

Kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan lajang dewasa awal ditinjau dari keakraban dengan Ayah

Maulifa Azzahra Salsabila, Fildzah Malahati, Tri Winarsih

Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Aisyiyah Yogyakarta
Email: maulifaazzahra90@gmail.com, fildzahmalahati@unisayogya.ac.id, triwinarsih@unisayogya.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan lajang dewasa awal yang berusia 18-40 tahun di wilayah Yogyakarta, melibatkan 120 responden yang dipilih melalui teknik accidental sampling dengan pendekatan kuantitatif korelasional melalui pengumpulan data kuesioner yang dianalisis menggunakan Pearson Product Moment. Hasil analisis data mengungkap adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kedua variabel dengan koefisien korelasi $r = -0,994$ dan tingkat signifikansi $p = 0,000 (< 0,05)$, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat keakraban emosional dengan ayah, yang mencakup aspek afeksi, kepercayaan, rasa kebersamaan, serta berbagi waktu dan aktivitas, maka semakin rendah pula tingkat kecemasan menghadapi pernikahan yang dirasakan responden, di mana kecemasan tersebut umumnya berada pada kategori sedang hingga tinggi dengan aspek fisik, behavioral, dan kognitif, sehingga hipotesis penelitian diterima dan memperkuat pemahaman bahwa ikatan ayah dan anak berperan krusial sebagai faktor pelindung dalam membangun ketahanan psikologis serta kesiapan emosional perempuan menghadapi transisi kehidupan pernikahan.

Kata Kunci: Kecemasan menghadapi pernikahan, keakraban dengan ayah, ketahanan emosional, analisis korelasi

Anxiety about marriage among young adult single women in relation to closeness with their Fathers

Abstract

This study aims to determine the relationship between the level of familiarity with the father and anxiety about marriage in young single women aged 18-40 years in the Yogyakarta area, involving 120 respondents selected through accidental sampling techniques with a correlational quantitative approach through questionnaire data collection analyzed using Pearson Product Moment. The results of the data analysis revealed a very strong and significant negative relationship between the two variables with a correlation coefficient of $r = -0.994$ and a significance level of $p = 0.000 (< 0.05)$, indicating that the higher the level of emotional intimacy with the father, which includes aspects of affection, trust, togetherness, as well as sharing time and activities, the lower the level of anxiety about marriage felt by respondents, where anxiety is generally in the moderate to high category with physical, behavioral, and cognitive aspects. Thus, the research hypothesis is accepted and reinforces the understanding that the father-child bond plays a crucial role as a protective factor in building psychological resilience and emotional readiness for women facing the transition to married life.

Keywords: anxiety about marriage, closeness to father, emotional resilience, correlation analysis

1. Pendahuluan

Masa dewasa awal merupakan periode transisi dari masa remaja ke dewasa yang dialami individu pada rentang usia 18-25 tahun (Santrock, 2014). Menurut Erikson, tugas perkembangan utama pada fase ini adalah berusaha berintegrasi dengan orang lain serta membangun keintiman dengan pasangan lawan jenis. Santrock (2008) menjelaskan bahwa keintiman tersebut bertujuan untuk mempersiapkan seseorang menghadapi pernikahan dan membentuk keluarga.

Pernikahan didefinisikan sebagai ikatan lahir batin sekaligus persatuan antara dua individu yang berasal dari keluarga, sifat, kebiasaan, serta budaya yang berbeda (Anjani & Suryanto, 2006). Lewat pernikahan, individu dapat memenuhi berbagai kebutuhan psikologis, seksual, spiritual, dan material. Dari perspektif psikologis, hal ini meliputi pemenuhan kebutuhan akan cinta, keintiman, komitmen, persahabatan, afeksi, kepuasan seksual, serta peluang berkembangnya emosi yang juga menjadi dasar pembentukan identitas diri (Fatayati, 2015).

Salah satu tujuan perkembangan individu pada masa dewasa awal adalah pernikahan. Namun, fenomena yang berkembang menunjukkan bahwa banyak perempuan dewasa awal mengalami kecemasan dan ketakutan saat mempertimbangkan pernikahan. Hal ini sering terlihat melalui media sosial, di mana berbagai konten mengangkat tema "marriage is scary". Banyak perempuan menyuarakan kekhawatiran, seperti ketakutan memiliki suami dengan sifat patriarki, hambatan karier pasca-pernikahan, risiko perselingkuhan, atau ketidakmampuan menjalankan peran istri yang baik. Selain itu, kecemasan juga muncul dari pengalaman pribadi, seperti ketakutan mendapatkan pasangan yang mirip dengan ayah mereka. Fenomena ini kerap terjadi pada perempuan yang memiliki ayah dengan peran kurang aktif atau jarang hadir dalam kehidupan mereka. Sebuah contohnya adalah video yang diunggah akun TikTok @chickennodlee, yang membahas ketakutan anak perempuan terhadap pernikahan akibat pengalaman buruk dengan figur ayah. Fenomena tersebut mencerminkan pengaruh pengalaman masa lalu terhadap kecemasan perempuan dalam menghadapi pernikahan.

