

**PENGARUH *FATHERLESS* TERHADAP KECENDERUNGAN  
PENGUNAAN STRATEGI *COPING* PADA MAHASISWA  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

**(Skripsi)**

**Oleh:**

**BERLINDA PUTRI ENLY**

**2113052040**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG**

**2026**

## ABSTRAK

### PENGARUH *FATHERLESS* TERHADAP KECENDERUNGAN PENGUNAAN STRATEGI *COPING* PADA MAHASISWA JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

**BERLINDA PUTRI ENLY**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah kecenderungan strategi *coping* pada mahasiswa yang mengalami kondisi *fatherless*. Kondisi kehilangan atau ketidakhadiran figur ayah berpotensi mengurangi kemampuan mahasiswa dalam mengelola stress dan menyelesaikan masalah secara adaptif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala *fatherless* dan skala strategi *coping* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Subjek penelitian berjumlah 100 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data dilakukan melalui uji validitas, uji reliabilitas, uji asumsi klasik (uji normalitas dan uji linearitas), serta uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh instrumen dinyatakan valid dan reliabel, data berdistribusi normal, dan hubungan variabel bersifat linear. Uji regresi sederhana menghasilkan persamaan  $Y = 23,387 + 0,411X$  dengan nilai  $R^2$  sebesar 0,692 pada variabel *problem focused-coping*, dan nilai  $R^2$  pada *emotion focused-coping* sebesar 0,730.

**Kata Kunci:** *Fatherless*, Strategi *Coping*, Mahasiswa

## **ABSTRACT**

### **THE INFLUENCE OF FATHERLESS ON THE TENDENCY TO USE COPING STRATEGIES AMONG STUDENTS OF THE DEPARTMENT OF EDUCATION AT THE UNIVERSITY OF LAMPUNG**

**By**

**BERLINDA PUTRI ENLY**

*The problem in this study is the tendency of coping strategies in students who experience fatherlessness. The condition of loss or absence of a father figure has the potential to reduce student's ability to manage stress and solve problems adaptively. The purpose of this study was to determine the effect of fatherlessness on the tendency to use coping strategies in students of the Department of Education, University of Lampung. This study used a quantitative approach with a survey method. The research instruments were questionnaires of the fatherlessness scale and the coping strategy scale that had been tested for validity and reliability. The research subjects were 100 students selected using a purposive sampling technique. Data analysis was carried out through validity tests, reliability tests, classical assumption tests (normality tests and linearity tests), and hypothesis tests using simple linear regression. The results showed that all instruments were declared valid and reliable, the data were normally distributed, and the variable relationship was linear. The simple regression test produced the equation  $Y = 23.387 + 0.411X$  with an  $R^2$  value of 0.692 for the problem focused coping variable, and an  $R^2$  value for the emotion focused coping variable of 0,730.*

**Keywords:** *Fatherlessness, Coping Strategies, Students*

**PENGARUH *FATHERLESS* TERHADAP KECENDERUNGAN  
PENGUNAAN STRATEGI *COPING* PADA MAHASISWA  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Oleh**

**BERLINDA PUTRI ENLY**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG**

**2026**

Judul Skripsi : **PENGARUH *FATHERLESS* TERHADAP  
KECENDERUNGAN PENGGUNAAN  
STRATEGI *COPING* PADA MAHASISWA  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
LAMPUNG**

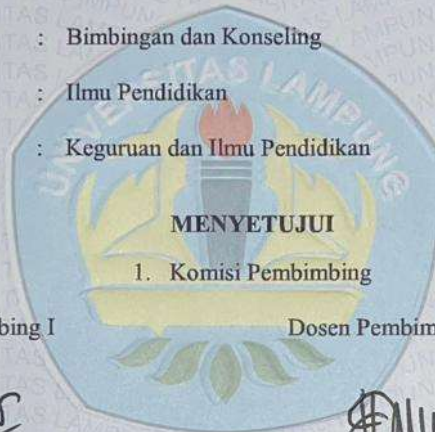
Nama Mahasiswa : **Berlinda Putri Enly**

NPM : 2113052040

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

**Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A.**  
NIP 198611022008122002

**Diah Utaminingsih S.Psi., M.A., Psi**  
NIP 197907142003122001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

**Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.**  
NIP. 197412202009121002

**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

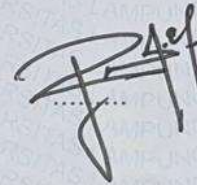
Ketua : Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A.



Sekretaris : Diah Utaminingsih S.Psi., M.A., Psi.



Penguji Utama : Redi Eka Andriyanto, M.Pd, Kons



Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albert Maydiantoro, M.Pd.  
NIP. 198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 02 Februari 2026

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Berlinda Putri Enly  
Nomor Pokok Mahasiswa : 2113052040  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Lokasi Penelitian : Universitas Lampung

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung" tersebut adalah benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan terkecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, 02 Februari 2026  
Yang membuat pernyataan,



Berlinda Putri Enly  
NPM. 2113052040

## RIWAYAT HIDUP



Peneliti bernama lengkap Berlinda Putri Enly merupakan anak kedua dari dua bersaudara yang lahir di Suka Bhakti, Kabupaten Tulang Bawang, Provinsi Lampung pada tanggal 04 Juni 2003. Peneliti memulai pendidikan di SD Negeri 01 Bogatama, kemudian melanjutkan pendidikan ke SMP Kosgoro Penawartama, setelah itu melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 01 Bandar Sribhawono dan lulus pada tahun 2021.

Pada tahun 2021 penulis diterima sebagai mahasiswa Strata 1 (S1) Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN. Pada awal tahun 2024, peneliti melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Marga Agung, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan dan Program Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SMK Bintang Nusantara.

## **MOTTO**

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

**- QS Al-Baqarah: 286**

“Manusia dapat menemukan makna bahkan dalam penderitaan”

**- Viktor Frankl**

“Setiap fase kehidupan membawa cerita dan pelajaran, kemudian berlalu tanpa dapat diulang.”

**- Berlinda Putri Enly**

## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya skripsi ini, kupersembahkan karya kecil ini sebagai bentuk bakti atas doa dan pengorbanan yang menjadi penopang utama setiap langkah hidupku.

Teruntuk Ibunda Yatimah dan Ayah Riyanto, terima kasih atas kasih sayang yang hangat, doa yang tak pernah terputus, serta dukungan tanpa henti yang selalu mengiringi setiap langkahku. Segala usaha, pengorbanan, dan perhatian yang ayah dan ibu berikan adalah kekuatan terbesarku untuk terus bertahan dan berjuang meraih masa depan serta kebahagiaanku.

Karya ini juga kupersembahkan kepada kakakku, Aan Riyadi. Meskipun kedekatan tidak selalu terjalin, rasa hormat dan kasih sayangku sebagai seorang adik tetap tulus, lahir dari hati.

Terakhir, terima kasih untuk diriku sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam setiap proses hingga karya ini dapat terselesaikan.

## SANWACANA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi dengan judul “Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung” adalah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahiddin, M.Ag., M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung dan pembimbing akademik, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada ibu yang telah bersedia dan sabar dalam membantu, membimbing, meluangkan waktu untuk berdiskusi, dan mengarahkan penulis demi terselesaikannya skripsi ini.
5. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi., selaku pembimbing kedua, penulis ucapkan terima kasih banyak karena telah memberikan banyak saran, bimbingan, serta nasehat kepada penulis demi terselesaikannya skripsi ini.

6. Bapak Redi Eka Andriyanto, S.Pd, M.Pd, Kons., selaku dosen pembimbing pembahas yang berkenan memberikan arahan dan pengetahuan terkini sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Dosen dan Staff Program Studi Bimbingan dan Konseling, yang telah memberikan dukungan hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Para mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan yang dengan sukarela bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini, semoga proses penyusunan skripsi kalian pun dilancarkan.
9. Keluarga tercinta, Bapak Riyanto, Ibu Yatimah dan Kakak tersayang Aan Riyadi, yang telah menjadi sumber doa, kasih sayang, dan kekuatan terbesar dalam hidup penulis. Terima kasih atas pengorbanan, kesabaran, serta kepercayaan yang selalu diberikan. Setiap langkah yang penulis tempuh hingga pada tahap ini tidak lepas dari doa dan restu orang tua.
10. Risvogi Zego Vandra, sebagai sosok yang istimewa dalam perjalanan hidup penulis, yang senantiasa memberikan perhatian, kesabaran, dan kepercayaan. Terima kasih telah hadir sebagai pendengar yang baik, penguat disaat lelah, dan penyemangat dalam proses panjang penyusunan skripsi ini.
11. Iis Rhofiatul Jannah, Arrum Neisvillia, dan Anna Septiani, sahabat penulis di kampung halaman, yang selalu menjad pengingat akan arti rumah. Terima kasih atas ketulusan, doa, dan dukungan yang terus mengalir meskipun terpisah oleh jarak.
12. Dwi Peni dan Yunita Sari, sahabat penulis sejak masa SMA, yang telah membersamai perjalanan hidup penulis dalam waktu yang panjang. Terima kasih atas persahabatan yang terjaga, cerita-cerita sederhana, dan semangat yang tidak pernah putus.
13. Rina Safitri, Aninda Hemalia Putri, dan Marlisa Maisaroh, sahabat penulis selama masa perkuliahan, yang menjadi teman berbagi proses, keluh kesah, dan perjuangan akademik. Terima kasih atas kebersamaan, saling menguatkan, dan dukungan yang sangat berarti selama penulis menempuh pendidikan.
14. Anggota grup Caosez (Calon Orang Sukses): Salwa Syifaul Mawaddah, Dea Nur Eliza, Iin Dewi Anggraeni, Risa Dwi Cahyani, Anisa Desinta, Rina

Safitri, Aninda Hemalia Putri, dan Marlisa Maisaroh, yang terbentuk selama masa penyusunan skripsi. Terima kasih atas ruang berbagi, canda, semangat, dan rasa kebersamaan yang menjadikan proses penyusunan skripsi terasa lebih ringan dan tidak sendiri.

15. Lusi Ramadhani, LCS Lackon, Seren, O'Conner, Walhya, Danang, dan Dika, sahabat virtual penulis, yang meskipun terhubung melalui jarak dan layar, tetap mampu menghadirkan kehangatan dan semangat. Percakapan sederhana, candaan kecil, dan dukungan kalian menjadi penyemangat yang berarti bagi penulis untuk terus melangkah dan tidak menyerah.
16. Seluruh teman seperjuangan, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 yang telah memberikan pengalaman dan kenangan selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung.sssss
17. Terakhir untuk diriku sendiri, yang telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah di tengah berbagai keterbatasan. Terima kasih telah tetap melangkah meskipun lelah, memilih untuk bangkit saat ingin berhenti, dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Semoga perjalanan ini menjadi pengingat bahwa penulis mampu melewati proses sulit dengan keteguhan dan keberanian.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>v</b>
<b>I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Batasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah .....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
1.7 Kerangka Berpikir .....	5
1.8 Hipotesis Penelitian .....	7
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1 <i>Fatherless</i> .....	8
2.1.1 Pengertian <i>Fatherless</i> .....	8
2.1.2 Peran Ayah Dalam Pengasuhan .....	9
2.1.4 Dimensi-Dimensi Keterlibatan Ayah.....	17
2.1.4 Dampak <i>Fatherless</i> .....	18
2.2 Strategi <i>Coping</i> .....	20
2.2.1 Definisi Strategi <i>Coping</i> .....	20
2.2.2 Jenis-Jenis Strategi <i>Coping</i> .....	22
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Strategi <i>Coping</i> .....	27
2.2.4 Tujuan Strategi <i>Coping</i> .....	29
2.2.5 Peran Strategi <i>Coping</i> Pada Dewasa Awal.....	31
2.2.6 Dampak Penggunaan Strategi <i>Coping</i> .....	32
2.2.7 Perbedaan Strategi <i>Coping</i> Berdasarkan Gender.....	36
2.2.8 Pengaruh <i>Fatherless</i> Terhadap Strategi <i>Coping</i> .....	39

2.3 Penelitian yang Relevan.....	41
<b>III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>46</b>
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....	46
3.2 Metode Penelitian.....	46
3.3 Populasi dan Sampel.....	46
3.3.1 Populasi .....	46
3.3.2 Sampel .....	47
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	48
3.4.1 Variabel Penelitian .....	48
3.4.2 Definisi Operasional.....	48
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	49
3.6 Uji Validitas .....	53
3.6.1 Uji Validitas Skala <i>Fatherless</i> .....	53
3.6.2 Uji Validitas Skala Strategi <i>Coping</i> .....	55
3.7 Uji Reliabilitas.....	56
3.7.1 Uji Reliabilitas Skala <i>Fatherless</i> .....	56
3.7.2 Uji Reliabilitas Skala Strategi <i>Coping</i> .....	57
3.8 Teknik Analisis Data .....	57
3.8.1 Uji Normalitas.....	57
3.8.2 Uji Linearitas .....	58
3.8.3 Uji Hipotesis .....	59
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>61</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	61
4.1.1 Hasil Uji Analisis Deskriptif .....	61
4.2 Uji Asumsi Klasik .....	64
4.2.1 Uji Normalitas.....	64
4.2.2 Uji Linearitas .....	65
4.3 Uji Hipotesis.....	65
4.4 Pembahasan.....	69
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>76</b>
5.1 Kesimpulan .....	76
5.2 Saran .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kisi-Kisi <i>Fatherless</i> .....	49
2. Kisi-Kisi Strategi <i>Coping</i> .....	50
3. Hasil Uji Validitas Skala <i>Fatherless</i> .....	54
4. Hasil Uji Validitas Skala Strategi <i>Coping</i> .....	55
5. Klasifikasi Reliabilitas .....	56
6. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Fatherless</i> .....	57
7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Strategi <i>Coping</i> .....	57
8. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Test.....	58
9. Hasil Uji Linearitas .....	59
10. Hasil Uji Statistik Deskriptif .....	61
11. Kategorisasi <i>Fatherless</i> .....	62
12. Hasil Rata-Rata Strategi <i>Coping</i> Berdasarkan Tingkat <i>Fatherless</i> .....	62
13. Hasil Rata-Rata Jenis Strategi <i>Coping</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....	63
14. Hasil Uji Normalitas .....	64
15. Hasil Uji Linearitas .....	65
16. Hasil Regresi Linear.....	66
17. Hasil Uji R Square .....	67
18. Hasil Uji Parsial .....	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir .....	6

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Penelitian .....	83
2. Uji Validitas Skala Fatherless.....	89
3. Hasil Uji Validitas Skala Fatherless .....	90
4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Fatherless .....	92
5. Uji Validitas Skala Strategi Coping .....	94
6. Hasil Uji Validitas Skala Strategi Coping .....	95
7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Strategi Coping .....	96
8. Hasil Data Regresi Linear Sederhana .....	98

## I. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Fenomena *fatherless*, yaitu kondisi dimana seseorang tumbuh tanpa kehadiran ayah yang semakin sering ditemukan dalam berbagai lingkungan sosial, termasuk di kalangan mahasiswa. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perceraian orang tua yang memecah struktur keluarga, kematian ayah yang meninggalkan luka mendalam, atau absennya peran ayah dalam dinamika keluarga karena faktor dari tuntutan pekerjaan atau konflik keluarga yang berkepanjangan (Rahmasari & Rachmawati, 2024). Kehilangan figur ayah dalam kehidupan seseorang dapat membawa dampak psikologis yang signifikan, termasuk dalam aspek perkembangan emosional, sosial, dan akademik.

Indonesia sendiri termasuk dalam negara dengan angka *fatherless* yang cukup tinggi. Berdasarkan laporan dari beberapa penelitian, Indonesia menempati peringkat ketiga di dunia sebagai negara dengan jumlah anak yang mengalami *fatherless* terbanyak (Safitri & Fajriyanti, 2024). Dalam perspektif budaya Indonesia, keberadaan figur ayah sering kali digantikan oleh anggota keluarga lainnya, seperti kakek, paman, atau saudara laki-laki. Namun, penelitian menunjukkan bahwa pengganti figur ayah ini tidak selalu bisa memenuhi peran emosional dan psikologis yang seharusnya diberikan oleh seorang ayah kandung (Parapat & Gita, 2024). Akibatnya, banyak individu yang mengalami *fatherless* mengalami kesulitan dalam mengembangkan relasi interpersonal yang sehat, baik dalam keluarga maupun dalam lingkungan sosial mereka serta mengelola tekanan hidup.

