

GAMBARAN *TOXIC RELATIONSHIP* ANTARA AYAH DAN ANAK PEREMPUAN DALAM KELUARGA DI KOTA KUPANG

Juwita D.R Nomleni*, M.K.P Abdi Keraf, Juliana M.Y Benu

Program Studi Psikologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

*Corresponding author: Telp: +6282146292499, email: juwianomleni00@gmail.com

ABSTRAK

Toxic relationship antara ayah dan anak perempuan merupakan fenomena yang kompleks, terutama dalam konteks budaya patriarkis yang menempatkan ayah sebagai figur otoritas tertinggi dalam keluarga. Pola-pola negatif seperti kontrol berlebihan, pengabaian emosional, kekerasan verbal, perbandingan sosial yang menyakitkan, dan manipulasi psikologis sering kali muncul dalam hubungan ini yang berdampak pada kesehatan mental anak perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan dalam keluarga di Kota Kupang, daerah yang menunjukkan angka kekerasan emosional terhadap anak perempuan yang cukup tinggi. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, penelitian ini melibatkan lima partisipan perempuan berusia 18–25 tahun yang memiliki pengalaman relasi tidak sehat dengan ayah mereka. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian mengungkapkan tiga tema utama: ketimpangan relasi kuasa dalam hubungan ayah dan anak perempuan, dampak psikologis terhadap anak perempuan serta strategi bertahan, Harapan dan ambivalensi terhadap figur ayah. Penelitian ini menyoroti urgensi kesadaran kolektif mengenai dampak jangka panjang relasi disfungsional dalam keluarga dan pentingnya intervensi psikologis yang kontekstual serta berbasis budaya lokal.

Kata Kunci: Anak Perempuan, Budaya Patriarkis, Keluarga, Relasi Kuasa, *Toxic Relationship*

ABSTRACT

Toxic relationships between fathers and daughters represent a complex phenomenon, particularly within patriarchal cultures that position the father as the highest authority figure in the family. Negative patterns such as excessive control, emotional neglect, verbal abuse, painful social comparisons, and psychological manipulation often emerge in these relationships, significantly affecting the daughter's mental health. This study aims to describe toxic father and daughter relationships within families in Kupang City, a region with a notably high rate of emotional abuse against young women. Using a qualitative approach with a phenomenological method, the study involved five female participants aged 18–25 who had experienced unhealthy relationships with their fathers. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The findings revealed three main themes: power imbalance in father-daughter relationships, psychological impacts on the daughters, and survival strategies, along with hope and emotional ambivalence toward the father figure. This study highlights the urgent need for collective awareness of the long-term effects of dysfunctional family relationships and emphasizes the importance of psychological interventions that are contextual and culturally grounded.

Keywords: daughter, family, patriarchal culture, power relations, toxic relationship

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan tempat utama dalam pembentukan kepribadian, identitas, dan kesehatan mental anak. Di dalam struktur keluarga, hubungan antara ayah dan anak perempuan memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk rasa percaya diri, harga diri, serta kemampuan sosial anak¹. Namun, tidak semua relasi dalam keluarga berkembang secara sehat. Dalam banyak kasus, hubungan antara ayah dan anak perempuan justru menjadi sumber tekanan emosional yang serius akibat pola interaksi yang bersifat dominatif, mengontrol, merendahkan, atau bahkan penuh manipulasi psikologis. Fenomena ini dikenal sebagai *toxic relationship*, yakni hubungan yang merusak secara emosional maupun psikologis².

Fenomena *toxic relationship* dalam keluarga semakin memprihatinkan dalam konteks budaya patriarkis, seperti yang terjadi di Kota Kupang, di mana sosok ayah seringkali mendominasi dan menempatkan anak perempuan pada posisi pasif dan tidak berdaya³. Penelitian yang dilakukan oleh Hasida mengatakan bahwa anak yang memiliki kedekatan dengan ayahnya cenderung lebih optimis, percaya diri, serta mampu menyelesaikan masalah-masalah sebelumnya⁴. Berbeda dengan anak yang kurang dekat dengan ayahnya, mereka cenderung pesimis dan tidak mampu bertanggung jawab atas hidupnya. Penelitian sebelumnya, hubungan antara ayah dengan anak perempuannya akan berdampak pada harga diri anaknya⁵. Keterlibatan emosional seorang ayah sangat mempengaruhi pembentukan harga diri, kemampuan regulasi emosi, serta pola hubungan interpersonal anak perempuan saat dewasa⁶.

