AZ-ZAIDA
JURNAL ILMU MULTIDISIPLIN
Volume 2 Nomor 10 Oktober 2026
ISSN: 3124-8659

EKSPLORASI PSIKOLOGIS ANAK SULUNG PEREMPUAN DALAM MEMAKNAI FIGUR AYAH BERKARAKTER COLD CARING

Ruhma Fauza Carissa[1], Sri Nurhayati Selian[2]*
[1,2]Universitas Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh, Indonesia
Email: carissa060506@gmail.com[1], seliansrinurhayati@gmail.com[2]
*Korespondensi Email: seliansrinurhayati@gmail.com

ABSTRACT

This study is motivated by situations where fathers demonstrate care through actions and the fulfillment of responsibilities but face limitations in expressing affection verbally or emotionally. This dynamic is particularly interesting to examine in the context of eldest daughters, who often face expectations to be independent, responsible, and role models for other family members. The study aims to explore how eldest daughters perceive fathers characterized by "cold caring" specifically regarding the affection, attention, communication, emotional distance, and emotional support they receive. A qualitative phenomenological approach was employed. Participants were selected using purposive sampling based on the following criteria women aged at least 18, eldest daughters, and having experience with a father who showed care through actions but was limited in emotional expression. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and limited observation, then analyzed thematically. The findings reveal that participants perceive their fathers' affection through tangible actions, such as meeting needs, providing assistance during crises, offering care during illness, and fulfilling responsibilities. However, limited emotional communication creates emotional distance and a desire for more open verbal attention and support. Furthermore, the role of the eldest daughter entails expectations to be strong and independent. Ultimately, the "cold caring" father figure is perceived as someone who is "silent yet present" a father who demonstrates affection through actions despite being unable to express it openly in words.

Keywords: *affection; cold caring; eldest daughter; father figure; psychological experience.*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi ketika ayah menunjukkan kepedulian melalui tindakan dan tanggung jawab, tetapi memiliki keterbatasan dalam mengekspresikan kasih sayang secara verbal maupun emosional. Kondisi ini menjadi menarik untuk dikaji pada anak sulung perempuan yang sering dihadapkan pada tuntutan untuk mandiri, bertanggung jawab, dan menjadi teladan bagi anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan menjawab pertanyaan tentang bagaimana anak sulung perempuan memaknai figur ayah berkarakter *cold caring*, khususnya dalam memahami kasih sayang, perhatian, komunikasi, jarak emosional, dan dukungan emosional yang diterima. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologi. Partisipan dipilih melalui teknik purposive

sampling berdasarkan kriteria perempuan berusia minimal 18 tahun, berstatus anak sulung, serta memiliki pengalaman dengan ayah yang menunjukkan kepedulian melalui tindakan tetapi terbatas dalam ekspresi emosional. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur mendalam dan observasi terbatas, kemudian dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan memaknai kasih sayang ayah melalui tindakan nyata, seperti memenuhi kebutuhan, membantu ketika menghadapi masalah, memberikan perhatian saat sakit, dan menjalankan tanggung jawab. Namun, keterbatasan komunikasi emosional menimbulkan jarak emosional serta kebutuhan akan perhatian verbal dan dukungan yang lebih terbuka. Selain itu, posisi sebagai anak sulung perempuan menghadirkan tuntutan untuk menjadi kuat dan mandiri. Figur ayah *cold caring* akhirnya dimaknai sebagai sosok yang "diam tetapi ada", yakni ayah yang tetap menunjukkan kasih sayang melalui tindakan meskipun terbatas dalam mengungkapkannya melalui kata-kata.
Kata kunci: kasih sayang; *cold caring*; anak sulung perempuan; figur ayah; pengalaman psikologis.

A. PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan penting dalam perkembangan psikologis, pembentukan kepribadian, dan kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal. Ayah memiliki peran dalam memberikan perlindungan, memenuhi kebutuhan, memberikan arahan, serta mendukung perkembangan emosional anak. Hubungan antara ayah dan anak tidak hanya berkaitan dengan kehadiran fisik, tetapi juga dengan kualitas interaksi, komunikasi, dan perhatian emosional yang dirasakan anak. Pengalaman tersebut menjadi penting ketika anak memasuki masa dewasa awal, yaitu tahap kehidupan ketika individu mulai membangun kemandirian, memahami identitas diri, dan mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih matang. Kajian Mauladisa dan Selian (2026) mengenai pola asuh masa kecil dan regulasi emosi pada dewasa awal serta Maulidia dan Selian (2025) mengenai kepercayaan diri perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah memberikan konteks tambahan untuk memahami kemungkinan keterkaitan pengalaman pengasuhan dan relasi dengan ayah terhadap pengalaman psikologis pada tahap kehidupan ini.

Dalam kehidupan keluarga, kasih sayang seorang ayah tidak selalu ditunjukkan melalui ungkapan verbal, pelukan, atau komunikasi emosional yang terbuka. Sebagian ayah lebih sering memperlihatkan kepedulian melalui tindakan nyata, seperti memenuhi kebutuhan anak, membantu ketika mengalami kesulitan, memberikan perlindungan, dan memastikan kesejahteraan keluarga. Namun, keterbatasan dalam mengungkapkan perasaan dapat menimbulkan pengalaman emosional yang beragam bagi anak. Anak dapat memahami tindakan tersebut sebagai bentuk kasih sayang, tetapi pada saat yang sama mungkin merasa kurang memperoleh kedekatan emosional yang dibutuhkan. Fenomena ini menjadi dasar untuk memahami istilah *cold caring*, yaitu gambaran figur ayah yang cenderung dingin atau

kurang ekspresif dalam menunjukkan emosi, tetapi tetap memperlihatkan kepedulian melalui tindakan. Dalam penelitian ini, istilah tersebut digunakan sebagai konsep deskriptif untuk memahami pengalaman subjektif anak, bukan sebagai kategori kepribadian atau diagnosis klinis yang telah terstandar.

Dalam memahami pengalaman tersebut, teori kelekatan (*attachment theory*) dari Bowlby dapat digunakan sebagai landasan untuk menjelaskan pentingnya hubungan emosional antara anak dan orang tua. Penggunaan kerangka teoretis dalam penelitian psikologi juga perlu mempertimbangkan landasan filosofis, peluang, dan keterbatasan teori agar interpretasi tetap sesuai dengan fokus serta data penelitian Rizkiyani dan Selian (2025). Kelekatan berkaitan dengan rasa aman yang terbentuk melalui pengalaman interaksi dan respons figur pengasuh. Dalam konteks hubungan ayah dan anak perempuan, perhatian yang diberikan secara konsisten dapat dimaknai sebagai bentuk dukungan, sedangkan keterbatasan komunikasi emosional dapat menimbulkan penafsiran yang berbeda pada setiap individu. Penelitian Miranda dan Subroto (2026) menemukan hubungan negatif antara keterlibatan ayah dan *insecure attachment* pada perempuan dewasa awal yang menjalin hubungan romantis. Temuan tersebut memperlihatkan relevansi kualitas hubungan dengan ayah dalam memahami pengalaman emosional perempuan ketika memasuki masa dewasa awal. Selian et al. (2025) juga mengkaji kelekatan orang tua dalam kaitannya dengan gangguan perilaku anak, sehingga memberi konteks tambahan mengenai pentingnya relasi pengasuhan, meskipun fokus dan karakteristik partisipannya berbeda dari penelitian ini. Meskipun demikian, hubungan tersebut tidak dapat langsung digunakan untuk menyimpulkan bahwa ayah yang kurang ekspresif akan menyebabkan ketidakamanan emosional pada anak.

