

Pengaruh Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Mahasiswa *Fatherless*

Shafa Khairunnisa Az Zahra

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, Jakarta Selatan

Email: shafakazzahra02@gmail.com

Lila Pratiwi

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, Jakarta Selatan

Email: Lila.pratiwi@uhamka.ac.id

Article History

Submitted: 23 Mei 2025

Revised: 27 Mei 2025

Accepted: 31 Mei 2025

How to Cite:

Az Zahra, Shafa Khairunnisa dan Lila Pratiwi "Pengaruh Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Mahasiswa *Fatherless*" *NUANSA: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Keagamaan Islam* 22 No. 1 (2025): 32-45.



Abstrak:

The absence of a father role in a child's life is a complex social problem that has a broad impact on the development of students in the early adult phase. Fathers play an important role as caregivers, protectors, and role models in the formation of children's character. However, when the father's presence is not optimal, a condition known as fatherlessness can occur. The purpose of this study is to examine the extent of the influence of resilience on the quality of life in college students who experience fatherlessness. This study involved 129 active university students in Jakarta who experienced fatherlessness and were aged between 18 to 25 years. The method in this study uses a quantitative approach with incidental sampling techniques. The research instruments consisted of the Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with reliability ($\alpha = 0.907$) and the Indonesian Quality of Life Scale ($\alpha = 0.888$). Data were analyzed using simple linear regression test with IBM SPSS version 25. The results of the analysis showed that resilience has a significant positive influence on the quality of life of fatherless students, with a contribution of 16.9%. Therefore, the results of this study emphasize the important role of resilience in improving the quality of life of college students who experience fatherlessness.

Ketidakhadiran peran ayah dalam kehidupan anak adalah permasalahan sosial yang kompleks dan memiliki dampak luas, terhadap perkembangan mahasiswa pada fase dewasa awal. Ayah berperan penting sebagai pengasuh, pelindung, dan panutan dalam pembentukan karakter anak. Namun, ketika kehadiran ayah tidak optimal, kondisi yang dikenal sebagai fatherless dapat terjadi. Tujuan pada penelitian ini adalah menguji sejauh mana pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup pada mahasiswa yang mengalami fatherless. Penelitian ini melibatkan 129 mahasiswa aktif di Jakarta yang mengalami fatherless dan berusia antara 18 hingga 25 tahun. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel secara insidental. Instrumen penelitian terdiri dari Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dengan reliabilitas ($\alpha = 0,907$) dan Skala Kualitas Hidup Indonesia ($\alpha = 0,888$). Data dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan IBM SPSS versi 25. Hasil analisis menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh positif signifikan terhadap kualitas hidup mahasiswa fatherless, dengan kontribusi sebesar 16,9%. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menekankan pentingnya peran resiliensi dalam meningkatkan kualitas hidup mahasiswa yang mengalami fatherless.

Kata Kunci:

Kualitas Hidup; Mahasiswa *Fatherless*; Resiliensi

Pendahuluan

Partisipasi aktif ayah secara terus-menerus dalam mendampingi dan mendukung perkembangan anak, baik dalam aspek fisik maupun emosional merupakan bentuk keterlibatan ayah dalam pengasuhan¹. Ayah yang terlibat tidak hanya berperan dalam

¹ Sri Muliati Abdullah, "Studi Eksplorasi tentang Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak Usia Dini," *Jurnal Spirits* 1, no. 1 (2010): 1–9.

memenuhi kebutuhan materi, tetapi juga menciptakan lingkungan yang nyaman, penuh kasih sayang, serta aman. Kehadiran ayah yang aktif dalam pengasuhan dapat membantu anak merasa dihargai, dicintai, serta membangun kepercayaan diri, dan kestabilan emosional anak. Partisipasi aktif seorang ayah mencakup aspek fisik, emosional, dan kognitif dalam interaksi dengan anak. Keterlibatan ini mencerminkan beberapa fungsi utama, seperti *endowment*, (pengakuan terhadap anak sebagai individu yang berharga), *protection* (melindungi anak dari berbagai ancaman serta turut serta dalam pengambilan keputusan yang memengaruhi kesejahteraan mereka), *provision* (memastikan anak mendapatkan kebutuhan materi yang memadai), dan *formation* (mencakup proses sosialisasi seperti pendidikan, pendisiplinan, dan perhatian) (Berns, 2007)².

Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa terdapat peran ayah yang tidak optimal dalam mendampingi dan mendukung anak, baik dalam pengasuhan maupun dalam berbagai aspek kehidupan, maka dapat dikatakan sebagai fenomena *fatherless*. Bahkan Indonesia tercatat sebagai *Father Country* ke 3 di dunia³. *Fatherless* atau ketidakhadiran ayah adalah fenomena sosial kompleks dengan dampak luas pada individu, keluarga, dan masyarakat⁴. *Fatherless* merupakan kondisi di mana peran ayah tidak terlibat dalam tahapan perkembangan anak. Ketidakhadiran ini bisa berupa absennya secara fisik, kurangnya keterlibatan secara emosional, maupun dukungan psikologis dalam kehidupan anak⁵. *Fatherless* merujuk pada kondisi di mana peran ayah tidak ikut serta dalam proses pengasuhan anak, baik maupun fisik maupun psikologis. Situasi ini bisa disebabkan oleh beragam penyebab, yaitu perceraian atau ketidakhadiran ayah dalam rutinitas harian anak, dan kematian⁶.