Salah satu aspek penting yang terdampak oleh kondisi *fatherless* adalah cara individu menyesuaikan diri dalam menghadapi stress dan tekanan hidup, yang dikenal sebagai strategi *coping*. Strategi *coping* merupakan cara yang digunakan individu untuk mengatasi tekanan psikologis dan tantangan yang dihadapi. Stuart dan Sundeen (dalam Maryam 2017) menyatakan bahwa, terdapat dua jenis strategi *coping*, yaitu *problem-focused coping* (berfokus pada penyelesaian masalah) dan *emotion-focused coping* (berfokus pada pengelolaan emosi). Individu yang tumbuh tanpa kehadiran ayah sering kali memiliki kecenderungan untuk mengembangkan strategi *coping* tertentu yang dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis mereka.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu *fatherless* lebih rentan mengalami kecemasan, stres, dan kesulitan dalam mengelola tekanan dibandingkan dengan mereka yang tumbuh dengan kehadiran ayah (Junaidah, 2024). Beberapa dari mereka mengadopsi strategi *coping* yang maladaptif, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, menghindari masalah, atau bergantung pada mekanisme pelarian seperti penggunaan media sosial berlebihan atau bahkan penyalahgunaan zat. Namun, ada pula individu yang mampu mengembangkan strategi *coping* yang lebih positif, seperti meningkatkan religiusitas, mencari dukungan sosial, dan mengembangkan mekanisme adaptasi yang lebih sehat dalam menghadapi tekanan akademik dan kehidupan sehari-hari (Maryam, 2017).

Beberapa penelitian juga menyoroti bahwa faktor budaya dan lingkungan sosial turut mempengaruhi bagaimana mahasiswa *fatherless* mengembangkan strategi *coping*. Misalnya, di lingkungan yang memiliki nilai kekeluargaan yang kuat, individu yang kehilangan figur ayah mungkin mendapatkan dukungan dari anggota keluarga lain, seperti ibu, saudara kandung, atau kerabat dekat, yang dapat membantu mereka dalam membangun strategi *coping* yang lebih sehat (Junaidah, 2024). Namun, dalam lingkungan yang kurang mendukung, individu *fatherless* berisiko mengalami stres yang lebih tinggi dan cenderung mengembangkan strategi *coping* yang kurang adaptif, seperti menghindari masalah atau bergantung pada perilaku impulsif (Iskandar & Kertamuda, 2023).

Untuk memperdalam pemahaman terhadap permasalahan tersebut, peneliti melakukan wawancara singkat dengan beberapa mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang berasal dari latar belakang *fatherless*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mereka cenderung merasa kesepian, sulit mempercayai orang lain, dan sering merasa tertekan menghadapi tanggung jawab akademik. Sebagian dari mereka mengaku lebih banyak menahan emosi atau melampiaskannya pada aktivitas menyendiri, yang mencerminkan kecenderungan pada strategi *coping* yang bersifat *emotion-focused coping* atau bahkan *avoidance*.

Dalam konteks mahasiswa, kehadiran ayah berperan dalam memberikan bimbingan, dukungan emosional, dan arahan dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama masa perkuliahan. Ketidakhadiran figur ayah dapat membuat mahasiswa merasa kurang percaya diri, lebih mudah merasa cemas, serta kesulitan dalam mengambil keputusan penting terkait akademik maupun kehidupan sosial mereka (Rahmasari & Rachmawati, 2024). Bagi mahasiswa, tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, tekanan akademik, serta tuntutan sosial dapat menjadi lebih berat tanpa dukungan ayah, yang secara tradisional berperan sebagai pemberi rasa aman dan dukungan emosional (Iskandar & Kertamuda, 2023). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana mahasiswa yang mengalami *fatherless* membentuk dan menggunakan strategi *coping* mereka dalam menghadapi tekanan akademik serta tantangan kehidupan lainnya.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa. Dengan memahami bagaimana mahasiswa *fatherless* mengatasi tekanan dan tantangan hidup, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas tentang intervensi yang dapat dilakukan untuk membantu mereka dalam mengembangkan strategi *coping* yang lebih sehat dan adaptif. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan terkait Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini, antara lain:

1. Masih terdapat mahasiswa yang menunjukkan ketidakstabilan emosi seperti cemas, marah, atau menarik diri ketika menghadapi tekanan akademik maupun permasalahan pribadi.
2. Beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri, terutama dalam situasi yang menimbulkan stres atau konflik.
3. Mahasiswa belum sepenuhnya mampu memilih dan menerapkan strategi *coping* yang tepat dan efektif dalam menghadapi berbagai situasi menantang.
4. Terdapat kecenderungan mahasiswa mengalami hambatan dalam pengambilan keputusan secara rasional, khususnya saat berada dalam kondisi penuh tekanan.

## 1.3 Batasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan ini, maka dari itu batasan permasalahan pada penelitian ini hanya mengkaji pengaruh *Fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung?
2. Bagaimana tingkat *fatherless* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung?
3. Jenis strategi *coping* apa yang paling dominan digunakan oleh mahasiswa yang mengalami *fatherless*?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Menganalisis pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Menganalisis tingkat *fatherless* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Mengidentifikasi jenis strategi *coping* yang paling dominan digunakan oleh mahasiswa yang mengalami *fatherless*

### 1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya dalam memahami *fatherless* dan strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneliti masalah yang berkaitan dengan penelitian ini.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi, serta pembaca secara luas dan dapat dijadikan referensi yang tertuju pada konsep *fatherless* dan strategi *coping*. Menambah wawasan peneliti serta ilmu pengetahuan yang diperoleh dari hasil penelitian khususnya dalam memahami pengaruh antara *fatherless* dan strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa.

### 1.7 Kerangka Berpikir

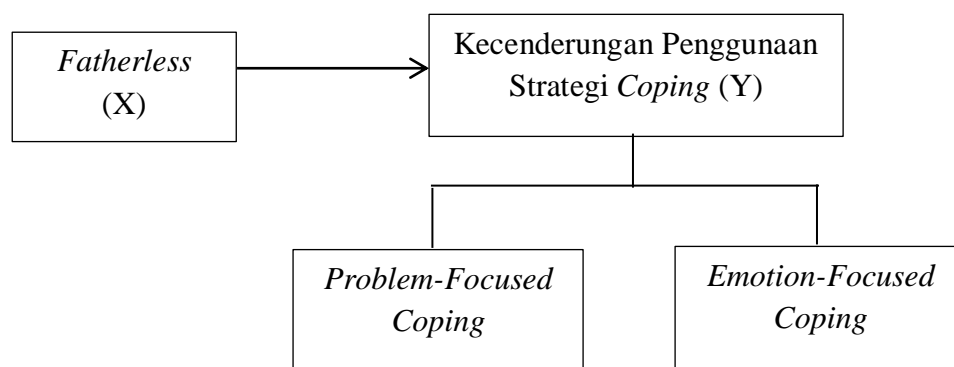
Kerangka berpikir dalam penelitian ini menggambarkan pengaruh antara fenomena *fatherless* dan kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa. *Fatherless* mengacu pada kondisi di mana seorang individu tumbuh tanpa kehadiran atau peran aktif ayah dalam kehidupannya, baik secara fisik

maupun emosional (Pramudito, Arini, & Utomo, 2024). Ketidakhadiran ayah dapat memengaruhi perkembangan psikologis individu, termasuk dalam hal cara mereka mengatasi stres dan menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

Dalam konteks mahasiswa, masa perkuliahan adalah fase yang penuh dengan tekanan akademik, sosial, dan emosional. Untuk mengatasi berbagai tekanan ini, mahasiswa mengembangkan strategi *coping*, yang didefinisikan sebagai mekanisme yang digunakan individu untuk mengelola stres dan tantangan yang dihadapinya (Iskandar & Kertamuda, 2023). Lazarus dan Folkman (1984) membagi strategi *coping* menjadi dua jenis utama, yaitu:

1. *Problem-Focused Coping*, yaitu strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah secara langsung, seperti mencari solusi atau mengambil tindakan untuk mengatasi sumber stres.
2. *Emotion-Focused Coping*, yaitu strategi yang berorientasi pada pengelolaan emosi, seperti menghindari masalah, mencari dukungan sosial, atau menenangkan diri tanpa berusaha mengatasi akar masalahnya.

Mahasiswa yang mengalami *fatherless* memiliki kecenderungan strategi *coping* yang berbeda dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki figur ayah yang aktif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa *fatherless* lebih rentan terhadap penggunaan strategi *emotion-focused coping*, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, menghindari masalah, atau mengalami kecemasan yang lebih tinggi (Junaidah, 2024). Namun, ada juga individu yang mampu mengembangkan *problem-focused coping* yang lebih adaptif melalui dukungan sosial dari ibu, keluarga, teman, atau lingkungan kampus (Rahmasari & Rachmawati, 2024).



Gambar 1. Kerangka Berfikir

### **1.8 Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kerangka berpikir ini, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ho: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *fatherless* dan kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa.

Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan antara *fatherless* dan kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 *Fatherless*

#### 2.1.1 Pengertian *Fatherless*

Dalam kehidupan keluarga, peran ayah memiliki kontribusi penting dalam pembentukan karakter dan perkembangan emosional anak. Namun, tidak semua anak memiliki kesempatan untuk merasakan kehadiran ayah secara utuh dalam hidupnya. *Fatherless* adalah kondisi dimana seorang anak tumbuh tanpa kehadiran atau peran aktif seorang ayah, baik secara fisik maupun emosional, dalam kehidupannya. Ketidakhadiran ayah ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perceraian, kematian, ketidakhadiran karena pekerjaan, atau karena ayah yang secara emosional tidak terlibat dalam kehidupan anaknya (Junaidah, 2024).

Menurut Sundari dan Herdajani (2013), *fatherless* dapat dikategorikan menjadi dua jenis utama, yaitu:

1. *Fatherless* secara fisik, yaitu ketika ayah tidak hadir dalam kehidupan anak karena kematian, perceraian, atau faktor lain yang menyebabkan anak tidak memiliki interaksi langsung dengan ayahnya.
2. *Fatherless* secara emosional, yaitu ketika ayah secara fisik ada tetapi tidak berperan aktif dalam pengasuhan atau tidak memberikan dukungan emosional yang cukup kepada anaknya.

Kondisi *fatherless* sering dikaitkan dengan berbagai dampak psikologis dan sosial terhadap perkembangan anak, seperti rendahnya rasa percaya diri, kesulitan dalam mengontrol emosi, dan masalah dalam membangun hubungan interpersonal (Aini, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami *fatherless* memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres, kecemasan, dan kesulitan dalam

mengambil keputusan dibandingkan dengan individu yang memiliki peran ayah yang aktif.

Lerner (dalam Aini, 2019) menyatakan bahwa seseorang yang merasakan *fatherless* akan kehilangan peran-peran penting ayahnya, seperti memberi kasih sayang, bermain, perlindungan dan peran penting lainnya yang semestinya diterapkan di dalam keluarga. *Oxford University Press* (dalam Putri, 2020) menjelaskan bahwa perasaan hampa karena ketidakhadiran sosok ayah sering kali tidak disadari karena prosesnya yang lama. Anak yang merasa kehilangan dan kehampaan biasanya secara tidak sadar maka akan akan berusaha mengisinya dengan perhatian serta kehadiran orang-orang terdekatnya, seperti ibu, kakak, keluarga, dan seterusnya.

Ketidakhadiran ayah dari keluarga dikatakan menyebabkan berbagai masalah sosial, dari kejahatan dan kenakalan terhadap prestasi sekolah yang buruk. Bukti penelitian menunjukkan bahwa secara umum, anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga dua orang tua lebih baik dalam langkah-langkah pendidikan, pencapaian dan penyesuaian psikologis daripada anak-anak yang dibesarkan sebagai orang tua tunggal. Tetapi penelitian juga menunjukkan bahwa tidak ada ayah atau perceraian menentukan kesejahteraan anak-anak. Kualitas pengasuhan dan sifat dari hubungan orang tua satu sama lain dan anak-anak mereka adalah faktor penting dalam membentuk dampak ketidakhadiran ayah pada anak-anak. Salah satu pengaruh paling signifikan pada kesejahteraan anak-anak, baik pada orang tua ganda atau keluarga orang tua tunggal, adalah kualitas pengasuhan dan hubungan keluarga (Flood, 2003).

### **2.1.2 Peran Ayah Dalam Pengasuhan**

Ayah memegang peran penting dalam tumbuh kembang anak, tidak hanya sebagai kepala keluarga, tetapi juga sebagai figur yang memberikan dampak besar dalam aspek emosional, sosial, dan psikologis anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Abdullah (2010) menjelaskan bahwa peran ayah diantaranya, memenuhi kebutuhan finansial anak untuk membeli segala kebutuhan anak, teman bagi anak termasuk teman bermain, memberi kasih sayang dan merawat anak,

mendidik dan memberi contoh teladan yang baik, memantau atau mengawasi dan menegakkan aturan disiplin, pelindung dari resiko atau bahaya, memberikan nasehat ketika ada masalah, dan mendukung potensi untuk keberhasilan anak.

Sejalan dengan pendapat para ahli sebelumnya, Hardiningrum, Shari, dan Rihlah (2024) menguraikan beberapa karakteristik “Ayah yang asyik” yaitu; mengutamakan kepentingan anak, memberikan perlindungan untuk anak, meluangkan waktu berkualitas secara khusus untuk anak, menyampaikan afeksi melalui pelukan, terlibat dalam permainan dengan anak, membacakan buku untuk menstimulasi imajinasi anak, terlibat dalam pengasuhan sejak anak masih bayi, membekali anak dengan berbagai keterampilan hidup, menjadi pembela ibu dan anak-anak, serta senantiasa menjaga kesehatan fisik dan mental.

Peran ayah akan semakin nyata bila ayah terlibat dalam pengasuhan anak. Pleck (2010) mendefinisikan keterlibatan ayah sebagai keterlibatan positif dalam kehidupan anaknya. Lamb, Pleck, Chamov, dan Levine (1985) menyebutkan bahwa keterlibatan ayah memiliki tiga dimensi, antara lain: *engagement*, yaitu interaksi antara ayah dan anak, seperti mengobrol dan bercakap-cakap dengan remaja ketika mencuci mobil bersama; *accessibility*, yaitu ayah dapat diakses oleh anak secara fisik dan psikologis, misalnya remaja bisa menghubungi ayah kapanpun melalui telepon atau layanan pesan singkat; dan *responsibility*, yaitu tanggung jawab ayah dalam pemeliharaan dan kesejahteraan anaknya, seperti pembiayaan sekolah anak dari tingkat dasar hingga jenjang Universitas.

Menurut Allen dan Daly (dalam Wijanarko & Setiawati, 2016), anak dengan ayah yang terlibat dalam pengasuhan lebih senang bersekolah, mempunyai sikap yang lebih baik pada saat bersekolah, ikut serta dalam aktivitas ekstrakurikuler, lebih banyak yang naik kelas, lebih sering masuk sekolah dan lebih sedikit yang mengalami masalah perilaku di sekolah. Anak dengan ayah yang terlibat dalam pengasuhannya akan lebih sering menunjukkan pusat kendali secara internal, menunjukkan kemampuan yang lebih baik dan melakukan secara inisiatif, dapat melakukan kontrol diri dan lebih sedikit yang menunjukkan impulsivitas.

### A. Peran Ayah dalam Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi perkembangan anak, dimana peran ayah memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan kesejahteraan anak. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan McAdoo (1993) ada beberapa peranan ayah dalam keluarga yaitu :

- a. *Provider*, sebagai penyedia dan pemberi fasilitas. Pada konteks pendidikan, ayah bekerja sekuat tenaga demi mencukupi kebutuhan pokok maupun penunjang prestasi anaknya.
- b. *Protector*, sebagai pemberi perlindungan. Memberi perlindungan disini bukan berarti mengayomi anaknya, tetapi juga memberi pemahaman dan pengertian apa yang boleh atau tidak boleh anak lakukan.
- c. *Decision maker*, sebagai pengambil keputusan. Disini ayah membantu anak untuk mengatasi kesulitan dalam belajar. Berikan motivasi dan dorongan agar anak tidak merasa sendiri untuk berjuang.
- d. *Child specialiser & educator*, sebagai pendidik dan menjadikan anak sebagai makhluk sosial. Peran ayah membimbing anak untuk bersosialisasi dan memiliki jiwa sosial yang tinggi.
- e. *Nurtured mother*, sebagai pendamping ibu. Ayah selalu berdiskusi dan membantu ibu dalam permasalahan pendidikan anak.

Hart (2002) menegaskan bahwa ayah memiliki peran dalam keterlibatannya dalam pengasuhan anak yaitu :

- a. *Economic Provider*, yaitu ayah dianggap sebagai pendukung financial dan perlindungan bagi keluarga.
- b. *Friend & Playmate*. Ayah dianggap sebagai “*fun parent*” serta memiliki waktu bermain yang lebih banyak dibandingkan dengan ibu.
- c. *Caregiver*. Ayah dianggap sering memberikan stimulasi afeksi dalam berbagai bentuk, sehingga memberikan rasa nyaman dan penuh kehangatan.
- d. *Teacher & Role Model*. Sebagaimana dengan ibu, ayah juga bertanggung jawab terhadap apa saja yang dibutuhkan anak untuk masa mendatang melalui latihan dan teladan yang baik bagi anak.