Selain kualitas hubungan dengan ayah, posisi sebagai anak sulung perempuan juga menjadi konteks penting dalam memahami pengalaman psikologis individu. Anak sulung dapat memiliki pengalaman tersendiri dalam menghadapi harapan keluarga, tanggung jawab terhadap adik, serta tuntutan untuk bersikap mandiri. Akan tetapi, pengalaman tersebut tidak selalu sama pada setiap keluarga karena dipengaruhi oleh pola pengasuhan, komunikasi, dan kondisi keluarga masing-masing. Penelitian Anwar dan Nur (2024) mengenai pemilihan pasangan hidup perempuan dewasa awal berdasarkan keterlibatan ayah menunjukkan bahwa pengalaman hubungan dengan ayah berkaitan dengan cara perempuan memaknai hubungan interpersonal dan mempertimbangkan pasangan hidup. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dengan tiga partisipan, tetapi berfokus pada pemilihan pasangan hidup, bukan pada pemaknaan kasih sayang ayah yang kurang ekspresif. Maulidia dan Selian (2025) membahas kepercayaan diri perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah, sedangkan Balqis dan Selian (2025) mengkaji pengalaman remaja dari keluarga broken home dalam menghadapi trauma masa kecil. Kedua penelitian tersebut beririsan dengan pengalaman keluarga dan kondisi psikologis, tetapi tidak secara khusus membahas pengalaman anak sulung perempuan yang memaknai kepedulian ayah

melalui tindakan namun terbatas dalam ekspresi emosional. Dengan demikian, masih terdapat ruang untuk mengeksplorasi pengalaman emosional perempuan dalam memahami bentuk kepedulian ayah yang tidak selalu disampaikan secara verbal.

Berdasarkan penelitian terdahulu, kajian mengenai keterlibatan ayah dan kelekatan pada perempuan dewasa awal telah dilakukan, baik melalui pendekatan kuantitatif maupun kualitatif. Damri et al. (2026), misalnya, mengkaji keterlibatan ayah, *nurturant fathering*, dan gaya kelekatan pada perempuan dewasa awal di Indonesia. Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara keterlibatan ayah serta pengasuhan yang penuh perhatian dengan *secure attachment*. Sementara itu, Miranda dan Subroto (2026) meneliti keterlibatan ayah dan *insecure attachment*, sedangkan Anwar dan Nur (2024) berfokus pada keterlibatan ayah dalam pemilihan pasangan hidup. Ketiga penelitian tersebut memberikan landasan untuk memahami pentingnya hubungan ayah dan anak perempuan, tetapi belum secara khusus berfokus pada pemaknaan *cold caring* oleh anak sulung perempuan.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman psikologis anak sulung perempuan dewasa awal dalam memaknai figur ayah berkarakter *cold caring*. Penelitian melibatkan tiga subjek perempuan yang berusia minimal 18 tahun, berada pada tahap dewasa awal, dan merupakan anak sulung dalam keluarganya. Fokus penelitian meliputi pengalaman hubungan dengan ayah, bentuk perhatian yang diterima, perasaan ketika ayah tidak banyak mengungkapkan emosi secara verbal, serta cara subjek memahami kasih sayang dan dukungan emosional yang diberikan ayah. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini berupaya memahami pengalaman dan makna yang dibangun oleh setiap subjek berdasarkan sudut pandang mereka sendiri.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada fokus eksplorasi pengalaman subjektif anak sulung perempuan dewasa awal dalam memaknai kepedulian ayah yang cenderung kurang ekspresif secara emosional, tetapi tetap ditunjukkan melalui tindakan. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang lebih menekankan keterlibatan ayah, pola kelekatan, atau pemilihan pasangan hidup, penelitian ini menempatkan pengalaman anak sulung perempuan sebagai pusat kajian untuk memahami bagaimana perhatian, jarak emosional, dan kebutuhan akan kasih sayang dimaknai secara bersamaan. Penggunaan tiga subjek memungkinkan penelitian menggali persamaan dan perbedaan pengalaman tanpa menggeneralisasi hasilnya kepada seluruh anak sulung perempuan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai keragaman makna kasih sayang ayah dalam hubungan keluarga.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi pengalaman psikologis anak

sulung perempuan dalam memaknai figur ayah berkarakter *cold caring*. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif, perasaan, persepsi, dan pemaknaan partisipan terhadap bentuk kasih sayang ayah yang lebih banyak ditunjukkan melalui tindakan daripada ungkapan emosional secara langsung. Analisis data menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola makna dan tema dari hasil wawancara, sebagaimana dijelaskan oleh Sitasari (2022).

Partisipan penelitian berjumlah tiga perempuan dewasa awal berusia minimal 18 tahun yang merupakan anak sulung dalam keluarganya. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kesesuaian pengalaman mereka dengan fokus penelitian. Teknik ini merupakan bentuk pemilihan sampel nonacak yang dapat digunakan dalam penelitian kualitatif ketika partisipan dipilih berdasarkan relevansi pengalaman terhadap tujuan kajian Khalefa dan Selian (2021) penerapannya dalam penelitian ini disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan eksplorasi pengalaman psikologis partisipan. Kriteria partisipan meliputi perempuan berusia minimal 18 tahun, berstatus sebagai anak sulung, memiliki pengalaman memaknai figur ayah yang cenderung kurang ekspresif secara emosional tetapi menunjukkan kepedulian melalui tindakan, serta bersedia mengikuti penelitian secara sukarela. Identitas partisipan disamarkan menggunakan kode S1, S2, dan S3. Penelitian dilaksanakan di Banda Aceh pada bulan September-Oktober 2026. Wawancara dilakukan di tempat yang nyaman dan menjaga privasi partisipan agar mereka dapat menceritakan pengalaman secara terbuka.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi selama wawancara, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman hubungan dengan ayah, bentuk perhatian yang diterima, perasaan ketika ayah tidak banyak mengungkapkan emosi secara verbal, serta pemaknaan partisipan terhadap kasih sayang ayah. Observasi dilakukan dengan mencatat respons nonverbal yang relevan, sedangkan dokumentasi mencakup transkrip wawancara dan catatan lapangan. Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri, didukung pedoman wawancara, pedoman observasi, dan alat perekam suara setelah memperoleh persetujuan partisipan. Data dianalisis melalui tahapan membaca transkrip secara berulang, memberikan kode pada informasi yang relevan, mengelompokkan kode menjadi tema, meninjau kesesuaian tema dengan data, dan menyusun interpretasi dalam bentuk narasi. Proses tersebut dilakukan dengan memperhatikan persamaan dan perbedaan pengalaman ketiga partisipan.