Data dari Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Kota Kupang, sepanjang tahun 2022 tercatat 137 kasus kekerasan terhadap anak, meningkat dari 68 kasus pada tahun sebelumnya. Dari jumlah tersebut, kekerasan psikis merupakan jenis kekerasan terbanyak

dengan 47 kasus, terdiri dari 33 korban perempuan dan 14 korban laki-laki. Kekerasan ini meliputi tindakan seperti penghinaan, pengabaian kebutuhan anak, kurangnya dukungan emosional, perbandingan, manipulasi, penghinaan, ancaman dan perlakuan lain yang menyebabkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, depresi, cemas dan perasaan tidak berdaya⁷. Fenomena ini semakin di perparah karena dinamika sosial kultural yang unik di wilayah tersebut, dimana masih banyak keluarga yang memiliki struktur patriarkis yang kuat, ayah dianggap sebagai kepala keluarga dan memiliki otoritas tertinggi³. Hal ini dapat menyebabkan anak perempuan memiliki peran yang terbatas dan tidak memiliki kesempatan untuk mengembangkan diri secara optimal. Selain itu, budaya patriarkis juga dapat menyebabkan anak perempuan menjadi korban kekerasan baik itu kekerasan fisik maupun kekerasan psikis⁸. Fakta tentang *toxic relationship* ini semakin relevan dengan adanya laporan dari berbagai lembaga kesehatan mental yang mencatat peningkatan konsultasi terkait masalah hubungan keluarga di wilayah tersebut.

Penelitian terdahulu telah membahas dinamika hubungan disfungsional antara orang tua dan anak, seperti penelitian oleh Putri & Rahmadanti yang menyoroti dampak keterlibatan emosional ayah terhadap harga diri anak perempuan⁵, dan Carelina & Suherman yang mengungkapkan bahwa kurangnya kepedulian dan pola komunikasi yang buruk memicu trauma emosional dalam keluarga⁹. Namun, sebagian besar penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif atau difokuskan pada relasi romantis, hubungan ibu-anak, atau fenomena fatherless, tanpa menggali secara spesifik relasi ayah-anak perempuan melalui pendekatan fenomenologis dalam konteks budaya lokal.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman subjektif *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan dalam keluarga di Kota Kupang, dengan

menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi. Penelitian ini tidak hanya menyajikan narasi dari para partisipan, tetapi juga mengeksplorasi makna yang mereka bangun dari pengalaman tersebut. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dalam bidang psikologi keluarga dan klinis.

Hipotesis dari penelitian ini adalah: *Toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan dapat dimanifestasikan melalui bentuk kontrol berlebihan, pengabaian emosional, kekerasan verbal, dan manipulasi psikologis yang berdampak signifikan terhadap kesehatan mental anak perempuan.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada konteks budaya lokal yang kuat yakni Kota Kupang dengan struktur keluarga patriarkis yang khas serta pendekatan kualitatif fenomenologi yang belum banyak digunakan untuk mengkaji relasi ayah-anak perempuan di Indonesia bagian timur. Penelitian ini juga menyoroti aspek emosional dan strategi bertahan anak perempuan dalam menghadapi relasi yang tidak sehat, sesuatu yang belum banyak dieksplorasi dalam literatur sebelumnya.

Manfaat penelitian ini meliputi:
Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap literatur psikologi keluarga, terutama dalam memahami dampak relasi ayah-anak dalam konteks budaya patriarkis. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi psikolog, pendidik, orang tua, dan masyarakat umum dalam membangun pola relasi yang lebih sehat dan suportif di dalam keluarga.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi, untuk menggali pengalaman subjektif anak perempuan yang mengalami *toxic relationship* dengan ayahnya di Kota Kupang. Partisipan dipilih secara purposive

