

HUBUNGAN KETERLIBATAN AYAH DENGAN KECENDERUNGAN *CODEPENDENCY* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS DIPONEGORO

Aulya Ornella Putri¹, Lusi Nur Ardhiani¹

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

Email: aulyaornellaputri@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara keterlibatan ayah dengan kecenderungan *codependency* pada mahasiswa Universitas Diponegoro. *Codependency* merupakan pola relasi interpersonal yang tidak sehat dan berpotensi dipengaruhi oleh dinamika pengasuhan dalam keluarga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 134 mahasiswa yang diperoleh setelah melalui tahap *data cleaning* terhadap 151 responden awal untuk mengeliminasi bias *straight-lining*. Instrumen yang digunakan adalah Skala Keterlibatan Ayah (32 aitem, $\alpha=0,941$) dan Skala Spann-Fischer *Codependency* (11 aitem, $\alpha=0,720$) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,061$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,482$ ($p > 0,05$). Temuan ini membuktikan bahwa hipotesis penelitian ditolak, sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan ayah dengan kecenderungan *codependency* pada mahasiswa. Tidak adanya korelasi ini diduga berkaitan dengan adanya faktor lain yang turut berperan, seperti pola kelekatan, dinamika keluarga, serta pengalaman relasi dengan teman sebaya dan pasangan romantis. Selain itu, keterlibatan ayah juga tidak hanya berkaitan dengan kuantitas kehadiran, tetapi juga kualitas interaksi yang tidak sepenuhnya terukur dalam penelitian ini.

Kata Kunci: keterlibatan ayah; *codependency*; mahasiswa; *emerging adulthood*.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FATHER INVOLVEMENT AND
CODEPENDENCY TENDENCIES AMONG STUDENTS AT
DIPONEGORO UNIVERSITY**

Aulya Ornella Putri¹, Lusi Nur Ardhiani¹

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java 50725

Email: aulyaornellaputri@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between father involvement and codependency tendencies among students at Diponegoro University. Codependency is a pattern of unhealthy interpersonal relationships potentially influenced by family parenting dynamics. This study employed a quantitative method with a purposive sampling technique. The subjects consisted of 134 students, obtained after a data cleaning process of the initial 151 respondents to eliminate straight-lining bias. The instruments used were the Father Involvement Scale (32 item, $\alpha=0,941$) and the Spann-Fischer Codependency Scale (11 aitem, $\alpha=0,720$), both of which have been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment correlation technique. The results showed a correlation coefficient of $r = -0.061$ with a significance level of $p = 0.482$ ($p > 0.05$). These findings prove that the research hypothesis is rejected, indicating that there is no significant relationship between father involvement and codependency tendencies in students. The absence of this correlation is suspected to be related to other contributing factors, such as attachment patterns, family dynamics, and relationship experiences with peers and romantic partners. Furthermore, father involvement pertains not only to the quantity of presence but also to the quality of interaction, which was not fully measured in this study.

Keywords: father involvement; codependency; students; emerging adulthood.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya semua manusia pasti mengalami tahap perkembangan yang berlangsung sepanjang rentang kehidupan. *Emerging adulthood* merupakan tahap perkembangan yang menandakan masa transisi dari remaja menuju dewasa awal. Tahapan ini memiliki beberapa tugas utama yaitu, eksplorasi identitas, pengembangan kemandirian, eksplorasi dunia kerja, pembentukan pandangan terhadap dunia, dan pembentukan hubungan interpersonal yang lebih matang (Arnett, 2000).

Gala & Kapadia (2013) menyebutkan bahwa memiliki keterikatan yang dekat dengan orang lain memainkan peran yang penting untuk kehidupan dewasa awal. Kualitas hubungan yang sehat sangat berpengaruh terhadap keberjalanan tahapan individu selanjutnya. Maka dari itu, memiliki hubungan yang stabil, memuaskan, dan dekat secara emosional menjadi penting untuk perkembangan psikososial dan kesehatan mental (Permana dkk., 2023).

Tidak semua relasi dapat berjalan dengan sehat dan memberikan kontribusi positif bagi perkembangan individu. Survei yang telah dilakukan di Indonesia oleh Jakpat per November tahun 2023, menunjukkan bahwa responden memiliki relasi yang tidak sehat di berbagai konteks, sebanyak 64,3% dengan pasangan, 44,3% teman, dan 22,7% dengan anggota keluarga. Studi kualitatif yang dilakukan

oleh Lestari dkk. (2024) menunjukkan hasil bahwa individu yang terjebak dalam relasi tidak sehat cenderung untuk menetap karena didasari rasa bersalah, takut kehilangan, kepercayaan yang sudah terbentuk, serta adanya harapan agar orang lain dapat berubah menjadi lebih baik.