Fenomena *fatherless* tidak hanya pada ketidakhadiran ayah dalam keluarga, tetapi juga mencakup kondisi dimana ayah secara fisik hadir namun perannya tidak dijalankan secara optimal⁷. Hal ini bisa saja terjadi pada anak-anak yatim atau anak-anak yang dalam kehidupan sehari-harinya tidak memiliki hubungan dekat dengan ayahnya⁸. Ketidakhadiran peran penting ayah akan memicu terjadinya kesedihan (*sadness*), rasa kehilangan (*lost*), kesepian (*loneliness*), malu (*shame*), ketersinggungan (*lost offense*), kecemburuan (*envy*),

² Dinda Septiani and Itto Nesya Nasution, "Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat dari Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan." *Psychopolitan (Jurnal Psikologi)* 1, no. 1 (2017): 23–30.

³ Arsyia Fajarrini and Aji Nasrul Umam, "Dampak Fatherless Terhadap Karakter Anak Dalam Pandangan Islam." *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 3, no. 1 (2023): 20–28. <https://doi.org/10.32665/abata.v3i1.1425>.

⁴ Romadhona Awallia and Cahniyo Wijaya Kuswanto, "Dampak Fatherless Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 9, no. 1 (2024): 101–112.

⁵ Dwi Dasalinda and Yeni Karneli, "Hubungan Fatherless Dengan Penyesuaian Sosial Remaja: Implementasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah." *Counsnesia: Indonesian Journal of Guidance and Counseling* 2, no. 2 (2021): 98–105. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1461>.

⁶ Firda Nurmalasari, Nurhaliza Fitrayani, Widya Dwi Paramitha, and Fathimah Azzahra, "Dampak Ketidadaan Peran Ayah (Fatherless) terhadap Pencapaian Akademik Remaja: Kajian Sistematis." *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 14. <https://doi.org/10.47134/pip.v1i4.2567>.

⁷ Nurhayani N., "Eksistensi Peran Ayah Dalam Menyiapkan Generasi Muslim yang Shaleh." *Al-Fatih: Jurnal Pendidikan dan Keislaman* (2020).

⁸ Arie Rihardini Sundari and Febi Herdajani, "Dampak Fatherlessness terhadap Perkembangan Psikologis Anak." In *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*, 1689–1699.

kecemasan (*anxiety*), serta ketakutan (*afraid*)⁹, kepercayaan diri yang rendah (*self-confident*), dan harga diri yang rendah (*self-esteem*)¹⁰. Dampak dari tidak hadirnya ayah dapat berlangsung jangka panjang, mulai dari masa anak-anak hingga fase dewasa awal atau mahasiswa.

Mahasiswa menuju kedewasaan merupakan periode penting dalam pencarian identitas, kemandirian, dan pembentukan hubungan interpersonal¹¹. Perkembangan dewasa awal (*emerging adulthood*) merupakan fase transisi yang berlangsung dalam rentang usia sekitar 18 hingga 25 tahun, di mana individu menghadapi berbagai perubahan signifikan dalam aspek kehidupan, seperti aspek kognitif, emosional, dan sosial¹². Pada tahap ini, individu berada dalam proses eksplorasi identitas, khususnya dalam menentukan jalur karier, membangun hubungan interpersonal yang lebih mendalam, serta mengembangkan kemandirian dalam aspek finansial, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, kehadiran peran ayah yang tidak optimal atau bahkan ketidakhadirannya dapat mempengaruhi perkembangan mereka, seperti mahasiswa mungkin mengalami kesulitan dalam mengatur emosi dan membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Mereka juga bisa menghadapi masalah dengan rasa percaya diri yang rendah, kecemasan, atau kesepian. Kondisi ini berdampak pada aspek psikologis mereka dan ketidakhadiran ayah dapat memengaruhi kualitas hidup mereka sebagai individu dewasa.

Kualitas hidup merupakan cara seseorang menilai kesejahteraannya secara keseluruhan¹³. Hal ini mencakup bagaimana pandangan subjektif individu tentang posisi mereka dalam hidup, yang turut dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk kesehatan fisik dan mental, hubungan sosial dan lingkungan, serta nilai-nilai dan tujuan hidup yang mereka percayai. Selain itu, kualitas hidup didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap aspek-aspek penting dalam kehidupannya saat ini¹⁴. Lebih spesifik, kualitas hidup merujuk pada evaluasi subjektif individu terhadap posisinya dalam kehidupan, yang dibentuk oleh tradisi budaya dan nilai-nilai tempat mereka tinggal, serta berkaitan dengan harapan, standar, tujuan, dan hal-hal yang menjadi perhatian individu. Kualitas hidup pada setiap orang berbeda tergantung bagaimana individu menyikapi permasalahan dalam hidupnya¹⁵. Dengan demikian, kualitas hidup tidak hanya bebas dari penyakit, melainkan juga seberapa puas dan bahagia seseorang dalam menjalani kehidupannya.