- e. *Monitor and disciplinary*. Ayah memenuhi peranan penting dalam pengawasan terhadap anak, terutama begitu ada tanda-tanda awal penyimpangan, maka disiplin dapat ditegakkan.
- f. *Protector*. Ayah mengontrol dan mengorganisasi lingkungan anak, sehingga anak terbebas dari kesulitan atau bahaya serta mengajarkan bagaimana anak seharusnya menjaga keamanan diri mereka terutama selagi ayah atau ibu tidak bersamanya.
- g. *Advocate*. Ayah menjamin kesejahteraan anaknya dalam berbagai bentuk, terutama kebutuhan anak ketika berada di institusi di luar keluarganya.
- h. *Resource*, dengan berbagai cara dan bentuk, Ayah mendukung keberhasilan anak dengan memberikan dukungan di belakang layar.

Berdasarkan uraian dari beberapa ahli tentang peran ayah dalam keluarga maka dapat disimpulkan bahwa peran ayah dalam keluarga selain sebagai seorang pemimpin dalam keluarga, ayah juga berperan sebagai penyedia kebutuhan anak, memberikan afeksi, merawat anak, dan mendukung anak untuk mencapai keberhasilan.

## **B. Peran Ayah dalam Pengasuhan Pada Remaja**

Periode usia antara 10-18 tahun merupakan masa remaja yang mendekati masa dewasa awal. Menurut Buku Penyuluhan Bina Keluarga Remaja (BKR) (2009) mengasuh dan membesarkan anak remaja membutuhkan pengetahuan dan ketrampilan yang berbeda dibanding membesarkan anak balita. Oleh karena itu dalam mengantarkan anak remajanya ke dalam dewasa ada beberapa peran ayah yang harus dijalankan sebagai orang tua dalam Buku Penyuluhan Bina Keluarga Remaja (BKR) (2009) antara lain :

- a. Sebagai Pendidik. Orang tua hendaknya menyadari banyak tentang perubahan fisik maupun psikis yang akan dialami remaja.
- b. Sebagai Panutan. Anak remaja memerlukan model panutan di lingkungannya. Orang tua merupakan model panutan dan menjadi tokoh teladan bagi remajanya.

- c. Sebagai Pendamping. Ayah wajib mendampingi remaja agar mereka tidak terjerumus ke dalam pergaulan yang membawanya ke dalam kenakalan remaja dan tindakan yang merugikan diri sendiri.
- d. Sebagai Konselor. Peran ayah sangat penting dalam mendampingi remaja, ketika menghadapi masa-masa sulit dalam mengambil keputusan bagi dirinya.
- e. Sebagai Komunikator. Hubungan yang baik antara orang tua dengan anak remajanya akan sangat membantu dalam pembinaan mereka. Apabila antara hubungan antara ayah dengan anaknya terjalin, maka satu sama lain akan terbuka dan saling mempercayai.
- f. Sebagai Teman atau Sahabat. Menghadapi remaja yang telah memasuki masa akil balig, orang tua perlu lebih sabar dan mau mengerti tentang perubahan pada remaja.

Berdasarkan dari uraian tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa peran ayah dalam menghadapi masa peralihan menuju dewasa, remaja tersebut membutuhkan dorongan dari orang tua. Terutama saat mengalami kegagalan yang mampu menyurutkan semangat mereka. Pada saat itu, orang tua perlu menanamkan keberanian dan rasa percaya diri remaja dalam menghadapi masalah, serta tidak gampang menyerah dari kesulitan.

### **C. Peran Ayah Pada Dewasa Awal**

Dewasa awal merupakan fase perkembangan yang penting, ditandai dengan berbagai tugas perkembangan seperti membentuk identitas diri, menjalin relasi intim, mengambil keputusan karir, serta mengembangkan kemandirian secara emosional dan finansial. Pada fase ini, peran orang tua terutama ayah masih sangat dibutuhkan, meskipun individu telah memasuki usia dewasa.

Menurut Lamb (2004), ayah yang terlibat secara aktif dan emosional memiliki kontribusi besar dalam proses penyesuaian diri anak di usia dewasa awal. Peran ayah tidak hanya dibutuhkan sebagai penyedia kebutuhan ekonomi, tetapi juga sebagai figur panutan, tempat berlindung secara emosional, dan sumber nilai-nilai moral. Kehadiran ayah menjadi penting untuk mendukung pengambilan keputusan, pengelolaan emosi, dan pembentukan identitas yang stabil. Pleck

(2010) menambahkan bahwa ayah berfungsi sebagai model peran laki-laki dewasa yang bertanggung jawab, sehingga memberikan pengaruh terhadap perkembangan moral, etika kerja, serta nilai-nilai maskulinitas yang sehat. Individu dewasa awal yang memiliki hubungan baik dengan ayah cenderung lebih percaya diri, tangguh dalam menghadapi stress, dan memiliki strategi *coping* yang adaptif.

Dalam teori perkembangan psikososial Erikson (1968), masa dewasa awal merupakan tahap *intimacy vs isolation*, dimana individu berusaha menjalin hubungan yang dekat dan bermakna. Figur ayah yang hadir secara konsisten dapat membantu individu dalam membangun kedekatan interpersonal serta menyelesaikan krisis perkembangan pada tahap ini. Sebaliknya, ketidakhadiran ayah atau keterlibatan ayah yang minim dapat menyebabkan hambatan dalam proses pendewasaan, munculnya krisis identitas, dan ketidakstabilan emosi.

Papalia, Olds, dan Feldman (2009) menyatakan bahwa transisi peran sosial pada masa dewasa awal, seperti menjadi mahasiswa, pekerja, atau pasangan, seringkali membutuhkan dukungan moral dan praktis dari orang tua. Ayah berperan sebagai pemberi arahan dan afirmasi yang membantu memperlancar transisi tersebut. Lebih lanjut, peran ayah juga berkaitan erat dengan pembentukan strategi *coping*. Ayah yang hangat, suportif, dan responsive dapat menumbuhkan kemampuan anak dalam menghadapi tekanan hidup secara positif, seperti mengembangkan *problem-focused coping*. Sebaliknya, ketidakhadiran ayah dapat memicu kecenderungan penggunaan *emotion-focused coping* atau bahkan *avoidance coping* yang tidak adaptif.

### **2.1.3 Keterkaitan Peran Ayah dengan Pembentukan Strategi *Coping***

Peran ayah memiliki kontribusi fundamental dalam pembentukan kemampuan individu untuk menghadapi tekanan dan mengelola stres, atau yang dikenal dengan istilah strategi *coping*. Figur ayah bukan hanya berperan sebagai penyedia kebutuhan material, tetapi juga sebagai sumber pembelajaran sosial, emosional, dan moral yang penting dalam proses perkembangan psikologis anak. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan memberikan dasar bagi anak untuk mengembangkan

kemampuan adaptasi, pengendalian diri, dan regulasi emosi yang menjadi inti dari strategi coping yang efektif.

Menurut Lamb dan Tamis-LeMonda (2004), peran ayah mencakup tiga dimensi utama, yaitu keterlibatan (*engagement*), aksesibilitas (*accessibility*), dan tanggung jawab (*responsibility*). Ketiga dimensi ini mencerminkan sejauh mana ayah hadir secara emosional dan fisik dalam kehidupan anak. Keterlibatan ayah yang tinggi memungkinkan terbentuknya interaksi yang hangat dan konstruktif, di mana anak belajar mengamati bagaimana ayah merespons situasi penuh tekanan. Dalam konteks ini, anak tidak hanya meniru perilaku ayah, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai, pola berpikir, dan cara pengambilan keputusan yang kemudian membentuk dasar strategi coping di masa dewasa.

Dari perspektif Teori Pembelajaran Sosial (*Social Learning Theory*) yang dikemukakan oleh Bandura (1977), perilaku *coping* merupakan hasil dari proses belajar melalui pengamatan (*observational learning*). Anak yang melihat ayahnya menghadapi tekanan dengan cara yang tenang, rasional, dan berorientasi solusi akan cenderung meniru strategi tersebut dalam kehidupannya sendiri. Sebaliknya, jika ayah menampilkan perilaku menghindar, mudah marah, atau menyalahkan keadaan saat menghadapi stres, anak dapat menginternalisasi pola *coping* yang maladaptif. Dengan demikian, gaya coping anak sangat dipengaruhi oleh kualitas modeling yang diberikan oleh figur ayah dalam konteks keluarga.

Keterkaitan antara peran ayah dan pembentukan *coping* juga dijelaskan melalui Teori Sosialisasi *Coping* (*Socialization of Coping Theory*) yang dikembangkan oleh Liga, Inguglia, dan Gugliandolo (2020). Teori ini menyatakan bahwa orang tua, terutama ayah, berperan aktif dalam membentuk pola coping anak melalui tiga mekanisme utama, yaitu:

1. *Modeling*, yaitu anak belajar strategi coping dengan mengamati bagaimana ayah menghadapi masalah dan tekanan hidup sehari-hari.
2. *Direct instruction*, di mana ayah memberikan arahan verbal atau nasihat mengenai cara berpikir positif, menyelesaikan masalah, atau menenangkan diri.

3. *Emotional climate*, yakni suasana emosional yang diciptakan ayah dalam keluarga. Ayah yang hangat, terbuka, dan penuh empati cenderung menumbuhkan rasa aman yang mendukung terbentuknya *coping* adaptif.

Selain melalui proses sosialisasi, peran ayah juga berhubungan dengan perkembangan regulasi emosi anak. Morris et al. (2007) menjelaskan bahwa interaksi emosional antara ayah dan anak merupakan konteks utama dalam pembentukan *emotion regulation*, yang menjadi dasar bagi kemampuan *coping*. Ketika ayah membantu anak memahami dan menamai emosinya, anak belajar bahwa stres atau tekanan dapat dikelola dengan cara yang sehat, bukan dihindari atau ditekan. Hal ini sejalan dengan konsep *Emotion Regulation Theory*, yang menyatakan bahwa dukungan emosional dari orang tua berperan penting dalam membantu individu membangun keseimbangan afektif dalam menghadapi stres.

Sementara itu, Lazarus dan Folkman (1984) melalui *Transactional Model of Stress and Coping* menjelaskan bahwa *coping* merupakan hasil dari proses penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) terhadap suatu situasi stres. Dalam konteks ini, ayah yang terbiasa menilai masalah secara rasional, menekankan makna positif dari tantangan, dan mendorong penyelesaian masalah yang terencana dapat menanamkan cara berpikir serupa pada anak. Dengan demikian, gaya berpikir ayah dalam menghadapi stres akan menjadi cermin bagi anak dalam menilai dan merespons tekanan yang dialaminya.

Keterlibatan ayah juga berkontribusi terhadap pembentukan *self-efficacy* atau keyakinan diri anak dalam mengatasi kesulitan. Bandura (1997) menegaskan bahwa dukungan dan kepercayaan yang diberikan figur signifikan dapat meningkatkan efikasi diri individu dalam menghadapi tantangan. Anak yang mendapatkan dorongan, pengakuan, dan kepercayaan dari ayah akan tumbuh dengan keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi stres secara efektif, yang pada akhirnya membentuk strategi *coping* yang lebih adaptif.

Lebih jauh, dari perspektif Teori *Attachment* (Bowlby, 1988), hubungan yang aman antara ayah dan anak (*secure attachment*) memberikan landasan psikologis bagi pengelolaan stres yang sehat. Anak dengan kelekatan aman terhadap ayah

memiliki kapasitas lebih besar untuk menenangkan diri, berpikir jernih, dan mencari solusi rasional saat menghadapi tekanan. Sebaliknya, hubungan yang dingin, otoriter, atau tidak responsif dari ayah dapat menyebabkan anak mengembangkan strategi *coping* yang maladaptif seperti penarikan diri (*withdrawal*) atau penyangkalan (*denial*).

Penelitian empiris juga mendukung keterkaitan ini. Levy-Shiff (1999) menemukan bahwa cara ayah menilai stres dan strategi *coping* yang digunakannya berhubungan langsung dengan gaya *coping* anak. Anak-anak dari ayah yang memiliki orientasi positif terhadap tantangan lebih cenderung menggunakan *coping* aktif seperti *planning* dan *positive reappraisal*. Demikian pula, Palkovitz (2014) menyatakan bahwa keterlibatan emosional ayah memperkuat ketahanan psikologis anak (*resilience*), yang merupakan fondasi bagi kemampuan *coping* jangka panjang.

Secara keseluruhan, keterkaitan antara peran ayah dan pembentukan strategi *coping* bersifat multidimensional. Ayah berfungsi sebagai model perilaku, pemberi makna emosional, dan sumber dukungan kognitif yang berpengaruh terhadap bagaimana anak belajar menghadapi stres. Proses ini berlangsung melalui pengamatan, komunikasi, dan pengalaman emosional berulang yang membentuk dasar bagi individu untuk mengembangkan cara-cara adaptif dalam menghadapi tekanan hidup di kemudian hari. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kualitas hubungan dan keterlibatan ayah memiliki peran yang signifikan dalam membentuk pola *coping* individu sejak masa kanak-kanak hingga dewasa.

#### **2.1.4 Dimensi-Dimensi Keterlibatan Ayah**

Peran ayah dalam kehidupan anak tidak hanya terbatas pada memberikan nafkah, tetapi juga mencakup keterlibatan emosional dan sosial yang mendalam dalam proses pengasuhan. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak merupakan aspek penting dalam perkembangan anak, baik dari segi emosional, sosial, maupun kognitif. Menurut Lamb, Pleck, Charnov, dan Levine (1985), keterlibatan ayah terdiri dari tiga dimensi utama, yaitu:

1. *Engagement* (Keterlibatan Aktif) : Partisipasi langsung ayah dalam aktivitas sehari-hari anak, seperti bermain, membantu tugas sekolah, atau mengobrol.
2. *Accessibility* (Ketersediaan Ayah) : Seberapa sering dan mudah anak dapat mengakses ayah mereka, baik secara fisik maupun emosional.
3. *Responsibility* (Tanggung Jawab Ayah) : Seberapa besar peran ayah dalam memastikan kebutuhan anak terpenuhi, seperti pendidikan, kesehatan, dan kesejahteraan secara umum.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga memberikan manfaat bagi ayah itu sendiri, Allen & Daly (2007) merangkum beberapa hasil penelitian dan menemukan manfaat keterlibatan ayah dalam pengasuhan bagi dirinya, diantaranya; seorang ayah yang terlibat dalam pengasuhan akan merasa lebih percaya diri menjadi orang tua dan lebih efektif berperan sebagai orang tua, menemukan peran sebagai orang tua yang lebih memuaskan, merasa lebih penting secara intrinsik bagi anak dan merasa terdorong untuk lebih terlibat lagi, memiliki kematangan psikososial lebih besar, menjadi lebih puas dengan kehidupannya, merasakan tekanan psikologis yang lebih rendah, lebih bisa memahami diri sendiri dan orang lain, empatik, serta memiliki stabilitas perkawinan.

#### **2.1.4 Dampak *Fatherless***

*Fatherless* adalah kondisi di mana seorang anak tumbuh tanpa kehadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional. Ketika figur ayah tidak hadir, maka individu berpotensi mengalami berbagai dampak negatif yang dapat memengaruhi kesejahteraan jangka panjangnya. Ketidakhadiran ayah ini dapat berdampak signifikan terhadap perkembangan psikologis, sosial, akademik, dan moral anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami *fatherless* cenderung menghadapi lebih banyak tantangan dibandingkan dengan anak yang memiliki ayah yang aktif terlibat dalam kehidupan mereka (Sundari & Herdajani, 2013).

### A. Dampak Psikologis

Ketiadaan figur ayah dalam kehidupan anak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologis dan perkembangan emosionalnya. Ayah memiliki peran penting sebagai sumber dukungan, penguatan identitas diri, serta penyeimbang dalam pembentukan kepribadian anak. Ketika peran tersebut tidak terpenuhi, anak dapat mengalami berbagai gangguan psikologis yang berdampak pada kesejahteraan mental dan perilakunya. Beberapa dampak psikologis yang muncul akibat kondisi *fatherless* antara lain :

1. Anak yang tumbuh tanpa ayah lebih rentan mengalami kecemasan, stres, dan depresi akibat kurangnya dukungan emosional (Indriana, 2024).
2. Ketidakhadiran ayah dapat menyebabkan rendahnya rasa percaya diri dan konsep diri yang negatif pada anak dan remaja (Munjiat, 2017).
3. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak *fatherless* lebih sulit dalam mengatur emosi dan lebih rentan terhadap perilaku agresif (Nihayati, 2023).