Relasi yang tidak sehat dapat berpotensi menimbulkan ketergantungan emosional. Ketergantungan emosional merupakan pola perilaku dimana individu memiliki kebutuhan yang kuat untuk terikat secara emosional dengan orang lain, terus mencari persetujuan, dan rasa aman dari orang lain (Alves dkk., 2023). Bornstein (2011) berpendapat bahwa ketergantungan tersebut merupakan manifestasi dari perilaku interpersonal, yang mana individu membutuhkan kehadiran serta validasi dari orang lain. Kondisi tersebut tentu dapat berdampak langsung ke dalam kehidupan individu seperti, sulit untuk mengambil keputusan secara mandiri tanpa persetujuan dari orang lain. Individu dengan ketergantungan emosional sering menunjukkan keinginan yang kuat untuk selalu memiliki hubungan dengan pasangan, kerabat, atau anggota keluarga terkait serta cenderung memposisikan diri sebagai pihak yang kurang dominan dalam suatu hubungan (Castillo-González dkk., 2024).

Fenomena ketergantungan emosional dapat didukung oleh sejumlah data empiris, seperti dalam studi yang dilakukan oleh Arbinaga dkk. (2021), ditemukan bahwa 40,6% responden menunjukkan tingkat ketergantungan emosional yang tinggi, sementara 14,5% ekstrem. Prevalensi yang cukup tinggi menggambarkan bahwa ketergantungan emosional menjadi isu yang cukup umum di kalangan

remaja. Hal tersebut berdampak pada kondisi psikologis individu, yaitu meningkatnya risiko depresi, rendahnya kepercayaan diri, menurunkan kemandirian, dan disfungsi dalam hubungan interpersonal (Espinoza dkk., 2024)

Apabila fenomena tersebut menetap pada jangka waktu yang lama, maka akan berkembang menjadi pola relasi *codependency*. *Codependency* dipersepsikan sebagai bentuk paling ekstrem dari ketergantungan tersebut (Bornstein, 1992). *Codependency* semakin rentan muncul pada masa *emerging adulthood*. Menurut Arnett (2000), fase *emerging adulthood* terjadi di rentang usia 18-25 tahun. Sehingga mahasiswa rawan mengalami pola relasi *codependency*, baik relasi dengan keluarga, teman, maupun pasangan. Terutama mahasiswa yang merantau merasakan kehilangan akan dukungan emosional secara langsung dari keluarga, sehingga mereka cenderung lebih bergantung pada relasi di luar keluarga untuk memenuhi dukungan emosionalnya (Ali dkk., 2025).

Mahasiswa Universitas Diponegoro dipilih sebagai subjek penelitian atas beberapa pertimbangan. Pertama, mahasiswa UNDIP berada pada rentang usia *emerging adulthood* (18–25 tahun) yaitu merupakan fase dimana individu sedang aktif membentuk hubungan interpersonal yang lebih matang (Arnett, 2000). Pada fase ini, individu memiliki risiko terhadap pengembangan masalah relasional (Ali dkk., 2025). Kedua, sebagai perguruan tinggi negeri terkemuka di Indonesia yang mahasiswanya berasal dari berbagai daerah, UNDIP menyediakan populasi yang heterogen dengan variasi latar belakang keluarga yang cukup luas, termasuk variasi dalam pengalaman keterlibatan ayah sehingga memungkinkan penelitian ini

menangkap keragaman terkait pengalaman keterlibatan ayah. Ketiga, terbatasnya penelitian yang mengkaji *codependency* pada konteks mahasiswa di Indonesia, khususnya di lingkungan akademik UNDIP, menjadikan penelitian ini relevan sebagai kontribusi awal dalam literatur psikologi keluarga di seting perguruan tinggi.

Disfungsi keluarga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan tingginya tingkat *codependency* pada mahasiswa (Chang, 2018). Selain itu jika dilihat dari konteks nilai budaya, masyarakat Asia menganut kolektivisme yang menekankan orientasi terhadap orang lain serta interdependensi yang tinggi (Chang, 2010). Oleh karena itu, keadaan tersebut berkontribusi dalam peningkatan terjadinya *codependency*. *Codependency* didefinisikan oleh Fischer dkk. (1991) sebagai pola relasi disfungsional yang ditandai dengan fokus ekstrem di luar diri sendiri, sulit mengekspresikan perasaan, dan pencarian makna serta tujuan hidup (*sense of purpose*) melalui hubungan dengan orang lain. Selaras dengan definisi diatas, Happ dkk. (2023) juga mengidentifikasi *codependency* dengan penekanan akan kebutuhan diri dan pengabaian batasan pribadi di berbagai konteks relasi, termasuk relasi kepada pasangan, keluarga, dan pertemanan. Dengan demikian, *codependency* dalam penelitian ini dipahami sebagai kecenderungan relasional yang bersifat umum dan tidak terbatas pada satu jenis hubungan tertentu. Kecenderungan tersebut dapat tercermin dalam berbagai hubungan interpersonal yang dimiliki individu, baik dalam konteks keluarga, pertemanan, maupun hubungan romantis.