Keabsahan data dijaga melalui pemeriksaan kembali transkrip, member checking apabila memungkinkan, pencatatan proses analisis, serta perbandingan informasi dari wawancara, observasi, dan dokumentasi yang benar-benar tersedia. Susanto et al. (2023) menjelaskan bahwa pemeriksaan keabsahan penelitian kualitatif dapat mencakup kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas.

Etika penelitian diterapkan melalui pemberian penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, persetujuan partisipan sebelum wawancara dan perekaman, perlindungan identitas serta kerahasiaan informasi, dan penghormatan terhadap hak partisipan untuk tidak menjawab pertanyaan atau menghentikan wawancara kapan saja. Mengingat topik penelitian berkaitan dengan pengalaman emosional dalam keluarga, wawancara dilakukan secara sensitif dan tidak menghakimi. Seluruh data digunakan untuk kepentingan penelitian sesuai dengan persetujuan partisipan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tiga subjek perempuan dewasa awal berusia minimal 18 tahun yang merupakan anak sulung, ditemukan beberapa tema utama dalam pengalaman psikologis mereka memaknai figur ayah berkarakter *cold caring*. Tema tersebut meliputi pengalaman hubungan dengan ayah pada masa kecil, tanggung jawab sebagai anak sulung perempuan, tuntutan untuk menjadi kuat dan mandiri, bentuk perhatian ayah, kebutuhan terhadap dukungan emosional, pemaknaan kasih sayang sebagai "diam tetapi ada", serta pandangan terhadap ayah sebagai sosok yang baik dan bertanggung jawab. Hasil wawancara memperlihatkan bahwa setiap subjek memiliki pengalaman yang berbeda, tetapi terdapat kesamaan dalam memahami pentingnya perhatian dan dukungan ayah. Temuan ini dibahas berdasarkan pengalaman subjektif ketiga subjek sehingga tidak dimaksudkan untuk mewakili seluruh anak sulung perempuan.

1. Pengalaman Hubungan dengan Ayah pada Masa Kecil

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil menjadi bagian penting dalam membentuk pemaknaan ketiga subjek terhadap figur ayah. Kenangan yang muncul tidak hanya berkaitan dengan komunikasi verbal, tetapi juga mencakup kegiatan bersama, pengalaman bermain, perjalanan keluarga, serta bantuan yang diberikan ayah dalam kehidupan sehari-hari.

Subjek pertama mengingat pengalaman berjalan-jalan bersama ayah dan ibu sebagai salah satu kenangan yang paling berkesan. Pada masa tersebut, subjek masih menjadi anak semata wayang dan merasakan perhatian penuh dari kedua orang tuanya. Hal ini diungkapkan melalui pernyataan berikut.

"Yang paling saya ingat ketika masih kecil bersama ayah saya itu adalah ketika kami berjalan-jalan." (S1)

Kenangan serupa disampaikan oleh subjek kedua yang mengingat aktivitas bermain dan berjalan-jalan bersama ayah sebagai pengalaman masa kecil yang berkesan.

"Hal yang paling saya ingat ketika masih kecil itu waktu saya bermain dengan ayah saya, lalu jalan-jalan." (S2)

Sementara itu, subjek ketiga menggambarkan hubungan dengan ayah melalui kehadiran dan bantuan yang diberikan ketika dibutuhkan. Meskipun ayahnya tidak banyak berbicara, subjek tetap merasakan kepedulian melalui tindakan nyata.

"Ayah sebenarnya selalu ada buat saya. Cuma memang ayah itu orangnya nggak banyak ngomong." (S3)

Ketiga pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman hubungan dengan ayah terbentuk melalui cara yang berbeda. Pada subjek pertama dan kedua, kenangan masa kecil lebih banyak berkaitan dengan kegiatan bersama, sedangkan pada subjek ketiga, kehadiran ayah lebih terlihat melalui bantuan dan kesediaannya memenuhi kebutuhan anak. Temuan ini memperlihatkan bahwa kualitas hubungan tidak hanya dapat dipahami melalui frekuensi percakapan, tetapi juga melalui pengalaman kebersamaan dan tindakan yang dirasakan bermakna oleh anak.

Jika dikaitkan dengan teori kelekatan (*attachment theory*), pengalaman bersama dan respons orang tua terhadap kebutuhan anak dapat menjadi bagian dari proses pembentukan rasa aman dalam hubungan. Kehadiran ayah yang dikenang secara positif dapat memberikan dasar bagi anak untuk memahami kepedulian orang tua, meskipun bentuk ekspresinya tidak selalu sama. Blickman dan Campbell (2023) membahas pentingnya hubungan ayah dan anak perempuan, sedangkan Zhou et al. (2024) mengkaji keterkaitan kehadiran ayah dengan ketahanan dan keamanan psikologis anak perempuan.

Namun, pengalaman positif pada masa kecil tidak serta-merta menjamin bahwa kedekatan emosional akan selalu terjaga pada tahap kehidupan berikutnya. Pengalaman subjek pertama menunjukkan bahwa jarak fisik selama bertahun-tahun membuat komunikasi dengan ayah menjadi lebih terbatas dan terkadang terasa canggung. Dengan demikian, pengalaman masa kecil dapat menjadi kenangan yang bermakna, tetapi hubungan ayah dan anak tetap dipengaruhi oleh perubahan kondisi keluarga, jarak, serta pola komunikasi yang berlangsung seiring pertumbuhan anak.

2. Pengalaman Menjadi Anak Sulung Perempuan

Hasil wawancara memperlihatkan bahwa status sebagai anak sulung perempuan memberikan pengalaman yang beragam. Ketiga subjek mengungkapkan adanya kebanggaan dan pengalaman positif, tetapi juga merasakan tanggung jawab serta tuntutan untuk memahami keadaan keluarga, bersikap dewasa, dan menjadi pribadi yang dapat diandalkan.

Subjek pertama mengungkapkan bahwa menjadi anak sulung terasa menyenangkan ketika masih kecil karena memperoleh perhatian penuh dari kedua orang tua sebelum memiliki adik. Ia menyatakan:

"Selama 8 tahun itu saya menjadi anak semata wayang. Seluruh perhatian orang tua saya itu ke saya semua." (S1)

Akan tetapi, pengalaman tersebut berubah ketika subjek memasuki masa dewasa. Ia mulai merasakan adanya beban pribadi, tuntutan lingkungan, dan persoalan keluarga yang memengaruhi kebahagiaannya. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman sebagai anak sulung tidak hanya berkaitan dengan perhatian yang diperoleh pada masa kecil, tetapi juga dengan tanggung jawab yang dirasakan ketika bertambah dewasa.