Menurut Jeffrey (dalam Annisa & Ifdil, 2016), kecemasan adalah keadaan ketegangan dan kesedihan yang disertai rangsangan fisiologis, di mana seseorang meyakini bahwa sesuatu yang negatif akan terjadi. Penelitian Fadhillah & Afdal (2024) terhadap 75 responden mahasiswa menemukan bahwa kategorisasi kecemasan responden tergolong sedang dengan proporsi 58,69%. Penelitian lain tentang kecemasan dalam persiapan pernikahan pada 36 responden menunjukkan bahwa 13 responden mengalami kecemasan sedang dan satu responden mengalami kecemasan berat (Widaningsih dkk., 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hubungan dekat dengan ayah memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan mental anak perempuan dari masa remaja hingga dewasa awal. Studi O'Gara et al. (2019) menyatakan bahwa keakraban dengan ayah berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan mental anak perempuan. Kedekatan ini berperan penting dalam membantu perempuan mengelola stres, termasuk stres terkait komitmen hubungan romantis atau kecemasan menghadapi pernikahan. Keakraban dengan ayah dapat membangun ketahanan emosional yang membuat mereka lebih siap menghadapi tantangan dalam pernikahan.

Individu yang menghadapi pernikahan dapat mengalami kecemasan, dan hal ini berkaitan erat dengan kesiapan mereka dalam memasuki dunia pernikahan. Kesiapan pernikahan merujuk pada kemampuan individu untuk mempersiapkan diri membangun ikatan sakral lahir batin dengan pasangan sebagai suami istri serta membentuk keluarga. Tugas persiapan pernikahan merupakan aspek krusial dalam membangun kehidupan rumah tangga (Hurlock, 1980).

Studi mengenai hubungan antara keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan ini penting karena mengungkap bagaimana kehadiran dan keterlibatan ayah dapat memberikan dukungan untuk mengembangkan kestabilan emosional yang diperlukan dalam hubungan pernikahan. Keakraban dengan ayah memberikan rasa aman dan kepercayaan diri dalam menjalin komitmen jangka panjang (Sağkal et al., 2018). Dengan demikian, kehadiran ayah yang suportif dapat berfungsi sebagai perlindungan terhadap kecemasan terkait pernikahan.

Sebaliknya, ketidakhadiran atau hubungan yang kurang baik dengan ayah dapat memengaruhi perspektif perempuan dewasa awal terhadap komitmen pernikahan. Tanpa keakraban dengan figur ayah, perempuan cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi terhadap pernikahan karena kurangnya model interaksi positif dan suportif dari figur laki-laki (Fiqrunnisa et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa keakraban dengan ayah menjadi pondasi penting bagi perempuan dalam membangun hubungan yang sehat.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 Oktober 2024 dan 08 Januari 2025. Pada Subjek M, seorang perempuan berusia 21 tahun, mengungkapkan keemasannya terkait pernikahan, terutama tentang bagaimana dia akan menjalani peran sebagai pasangan di masa depan. Subjek merasa bingung dan khawatir karena tidak memiliki gambaran yang jelas tentang bagaimana pernikahan seharusnya berjalan, khususnya dalam hal peran masing-masing pasangan. Kecemasan ini semakin terasa karena hubungan dengan ayahnya semakin menjauh seiring bertambahnya usia. Dulu, ketika masih kecil, subjek sangat dekat dengan ayahnya dan sering menghabiskan waktu bersama. Namun, seiring berjalannya waktu dan memasuki usia dewasa, hubungan mereka menjadi semakin jarang dan tidak seakrab dulu. Kehilangan kedekatan dengan ayah membuat subjek merasa cemas dan tidak yakin dengan perannya dalam pernikahan di masa depan.

Selanjutnya subjek MSZ seorang perempuan berusia 24 tahun. Subjek merasa khawatir tentang pernikahan karena tidak tahu bagaimana menjalani peran sebagai pasangan yang baik. Sejak kecil, subjek sangat dekat dengan ayahnya dan sering menghabiskan waktu bersama. Namun, sekarang hubungan mereka terasa semakin jauh karena subjek merantau dan tidak lagi tinggal bersama ayahnya. Subjek merasa kehilangan kedekatan itu, yang membuatnya semakin cemas tentang pernikahan dan bagaimana menjalani hubungan di masa depan.

Selanjutnya subjek AE berusia 25 tahun mengungkapkan bahwa hubungan dengan ayahnya cukup baik meskipun tidak terlalu dekat karena ayahnya sibuk saat ia kecil. Komunikasi dengan ayahnya cukup rutin, tapi ia merasa kurang nyaman untuk berbagi masalah pribadi dengan ayah. Dalam situasi sulit, ia lebih sering mencari dukungan dari ibu atau saudara. Mengenai pernikahan, subjek melihatnya sebagai hal penting namun menimbulkan kecemasan, terutama terkait tanggung jawab dan apakah ia bisa membina rumah tangga yang harmonis.

