

Hubungan Antara *Fatherless* dengan Kecemasan Terhadap Pernikahan pada Perempuan Dewasa yang Belum Menikah

Miranda Amalia^{1*}, Mamang Efendy², Ricky Alejandro Martin³

¹⁻⁴ Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

*Corresponding email: miranda10102000@gmail.com

Abstrak

Penelitian kuantitatif korelasional ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fatherless* (ketidakhadiran peran ayah secara fisik dan psikologis) dengan kecemasan terhadap pernikahan pada 100 perempuan dewasa belum menikah (usia 18 – 40 tahun) di Kota Surabaya. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert melalui teknik *purposive* dan *snowball* sampling. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai $r = -0,154$ dengan signifikansi $p = 0,127$ ($p > 0,05$), yang berarti hipotesis ditolak yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan. Secara deskriptif, meskipun tingkat *fatherless* dan kecemasan pernikahan responden sama-sama berada di kategori tinggi, temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan pernikahan pada perempuan dewasa di Surabaya saat ini lebih banyak dipicu oleh kecemasan kolektif dan stimulus eksternal (seperti tekanan sosial, finansial, isu perselingkuhan, dan media sosial) daripada sejarah pengasuhan masa lalu secara linear.

Kata Kunci: *Fatherless*, Kecemasan Pernikahan, Perempuan Dewasa, Belum Menikah

Abstract

This quantitative correlational study aimed to examine the relationship between "fatherlessness" (the physical and psychological absence of a father figure) and marriage anxiety among 100 unmarried adult women (aged 18–40) in Surabaya. Data were collected using Likert-scale questionnaires via purposive and snowball sampling techniques. Correlation analysis yielded an r -value of -0.154 with a significance level of $p = 0.127$ ($p > 0.05$); consequently, the hypothesis positing a relationship between fatherlessness and marriage anxiety was rejected. Descriptively, although both fatherlessness and marriage anxiety levels among respondents fell into the "high" category, the findings suggest that marriage anxiety among adult women in Surabaya is currently driven more by collective anxiety and external stimuli such as social and financial pressures, infidelity, and social mediathan by a linear link to past upbringing.

Keywords: *atherlessness, Marriage Anxiety, Adult Women, Unmarried*

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan fase transisi krusial dalam rentang usia 18–40 tahun yang disertai dengan tugas perkembangan untuk memilih teman hidup dan membangun penyesuaian perkawinan yang harmonis (Hurlock, 1980). Pernikahan bukan sekadar penyatuan legal formal, melainkan sebuah integrasi psikologis yang menuntut kesiapan emosional yang matang agar pasangan mampu menghadapi kompleksitas dinamika rumah tangga di masa depan (Aini & Afdal, 2020). Ketidaksiapan mental dalam mengintegrasikan tuntutan peran baru ini sering kali memicu respons emosional dan kognitif yang negatif, yang termanifestasi dalam bentuk kecemasan terhadap pernikahan.

Kecemasan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan tegang, ketakutan, dan kekhawatiran yang tidak jelas sumbernya namun dirasakan sebagai ancaman nyata terhadap kesejahteraan psikologis (Junaidin dkk., 2023). Dalam lanskap modern sosiokultural di Indonesia, fenomena kecemasan terhadap pernikahan saat ini menjadi sorotan yang masif seiring viralnya gerakan kolektif "*Marriage is Scary*" di berbagai platform media social (Rahmadia & Rahma, 2025). Banyak perempuan dewasa awal mengekspresikan distorsi kepercayaan (*trust issue*) dan hambatan kognitif akibat paparan informasi yang intens mengenai konflik rumah tangga, kekerasan domestik, serta tingginya angka perselingkuhan (Fadillah & Afdal, 2024; Sofana, 2025). Akibatnya, ketakutan akan pengkhianatan dan luka emosional memicu perilaku menghindar (*marriage avoidance*) berupa penundaan komitmen jangka panjang (Masruroh dkk., 2025; Nadifa, 2025).