### B. Dampak Sosial

Selain memengaruhi kondisi psikologis, fenomena *fatherless* juga memberikan dampak yang signifikan terhadap aspek sosial dalam kehidupan anak. Kehadiran ayah berperan penting dalam pembentukan kemampuan sosial. Adapun beberapa dampak sosial yang dapat timbul akibat kondisi *fatherless* antara lain :

1. Anak *fatherless* lebih mungkin mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, baik dengan teman sebaya maupun dalam hubungan romantis (Riani, 2023).
2. Kurangnya figur ayah dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan dalam memahami peran gender dan norma sosial, yang dapat mempengaruhi interaksi sosial mereka (Supriadi et al., 2024).
3. Anak yang mengalami *fatherless* lebih cenderung mengalami keterlibatan dalam perilaku menyimpang, seperti kenakalan remaja dan penyalahgunaan zat (Nurmalasari et al., 2024).

### C. Dampak Akademik

Ketiadaan figur ayah menyebabkan menurunnya dukungan emosional dan pengawasan terhadap kegiatan belajar anak, yang pada akhirnya berpengaruh pada prestasi akademik mereka. Beberapa dampak akademik yang muncul akibat kondisi *fatherless* antara lain :

1. Anak *fatherless* sering kali memiliki motivasi belajar yang lebih rendah dan prestasi akademik yang kurang baik karena minimnya dukungan dan bimbingan dari ayah (Fitroh, 2014).
2. Penelitian oleh Saragih & Metia (2024) menunjukkan bahwa anak *fatherless* memiliki tingkat konsentrasi yang lebih rendah dalam belajar dibandingkan dengan anak yang memiliki ayah yang aktif dalam pengasuhan.
3. Kurangnya kontrol dan bimbingan dari ayah juga dapat menyebabkan anak kurang disiplin dalam pendidikan mereka (Sandy, Fitria & Yunus, 2024).

### D. Dampak Moral dan Etika

Kondisi *fatherless* dapat memengaruhi perkembangan karakter serta sikap moral anak di lingkungan keluarga maupun masyarakat. Beberapa dampak moral dan etika yang dapat muncul antara lain :

1. Ayah berperan dalam memberikan bimbingan moral kepada anak. Ketidakhadiran ayah dapat menyebabkan anak kesulitan dalam memahami nilai-nilai moral dan etika yang baik (Zulkarnaini & Nio, 2023).
2. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa anak *fatherless* lebih rentan terlibat dalam perilaku berisiko tinggi, seperti pergaulan bebas, kecanduan media sosial yang berlebihan, dan kejahatan remaja (Utami, 2021).

## 2.2 Strategi *Coping*

### 2.2.1 Definisi Strategi *Coping*

Strategi *coping* merupakan konsep penting dalam psikologi yang merujuk pada cara individu mengelola tekanan atau stress yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping* sebagai "usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan internal maupun

eksternal yang dinilai menekan atau melebihi kapasitas individu." Artinya, *coping* merupakan respons adaptif seseorang dalam menghadapi situasi sulit yang dianggap mengancam kesejahteraan psikologisnya. Strategi *coping* dapat berfungsi untuk mengurangi tekanan emosional, memperbaiki situasi yang menyebabkan stress, atau mengubah cara pandang terhadap stress tersebut.

Lazarus dan Folkman (1984) melanjutkan bahwa kejadian yang menimbulkan stress serta tahapannya dan cara individu melakukan pencegahan juga akan mempengaruhi seseorang terutama dalam memberikan penilaian dan interpretasi terhadap stresor yang dirasakan. Setelah memberikan penilaian dan interpretasi, kemudian seseorang akan memberikan respon dan memilih strategi *coping* yang paling sesuai, misalnya dengan mencari informasi, melakukan aksi langsung, dan mencari dukungan dari orang lain. Setelah memberikan respon dan memilih strategi *coping*, individu akan melakukan strategi *coping* yang berguna untuk mengurangi kondisi lingkungan yang dirasakan mengancam sehingga seseorang dapat menyesuaikan diri dengan realita yang terjadi. Tugas-tugas *coping* yang dilakukan individu akan memunculkan sebuah hasil *coping* (*coping outcomes*), misalnya pulihnya fungsi psikologis sehingga mampu melakukan aktivitas sehari-hari.

Menurut Taylor (2009), *coping* adalah kebiasaan umum yang dipraktikkan individu untuk menangani kejadian stres dengan cara-cara tertentu. Hal ini sesuai dengan penjelasan Maryam (2017) yang menjelaskan bahwa *coping* adalah respon perilaku dan pikiran individu terhadap stres, dimana penggunaan sumber yang ada pada diri individu atau lingkungan sekitarnya, pelaksanaannya dilakukan secara sadar oleh individu, dan bertujuan untuk mengurangi atau mengatur konflik-konflik yang timbul dari diri pribadi dan diluar dirinya sehingga dapat meningkatkan kehidupan yang lebih baik. Individu merespon stres secara sadar dengan menggunakan sumber yang ada pada diri individu atau lingkungannya.

Strategi *coping* adalah mekanisme yang digunakan individu untuk mengelola stres dan tekanan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. *Coping* mencakup berbagai cara yang dilakukan seseorang dalam menghadapi tantangan, baik dengan menyelesaikan masalahnya secara langsung maupun dengan mengatur

respons emosionalnya. Definisi tersebut menunjukkan bahwa *coping* adalah sebuah proses, merujuk pada usaha kognitif seseorang untuk melakukan penilaian terhadap stimulus negatif, serta merujuk pada perilaku seseorang dalam merespon stimulus negatif tersebut. Shulman (dalam KJ, 2019) Menyatakan bahwa *coping* adalah proses dinamis yang terus berubah seiring pertumbuhan individu dan level kognitif. *Coping* merefleksikan kemampuan individu untuk meregulasi emosi, perilaku, dan orientasi motivasi ketika berada dalam situasi stress .

Krohne (2002) menyimpulkan bahwa *coping* :

1. Tidak diklasifikasikan berdasarkan hasil *coping* namun diklasifikasikan berdasarkan proses *coping*.
2. Proses *coping* ini termasuk reaksi kognitif dan perilaku dari individu.
3. *Coping* terdiri dari berbagai perilaku yang memiliki hubungan dan membentuk episode *coping*.
4. Perilaku *coping* dapat dibedakan dari perbedaan fokus pada elemen-elemen stress yang ingin diurai.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* adalah proses psikologis yang melibatkan berbagai upaya individu, baik secara kognitif, emosional, maupun perilaku, dalam menghadapi stres atau tekanan hidup.

### **2.2.2 Jenis-Jenis Strategi *Coping***

Strategi *coping* terdiri dari berbagai jenis yang diklasifikasikan berdasarkan tujuan dan cara individu dalam mengatasi stress. Lazarus Folkman (1984) mengelompokkan strategi *coping* ke dalam dua kategori utama, yaitu :

- a. Perilaku *coping* yang berorientasi pada masalah (*Problem-focused coping*), *Problem focused coping* adalah penanganan dengan cara mengurangi, atau memecahkan masalah yang menjadi sumber stres. *Problem focused coping* biasanya langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk membantu pemecahan masalah. Adapun aspek-aspek dari *coping* yang berfokus pada masalah, yaitu:

- 1) *Planfull problem solving*. Individu memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan, meminta pendapat dan pandangan dari orang lain tentang masalah yang dihadapi, bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu dan mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan.
  - 2) *Confrontative* (Konfrontasi). Individu menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang menekan, dengan tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko.
- b. Perilaku *coping* yang berorientasi pada emosi (*Emotional Focused Coping*), *Emotional focused coping* adalah penanganan stres dengan mengendalikan respon emosi yang diakibatkan oleh stresor. *Emotional focused coping* lebih menekankan pada usaha untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan. Adapun aspek-aspek dari *coping* yang berfokus pada emosi, yaitu :
- 1) *Self control* (kontrol diri). Usaha individu untuk mengontrol diri sehingga dapat menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait masalah.
  - 2) *Distancing* (menjauh). Usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seakan tidak terjadi apa-apa, atau menciptakan pandangan positif seperti menganggap masalah sebagai lelucon.
  - 3) *Positive reappraisal* (penilaian kembali secara positif). Individu melihat sisi positif dari masalah yang dialami dalam kehidupannya dengan mencari arti atau keuntungan dari pengalaman tersebut.
  - 4) *Accepting responsibility* (penerimaan tanggung jawab). Usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba menerima agar semua menjadi lebih baik.
  - 5) *Escape* atau *avoidance* (melarikan diri atau menghindar). Usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat dua jenis strategi *coping*, yang pertama adalah *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dimana individu berupaya untuk menghadapi sumber stress secara langsung, dan yang kedua adalah *coping* yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) yang bertujuan untuk mengurangi tekanan emosional yang dirasakan oleh individu.

Perilaku *coping* yang berpusat pada emosi cenderung dilakukan bila individu merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumberdaya yang dimiliki tidak mampu mengatasi situasi tersebut, contohnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Ninno et al. (1998), yakni strategi *coping* yang digunakan rumah tangga dalam mengatasi masalah pangan akibat banjir besar di Bangladesh berpusat pada emosi adalah pasrah menerima apa adanya, berdoa dan mengharapkan bantuan, simpati dan belas kasihan dari masyarakat dan pemerintah

Jenis *coping* mana yang akan digunakan dan bagaimana dampaknya, sangat tergantung pada jenis stres atau masalah yang dihadapi. Pada situasi yang masih dapat berubah secara konstruktif (seperti mengalami kelaparan akibat bencana) strategi yang digunakan adalah *problem focused*. Pada situasi yang sulit seperti kematian pasangan, strategi *coping* yang dipakai adalah *emotion focused*, karena diharapkan individu lebih banyak berdoa, bersabar, dan tawakkal. Keberhasilan atau kegagalan dari coping tersebut akan menentukan apakah reaksi terhadap stres akan menurun dan terpenuhinya berbagai tuntutan yang diharapkan.

Strategi *Coping* menurut Friedman (1998), terdapat dua tipe strategi *coping* keluarga, yaitu internal atau intrafamilial dan eksternal atau ektrafamilial. Ada tujuh strategi *coping* internal, yaitu :

- 1) Mengandalkan kemampuan sendiri dari keluarga. Untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya, keluarga seringkali melakukan upaya untuk menggali dan mengandalkan sumberdaya yang dimiliki. Keluarga melakukan strategi ini dengan membuat struktur dan organisasi dalam keluarga, yakni dengan membuat jadwal dan tugas rutinitas yang dipikul oleh setiap anggota keluarga yang lebih ketat. Hal ini diharapkan setiap anggota keluarga dapat

lebih disiplin dan patuh, mereka harus memelihara ketenangan dan dapat memecahkan masalah, karena mereka yang bertanggung jawab terhadap diri mereka sendiri.

- 2) Penggunaan humor. Menurut Hott (dalam Friedman, 1998), perasaan humor merupakan aset yang penting dalam keluarga karena dapat memberikan perubahan sikap keluarga terhadap masalah yang dihadapi. Humor juga diakui sebagai suatu cara bagi seseorang untuk menghilangkan rasa cemas dan stres.
- 3) Musyawarah bersama (memelihara ikatan keluarga). Cara untuk mengatasi masalah dalam keluarga adalah: adanya waktu untuk bersama-sama dalam keluarga, saling mengenal, membahas masalah bersama, makan malam bersama, adanya kegiatan bersama keluarga, beribadah bersama, bermain bersama, bercerita pada anak sebelum tidur, menceritakan pengalaman pekerjaan maupun sekolah, tidak ada jarak diantara anggota keluarga. Cara seperti ini dapat membawa keluarga lebih dekat satu sama lain dan memelihara serta dapat mengatasi tingkat stres, ikut serta dengan aktivitas setiap anggota keluarga merupakan cara untuk menghasilkan suatu ikatan yang kuat dalam sebuah keluarga.
- 4) Memahami suatu masalah. Salah satu cara untuk menemukan coping yang efektif adalah menggunakan mekanisme mental dengan memahami masalah yang dapat mengurangi atau menetralkan secara kognitif terhadap bahaya yang dialami. Menambah pengetahuan keluarga merupakan cara yang paling efektif untuk mengatasi stresor yaitu dengan keyakinan yang optimis dan penilaian yang positif. Menurut Folkman et al. (dalam Friedman, 1998), keluarga yang menggunakan strategi ini cenderung melihat segi positif dari suatu kejadian yang penyebab stres.
- 5) Pemecahan masalah bersama. Pemecahan masalah bersama dapat digambarkan sebagai suatu situasi dimana setiap anggota keluarga dapat mendiskusikan masalah yang dihadapi secara bersama-sama dengan mengupayakan solusi atas dasar logika, petunjuk, persepsi dan usulan dari anggota keluarga yang berbeda untuk mencapai suatu kesepakatan.

- 6) Fleksibilitas peran. Fleksibilitas peran merupakan suatu strategi coping yang kokoh untuk mengatasi suatu masalah dalam keluarga. Pada keluarga yang berduka, fleksibilitas peran adalah sebuah strategi coping fungsional yang penting untuk membedakan tingkat berfungsinya sebuah keluarga.
- 7) Normalisasi. Salah satu strategi coping keluarga yang biasa dilakukan untuk menormalkan keadaan sehingga keluarga dapat melakukan coping terhadap sebuah stressor jangka panjang yang dapat merusak kehidupan dan kegiatan keluarga. Knafel dan Deatrick (dalam Friedman, 1998) mengatakan bahwa normalisasi merupakan cara untuk mengkonseptualisasikan bagaimana keluarga mengelola ketidakmampuan seorang anggota keluarga, sehingga dapat menggambarkan respons keluarga terhadap stres.

Sedangkan strategi *coping* eksternal ada empat yaitu :

- 1) Mencari informasi. Keluarga yang mengalami masalah memberikan respons secara kognitif dengan mencari pengetahuan dan informasi yang berhubungan dengan stresor. Hal ini berfungsi untuk mengontrol situasi dan mengurangi perasaan takut terhadap orang yang tidak dikenal dan membantu keluarga menilai stresor secara lebih akurat.
- 2) Memelihara hubungan aktif dengan komunitas. *Coping* berbeda dengan coping yang menggunakan sistem dukungan sosial. *Coping* ini merupakan suatu *coping* keluarga yang berkesinambungan, jangka panjang dan bersifat umum, bukan sebuah *coping* yang dapat meningkatkan stresor spesifik tertentu. Dalam hal ini anggota keluarga adalah pemimpin keluarga dalam suatu kelompok, organisasi dan kelompok komunitas.
- 3) Mencari pendukung sosial. Mencari pendukung sosial dalam jaringan kerja sosial keluarga merupakan strategi *coping* keluarga eksternal yang utama. Pendukung sosial ini dapat diperoleh dari sistem kekerabatan keluarga, kelompok profesional, para tokoh masyarakat dan lain-lain yang didasarkan pada kepentingan bersama. Menurut Caplan (dalam Friedman, 1998), terdapat tiga sumber umum dukungan sosial yaitu penggunaan jaringan dukungan sosial informal, penggunaan sistem sosial formal, dan penggunaan kelompok-kelompok mandiri. Penggunaan jaringan sistem dukungan sosial informal yang biasanya diberikan oleh kerabat dekat dan tokoh masyarakat.

Penggunaan sistem sosial formal dilakukan oleh keluarga ketika keluarga gagal untuk menangani masalahnya sendiri, maka keluarga harus dipersiapkan untuk beralih kepada profesional bayaran untuk memecahkan masalah. Penggunaan kelompok mandiri sebagai bentuk dukungan sosial dilakukan melalui organisasi.

- 4) Mencari dukungan spiritual. Beberapa studi mengatakan keluarga berusaha mencari dukungan spiritual anggota keluarga untuk mengatasi masalah. Kepercayaan kepada Tuhan dan berdoa merupakan cara paling penting bagi keluarga dalam mengatasi stres.

### **2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Strategi *Coping***

Strategi *coping* yang digunakan individu dalam menghadapi stress tidak muncul secara tunggal, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi *coping*. Strategi *coping* sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lainlain sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), cara seseorang atau keluarga melakukan strategi *coping* tergantung pada sumberdaya yang dimiliki. Adapun sumberdaya tersebut antara lain:

- 1) Kondisi kesehatan. Sehat didefinisikan sebagai status kenyamanan menyeluruh dari jasmani, mental dan sosial, dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kecacatan. Kesehatan mental diartikan sebagai kemampuan berfikir jernih dan baik, dan kesehatan sosial memiliki kemampuan untuk berbuat dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Kesehatan jasmani adalah dimensi sehat yang nyata dan memiliki fungsi mekanistik tubuh. Kondisi kesehatan sangat diperlukan agar seseorang dapat melakukan

*coping* dengan baik agar berbagai permasalahan yang dihadapi dapat diselesaikan dengan baik.