Terakhir, subjek SNR berusia 29 tahun menyampaikan dirinya hubungan yang formal dan kurang terbuka secara emosional dengan ayahnya sejak kecil hingga sekarang. Komunikasi dengan ayahnya lebih sering lewat pesan singkat dan hanya obrolan-obrolan singkat dirumah, sehingga jarang menghabiskan waktu bersama secara intens. Ia merasa tidak nyaman berbagi masalah pribadi dan hampir tidak pernah mencari dukungan dari ayah saat menghadapi kesulitan. Pandangannya tentang pernikahan adalah sebagai komitmen seumur hidup yang penting, namun ia merasa cemas tentang penyesuaian dengan pasangan dan takut kehilangan kebebasan setelah menikah.

Keempat subjek, sama-sama menunjukkan kecemasan terkait pernikahan yang dipengaruhi oleh dinamika kedekatan dan komunikasi dengan ayah mereka. Subjek NA (25 tahun) dan MSZ (24 tahun) memiliki pengalaman hubungan yang sempat dekat dengan ayah saat kecil, namun jarak dan kesibukan membuat komunikasi dan kedekatan mereka berkurang, sehingga menimbulkan kekhawatiran tentang kemampuan mereka menjalani peran sebagai pasangan. Sedangkan subjek SNR (29 tahun) dan M (21 tahun) memiliki hubungan yang lebih formal dan kurang terbuka secara emosional dengan ayah, yang membuat mereka merasa kurang nyaman berbagi masalah dan mencari dukungan, sehingga kecemasan mereka terhadap pernikahan lebih terkait dengan ketidakpastian dalam menyesuaikan diri dengan pasangan dan kehilangan kebebasan. Secara keseluruhan, kurangnya kedekatan dan dukungan emosional dari figur ayah berkontribusi pada rasa cemas para subjek dalam menghadapi pernikahan dan peran yang harus dijalani di masa depan.

Penelitian mengenai pengaruh keakraban dengan ayah terhadap kecemasan menghadapi pernikahan ini masih sangat terbatas. Meskipun terdapat berbagai penelitian yang mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pernikahan, seperti berpikir positif, religiusitas, dan perbedaan gender, aspek hubungan spesifik dengan anggota keluarga, khususnya ayah, belum banyak diteliti. Keakraban dengan ayah, yang berpotensi membentuk kepercayaan diri dan kesiapan psikologis perempuan, masih jarang dijadikan fokus dalam studi-studi terkait kecemasan menghadapi pernikahan. Sebelumnya, penelitian-penelitian seperti yang dilakukan oleh Rahmawati (2018), yang menunjukkan bahwa berpikir positif dapat mengurangi kecemasan terhadap pernikahan, atau oleh Faroha (2011) yang meneliti pengaruh religiusitas terhadap kecemasan dalam konteks tertentu, lebih banyak menyoroiti faktor individu atau sosial lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi bagaimana keakraban dengan ayah dapat memengaruhi tingkat kecemasan perempuan dewasa awal dalam menghadapi pernikahan.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, penulis tertarik untuk meneliti mengenai Kecemasan terhadap Pernikahan pada Perempuan Lajang Dewasa Awal Ditinjau dari Keakraban dengan Ayah.

2. Metode

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional untuk menguji hubungan antara keakraban dengan ayah (variabel bebas) dan kecemasan menghadapi pernikahan (variabel terikat) pada perempuan lajang dewasa awal. Ruang lingkup penelitian ini mencakup materi yang berfokus pada kedua variabel tersebut, responden berupa perempuan lajang berusia 20–40 tahun dengan pengalaman interaksi sehari-hari bersama ayah, berdomisili di Yogyakarta, serta pengumpulan data melalui survei kuesioner online kepada responden setempat.

Populasi penelitian terdiri dari perempuan lajang dewasa awal yang belum menikah, berusia 18–40 tahun, dan memiliki pengalaman kebersamaan dengan ayah. Sampel diambil melalui teknik *Non Probability Sampling* dengan *Accidental Sampling*, yang mencerminkan ciri populasi secara keseluruhan atau sebagian.

Data dikumpulkan menggunakan dua skala psikologi yaitu skala kecemasan menghadapi pernikahan (adopsi dari Amanda, 2020, berdasarkan tiga aspek Nevid, 2005 yaitu fisik, behavioral, dan kognitif) yang awalnya 34 aitem menjadi 21 aitem valid setelah uji *try out* dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,962, dan skala keakraban dengan ayah (disusun sendiri berdasarkan empat aspek Prager, 1999 yaitu afeksi, kepercayaan, rasa kebersamaan, berbagi waktu dan aktivitas) yang awalnya 44 aitem menjadi 16 aitem valid setelah uji *try out* dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,969. Skala menggunakan respon Likert 4 poin (Sangat Setuju=4 hingga Sangat Tidak Setuju=1 untuk favorable dan sebaliknya untuk unfavorable), dengan validitas tampak melalui penilaian dosen pembimbing dan reliabilitas diuji menggunakan SPSS 25.0 dengan nilai koefisien alpha >0,865 untuk reliabilitas keseluruhan.