sampling sebanyak lima orang perempuan berusia 18–25 tahun yang memenuhi kriteria inklusif yang telah ditentukan dan bersedia menandatangani informed consent. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, baik secara langsung maupun daring, serta didukung dengan observasi non-partisipatif. Instrumen utama adalah pedoman wawancara berdasarkan ciri-ciri *toxic relationship* dari Whitney dan Llyod¹⁰. Variabel tunggal dalam penelitian ini adalah *toxic relationship*, dengan indikator seperti kontrol berlebihan, pengabaian emosional, kekerasan verbal, perbandingan negatif, dan manipulasi psikologis. Analisis data menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Untuk menjamin keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber, yaitu dengan konfirmasi data dari orang terdekat partisipan atas izin mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini mengidentifikasi tiga tema utama dari pengalaman lima partisipan perempuan berusia 18–25 tahun yang mengalami *toxic relationship* dengan ayah mereka di Kota Kupang. Temuan diperoleh melalui analisis data dengan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Tabel.1 Data demografi partisipan

Kode Responden	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Jumlah Saudara & urutan Anak
P1	22 tahun	S1 (sedang kuliah)	Mahasiswa	Anak ketiga dari empat bersaudara
P2	20 tahun	SMK	Karyawan Indomaret	Anak kedua dari tiga bersaudara

P3	24 tahun	S1	Karyawan Swasta	Anak keempat dari enam bersaudara	kondisi psikologis saat ini, tetapi juga memengaruhi pembentukan identitas diri dan pola relasi interpersonal di masa mendatang. Oleh karena itu, dibutuhkan perhatian serius dalam bentuk intervensi psikologis dan edukasi keluarga berbasis nilai-nilai lokal untuk memutus siklus hubungan disfungsi yang seringkali tersembunyi di balik norma budaya patriarkis.
P4	24 tahun	S1 (sedang kuliah)	Mahasiswa	Anak pertama dari empat bersaudara	
P5	22 tahun	S1 (sedang kuliah)	Mahasiswa	Anak pertama dari tujuh bersaudara	

Sumber peneliti 2025

Berdasarkan hasil analisis terhadap lima partisipan perempuan berusia 18–25 tahun di Kota Kupang, dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan ditandai oleh pola relasi yang tidak sehat dan tidak seimbang secara emosional maupun struktural. Hubungan ini secara konsisten menunjukkan kontrol yang berlebihan, pengabaian emosional, kekerasan verbal, serta perbandingan sosial yang merendahkan.

Seluruh partisipan melaporkan pengalaman yang serupa: mereka merasa tidak memiliki otonomi pribadi, tidak mendapatkan dukungan emosional dari ayah, serta tumbuh dalam suasana rumah yang penuh tekanan dan minim validasi. Konsekuensi psikologis yang muncul mencakup kehilangan rasa percaya diri, keraguan terhadap diri sendiri, kecemasan, dan dalam beberapa kasus, gejala depresi. Meskipun demikian, partisipan menunjukkan berbagai bentuk mekanisme bertahan (*coping*), seperti *journaling*, berdoa, mendengarkan musik, dan mencari dukungan sosial atau profesional. Menariknya, semua partisipan masih menyimpan ambivalensi emosional terhadap ayah mereka. Di satu sisi, mereka menyadari luka dan ketidakadilan yang dialami, namun di sisi lain tetap berharap akan adanya perubahan, rekonsiliasi, dan hubungan yang lebih sehat di masa depan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *toxic relationship* dalam keluarga, khususnya antara ayah dan anak perempuan, bukan hanya berdampak pada

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan dalam keluarga di Kota Kupang memiliki pola yang konsisten, yaitu ketimpangan relasi kuasa, kontrol berlebihan, kekerasan verbal, serta dampak psikologis yang signifikan. Temuan ini selaras dengan konteks budaya patriarkis di mana ayah diposisikan sebagai figur otoritas tertinggi dalam keluarga, sering kali tanpa ruang dialog atau ekspresi emosional dari pihak anak.