- 2) Kepribadian adalah perilaku yang dapat diamati dan mempunyai ciri-ciri biologi, sosiologi dan moral yang khas baginya yang dapat membedakannya dari kepribadian yang lain. Pendapat lain menyatakan bahwa kepribadian adalah ciri, karakteristik, gaya atau sifat-sifat yang memang khas dikaitkan dengan diri seseorang. Dapat dikatakan bahwa kepribadian itu bersumber dari bentukanbentukan yang terima dari lingkungan, misalnya bentukan dari keluarga pada masa kecil dan juga bawaan sejak lahir misalnya orang tua membiasakan anak untuk menyelesaikan pekerjaannya sendiri, menyelesaikan setiap permasalahan bersamasama, tidak mudah tersinggung/marah dan harus selalu bersikap optimis. Menurut Maramis (1998), kepribadian dapat digolongkan menjadi dua yaitu:
  - a. *Introvert*, adalah orang yang suka memikirkan tentang diri sendiri, banyak fantasi, lekas merasakan kritik, menahan ekspresi emosi, lekas tersinggung dalam diskusi, suka membesarkan kesalahannya, analisis dan kritik terhadap diri sendiri dan pesimis; dan
  - b. *Ekstrovert*, adalah orang yang melihat kenyataan dan keharusan, tidak lekas merasakan kritikan, ekspresi emosinya spontan, tidak begitu merasakan kegagalan, tidak banyak mengadakan analisis dan kritik terhadap diri sendiri, terbuka, suka berbicara dan optimis.
- 3) Konsep diri. Menurut Maramis (1998), konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian seseorang yang diketahui dalam berhubungan dengan orang lain. Konsep diri dipelajari melalui kontak sosial dan pengalaman berhubungan dengan orang lain misalnya orang tua yang menginginkan anak-anaknya tetap sekolah walaupun dalam keadaan darurat, sehingga berupaya keras mencarikan sekolah untuk anaknya.
- 4) Dukungan sosial adalah adanya keterlibatan orang lain dalam menyelesaikan masalah. Individu melakukan tindakan kooperatif dan mencari dukungan dari orang lain, karena sumberdaya sosial menyediakan dukungan emosional, bantuan nyata dan bantuan informasi.

- 5) Aset ekonomi. Keluarga yang memiliki aset ekonomi akan mudah dalam melakukan *coping* untuk penyelesaian masalah yang sedang dihadapi. Namun demikian, tidak berimplikasi terhadap bagaimana keluarga tersebut dapat menggunakannya (Lazarus & Folkman, 1984). Aset adalah sumberdaya atau kekayaan yang dimiliki keluarga. Aset akan berperan sebagai alat pemuas kebutuhan. Oleh karena itu, keluarga yang memiliki banyak aset cenderung lebih sejahtera jika dibandingkan dengan keluarga yang memiliki aset terbatas.

Taylor dan Stanton (2006), mengungkapkan faktor yang mempengaruhi strategi *coping*, yaitu :

1. Kontrol diri, adalah keyakinan diri untuk mampu membuat suara keputusan demi mendapatkan hasil yang diinginkan, serta mampu meminimalisir hasil yang tidak diharapkan.
2. Dukungan sosial, persepsi tentang perhatian, pengalaman, dan perasaan Bernilai bagi orang lain.
3. Penilaian positif terhadap diri sendiri, serta harga diri yang tinggi menjadi faktor yang akan mempengaruhi pemilihan strategi coping seseorang.
4. Optimisme, keyakinan akan terjadi sesuatu yang baik pada diri seseorang, dan meyakini bahwa hal buruk tidak akan terjadi.

#### **2.2.4 Tujuan Strategi *Coping***

Strategi *coping* digunakan individu sebagai mekanisme untuk menyesuaikan diri terhadap tekanan atau stress yang dialami. Menurut Khasanah (2017), *coping* berfungsi untuk mengubah situasi yang menyebabkan timbulnya stres atau mengatur reaksi emosional yang muncul karena suatu masalah. Menurut Lazarus dan Cohen (dalam Mitrousi et al., 2013), *Coping* memiliki beberapa fungsi di antaranya:

1. Mengurangi rasa stress atau sakit dari kondisi lingkungan dan meningkatkan perspektif individu untuk pemulihan.
2. Membantu individu untuk beradaptasi dengan situasi yang negatif.
3. Membantu memelihara gambaran diri positif.
4. Membantu memelihara stabilitas emosional.
5. Membantu individu memelihara hubungan baik dengan orang lain.

Menurut Khasanah (2017), *coping* berfungsi untuk mengubah situasi yang menyebabkan timbulnya stres atau mengatur reaksi emosional yang muncul karena suatu masalah. Tujuan dari *coping* yaitu untuk mengurangi maupun mengatur masalah-masalah yang timbul dari dalam diri pribadi maupun luar dirinya (*internal or external conflict*) sehingga dapat meningkatkan kehidupan yang jauh lebih baik.

Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental, seperti kecemasan, depresi, hipertensi, atau gangguan tidur (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi *coping* membantu individu dalam mengurangi tekanan emosional dan meningkatkan ketahanan terhadap stres dengan cara yang lebih adaptif. *Coping* memungkinkan individu untuk beradaptasi dengan perubahan atau tantangan hidup yang tak terduga. Dengan menggunakan strategi yang tepat, seseorang dapat menemukan solusi, mengembangkan keterampilan baru, dan menyesuaikan diri dengan situasi yang sulit.

Strategi *coping* yang efektif dapat membantu seseorang mengelola emosi negatif, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Coping* berbasis emosi seperti *positive reappraisal* (menilai kembali situasi secara lebih positif) telah terbukti meningkatkan resiliensi seseorang dalam menghadapi stres jangka panjang. Salah satu tujuan *coping* adalah memungkinkan individu untuk memperoleh dukungan dari lingkungan sosialnya. *Seeking social support* adalah strategi yang membantu seseorang berbagi beban emosional, mendapatkan perspektif baru, serta memperoleh bantuan praktis dalam menyelesaikan masalah.

Stres yang tidak terkelola dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik, termasuk peningkatan risiko penyakit jantung, gangguan pencernaan, dan melemahnya sistem imun (Taylor, 2009). Dengan menggunakan strategi *coping* yang adaptif seperti olahraga, meditasi, atau teknik relaksasi, individu dapat menjaga keseimbangan antara kesehatan mental dan fisik. Tanpa strategi *coping* yang efektif, individu mungkin menggunakan mekanisme maladaptif seperti konsumsi alkohol, merokok, atau menarik diri dari interaksi sosial. Dengan memahami dan

menerapkan strategi *coping* yang lebih konstruktif, individu dapat menghindari pola perilaku yang merugikan diri sendiri.

Secara keseluruhan, strategi *coping* bertujuan untuk mengelola stres dengan cara yang adaptif, meningkatkan kesejahteraan emosional, menjaga kesehatan fisik, serta mendorong individu untuk mencari dukungan sosial. Dengan memahami berbagai jenis strategi *coping* dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, individu dapat menghadapi tantangan dengan lebih baik dan meningkatkan kualitas hidupnya.

### **2.2.5 Peran Strategi *Coping* Pada Dewasa Awal**

Masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang penuh tantangan, seperti tuntutan untuk hidup mandiri, membangun relasi intim, serta menata karir dan pendidikan. Dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut, strategi *coping* berperan penting sebagai mekanisme adaptif yang membantu individu mengelola stress dan menjaga keseimbangan psikologis. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping* adalah upaya kognitif dan perilaku yang digunakan untuk mengatasi tuntutan internal maupun eksternal yang melebihi kemampuan individu. Oleh karena itu, strategi *coping* yang efektif menjadi faktor penentu dalam keberhasilan individu dewasa awal dalam menavigasi masa transisi ini.

Menurut Santrock (2002), masa dewasa awal yang dialami mahasiswa adalah periode krusial dalam pembentukan identitas diri dan kemandirian. Dalam konteks inilah, strategi *coping* hadir sebagai alat adaptasi psikologis yang memungkinkan mahasiswa untuk bertahan, berkembang, dan mencapai potensi optimalnya. Peran strategi *coping* dalam kehidupan mahasiswa:

#### **a. Menurunkan Tingkat Stres Akademik**

Mahasiswa seringkali menghadapi beban tugas, jadwal ujian yang padat, skripsi, serta tekanan untuk mencapai IPK tinggi. Strategi *coping*, terutama *problem-focused coping* (misalnya menyusun rencana studi atau mencari bantuan dosen), dapat mengurangi stres akademik secara signifikan.

#### **b. Meningkatkan Kesehatan Mental dan *Emotional Well-Being***

*Coping* tidak hanya menurunkan stres, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional. *Coping* yang efektif membantu mahasiswa mengelola perasaan gagal, kecewa, cemas, atau kesepian. Mahasiswa yang mampu menggunakan *emotion-focused coping* secara adaptif (seperti mencari dukungan sosial atau melakukan refleksi spiritual) lebih mampu menjaga kesehatan mentalnya.

c. Mendorong Perilaku Adaptif dan Resilien

Strategi *coping* mendorong mahasiswa untuk mengembangkan resiliensi—kemampuan untuk bangkit kembali dari kegagalan atau tekanan. *Coping* adaptif membangun daya tahan psikologis yang diperlukan untuk menghadapi dinamika kehidupan kampus dan masa depan.

d. Membantu Regulasi Emosi dan Keseimbangan Hidup

Dalam menghadapi tekanan sosial seperti konflik relasi, permasalahan keluarga, atau ekspektasi sosial, *coping* berperan penting dalam pengaturan emosi (*emotion regulation*). Mahasiswa yang menggunakan *coping* emosional yang positif—seperti menulis jurnal, olahraga, atau meditasi—cenderung memiliki kehidupan kampus yang lebih seimbang.

e. Menumbuhkan Kemandirian Psikologis dan *Problem Solving Skills*

Strategi *coping* juga membentuk kemandirian psikologis, khususnya ketika mahasiswa belajar mengelola waktu, menyelesaikan konflik, atau membuat keputusan penting dalam hidupnya. Ini memperkuat keterampilan berpikir kritis dan menyelesaikan masalah yang sangat berharga dalam kehidupan profesional nantinya.

### 2.2.6 Dampak Penggunaan Strategi *Coping*

*Problem-focused coping* merupakan pendekatan dalam menghadapi stres dengan cara mengidentifikasi, menganalisis, dan mencari solusi konkret terhadap penyebab stres. Fokus dari strategi ini bukan pada respon emosional, melainkan pada penyelesaian langsung masalah atau stresor itu sendiri (Lazarus & Folkman, 1984).

Contoh tindakan dalam *problem-focused coping* :

- a. Membuat rencana aksi
- b. Mengorganisasi waktu dan prioritas
- c. Mengumpulkan informasi untuk memahami masalah
- d. Mencari bantuan profesional atau dukungan sosial instrumental

Dampak Positif *Problem-Focused Coping*:

- a. Meningkatkan Rasa Kendali Diri (*Self-Efficacy*)

Strategi ini memberikan individu rasa kontrol terhadap situasi yang menekan. Dengan menyusun rencana dan melakukan tindakan nyata, individu merasa mampu mengatasi masalah secara mandiri. Hal ini memperkuat self-efficacy, yaitu kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri untuk menyelesaikan persoalan.

- b. Menurunkan Tingkat Stres dan Kecemasan

Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan strategi *problem-focused coping* secara signifikan mengurangi tingkat stres, terutama dalam konteks stres akademik dan pekerjaan. Ketika individu merasa bahwa mereka dapat mengontrol dan menyelesaikan masalah, beban emosional pun menurun.

- c. Memperkuat Kemampuan Pemecahan Masalah dan Ketahanan Psikologis

Dengan terbiasa menggunakan pendekatan ini, individu akan membangun keterampilan *problem solving* dan resiliensi. Mereka cenderung berpikir lebih logis, sistematis, dan sabar dalam menghadapi tantangan hidup, serta mampu bangkit dari kegagalan dengan lebih cepat.

- d. Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

*Problem-focused coping* berkontribusi positif terhadap *well-being* karena strategi ini melibatkan tindakan yang proaktif dan konstruktif. Individu menjadi lebih puas terhadap hidupnya karena mampu menavigasi berbagai kesulitan secara efektif.

- e. Efektif dalam Situasi yang Dapat Dikendalikan

Strategi ini sangat efektif digunakan dalam situasi yang dapat diubah atau dikendalikan, seperti tekanan kerja, masalah akademik, konflik interpersonal,

atau manajemen waktu. Dalam situasi tersebut, fokus pada solusi memberi hasil yang nyata dan mempercepat penyelesaian masalah.

Dampak Potensial Jika Tidak Diimbangi:

Meski sangat adaptif, *problem-focused coping* juga dapat membawa dampak negatif jika tidak diimbangi dengan kesadaran emosional:

- a. *Overplanning* atau *Overthinking*: Terlalu fokus menyusun strategi bisa menyebabkan kelelahan kognitif dan kecemasan, apalagi jika situasi berubah-ubah atau di luar kendali.
- b. Mengabaikan Kebutuhan Emosional: Beberapa orang menjadi terlalu fokus menyelesaikan masalah sampai mengabaikan perasaan sendiri dan orang lain, yang bisa berujung pada penekanan emosi atau relasi sosial yang renggang.
- c. Ketidakefektifan dalam Situasi Tak Terkontrol: Jika digunakan dalam situasi yang sebenarnya tidak bisa dikendalikan (seperti kematian, penyakit terminal), strategi ini bisa membuat individu frustrasi dan merasa gagal karena solusi tidak dapat diwujudkan.

Strategi *emotion-focused coping* adalah pendekatan dalam mengatasi stres dengan cara mengelola respon emosional yang muncul sebagai akibat dari situasi yang menekan. Tujuan dari strategi ini bukan menyelesaikan sumber masalah secara langsung, melainkan mengurangi beban emosional yang ditimbulkan oleh stresor (Folkman & Lazarus, 1985). Contoh strategi ini meliputi:

- a. Mencari dukungan emosional
- b. Menangis atau meluapkan emosi
- c. Meditasi atau relaksasi
- d. Menyalahkan diri sendiri
- e. Penggunaan spiritualitas atau religiusitas
- f. Pengalihan atau distraksi

Dampak positif dari *emotional-focused coping*:

- a. Meredakan Gejolak Emosi Jangka Pendek

Strategi ini sangat berguna dalam kondisi di mana seseorang tidak memiliki kontrol langsung atas sumber stres, misalnya kehilangan orang tercinta, penyakit kronis, atau kegagalan yang tidak bisa diubah. *Emotion-focused*

coping membantu individu meredakan rasa cemas, marah, atau sedih, sehingga memungkinkan mereka berpikir lebih jernih sebelum bertindak.

b. Meningkatkan Adaptasi dalam Situasi Tak Terkontrol

Dalam beberapa situasi seperti penyakit terminal, bencana alam, atau krisis sosial, *emotion-focused coping* dianggap lebih adaptif dibanding *problem-focused coping* karena mengarahkan individu pada penerimaan, ketenangan batin, dan penerimaan realita.

c. Mendorong Penguatan Spiritual dan Makna Hidup

Beberapa bentuk *emotion-focused coping* seperti *coping* religius atau spiritual terbukti mampu mengurangi gejala stres dan depresi, serta meningkatkan kualitas hidup pada populasi dengan tekanan berat seperti ODHA atau penderita kanker.

Dampak negatif *Emotion-Focused Coping* :

a. Menghindari Penyelesaian Masalah

*Emotion-focused coping* cenderung tidak menyentuh akar masalah. Jika digunakan secara berlebihan atau tunggal, strategi ini dapat menyebabkan penghindaran (*avoidance coping*) yang justru memperpanjang stres dan menunda solusi (Lazarus & Folkman, 1984). Misalnya, seseorang yang hanya menangis atau menyendiri tanpa mencari solusi terhadap masalah akademik akan mengalami penumpukan tekanan.

b. Risiko Gangguan Psikologis Jangka Panjang

Penelitian menunjukkan bahwa ketergantungan pada strategi seperti *self-blame*, *denial*, atau ruminasi emosional berkorelasi dengan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi. Individu yang terus-menerus menyalahkan diri atau menghindari kenyataan lebih rentan mengalami gangguan psikologis seperti burnout, depresi, dan bahkan *suicidal ideation*.

c. Melemahkan Rasa Kontrol Diri (*Self-Efficacy*)

Ketika seseorang terlalu sering bergantung pada strategi yang hanya berorientasi pada perasaan, mereka bisa kehilangan kepercayaan diri dalam

mengatasi masalah. Hal ini melemahkan *self-efficacy*, yaitu keyakinan bahwa ia mampu mengendalikan hidupnya sendiri.