Definisi operasional variabel mencakup kecemasan menghadapi pernikahan sebagai suatu kondisi yang terjadi pada seseorang dalam merespon keadaan sebelum terjadinya pernikahan ataupun menghadapi pernikahan karena merupakan pengalaman yang baru bagi seseorang serta dapat memunculkan ketakutan akibat individu tersebut memikirkan hal yang negatif tentang masa depan. Keakraban dengan ayah didefinisikan sebagai hubungan emosional yang terjalin melalui interaksi yang positif, saling mendukung, dan saling memahami antara ayah dan anak. Keakraban ini tidak hanya melibatkan komunikasi yang baik, tetapi juga pengertian, kepercayaan, dan dukungan emosional yang penting untuk perkembangan anak.

Pengelolaan data meliputi editing (verifikasi kelengkapan/respon), koding (konversi ke numerik), dan tabulasi (penyusunan tabel sesuai tujuan). Analisis data menggunakan statistik inferensial parametrik via SPSS 25.0, mencakup uji normalitas, uji linearitas, serta uji hipotesis dengan Pearson Product Moment.

3. Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini, dijelaskan hasil penelitian/pengabdian kepada masyarakat dan pada saat bersamaan diberikan pembahasan yang komprehensif. Hasil dapat disajikan dalam gambar, grafik, tabel dan lain-lain yang membuat pembaca mudah mengerti. Diskusi bisa dilakukan di beberapa sub-bab.

3.1. Hasil

3.1.1. Deskripsi/Karakteristik Sampel Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Yogyakarta pada bulan September hingga November tahun 2025. Penelitian ini ditunjukkan untuk perempuan lajang dewasa awal di Yogyakarta yang berusia 18 - 40 tahun. Proses pengambilan data ini menggunakan *google form*, dan dilakukan dengan sistem online. Proses penyebaran data ini dilakukan kurang lebih selama 3 bulan dan mendapatkan responden sejumlah 120 melalui sosial media seperti *Whatsapp* dan *Instagram*.

Tabel 1. Gambaran Responden Penelitian

| Usia | Frekuensi | Presentase |
|----------|-----------|------------|
| 18 Tahun | 4 | 3,3% |
| 19 Tahun | 8 | 6,7% |
| 20 Tahun | 8 | 6,7% |
| 21 Tahun | 4 | 3,3% |
| 22 Tahun | 8 | 6,7% |
| 23 Tahun | 11 | 9,2% |
| 24 Tahun | 5 | 4,2% |
| 25 Tahun | 11 | 9,2% |
| 26 Tahun | 8 | 6,7% |
| 27 Tahun | 7 | 5,8% |
| 28 Tahun | 8 | 6,7% |
| 29 Tahun | 4 | 3,3% |
| 30 Tahun | 2 | 1,7% |
| 31 Tahun | 3 | 2,5% |

| Usia | Frekuensi | Presentase |
|--------------|------------|-------------|
| 32 Tahun | 4 | 3,3% |
| 33 Tahun | 3 | 2,5% |
| 34 Tahun | 5 | 4,2% |
| 35 Tahun | 4 | 3,3% |
| 37 Tahun | 4 | 3,3% |
| 38 Tahun | 3 | 2,5% |
| 39 Tahun | 2 | 1,7% |
| 40 Tahun | 4 | 3,3% |
| Total | 120 | 100% |

Berdasarkan table diatas, didapatkan sebuah data bahwa responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berada pada usia 18 – 40 tahun. Dengan responden terbanyak yaitu responden yang berusia 23 dan 25 tahun yang masing-masing memperoleh presentase sebesar 9,2% atau sebanyak 11 orang dari 120 responden.

3.1.2. Kategorisasi Data Penelitian

Variabel-variabel dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga tingkatan kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pengkategorian tingkatan tersebut ditentukan berdasarkan nilai rata-rata Empirik serta standar deviasi hipotetik dari responden. Selanjutnya disajikan ringkasan statistik deskriptif untuk variabel Kecemasan menghadapi Pernikahan dan Keakraban dengan Ayah.

Tabel 2. Deskripsi Data Empirik dan Hipotetik

| Variabel | Jumlah Aitem | Skor Empirik | | | | Skor Hipotetik | | | |
|-----------|--------------|--------------|-----|------|------|----------------|-----|------|-----|
| | | Min | Max | Mean | SD | Min | Max | Mean | SD |
| Keakraban | 16 | 16 | 64 | 40 | 8 | 24 | 50 | 37 | 4,3 |
| Kecemasan | 21 | 21 | 84 | 52,5 | 10,5 | 49 | 83 | 66 | 5,7 |

Berdasarkan hasil data empirik, skor maksimum pada variabel keakraban dengan ayah mencapai 64, sementara skor minimum adalah 16. Perhitungan dari responden menunjukkan nilai rata-rata ($M = 40$) dan standar deviasi ($SD = 8$) untuk variabel keakraban. Sementara itu, variabel kecemasan menghadapi pernikahan memiliki skor tertinggi 84 dan terendah 21, dengan hasil perhitungan rata-rata ($M = 52,5$) serta standar deviasi ($SD = 10,5$) dari responden.

Berdasarkan perbandingan antara data hipotetik dan empirik pada kedua skala, diperoleh rentang skor empirik skala kecemasan yang melebihi nilai hipotetik ($52,5 < 85$), yang mengindikasikan tingkat kecemasan responden cenderung tinggi. Sebaliknya, variabel keakraban dengan ayah menunjukkan nilai rata-rata empirik lebih unggul daripada hipotetik ($40 > 37$), sehingga tingkat keakraban responden dapat dikategorikan sebagai kategori tinggi.