Terdapat faktor kepribadian yang berhubungan positif dengan aspek subjektif dari kualitas hidup, seperti rasa keterhubungan, optimisme, efikasi diri, penguasaan, kekuatan sosial, ketergantungan, hubungan interpersonal, keteguhan identitas, rasa syukur dalam

⁹ Harriet Lerner, "Losing a Father Too Early." *Psychology Today*, November 2011, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-dance-connection/201111/losing-father-too-early>.

¹⁰ Arie Rihardini Sundari and Febi Herdajani, "Dampak Fatherlessness terhadap Perkembangan Psikologis Anak." In *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*, 1689–1699.

¹¹ Jean Michelle Madeline Sallata and Arthur Huwae, "Resiliensi dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 2, no. 5 (2023): 2103–2124.

¹² Santrock, John W. *Life-Span Development*. 17th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2018.

¹³ World Health Organization. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. WHO/MSA/MNH/PSF/97.4. Geneva: World Health Organization, 1997.

¹⁴ Latifa Resmiya and Ifa H. Misbach, "Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia." *Jurnal Psikologi Insight* 3, no. 1 (2019).

¹⁵ Nenis Digdyani and Dian Veronika Sakti Kaloeti, "Hubungan Antara Regulasi Diri dan Resiliensi dengan Kualitas Hidup pada Perawat Rumah Sakit Swasta X di Kota Semarang." *Jurnal Empati* 7, no. 3 (2020): 1013–1019. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21848>.

berbagai situasi, ketahanan (*resilience*), dan kekuatan karakter¹⁶. Pada penelitian sebelumnya menyatakan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan kualitas hidup secara keseluruhan, seperti aspek psikologis, fisik, sosial, dan lingkungan¹⁷.

Resiliensi termasuk salah satu faktor yang berkontribusi positif terhadap kualitas hidup. Resiliensi bukan hanya sekadar ciri khas kepribadian, tetapi juga mencakup pikiran, perilaku, atau tindakan yang dapat dipelajari oleh semua orang¹⁸. Resiliensi merupakan cara seseorang untuk bertumbuh dan berkembang ketika menghadapi kesulitan, serta memiliki kemampuan yang tetap stabil dalam mengatasi permasalahannya¹⁹. Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan diri, menghadapi, serta pulih dari kondisi sulit atau tantangan dalam hidup²⁰. Resiliensi dapat mengubah pandangan individu mengenai tekanan yang dihadapinya dengan cara yang berbeda, serta meningkatkan perasaan positif, komitmen, dan semangat dalam menjalani pekerjaan yang dilakukan²¹. Dengan demikian, resiliensi berperan penting dalam membantu individu tidak hanya mengatasi berbagai tantangan, tetapi juga untuk berkembang secara positif dan mempertahankan kestabilan dalam menghadapi kesulitan, yang akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup.

Hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup. Artinya, kemampuan untuk bangkit dari kondisi sulit turut menentukan tingkat kepuasan seseorang terhadap berbagai aspek penting dalam kehidupan²². Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa resiliensi berperan dalam meningkatkan kualitas hidup subjektif. Seseorang yang memiliki resiliensi tinggi cenderung mencerminkan kesejahteraan sosial dan kepuasan hidup yang lebih baik²³. Selain itu, hasil penelitian terdahulu menemukan bahwa resiliensi berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu menghadapi tekanan psikososial, sehingga kualitas hidup tetap terjaga²⁴.

¹⁶ M. Joseph Sirgy, *The Psychology of Quality of Life: Hedonic Well-Being, Life Satisfaction, and Eudaimonia*. Social Indicators Research Series 50. Dordrecht: Springer, 2012.

¹⁷ Dongyun Lee, Boseok Cha, Chul-Soo Park, Bong-Jo Kim, Cheol-Soon Lee, So-Jin Lee, Ji-Yeong Seo, Young Ah Cho, Jong Hun Ha, and Jae-Won Choi, "Effects of Resilience on Quality of Life in Patients with Bipolar Disorder," *Journal of Affective Disorders* 207 (2017): 434–441.

¹⁸ Fatimah Azzahra, "Pengaruh Resiliensi terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 5, no. 1 (2017): 80–96.

¹⁹ Kathryn M. Connor, M.D., and Jonathan R. T. Davidson, M.D., "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)," *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003): 76, <https://doi.org/10.1002/da.10113>.

²⁰ Richard M. Lerner, "Resilience as an Attribute of the Developmental System: Comments on the Papers of Professors Masten & Wachs." *Annals of the New York Academy of Sciences* 1094 (2006): 40–51. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.005>.

²¹ Tjen Jessica Calista and Tri Hardjanti Nugrahaningsih, "Peran Mediasi Eustress pada Pengaruh Resiliensi terhadap Work." *Jurnal E-Bis: Ekonomi-Bisnis* 7, no. 2 (2023): 458–471.