Secara teoretis, Aaron T. Beck (1985) mengemukakan bahwa kecemasan berakar dari proses penilaian ancaman (*threat appraisal*) yang bias, di mana individu memandang suatu situasi masa depan sebagai ancaman yang menghancurkan otonomi diri dan keseimbangan batinnya. Di sisi lain, Janet Taylor Spence (1954) Melalui *Manifest Anxiety Theory* menekankan bahwa ketegangan emosional internal ini akan mewujudkan menjadi dorongan perilaku objektif sehari-hari. Selain faktor eksternal kontemporer seperti tren media sosial dan tekanan ekonomi (Eprila dkk., 2023), literatur psikologi keluarga sering kali menempatkan sejarah pengasuhan masa lalu, khususnya ketiadaan peran figur ayah (*fatherless*), sebagai akar transmisi trauma antargenerasi (Saragi dkk., 2025).

Indonesia secara sosiologis menempati peringkat ketiga di dunia sebagai negara dengan tingkat ketidakhadiran figur ayah tertinggi atau *fatherless country* (Fajriyanti dkk., 2023). Ketidadaan peran ayah ini mencakup kehilangan fisik (*physical absence*) akibat perceraian atau kematian, maupun kekosongan psikologis (*psychological absence*) di mana ayah ada secara fisik namun pasif dan abai dalam pengasuhan (Jumiati, 2024; Nasution dkk., 2023). Mengingat peran ayah merupakan model peran gender pria pertama bagi anak perempuan (Lamb, 1987), kekosongan interaksi emosional tersebut dihipotesiskan para ahli dapat merusak fondasi rasa aman dasar (*basic security*) dan memicu kecemasan pernikahan yang tinggi saat anak tumbuh dewasa (Junaidin dkk., 2023).

Meskipun terdapat beberapa kajian kualitatif terdahulu yang mengonfirmasi adanya dampak linear dari *fatherless* terhadap ketakutan menikah (Junaidin dkk., 2023; Abrar dkk., 2025), masih terdapat celah literatur (*research gap*) yang nyata dalam membuktikan fenomena ini secara empiris kuantitatif pada masyarakat perkotaan (urban). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kondisi *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa yang belum menikah di Kota Surabaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk melihat arah dan seberapa kuat hubungan antara dua variabel tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi pada subjek. Proses pengumpulan data berlangsung dari tanggal 12 Juni hingga 27 Juni 2025 dengan sasaran responden di wilayah Kota Surabaya. Populasi target dalam penelitian ini adalah perempuan belum menikah berusia 18–40 tahun yang tinggal di Surabaya dan merasa mengalami kondisi *fatherless*. Dengan bantuan perhitungan Rumus *Cochran*, jumlah sampel minimal yang ditentukan untuk penelitian ini adalah 100 orang responden. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *non-probability* sampling yang menggabungkan metode *purposive sampling* (pemilihan responden sesuai kriteria khusus) dan *snowball sampling* (memanfaatkan rantai informasi antar-responden untuk menjangkau target).

Pengumpulan data dilakukan secara online melalui penyebaran kuesioner Google Form. Skala pengukuran yang digunakan adalah Skala Likert modifikasi dengan 4 pilihan jawaban (skor 1–4). Pilihan "netral" sengaja dihilangkan agar responden tidak cenderung memilih jawaban aman di tengah. Proses pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua instrumen ukur psikologis, yaitu Skala Kecemasan Terhadap Pernikahan dan Skala *Fatherless*. Skala Kecemasan Terhadap Pernikahan disusun berdasarkan teori perkembangan Hurlock (1980) yang mencakup empat area penyesuaian utama pada masa dewasa awal, meliputi faktor ekonomi, sosial, seksual, dan penyesuaian diri. Alat ukur ini menghasilkan 32 aitem valid dengan tingkat reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar $\alpha = 0,975$. Sementara itu, Skala *Fatherless* dikembangkan mengacu pada teori tiga dimensi peran ayah dari Michael E. Lamb (1987) yang terdiri dari dimensi *paternal engagement* (keterlibatan), *accessibility* (keterjangkauan), dan *responsibility* (tanggung jawab). Skala ini menghasilkan 36 aitem valid dengan tingkat reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar $\alpha = 0,995$.

