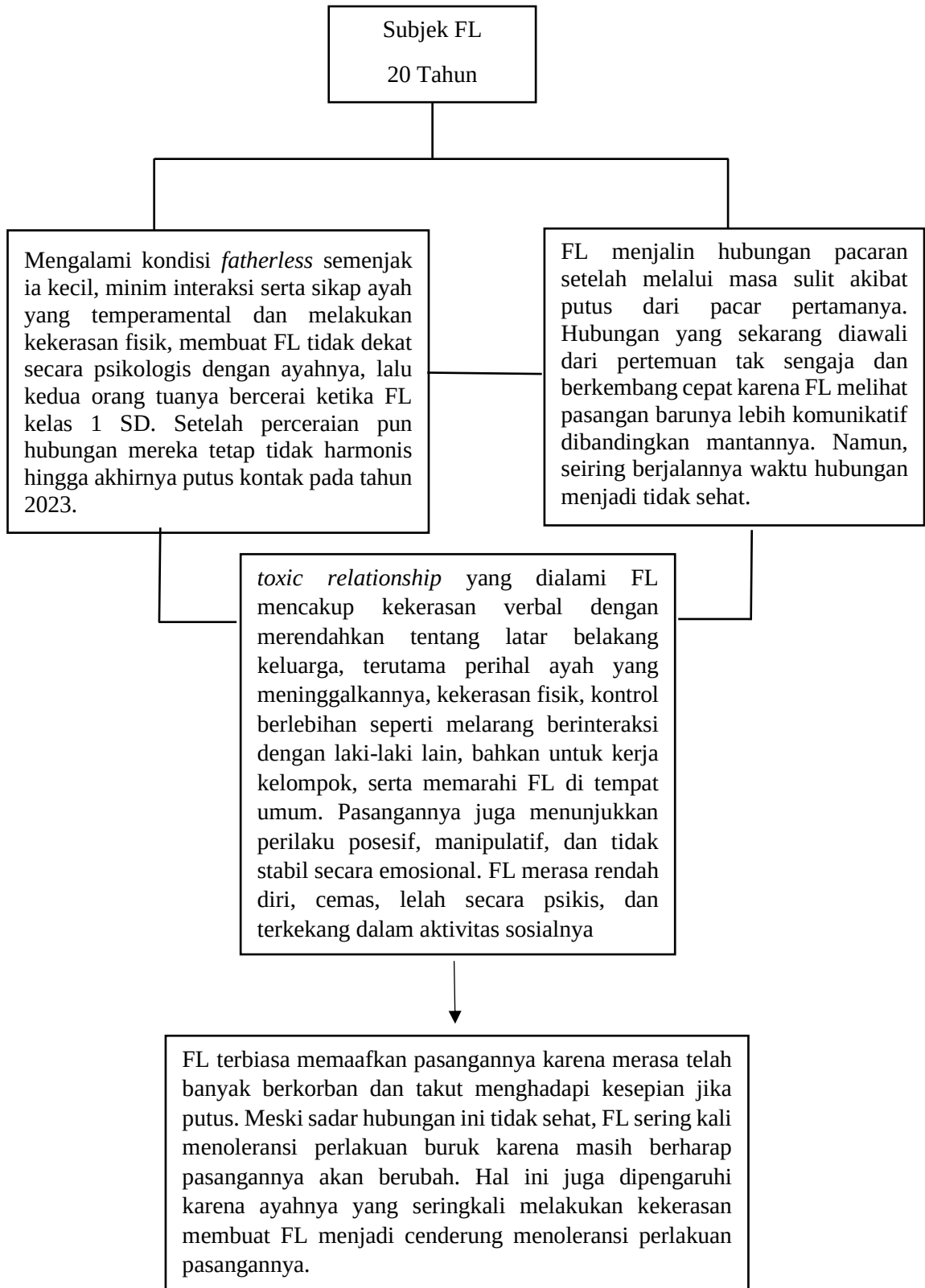
FL banyak mendapatkan saran mengenai hubungannya, ada yang menyuruh untuk mengakhiri hubungan dari kakak sepupunya, serta ada yang mendukung hubungan dari teman laki-lakinya yang mengatakan bahwa pasangannya masih bisa berubah (S3, FL:B1628-B1631). Hubungan FL dan pasangannya tidak mendapatkan persetujuan dari masing-masing orang tua mereka, karena FL dan pasangannya berbeda keyakinan, sehingga FL disuruh ibunya untuk berteman saja (S3, FL:B1657-B1672).

FL merasakan kepuasan dalam hubungannya ini. FL mengungkapkan bahwa ia senang dengan inisiatif pasangannya yang sering memberikan hadiah-hadiah kecil, mengajaknya makan, dan membuat agenda rutin setiap tanggal 15 sebagai momen spesial untuk quality time bersama. Kegiatan yang mereka lakukan biasanya seperti menyusun lego, bermain puzzle, atau tukar kado menjadi bentuk kebersamaan yang membuat FL merasa senang (S3, FL:B1704-B1724). Pasangannya mampu menunjukkan rasa sayang, bahkan bisa memvalidasi perasaan FL saat ia merasa tidak percaya diri, dengan mengatakan bahwa FL tetap cantik meskipun FL merasa ada perubahan dalam bentuk tubuhnya (S3, FL:B1756-B1759).

FL mengatakan meski banyak hal yang membuat merasa puas, ada yang membuat hubungan ini terasa berat baginya. FL mengenceritakan bahwa pasangannya memiliki mood yang kurang stabil, cenderung posesif secara berlebihan, dan kurang mampu menyelesaikan masalah dengan baik. FL juga mengaku tidak ingin sepenuhnya terbuka terhadap perasaannya karena takut kelemahannya dijadikan senjata saat bertengkar (S3, FL:B1732-B1746).

FL sadar bahwa perlakuan pasangannya tidak selalu baik, ia mengatakan pasangannya itu baik cuman yang FL rasa *toxic* itu dibagian terlalu posesif dan kalo marah bisa sampai meledak-ledak, menurutnya asal pasangan tidak main perempuan lain seperti ayahnya, ia masih bisa memaafkan (S3, FL:B1825-B1849).

Adapun skema kondisi *fatherless* dan *toxic relationship* subjek FL sebagai berikut:



c. Hasil Skala

TABEL 4.3 RANGKUMAN STATISTIK *TOXIC RELATIONSHIP*

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>Toxic relationship</i>	3	88	97	92,33	4,51

Berdasarkan analisis diatas terdapat 3 subjek maka diperoleh hasil pada variable *toxic relationship* memiliki nilai minimum 88 dan maksimum 97, nilai mean sebesar 92,33 dan standar deviasi sebesar 4,51.

Untuk mengetahui perhitungan kategorisasi tingkatan *toxic relationship* yang dialami subjek ES, HT, dan FL, peneliti menggunakan rumus dari perhitungan sebagai berikut:

Rendah: $X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$

Sedang: $(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$

Tinggi: $X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$

Berdasarkan diatas tingkat kategorisasi pada ketiga subjek adalah:

TABEL 4.4 TINGKAT KATEGORISASI *TOXIC RELATIONSHIP*

Variabel	Subjek	Tingkat Kategorisasi
<i>Toxic relationship</i>	ES	Tinggi
	HT	Sedang
	FL	Sedang

Dengan demikian, dua dari tiga subjek berada pada tingkat sedang dalam *toxic relationship*, sementara satu subjek menunjukkan tingkat tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami hubungan yang tergolong *toxic relationship*, dengan tingkatan yang berbeda.

B. Pembahasan

Fatherless adalah kondisi di mana sosok ayah tidak hadir secara fisik, emosional, maupun spiritual dalam kehidupan anak. Istilah ini juga dikenal dengan sebutan *father absence*, *father loss*, atau *father hunger*.⁴ Anak dikatakan berada dalam kondisi *fatherless* apabila ia tidak memiliki sosok ayah atau tidak menjalin hubungan dengan ayahnya, yang disebabkan oleh perceraian, kematian, atau konflik dalam pernikahan. Situasi ini dapat menyebabkan anak kehilangan figur ayah secara utuh karena ketidakhadiran peran ayah dalam pengasuhan.⁵ Peran seorang ayah dalam keluarga merupakan sesuatu yang tidak bisa digantikan oleh ibu. Baik anak laki-laki maupun perempuan membutuhkan kehadiran dan kasih sayang ayah sebagai sosok pendamping dan pelindung dalam proses tumbuh kembang mereka.

Berdasarkan dari hasil data yang telah dipaparkan melalui wawancara maka dapat diketahui kedua orang tua dari ketiga subjek bercerai, pada ES kelas 1 SMP, pada subjek HT pada 1 SMA, lalu pada subjek FL saat 4 SD, meskipun demikian mereka telah mengalami kondisi *fatherless* sejak masa anak-anak. Hal ini disebabkan oleh ketidakhadiran peran ayah secara emosional, yang ditandai dengan hubungan yang tidak hangat, minim interaksi, serta karakter ayah yang temperamental yang cenderung keras dan kasar. Sehingga, secara psikologis ketiga subjek sudah merasakan *fatherless* sebelum perceraian terjadi, karena ayah tidak berperan selama perkembangan tumbuh kembang anak. Keterlibatan ayah untuk

⁴ Abdiel Serafino Iskandar, Eli Prasetyo, and Happy Cahaya Mulya, 'Dinamika Self-Esteem Pada Emerging Adulthood Yang Fatherless', *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11.2 (2023), 173–97.