²² Lisyanti and Grace Kilis, "Infertilitas sebagai Stres Kronik: Pengaruh Resiliensi terhadap Kualitas Hidup Perempuan dengan Infertilitas." *Psyche* 165 *Journal* 17 (2024): 207–212. <https://doi.org/10.35134/ipsy165.v17i3.401>.

²³ Dwi Wiwin Primantika and Isbandi Rukminto Adi, "Pengaruh Dukungan Sosial dan Resiliensi terhadap Kualitas Hidup Subjektif Nelayan yang Terdaftar dalam Data P3KE di Kabupaten Pangandaran." *Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos)* 5, no. 1 (2023).

²⁴ Ángela de Lourdes Martín-Pérez, Inés Morán-Sánchez, and Juan José Gascón-Cánovas, "The Impact of Resilience as a Protective Factor on Health-Related Quality of Life's Psychological Dimensions among

Hal tersebut sejalan dengan temuan fenomena yang didapatkan oleh peneliti melalui wawancara sederhana kepada 6 mahasiswa yang mengalami *fatherless*. Hasil wawancara tersebut menyatakan bahwa tidak adanya peran ayah dalam hidupnya mempengaruhi kualitas hidup mereka, seperti merasa kesepian, merasakan kecemburuan, kurangnya kepercayaan diri, tidak adanya tujuan hidup, tidak adanya tempat berlindung, tidak adanya *role model* untuk dijadikan panutan, kehilangan arah, dan mereka mengalami hubungan sosial yang kurang baik. Namun, disisi lain mahasiswa yang mengalami *fatherless* juga menjadikan diri mereka lebih mandiri dan dengan seiring berjalannya waktu dapat merima keadaan sehingga kepercayaan diri lebih meningkat walaupun seringkali mereka sebetulnya masih merasa takut, membutuhkan peran seorang ayah untuk menemani setiap langkah mereka.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji seberapa besar pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup pada mahasiswa *fatherless*. Sementara itu, penelitian tentang *fatherless* masih terbatas di Indonesia²⁵, sehingga penelitian ini bisa memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan literatur ilmiah. Selanjutnya, hasil dari penelitian ini diharapkan turut memberikan implikasi praktis dalam merancang intervensi yang mendukung kesejahteraan mahasiswa *fatherless* melalui peningkatan resiliensi. Penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa terdapat pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup mahasiswa *fatherless*, di mana semakin tinggi resiliensi, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang dirasakannya.

Metode Penelitian

Pendekatan kuantitatif digunakan pada penelitian ini guna menguji pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup pada mahasiswa yang mengalami kondisi *fatherless*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang terdiri atas Skala Resiliensi dan Skala Kualitas Hidup Indonesia. Karakteristik responden dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa aktif, dewasa awal (berusia 18-25 tahun), berkuliah di Jakarta, dan mengalami *fatherless*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*, yaitu meminta kesediaan responden sepanjang sesuai kriteria untuk menjadi subjek dalam penelitian²⁶. Partisipan dalam penelitian ini melibatkan 129 responden yang mengalami *fatherless* pada mahasiswa aktif di Jakarta.

Penelitian ini mengkaji mahasiswa yang mengalami *fatherless*, yaitu kondisi ketidakhadiran peran ayah baik secara fisik (meninggal dunia) maupun fungsional (ayah masih hidup, namun tidak menjalankan perannya secara optimal). Peran ayah yang tidak optimal mengacu pada teori Berns (2007) mengenai keterlibatan antara ayah dan anak dapat mencerminkan beberapa fungsi utama, seperti *endowment*, (pengakuan terhadap anak sebagai individu yang berharga), *protection* (melindungi anak dari berbagai ancaman serta turut dalam pengambilan keputusan yang memengaruhi kesejahteraan mereka), *provision* (memastikan anak mendapatkan kebutuhan materi yang memadai), dan *formation* (mencakup proses

Adolescents Who Experience Peer Victimization.” *Scientific Reports* 12 (2022): 18898. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-23424-1>.

²⁵ Yulinda Ashari, *Fatherless in Indonesia and Its Impact on Children's Psychological Development*. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 15, no. 1 (2018): 35–40.

²⁶ Jelpa Periantalo, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.

sosialisasi seperti pendidikan, pendisiplinan, dan perhatian)²⁷. Keempat fungsi ini diukur melalui empat pernyataan menggunakan skala likert, yaitu 1 (Selalu) hingga 4 (Tidak Pernah). Responden dengan total skor 8-16 dikategorikan sebagai *fatherless* dalam penelitian ini dan menandakan minimnya keterlibatan ayah dalam hidup mereka.