Dalam penelitian ini, untuk menentukan kategori pada variabel keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan, peneliti melakukan perhitungan menggunakan rumus rata-rata global serta standar deviasi. Tabel perhitungan kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Standar Perhitungan Kategorisasi Data Penelitian

| Kategorisasi | Rumus |
|--------------|----------------------------|
| Rendah | $X < M - 1SD$ |
| Sedang | $M - 1SD \leq X < M + 1SD$ |
| Tinggi | $M + 1SD \leq X$ |

Selanjutnya, hasil penyajian kategorisasi data penelitian pada masing – masing variabel sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Skor Skala Keakraban dengan Ayah

| Data Hipotetik Keakraban | | | |
|--------------------------|----------------------|------------|-------------|
| Kategori | Rentang skor | Jumlah | Presentase |
| Tinggi | $41,3 \leq X$ | 35 | 33,3% |
| Sedang | $32,7 \leq X < 41,3$ | 45 | 37,5% |
| Rendah | $X < 32,7$ | 40 | 29,2% |
| Jumlah | | 120 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa secara hipotetik, ketiga kategorisasi menunjukkan bahwa terdapat 45 responden atau sebesar 37,5% memiliki keakraban dalam kategori sedang, 35 responden atau sebesar 33,3% memiliki keakraban dalam kategori tinggi, serta 40 responden atau sebesar 29,2% memiliki keakraban dalam kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tersebar merata pada kategorisasi sedang dan tinggi keakraban, masing-masing 37,5% (45 responden) dan 33,3% (35 responden), sementara 29,2% (40 responden) berada pada kategorisasi rendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki hubungan keakraban yang cukup baik hingga erat, dengan sedikit lebih banyak yang menilai keakraban pada tingkat sedang.

Tabel 5. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan Menghadapi Pernikahan

| Data Hipotetik Kecemasan | | | |
|--------------------------|----------------------|------------|-------------|
| Kategori | Rentang skor | Jumlah | Presentase |
| Tinggi | $71,7 \leq X$ | 43 | 35,8% |
| Sedang | $60,3 \leq X < 71,7$ | 43 | 35,8% |
| Rendah | $X < 60,3$ | 34 | 28,4% |
| Jumlah | | 120 | 100% |

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa secara hipotetik, ketiga kategorisasi menunjukan bahwa terdapat 43 perempuan lajang dewasa awal atau sebesar 35,8% memiliki kecemasan menghadapi pernikahan kedalam kategori tinggi, 43 perempuan lajang dewasa awal atau sebesar 35,8% memiliki kecemasan menghadapi pernikahan kedalam kategori sedang, dan 34 perempuan lajang dewasa awal atau sebesar 28,4% memiliki kecemasan menghadapi pernikahan kedalam kategori tinggi, rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 43 perempuan lajang dewasa awal atau 35,8% memiliki kecemasan menghadapi pernikahan dalam kategori tinggi, 43 responden atau 35,8% dalam kategori sedang, serta 34 responden atau 28,3% dalam kategori rendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tidak ada dominasi kategori tunggal, dengan kecemasan tinggi dan sedang menjadi proporsi terbesar yang sama, sementara kategori rendah masih cukup signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan yang cukup memadai dalam menghadapi pernikahan, yang dapat mencerminkan adanya kekhawatiran umum terkait transisi kehidupan tersebut meskipun tidak mencapai mayoritas absolut.

3.1.3. Analisis Data

a. Uji Normalitas

Hasil analisis data untuk uji normalitas yang telah peneliti lakukan terhadap dua variabel yaitu keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan menggunakan *Non – Parametrik One Sampel Kolmogrov – Smirnov* dengan aplikasi SPSS 25.0. Peneliti menggunakan Kolmogrov – Smirnov karena sampel pada penelitian ini berskala besar (>100). Model regresi terdistribusi normal apabila nilai signifikan > 0,05. Berikut ini table hasil perhitungannya:

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

| Variabel | Indeks Normalitas | Sig (p) | Keterangan |
|---------------|-------------------|---------|---------------------------|
| Data Residual | 0,104 | 0,158 | Data Terdistribusi Normal |

Berdasarkan tabel di atas, nilai signifikansi *Monte Carlo Sig. (2-tailed)* untuk hubungan antara variabel keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan sebesar 0,158, dengan indeks

normalitas 0,104. Sesuai kriteria pengambilan keputusan pada uji normalitas *one-sample Kolmogorov-Smirnov Test*, data dapat dinyatakan berdistribusi normal karena nilai $p = 0,158 > 0,05$. Dengan demikian, peneliti dapat melanjutkan proses analisis data ke tahapan berikutnya, yaitu uji linieritas.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas merupakan uji yang dilakukan untuk melihat suatu data yang diperoleh apakah linier atau tidak. Kedua variabel dapat dikaitkan memiliki hubungan yang linier apabila $p(\text{Flinearity}) < 0,05$ dan $p(\text{deviation from linearity}) > 0,05$. Berikut hasil perhitungan uji linieritas dalam penelitian ini:

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas

| Variabel | Linearity | | Deviation from Linearity | | Keterangan |
|---------------------|-----------|---------|--------------------------|---------|------------|
| | F | Sig (p) | F | Sig (p) | |
| Keakraban*Kecemasan | 8750,689 | 0,000 | 0,603 | 0,925 | Linier |

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji linearitas variabel keakraban dengan ayah terhadap kecemasan menghadapi pernikahan menunjukkan nilai $p(\text{F linearity}) = 0,000 < 0,05$ dan $p(\text{Deviation from linearity}) = 0,925 > 0,05$. Uji linearitas ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan, serta tidak ditemukan penyimpangan dari linearitas.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini dilaksanakan guna mengidentifikasi adanya hubungan antara keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan melalui teknik Pearson Product Moment Correlation. Kriteria pengambilan keputusan mencakup: apabila nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$ disertai koefisien korelasi Pearson bernilai negatif, maka hubungan korelasi dinyatakan signifikan. Sebaliknya, jika nilai Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka tidak ada hubungan korelasi yang signifikan. Tabel hasil komputasi disajikan sebagai berikut. Dalam konteks penelitian ini, pengujian hipotesis menerapkan korelasi product moment dengan pedoman interpretasi sebagaimana dikemukakan Sugiyono (2007). Hasil perhitungan korelasi product moment pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

| Variabel | Koefisien Korelasi (r) | Sig (p) | Keterangan |
|----------------------------|------------------------|---------|-------------------|
| Keakraban dengan Kecemasan | -0,994 | 0,000 | Sangat Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara keakraban dengan ayah dengan kecemasan menghadapi pernikahan. Hal ini dapat dinilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,994$ dengan tingkat signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel keakraban dengan ayah dengan kecemasan menghadapi pernikahan, maka hipotesis dalam penelitian ini adanya hubungan negatif antara keakraban dengan ayah dengan kecemasan menghadapi pernikahan diterima.

d. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa jauh variabel *independent* memberikan pengaruh terhadap variabel *dependent*. Berikut hasil uji koefisien determinasi (R^2) pada penelitian:

Tabel 9. Hasil Uji Koefisien Determinasi

| | R | R Squared | Eta | Eta Squared |
|----------------------|--------|-----------|-------|-------------|
| Kecemasan* Keakraban | -0,994 | 0,988 | 0,995 | 0,990 |

Berdasarkan table diatas dikatakan variabel bebas keakraban dengan ayah memberikan pengaruh pada variabel terikat kecemasan menghadapi pernikahan sebesar 0,988 atau 98,98%.

3.2. Pembahasan

Hasil pengolahan data pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden berusia 18 hingga 40 tahun, dengan kelompok usia terbanyak pada 23 tahun dan 25 tahun masing-masing sebanyak 11 responden atau 9,2%. Distribusi usia ini mencerminkan perempuan lajang dewasa awal di Yogyakarta yang aktif di media sosial seperti WhatsApp dan Instagram, di mana penyebaran kuesioner dilakukan secara online selama tiga bulan dan berhasil mengumpulkan 120 responden. Karakteristik sampel ini menunjukkan keterwakilan yang merata pada rentang usia target, sehingga data yang diperoleh relevan untuk menggambarkan kondisi populasi tersebut.

Pada variabel keakraban dengan ayah, terdapat 35 responden atau 33,3% pada kategori tinggi, 45 responden atau 37,5%, dan 40 responden atau 29,2% pada kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa keakraban responden tersebar secara merata, dengan kategori sedang menjadi yang terbesar. Keakraban yang masuk kategori sedang dan tinggi mendominasi, yang ditandai dengan hubungan emosional yang cukup baik antara perempuan lajang dewasa awal dengan ayahnya, seperti kemampuan berbagi perasaan dan mendapatkan dukungan. Distribusi ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa hubungan ayah-anak perempuan pada fase dewasa awal sering kali tetap erat meskipun ada perubahan peran (Rohlfing & Hickman, 2020).

Sementara itu, pada variabel kecemasan menghadapi pernikahan, sebanyak 43 responden atau 35,8% berada pada kategori tinggi, 43 responden atau 35,8% pada kategori sedang, dan 34 responden atau 28,4% pada kategori rendah. Hasil ini menggambarkan tidak adanya dominasi satu kategori, dengan tingkat tinggi dan sedang sama-sama menjadi proporsi terbesar. Kecemasan yang tinggi dan sedang ini tercermin dalam kekhawatiran responden terhadap komitmen pernikahan, tanggung jawab rumah tangga, dan perubahan identitas sosial. Pola distribusi serupa juga terlihat dalam studi yang meneliti perempuan lajang di kalangan dewasa muda, di mana kecemasan pernikahan muncul sebagai respons terhadap tekanan sosial dan ekspektasi budaya (Scott et al., 2019).

Hasil uji normalitas dengan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai sig. (p) = 0,158 > 0,05 pada data residual, sehingga data terdistribusi normal. Selanjutnya, uji linearitas menunjukkan hubungan linear signifikan antara keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan, dengan $p(F \text{ linearity}) = 0,000 < 0,05$ dan $p(\text{deviation from linearity}) = 0,925 > 0,05$. Kondisi ini memungkinkan penggunaan analisis korelasi parametrik, karena asumsi dasar terpenuhi dan hubungan antarvariabel bersifat lurus tanpa penyimpangan.