Dalam penelitian ini, *codependency* dipahami sebagai kecenderungan relasi yang dapat dimiliki individu dalam tingkat yang berbeda-beda dan bukan sebagai suatu diagnosis klinis. Dear dan Roberts (2005) menjelaskan bahwa *codependency* lebih tepat dipandang sebagai karakteristik interpersonal yang dapat ditemukan di berbagai kelompok masyarakat, termasuk populasi umum seperti mahasiswa. Marks dkk. (2012) mendukung pandangan dengan mengemukakan bahwa kecenderungan *codependency* tersebar pada populasi umum yang mengindikasikan bahwa karakteristik tersebut dapat muncul pada setiap individu dengan intensitas yang beragam, mulai dari tingkat rendah hingga tinggi. Berdasarkan pendapat tersebut, penelitian ini menempatkan *codependency* sebagai kecenderungan relasional yang relevan untuk diteliti pada mahasiswa sebagai bagian dari populasi umum, dan tidak semata-mata diposisikan sebagai suatu kategori diagnostik klinis.

Terdapat beberapa aspek *codependency* mengacu dari definisi Fischer (1991) yang dapat membentuk pola relasi *codependency*, diantaranya adalah fokus ekstrem di luar diri sendiri, kesulitan dalam mengekspresikan perasaan, dan pencarian tujuan (*sense of purpose*) dari hubungan dengan orang lain. *Codependency* memberikan dampak destruktif yang dapat menyebabkan gangguan psikosomatik dan mengganggu proses adaptasi (Lymanikina, 2023). Selain itu, *codependency* dapat mengakibatkan beban fisik dan emosional yang berat seperti, stres dan kecemasan (Cassandra Borges dkk., 2016). Selanjutnya, penelitian yang sudah dilakukan oleh Backe dkk. (1994) memberikan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *codependency* dan depresi pada individu, hal tersebut menjelaskan bahwasannya apabila semakin tinggi tingkat *codependency* pada individu maka

individu tersebut cenderung mengalami tingkat depresi yang tinggi pula. Berdasarkan dampak yang sudah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa fenomena *codependency* menyebabkan beban yang signifikan terhadap kesehatan mental dan fisik pada individu.

Individu yang sedang berada pada masa transisi ini diharapkan dapat mulai mengembangkan kemandirian secara psikologis dan juga sosial. Tahap ini menuntut individu untuk dapat mengembangkan otonomi serta menentukan jalan hidup mereka (Copeland dkk., 2025). Kemandirian yang menjadi fokus utama dalam tahap ini sangat dipengaruhi oleh sumber daya psikologis, seperti dukungan sosial dan ikatan keluarga yang masih kuat (Melendro dkk., 2020). Maka dari itu, dinamika keluarga serta lingkungan sosial memiliki pengaruh untuk menentukan tercapainya tugas dalam fase transisi ini. Namun sebaliknya, apabila dinamika tersebut tidak berjalan secara optimal, maka akan menjadi pemicu dari munculnya pola *codependency*. Faktor-faktor yang berkontribusi di antaranya adalah pola kelekatan, lingkungan sosial budaya, dan disfungsi keluarga (Ançel & Kabakçi, 2009; Chang, 2015; Crothers & Warren, 1996).

Rosenberg dan Wilcox (dalam Papaleontiou-Louca & Al Omari, 2020) berpendapat bahwa ayah memiliki peran untuk mendorong anak menjadi lebih mandiri dan eksploratif. Menurut penelitian Paramitha dan Hendriani (2023), keterlibatan ayah yang tinggi mampu menstimulasi remaja untuk melakukan pengembangan aspek sosial-emosional, termasuk kemandirian. Lalu, Rodríguez Ruíz dkk. (2016) mengatakan bahwa keterlibatan ayah yang positif dapat

membentuk kemampuan anak dalam pengendalian dan kemandirian diri. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat meningkatkan kemungkinan masalah psikologis tertentu (Flouri & Buchanan, 2003).