Instrumen penelitian ini menggunakan Skala Resiliensi dan Skala Kualitas Hidup Indonesia yang telah diadaptasi dan diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia. Skala Resiliensi, *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) dari Connor & Davidson (2003)²⁸ yang telah diadaptasi oleh Calista & Nugrahaningsih (2023)²⁹. Dengan tetap merujuk pada jurnal utama, yaitu Connor & Davidson (2003)³⁰ dilakukan ulang reliabilitas dengan responden yang berbeda. Terdapat lima aspek, yaitu aspek pertama mencakup kompetensi personal (*personal competence*), standar yang tinggi (*high standards*), dan keuletan (*tenacity*). Aspek kedua mencakup percaya pada diri sendiri (*trust in one's instincts*), toleransi pada emosi negatif (*tolerance of negative affect*), dan tegar dalam menghadapi stress (*strengthening effects of stress*). Aspek ketiga mencakup penerimaan yang positif terhadap perubahan (*positive acceptance of change*) dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain (*secure relationship*). Aspek keempat kontrol diri (*control*) dan aspek kelima spiritualitas (*spiritual influences*)³¹. Skala ini terdiri dari 25 *item* dan setiap *item* dinilai dengan 5 pilihan jawaban, yaitu 0 (Tidak Benar Sama Sekali) hingga 4 (Benar Hampir Sepanjang Waktu). Berdasarkan hasil uji validitas ditemukan bahwa 25 *item* dinyatakan *valid*. Dengan reliabilitas yang tinggi dengan koefisien Cronbach's alpha sebesar $\alpha = 0,907$.

Skala Kualitas Hidup Indonesia dari Resmiya & Ifa (2019)³², yang terdiri dari 9 faktor, yaitu keagamaan dan spiritualitas, pemaknaan hidup, pencapaian hidup, etos kerja, pendidikan dan ilmu pengetahuan, prososial, hubungan sosial, kesehatan fisik, serta psikologis³³. Skala ini terdiri dari 30 *item* dan setiap *item* dinilai dengan 5 pilihan jawaban, yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai) hingga 5 (Sangat Sesuai). Berdasarkan hasil uji validitas ditemukan bahwa 25 *item* dinyatakan *valid* dan 5 *item* dinyatakan gugur. Dengan reliabilitas yang tinggi dengan koefisien Cronbach's alpha sebesar $\alpha = 0,888$.

²⁷ Dinda Septiani and Itto Nesya Nasution, "Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat dari Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan." *Psychopolitan (Jurnal Psikologi)* 1, no. 1 (2017): 23–30.

²⁸ Kathryn M. Connor, M.D., and Jonathan R. T. Davidson, M.D., "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.

²⁹ Tjen Jessica Calista and Tri Hardjanti Nugrahaningsih, "Peran Mediasi Eustress pada Pengaruh Resiliensi terhadap Work." *Jurnal E-Bis: Ekonomi-Bisnis* 7, no. 2 (2023): 458–471.

³⁰ Kathryn M. Connor, M.D., and Jonathan R. T. Davidson, M.D., "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.

³¹ Kathryn M. Connor, M.D., and Jonathan R. T. Davidson, M.D., "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.

³² Latifa Resmiya and Ifa H. Misbach, "Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia." *Jurnal Psikologi Insight* 3, no. 1 (2019).

³³ Latifa Resmiya and Ifa H. Misbach, "Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia." *Jurnal Psikologi Insight* 3, no. 1 (2019).

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode uji regresi linear sederhana menggunakan IBM SPSS versi 25 untuk Windows. Teknik ini dilakukan untuk menguji pengaruh antara resiliensi dan kualitas hidup.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 129 mahasiswa *fatherless* di Jakarta dengan rentang usia 18–25 tahun. Sebagian besar partisipan berusia 21 tahun, yaitu sebanyak 32,56%. Mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan sebanyak 78 orang (60,47%), sementara partisipan laki-laki berjumlah 51 orang (39,53%). Berdasarkan kondisi *fatherless*, sebanyak 91 partisipan (70,54%) mengalami ketidakhadiran peran ayah secara optimal, baik secara fisik maupun emosional. Sementara itu, 38 partisipan (29,46%) mengalami kehilangan ayah karena telah meninggal dunia. Informasi lebih lanjut mengenai data demografis partisipan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1
Data Demografis Partisipan (N = 129)

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	78	60.47
Laki-laki	51	39.53
Usia		
18	1	0.78
19	9	6.98
20	16	12.40
21	42	32.56
22	41	31.78
23	13	10.08
24	7	5.43
25	0	0
Kondisi <i>Fatherless</i>		
Masih hidup	91	70.54
Meninggal	38	29.46

Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan terlebih dahulu uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Hasil pada Tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,197. Karena nilai $p \geq 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi dan model regresi linear sederhana dapat digunakan secara valid.

Tabel 2
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		RSC_KHI
N		129
Normal parameters	Mean	0000000

	Std. Devition	11.62485778
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.071
	Negative	-.055
Test Statistic		.071
Asymp. Sig. (2-tailed)		.197

Pada tabel 3 model summary menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,411, yang mengindikasikan adanya hubungan positif antara variabel resiliensi dan kualitas hidup pada mahasiswa *fatherless*. Sementara itu, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,169 mengungkapkan bahwa sebesar 16,9% variasi dalam kualitas hidup mahasiswa dapat dijelaskan oleh variabel resiliensi, sementara 83,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kontribusi resiliensi signifikan terhadap kualitas hidup, faktor-faktor eksternal lain juga memainkan peran penting dalam menentukan kualitas hidup pada mahasiswa *fatherless*.