⁵ Nindhita and Arisetya Pringgadani.

anak menurut Hart terdapat 8 aspek yaitu *economic provider, friend and playmate, caregiver, teacher and role model, monitor and disciplinarian, protector, advocate, dan resource*.⁶ Ketika sebagian besar aspek tersebut tidak dijalankan oleh ayah, maka anak dapat dikatakan mengalami kondisi *fatherless* secara psikologis, meskipun ayah masih hadir secara fisik dalam keluarga.

Sebagaimana yang disampaikan oleh subjek ES, ia tidak mendapatkan dukungan ekonomi lagi semenjak ia lulus SMA yaitu ia tidak diberikan biaya untuk ia berkuliah dan tidak dapat uang bulanan dari sang ayah, pada subjek HT tidak mendapatkan biaya sekolah dan uang jajan dari sang ayah bahkan sebelum ayah dan ibunya bercerai karena uang ayahnya dihabiskan untuk diri ayahnya sendiri, bahkan untuk kebutuhan rumah dulunya semua ditanggung oleh sang mama. Lalu subjek FL juga tidak mendapatkan uang bulanan lagi dari ayahnya semenjak kedua orang tuanya bercerai bahkan untuk ia berkuliah semua ditanggung oleh mamanya. Karena tidak mendapatkan dukungan ekonomi membuat ketiga subjek memandang ayah mereka sebagai orang yang tidak bertanggung jawab. Sejalan dengan Hart katakan bahwa ayah itu memiliki tanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan anak, seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal. Ketidakmampuan ayah dalam menyediakan dukungan ekonomi ini dapat memengaruhi hubungan dan interaksi antara ayah dan anak, baik dalam jangka waktu dekat maupun jangka panjang.⁷

Nafkah anak merupakan bentuk pemberian yang memiliki nilai manfaat atau nilai materiil yang diberikan oleh ayah kepada anaknya yang masih di bawah umur

⁶ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

⁷ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

atau belum memasuki masa pubertas. Hal ini mencerminkan tanggung jawab ayah dalam memenuhi kebutuhan dasar anak. Bahkan dalam kondisi perceraian sekalipun, konflik dalam hubungan suami istri tidak seharusnya memberikan dampak buruk terhadap anak-anak mereka. Dalam ajaran Islam, orang tua memiliki kewajiban untuk menafkahi anak-anaknya. Dalam Q.S. Al Baqarah/2: 233:

وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ

Artinya: *“Dan kewajiban ayah menanggung nafkah dan pakaian mereka dengan cara yang patut.”*⁸

Ayat ini merupakan kewajiban memberi nafkah bagi istri dan memberi isyarat bahwa nafkah bagi anak merupakan kewajiban, sesungguhnya Ayah wajib menanggung nafkah anaknya dan tidak ada orang lain yang ikut serta atas kewajiban tersebut.⁹

Ketiganya tumbuh dengan sosok ayah yang tempramental dan tidak mudah diajak bicara, sehingga sulit bagi mereka untuk melihat ayah sebagai sosok yang ramah dan bisa dijadikan teman dalam kehidupan sehari-hari. Padahal seorang ayah itu harus berperan sebagai teman bagi anak, termasuk teman bermain, melalui permainan dengan anak, ayah dapat bergurau yang sehat, dan dapat menjalin hubungan yang baik sehingga masalah, kesulitan, dan stress dari anak dapat dikeluarkan.¹⁰ Anak tidak hanya kehilangan kehangatan dalam relasi dengan ayah, tapi juga kehilangan ruang aman untuk mengekspresikan diri.

⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), Q.S. Al Baqarah/2: 233

⁹ Raudlatul Jannah, dkk, “Analisis Hukum Islam dan Hukum Positif Bagi Ayah yang Tidak Menafkahi Anak Pasca Perceraian”, Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Indonesia Vol. 3 No. 2 Juli 2024

¹⁰ Parmanti and Purnamasari, “The Role of Fathers in Children’s Upbringing.”

Komunikasi antara orang tua dan anak merupakan bagian penting dalam struktur keluarga. Ketika komunikasi terjalin dengan baik, hal ini dapat memperkuat hubungan emosional serta membangun rasa saling percaya antara keduanya. Komunikasi yang lancar mencerminkan adanya penerimaan dari orang tua terhadap anak, yang menjadi fondasi terciptanya kedekatan dan keharmonisan dalam keluarga.¹¹

Ketidakhangatan ini juga terasa dalam keseharian mereka. Ketiga subjek tidak benar-benar merasakan kasih sayang yang konsisten dari ayah mereka. Beberapa di antaranya, seperti ES ia kadang merasa ayah menyayanginya tapi rasa takut lebih mendominasi pikirannya ketika mengingat sang ayah, untuk HT juga mengatakan kadang merasa disayang tapi kadang tidak, sedangkan untuk FL merasa sama sekali tidak disayang oleh ayahnya karena minimnya interaksi diantara mereka. Dari ketiga subjek juga tidak merasakan ayah merawat mereka, hal ini menunjukkan ayah dari ketiga subjek tidak berperan secara optimal sebagai *caregiver*. Karena *caregiver* berarti ayah berperan dengan memberi kasih sayang dan merawat anak, sehingga membuat anak merasa nyaman dan penuh kehangatan jika berada didekat ayah mereka.¹² Akibatnya, tidak tumbuh perasaan nyaman atau rasa aman saat berada di dekat ayah, sesuatu yang seharusnya menjadi dasar bagi perkembangan anak.

Mereka tidak ingin menjadikan ayah mereka sebagai panutan karena ayah mereka tidak pernah memberikan contoh teladan yang baik, yang mereka lihat dari

¹¹ Arbiyana dan Kholil "Dinamika Fatherless terhadap Pengembangan Diri Remaja Perempuan di MAN 2 Model Medan" *Psyche* 165, Vol. 17 No. 3 (2024)

¹² Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

ayah mereka justru kasarnya, dan sikap tidak bertanggung jawab untuk keluarga membuat ketiga subjek enggan untuk menjadikan ayah mereka sebagai seorang panutan dalam hidup mereka. Karena harusnya seorang ayah itu berperan mendidik dan memberi contoh teladan yang baik, mendidik ini mulai dari masih balita sampai dewasa.¹³

Figur ayah memiliki peran penting sebagai panutan dalam kehidupan anak perempuan, di mana perilaku ayah kerap dijadikan acuan oleh anak dalam menilai bagaimana orang lain seharusnya memperlakukan dirinya. Ketika seorang ayah menjalin hubungan yang hangat dan positif dengan anak perempuannya, hal ini dapat menjadi gambaran awal bagi anak dalam memilih pasangan serta membentuk kepribadiannya. Kehadiran ayah yang aktif dalam proses tumbuh kembang anak perempuan juga berkontribusi pada peningkatan fungsi kognitif dan memperkaya cara pandang anak terhadap berbagai hal yang kelak berkembang dalam pikirannya.¹⁴

Ketika ES merantau, ayahnya sesekali menghubungi dan ketika ES pulang kampung, ia dibatasi untuk keluar malam dan ada peraturan dirumah yang harus ia laksanakan, sedangkan untuk subjek HT dan FL tidak mendapatkan peran itu dikarenakan sikap ayah mereka yang acuh tak acuh membuat mereka tidak merasakan peran ayah sebagai *monitor and disciplinarian*. Karena seorang ayah punya peran penting dalam mengawasi dan menegakkan disiplin. Ayah perlu

¹³ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

¹⁴ Arbiyana dan Kholil "Dinamika Fatherless terhadap Pengembangan Diri Remaja Perempuan di MAN 2 Model Medan" *Psyche* 165, Vol. 17 No. 3 (2024)

memantau perilaku anak, terutama saat mulai terlihat tanda-tanda menyimpang, agar disiplin bisa diterapkan dengan cepat¹⁵.