### **2.2.7 Perbedaan Strategi Coping Berdasarkan Gender**

Perbedaan *gender* dalam penggunaan strategi *coping* telah menjadi fokus kajian penting dalam psikologi sosial dan psikologi perkembangan, karena menunjukkan bagaimana faktor biologis, sosial, dan kultural membentuk pola perilaku individu dalam menghadapi stres. *Coping* sendiri didefinisikan sebagai usaha kognitif dan perilaku yang digunakan individu untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dirasakan melebihi kapasitasnya (Lazarus & Folkman, 1984). Dalam konteks ini, *gender* menjadi salah satu variabel yang paling berpengaruh dalam menentukan jenis strategi *coping* yang digunakan seseorang.

Secara umum, penelitian menunjukkan bahwa laki-laki lebih cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada pemecahan masalah (*problem-focused coping*), sedangkan perempuan lebih banyak menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada emosi (*emotion-focused coping*) (Tamres, Janicki, & Helgeson, 2002; Matud, 2004). Perbedaan ini tidak hanya mencerminkan kecenderungan psikologis individual, tetapi juga hasil dari proses sosialisasi yang membentuk peran dan perilaku gender sejak usia dini.

Tamres et al. (2002) melalui analisis meta terhadap lebih dari 200 studi lintas budaya menemukan bahwa perempuan secara konsisten lebih sering menggunakan strategi seperti mencari dukungan sosial, mengekspresikan emosi, melakukan refleksi diri, serta berdoa atau bermeditasi untuk mengatasi stres. Sebaliknya, laki-laki lebih sering menggunakan strategi yang bersifat langsung dan praktis, seperti perencanaan, pemecahan masalah, serta tindakan konfrontatif untuk mengatasi sumber stres. Temuan ini mengindikasikan bahwa laki-laki cenderung memandang stres sebagai tantangan yang harus diatasi melalui tindakan, sedangkan perempuan lebih menekankan aspek emosional dan sosial dari pengalaman stres.

Matud (2004) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa perempuan melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki,

namun mereka lebih adaptif dalam mengelola stres melalui hubungan interpersonal dan dukungan sosial. Strategi coping yang digunakan perempuan sering kali bersifat restoratif yaitu berfokus pada pemulihan keseimbangan emosional sementara laki-laki lebih fokus pada kontrol eksternal terhadap situasi yang menimbulkan stres.

Penelitian lintas budaya yang dilakukan oleh Li, Zhang, dan Luo (2020) pada masa pandemi COVID-19 juga memperlihatkan pola yang konsisten: laki-laki lebih banyak menggunakan coping berbasis tindakan (*problem-focused coping*), seperti mencari informasi dan mengatur strategi, sedangkan perempuan lebih menekankan pada *emotion-focused coping* melalui ekspresi emosi dan pencarian dukungan sosial. Hasil ini memperkuat pandangan bahwa perbedaan gender dalam coping bersifat universal dan tidak terbatas pada konteks budaya tertentu.

Menurut *Gender Role Theory* (Eagly, 1987), perbedaan ini dapat dijelaskan melalui proses sosialisasi peran gender. Masyarakat cenderung mengajarkan laki-laki untuk menunjukkan sifat agentic, seperti ketegasan, kontrol diri, dan kemandirian, yang kemudian mendukung penggunaan *problem-focused coping*. Sebaliknya, perempuan diajarkan untuk mengembangkan sifat communal, seperti empati, ekspresivitas emosional, dan kehangatan sosial, yang selaras dengan *emotion-focused coping*. Dengan demikian, strategi coping tidak hanya bersumber dari perbedaan biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh ekspektasi dan norma sosial yang menuntun perilaku laki-laki dan perempuan dalam menghadapi tekanan.

Selain faktor sosial, aspek kognitif dan kepribadian juga memiliki kontribusi yang signifikan terhadap perbedaan ini. Endler dan Parker (1990) menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam cara menilai stres (*cognitive appraisal*). Laki-laki cenderung menilai stres sebagai tantangan yang harus dipecahkan (*challenge appraisal*), sedangkan perempuan lebih sering memandang stres sebagai ancaman emosional (*threat appraisal*). Perbedaan dalam penilaian ini menyebabkan variasi dalam pemilihan strategi coping yang digunakan.

Dari perspektif neuropsikologis, beberapa penelitian menunjukkan adanya perbedaan dalam aktivitas otak antara laki-laki dan perempuan ketika menghadapi

stres. Taylor et al. (2000) melalui *konsep tend-and-befriend response* menjelaskan bahwa perempuan lebih cenderung menghadapi stres dengan mencari dukungan sosial dan membangun hubungan emosional (*tend and befriend*), sementara laki-laki menunjukkan respons *fight-or-flight* yang berorientasi pada tindakan. Respons ini diduga dipengaruhi oleh perbedaan hormonal, seperti tingginya kadar oksitosin pada perempuan yang memicu perilaku sosial dan kelekatan, dibandingkan testosteron pada laki-laki yang mendorong perilaku kompetitif dan agresif.

Rosario et al. (1988) menambahkan bahwa konteks sosial juga sangat menentukan efektivitas strategi *coping* yang digunakan. Dalam lingkungan sosial yang suportif, *emotion-focused coping* yang digunakan perempuan dapat bersifat adaptif karena memperkuat hubungan interpersonal dan meningkatkan dukungan emosional. Namun, dalam lingkungan yang kurang terbuka atau penuh tekanan sosial, strategi yang sama dapat menjadi maladaptif karena memperburuk ketergantungan emosional dan meningkatkan stres. Sebaliknya, laki-laki yang cenderung enggan mengekspresikan emosi dapat mengalami hambatan dalam mengelola stres apabila tidak memiliki akses ke dukungan sosial yang memadai.

Selain itu, penelitian oleh Ptacek, Smith, dan Dodge (1994) menegaskan bahwa efektivitas strategi *coping* sangat bergantung pada konteks stres yang dihadapi. Dalam situasi yang dapat dikendalikan, *problem-focused coping* lebih efektif karena memungkinkan individu untuk mengubah kondisi yang menimbulkan stres. Namun, dalam situasi yang tidak dapat dikontrol seperti kehilangan orang tua, konflik emosional, atau keterbatasan sosial *emotion-focused coping* menjadi strategi yang lebih adaptif untuk menjaga keseimbangan psikologis. Hal ini menjelaskan mengapa perempuan, yang secara sosial lebih terbiasa mengelola hubungan interpersonal dan ekspresi emosional, sering kali menunjukkan ketahanan emosional lebih baik dalam situasi sosial yang kompleks.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perbedaan gender dalam penggunaan strategi *coping* merupakan hasil interaksi antara faktor biologis, kognitif, dan sosial. Laki-laki cenderung mengandalkan pendekatan rasional dan tindakan nyata melalui *problem-focused coping*, sedangkan perempuan lebih menonjol dalam

mengelola emosi dan membangun hubungan sosial melalui *emotion-focused coping*. Kedua jenis strategi ini memiliki nilai adaptif masing-masing, tergantung pada konteks stres yang dihadapi dan lingkungan sosial yang mendukungnya.

### **2.2.8 Pengaruh *Fatherless* Terhadap Strategi *Coping***

Kondisi *fatherless*, yaitu ketidakhadiran ayah secara fisik, emosional, atau fungsional dalam kehidupan anak, telah terbukti memengaruhi berbagai aspek psikologis, terutama kemampuan dalam regulasi emosi dan pemilihan strategi *coping* dalam menghadapi stress dan tekanan kehidupan. Figur ayah memegang peranan penting sebagai pendukung psikologis yang membentuk kelekatan aman (*secure attachment*), rasa percaya diri, dan keterampilan sosial sejak masa kanak-kanak (Bowlby, 1969; Lamb, 2004).

Menurut Bowlby (1969) hubungan emosional antara anak dan figur pengasuh utama (*attachment figure*) membentuk *internal working model*, yaitu pola keyakinan dan harapan individu terhadap diri sendiri dan orang lain. Kehadiran ayah sebagai salah satu figur *attachment* berperan dalam memberikan rasa aman (*secure base*), perlindungan, serta dukungan emosional. Ketika figur ayah tidak hadir atau tidak berfungsi secara optimal, anak berpotensi mengembangkan pola *attachment* yang kurang aman (*insecure attachment*). Kondisi ini dapat memengaruhi regulasi emosi, rasa percaya diri, serta cara individu memandang dan merespons tekanan dalam kehidupan. Anak yang mengalami *fatherless* mungkin lebih rentan terhadap perasaan kehilangan, ketidakamanan, atau kebutuhan akan validasi emosional, yang kemudian membentuk kecenderungan tertentu dalam menghadapi stress.

Sementara itu, Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa *coping* merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap melebihi sumber daya yang dimiliki. Lazarus membagi strategi *coping* menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* diarahkan pada upaya mengubah situasi atau sumber stress secara langsung, sedangkan *emotion-focused coping* bertujuan untuk mengatur respons emosional

terhadap situasi yang menekan. Pemilihan strategi *coping* sangat dipengaruhi oleh proses *cognitive appraisal*, yakni bagaimana individu menilai ancaman dan sumber daya yang tersedia untuk menghadapinya.

Dari perspektif *Stress and Coping Theory* (Lazarus & Folkman, 1984), strategi *coping* terbentuk dari interaksi antara persepsi individu terhadap stressor dan ketersediaan sumber daya pribadi, sosial, dan emosional. Ketidakhadiran ayah menyebabkan hilangnya salah satu sumber daya utama, yang pada akhirnya mempersempit pilihan strategi *coping* dan meningkatkan risiko penggunaan *coping* yang tidak adaptif. Sebaliknya, individu dengan keterlibatan ayah yang positif sejak kecil cenderung menggunakan *problem-focused coping* seperti mencari solusi secara aktif, menyusun rencana, atau mencari bantuan yang tepat.

Kondisi *fatherless* dapat berpengaruh besar terhadap pola *coping* yang dikembangkan individu, terutama dalam masa dewasa awal, seperti mahasiswa. Kehilangan figur ayah sejak dini dapat menghambat proses belajar regulasi emosi, kemampuan *problem solving*, dan kemandirian emosional. Anak yang tumbuh tanpa ayah cenderung memiliki keterbatasan dalam membentuk *coping skills* yang adaptif, karena kurangnya bimbingan, dukungan, dan contoh dalam mengelola tekanan (Fauzi, 2023).

Dalam konteks mahasiswa, tekanan akademik, tuntutan sosial, dan proses transisi menuju kemandirian menjadikan kemampuan *coping* sebagai aspek penting dalam keberhasilan adaptasi. Mahasiswa yang mengalami *fatherless* tidak hanya kehilangan referensi dalam membentuk pola berpikir rasional dan pengambilan keputusan yang kuat. Hal tersebut menjadikan mereka lebih rentan terhadap stress kronis dan penggunaan strategi *coping* yang kurang adaptif (Junaidah, 2024). Namun, strategi *coping* juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti dukungan dari ibu, teman sebaya, serta nilai-nilai budaya dan spiritual. Beberapa mahasiswa *fatherless* mampu mengembangkan strategi *coping* yang sehat melalui religiusitas, keterlibatan dalam komunitas, atau hubungan yang kuat dengan sosok pengganti ayah, meskipun dalam bentuk yang terbatas (Iskandar & Kertamuda, 2023).

Dengan demikian, berdasarkan teori Bowlby dan Lazarus, *fatherless* dapat memengaruhi strategi *coping* melalui dua jalur utama, yaitu pembentukan pola *attachment* yang berdampak pada regulasi emosi serta proses penilaian kognitif terhadap stres. Ketidakhadiran figur ayah berpotensi meningkatkan kebutuhan akan pengelolaan emosi, sehingga *emotion-focused coping* menjadi lebih dominan, sementara *problem-focused coping* tetap digunakan sebagai bentuk adaptasi terhadap tuntutan situasi. Integrasi kedua teori ini memberikan pemahaman bahwa pengaruh *fatherless* terhadap strategi *coping* bukanlah hubungan yang sederhana, melainkan proses psikologis yang kompleks dan saling berkaitan antara pengalaman relasional awal dan mekanisme adaptasi terhadap stres.

### 2.3 Penelitian yang Relevan

1. Strategi *Coping* Remaja Akhir yang Mengalami *Fatherless* dalam Hidupnya, Mahasiswa di Universitas Negeri Surabaya oleh Tasya Saecarya Rachmawati dan Diana Rahmasari (2024).

Hasil penelitian ini adalah seluruh partisipan menunjukkan jenis strategi *coping* yang serupa yaitu *emotion-focused coping*. Perilaku yang ditunjukkan yaitu mencari dukungan sosial emosional; *distancing* atau menghindari sumber masalah; *escape avoidance* yaitu menghadapi masalah dengan tidur; *self-control*; hingga membuat arti positif dari kondisi yang dialami. Persamaan penelitian Tasya & Diana dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti kondisi *fatherless* dan strategi *coping*. Perbedaan penelitian Tasya & Diana dengan penelitian ini terletak pada metode penelitian, dimana penelitian sebelumnya yakni menggunakan kualitatif studi kasus sedangkan dalam penelitian ini yakni kuantitatif. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa individu *fatherless* cenderung memilih strategi *coping* berbasis emosi. Hal ini menjadi dasar penting dalam menilai kecenderungan respon *Icoping* individu *fatherless*, yang kemudian dapat di uji secara kuantitatif dalam penelitian ini untuk mendapatkan gambaran umum.

2. Strategi *Coping* pada Mahasiswi Korban Perceraian Orangtua oleh Katarina Diva Anastacia dan Antonius Ian Bayu Setiawan (2024).

Hasil penelitian ini adalah strategi *coping* yang dilakukan oleh subjek berbeda-beda, yaitu strategi *coping* yang berfokus pada masalah, strategi *coping* yang berfokus pada emosi, dan penerimaan diri. Lalu, dalam melakukan strategi *coping* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor kondisi fisik, pandangan positif, dukungan sosial, dan materi. Setelah melakukan strategi *coping* tersebut, subjek bisa mengatasi perasaan sedih yang sedang dirasakan, bisa mengelola emosi yang sedang di rasakan, dan agar bisa mengalihkan diri dari situasi perceraian orangtua. Persamaan penelitian Katarina dan Antonius dengan penelitian ini adalah fokus pada strategi *coping*. Perbedaan penelitian ini terletak pada jenis subjek dan metode penelitian, dalam penelitian sebelumnya yakni menggunakan kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi sedangkan penelitian ini yakni kuantitatif. Penelitian ini memperluas pemahaman bahwa *coping* tidak bersifat tunggal, tetapi bervariasi dan dipengaruhi oleh banyak faktor. Temuan ini penting untuk memperkaya interpretasi hasil kuantitatif yang akan dianalisis dalam penelitian ini, khususnya dalam melihat peran faktor-faktor eksternal dan internal dalam strategi *coping* individu *fatherless*.

3. Pengaruh *Fatherless* Terhadap Resiliensi Mahasiswa oleh Teza Indiriyani (2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *fatherless* berpengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan nilai  $R^2 = 38,5\%$ , yang berarti 38,5% variasi resiliensi mahasiswa dipengaruhi oleh kondisi *fatherless*. Semakin rendah keterlibatan ayah, semakin rendah resiliensi mahasiswa, dan sebaliknya, semakin tinggi keterlibatan ayah, semakin tinggi resiliensi mahasiswa. Persamaan penelitian Teza dengan penelitian ini adalah variabel yang diteliti sama-sama *fatherless* serta menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian Teza dengan penelitian ini terletak pada variabel

terikat dalam penelitian sebelumnya adalah resiliensi, sedangkan dalam penelitian ini adalah strategi *coping*. Penelitian ini menegaskan bahwa keberadaan ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap aspek psikologis, termasuk kemampuan individu dalam menghadapi tekanan. Meskipun variabel terikat berbeda, namun resiliensi dan *coping* saling berkaitan dalam kerangka ketahanan psikologis, sehingga hasil ini tetap relevan sebagai acuan konseptual.

4. Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kontrol Diri Remaja Yang Tidak Tinggal Bersama Ayah oleh Evy Lidya Yuliana, Asniar Khumas, Wilda Ansar (2023).

Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat pengaruh positif antara *fatherless* dan kontrol diri remaja yang tidak tinggal bersama ayah. Artinya, semakin rendah kehadiran peran ayah maka akan semakin rendah pula kontrol diri pada remaja. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti fenomena *fatherless* serta menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini yaitu variabel terikat dalam penelitian sebelumnya adalah kontrol diri, sedangkan dalam penelitian ini adalah strategi *coping*. Kontrol diri merupakan bagian penting dari proses *coping*. Temuan ini mengindikasikan bahwa *fatherless* tidak hanya memengaruhi emosi tetapi juga regulasi perilaku. Oleh karena itu, penelitian ini memperkuat dugaan bahwa kondisi *fatherless* juga memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengembangkan strategi *coping* adaptif.