Uji Normalitas

Menurut perspektif Sugiyono (2018), pengujian ini dilakukan sebagai langkah awal untuk memastikan apakah populasi data penelitian terdistribusi secara normal. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, sebaran data penelitian terlebih dahulu diuji prasyarat menggunakan uji normalitas *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS. Kriteria yang digunakan adalah jika nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) $> 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	Keterangan
Kecemasan Terhadap Pernikahan	0,171	Normal

Hasil uji normalitas sebaran untuk variabel kecemasan terhadap pernikahan menggunakan Kolmogorov-Smirnov memperoleh nilai signifikansi $p=0,171$ yang nilainya lebih besar dari 0,05 sehingga sebaran data berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Merujuk pada pandangan Sugiyono (2018), pengujian ini merupakan prasyarat yang harus dipenuhi sebelum melangkah ke analisis korelasi. Uji linearitas bertujuan untuk memastikan apakah variabel bebas (*fatherless*) dan variabel terikat (kecemasan terhadap pernikahan) memiliki hubungan yang linier secara signifikan. Acuan pengujian dilihat dari

nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity*. Hubungan antarvariabel dikatakan linier apabila nilai signifikansi $> 0,05$, dan tidak linier jika nilai signifikansi $< 0,05$.

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Fatherless – Kecemasan Terhadap Pernikahan	2,064	0,077	Linier

Dari tabel diatas, hasil uji linearitas dari variabel fatherless dengan kecemasan terhadap pernikahan mendapat nilai signifikansi sebesar 0,077 ($p>0,05$). Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel fatherless dengan kecemasan terhadap pernikahan.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kuantitatif bertujuan untuk menyederhanakan sekumpulan data kompleks agar lebih mudah dibaca, diinterpretasikan, serta menyaring informasi yang relevan guna menguji hipotesis dan menarik kesimpulan ilmiah secara objektif. Merujuk pada pemikiran Sugiyono (2018), analisis korelasi digunakan untuk mendeteksi arah dan seberapa kuat hubungan antarvariabel. Selaras dengan rancangan penelitian, teknik analisis data yang diterapkan adalah Korelasi *Pearson Product Moment*. Teknik ini dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengukuran keeratan hubungan antara dua variabel berkategori data interval, bukan untuk memprediksi sejauh mana pengaruh atau perubahan antarvariabel seperti pada analisis regresi.

Penggunaan teknik korelasi *Pearson Product Moment* ini difungsikan untuk mengukur koefisien korelasi (r) guna menguji secara empiris kekuatan serta arah hubungan antar variabel, sekaligus membuktikan hipotesis mengenai ada atau tidaknya korelasi yang signifikan. Dalam pengujian ini, peneliti menetapkan dua variabel utama, yaitu kondisi *fatherless* sebagai variabel bebas (X) dan kecemasan terhadap pernikahan sebagai variabel terikat (Y). Kedua variabel tersebut dianalisis untuk melihat keterkaitan empiris di antara keduanya pada sampel penelitian. Seluruh tahapan komputasi analisis data diselesaikan secara sistematis dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif dilakukan untuk memetakan sebaran skor aktual dari kedua variabel yang terkumpul dari 100 responden perempuan dewasa belum menikah di Kota Surabaya. Rangkuman data statistik deskriptif disajikan di bawah ini:

Variabel	N	Min	Maks	Mean	Std. Deviation
Fatherless (X)	100	123	129	126,13	1,495
Kecemasan Terhadap Pernikahan (Y)	100	108	117	112,12	2,090

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada Tabel 1, terlihat fenomena yang unik di mana sebaran skor dari kedua variabel bergerak pada rentang yang sangat sempit dan homogen. Variabel *fatherless* (X) memiliki skor rata-rata sebesar 126,13 dengan deviasi standar yang sangat kecil yaitu 1,495. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden secara seragam mempersepsikan diri mereka mengalami tingkat ketidakhadiran peran ayah yang tergolong tinggi. Di sisi lain, skor rata-rata kecemasan terhadap pernikahan (Y) berada pada angka 112,12 dengan deviasi standar 2,090, yang mengindikasikan bahwa seluruh responden juga secara merata mengalami kecemasan yang tinggi dalam menghadapi pernikahan.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui signifikansi koefisien korelasi antara kondisi ketiadaan peran ayah dengan kecemasan pernikahan. Hasil uji korelasi Product Moment Pearson berikut:

Variabel	Statistik	Kecemasan Terhadap Pernikahan (Y)	<i>Fatherless</i> (X)
Kecemasan Terhadap Pernikahan (Y)	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,154
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,127
	<i>N</i>	100	100
<i>Fatherless</i> (X)	<i>Pearson Correlation</i>	-0,154	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,127	
	<i>N</i>	100	100

Berdasarkan output analisis pada Tabel 2, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,154 dengan signifikansi (p) sebesar 0,127. Karena nilai signifikansi $p > 0,05$, maka keputusan statistik secara tegas menyatakan bahwa hipotesis penelitian ditolak (H_0 diterima). Hal ini membuktikan bahwa secara empiris tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa yang belum menikah di Kota Surabaya. Nilai koefisien determinasi (r^2) yang diperoleh menunjukkan bahwa *fatherless* hanya berkontribusi sebesar 2,4% terhadap kecemasan pernikahan, sedangkan 97,6% sisanya dipengaruhi oleh variabel di luar model penelitian.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kondisi *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa yang belum menikah di Kota Surabaya. Hasil analisis statistik kuantitatif menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan pada responden. Temuan ini membuktikan bahwa tingkat ketidakhadiran peran ayah tidak memiliki kaitan langsung yang bermakna secara statistik terhadap tinggi atau rendahnya kecemasan pernikahan, di mana variasi kontribusi *fatherless* ditemukan sangat kecil dan sebagian besar variasi kecemasan justru dipengaruhi secara dominan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini.

Apabila ditinjau dari perspektif psikologis dan sosiologis, tingginya kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa di Kota Surabaya tidak lagi semata-mata bersumber dari sejarah pengasuhan masa lalu, melainkan telah bergeser menjadi bentuk kecemasan kolektif yang dipicu oleh stimulasi lingkungan masa kini. Paparan narasi negatif di media sosial, seperti tren "*Marriage is Scary*", risikofobia terhadap perselingkuhan, dan kecemasan akan konflik finansial, membentuk skema kognitif negatif yang memicu ketakutan akan hilangnya otonomi diri serta kekhawatiran akan ketidakmampuan beradaptasi dengan peran baru pascanikah (Rahmadia & Rahma, 2025). Fenomena ini selaras dengan teori Hurlock (1980) mengenai tuntutan penyesuaian masa dewasa awal, di mana rendahnya kesiapan psikologis dan rasa takut akan pengkhianatan mendorong perempuan memilih untuk menunda pernikahan demi menghindari luka emosional (Fadillah & Afdal, 2024; Aini & Afdal, 2020).

Meskipun *fatherless* tidak berhubungan langsung secara statistik, ketidakhadiran figur ayah tetap memegang peranan mendalam dalam pembentukan kepribadian dasar dan *trust issue* pada anak perempuan (Masruroh dkk., 2025). Namun, temuan ini memberikan sudut pandang baru yang membedakan diri dari kajian kualitatif terdahulu seperti Junaidin dkk. (2023), Abrar

dkk. (2025), dan Masruroh dkk. (2025). Bagi perempuan dewasa di kota metropolitan seperti Surabaya, kecemasan tidak lagi dipicu secara linear oleh sejarah pengasuhan masa lalu, melainkan dipengaruhi secara rumit oleh variabel kontemporer lain seperti persepsi citra tubuh (*body image*) (Ramadhani & Murdiana, 2025) dan tingkat religiusitas individu (Ariani & Abdurrohman, 2024).