Subjek kedua menggambarkan pengalaman sebagai anak pertama sebagai sesuatu yang memiliki sisi menyenangkan sekaligus berat. Ia mengungkapkan:

"Saya sebagai anak pertama juga menjadi sosok kakak dan sekaligus anak pertama. Harus mengerti keadaan keluarga, ya harus menjadi dewasa duluan padahal umurnya belum dewasa." (S2)

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya persepsi bahwa anak pertama diharapkan mampu memahami keadaan keluarga dan bersikap dewasa meskipun secara usia belum sepenuhnya matang. Sementara itu, subjek ketiga mengungkapkan tuntutan yang lebih berkaitan dengan peran sebagai kakak dan anggota keluarga yang dapat menjadi teladan.

"Dari kecil saya merasa harus jadi contoh yang baik buat adik-adik. Kadang saya merasa harus lebih dewasa, nggak boleh terlalu manja." (S3)

Berdasarkan ketiga wawancara tersebut, pengalaman menjadi anak sulung perempuan tidak dapat dipahami hanya berdasarkan urutan kelahiran. Posisi tersebut juga berkaitan dengan harapan yang dirasakan subjek terhadap dirinya sendiri, termasuk keinginan untuk membanggakan orang tua, membantu keluarga, serta memberikan contoh bagi adik-adiknya. Meskipun demikian, tidak semua tuntutan tersebut dinyatakan sebagai perintah langsung dari ayah. Sebagian muncul dari pemahaman subjek terhadap perannya dalam keluarga.

Temuan ini dapat dikaitkan dengan penelitian Anegayuda et al. 2025) mengenai kesejahteraan psikologis anak sulung perempuan pada masa dewasa awal dan Selian et al. (2025) mengenai pengalaman emosional anak sulung perempuan. Kedua kajian tersebut menjadi konteks untuk memahami bahwa posisi sebagai anak sulung dapat berkaitan dengan pengalaman psikologis dan tanggung jawab keluarga. Secara lebih khusus, Lubis dan Selian (2026) membahas strategi koping anak pertama dalam menghadapi tekanan keluarga. Kajian tersebut relevan untuk membaca pengalaman anak sulung dalam menghadapi tuntutan keluarga, meskipun penelitian ini tidak secara khusus mengukur strategi koping.

Dalam penelitian ini, pengalaman ketiga subjek menunjukkan bahwa tanggung jawab sebagai anak sulung dapat berjalan bersamaan dengan kebutuhan untuk tetap memperoleh perhatian dan dukungan dari orang tua. Oleh karena itu, menjadi anak sulung perempuan tidak selalu berarti harus mampu menyelesaikan seluruh persoalan sendiri. Pengalaman subjek justru memperlihatkan pentingnya ruang bagi anak untuk menjalankan tanggung jawab tanpa kehilangan kesempatan untuk memperoleh bantuan dan dukungan emosional.

3. Tuntutan untuk Menjadi Kuat dan Mandiri

Tema berikutnya berkaitan dengan tuntutan untuk menjadi kuat dan mandiri di hadapan ayah. Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki pemahaman mengenai pentingnya kemandirian, tetapi alasan dan pengalaman yang melatarbelakanginya berbeda. Pada sebagian subjek, kemandirian berkaitan dengan kondisi hubungan keluarga dan jarak

fisik, sedangkan pada subjek lainnya, kemandirian berkaitan dengan peran sebagai anak pertama dan keinginan untuk dapat diandalkan.

Subjek pertama mengungkapkan bahwa ia merasa perlu memperlihatkan kemampuannya kepada ayah setelah hidup berjauhan selama kurang lebih 12 tahun. Ia ingin menunjukkan bahwa dirinya mampu melakukan berbagai hal tanpa harus selalu didampingi oleh ayah.

"Saya harus kuat, saya harus mandiri biar ayah saya tuh lihat kalau saya tuh mampu, bisa sendiri." (S1)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemandirian tidak hanya dipahami sebagai kemampuan menjalankan aktivitas secara mandiri, tetapi juga sebagai cara subjek memperlihatkan kemampuannya kepada ayah. Meskipun demikian, subjek tetap mengakui bahwa dirinya masih membutuhkan bantuan orang tua.

Subjek kedua juga mengungkapkan pentingnya kemandirian sebagai anak perempuan dan anak pertama.

"Ayah saya tentunya inginkan anaknya bisa berdiri di kaki sendiri. Bagaimanapun caranya harus mandiri." (S2)

Sementara itu, subjek ketiga menceritakan bahwa ia sering berusaha terlihat kuat di hadapan ayah dan memilih menyelesaikan masalah sendiri daripada menceritakannya. Ia menjelaskan:

"Kadang sebenarnya saya pengen dibantu atau cuma pengen didengarkan, tapi saya malah memilih diam." (S3)

Pernyataan subjek ketiga memperlihatkan adanya perbedaan antara penampilan mandiri dan kebutuhan emosional yang sebenarnya dirasakan. Keputusan untuk diam tidak selalu berarti subjek tidak membutuhkan bantuan, tetapi dapat menunjukkan kesulitan untuk mengungkapkan kebutuhan tersebut kepada ayah. Subjek juga menegaskan bahwa ayah tidak pernah secara langsung melarangnya bercerita atau memerintahkannya untuk selalu kuat. Dengan demikian, tuntutan tersebut lebih berkaitan dengan pemahaman subjek terhadap peran dan posisinya dalam keluarga.

Secara keseluruhan, hasil wawancara memperlihatkan bahwa kemandirian memiliki dua sisi. Di satu sisi, kemandirian membantu subjek menghadapi tuntutan kehidupan dan menjalankan tanggung jawab. Di sisi lain, dorongan untuk selalu terlihat kuat dapat membuat kebutuhan akan bantuan dan perhatian tidak tersampaikan secara terbuka. Hal ini penting karena kemampuan menyelesaikan masalah sendiri tidak berarti bahwa seseorang tidak membutuhkan dukungan dari orang lain.

Blickman dan Campbell (2023) membahas hubungan ayah dan anak perempuan dengan menekankan pentingnya harapan, komunikasi, dukungan, dan kemandirian dalam hubungan tersebut. Dalam konteks penelitian ini, kemandirian yang dirasakan ketiga subjek perlu dipahami bersama dengan kebutuhan mereka akan dukungan emosional. Temuan tersebut dapat dibaca berdampingan dengan Lubis dan Selian (2026) mengenai strategi koping anak pertama ketika menghadapi tekanan keluarga, dengan tetap memperhatikan bahwa penelitian ini berfokus pada pengalaman

pemaknaan hubungan dengan ayah. Dengan demikian, kemandirian dan kebutuhan untuk diperhatikan bukanlah dua hal yang saling bertentangan. Anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri sekaligus tetap membutuhkan kesempatan untuk bercerita, meminta bantuan, dan memperoleh penguatan dari ayah.