Pada ketiga subjek tidak mendapatkan peran itu secara optimal karena ayah mereka menyuruh mereka untuk jaga diri tapi tidak mengajarkan cara jaga diri yang tepat, jadi ayah mereka hanya menyuruh tanpa mengajarkan bagaimana menjaga diri yang baik. Karena menurut Hart harusnya peran *protector* ini ayah itu mengajarkan cara menjaga diri, terutama saat anak tidak bersama ayah atau ibu, dan ayah ada untuk melindungi anak dari hal berbahaya.¹⁶

Ayah memiliki peran krusial dalam membimbing anak menuju kemandirian, baik secara fisik maupun emosional saat mereka menginjak usia dewasa. Peran ini sejajar pentingnya dengan peran ibu, karena keberadaan dan keterlibatan ayah turut memengaruhi proses perkembangan anak. Meski demikian, hubungan antara ayah dan anak sering kali tidak sedekat atau sekuat ikatan antara ibu dan anak. Hal ini menunjukkan bahwa kasih sayang dari seorang ayah cenderung bersifat berdasarkan kebutuhan, berbeda dengan kasih sayang ibu yang lebih bersifat tanpa syarat. Oleh karena itu, kasih sayang ayah justru dapat menjadi dorongan bagi anak untuk belajar menghargai nilai-nilai hidup dan memahami tanggung jawab yang mereka miliki.¹⁷

Ayah dari ketiga subjek cenderung acuh tak acuh, membuat mereka enggan untuk berbagi kesulitan yang sedang dirasakan ke ayah mereka, karena mereka tau

¹⁵ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

¹⁶ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

¹⁷ Nurwandri dkk, "Peran Ayah Dalam Pendidikan Anak: Perspektif dan Dampaknya Pada Perkembangan Anak di Desa Pondok Bungur, Kecamatan Rawang Panca Arga Kabupaten Asahan" Jurnal Pengabdian Multidisiplin Volume 4 Nomor 3, 2024

reaksi yang akan ayah mereka berikan, hanya akan membuat mereka kecewa. Karena menurut Hart peran *advocate* ini ayah siap membantu, mendampingi, dan membela anak jika ada kesulitan. Dengan itu anak akan merasa aman, tidak sendiri, dan ada tempat untuk berkonsultasi. Sedangkan ketiga subjek mendapatkan hal tersebut.¹⁸

Ayah memiliki pengaruh langsung terhadap pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Dia dapat berbicara, bermain, atau melakukan kontak verbal dengan anaknya. Pertumbuhan anak di masa depan sangat dipengaruhi oleh semua itu. Selain mengatur dan mengawasi kegiatan anak-anak mereka, ayah juga dapat mendidik anak-anak mereka tentang perilaku sosial dan lingkungan. Dia memotivasi anak-anak, memperluas wawasan mereka, menantang mereka, menyediakan mainan yang menarik, mengajari mereka membaca, mengajak mereka memperhatikan hal-hal menarik yang terjadi di luar rumah, dan merangsang diskusi. Semua tindakan ini membantu memperkenalkan ayah (atau orang tua) ke dunia anak, dapat memengaruhi cara anak bereaksi terhadap perubahan sosial, dan dapat membantu perkembangan kognitif anak di masa depan. Keluarga menghargai kontribusi ayah. Ibu bukan satu-satunya yang memimpin rumah tangga, bahkan ketika laki-laki mendapatkan gaji. Tidak ada lagi pembagian yang tegas antara kewajiban orang tua dan ibu. Dalam keluarga, ibu dan ayah bertanggung jawab atas hal yang sama.¹⁹

¹⁸ Parmanti and Purnamasari, "The Role of Fathers in Children's Upbringing."

¹⁹ Aulia, dkk, "Peran Penting Seorang Ayah dalam Keluarga Perspektif Anak (Studi Komparatif Keluarga Cemara dan Keluarga Broken Home), jurnal Socio Politica , Vol. 13, No. 2 2023

Ayah mereka tidak pernah mendukung dan memberikan fasilitas untuk ketiga subjek berkembang. Karena seharusnya ayah itu berperan mendukung potensi dan keberhasilan anak melalui berbagai cara, salah satunya dengan memberikan dukungan sesuai kebutuhan anak.

Padahal kelahiran seorang anak merupakan peristiwa hukum yang muncul dari hubungan antara suami dan istri, yang menimbulkan hak dan kewajiban antara anak dan orang tua. Anak memiliki hak-hak tertentu yang mencakup kebutuhan material seperti sandang, pangan, dan papan, serta kebutuhan immaterial seperti hak untuk beribadah, mendapatkan kasih sayang, perhatian, dan berinteraksi secara sosial. Salah satu hak anak adalah hak atas nafkah, yang mencakup pemenuhan kebutuhan seperti tempat tinggal, pakaian, makanan, biaya kesehatan, dan pendidikan.²⁰

Apabila peran ayah tidak berfungsi dengan semestinya, maka akan ada sesuatu yang tidak akan berjalan dengan baik dan hal itu akan berdampak pada beberapa aspek kehidupan dalam keluarga terutama pada anak. Ketidakhadiran peran ayah dalam kehidupan mereka tentunya berdampak pada kehidupan ketiga subjek. Menurut Castetter dampak *fatherless* terhadap anak perempuan itu ialah berdampak pada prestasi akademik, harga diri, kesehatan mental, hubungan lawan jenis, perkembangan seksual, dan kesulitan finansial.²¹

Ketiga subjek menunjukkan performa akademik yang tergolong biasa saja dan tidak keluar dari batas nilai. Namun, ketiga subjek mengatakan ketidakhadiran

²⁰ Raudlatul Jannah, dkk, “Analisis Hukum Islam dan Hukum Positif Bagi Ayah yang Tidak Menafkahi Anak Pasca Perceraian”, Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Indonesia Vol. 3 No. 2 Juli 2024

²¹ Castetter, “The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan.”

peran ayah mempengaruhi mereka untuk meraih prestasi akademik, karena tidak mendapatkan dukungan secara langsung oleh ayah membuat mereka menjadi pribadi yang penuh keraguan dengan diri mereka sendiri sehingga ketiga subjek tidak mencapai prestasi akademik secara optimal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qureshi dan Ahmad menemukan dampak ketidakhadiran ayah terhadap prestasi akademik anak, Studi ini membuktikan secara signifikan bahwa kehadiran ayah memberikan kontribusi besar terhadap pencapaian akademik yang lebih tinggi pada anak. Data menunjukkan adanya perbedaan sebesar 75% dan 32% antara anak-anak yang memiliki ayah yang hadir dan yang tidak dalam pencapaian akademik mereka. Penelitian ini juga membuktikan bahwa anak perempuan lebih terdampak oleh ketidakhadiran ayah dibandingkan anak laki-laki.²²

Fatherless mempengaruhi terhadap harga diri tiga subjek dalam penelitian ini, ketiga subjek merasakan diri mereka tidak berharga, dan cenderung memandang diri mereka secara negatif. Hal ini sejalan dalam penelitian castetter yang mengatakan dampak *fatherless* pada anak perempuan sering kali menyimpan perasaan penolakan dan ditinggalkan di dalam diri mereka, sehingga memengaruhi cara mereka memandang diri sendiri.²³

O'Dwyer dalam penelitiannya mengatakan anak perempuan yang tumbuh tanpa ayah cenderung mengaitkan ketidakhadiran ayah dengan perasaan ditolak dan

²² Muhammad Saifullah Qureshi and Alay Ahmad, "Effects of Father Absence on Children ' s Academic Performance Effects of Father Absence on Children ' s Academic Performance Corresponding Author Please Contact Muhammad Saifullah Qureshi," *Journal of Educational, Health and Community Psychology* 3, no. 1 (2014): 1–6.

²³ Castetter, "The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan."

tidak layak dicintai. Mereka mengalami kesulitan dalam membentuk harga diri yang sehat.²⁴

Ketidakstabilan emosional juga menjadi konsekuensi yang tampak jelas. Ketiga subjek merasakan kesulitan dalam mengelola emosi negatif yang hadir, pada subjek ES mengatakan ia akan menyakiti diri sendiri dengan memukul kepala dan memukul dinding. Begitu pun dengan subjek HT, ia mengatakan akan memukul kepalanya dan menarik rambut ketika sedang ada masalah. Berbeda dengan subjek FL ketika sedang marah ia akan marah dengan meledak-ledak dan melampiaskan ke orang-orang terdekatnya, hal ini menunjukkan ketiga subjek kesulitan mengelola emosi negatif dan mengekspresikannya dengan cara tidak sehat. Anak perempuan yang tumbuh tanpa kehadiran ayah cenderung menginternalisasi perasaan penolakan dan ditinggalkan, yang kemudian berkembang menjadi masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan ledakan emosi.²⁵ Perasaan ini selanjutnya dapat mendorong mereka untuk menekan kebutuhan atau emosi mereka sendiri, dan sering kali mengekspresikan kesedihan mereka melalui kemarahan dan kekerasan.²⁶

Figur ayah yang cenderung memiliki kepribadian tempramental dan kontrol emosi yang buruk juga dapat menjadi tolok ukur dalam berperilaku sehingga anak memiliki kepribadian yang tempramental dan kontrol emosi yang buruk juga.

²⁴ Dave O'Dwyer, "A Psychotherapeutic Exploration of the Effects of Absent Fathers on Children," *Open Access Proceedings Journal* 2017, no. July (2014): 1–67, [http://www.eskom.co.za/CustomerCare/TariffsAndCharges/Documents/RSA Distribution Tariff Code Vers 6.pdf](http://www.eskom.co.za/CustomerCare/TariffsAndCharges/Documents/RSA%20Distribution%20Tariff%20Code%20Vers%206.pdf)⁰<http://www.nersa.org.za/>.