Tabel 3
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.411	.169	.162	11.67054

Berdasarkan hasil analisis ANOVA pada Tabel 4, diperoleh nilai F sebesar 25,783 dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$. Karena $p < 0,05$, maka model regresi dinyatakan signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, variabel resiliensi berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup, serta model regresi layak untuk digunakan dalam menjelaskan hubungan antar variabel.

Tabel 4
ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	3511.648	1	3511.648	25.783	.000
	Residual	17297.577	127	136.201		
	Total	20809.225	128			

Pada tabel 5 Coefficients, nilai koefisien regresi tidak terstandarisasi (B) untuk variabel resiliensi adalah sebesar 0,401 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, hasil ini mengindikasikan adanya pengaruh positif dan signifikan antara resiliensi dan kualitas hidup pada mahasiswa yang tumbuh tanpa kehadiran ayah. Ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin baik pula kualitas hidup yang mereka rasakan.

Tabel 5
Coefficients

Model		Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig
1	(Constant)	54.782	5.666		9.668	.000
	RESILIENCE	.401	.079	.411	5.078	.000

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi memberikan dampak positif dan signifikan terhadap kualitas hidup mahasiswa yang berada dalam kondisi tanpa kehadiran ayah (*fatherless*). Dengan kata lain, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang dirasakannya. Seseorang yang resilien cenderung memandang kehidupan secara optimis, bahkan ketika menghadapi tantangan atau situasi yang sulit. Resiliensi memungkinkan seseorang untuk tetap aktif dalam berbagai kegiatan yang bermakna, seperti menjalin hubungan yang hangat dengan keluarga, teman, dan berpartisipasi dalam komunitas, serta rekreasi (Greenberg, et al, 2019)³⁴. Merujuk pada wawancara yang dilakukan oleh peneliti, terdapat mahasiswa yang mengalami *fatherless* memiliki resiliensi yang baik, dengan menjadikan diri mereka lebih mandiri dan kepercayaan diri meningkat.

Meskipun pengaruh antara resiliensi dan kualitas hidup ditemukan signifikan, dengan nilai koefisien determinasi (*R Square*) didapatkan sebesar 0,169, hal ini menunjukkan kontribusi resiliensi dalam menjelaskan variasi kualitas hidup hanya sebesar 16,9%. Dengan demikian, masih terdapat 83,1% sisanya berasal dari faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan uraian tersebut, bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima, yaitu adanya pengaruh resiliensi terhadap kualitas hidup pada mahasiswa *fatherless*. Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang resilien memiliki kemampuan untuk berpikir positif dan menjaga kestabilan emosi, meskipun menghadapi tantangan akibat ketidakhadiran peran ayah. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa resiliensi berperan signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup, terutama dalam aspek fisik, emosional, dan citra diri³⁵. Hasil penelitian lainnya juga menemukan bahwa resiliensi memiliki peran lebih besar dibandingkan regulasi diri dalam memengaruhi kualitas hidup³⁶. Selain itu, hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa resiliensi dapat berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap tekanan psikososial, dan berperan dalam menjaga aspek psikologis dari kualitas hidup³⁷. Penelitian lain menunjukkan

³⁴ Lisianti and Grace Kilis, "Infertilitas sebagai Stres Kronik: Pengaruh Resiliensi terhadap Kualitas Hidup Perempuan dengan Infertilitas." *Psyche* 165 *Journal* 17 (2024): 207–212. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i3.401>.

³⁵ Hamiki Juliansyah and Eni Nuraeni Nugrahawati, "Pengaruh Resiliensi terhadap Kualitas Hidup pada Penderita Systemic Lupus Erythematosus." *Bandung Conference Series: Psychology Science* 2, no. 1 (2022): 380–386. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.1121>.

³⁶ Nenis Digdyani and Dian Verotika Sakti Kaloeti, "Hubungan Antara Regulasi Diri dan Resiliensi dengan Kualitas Hidup pada Perawat Rumah Sakit Swasta X di Kota Semarang." *Jurnal Empati* 7, no. 3 (2020): 1013–1019. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21848>.

³⁷ Ángela de Lourdes Martín-Pérez, Inés Morán-Sánchez, and Juan José Gascón-Cánovas, "The Impact of Resilience as a Protective Factor on Health-Related Quality of Life's Psychological Dimensions among

bahwa resiliensi memediasi pengaruh negatif dari viktimisasi teman sebaya terhadap kualitas hidup pada remaja, dan pengalaman masa kecil yang positif dapat memperkuat peran resiliensi tersebut³⁸.