5. Strategi Koping Anak Terakhir Dalam Mengatasi Kehilangan Ayah dan Kesepian: Sebuah Pendekatan Kualitatif oleh Reviandy Azhar Ramdhani, Muhammad Nafis Rojabi, Moch. Chusni Mubarak, Roihan, Difa Azman Refah Fuadi, Nur Kholis (2024).

Anak terakhir mengembangkan mekanisme koping yang unik untuk mengatasi perasaan kesepian. Mereka seringkali mengekspresikan emosinya melalui kegiatan kesenian dan tulisan, baik dalam bentuk jurnal pribadi maupun tulisan digital. Anak terakhir cenderung mencari dukungan emosional dari anggota keluarga yang tersisa, menciptakan ikatan yang lebih kuat dengan keluarga terdekat sebagai cara untuk mengatasi perasaan kesepian. Kegiatan-kegiatan kreatif seperti menulis dan menggambar juga digunakan sebagai bentuk pelarian dari perasaan kesepian yang dialami. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah variabel yang digunakan sama-sama strategi koping yang sering digunakan pada individu *fatherless*. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini yaitu metode yang digunakan penelitian sebelumnya adalah kualitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini memperlihatkan bahwa strategi *coping* bersifat sangat personal dan kontekstual. Kreativitas dan dukungan emosional keluarga menjadi bentuk *coping* dominan. Temuan ini memberikan konteks penting bahwa meski penelitian ini bersifat kuantitatif, dimensi emosional dan relasional tetap perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasil.

Berdasarkan lima penelitian yang telah dianalisis, meskipun sama-sama membahas tentang strategi *coping* pada individu dengan kondisi *fatherless*, masing-masing memiliki fokus, metode, dan pendekatan yang berbeda jika dibandingkan dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung”. Penelitian oleh Tasya dan Diana (2024) menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus untuk mengidentifikasi jenis strategi berbasis emosi pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*. Begitu pula dengan penelitian oleh Katarina dan Antonius (2024), yang menyoroti variasi strategi *coping* mahasiswa korban perceraian orang tua dengan pendekatan fenomenologi, menekankan peran faktor internal dan eksternal dalam bentuk respons *coping*.

Sementara itu, penelitian kuantitatif oleh Teza (2023) menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara kondisi *fatherless* terhadap tingkat resiliensi mahasiswa, yang mengindikasikan bahwa keterlibatan ayah memiliki dampak besar terhadap ketahanan psikologis. Penelitian oleh Evy dkk (2023) juga menunjukkan pengaruh *fatherless* terhadap rendahnya kontrol diri pada remaja, yang merupakan salah satu komponen penting dalam proses *coping*. Adapun penelitian oleh Reviandy dkk (2024) menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi strategi *coping* personal melalui aktivitas dalam mengatasi kesepian akibat kehilangan ayah.

Secara umum, penelitian-penelitian sebelumnya cenderung menggambarkan atau menguji strategi *coping* dalam konteks *fatherless* dengan pendekatan yang bersifat kualitatif atau kuantitatif yang berfokus pada variabel psikologis lain seperti resiliensi dan kontrol diri. Sementara itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan bertujuan untuk menganalisis pengaruh kondisi *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa. Penelitian ini bersifat analitik dengan tujuan menguji hubungan antara variabel independen (*fatherless*) dan variabel dependen (strategi *coping*). Perbedaan pendekatan ini menunjukkan bahwa penelitian ini berkontribusi dalam memberikan bukti empiris mengenai sejauh mana kondisi *fatherless* dapat memengaruhi kecenderungan individu dalam memilih strategi *coping* tertentu, yang dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis yang lebih terarah di masa depan.

### **III. METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat dan waktu yang akan peneliti lakukan adalah di jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung dan pelaksanaan penelitian dilakukan pada semester genap 2024/2025.

#### **3.2 Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistic, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2021).

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa, dengan subjek penelitian yaitu mahasiswa jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.

#### **3.3 Populasi dan Sampel**

##### **3.3.1 Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi dalam setiap penelitian harus disebutkan secara tersurat yaitu dengan besarnya anggota populasi serta wilayah penelitian yang menjadi cakupan. Tujuan diadakannya populasi ialah agar kita dapat menentukan besarnya anggota sampel yang diambil dari anggota populasi dan membatasi berlakunya daerah generalisasi.

Pada penelitian ini populasi penelitiannya adalah seluruh mahasiswa/i aktif Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung angkatan 2021 yang terdiri dari 4 program studi yaitu program studi Bimbingan dan Konseling, Pendidikan Jasmani, Pendidikan Anak Usia Dini, dan Pendidikan Guru Sekolah Dasar yang berjumlah 650 mahasiswa.

### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013). Disini sampel harus benar-benar bisa mencerminkan keadaan populasi, artinya kesimpulan hasil penelitian yang diangkat dari sampel harus merupakan kesimpulan atas populasi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dengan kriteria sampel sebagai berikut :

- a. Mahasiswa/i aktif Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung Angkatan 2021.
- b. Jenis kelamin tidak dibedakan (laki-laki atau perempuan).

Untuk menentukan sampel pada penelitian ini, penulis menggunakan rumus slovin dengan margin error atau tingkat kesalahan 10%. Berikut rumusnya:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n : besaran sampel

N : besaran populasi

E : Nilai kritis yang diinginkan (sebesar 10%)

$$n = \frac{650}{1 + 650(0,1)^2}$$

$$= \frac{650}{1 + 650(0,01)} = 86,666 = 87 \text{ sampel}$$

### 3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

#### 3.4.1 Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel penelitian yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependen variable*). Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu strategi *coping* dan variabel bebas yaitu *fatherless*.

#### 3.4.2 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penegasan arti dari variabel penelitian dengan cara tertentu untuk mengaturnya. Definisi operasional bertujuan menghindari kesalahpahaman juga agar penelitian mempunyai batasan yang jelas.

##### a. *Fatherless*

Kondisi *fatherless* merujuk pada situasi di mana seorang mahasiswa mengalami kehilangan figur ayah, baik secara fisik, emosional maupun fungsional, dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perceraian, kematian, atau ketidakhadiran ayah yang disebabkan oleh pekerjaan atau masalah pribadi.

Dalam penelitian ini, *fatherless* akan diukur melalui kuesioner yang mengukur tingkat kehadiran fisik ayah (misalnya, tinggal bersama, frekuensi bertemu), keterlibatan emosional ayah (misalnya, komunikasi, dukungan), dan peran fungsional ayah dalam kehidupan mereka.

##### b. Strategi *Coping*

Strategi *coping* adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengelola atau mengatasi stressor atau tantangan emosional dalam kehidupan mereka. Strategi ini mencakup berbagai cara yang digunakan untuk menghadapi masalah dan tantangan, seperti mencari dukungan sosial, mengekspresikan emosi, mencari pemecahan masalah, atau mengalihkan perhatian.

Dalam penelitian ini, kecenderungan penggunaan strategi *coping* akan diukur menggunakan skala pengukuran strategi *coping* yang telah terstandarisasi. Skala ini akan mengukur jenis dan strategi yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi situasi stress atau masalah.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah metode atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber agar dapat digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan menggunakan skala *likert*. Skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Setiap item pada skala ini memiliki gradasi dari sangat positif hingga sangat negatif. Dalam skala *likert*, setiap item instrumen memiliki gradasi dari positif (*favorable*) hingga negatif (*unfavorable*). Setiap item diberikan pilihan dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pemberian skor pada pernyataan positif (*favorable*) diberi skor 4,3,2,1 sedangkan pernyataan negatif (*unfavorable*) diberi skor 1,2,3,4.

Dalam penelitian ini, skala *fatherless* digunakan sebagai instrumen untuk mengukur variabel *fatherless*. Skala ini dirumuskan oleh Lamb, Pleck, Charnov, dan Levine pada tahun 1985 dalam Hedo (2020), dengan 47 item pernyataan. Berikut adalah kisi kisinya :

Tabel 1. Kisi-Kisi *Fatherless*

No	Aspek	Indikator	No Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	<i>Engagement</i>	Interaksi langsung ayah-anak (bermain, diskusi, bercerita)	3, 7, 11, 12, 15, 18	2, 5, 6, 14
		Dukungan emosional dan kasih sayang	4, 8, 10, 13, 15, 17, 19	1, 9, 16
2.	<i>Accessibility</i>	Ketersediaan fisik ayah di rumah	20, 26	34
		Aksesibilitas	22, 26, 24, 25	21, 23

No	Aspek	Indikator	No Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
		emosional dan kehadiran saat dibutuhkan		
3.	<i>Responsibility</i>	Partisipasi ayah dalam pengambilan keputusan dan perencanaan	33, 35, 37, 41, 42	34, 36, 38, 39, 40
		Pemenuhan kebutuhan materi dan emosional	28, 29, 30, 31, 32	
Total			42	

Selanjutnya, skala strategi *coping* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *The Frech Ways of coping Checklist* (WCC-R). Skala ini berasal dari Lazarus & Folkman kemudian disahkan oleh Vitaliano (1985). Berikut adalah kisi-kisinya :

Tabel 2. Kisi-Kisi Strategi *Coping*

No	Bentuk	Aspek	Indikator	No Item	
				<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
1.	<i>Problem focused coping</i>	<i>Plainful problem solving</i>	a. Fokus pemecahan masalah b. Membuat alternatif pemecahan masalah	1, 2, 3, 4, 5	
		<i>Confrontative</i>	a. Mencari	6, 7, 8	9

No	Bentuk	Aspek	Indikator	No Item	
				<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
		strategi <i>coping</i>	penyebab masalah b. Mengubah cara berfikir c. Melakukan sesuatu untuk menyelesaikan d. Berjuang untuk menyelesaikan		
2.	<i>Emotion focused coping</i>	<i>Distancing</i>	a. Menciptakan pandangan yang positif terhadap masalah b. Menganggap tidak pernah terjadi masalah	11	10
		<i>Self control</i>	a. Menyimpan perasaan di dalam hati b. Melakukan intimasi ketika melakukan pemecahan masalah	12, 13	
		<i>Seeking social support</i>	a. Membicarakan masalah pada orang lain b. Mengharap	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	

No	Bentuk	Aspek	Indikator	No Item	
				<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
			simpati dari orang lain c. Meminta saran kepada orang lain		
		<i>Accepting Responsibility</i>	a. Melakukan intropeksi b. Mencoba untuk tidak melakukan kesalahan di masa datang	21	22
		<i>Escape avoidance</i>	a. Istirahat dan pasrah akan membuat masalah menjadi baik b. Semua yang terjadi akibat kesalahan orang lain		23, 24
		<i>Positif reappraisal</i>	a. Lebih banyak berdoa dan beribadah b. Masalah yang ada lebih digunakan untuk pengalaman	25	

### 3.6 Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk memastikan bahwa alat ukur dalam bentuk kuesioner atau instrumen lainnya mampu mengukur konsep yang dimaksud secara tepat. Instrumen dianggap valid apabila tingkat ketelitian dan ketepatan pengukuran dapat diandalkan dan dapat mengukur apa yang diinginkan (Sugiyono, 2017). Validitas internal diuji menggunakan validitas butir soal, pengujian ini memastikan bahwa setiap butir soal yang digunakan adalah sah atau valid. Validitas instrumen dalam penelitian ini diuji menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, dengan bantuan aplikasi komputer SPSS *for window*. Rumus *Pearson Product Moment* adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

Rxy	= Koefisien korelasi antara x dan y
N	= Jumlah subjek
$\sum xy$	= Jumlah perkalian antara skor x dan skor y
$\sum x$	= Jumlah total skor x
$\sum y$	= Jumlah total skor y
$\sum x^2$	= Jumlah dari kuadrat x
$\sum y^2$	= Jumlah dari kuadrat y

Uji ahli instrument penelitian dilaksanakan pada tanggal 8 Juli 2025 sampai dengan 17 Juli 2025, peneliti memberikan instrumen penelitian kepada dosen ahli yaitu Bapak Muhammad Ubaidillah, M., Pd, Ibu Rizki Maulita, M.Pd, dan Ibu Fitri Yulianti, M.Pd. Instrumen yang diuji sudah dinyatakan layak digunakan sebagai alat ukur setelah mendapat revisi dan perbaikan.

#### 3.6.1 Uji Validitas Skala *Fatherless*

Dalam uji validitas instrumen skala *fatherless* dengan rumus *Korelasi Pearson* menggunakan aplikasi SPSS 25 terdapat responden berjumlah 40 dan signifikansi 5%, didapatkan r tabel pada signifikansi 5% yaitu 0,312. Hasil validitas skala *fatherless* sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Skala *Fatherless*

Item	r hitung	r tabel	Kesimpulan
P1	.779**	0,312	Valid
P2	.665**	0,312	Valid
P3	.754**	0,312	Valid
P4	.787**	0,312	Valid
P5	.792**	0,312	Valid
P6	.772**	0,312	Valid
P7	.807**	0,312	Valid
P8	.745**	0,312	Valid
P9	.591**	0,312	Valid
P10	.712**	0,312	Valid
P11	.740**	0,312	Valid
P12	.695**	0,312	Valid
P13	.773**	0,312	Valid
P14	.707**	0,312	Valid
P15	.626**	0,312	Valid
P16	.692**	0,312	Valid
P17	.796**	0,312	Valid
P18	.707**	0,312	Valid
P19	.648**	0,312	Valid
P20	.834**	0,312	Valid
P21	.766**	0,312	Valid
P22	.726**	0,312	Valid
P23	.734**	0,312	Valid
P24	.735**	0,312	Valid
P25	.792**	0,312	Valid
P26	.691**	0,312	Valid
P27	.705**	0,312	Valid
P28	.641**	0,312	Valid
P29	.701**	0,312	Valid
P30	.767**	0,312	Valid
P31	.709**	0,312	Valid
P32	.765**	0,312	Valid
P33	.685**	0,312	Valid
P34	.713**	0,312	Valid
P35	.686**	0,312	Valid
P36	.689**	0,312	Valid
P37	.765**	0,312	Valid
P38	.669**	0,312	Valid
P39	.756**	0,312	Valid
P40	.729**	0,312	Valid

Item	r hitung	r tabel	Kesimpulan
P41	.742**	0,312	Valid
P42	.667**	0,312	Valid

### 3.6.2 Uji Validitas Skala Strategi *Coping*

Dalam uji validitas instrumen skala *fatherless* dengan rumus *Korelasi Pearson* menggunakan aplikasi SPSS 25 dengan responden berjumlah 40 dan signifikansi 5%, didapatkan r tabel pada signifikansi 5% yaitu 0,312. Hasil validitas skala strategi *coping* sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Skala Strategi *Coping*

Item	r hitung	r table	Kesimpulan
P1	.703**	0,312	Valid
P2	.716**	0,312	Valid
P3	.775**	0,312	Valid
P4	.705**	0,312	Valid
P5	.701**	0,312	Valid
P6	.797**	0,312	Valid
P7	.785**	0,312	Valid
P8	.724**	0,312	Valid
P9	.754**	0,312	Valid
P10	.759**	0,312	Valid
P11	.656**	0,312	Valid
P12	.712**	0,312	Valid
P13	.754**	0,312	Valid
P14	.802**	0,312	Valid
P15	.754**	0,312	Valid
P16	.712**	0,312	Valid
P17	.697**	0,312	Valid
P18	.669**	0,312	Valid
P19	.594**	0,312	Valid
P20	.785**	0,312	Valid
P21	.695**	0,312	Valid
P22	.653**	0,312	Valid
P23	.716**	0,312	Valid
P24	.767**	0,312	Valid
P25	.586**	0,312	Valid

### 3.7 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah prosedur statistic yang digunakan untuk mengukur konsistensi atau keandalan suatu instrumen penelitian. Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi hasil suatu alat ukur jika digunakan berulang kali dalam kondisi yang sama. Instrumen dikatakan reliabel jika memberikan hasil yang konsisten pada waktu yang berbeda. Reliabilitas sering diukur menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*, di mana nilai di atas 0,6 menunjukkan bahwa instrumen tersebut *reliable*.

Untuk mengukur reabilitas data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan uji Cronbach Alpha dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\Sigma \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

Keterangan :

- r<sub>11</sub> = reliabilitas instrumen
- k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal
- $\Sigma \sigma_b^2$  = jumlah varians butir
- $\sigma_1^2$  = varians total

Tabel 5. Klasifikasi Reliabilitas

Besarnya Nilai Reliabilitas	Interpretasi
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Tinggi
0,80-1,00	Sangat Tinggi

#### 3.7.1 Uji Reliabilitas Skala *Fatherless*

Berdasarkan perhitungan reliabilitas skala *fatherless* menggunakan rumus dari *Alpha Cronbach*, diketahui bahwa perhitungan reliabilitasnya dari skala *fatherless* sebesar 0,978, dinyatakan *reliable* dan layak digunakan karena memiliki *Cronbach Alpha*  $0 > 0,06$  dan masuk ke dalam klasifikasi sangat tinggi.