²⁵ Castetter, "The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan."

²⁶ O'Dwyer, "A Psychotherapeutic Exploration of the Effects of Absent Fathers on Children."

Ketika tidak ada tempat yang dirasa aman untuk mencurahkan perasaan, anak bisa memilih untuk menyakiti dirinya sendiri sebagai bentuk pelampiasan emosi. Tidak jarang orang tua gagal mengendalikan emosi dan melampiaskannya melalui kekerasan fisik seperti memukul, mencubit, menendang, atau menjewer. Mereka kerap kali tidak menyadari dampak dari tindakan tersebut terhadap anak.²⁷

Fatherless mempengaruhi terhadap cara ketiga subjek membangun hubungan dengan lawan jenis. Pada subjek ES mengatakan ia lebih nyaman jika berteman dengan laki-laki, sedangkan pada subjek HT dan FL mengatakan jika mereka merasa tidak nyaman dan canggung jika berteman dengan laki-laki. Dampak merugikan ini biasanya terjadi dalam dua cara. Pertama, anak perempuan yang tumbuh tanpa ayah mungkin menjauh dari laki-laki, karena tidak tahu bagaimana berinteraksi dengan mereka. Kedua, alih-alih menjauh dari laki-laki, perempuan yang tumbuh tanpa ayah mungkin sangat menginginkan perhatian dari laki-laki. Akibat pengasuhan yang tidak konsisten dan tidak dapat diandalkan selama hidup mereka.²⁸

Saat ini ketiga subjek sedang berada dalam *toxic relationship* atau hubungan pacaran yang tidak sehat, sejalan dalam penelitian castetter mengatakan perempuan yang tumbuh tanpa peran ayah cenderung memiliki hubungan yang tidak sehat dengan lawan jenis. Alasannya karena ayah biasanya adalah pria pertama dalam hidup seorang anak perempuan, hubungan dengan ayahnya menjadi dasar dari semua hubungan masa depan dengan laki-laki. Oleh karena itu, ketika hubungan

²⁷ Arbiyana dan Kholil "Dinamika Fatherless terhadap Pengembangan Diri Remaja Perempuan di MAN 2 Model Medan" *Psyche* 165, Vol. 17 No. 3 (2024)

²⁸ Castetter, "The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan."

ayah dan anak perempuan itu tidak normal atau bahkan tidak ada, persepsi perempuan terhadap laki-laki sering kali menjadi menyimpang.²⁹

Perempuan yang tumbuh tanpa kehadiran sosok ayah cenderung memiliki kriteria yang berbeda dalam menentukan pasangan. Mereka cenderung mencari pasangan yang dapat memenuhi kebutuhan emosional sebagai bentuk kompensasi atas kekosongan masa lalu. Namun, hal ini bisa menjadi berisiko karena dapat mengarah pada keterlibatan dalam hubungan yang tidak sehat.³⁰

Fatherless awalnya berdampak pada kesulitan secara finansial pada subjek HT dan FL akan tetapi sekarang mereka tidak merasakan sulit secara finansial lagi, sedangkan untuk subjek ES sejak awal tidak berdampak pada kesulitan finansial. Sehingga mereka bisa masuk ke perguruan tinggi ternama yang ada di Banjarmasin. Masalah finansial merupakan salah satu konsekuensi yang dialami oleh anak-anak tanpa kehadiran ayah.

Anak-anak yang dibesarkan dalam rumah tangga orang tua tunggal lebih berisiko hidup dalam kemiskinan karena pendapatan satu orang tua seringkali tidak mencukupi kebutuhan keluarga. Mancini bahkan menambahkan bahwa kondisi ini bisa menyebabkan kemiskinan yang berkelanjutan hingga dewasa, khususnya jika anak tidak memiliki akses terhadap pendidikan berkualitas.³¹ Namun dalam penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun latar belakang *fatherless* bisa membawa dampak finansial, faktor lain seperti dukungan dari ibu, keluarga, atau

²⁹ Castetter.

³⁰ Dea Azzahra et al., "Dampak Fatherless Terhadap Perempuan Dewasa Awal : Studi Fenomenologi Tentang Kriteria Pasangan Hidup" 8 (2025).

³¹ Castetter.

lingkungan juga berperan penting dalam menentukan keberlanjutan pendidikan dan kestabilan ekonomi anak di masa depan.

Fatherless berdampak pada cara ketiga subjek menentukan kriteria pasangan hidupnya, subjek menyebutkan bahwa mereka menginginkan yang bisa mendengarkan, menyayomi, bertanggung jawab, tidak kasar, setia, dan tidak pelit. Ini memperlihatkan bagaimana pengalaman kurang baik bersama ayah mempengaruhi nilai dan harapan dalam hubungan romantis, hal tersebut dijadikan tolak ukur saat memilih pasangan. meskipun perempuan kehilangan sosok ayah, mereka masih memiliki harapan positif terhadap pasangannya. Harapan positif tersebut muncul karena adanya perasaan ingin dilindungi, disayang, dan ditemani, yang hal itu belum mereka dapatkan dari figur ayah.³²

Seseorang ketika memasuki fase dewasa awal menurut Erikson, yakni pada rentang usia 20-30 tahun akan berada pada tahap perkembangan *intimacy vs isolation*. Pada fase ini, penting bagi individu untuk memiliki pemahaman yang mendalam mengenai diri mereka sendiri agar mampu menyelaraskan identitas pribadi mereka dengan identitas orang lain, ini merupakan tugas perkembangan di masa dewasa awal. Ketika seseorang dewasa awal memiliki kejelasan mengenai siapa dirinya dan apa yang diinginkan maka dari itu mereka akan bisa mengembangkan kualitas cinta yang lebih baik.³³ Seseorang dapat dikatakan berhasil ditahap ini ditandai dengan kemampuan mengembangkan kualitas cinta

³² Azzahra et al., “Dampak Fatherless Terhadap Perempuan Dewasa Awal : Studi Fenomenologi Tentang Kriteria Pasangan Hidup.”

³³ Alwisol, Psikologi Kepribadian, UMMPress: Malang, 2019.

atau menjalin hubungan dengan lawan jenisnya.³⁴ Hubungan dengan lawan jenis umumnya diawali oleh adanya rasa ketertarikan dan perasaan cocok satu sama lain. Ketertarikan ini kemudian menumbuhkan keinginan untuk menjalin kedekatan lebih lanjut, yang selanjutnya menjadi dorongan utama dalam memulai suatu hubungan yang dikenal dengan istilah berpacaran.

Namun, ketika berada dalam hubungan pacaran, tidak semua hubungan bersama pasangannya dapat berjalan dengan baik. Kehadiran pasangan biasanya akan membuat seseorang menjadi bersemangat dalam beraktivitas, dan membuat pasangan menjadi sumber dukungan positif. Berbanding terbalik ketika seseorang yang justru merasa dibatasi ruang gerak, mengalami tekanan, bahkan merasa terancam oleh pasangannya yang akan mengarah pada hubungan romantis yang tidak sehat.³⁵

Menurut Dr. Lillian Glass, *toxic relationship* diartikan sebagai suatu hubungan yang tidak saling memberikan dukungan, di mana salah satu pihak cenderung ingin menguasai atau mengendalikan pihak lainnya.³⁶ Istilah *toxic relationship* berasal dari dua kata, yaitu "*toxic*" yang berarti racun, dan "*relationship*" yang berarti hubungan atau keterkaitan. Dengan demikian, *toxic relationship* menggambarkan hubungan antara dua individu atau kelompok yang bersifat merusak dan berpotensi membahayakan.³⁷

³⁴ Kharisma Dewi. "Dampak Fatherless Terhadap Pemilihan Kriteria Calon Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal di Desa Tiron Kecamatan Banyakan"

³⁵ Margaretta Erna Setianingrum and Estalita Kelly, "Toxic Relationships Ditinjau Dari Self Esteem Pada Mahasiswa" 10, no. September (2023): 409–21.

³⁶ Lillian Glass, "Toxic People: 10 Ways Of Dealing With People Who Make Your Life Miserable". Your Total Image Publishing: Amerika, 1995

³⁷ Cera Keny, Febrian Syahputra, and Pratomo, "Pengalaman Toxic Relationship Dan Dampaknya Pada Kalangan Generasi Muda."

Toxic relationship merupakan suatu hubungan yang ditandai dengan adanya perilaku pasangan yang menyebabkan ketidaknyamanan secara psikologis. Ketidaknyamanan ini muncul akibat tindakan yang menyakitkan, baik secara fisik maupun emosional. Dalam hubungan seperti ini, perilaku salah satu pasangan sering kali justru merugikan atau menyakiti pasangannya sendiri. Berdasarkan hasil skala kategorisasi *toxic relationship* pada ketiga subjek penelitian ini, subjek ES berada pada kategori tinggi, sedangkan HT dan FL berada pada kategori sedang.