Uji hipotesis menggunakan *Pearson Product Moment Correlation* mengungkapkan koefisien korelasi $r = -0,994$ dengan sig. (p) = 0,000 < 0,05, yang menunjukkan hubungan negatif sangat signifikan antara keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan. Artinya, semakin tinggi keakraban dengan ayah, semakin rendah kecemasan menghadapi pernikahan, dan sebaliknya. Hubungan ini sangat kuat, sesuai interpretasi Sugiyono (2007) untuk nilai r mendekati -1, yang mengonfirmasi hipotesis penelitian. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang menemukan korelasi negatif kuat antara *attachment* dengan ayah dan kecemasan komitmen pernikahan pada perempuan dewasa muda (Deng et al., 2021).

Lebih lanjut, uji koefisien determinasi menunjukkan $R = -0,994$, $R \text{ Squared} = 0,988$ atau 98,8%, dan $Eta \text{ Squared} = 0,990$. Nilai ini berarti variabel keakraban dengan ayah memberikan pengaruh sebesar 98,8% terhadap kecemasan menghadapi pernikahan, sementara sisanya 1,2% dipengaruhi faktor lain. Kontribusi pengaruh yang sangat tinggi ini menegaskan peran dominan keakraban ayah dalam memengaruhi tingkat kecemasan responden terhadap pernikahan. Hasil serupa dilaporkan dalam studi yang menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan orang tua, khususnya ayah, berkontribusi besar terhadap pengurangan kecemasan relasional pada perempuan lajang (Mark et al., 2018).

Hubungan negatif yang sangat signifikan ini selaras dengan penelitian Scott et al. (2019) yang menemukan bahwa perempuan dengan *attachment* aman kepada ayah cenderung memiliki kecemasan pernikahan yang lebih rendah di usia dewasa awal. Studi tersebut melibatkan sampel perempuan lajang di Amerika Serikat dan menyoroti bagaimana dukungan emosional dari ayah membentuk kepercayaan diri dalam komitmen jangka panjang. Demikian pula, Rohlfing dan Hickman (2020) dalam penelitiannya terhadap perempuan dewasa di Eropa Barat menyatakan bahwa keakraban dengan ayah berkorelasi negatif dengan ketakutan pernikahan, karena ayah berfungsi sebagai model figur otoritas yang aman.

Penelitian Deng et al. (2021) juga mendukung temuan ini dengan melaporkan korelasi negatif antara bonding ayah-anak perempuan dan kecemasan komitmen pada kelompok dewasa muda di China, di mana koefisien korelasi mencapai tingkat sedang hingga kuat. Sementara itu, Mark et al. (2018) menunjukkan bahwa variabel *attachment* orang tua menunjukkan kategori tinggi dalam kecemasan relasional. Studi-studi tersebut dilakukan pada konteks budaya berbeda, namun pola hubungan negatif tetap konsisten, yang memperkuat validitas temuan di Yogyakarta.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah responden yang relatif sedikit (120 orang) dan penyebaran data secara online melalui media sosial, sehingga mungkin belum mencakup seluruh lapisan perempuan lajang dewasa awal di Yogyakarta. Selain itu, pengumpulan data memerlukan waktu panjang untuk membangun kepercayaan responden, yang membatasi jangkauan geografis. Untuk penelitian mendatang, disarankan menggunakan metode kualitatif seperti wawancara mendalam guna mengeksplorasi pengalaman subjektif responden terkait keakraban ayah dan kecemasan pernikahan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki keakraban dengan ayah pada tingkat sedang hingga tinggi, sementara kecemasan menghadapi pernikahan tersebar merata pada tingkat sedang dan tinggi. Terdapat hubungan negatif sangat signifikan dengan pengaruh determinasi mencapai 98,8%, yang menunjukkan bahwa keakraban dengan ayah berperan utama dalam menurunkan kecemasan pernikahan pada perempuan lajang dewasa awal di Yogyakarta. Temuan ini memberikan dasar bagi intervensi berbasis hubungan keluarga untuk mengurangi kecemasan tersebut.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

Terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara keakraban dengan ayah dan kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan lajang usia dewasa awal di Yogyakarta. Nilai korelasi $r = -0,994$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa semakin dekat hubungan dengan ayah, semakin rendah kecemasan pernikahan yang dirasakan, dan sebaliknya.

Nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,988$ berarti keakraban dengan ayah menyumbang 98,8% terhadap perubahan kecemasan menghadapi pernikahan. Sisa 1,2% dipengaruhi faktor lain yang belum diteliti, seperti norma budaya, pengalaman asmara sebelumnya, atau dukungan sosial di luar lingkup keluarga.

Kategorisasi keakraban dengan ayah pada perempuan lajang dewasa awal di Yogyakarta didominasi oleh tingkat sedang (37,5%), diikuti tingkat tinggi (33,3%) dan rendah (29,2%). Ini menggambarkan bahwa hubungan ayah dan anak perempuan secara umum cukup baik, tetapi belum mencapai tingkat optimal pada semua responden.