Melihat mayoritas partisipan dalam penelitian ini adalah perempuan dan berada pada usia 21 tahun, yaitu fase usia dewasa awal. Pada fase ini, individu berada dalam masa transisi menuju kedewasaan, yang ditandai dengan menentukan masa depan dan mengelola kehidupan. Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa anak yang mengalami *fatherless* atau tidak mendapatkan peran ayah dalam masa perkembangan cenderung mengalami dampak emosi negatif yang terbawa hingga dewasa. Ketidakhadiran peran ayah pada masa tumbuh kembang turut memengaruhi kehidupan anak di usia dewasa awal (Buckley, 2018)³⁹. Ketika pengalaman yang dirasakan meninggalkan kesan negatif, terutama dalam hal pengalaman yang berhubungan dengan keluarga maka akan berkaitan dengan pola penyusuaian dan ketahanan (resiliensi) dengan lingkungan sekitar⁴⁰. Dalam penelitian ini, ketidakhadiran peran ayah pada masa ini dapat menimbulkan tantangan psikologis dan sosial, yang dapat memengaruhi persepsi terhadap kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, resiliensi menjadi kemampuan yang penting dalam membantu mahasiswa untuk bangkit dari keterpurukan dan tetap berkembang secara positif.

Akan tetapi, penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan, yaitu penelitian ini menggunakan teknik *incidental sampling* yang dapat membatasi generalisasi hasil karena sampel hanya diambil dari mahasiswa di Jakarta. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi hanya berkontribusi sebesar 16,9% terhadap kualitas hidup. Hal ini mengindikasikan bahwa masih ada faktor-faktor lain yang kemungkinan besar berpengaruh terhadap kualitas hidup, seperti rasa keterhubungan, optimisme, efikasi diri, kontrol diri, dukungan sosial, hubungan interpersonal, keteguhan identitas, dan kekuatan karakter.

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa resiliensi berperan secara positif dan signifikan terhadap kualitas hidup mahasiswa yang berada dalam kondisi *fatherless*. Temuan analisis menunjukkan bahwa peningkatan tingkat resiliensi seseorang berkorelasi dengan meningkatnya kualitas hidup yang mereka rasakan, terutama bagi mahasiswa yang tidak memiliki peran ayah. Pengaruh positif ini menekankan pentingnya pengembangan keterampilan resiliensi untuk membantu mahasiswa menghadapi tantangan hidup dan membangun kualitas hidup yang lebih baik. Meskipun demikian, hanya 16,9% variasi dalam kualitas hidup dapat dijelaskan oleh variabel resiliensi.

Adolescents Who Experience Peer Victimization.” *Scientific Reports* 12 (2022): 18898. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-23424-1>.

³⁸ Liya Deng, Yang Liu, Hong Wang, Junjie Yu, and Liping Liao, “Resilience Mediates the Effect of Peer Victimization on Quality of Life in Chongqing Adolescents: From a Perspective of Positive Childhood Experiences.” *Frontiers in Psychology* 14 (2023): 1186984.

³⁹ Nurafifa Rachmanulia and Kartika Sari Dewi, “Dinamika Psikologis Pada Anak Perempuan dengan *Fatherless* di Usia Dewasa Awal: Studi Fenomenologis.” *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia* 4 (2023): 88–98.

⁴⁰ Sofi Tri Amalia and Ika Yuniar Cahyanti, “Gambaran Resiliensi Pada Individu Dewasa Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian Orangtua.” *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021): 268–279. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24754>.

Sejalan dengan temuan tersebut, peneliti menyarankan agar institusi pendidikan menyediakan program dukungan psikologis yang dapat membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan resiliensi, seperti pelatihan *mindfulness*, konseling, atau *workshop* yang berfokus pada pengembangan diri. Penelitian lanjutan juga diperlukan untuk mengidentifikasi variabel lain yang berpengaruh terhadap kualitas hidup mahasiswa *fatherless*. Selain itu, penting dilakukan sosialisasi kepada orang tua tentang pentingnya peran mereka dalam pengasuhan anak, agar mereka dapat memberikan dukungan yang tepat bagi anak-anak mereka yang mengalami kondisi *fatherless*. Masyarakat juga perlu meningkatkan kesadaran akan situasi *fatherless* dan dampaknya terhadap perkembangan individu, agar lingkungan yang mendukung dapat tercipta bagi mereka yang mengalami situasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M. "Studi Eksplorasi Tentang Peran Ayah Dalam Pengasuhan Anak Usia Dini." *Spirits* 1, no. 1 (2010): 1–9.
- Amalia, S. T., and I. Y. Cahyanti. "Gambaran Resiliensi Pada Individu Dewasa Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian Orangtua." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021): 268–279. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24754>.
- Arsyia Fajarrini, and A. N. Umam. "Dampak Fatherless Terhadap Karakter Anak Dalam Pandangan Islam." *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 3, no. 1 (2023): 20–28. <https://doi.org/10.32665/abata.v3i1.1425>.
- Ashari, Yulinda. *Fatherless in Indonesia and Its Impact on Children's Psychological Development*. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 15, no. 1 (2018): 35–40. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.6661>.
- Awallia, R., and W. K. Cahniyo. "Dampak Fatherless Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 9, no. 1 (2024): 101–112.
- Azzahra, F. "Pengaruh Resiliensi terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 5, no. 1 (2017): 80–96.
- Calista, T. J., and T. H. Nugrahaningsih. "Peran Mediasi Eustress pada Pengaruh Resiliensi terhadap Work." *Jurnal E-Bis: Ekonomi-Bisnis* 7, no. 2 (2023): 458–471.
- Connor, Kathryn M., and Jonathan R. T. Davidson. "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
- Dasalinda, D., and Y. Karneli. "Hubungan Fatherless Dengan Penyesuaian Sosial Remaja: Implementasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah." *Counsnesia: Indonesian Journal of Guidance and Counseling* 2, no. 2 (2021): 98–105. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1461>.
- Deng, L., Liu, Y., Wang, H., Yu, J., and Liao, L. "Resilience Mediates the Effect of Peer Victimization on Quality of Life in Chongqing Adolescents: From a Perspective of Positive Childhood Experiences." *Frontiers in Psychology* 14 (2023): 1186984.
- Digdyani, N., and D. V. S. Kaloeti. "Hubungan Antara Regulasi Diri dan Resiliensi dengan Kualitas Hidup pada Perawat Rumah Sakit Swasta X di Kota Semarang." *Jurnal Empati* 7, no. 3 (2020): 1013–1019. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21848>.