Menurut Martha didalam jurnal Pattiradjawane dan Wijono (2019) menyebutkan bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi dalam relasi personal di antaranya yaitu kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan seksual, dan kekerasan ekonomi.³⁸

Aspek *toxic relationship* yang dialami oleh subjek ES adalah kekerasan psikologis yang ditandai dengan adanya ucapan menyakitkan dari pasangan. Ucapan-ucapan dari pasangan membuat rendah harga diri ES dan membuatnya merasa bersalah. Pasangan tidak memberikan perhatian atau waktu yang cukup untuk ES, yang menimbulkan perasaan diabaikan. Ketika ES mencoba mengkomunikasikan masalah dalam hubungan, pasangannya justru menyalahkan ES dan menolak untuk terbuka. Ini menandakan tidak adanya ruang bagi ES untuk mengekspresikan perasaannya. Oleh karena itu ES mengaku pernah menyakiti diri sendiri ketika ada masalah besar dengan sang pasangan. Pasangan ES sering menggunakan *silent treatment* atau diam sebagai respons atas konflik. Alih-alih

³⁸ Pattiradjawane, Wijono, and Engel, "Uncovering Violence Occurring in Dating Relationship: An Early Study Of Forgiveness Approach."

menyelesaikan masalah, sikap ini menyebabkan ES menekan emosinya sendiri, yang berisiko menjadi beban psikologis jangka panjang.

Silent treatment sebagai respons terhadap konflik sering kali menimbulkan dampak negatif, terlebih jika dilakukan secara berulang. Meskipun setiap individu memiliki cara tersendiri dalam mengelola emosi, penggunaan *silent treatment* dianggap tidak sehat. Mengabaikan seseorang bukanlah metode yang efektif untuk menyelesaikan persoalan, alih-alih meredakan situasi, hal ini justru memperparah permasalahan dan menghambat jalannya komunikasi dalam hubungan.

Silent treatment juga memiliki pengaruh buruk terhadap kondisi psikologis individu. Seseorang yang sering diperlakukan dengan cara ini cenderung merasa tersisih, kehilangan kepercayaan, memendam kebencian, dan mengalami penurunan rasa percaya diri. Dampak emosional dari *silent treatment* bisa sangat merugikan, meski sering kali tidak langsung terlihat, bahkan berpotensi menimbulkan gangguan psikologis. Pelaku *silent treatment* biasanya merasa memiliki kendali dan kekuatan dalam hubungan, sementara pihak yang menerima cenderung merasa bingung, cemas, dan khawatir hubungan akan berakhir.³⁹

Adapun aspek *toxic relationship* yang dialami oleh subjek HT adalah kekerasan psikologis yang ditandai dengan adanya ucapan menyakitkan, kontrol berlebihan seperti dilarang berbicara dengan lawan jenis, bersikap posesif, komunikasi yang tidak sehat dan seringkali menunjukkan sikap kasar, yang kadang membuat HT teringat kembali dengan ayahnya yang sama-sama kasar. Meskipun memiliki

³⁹ Istibsarotul Amalia et al., “Bahaya Silent Treatment,” *Jurnal Pendidikan Transformatif* 1, no. 1 (2023): 85–89, <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/192>.

ingatan akan sosok ayah yang kerap bersikap kasar, HT tetap bertahan dalam *toxic relationship*. Hal ini disebabkan karena HT telah terbiasa dengan pola relasi yang penuh tekanan sejak kecil, sehingga relasi yang menyakitkan pun terasa familiar baginya, sehingga ia cenderung menerima bahkan mempertahankan hubungan yang menyakitkan sekalipun. Padahal ia mengaku bahwa hubungan ini membuat ia merasakan ketidaknyaman akan tetapi HT mengakui sulit untuk benar-benar lepas dari hubungan ini, walaupun sudah putus nyambung berkali-kali, HT pada akhirnya kembali lagi bersama pasangannya. Hubungan yang *toxic* dapat menyebabkan konflik internal diri sendiri. Konflik internal ini akan menimbulkan kemarahan atau kecemasan. Hal ini menyulitkan mereka yang terlibat dalam *toxic relationship* untuk hidup secara efektif.⁴⁰

Sedangkan *toxic relationship* yang dialami oleh subjek FL adalah kekerasan psikologis yang ditandai seperti hinaan mengenai latar belakang keluarga FL, termasuk ucapan yang merendahkan dan menyakitkan, FL juga mengalami perlakuan agresif dari pasangannya, seperti pasangan memarahinya di tempat umum yang menimbulkan rasa takut dan malu. Pasangan FL juga menunjukkan perilaku posesif dan kontrol berlebihan, seperti melarang FL berinteraksi dengan laki-laki, bahkan saat kerja kelompok. Dalam hubungan ini, pasangan FL juga sering membalikkan masalah, mengungkit masa lalu, dan memunculkan rasa bersalah dalam diri FL, yang akhirnya membuat FL sulit untuk keluar dari hubungan tersebut meskipun sudah beberapa kali ingin mengakhiri. Pembatasan

⁴⁰ Cera Keny, Febrian Syahputra, and Pratomo, "Pengalaman Toxic Relationship Dan Dampaknya Pada Kalangan Generasi Muda."

aktivitas, atau yang sering disebut sebagai bentuk pengekangan, merupakan salah satu ciri dari hubungan yang tidak sehat (*toxic relationship*). Tindakan ini mencerminkan upaya untuk menghalangi seseorang dalam menjalankan aktivitasnya secara bebas dalam kehidupan sehari-hari.⁴¹

Pada hubungan FL dan pasangannya, kekerasan fisik pernah terjadi sekali dan dalam konteks yang spontan, ketika pasangan tidak bisa menahan amarahnya. pasangan mencakar dibagian punggung tangan FL dengan cukup dalam, hingga meninggalkan bekas luka cakaran yang jelas. Walaupun hanya sekali akan tetapi hal ini tetap termasuk kekerasan fisik, karena melibatkan tindakan menyakiti tubuh FL. Tindakan kekerasan yang menyebabkan cedera atau meninggalkan bekas luka fisik pada pasangan, itu termasuk kedalam kekerasan secara fisik.⁴²

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lestari menemukan bahwa pasangan yang melakukan kekerasan cenderung menunjukkan perilaku memaksakan kehendak. Ketika keinginannya tidak terpenuhi, mereka kerap melontarkan kata-kata kasar atau menunjukkan perilaku pasif-agresif, seperti melakukan silent treatment, yaitu dengan mengabaikan pasangannya. Selain itu, pasangan juga bersikap terlalu menuntut hingga tampak posesif. Perilaku ini mengganggu aktivitas subjek, menurunkan produktivitas, serta menghambat relasi sosial seperti pergaulan dengan teman, karena pasangan merasa perlu menjadi prioritas utama dan menginginkan seluruh waktu dihabiskan bersama.⁴³

⁴¹ Chi, Dariyo. "Gambaran Toxic Relationship Bagi Dewasa Awal Yang Berpeccaran" *Jurnal Ilmu Pendidikan and Psikologi* Vol,4, no. 4 (2025): 542–54.

⁴² Pattiradjawane, Wijono, and Engel, "Uncovering Violence Occurring in Dating Relationship: An Early Study Of Forgiveness Approach."

⁴³ Prilianti Putri Lestari, Zainal Abidin, and Fitri Ariyanti Abidin, "Bentuk Kekerasan Dalam Berpacaran (KDP) Dan Dampak Psikologisnya Pada Wanita Dewasa Awal Sebagai Korban

Menurut Riani dalam buku *Stop Toxic relationship* terdapat 4 dampak dari *toxic relationship* yaitu dampak secara psikis, fisik, kehidupan sosial, dan finansial.⁴⁴ Akan tetapi pada ketiga subjek dalam penelitian berdampak secara psikis, fisik dan kehidupan sosial. sebagai berikut:

ES mengalami dampak psikis akibat hubungan *toxic* yang dijalannya. Ia sering merasa rendah diri, cemas, dan takut ditinggalkan karena merasa tidak mendapatkan perhatian dan komunikasi yang cukup dari pasangannya. Sebagai bentuk pelampiasan dan untuk menarik perhatian pasangannya, ES mengaku beberapa kali menyakiti dirinya sendiri.

HT merasakan dampak secara psikis, yang ditandai dengan penurunan harga diri, kecemasan berlebih, dan gangguan suasana hati. Ia merasa direndahkan oleh pasangannya. Penolakan dari keluarga terhadap hubungannya juga menjadi sumber kecemasan tersendiri. HT mengalami *overthinking*, kelelahan emosional, serta kehilangan semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

FL mengalami dampak psikis yang ditunjukkan dengan perasaan rendah diri, cemas, lelah emosional, dan rasa tidak aman. FL merasa tidak dihargai karena sering dibandingkan. Ia juga merasa tertekan untuk selalu memenuhi keinginan pasangan agar tidak terjadi konflik. Ketakutan terhadap kemarahan pasangan yang meledak-ledak, termasuk di tempat umum, membuat FL berada dalam kondisi waspada terus-menerus. Hubungan ini membuat FL kehabisan energi secara emosional hampir setiap hari.