Ketimpangan relasi kuasa menjadi tema utama yang muncul dari seluruh partisipan. Ayah memiliki dominasi penuh terhadap keputusan anak perempuan, termasuk dalam aspek pendidikan, pergaulan, dan kegiatan sehari-hari. Relasi ini mencerminkan teori Michel Foucault mengenai kekuasaan yang bekerja secara halus dan sistematis, bahkan dalam ruang keluarga yang seharusnya menjadi tempat dukungan emosional¹¹. Dalam konteks Kota Kupang, relasi ini diperparah oleh struktur budaya yang masih memegang nilai-nilai patriarkis secara kuat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sagala dan Zuhriah yang menunjukkan bahwa relasi keluarga yang otoriter berpotensi besar melahirkan dinamika hubungan yang tidak sehat¹².

Selain dominasi, kontrol berlebihan dan kekerasan verbal juga menjadi bentuk nyata dari *toxic relationship*. Partisipan melaporkan pembatasan aktivitas sosial, larangan terhadap pilihan pendidikan, dan

perlakuan verbal yang merendahkan. Hal ini mengindikasikan praktik pengasuhan yang tidak hanya menekan otonomi anak, tetapi juga berdampak pada psikologis mereka. Whitney dan Lloyd menyebut bahwa kontrol ekstrem dan kekerasan verbal merupakan elemen sentral dalam hubungan toksik yang menurunkan rasa aman dan kepercayaan diri anak¹⁰. Di sisi lain, dalam budaya lokal, tindakan semacam ini sering kali tidak dipersepsi sebagai kekerasan, melainkan bentuk “didikan”.

Akibat dari pola relasi tersebut adalah munculnya dampak psikologis yang nyata. Partisipan menunjukkan tanda-tanda *self-doubt*, kecemasan, dan dalam beberapa kasus mengalami stres berat hingga muncul pikiran menyakiti diri sendiri. Temuan ini memperkuat penelitian Mayseless dan Scharf yang menegaskan bahwa hubungan ayah-anak yang minim dukungan emosional dapat mengganggu perkembangan harga diri dan kestabilan afektif anak perempuan⁶. Meskipun penelitian ini tidak menggunakan instrumen kuantitatif untuk mengukur gejala psikologis secara formal, narasi mendalam dari partisipan menunjukkan intensitas emosional yang tinggi dan pola gangguan psikologis yang berulang.

Menariknya, meskipun mengalami luka batin yang mendalam, seluruh partisipan masih menunjukkan harapan akan terjadinya perbaikan hubungan dengan ayah mereka. Mereka menggambarkan perasaan cinta dan benci yang bercampur, serta kerinduan akan pelukan, validasi, dan kehadiran emosional dari figur ayah. Ambivalensi emosional ini menunjukkan bahwa keterikatan psikologis anak pada orang tua tetap kuat, bahkan dalam relasi yang merugikan. Hal ini didukung oleh teori keterikatan Bowlby yang menyatakan bahwa anak tetap membangun ikatan emosional primer terhadap pengasuh utama, terlepas dari kualitas hubungan tersebut¹³. Studi Syafdana dan Gumelar juga menemukan bahwa individu dalam hubungan *toxic*

cenderung mempertahankan harapan akan perubahan, bukan pemutusan relasi secara total¹⁴.

Partisipan juga menunjukkan berbagai strategi bertahan (*coping*), seperti menulis jurnal, berdoa, mendengarkan musik, atau mencari bantuan dari profesional. Mekanisme ini termasuk dalam bentuk *coping* emosional yang adaptif, sebagaimana dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman, yakni upaya individu mengelola reaksi emosional terhadap stresor yang tidak dapat segera diubah¹⁵. Namun, karena strategi ini bersifat individual dan tidak menyentuh akar masalah relasi, proses penyembuhan tetap terbatas. Hal ini menjadi tantangan bagi intervensi psikologis yang perlu mempertimbangkan pendekatan yang lebih sistemik dan berbasis keluarga.