- Hamiki Juliansyah, and Eni Nuraeni Nugrahawati. "Pengaruh Resiliensi terhadap Kualitas Hidup pada Penderita Systemic Lupus Erythematosus." *Bandung Conference Series: Psychology Science* 2, no. 1 (2022): 380–386. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.1121>.
- Lee, D., B. Cha, C.-S. Park, B.-J. Kim, C.-S. Lee, S.-J. Lee, J.-Y. Seo, Y. A. Cho, J. H. Ha, and J.-W. Choi. "Effects of Resilience on Quality of Life in Patients with Bipolar Disorder." *Journal of Affective Disorders* 207 (2017): 434–441.
- Lerner, Richard M. "Resilience as an Attribute of the Developmental System: Comments on the Papers of Professors Masten & Wachs." *Annals of the New York Academy of Sciences* 1094 (2006): 40–51. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.005>.
- Lerner, Harriet. "Losing a Father Too Early." *Psychology Today*, November 2011. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-dance-connection/201111/losing-father-too-early>.
- Lisyanti, and G. Kilis. "Infertilitas sebagai Stres Kronik: Pengaruh Resiliensi terhadap Kualitas Hidup Perempuan dengan Infertilitas." *Psyche 165 Journal* 17 (2024): 207–212. <https://doi.org/10.35134/ipsy165.v17i3.401>.
- Martín-Pérez, Á., I. Morán-Sánchez, and J. J. Gascón-Cánovas. "The Impact of Resilience as a Protective Factor on Health-Related Quality of Life's Psychological Dimensions among Adolescents Who Experience Peer Victimization." *Scientific Reports* 12 (2022): 18898. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-23424-1>.
- Nurhayani, N. "Eksistensi Peran Ayah Dalam Menyiapkan Generasi Muslim yang Shaleh." *Al-Fatih: Jurnal Pendidikan dan Keislaman* (2020).
- Nurmalasari, F., N. Fitrayani, W. D. Paramitha, and F. Azzahra. "Dampak Ketidadaan Peran Ayah (Fatherless) terhadap Pencapaian Akademik Remaja: Kajian Sistematis." *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2567>.
- Periantalo, J. *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.
- Primantika, D. W., and I. R. Adi. "Pengaruh Dukungan Sosial dan Resiliensi terhadap Kualitas Hidup Subjektif Nelayan yang Terdaftar dalam Data P3KE di Kabupaten Pangandaran." *Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos)* 5, no. 1 (2023).
- Rachmanulia, N., and K. S. Dewi. "Dinamika Psikologis Pada Anak Perempuan dengan Fatherless di Usia Dewasa Awal: Studi Fenomenologis." *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia* 4 (2023): 88–98.
- Resmiya, L., and H. Ifa. "Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia." *Jurnal Psikologi Insight* 3, no. 1 (2019).
- Sallata, J. M. M., and A. Huwae. "Resiliensi dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 2, no. 5 (2023): 2103–2124.
- Santrock, John W. *Life-Span Development*. 17th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2018.
- Septiani, D., and I. N. Nasution. "Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat dari Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan." *Psychopolytan (Jurnal Psikologi)* 1, no. 1 (2017): 23–30.
- Sirgy, M. Joseph. *The Psychology of Quality of Life: Hedonic Well-Being, Life Satisfaction, and Eudaimonia*. Social Indicators Research Series 50. Dordrecht: Springer, 2012.

Sundari, A. R., and F. Herdajani. "Dampak Fatherlessness terhadap Perkembangan Psikologis Anak." In *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*, 1689–1699.

World Health Organization. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. WHO/MSA/MNH/PSF/97.4. Geneva: World Health Organization, 1997.