Kekerasan,” *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak* 6, no. 1 (2022): 65–84, <https://doi.org/10.21274/martabat.2022.6.01.65-84>.

⁴⁴ Riani, *Stop Toxic Relationship*, (Sulawesi: Pustaka Taman Ilmu: 2021), 19

Menurut Dr. Primatia Yogi Wulandari, M.Si., Psikolog dari Universitas Airlangga (UNAIR), dampak awal dari *toxic relationship* biasanya menyerang kondisi psikologis seseorang, seperti munculnya perasaan rendah diri dan pandangan hidup yang pesimis. Hal ini disebabkan oleh tekanan berupa ucapan negatif atau ujaran kebencian yang datang dari pasangan, yang membuat individu merasa tidak layak menjadi pasangan yang baik. Bila tekanan tersebut tidak ditangani dan terus menguasai pikiran serta perasaan, maka bisa berkembang menjadi stres berat atau depresi yang berpotensi mengarah pada tindakan bunuh diri. Selain gangguan psikologis, *toxic relationship* juga bisa berdampak pada kesehatan fisik, seperti memicu penyakit jantung. Hal ini berkaitan dengan kecenderungan penderita tekanan batin untuk mengabaikan gaya hidup sehat.⁴⁵

Toxic relationship dapat memberikan dampak berupa distorsi kognitif, sulit berkonsentrasi, cemas, depresi, motivasi beraktivitas yang produktif berkurang.⁴⁶ Individu yang terus menerus berada dalam hubungan yang tidak sehat berisiko mengalami berbagai gangguan psikologis, seperti stres berkepanjangan, perasaan terisolasi, rendah diri, hingga fobia sosial. Dalam kondisi yang lebih ekstrem, situasi ini dapat memicu tindakan kekerasan terhadap pasangan atau bahkan mendorong seseorang untuk mengakhiri hidupnya.⁴⁷

⁴⁵ Ulfah Mu'marotul, "Waspada! Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya", Unair News, <https://news.unair.ac.id/id/2019/12/26/waspada-toxic-relationship-semakin-meningkat-setiap-tahunnya/> 16 Juni 2025

⁴⁶ Riani, Stop Toxic Relationship, (Sulawesi: Pustaka Taman Ilmu: 2021), 19

⁴⁷ Nadia Nurul Saskia, Fairus Prihatin Idris, and Sumiaty, "Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar," *Window of Public Health Journal* 4, no. 3 (2023): 525–38, <https://doi.org/10.33096/woph.v4i3.829>.

Berdasarkan wawancara bersama ketiga subjek, mereka merasakan dampak *toxic relationship* secara psikologis berupa perasaan rendah diri, kecemasan berlebih, tekanan emosional, dan kelelahan mental. Ketiganya merasa tidak dihargai dalam hubungan, mengalami tekanan untuk menyenangkan pasangan, serta merasa terisolasi dan sendirian dalam memperjuangkan hubungan. Bahkan, ES sampai menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan dan upaya menarik perhatian pasangan.

Pada subjek FL mengalami dampak secara fisik, karena pasangan yang tidak bisa mengontrol marahnya, lalu dengan spontan mencakar punggung tangan FL. FL mengatakan ia melihat kuku pasangannya sampai berwarna keunguan setelah mencakarnya, ia mengaku bekas cakaran pasangan sampai berbekas lumayan lama. Hal ini menunjukkan *toxic relationship* pada FL sampai berdampak secara fisik karena pasangan melukai FL dengan sengaja. Didalam bukunya, Riani menyebutkan bahwa *toxic relationship* ini akan berdampak secara fisik, ditandai dengan luka ringan, luka berat, bahkan kematian.⁴⁸

Dikarenakan adanya perilaku posesif pada pasangan membuat FL menjadi terkekang dan tidak bebas untuk bersosialisasi. Pembatasan aktivitas yang dialami oleh FL dapat disebut juga sebagai pengekangan, kekerasan ini jarang disadari, karena bentuknya yang tidak terlihat, dan menimbulkan perasaan putus asa, dan ketidaknyamanan. Meskipun demikian, FL tetap memilih untuk menerima, mengikuti keinginan, dan merelakan kebebasan demi pasangan. *Toxic relationship* merujuk pada tindakan kekerasan yang dilakukan terhadap pasangan yang

⁴⁸ Riani, Stop Toxic Relationship, (Sulawesi: Pustaka Taman Ilmu: 2021), 19

mencakup kekerasan fisik, psikis, ekonomi, serta pembatasan aktivitas. Jenis kekerasan ini cukup umum terjadi dalam hubungan pacaran, namun sering kali kurang mendapatkan perhatian sehingga kerap diabaikan baik oleh korban maupun pelaku.⁴⁹

Hubungan yang *toxic* juga dapat menimbulkan ketergantungan emosional terhadap pasangan, yang pada akhirnya membatasi ruang gerak seseorang dan menghalangi peluangnya untuk tumbuh serta berinteraksi di lingkungan yang lebih luas. Individu yang sudah terjebak dalam hubungan semacam ini biasanya merasa sulit untuk melepaskan diri dan takut menjalin hubungan baru dengan orang lain atau kelompok sosial yang berbeda.⁵⁰

Perempuan yang menjadi korban *toxic relationship*, meskipun telah mengalami kekerasan dan kehilangan hak-haknya, cenderung tetap menerima dan memberikan kesempatan atau memaafkan pasangan yang telah melakukan kekerasan terhadapnya. Menurut Julianto, terdapat sejumlah faktor yang memengaruhi seseorang tetap bertahan dalam hubungan yang tidak sehat. Salah satunya adalah keyakinan dan harapan yang masih dimiliki terhadap hubungan tersebut, meskipun individu tersebut menyadari bahwa pasangannya menunjukkan perilaku yang tidak sehat.⁵¹

Sedangkan menurut Sintyasari dan Fridari menyebutkan terdapat lima faktor yang melatarbelakangi keputusan perempuan untuk bertahan dalam hubungan tidak

⁴⁹ Nadia Nurul Saskia, Fairus Prihatin Idris, and Sumiaty, "Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar."

⁵⁰ Riani, *Stop Toxic Relationship*, (Sulawesi: Pustaka Taman Ilmu: 2021), 19

⁵¹ Very Julianto et al., "Hubungan Antara Gratitude Dan Religiusitas Terhadap Kebahagiaan Santri Di Pulau Jawa," *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga* 8 (2020): 2020–2103, <https://pijarpsikologi.org/>.

sehat yaitu komitmen, bias kognitif, dukungan sosial, kepuasan dalam hubungan, dan *positive reinforcement*⁵². Adapun faktor yang melatar belakangi ketiga subjek tetao berada dalam *toxic relationship* adalah:

Keputusan untuk bertahan dalam hubungan tidak sehat tidak muncul begitu saja. Pada ketiga subjek, keputusan ini tampak dipengaruhi oleh komitmen yang telah terbentuk selama menjalin hubungan. Yang mana komitmen individu ini berhubungan dengan tingginya kepuasan dalam hubungan dan investasi hubungan, serta rendahnya kualitas alternatif yang tersedia. Adanya komitmen dalam hubungan, muncul pada ketiga responden penelitian.⁵³

Subjek HT menilai bahwa menjalin hubungan baru dengan orang lain merupakan hal yang berat karena harus melakukan proses pengenalan kembali. Subjek ES juga mengatakan bahwa hubungan alternatif belum tentu lebih baik jika dibandingkan dengan hubungan dengan pasangan saat ini. sedangkan subjek FL takut jika ia akan menyesal jika memilih untuk putus. Pertimbangan individu terhadap kemungkinan yang mungkin terjadi setelah putus memiliki kaitan erat dengan tingkat komitmen mereka dalam hubungan.