4. Bentuk Perhatian Ayah dalam Kehidupan Sehari-hari

Hasil wawancara menunjukkan bahwa bentuk perhatian ayah merupakan aspek penting dalam pemaknaan *cold caring*. Ketiga subjek mengenali kepedulian ayah melalui bentuk yang berbeda, mulai dari pemenuhan kebutuhan materi, bantuan ketika menghadapi kesulitan, perhatian saat sakit, hingga komunikasi verbal sederhana mengenai aktivitas sehari-hari.

Subjek pertama menggambarkan ayah sebagai sosok yang cenderung cuek dan tidak banyak berbicara. Komunikasi mereka lebih sering berkaitan dengan kebutuhan praktis, seperti uang jajan dan biaya kuliah. Namun, subjek tetap merasakan perhatian melalui tindakan ayah, terutama ketika dirinya sakit. Ia menceritakan:

"Ketika hari ini saya masuk rumah sakit dan besoknya beliau langsung menemui saya dirantau dan langsung tiba ke rumah sakit dan menjaga saya." (S1)

Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa perhatian ayah lebih mudah dikenali oleh subjek melalui tindakan langsung daripada ungkapan kasih sayang secara verbal. Selain datang ketika subjek dirawat, ayah juga mengingatkan subjek agar menjaga kesehatan dan tidak terlambat makan.

Pengalaman subjek ketiga menunjukkan pola yang serupa. Ia menjelaskan bahwa ayah lebih sering menunjukkan kepedulian melalui tindakan daripada kata-kata.

"Kalau saya sakit, ayah biasanya langsung perhatian, misalnya antar berobat atau belikan obat. Kalau ada kegiatan sekolah atau kuliah, kadang ayah yang antar atau jemput." (S3)

Bagi subjek ketiga, bantuan praktis menjadi salah satu cara untuk mengenali kasih sayang ayah. Pemenuhan kebutuhan, bantuan dalam urusan pendidikan, serta perhatian ketika sakit memberikan bukti konkret bahwa ayah berusaha hadir dalam kehidupannya meskipun tidak banyak mengungkapkan perasaan.

Berbeda dari subjek pertama dan ketiga, subjek kedua lebih banyak menggambarkan perhatian ayah melalui komunikasi verbal sederhana.

"Kalau perhatian mungkin ayah saya itu lebih ke kata-kata ya, kayak misalnya tuh nanya gimana nak udah makan atau gimana nak sekolahnya hari ini." (S2)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa perhatian verbal tidak selalu harus berbentuk ungkapan kasih sayang yang panjang atau emosional. Pertanyaan sederhana mengenai makan dan kegiatan sekolah dapat dimaknai sebagai bentuk kepedulian oleh anak. Subjek kedua juga menekankan bahwa perhatian melalui tindakan bukan berarti tidak ada

perhatian, sebab setiap ayah dapat memiliki cara tersendiri dalam menunjukkan kepedulian.

Perbandingan ketiga wawancara memperlihatkan bahwa cara ayah menunjukkan perhatian tidak seragam. Subjek pertama dan ketiga lebih menekankan tindakan nyata, sedangkan subjek kedua mengidentifikasi perhatian melalui komunikasi verbal. Perbedaan ini menunjukkan bahwa istilah *cold caring* dalam penelitian ini tidak dapat digunakan sebagai label mutlak untuk menggambarkan seluruh hubungan ayah dan anak. Istilah tersebut digunakan untuk memahami pengalaman ketika kepedulian dirasakan ada, tetapi cara pengungkapannya belum tentu sesuai dengan kebutuhan emosional anak.

Temuan ini dapat dikaitkan dengan penelitian mengenai keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis perempuan serta Syahputri et al. (2025) mengenai keterlibatan ayah dan harga diri individu dewasa awal. Maulidia dan Selian (2025) juga mengkaji kepercayaan diri perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah. Meskipun kehilangan figur ayah berbeda dari pengalaman memiliki ayah yang hadir tetapi kurang ekspresif secara emosional, penelitian tersebut menjadi pembanding untuk memahami beragam pengalaman relasi dengan ayah. Kajian-kajian ini memberikan konteks mengenai pentingnya keterlibatan ayah dalam kehidupan anak. Namun, hasil penelitian ini tidak menunjukkan bahwa perhatian melalui tindakan selalu cukup untuk memenuhi seluruh kebutuhan emosional anak. Pemaknaan perhatian tetap bergantung pada pengalaman dan kebutuhan setiap individu.

Dengan demikian, perhatian praktis dan komunikasi verbal dapat dipahami sebagai bentuk kepedulian yang saling melengkapi. Pemenuhan kebutuhan menunjukkan tanggung jawab ayah, sedangkan komunikasi yang terbuka dapat membantu anak memahami perhatian tersebut sekaligus merasakan kedekatan emosional dalam hubungan keluarga.

5. Kebutuhan terhadap Dukungan Emosional

Meskipun ketiga subjek dapat mengenali perhatian ayah, hasil wawancara menunjukkan bahwa mereka tetap memiliki kebutuhan terhadap dukungan emosional. Kebutuhan tersebut mencakup keinginan untuk didengarkan, memperoleh respons yang menunjukkan ketertarikan, berbagi pengalaman sehari-hari, serta mendapatkan penguatan ketika menghadapi kesulitan. Temuan ini memperlihatkan bahwa mengetahui ayah peduli tidak selalu sama dengan merasa memperoleh dukungan emosional yang dibutuhkan.

Subjek pertama mengungkapkan keinginannya untuk berbagi pengalaman mengenai perkuliahan, kehidupan sehari-hari, dan pencapaian yang diperolehnya. Ia merasa bahwa ayah mengetahui hasil yang dicapai, tetapi belum tentu memahami proses dan kesulitan yang dialaminya.

"Beliau hanya tahu bahwa IP saya bagus, tapi tidak tahu perjuangan saya untuk mendapatkan IP yang bagus." (S1)

Subjek tersebut juga menjelaskan bahwa dirinya jarang bercerita kepada ayah, meskipun sebenarnya menginginkan dukungan dan respons

yang lebih antusias ketika membagikan pengalaman. Ketika ia menceritakan pencapaian atau kegiatan di kampus, respons ayah cenderung singkat dan lebih berorientasi pada nasihat atau tanggung jawab. Pengalaman ini memperlihatkan bahwa kebutuhan emosional tidak hanya berkaitan dengan ada atau tidaknya respons, tetapi juga dengan bagaimana respons tersebut dirasakan oleh anak.

Subjek kedua secara langsung mengungkapkan harapannya untuk memperoleh dukungan emosional dari ayah.

"Yang pastinya yang saya rasakan tuh berharap banget, adanya dukungan secara emosional." (S2)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan emosional tetap menjadi sesuatu yang diharapkan oleh subjek. Meskipun ia memahami bahwa ayah mungkin memiliki cara tersendiri dalam menunjukkan perhatian dan mengajarkan kemandirian, harapan untuk memperoleh dukungan emosional tidak sepenuhnya hilang.