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Fatherless*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.978	42

### 3.7.2 Uji Reliabilitas Skala Strategi *Coping*

Berdasarkan perhitungan reliabilitas skala strategi *coping* menggunakan rumus dari *Alpha Cronbach* diketahui bahwa perhitungan reliabilitasnya dari skala strategi *coping* sebesar 0,960, dinyatakan reliable karena memiliki *Cronbach Alpha*  $0 > 0,06$  dan masuk ke dalam klasifikasi sangat tinggi.

Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Strategi *Coping*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.960	25

### 3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2013).

Analisis dalam penelitian ini menggunakan regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa. Uji normalitas dan linearitas dilakukan sebelum analisis regresi, dan uji hipotesis dilakukan untuk melihat pengaruh *fatherless* terhadap penggunaan strategi *coping*.

#### 3.8.1 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari sampel penelitian terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas dalam

penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi komputer SPSS *for windows*.

Uji Kolmogorov-Smilnov adalah salah satu teknik statistic yang digunakan untuk menguji apakah distribusi data dalam sampel mengikuti distribusi normal. Uji ini sangat umum digunakan dalam penelitian kuantitatif, terutama saat jumlah sampel lebih dari 50 responden. Jika nilai p-value  $>0,05$  maka data berdistribusi normal, dan jika nilai p-value  $<0,05$  maka data berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,78594558
Most Extreme Differences	Absolute	,062
	Positive	,036
	Negative	-,062
Test Statistic		,062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan uji normmalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov terhadap unstandardized residual diketahui nilai signifikansi  $p=0,200$ ;  $> p=0,05$ , maka residual terdistribusi normal. Artinya, asumsi normalitas terpenuhi.

### 3.8.2 Uji Linearitas

Uji linearitas adalah digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) bersifat linear atau tidak. Uji ini penting dilakukan sebelum melakukan analisis regresi linear, karena asumsi dasar dari regresi linear adalah bahwa hubungan antara variabel harus linear. Jika hubungan tidak linear, maka model regresi linear tidak dapat digunakan secara valid.

Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan uji F (ANOVA) untuk mengevaluasi apakah model linear sesuai dengan data. Jika hasil

uji menunjukkan bahwa hubungan antar variabel tidak berbeda secara signifikan dari linearitas, maka data memenuhi asumsi linearitas

Tabel 9. Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Strategi Coping * Fatherless	Between Groups	(Combined)	8236,027	55	149,746	5,957	,000
		Linearity	7074,488	1	7074,488	281,423	,000
		Deviation from Linearity	1161,539	54	21,510	,856	,709
		Within Groups	1106,083	44	25,138		
Total			9342,110	99			

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui Sig. deviation from linearity sebesar  $0,709 > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan antara variabel independent (X) dengan variabel dependent (Y) terdapat hubungan yang linear.

### 3.8.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah dugaan sementara yang harus diuji melalui pengumpulan data dan analisis statistik. Hipotesis yang diterima atau ditolak ditentukan berdasarkan hasil uji statistik dengan tingkat signifikansi tertentu, seperti 0,05. Proses uji hipotesis dilakukan untuk menguji kebenaran hubungan atau perbedaan antar variabel yang diajukan dalam bentuk dugaan sementara.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh diantara beberapa variabel. Regresi linier sederhana adalah teknik analisis statistik yang digunakan untuk memprediksi nilai variabel dependen (Y), berdasarkan satu variabel independen (X), serta untuk mengukur pengaruh variabel X terhadap Y (Ghozali, 2018). Rumus regresi linier sederhana sebagai berikut :

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Variabel Dependen

- X = Variabel Independen
- a = Intercept, perbedaan besarnya rata-rata variabel Y ketika variabel X = 0
- b = Slope, perkiraan besarnya perubahan nilai variabel Y bila nilai variabel X berubah satu unit pengukuran.

Berdasarkan hasil perhitungan dari SPSS terdapat model persamaan yang bermakna konstanta ( $a$ ) dari persamaan regresi ini menunjukkan nilai sebesar 23,287 artinya ketika tidak terdapat kontribusi variabel *fatherless* (X) maka strategi *coping* (Y) akan bernilai 23,287. Koefisien arah regresi  $bX = 0,411$  koefisien *fatherless* bernilai positif artinya pengaruh searah, setiap peningkatan *fatherless* (X) maka strategi *coping* meningkat. Diperoleh juga nilai R Square sebesar 0,757 atau 75,7%, artinya variabel strategi *coping* (Y) dipengaruhi oleh variabel *fatherless* (X). sedangkan sisanya sebesar 24,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Taraf signifikansi atau linearitas dari regresi kriterianya dapat ditentukan berdasarkan uji nilai signifikansi (Sig.) dengan ketentuan nilai  $p < 0,05$  maka model regresi adalah linear. Dalam penelitian ini diperoleh nilai signifikansi  $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ . Dengan demikian persamaan regresi data penelitian ini adalah signifikan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dalam penelitian ini yang artinya ada pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa.

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Tingkat *fatherless* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung berada pada kategori tinggi berjumlah 54 orang (54%), sedangkan tingkat *fatherless* pada kategori rendah sebanyak 46 orang (46%). Terdapat pengaruh *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Hasil penelitian menunjukkan *fatherless* berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* mahasiswa. Koefisien regresi yang positif menegaskan adanya hubungan searah, di mana semakin tinggi pengalaman *fatherless* yang dialami mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka menggunakan strategi *coping*. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,395. Hal ini berarti 39,5%,7% variasi strategi *coping* dijelaskan oleh *fatherless*, sedangkan sisanya 60,5% dipengaruhi faktor lain. Berdasarkan hasil uji hipotesis dapat kita tarik kesimpulan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternative ( $H_a$ ) diterima. Yang artinya, terdapat pengaruh yang signifikan dan positif dari *fatherless* terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Mahasiswa laki-laki memiliki skor rata-rata *problem-focused coping* yang jauh lebih tinggi (47,85) dibanding *emotion-focused coping* (28,33). Hal tersebut menunjukkan bahwa laki-laki cenderung menghadapi stress dengan berfokus pada penyelesaian masalah secara langsung, misalnya dengan mencari solusi, membuat perencanaan, atau mengambil tindakan nyata untuk mengatasi sumber stress. Mahasiswa perempuan memiliki skor rata-rata *emotion-focused coping* yang lebih tinggi (47,49) dibanding *problem-focused coping* (27,93). Hal tersebut menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung mengelola stress dengan berfokus pada pengaturan emosi, seperti mengekspresikan emosi (menangis, marah, berdiam diri), menyangkal atau menolak kenyataan (*denial*). Mahasiswa dengan tingkat

*fatherless* rendah (N=47) memiliki skor rata-rata strategi *coping* berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) sebesar 42,9362 lebih besar daripada skor strategi *coping* berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*) sebesar 25,2766. Artinya, mahasiswa dengan tingkat *fatherless* rendah cenderung menggunakan strategi *coping Problem-Focused Coping*. Mahasiswa dengan tingkat *fatherless* tinggi (N=53) memiliki rata-rata strategi *coping* berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*) sebesar 51,7547 lebih besar daripada skor strategi *coping* berfokus pada masalah (*problem-focused coping*). Artinya, mahasiswa dengan tingkat *fatherless* tinggi cenderung menggunakan strategi *coping Emotion-Focused Coping*.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa disarankan untuk meningkatkan keterampilan *coping* adaptif dalam menghadapi berbagai tekanan akademik maupun permasalahan pribadi, seperti keterampilan pemecahan masalah, manajemen waktu, dan regulasi emosi. Selain itu, penting bagi mahasiswa untuk lebih terbuka dalam mencari dukungan sosial dari teman, dosen, maupun lingkungan kampus sebagai sumber penguatan psikologis.

### 2. Bagi Dosen Pembimbing Akademik

Dosen pembimbing akademik disarankan untuk lebih memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa yang mengalami keterbatasan dukungan keluarga. Dosen pembimbing akademik dapat memberikan pendampingan melalui komunikasi yang terbuka, arahan akademik yang suportif, serta merujuk mahasiswa yang membutuhkan layanan bimbingan dan konseling. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu mahasiswa mengembangkan strategi *coping* yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan akademik maupun permasalahan pribadi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menggunakan metode kuantitatif dengan satu variabel bebas, sehingga belum menggambarkan pengalaman psikologis individu secara mendalam. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan *mixed method* agar memperoleh data yang lebih komprehensif, serta menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, resiliensi, atau religiusitas agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M. (2010). Studi eksplorasi tentang peran ayah dalam pengasuhan anak usia dini. *Jurnal Spirits*, 1(1), 3-4.
- Aini, N. (2019). Hubungan Antara Fatherless Dengan Self-Control Siswa. *Fakultas psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel*.
- Allen, S., & Daly, K. J. (2007). The effects of father involvement. *An Updated Research Sum*, 603, 1-27.
- Amato, P. R., & Gilbreth, J. G. (1999). Nonresident fathers and children's well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 557-573.
- Anastacia, K. D., & Setiawan, A. I. B. (2024). Strategi coping pada mahasiswa korban perceraian orangtua. *Psycomedia: Jurnal Psikologi*, 3(2), 77-83.
- Ashari, Y. (2018). Fatherless in indonesia and its impact on children's psychological development. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1), 35-40.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2012). *Buku Pedoman Pengelolaan Bina Keluarga Remaja (BKR)*. Jakarta: BKKBN.
- Bowlby, J. (1969). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human*
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Co.
- Fajriyanti, A., & Safitri, D. (2024). Fenomena Fatherless di Indonesia. *The Indonesian Journal of Social Studies*, 7(1), 94-99.
- Fitroh, S. F. (2014). Dampak fatherless terhadap prestasi belajar anak. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 1(2), 83-91.
- Flood, M. (2003). *Fatherhood and fatherlessness*.
- Friedman, J. (1998). *Family nursing: Theory and practice (ed.3)*. California: Appleton & Lange.

- Gita, M. S., & Parapat, A. (2024). Dampak fatherless terhadap kemampuan komunikasi anak usia 5-6 tahun. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 2024, 4.2: 8881-8889.
- Hardiningrum, A., Shari, D., Rihlah, J., & Rulyansah, A. (2024). Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Anak Usia Dini. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 440-423.
- Hart, J. (2002). *The Importance of Fathers in Children's Asset Development*.
- INDRIANA, E., & Argesty, U. F. (2024). *Dampak Fatherless Pada Remaja Akhir Di Desa Gunan Kecamatan Slogohimo, Kabupaten Wonogir*(Doctoral dissertation, UIN Surakarta).
- Junaidah, L. I. E. S. (2024). Pengaruh Fatherless Terhadap Emotional Intelligence Di Moderasi Self-Compassion (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Khasanah, M. (2017). *Strategi Coping Dalam Meminimalisasi Stres Kerja Karyawan Di BMT Mubarakah Kudus* (Doctoral dissertation, STAIN KUDUS).
- Krohne, H. W. (2002). Stress and coping theories. *Int Encyclopedia of the Social Behavioral Sceinces [cited 2021]*.
- Lamb, M. E. (2004). *The Role of the Father in Child Development* (4th ed.). Wiley.
- Lamb, M. E., Pleck, J. H., Charnov, E. L., & Levine, J. A. (1985). Paternal behavior in humans. *American zoologist*, 883-894.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Maramis, W.F. (1998). *Catatan ilmu kedokteran jiwa (ed.8)*. Surabaya : Universitas Airlangga.
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal konseling andi matappa*, 1(2), 101-107.
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal konseling andi matappa*, 1(2), 101-107.
- Masten, A. S. (2001). *Ordinary Magic : Resilience Processes in Development*. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

- McAdoo, J. L. (1993). Understanding Fathers: Human Services Perspectives in Theory and Practice (Brochure) (Family Resource Coalition Report, No. 1, pp. 18-20). *Chicago: Family Resource Coalition.*
- Mitrousi, S., Travlos, A., Kourkia, E., & Zyga, S. (2013). Theoretical Approaches To Coping. *International Journal Of Caring Science.*
- Munijat, S. M. (2017). Pengaruh fatherless terhadap karakter anak dalam perspektif islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 109.
- Nihayati, D. A. (2023). Upaya Pemenuhan Hak Anak Melalui Pencegahan Fatherless. *Equalita: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 5(1), 31-41.
- Ninno, C., Dorosh, P.A., Smith, L.C., & Roy, D.K. (1998). *Floods in bangladesh: Disaster impacts, household coping strategies, and response.* Washinton, D.C. : International Food Policy Research Institute.
- Nurmalasari, F., Fitrayani, N., Paramitha, W. D., & Azzahra, F. (2024). Dampak ketiadaan peran ayah (fatherless) terhadap pencapaian akademik remaja: kajian sistematis. *Predicting the Residual Performance Resource of Pneumatic Tires*, 1(4), 14-14.
- Papalia, D.; E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development.* McGraw-Hill.
- Pleck, J. H. (2010). Revised conceptualization and theoretical linkages with child outcomes. In M. E. Lamb (Ed.), *The role of the father in child development* (5<sup>th</sup> ed.). Hoboken, N.j.: John Wiley & Sons, Inc.
- Pramudito, A. A., Arini, D. P., & Utomo, I. P. B. (2024). Studi Fenomenologis tentang Fatherless pada Narapidana Perempuan. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 8(1), 73-91.
- Putri, S. A. (2020) *Asertivitas pada wanita fatherless* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Rachmawati, T. S., & Rahmasari, D. (2024). Strategi coping remaja akhir yang mengalami fatherless dalam hidupnya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11 (1), 623-643.
- Ramdani, R. A., Rojabi, M. N., Mubarak, M. C., Roihan, R., Fuadi, D. A. R., & Kholis, N. (2024). Strategi Koping Anak Terakhir Dalam Mengatasi

Kehilangan Ayah Dan Kesepian: Sebuah Pendekatan Kualitatif: Last Child Strategy In Overcoming Feelings Of Loneliness And Loss Of Father In A Family Environment That Is Not Intact. *SETARA: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 6(01), 51-64.

- Repositori Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. (n.d.). Strategi *coping* remaja yang mengalami *fatherless*.
- Riani, S. D. (2023). *Dampak Fatherless Terhadap Kondisi Psikologis Remaja di Desa Tanjung Harapan Kecamatan Pangkatan Kabupaten Labuhanbatu* (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan).
- Sandy, Z., Fitria, L., & Yunus, Y. (2024). Analisis Dampak fatherless Terhadap Perkembangan Sosial Remaja di SMKN 3 Padang. *Insan Cendekia: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 1(3), 164-177.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence: perkembangan remaja (Ed.6)*. Jakarta: Erlangga.
- Saragih, Y. E., & Metia, C. (2024). Analisis Dampak Fatherless Terhadap Etika Remaja Awal di Kecamatan Medang Deras. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 21(2), 185-193.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sugiyono, S., & Lestari, P. (2021). Metode penelitian komunikasi (Kuantitatif, kualitatif, dan cara mudah menulis artikel pada jurnal internasional).
- Sundari, A. R., & Herdajani, F. (2013). Dampak fatherless terhadap perkembangan psikologis anak. In *Prosiding seminar nasional parenting (Vol. 260)*.
- Supriadi, E. R., Syahputra, A. W., & Ali, U. (2024). Analisis Dampak Fatherless Terhadap Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Emosional Remaja Kristen GPdI Wilayah I Kota Kupang. *Jurnal Ilmu Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, 5(2), 84-103.
- Taylor, S. E. (2009). *Health Psychology (7th ed.)*. McGraw-Hill.
- TEZA, I. (2023). Pengaruh Fatherless Terhadap Resiliensi Mahasiswa.

- Utami, A. P. (2021). *Analisis Dampak Fatherless Pada Kenakalan Remaja SMAN di Jakarta Timur*(Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Vitaliano, P. P., Russo, J., Carr, J. E., Maiuro, R. D., & Becker, J. (1985). The ways of coping checklist: Revision and psychometric properties. *Multivariate behavioral research*, 20(1), 3-26.
- Wijanarko, J & Setiawati, ES. (2016). *Ayah Baik-Ibu Baik: Parenting Era Digital*. Jakarta Selatan: Keluarga Indonesia Bahagia.
- Yosep, I. (2022). *Adolescent coping strategies with parental absence: A narrative review*. *Indonesian Journal of Midwifery*, 5(2).
- Yuliana, E. L., Khumas, A., & Ansar, W. (2023). Pengaruh fatherless terhadap kontrol diri remaja yang tidak tinggal bersama ayah. *Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 3(5), 65-73.
- Zulkarnaini, F., & Nio, S. R. (2023). Hubungan Fatherless terhadap Kenakalan Remaja pada Siswa SMA X Bengkulu Utara. *Causalita: Journal Of Psychology*, 1(2), 18-25.