Komitmen dalam hubungan juga terbentuk melalui berbagai bentuk investasi yang diberikan individu. Investasi ini mencakup waktu, tenaga, dana, keterlibatan emosional, dan pengorbanan untuk pasangan. Ketiga subjek menunjukkan penilaian bahwa mereka telah memberikan investasi yang besar selama menjalin hubungan. Responden ES dan HT memilih untuk tetap bertahan karena sudah

⁵² Sintasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship, Jurnal Psikologi Udayana, Vol.8, No., 2021

⁵³ Sintasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

menjalin hubungan selama 2 tahun dan 5 tahun. Selain pertimbangan lama pacaran, adanya pertimbangan FL dan ES mengenai tenaga yang telah diberikan selama menjalin hubungan. Perempuan yang terlibat dalam *toxic relationship* dan telah menjalaninya dalam jangka waktu yang panjang cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk tetap bertahan dibandingkan dengan mereka yang menjalani hubungan dalam waktu yang lebih singkat. Seiring bertambahnya durasi hubungan, individu cenderung semakin memahami dan menerima pasangannya.⁵⁴

Komitmen dalam suatu hubungan mencakup berbagai aspek, baik yang bersifat positif maupun negatif, yang memengaruhi keputusan individu untuk terus menjalani atau mengakhiri hubungan tersebut. Dalam konteks hubungan yang *toxic*, tingkat komitmen seseorang dapat menjadi faktor penentu dalam keputusan bertahan, yang berkaitan erat dengan sejauh mana individu merasa puas dalam hubungan tersebut.⁵⁵

Komitmen ini juga diperkuat oleh bias kognitif dalam bentuk harapan yang berlebihan bahwa pasangan akan berubah menjadi lebih baik. Bias kognitif menurut Tversky dan Kahneman merupakan pengambilan keputusan tidak masuk akal yang muncul akibat kurang maksimalnya usaha (*effort*) yang dilakukan, sehingga menyebabkan kekeliruan dalam keputusan. Salah satunya adalah munculnya optimisme atau kepercayaan serta harapan positif yang berlebihan pada hasil yang diinginkan dalam pengambilan keputusannya.⁵⁶ Bias kognitif berupa optimisme

⁵⁴ Shavira Vandya Maharani and Debora Valentina, "Factors Influencing Early Adult Women's Decisions to Stay in Abusive Dating Relationships: Literature Review," *Humanitas* 7, no. 3 (2023): 369–88.

⁵⁵ Sintyasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

⁵⁶ Sintyasari dan Frida

berlebihan muncul pada tiga subjek, awalnya mereka percaya pasangan akan berubah menjadi lebih baik akan tetapi seiring berjalannya waktu, dikarenakan pasangan mereka tidak menepati janji itu membuat mereka tidak begitu berharap, tapi karena sang pasangan selalu minta maaf dan berjanji akan berubah membuat ketiga subjek memaafkan dan memahami.

Penilaian bahwa tindakan kekerasan pasangan harus dihadapi dengan menumbuhkan empati dan memaafkan pasangan juga muncul pada ketiga subjek, pada ES dan HT memaklumi karena pasangan mereka kelelahan karena pekerjaan, sedangkan FL ingat dulu ibu nya pernah berkata jika pasangan marah, sebagai perempuan harus menjadi airnya, maka dari itu ketika pasangan menumpahkan amarahnya ke FL, ia cenderung mengalah dan berusaha untuk memahami. Memahami dan memaklumi tindakan pasangan berhubungan positif dengan sikap memaafkan perempuan yang berada dalam hubungan kekerasan.⁵⁷

Dalam proses bertahan ini, dukungan sosial juga memegang peran penting. Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai dukungan yang berasal dari hubungan dan interaksi sosial yang membantu individu untuk mengurangi dampak dari situasi yang menimbulkan stres pada individu. Dukungan sosial ada pada dua subjek yaitu ES dan FL yang didapatkan dari pertemanan ini seperti dukungan untuk menenangkan, menceritakan keluh kesah sehingga ES dan FL mempunyai tempat untuk menyampaikan kesedihan dan mendapatkan dukungan secara emosional.

⁵⁷ Sinyasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

Sedangkan untuk HT tidak mendapatkan dukungan sosial karena ia merahasiakan hubungan ini dengan teman dan keluarganya, karena ia dan pasangan tidak direstui.

Lingkungan sosial juga dapat menyediakan dukungan yang membantu berupa pemberian saran, rasionalisasi perilaku pasangan, serta perspektif yang bersifat netral. Pada ES mendapatkan dukungan dari sahabatnya berupa hiburan dan saran, ES mengatakan ia selalu bercerita pada temannya ini, tapi mereka malah jadi saling menguatkan satu sama lain, karena sahabat ES juga sedang berada di dalam *toxic relationship*. Sedangkan untuk FL mendapatkan dukungan berupa dua saran, yaitu untuk putus dan tetap bertahan, temannya mengatakan hubungan FL masih bisa diperbaiki. Dukungan ini berupa penyediaan pendapat dan saran dalam menghadapi pasangan ketika konflik terjadi.

Peran dukungan sosial sangat penting bagi perempuan yang terlibat dalam hubungan abusif, karena dapat membantu meredakan dampak negatif dari pengalaman tersebut serta memberikan bantuan berupa nasihat dan sudut pandang terkait permasalahan yang dialami⁵⁸

Menurut teori interdependensi individu akan merasa puas apabila hubungan yang dijalani sesuai dengan harapan dan kebutuhan yang dimiliki.⁵⁹ Kepuasan pada hubungan yang disebabkan oleh pemenuhan kebutuhan muncul pada ketiga subjek. Pemenuhan kebutuhan FL oleh pasangan berupa kebutuhan emosional seperti rasa diperhatikan, disayang, diterima dan sering menghabiskan waktu bersama-sama. Sedangkan HT merasa puas karena merasa pasangan menjadi pendengar yang baik

⁵⁸ Sintyasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

⁵⁹ Sintyasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

ketika HT bercerita. Lalu ES merasa puas karena beberapa kali diajak jalan jauh untuk berlibur.

Alasan perempuan tetap bertahan dalam hubungan pacaran yang abusif dapat disebabkan oleh keuntungan yang dirasa masih lebih besar, seperti memperoleh status sosial dari hubungan, rasa bangga, dan terpenuhinya kebutuhan emosional, dibandingkan dengan kerugian yang mungkin timbul jika hubungan tersebut diakhiri.⁶⁰

Ketika konflik terjadi penguatan positif dapat muncul dalam bentuk pemberian makanan, hubungan intim, penerimaan dari lingkungan sosial, hingga kenyamanan fisik. Keputusan perempuan untuk tetap berada dalam hubungan pacaran yang tidak sehat sering kali dipengaruhi oleh permintaan maaf dan sikap manis dari pasangan, yang menimbulkan keyakinan bahwa kekerasan tidak akan terjadi lagi.⁶¹ Penguatan positif ada pada ketiga subjek, pada subjek ES dan FL cenderung mendapatkan janji untuk berubah dan bersikap baik, sama halnya dengan HT, akan tetapi HT pernah diberikan hadiah agar kembali bersama.

Pada tahap ini, pasangan cenderung bersikap baik, meminta maaf, memberikan hadiah, dan mengucapkan berbagai janji, sehingga perempuan kembali menaruh harapan bahwa pasangan akan benar-benar berubah, sama halnya dengan ketiga subjek dalam penelitian ini. Situasi tersebut menumbuhkan harapan dalam diri perempuan bahwa hubungan akan mengalami perbaikan, sehingga ia memilih untuk tetap bertahan atau kembali menjalin hubungan tersebut. Namun, dalam

⁶⁰ Maharani and Valentina, "Factors Influencing Early Adult Women's Decisions to Stay in Abusive Dating Relationships: Literature Review."

⁶¹ Sinyasari dan Frida, Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Keputusan Perempuan untuk Bertahan dalam Abusive Dating Relationship

banyak kasus, siklus ini cenderung berulang, yang akhirnya membuat korban terus terjebak dalam *toxic relationship*.⁶²

Ketidakhadiran peran ayah turut memengaruhi anak masuk kedalam pola hubungan yang tidak sehat dengan lawan jenis. Penelitian Castetter mengatakan perempuan yang tumbuh tanpa peran ayah cenderung memiliki hubungan yang tidak sehat dengan lawan jenis. Alasannya karena ayah biasanya adalah pria pertama dalam hidup seorang anak perempuan, hubungan dengan ayahnya menjadi dasar dari semua hubungan masa depan dengan laki-laki. Oleh karena itu, ketika hubungan ayah dan anak perempuan itu tidak normal atau bahkan tidak ada, persepsi perempuan terhadap laki-laki sering kali menjadi menyimpang.⁶³

Menurut John Bowlby penemu teori *attachment* (kelekatan) anak ketika merasa aman mereka akan menghadapi masalah dengan penuh semangat dan tekun, tetapi menerima bantuan dari orang lain dan tidak agresif, sedangkan anak yang tidak memiliki rasa aman cenderung lebih agresif dan mudah marah jika menghadapi masalah.⁶⁴ Pada perempuan yang mengalami *fatherless*, perkembangan *attachment style* sering terganggu akibat tidak terpenuhinya kebutuhan emosional yang seharusnya didukung oleh figur ayah. Perempuan dengan *anxious attachment*, akan cenderung menunjukkan kebutuhan yang tinggi akan perhatian pasangan.⁶⁵ Kelekatan yang tidak aman dapat menimbulkan konflik hubungan, misalkan jika

⁶² Maharani and Valentina, "Factors Influencing Early Adult Women's Decisions to Stay in Abusive Dating Relationships: Literature Review."

⁶³ Castetter, "The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan."