Selain itu, ayah cenderung membangun *activation relationship* dengan anak, yaitu bentuk relasi yang mendorong eksplorasi, keberanian dalam menghadapi risiko, dan kemampuan menyesuaikan diri dengan berbagai situasi sosial di luar keluarga (Paquette, 2004). Kontribusi ini memiliki karakteristik yang berbeda dari peran ibu dan hanya dapat terbentuk melalui relasi langsung antara anak dan ayah. Pengalaman tersebut berperan dalam membantu anak mengembangkan otonomi diri yang menjadi fondasi penting dalam pembentukan hubungan interpersonal yang sehat.

Grossmann dkk. (2002) dalam studi longitudinalnya yang dilakukan selama 16 tahun menemukan bahwa kelekatan ayah dan anak meBerdasamiliki karakteristik yang unik, terutama melalui *sensitive and challenging play* yang secara independen memprediksi representasi kelekatan anak di masa dewasa. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki peran dalam bagaimana individu memahami diri sendiri serta menjalin hubungan dengan orang lain.

Namun perlu diketahui bahwa keterlibatan ayah tidak cukup dipahami hanya dari dimensi kuantitatif, yaitu seberapa sering ayah hadir secara fisik. Pleck (2012) menekankan bahwa dampak keterlibatan ayah terhadap perkembangan anak justru lebih banyak ditemukan ketika keterlibatan didefinisikan sebagai kualitas relasi yang mencakup kehangatan, responsivitas, dan keterlibatan emosional bukan hanya

frekuensi kehadiran. Anak yang tinggal bersama ayah secara fisik tidak selalu mendapatkan dampak positif jika tidak disertai keterlibatan emosional yang bermakna, sementara ayah yang tidak tinggal bersama pun berpotensi membangun hubungan berkualitas dengan anak (Jessee & Adamsons, 2018).

Oleh karena itu, penelitian ini memandang keterlibatan ayah sebagai konsep multidimensional yang tidak hanya meliputi interaksi langsung, melainkan juga aspek afektif, kognitif, moral, serta perilaku tidak langsung (Hawkins dkk., 2002). Sejalan dengan hal tersebut, Feliciano dan Nurdibyanandaru (2020) menyebutkan bahwa keterlibatan ini mengacu pada partisipasi aktif ayah dalam proses pengasuhan, baik melalui tindakan nyata maupun empati.

Berdasarkan perspektif teori perkembangan, pembentukan pola relasi individu pada masa *emerging adulthood* tidak dapat dipisahkan dari pengalaman relasi sebelumnya. Menurut Erikson (1968) kemampuan individu untuk mencapai keberhasilan pada tahap *intimacy vs isolation* dipengaruhi oleh pengalaman relasional yang telah dibangun dengan figur signifikan sepanjang proses perkembangan. Salah satu pengalaman relasional yang berperan penting adalah keterlibatan ayah, yang mana kualitas relasi ayah dan anak selama masa perkembangan dapat memengaruhi perilaku dan kepribadian individu di masa dewasa. Menurut Anderson dan Sabatelli (2007) saat individu mulai memasuki tahap dewasa awal (*emerging adulthood*), pola hubungan orang tua dan anak mengalami reorganisasi peran dari pola yang hierarkis menjadi relasi yang lebih setara, sehingga hubungan orang tua dan anak pada masa *emerging adulthood*

bersifat dinamis dan mengalami penyesuaian terus menerus. Dengan demikian, persepsi individu terhadap keterlibatan ayah yang dirasakan saat ini tetap relevan karena mencerminkan kualitas hubungan ayah dan anak yang masih berlangsung dan terus mengalami perkembangan serta penyesuaian.

Di Indonesia, tingkat keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak masih cenderung rendah. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan data UNICEF tahun 2021 yang dikutip oleh ANTARA *News* pada tahun 2021 bahwa 20,9% anak Indonesia kehilangan peran dan keterlibatan ayah dalam kehidupan sehari-hari mereka, serta Badan Pusat Statistik (BPS) mengatakan bahwa hanya sekitar 37,17 % anak Indonesia yang mendapatkan pengasuhan secara penuh dari kedua orang tuanya. Hasil tersebut dapat berperan dalam timbulnya dinamika dalam pola relasi yang tidak sehat, termasuk kecenderungan *codependency*.