Sementara itu, subjek ketiga mengungkapkan pengalaman merasa sedih ketika membutuhkan seseorang untuk mendengarkan perasaannya, tetapi ayah lebih sering diam atau langsung memberikan solusi.

"Kadang saya cuma butuh didengarkan atau mungkin dipeluk, nggak harus dikasih solusi." (S3)

Pernyataan tersebut memperlihatkan perbedaan antara dukungan yang berorientasi pada penyelesaian masalah dan dukungan yang berorientasi pada pemahaman perasaan. Bagi subjek ketiga, dalam situasi tertentu, kehadiran emosional berupa kesediaan mendengarkan lebih dibutuhkan daripada pemberian solusi secara langsung. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, ia cenderung memilih bercerita kepada ibu atau teman untuk membicarakan persoalan pribadi dan emosional.

Ketiga pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan terhadap dukungan emosional hadir dalam bentuk yang berbeda, tetapi memiliki kesamaan, yaitu keinginan untuk merasa dipahami oleh ayah. Subjek pertama mengharapkan keterlibatan ayah dalam pengalaman dan pencapaiannya, subjek kedua mengungkapkan harapan terhadap dukungan emosional secara umum, sedangkan subjek ketiga membutuhkan kesediaan untuk mendengarkan perasaan tanpa selalu langsung memberikan solusi.

Temuan ini dapat dikaitkan dengan pembahasan Blickman dan Campbell (2023) mengenai komunikasi dan dukungan dalam hubungan ayah dan anak perempuan. Selain itu, membahas hubungan kelekatan ayah dengan keterbukaan diri pada remaja perempuan. Kedua kajian tersebut memberikan konteks untuk memahami arti komunikasi dalam hubungan keluarga. Mauladisa dan Selian (2026) membahas pola asuh masa kecil dan regulasi emosi pada dewasa awal, sehingga dapat menjadi rujukan kontekstual dalam memahami pentingnya pengalaman pengasuhan bagi kehidupan emosional. Namun, kajian tersebut tidak membuktikan hubungan sebab-akibat pada ketiga subjek penelitian ini. Dalam penelitian ini, keterbatasan komunikasi emosional tampak berkaitan dengan

kecenderungan subjek untuk membatasi cerita atau memilih orang lain sebagai tempat berbagi.

Dengan demikian, dukungan emosional tidak hanya dapat diwujudkan melalui pemberian nasihat atau pemenuhan kebutuhan materi, tetapi juga melalui kesediaan mendengarkan, menunjukkan ketertarikan, dan memberikan respons yang sesuai dengan kebutuhan anak. Temuan ini menegaskan bahwa pengakuan terhadap kasih sayang ayah dapat berjalan berdampingan dengan keinginan untuk memiliki hubungan yang lebih terbuka dan dekat secara emosional.

6. Pemaknaan Kasih Sayang sebagai "Diam tetapi Ada"

Salah satu temuan utama penelitian ini adalah pemaknaan kasih sayang ayah sebagai sosok yang "diam tetapi ada". Ungkapan tersebut secara langsung disampaikan oleh subjek ketiga untuk menggambarkan ayah yang tidak banyak menunjukkan kasih sayang melalui kata-kata, tetapi tetap hadir ketika dirinya membutuhkan bantuan. Makna ini juga terlihat dalam pengalaman subjek pertama dan kedua, meskipun keduanya mengungkapkan pemahaman tersebut dengan cara yang berbeda.

Subjek ketiga menggambarkan kasih sayang ayah melalui ungkapan berikut:

"Mungkin saya bilang... 'diam tapi ada'. Karena ayah memang nggak banyak menunjukkan kasih sayang, tapi sebenarnya kalau saya butuh, ayah selalu ada." (S3)

Ungkapan tersebut merangkum pengalaman subjek dalam memahami perhatian ayah. Sikap pendiam dan keterbatasan ekspresi emosional tidak sepenuhnya dimaknai sebagai ketiadaan kasih sayang. Sebaliknya, subjek mulai memahami bahwa ayah memiliki cara tersendiri dalam menunjukkan kepedulian melalui bantuan dan tindakan nyata.

Pemaknaan serupa tampak pada subjek pertama yang menerima perhatian ayah melalui tindakan, terutama ketika sakit dan ketika membutuhkan dukungan praktis. Ia menjelaskan:

"Jadi memang semuanya tuh lebih ke tindakan." (S1)

Bagi subjek pertama, tindakan ayah memberikan pengalaman emosional yang bermakna karena ia dapat merasakan perhatian secara langsung. Meskipun mengakui bahwa dirinya juga menyukai ungkapan kasih sayang secara verbal, ia tetap dapat memahami dan menerima cara ayah menunjukkan kepedulian melalui tindakan.

Sementara itu, subjek kedua menekankan pentingnya memahami bahwa perhatian tidak selalu ditunjukkan dengan cara yang sama. Ia menyampaikan:

"Mungkin perhatian yang diberikannya itu secara kata-kata tadi, bukan secara tindakan. Jadi kita harus memahami itu, menurut saya." (S2)

Pernyataan subjek kedua memperlihatkan bahwa pemaknaan kasih sayang tidak dapat dilepaskan dari cara individu memahami pola perhatian dalam keluarganya. Subjek tidak hanya menilai kasih sayang berdasarkan

satu bentuk perilaku, tetapi juga berusaha memahami cara ayah menyampaikan kepedulian.

Berdasarkan ketiga wawancara tersebut, kasih sayang ayah dapat dimaknai melalui tindakan, komunikasi sederhana, dan interpretasi anak terhadap perilaku yang dialaminya. Namun, ungkapan "diam tetapi ada" tidak berarti bahwa keterbatasan komunikasi emosional tidak menimbulkan perasaan kurang. Subjek ketiga tetap berharap ayah dapat lebih terbuka, sedangkan subjek pertama menginginkan keterlibatan yang lebih antusias dalam percakapan. Dengan demikian, pengakuan terhadap kasih sayang dan kebutuhan akan kedekatan emosional merupakan dua pengalaman yang dapat muncul secara bersamaan.

Dalam perspektif teori kelekatan, pengalaman menerima bantuan dan respons dari figur orang tua dapat menjadi bagian dari cara anak memahami ketersediaan dan kepedulian orang tua. Akan tetapi, pengalaman tersebut tidak dapat secara langsung digunakan untuk menentukan pola kelekatan tertentu pada ketiga subjek karena penelitian ini tidak melakukan pengukuran atau klasifikasi kelekatan. Kajian Blickman dan Campbell (2023) serta Zhou et al. (2024) memberikan konteks mengenai pentingnya hubungan dan kehadiran ayah, tetapi tidak secara khusus menguji konsep cold caring sebagaimana digunakan dalam penelitian ini.