⁶⁴ Jane Brooks, *The Process of Parenting*, McGraw-Hill: New York, 2011

⁶⁵ Kasdim and Budiarto, "ATTACHMENT STYLE DALAM HUBUNGAN ROMANTIS PADA WANITA EMERGING ADULTHOOD."

pasangan *anxious* dan *avoidant* disatukan, kebutuhan si *anxious* untuk dekat akan membebani si *avoidant*, yang lebih suka menjaga jarak. Hal ini sering menimbulkan ketidakbahagiaan, kekerasan emosional, atau bahkan hubungan yang *abusive*. Jika keduanya memiliki gaya *anxious*, maka hubungan cenderung dipenuhi kecurigaan, ketidakamanan, dan keinginan mengontrol pasangan.⁶⁶

Perempuan yang tumbuh tanpa kehadiran sosok ayah cenderung memiliki kriteria yang berbeda dalam menentukan pasangan. Mereka cenderung mencari pasangan yang dapat memenuhi kebutuhan emosional sebagai bentuk kompensasi atas kekosongan masa lalu. Namun, hal ini bisa menjadi berisiko karena dapat mengarah pada keterlibatan dalam hubungan yang tidak sehat.⁶⁷

Hal ini dibuktikan pada pernyataan subjek ES dan HT bahwa mereka mencari pengganti kasih sayang ayah ke pasangan yang sekarang, mereka merasa kekurangan kasih dari ayah membuat mereka menjadi bergantung ke pasangan dan memilih bertahan dalam *toxic relationship*. Perempuan yang dibesarkan tanpa kehadiran sosok ayah sering kali menunjukkan kebutuhan besar akan perhatian dari laki-laki. Hal ini sejalan dengan salah satu bentuk *insecure attachment* menurut Bowlby, yaitu *anxious attachment*. Gaya kelekatan ini muncul akibat pola pengasuhan yang tidak konsisten dan kurang dapat diandalkan sejak bayi, sehingga individu yang mengalaminya cenderung selalu membutuhkan validasi atau jaminan dari orang lain. Dalam konteks ini, perempuan yang tidak memiliki figur ayah

⁶⁶ Santrock, John W. 2003, Psikologi Orang Dewasa, Jakarta: Erlangga

⁶⁷ Azzahra et al., "Dampak Fatherless Terhadap Perempuan Dewasa Awal : Studi Fenomenologi Tentang Kriteria Pasangan Hidup."

mungkin secara khusus mencari rasa aman dan penerimaan dari laki-laki karena tidak pernah merasakannya dari ayahnya sendiri.⁶⁸

Ketika anak perempuan tidak memiliki hubungan yang dekat dengan ayahnya, mereka cenderung merasakan kurangnya kasih sayang dan timbul perasaan tidak layak untuk dicintai. Akibat dari kondisi tersebut, mereka mungkin akan berusaha keras untuk meraih kasih sayang dan perhatian, bahkan melalui cara-cara yang keliru. Biller memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa anak perempuan yang tidak merasakan kedekatan dengan ayahnya sering kali mencari sosok pengganti untuk memenuhi kebutuhan emosional tersebut, seperti dari pasangan atau laki-laki lain. Hal ini disebabkan oleh keyakinan bahwa mendapatkan kasih sayang dari orang lain terasa lebih memungkinkan dibandingkan dari figur ayah yang tidak hadir.⁶⁹

Ayah juga merupakan standar bagi anak perempuan untuk menilai perilaku yang boleh dan tidak boleh diterima dari sosok pria yang sedang dikencani, ketika figur ayah tidak ada anak akan merasa kebingungan karena ayah merupakan *role model* bagi anak. Hal ini dibuktikan dengan cara FL dan HT memaklumi sikap pasangan yang temperamental, dengan ketidakhadiran peran ayah membuat mereka tidak tau bagaimana standar hubungan baik itu seperti apa, dengan dulunya melihat sikap ayah yang temperamental membuat mereka menjadi memaklumi sikap kasar dari pasangan mereka. HT mengatakan ia sudah terbiasa mendapatkan sikap kasar

⁶⁸ Castetter, "The Developmental Effects on the Daughter of an Absent Father Throughout Her Lifespan."

⁶⁹ AA Syafiyah, RY Primanita - Innovative: Journal Of Social Science, and undefined 2024, "Pengaruh Father Involvement Terhadap Relationship Contingent Self Esteem Pada Perempuan Dewasa Awal," *J-Innovative.Org* 3, no. 2 (2022): 73–82, <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/11124>.

dari sang ayah, sedangkan FL melihat ibunya selalu bersabar ketika menghadapi ayahnya membuat ia selalu bersabar ketika pasangan melampiaskan amarah ke FL, hal ini membuat HT dan FL selalu memaklumi dan memaafkan kesalahan dari pasangan. Hubungan antara anak perempuan dan ayah selama masa pertumbuhan berperan penting dalam membentuk pola interaksi intim mereka di masa depan dengan lawan jenis. Ketidakhadiran atau minimnya keterlibatan ayah dalam proses pengasuhan dapat menciptakan kekosongan emosional yang hanya bisa dipenuhi oleh figur ayah. Kekosongan inilah yang kemudian dapat membuat anak perempuan menjadi lebih rentan terhadap perlakuan yang tidak pantas dari pria lain yang mencoba mengisi peran tersebut.⁷⁰

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan Ayah merupakan figur pria pertama yang menjadi acuan bagi anak perempuan dalam membangun persepsi terhadap laki-laki serta standar hubungan yang baik. Ketidakhadiran peran ayah ini berdampak pada terbentuknya gaya kelekatan yang tidak aman, yang ditandai dengan kebutuhan tinggi akan perhatian, validasi, dan ketakutan akan penolakan. Kekosongan emosional akibat ketidakhadiran peran ayah sering kali mendorong untuk mencari sosok pengganti dalam pasangan mereka, bahkan jika hubungan tersebut tidak sehat. Minimnya pengalaman akan hubungan ayah dan anak yang sehat membuat mereka sulit membedakan mana relasi yang baik atau tidak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan ketidakhadiran peran ayah membuka kerentanan terhadap perempuan terlibat dalam *toxic relationship*.

⁷⁰ Syafiyah, Science, and 2024.

C. Temuan Penelitian

Selain *fatherless* berdampak pada, harga diri, kesehatan mental, hubungan lawan jenis, dan kesulitan finansial. Peneliti menemukan dampak lain diluar pembahasan dalam penelitian ini yaitu dampak *fatherless* terhadap resiliensi ketiga subjek dalam penelitian ini.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk tetap berkembang dan bertumbuh meskipun sedang menghadapi tantangan atau situasi sulit, serta mampu mempertahankan kestabilan dalam menyelesaikan permasalahan. Selain itu, resiliensi juga merujuk pada kapasitas seseorang dalam beradaptasi, menghadapi, dan bangkit kembali dari kesulitan hidup atau tekanan yang dialaminya.⁷¹ Pada ketiga subjek memiliki resiliensi rendah, dilihat dari pengakuan ES dan FL yang mengatakan tidak ingin memutuskan hubungan karena tidak siap merasakan kesedihan setelah putus, sedangkan subjek HT ketika sudah putus ia tidak sanggup dengan kesedihan yang ia rasakan, membuat HT memutuskan untuk balikan dan kembali pada *toxic relationship* tersebut. Maka dari itu bisa dikatakan bahwa rendahnya resiliensi ketiga subjek dalam penelitian ini. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Tiza, mengemukakan bahwa semakin tinggi peran ayah semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki mahasiswa jika peran ayah rendah maka resiliensi yang dimiliki mahasiswa akan rendah pula.⁷²

⁷¹ Zahra dan Pertiwi. "Pengaruh Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Fatherless" Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Keagamaan, no. 1 (2025): 32–45, <https://doi.org/10.19105/nuansa.v18i1.xxxx>.

⁷² Teza Indiriyani, "Pengaruh Fatherless Terhadap Resiliensi Mahasiswa" Universitas Lampung: 2023.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ketidakhadiran peran ayah dapat melemahkan kapasitas seseorang dalam mengelola dan menghadapi tekanan emosional. Oleh karena itu dengan rendahnya resiliensi juga menjadi faktor yang melatarbelakangi ketiga subjek terjebak dalam *toxic relationship*.

D. Keterbatasan Penelitian

Meskipun proses penelitian ini telah dilakukan sesuai dengan prosedur ilmiah, peneliti menyadari adanya beberapa keterbatasan, antara lain:

1. Proses wawancara yang hanya dilakukan 1 kali. Hal ini memungkinkan adanya informasi atau dinamika yang belum sepenuhnya tergali secara mendalam dari para subjek.
2. Penelitian ini tidak melibatkan orang terdekat subjek (misalnya keluarga atau sahabat) untuk memperkaya dan memverifikasi perspektif yang disampaikan subjek. Hal ini dapat membatasi pandangan yang lebih menyeluruh terhadap situasi yang dialami.
3. Penggunaan beberapa istilah yang cenderung ilmiah dalam pertanyaan wawancara sempat membuat subjek bertanya kembali apa maksud pertanyaan tersebut. Kendala ini menjadi catatan penting bagi peneliti agar ke depannya dapat menanyakan pertanyaan dengan bahasa yang lebih komunikatif dan mudah dipahami oleh subjek.