Tingginya risiko dari *codependency* terutama pada masa *emerging adulthood* menjadi isu yang penting untuk dikaji, mengingat bahwa *emerging adulthood* merupakan periode transisi yang riskan mengalami berbagai masalah psikologis dan relasi. Kaya dkk. (2024) dalam artikelnya membahas bahwa individu yang mengalami *codependency* seringkali mengalami masalah mengenai keterbatasan dalam menciptakan relasi yang sehat serta kecenderungan dalam adiksi dan perilaku maladaptif. Salah satu pemicu utama dalam munculnya *codependency* adalah pola asuh dan keterlibatan orang tua, pola asuh otoriter yang cenderung tidak menunjukkan kehangatan dapat berkontribusi dalam peningkatan risiko terjadinya *codependency* pada anak (Fischer & Crawford, 1992). Temuan-temuan di atas

menggambarkan bahwa *codependency* yang terjadi pada konteks mahasiswa terbentuk dari pengalaman dinamika keluarga yang mereka alami.

Secara umum, penelitian sebelumnya hanya mengkaji hubungan gaya pengasuhan dengan *codependency* atau memfokuskan peran ayah dengan aspek psikologis lain seperti *self-esteem*, kelekatan, dan regulasi emosi. Sağkal dkk. dalam Semešiová dkk. (2024) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara keterlibatan ayah yang mendukung dengan kesehatan psikologis, harga diri, dan kesejahteraan emosional remaja. Rohner dan Veneziano dalam Semešiová dkk. (2024) mengatakan bahwa hubungan dekat antara ayah dan anak dapat memberikan dampak positif pada kesejahteraan subjektif, perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. Studi yang mengkaji secara spesifik hubungan antara keterlibatan ayah dan kecenderungan *codependency* pada masa *emerging adulthood* masih sangat terbatas.

Keterbatasan empiris tersebut menjadi semakin relevan untuk diisi karena terdapat landasan teoritis yang memprediksi adanya hubungan antara keterlibatan ayah dan kecenderungan *codependency*. Bowlby (1969) menjelaskan bahwa konsistensi figur lekat berkontribusi pada pembentukan *internal working model* yang positif pada anak, yaitu representasi mental terkait diri sendiri dan orang lain yang memengaruhi individu dalam membangun hubungan interpersonal di masa dewasa. Lebih lanjut, Bowlby (1969) menegaskan bahwa figur lekat tidak hanya terbatas pada ibu, sehingga ayah yang terlibat secara aktif berpeluang membentuk *internal working model* yang positif pada anak. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan

ayah berkontribusi terhadap rendahnya harga diri anak yang selanjutnya berkaitan dengan risiko munculnya codependency (Fisher & Beer, 1990; Paramitha & Hendriani, 2023).

Bowen (1978) menjelaskan bahwa ketidakseimbangan dalam sistem emosional keluarga dapat menghambat perkembangan *differentiation of self* pada anak. Hal tersebut juga turut berkontribusi pada munculnya pola *codependency*. Rantai hubungan teoritis ini belum pernah diuji secara empiris, khususnya pada mahasiswa yang berada pada masa *emerging adulthood* di Indonesia. Meskipun Chang (2018) telah mengkaji *codependency* pada mahasiswa menggunakan kerangka *Family System Theory* Bowen, fokus penelitiannya adalah pada *differentiation of self* secara umum tanpa mengidentifikasi kontribusi spesifik keterlibatan ayah sebagai variabel tersendiri. Dengan demikian, terdapat gap empiris dan teoritis yang belum terjawab dalam literatur yang ada, sehingga penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji secara empiris hubungan antara keterlibatan ayah dan kecenderungan codependency pada Mahasiswa Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dengan kecenderungan *codependency* pada Mahasiswa Universitas Diponegoro.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dengan kecenderungan *codependency* pada Mahasiswa Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam memberikan literatur tambahan di bidang Ilmu Psikologi, khususnya di bidang Psikologi Keluarga dan Psikologi Perkembangan yang mengkaji mengenai mengenai Keterlibatan ayah dan juga perkembangan psikologis berupa kecenderungan *codependency*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa terkait risiko *codependency* dan pentingnya peran keluarga, terutama ayah dalam proses perkembangan anak.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran orang tua, terutama ayah atas pentingnya keterlibatan peran ayah terhadap perkembangan psikologis anak.

c. Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam kebijakan internal institusi dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa dan memperluas literatur terkait dinamika keluarga terutama keterlibatan ayah dan *codependency*.

d. Bagi Praktisi Psikologi

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi untuk pengembangan konseling keluarga dan mahasiswa.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar teoritis untuk mengembangkan topik penelitian serupa baik dengan memperluas variabel, memperdalam metode, maupun menerapkan pendekatan berbeda dalam mengkaji dinamika keluarga dan *codependency*.