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada keterbatasan jumlah partisipan serta tidak dilibatkannya perspektif dari pihak ayah atau anggota keluarga lain yang bisa memberikan pandangan tambahan. Selain itu, pendekatan fenomenologis yang digunakan tidak memungkinkan peneliti untuk mengukur secara kuantitatif tingkat keparahan dampak psikologis. Meski demikian, kedalaman narasi yang diperoleh memberi gambaran menyeluruh tentang realitas yang dihadapi anak perempuan dalam relasi yang disfungsi.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan merupakan persoalan serius yang memiliki implikasi jangka panjang, baik secara psikologis maupun sosial. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi yang berbasis budaya lokal serta peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya membangun relasi keluarga yang sehat, setara, dan suportif secara emosional.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di simpulkan bahwa penelitian ini menunjukkan, *toxic relationship* antara ayah dan anak perempuan dalam keluarga di Kota Kupang terbentuk karena adanya ketimpangan relasi kuasa yang mengakar kuat dalam struktur keluarga patriarkal. Ayah cenderung mengontrol penuh kehidupan anak perempuan tanpa memberikan ruang partisipasi atau dukungan emosional yang memadai. Dalam hubungan tersebut, ditemukan pola perilaku seperti kontrol berlebihan, kurangnya dukungan emosional dan kehadiran secara emosional, kekerasan verbal dan emosional, manipulasi emosional dan penyalahgunaan kekuatan, serta perbandingan negatif antar saudara.

Akibat dari relasi yang tidak sehat ini, anak perempuan mengalami berbagai dampak psikologis serius, seperti rendahnya harga diri, kecemasan berlebih, muncul keraguan dalam diri, hingga trauma emosional. Namun di tengah luka emosional tersebut, sebagian besar partisipan masih menyimpan harapan akan perubahan dan kedekatan emosional dengan ayah mereka, yang menunjukkan adanya ambivalensi dalam hubungan ini.

Penelitian ini menegaskan bahwa *toxic relationship* bukan sekadar isu personal, tetapi juga merupakan dampak dari sistem nilai budaya yang menempatkan ayah dalam posisi dominan tanpa ruang koreksi. Oleh karena itu, pemahaman dan intervensi terhadap relasi keluarga harus mempertimbangkan faktor budaya, sosial, dan psikologis secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zia M, Hossain M, Rahman S. The effect of father-daughter relationships on daughters' self-esteem: A case study from South Asia. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 2015;5(2):70–75.
doi:10.5923/j.ijpbs.20150502.06
2. Glass L. *Toxic People: 10 Ways of Dealing with People Who Make Your Life Miserable*. Avon, Massachusetts: Adams Media; 2019.
3. Geertz C. *The Religion of Java*. Chicago: University of Chicago Press; 1961.
4. Hasida N. Relasi Ayah dan Anak dalam Konteks Perkembangan Psikologis Anak. In: Sonna H, ed. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Pustaka Cendekia; 2007.
5. Putri N, Rahmadanti F. Keterlibatan Ayah dan Harga Diri Anak Perempuan. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 2023;12(1):33–42.
6. Mayseless O, Scharf M. What does it mean to be a partner? The underlying qualities of intimacy as perceived by adolescents. *Journal of Adolescence*. 2009;32(2):273–287.
doi:10.1016/j.adolescence.2008.03.007
7. Dinas P3A Kota Kupang. (2023). Profil Gender dan Anak Kota Kupang Tahun 2023. Diakses dari <https://dp3a.kupangkota.go.id>.
8. KPPA (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak). *Profil Anak Indonesia*. Jakarta: Kementerian PPPA; 2019.
9. Carelina D, Suherman U. Komunikasi dalam Keluarga dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Konseling dan Psikoterapi*. 2020;8(2):95–106.
10. Whitney D, Lloyd K. Understanding Toxic Parenting: Patterns of Control and Emotional Neglect. *Journal of Family Psychology*. 2025;39(1):12–25.
11. Foucault, M. (1977). Discipline and punish: The birth of the prison (A. Sheridan, Trans.). Vintage Books.
12. Sagala Y, Zuhriah Z. Relasi Keluarga Otoriter dan Dampaknya Terhadap

- Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Medika Alkhairaat*. 2024;7(1):45–55.
13. Bowlby J. *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books; 1988. Syafdana D, Gumelar R. Ambivalensi Emosional dalam Relasi *Toxic* antara Anak dan Orang Tua. *Jurnal Medika Alkhairaat*. 2024;7(2):88–97.
 14. Syafdana D, Gumelar R. Ambivalensi Emosional dalam Relasi *Toxic* antara Anak dan Orang Tua. *Jurnal Medika Alkhairaat*. 2024;7(2):88–97.
 15. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer; 1984.