Kategorisasi kecemasan menghadapi pernikahan menunjukkan bahwa responden dengan kecemasan kategori tinggi dan sedang memiliki proporsi yang sama besar (masing-masing 35,8%), sedangkan kategori rendah sebesar 28,3%, yang menandakan bahwa kecemasan menghadapi pernikahan masih menjadi isu psikologis yang cukup menonjol pada perempuan lajang dewasa awal meskipun sebagian memiliki hubungan yang relatif dekat dengan ayah.

Hasil pembahasan dengan mengacu pada berbagai penelitian terdahulu menguatkan bahwa kehadiran dan keterlibatan ayah yang hangat serta suportif berperan penting sebagai faktor pelindung (*buffer*) terhadap kecemasan pernikahan, sedangkan kondisi *fatherless* atau minim keakraban dengan ayah berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, persepsi negatif terhadap laki-laki, dan kekhawatiran berlebih terhadap komitmen pernikahan.

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian kecemasan pernikahan yang sebelumnya lebih berfokus pada faktor intrapersonal (seperti berpikir positif dan religiusitas) dengan menegaskan bahwa faktor relasional, khususnya keakraban dengan ayah, sangat berpengaruh dalam membentuk rasa aman emosional serta cara perempuan memaknai pernikahan sebagai peluang pertumbuhan atau sebagai ancaman.

5. Ucapan terimakasih

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing Ibu Fildzah Malahati atas bimbingan dan arahan yang sabar, dosen penguji Ibu Tri Winarsih atas masukan

konstruktifnya, serta seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini, termasuk rekan mahasiswa, staf administrasi, responden, dan keluarga tercinta. Dukungan dari semuanya menjadi kunci keberhasilan penelitian ini. Terima kasih.

Daftar Pustaka

- Amanda, A. R. (2020). Hubungan berpikir positif dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada wanita dewasa awal yang melajang (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).
- Amelia, R. (2024). Persepsi pernikahan pada perempuan dewasa awal fatherless. *Share Unpad*, 11(1), 40-52.
- Anindhita, A. (2024). Hubungan antara fatherless dengan kecemasan pernikahan pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, Universitas Islam Sultan Agung. https://repository.unissula.ac.id/41925/1/Psikologi_30702100035_fullpdf.pdf
- Annisa, R. (2024). Dampak fatherless terhadap perkembangan emosional anak perempuan. *Jurnal Pelayanan Bimbingan*, 7(1), 45-56. <https://journal.yazri.com>
- Ariani, W. (2025). Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswi usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA angkatan 2021 (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Aulia, A. P. (2025). Persepsi pernikahan pada perempuan dewasa muda sebagai implikasi dari fenomena fatherless. *SHARE: Jurnal Psikologi*.
- Aulia, I. (2024). The impact of fatherless on early adult women's social-emotional development. *JKIP: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 5(3), 672–686. <https://doi.org/10.55583/jkip.v5i3.1080>
- Citra, D. (2024). *Attachment theory*: Ayah dan kecemasan anak perempuan. *Psikologi Teori*, 10(3), 150-165.
- Deng, Y., Wang, L., & Zhang, H. (2021). *Father-daughter attachment and commitment anxiety in emerging adult women: The mediating role of self-esteem*. *Journal of Family Psychology*, 35(4), 512-522. <https://doi.org/10.1037/fam0000845>
- Dewi, N. K., & Pratiwi, A. (2023). Kecemasan pernikahan pada perempuan dengan pengalaman fatherless. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 12(2), 45-56.
- Diananissa, N. (2024). *Fatherless sebagai pemicu trust issues anak perempuan* (Tesis tidak dipublikasikan). IAIN Ponorogo.
- Fauzi, T. Y. (2023). *Hubungan fatherless dengan intimate relationship pada perempuan dewasa awal* (Artikel). Universitas Airlangga.
- Feliciano, F., & Nurdibyanandaru, D. (2020). Hubungan persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan kesiapan menikah emerging adult perempuan di Surabaya. *JKIP: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 4(2), 29-35.
- Fiqrunnisa, A., Yuliadi, I., & Saniatuzulfa, R. (2023). Hubungan persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan pemilihan pasangan pada perempuan dewasa awal *fatherless*. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 5(2), 152–167.
- Gustri, R. (2022). *Attachment* ayah-anak perempuan dengan kecemasan pernikahan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 18(4), 250-265.
- Haq, F., & Permadi, A. S. (2016). *Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi pernikahan* (Skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hastuti, I. N. (2023). Hubungan antara ketiadaan peran ayah dengan kecemasan menghadapi pernikahan pada wanita dewasa awal. *Takaya: Jurnal Psikologi Islam*, 8(1), 20-35. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/takaya/article/view/48349>
- Hidayati, D. S., & Sari, C. N. D. M. (2020). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan intimacy terhadap suami. *Jurnal Perempuan dan Anak*, 3(2), 51–64.
- Ilhami, M. W. (2024). *Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA* (Skripsi sarjana, Universitas Islam Sultan Agung). Universitas Islam Sultan Agung.