Oleh karena itu, ungkapan "diam tetapi ada" menjadi temuan penting karena menggambarkan dua sisi pengalaman anak sulung perempuan: adanya pengakuan terhadap kasih sayang ayah dan adanya kebutuhan terhadap ekspresi emosional yang lebih terbuka. Makna kasih sayang tidak sepenuhnya ditentukan oleh banyaknya kata yang diucapkan, tetapi juga oleh tindakan yang dilakukan dan bagaimana tindakan tersebut dipahami oleh anak.

7. Figur Ayah sebagai Sosok yang Baik dan Bertanggung Jawab

Pada akhir wawancara, ketiga subjek tetap menunjukkan penilaian yang bermakna terhadap figur ayah dalam kehidupan mereka. Meskipun terdapat keterbatasan komunikasi dan kebutuhan emosional yang belum sepenuhnya terpenuhi, para subjek tetap mengenali tanggung jawab, perhatian, dan usaha ayah dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Temuan ini memperlihatkan bahwa pemaknaan terhadap ayah tidak sepenuhnya positif atau negatif, melainkan terbentuk dari perpaduan pengalaman menerima perhatian dan merasakan keterbatasan kedekatan emosional.

Subjek pertama menggambarkan ayah sebagai sosok yang baik dan bertanggung jawab meskipun cenderung cuek. Ia menyampaikan:

"Walaupun beliau cuek, tapi beliau itu adalah ayah yang sangat baik, ayah yang sangat sayang pada anaknya, ayah yang sangat bertanggung jawab pada anaknya." (S1)

Penilaian tersebut didasarkan pada pengalaman subjek menerima pemenuhan kebutuhan, perhatian ketika sakit, dan tindakan ayah yang menunjukkan kepedulian meskipun mereka telah lama tinggal berjauhan. Bagi subjek pertama, keterbatasan komunikasi tidak menghapus

keyakinannya bahwa ayah tetap menyayangi dan bertanggung jawab terhadap dirinya.

Subjek kedua juga memandang ayah sebagai orang tua yang berusaha memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Ia mengungkapkan:

"Menurut saya ayah itu adalah sosok orang tua yang ingin mengusahakan apapun itu demi anak-anaknya." (S2)

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa subjek memahami tanggung jawab ayah melalui upaya untuk memberikan kebutuhan ekonomi maupun kasih sayang. Pemaknaan ini menunjukkan adanya penghargaan terhadap usaha orang tua, sekalipun dukungan emosional masih menjadi harapan yang ingin diperoleh.

Sementara itu, subjek ketiga menggambarkan ayah sebagai sosok yang tetap penting dalam kehidupannya dan menunjukkan kasih sayang melalui cara yang berbeda.

"Kalau sekarang saya melihat ayah itu sebenarnya sayang sama saya, cuma cara menunjukkannya memang berbeda." (S3)

Pernyataan tersebut menunjukkan perubahan dalam cara subjek memahami hubungan dengan ayah. Jika sebelumnya keterbatasan ungkapan verbal dapat membuatnya merasa kurang diperhatikan, kini ia mulai melihat kembali tindakan ayah sebagai bentuk kepedulian. Meskipun demikian, subjek tetap berharap agar ayah lebih terbuka dan lebih sering berkomunikasi.

Ketiga pernyataan tersebut menunjukkan bahwa penilaian terhadap figur ayah dibentuk melalui keseluruhan pengalaman hubungan, bukan hanya berdasarkan satu aspek perilaku. Tanggung jawab dan pemenuhan kebutuhan menjadi hal yang dihargai, sedangkan komunikasi dan dukungan emosional tetap menjadi aspek yang diharapkan dapat berkembang. Dengan kata lain, subjek dapat memandang ayah sebagai sosok yang baik sekaligus mengakui bahwa terdapat kebutuhan emosional yang belum sepenuhnya terpenuhi.

Temuan ini dapat ditempatkan dalam konteks penelitian mengenai keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis perempuan, seperti yang dibahas oleh. Maulidia dan Selian (2025) juga mengkaji kepercayaan diri perempuan dewasa awal yang kehilangan sosok ayah. Balqis dan Selian (2025) membahas pengalaman remaja dari keluarga *broken home* dalam menghadapi trauma masa kecil. Kedua penelitian tersebut memiliki konteks berbeda dari pengalaman ketiga subjek, tetapi dapat menjadi pembanding untuk menunjukkan bahwa relasi dan pengalaman keluarga dapat dimaknai dari beragam kondisi. Hasil penelitian ini tetap tidak digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat antara karakter ayah dan kesejahteraan psikologis subjek.

Secara keseluruhan, pengalaman ketiga subjek memperlihatkan bahwa figur ayah cold caring dimaknai melalui hubungan yang kompleks. Kasih sayang dapat dikenali melalui tanggung jawab dan tindakan nyata, tetapi kebutuhan akan komunikasi terbuka, perhatian verbal, dan dukungan emosional tetap ada. Oleh karena itu, keterbatasan ekspresi emosional tidak

secara otomatis membuat ayah dipandang sebagai sosok yang tidak peduli. Sebaliknya, anak dapat menghargai perhatian yang telah diterima sambil tetap berharap agar hubungan dengan ayah menjadi lebih dekat.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap tiga perempuan dewasa awal yang merupakan anak sulung, dapat disimpulkan bahwa figur ayah berkarakter *cold caring* dimaknai sebagai sosok yang tetap menunjukkan kepedulian dan kasih sayang, tetapi cenderung kurang ekspresif dalam mengungkapkan perasaan secara verbal maupun emosional. Pemaknaan tersebut terbentuk melalui pengalaman hubungan dengan ayah sejak masa kecil, tanggung jawab sebagai anak sulung perempuan, tuntutan untuk menjadi mandiri, serta bentuk perhatian yang diterima dalam kehidupan sehari-hari. Ketiga subjek memiliki pengalaman yang berbeda, tetapi menunjukkan kesamaan dalam mengakui bahwa kasih sayang ayah dapat diwujudkan melalui tindakan nyata, meskipun kebutuhan terhadap kedekatan emosional tetap dirasakan.

Pengalaman sebagai anak sulung perempuan berkaitan dengan harapan untuk menjadi contoh bagi adik, memahami keadaan keluarga, dan menunjukkan kemandirian. Tuntutan untuk terlihat kuat terkadang membuat subjek memilih menyelesaikan persoalan sendiri atau menahan perasaan ketika membutuhkan bantuan. Di sisi lain, ketiga subjek tetap mengharapkan dukungan emosional berupa kesediaan ayah untuk mendengarkan, menunjukkan ketertarikan terhadap pengalaman mereka, memberikan apresiasi, serta memahami perasaan tanpa selalu berfokus pada pemberian solusi. Bentuk perhatian ayah, seperti memenuhi kebutuhan, membantu ketika menghadapi kesulitan, memberikan perhatian saat sakit, dan menanyakan kegiatan sehari-hari, menjadi cara bagi subjek untuk mengenali kasih sayang dan tanggung jawab ayah.

Salah satu temuan utama penelitian ini adalah pemaknaan kasih sayang melalui ungkapan “diam tetapi ada”. Ungkapan tersebut menggambarkan pemahaman bahwa ayah mungkin tidak banyak mengungkapkan kasih sayang melalui kata-kata, tetapi tetap menunjukkan kepedulian melalui tindakan dan kehadiran ketika dibutuhkan. Meskipun demikian, pengakuan terhadap kasih sayang ayah dapat berjalan bersamaan dengan perasaan kurang dekat secara emosional. Ketiga subjek tetap memandang ayah sebagai sosok yang baik dan bertanggung jawab, sekaligus mengakui adanya kebutuhan emosional yang belum sepenuhnya terpenuhi. Dengan demikian, pemaknaan figur ayah *cold caring* bersifat kompleks dan subjektif karena dipengaruhi oleh pengalaman serta kebutuhan emosional masing-masing individu.

Berdasarkan temuan tersebut, ayah diharapkan tidak hanya menunjukkan kasih sayang melalui pemenuhan kebutuhan dan tindakan nyata, tetapi juga membangun komunikasi emosional yang lebih terbuka dengan anak. Kebiasaan mendengarkan cerita, menanyakan perasaan, memberikan apresiasi, dan merespons kebutuhan anak dengan empati dapat

membantu mempererat hubungan keluarga. Anak sulung perempuan juga diharapkan memahami bahwa kemandirian tidak berarti harus selalu terlihat kuat atau menyelesaikan seluruh persoalan seorang diri. Menyampaikan perasaan, meminta bantuan, dan menerima dukungan merupakan bagian dari hubungan yang sehat. Bagi keluarga, penting untuk membangun komunikasi dua arah agar perbedaan cara menunjukkan kasih sayang dapat dipahami tanpa mengabaikan kebutuhan emosional setiap anggota keluarga.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam dari segi latar belakang keluarga, usia, dan pengalaman hubungan dengan ayah. Peneliti juga dapat menggali perspektif ayah untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai cara mereka mengekspresikan kepedulian dan memaknai tanggung jawab terhadap anak. Selain itu, penelitian berikutnya dapat mengeksplorasi keterkaitan pengalaman *cold caring* dengan komunikasi keluarga, keterbukaan diri, dan dukungan emosional. Istilah *cold caring* perlu tetap digunakan sebagai konsep deskriptif untuk memahami pengalaman subjektif partisipan, bukan sebagai diagnosis atau label kepribadian yang berlaku umum. Mengingat penelitian ini hanya melibatkan tiga subjek, hasil penelitian tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan kepada seluruh anak sulung perempuan, tetapi diharapkan dapat menjadi landasan bagi kajian lanjutan mengenai dinamika hubungan ayah dan anak dalam keluarga.

Daftar Pustaka

Anegayuda, G. Y., Basaria, D., & Uranus, C. H. (2021). *17*(2), 276–285. https://doi.org/10.24114/psikologikonseling.v17i2.69433

Anwar, P. N., & Nur, H. (2024). Gambaran Pemilihan Pasangan Hidup (Mate Selection) Perempuan Dewasa Awal Ditinjau Dari Keterlibatan Ayah. *Jurnal Psikologi Malahayati*, *6*(1), 91–106. https://doi.org/10.33024/jpm.v6i1.11107

Balqis, P., & Selian, S. N. (2025). Pengalaman Remaja dari Keluarga Broken Home dalam Menghadapi Trauma Masa Kecil. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, *3*(4), 222–231. https://doi.org/10.61132/observasi.v3i4.1895

Blickman, R. S., & Campbell, C. G. (2023). Moving toward an integrated model of the father–daughter relationship during adolescence. *Family Relations*, *72*(5), 2664–2678. https://doi.org/10.1111/fare.12787

Damri, R., Yolissia, F. A., Geofanny, N., Afifah Arsa, A., & Kusumaningrum, F. A. (2026). Father Involvement, Nurturant Fathering, and Attachment Styles among Women in Early Adulthood. *Jurnal Psikologi Talenta*, *Vol 11*, *No*(2), 38–48. https://doi.org/10.26858/talenta.v11i2.77190

Khalefa, & Selian, S. N. (2021). Non-Random Samples as a Data Collection Tool in Qualitative Art-Related Studies. *IJCAS (International Journal of Creative and Arts Studies)*, *8*(1), 35–49.

https://doi.org/10.24821/ijcas.v8i1.5184

Lubis, G., & Selian, S. N. (2026). Strategi koping anak pertama dalam menghadapi tekanan keluarga. *Jurnal Cakrawala Akademika*, *2*(6), 401–409. https://doi.org/10.70182/jca.v2i6.1800

Mauladisa, L., & Selian, S. N. (2026). Pengaruh Pola Asuh Masa Kecil Terhadap Regulasi Emosi Pada Dewasa Awal: Studi Kualitatif. *Educate : Journal of Education and Learning*, *4*(1), 185–201. https://doi.org/10.61994/educate.v4i1.1769

Maulidia, R., & Selian, S. N. (2025). Gambaran Kepercayaan Diri pada Perempuan Dewasa Awal yang Kehilangan Sosok Ayah. *Jurnal Cakrawala Akademika*, *2*(4), 522–531. https://doi.org/10.70182/jca.v2i4.1426

Miranda, A. S., & Subroto, U. (2026). Hubungan Keterlibatan Ayah dengan Insecure Attachment pada Wanita Dewasa Awal yang Menjalin Hubungan Romantis. *Yasin*, *6*(1), 741–760. https://doi.org/10.58578/yasin.v6i1.8965

Rizkiyani, F., & Selian, S. N. (2025). Paradigma Teoretis dalam Psikologi: Landasan Filsafati, Peluang, dan Limitasi dalam Penelitian dan Praktik Psikologi. *Jurnal Filsafat Indonesia*, *8*(1), 15–24. https://doi.org/10.23887/jfi.v8i1.81304

Selian, S. N., Nur Hasmalawati, Shanaz Ramadhini, & Fitrah Luthfia. (2025). Analisis kelekatan orangtua dan gangguan perilaku anak: studi kasus anak tunalaras. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *15*(2), 151–166. https://doi.org/10.25273/counsellia.v15i2.23292

Sitasari, W. N. (2022). Mengenal Analisa Konten Dan Analisa Tematik Dalam Penelitian. *Forum Ilmiah*, *19*(1), 77–84. https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-23188-11_2248.pdf

Syahputri, W. H., Azahra, A., & Risnawati, E. (2025). The Greater Father Involvement in Parenting, The Better Self-Esteem Develops. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, *9*(1), 1. https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v9i1.26306

Zhou, J., Wei, X., & Xue, L. (2024). Father presence, adolescent girls' resilience, psychological security, and achievement goal orientation: examining direct and indirect associations. *Frontiers in Psychology*, *15*(October). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1403403