Secara teoretis, penelitian ini melengkapi celah literatur dengan menyajikan data empiris lapangan yang membuktikan bahwa kecemasan pernikahan masyarakat urban harus dianalisis secara holistik bersama stimulus sosial modern. Secara praktis, temuan ini menjadi masukan penting bagi para praktisi psikologi dan konselor pernikahan agar tidak serta-merta mengasumsikan bahwa kecemasan selalu berakar dari trauma masa lalu (*fatherless*), sekaligus mendorong penggunaan intervensi seperti Konseling Gestalt untuk membantu mengelola kecemasan riil masa kini secara lebih matang dan realistis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data kuantitatif yang dilakukan pada 100 responden perempuan dewasa belum menikah di Kota Surabaya, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi *fatherless* dengan kecemasan terhadap pernikahan, sebagaimana dibuktikan oleh nilai korelasi *Pearson Product Moment* $r = -0,154$ dengan nilai signifikansi $p = 0,127$ ($p > 0,05$). Secara deskriptif, data di lapangan menunjukkan karakteristik yang sangat homogen di mana seluruh partisipan secara merata berada pada kategori *fatherless* tinggi ($Mean = 126,13$) sekaligus kecemasan terhadap pernikahan yang tinggi ($Mean = 112,12$). Keceragaman variansi skor yang ekstrem ini menyebabkan garis linieritas hubungan menjadi landai sehingga kovariansi antarvariabel tidak terdeteksi secara bermakna pada uji korelasi. Temuan ini mempertegas bahwa kecemasan perempuan dewasa di wilayah perkotaan untuk berkomitmen tidak selalu didasari oleh sejarah pengasuhan masa lalu, melainkan jauh lebih sensitif dipicu oleh dinamika masa kini seperti tren media sosial "*Marriage is Scary*", kecemasan atas maraknya kasus perselingkuhan, persepsi citra tubuh (*body image*), tingkat religiusitas, hingga ketidakpastian finansial pada fase transisi kedewasaan.

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, serta keterbatasan yang ditemukan, peneliti merumuskan beberapa masukan strategis bagi pengembangan riset selanjutnya. Mengingat variabel *fatherless* tidak terbukti berhubungan signifikan, peneliti berikutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel bebas lain yang lebih relevan dan kontekstual dengan dinamika masyarakat perkotaan (*urban lifestyle*), seperti kesiapan finansial (*financial readiness*), tekanan sosial (*social pressure*), kelekatan romantis (*romantic attachment*), maupun intensitas paparan narasi konflik di media sosial. Selain itu, pengembangan riset dapat dilakukan melalui studi komparatif untuk membandingkan tingkat kecemasan pernikahan antara perempuan di wilayah metropolitan dengan wilayah pedesaan yang kental akan budaya tradisional, guna menguji peran moderator dari nilai budaya lokal. Peneliti selanjutnya juga dianjurkan untuk mengontrol atau memasukkan variabel ketiga seperti regulasi emosi, penerimaan diri (*self-acceptance*), atau dukungan sosial (*social support*) sebagai variabel mediator maupun moderator guna membedah mekanisme psikologis yang mungkin menyamakan dampak *fatherless* pada masyarakat urban. Terakhir, dilakukan modifikasi serta *re-validasi* instrumen ukur kecemasan terhadap pernikahan agar butir-butir pernyataan yang digunakan lebih adaptif dan spesifik dalam menjaring kecemasan yang bersumber dari stimulus eksternal modern, khususnya isu ekonomi dan konsumsi media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, S., & Afdal, A. (2020). Kesiapan menikah pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(3), 120–125. <https://doi.org/10.29210/1197000>
- Abrar, M., dkk. (2025). Kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa awal: Sebuah studi kasus. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 11(1), 45–53.
- Ariani, D., & Abdurrohim, A. (2024). Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 102–110.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Andayani, B., & Koentjoro. (2004). *Psikologi keluarga: Peran ayah dalam keluarga*. Penerbit Andi.
- Azwar, S. (2011). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books.
- Eprila, S., dkk. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pernikahan pada masa dewasa awal. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 9(2), 88–97.
- Fadillah, N., & Afdal, A. (2024). Kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa awal yang belum menikah. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 234–241.
- Fajriyanti, N., dkk. (2023). Dampak psikologis fenomena *fatherless* country terhadap anak di Indonesia. *Jurnal Sosial dan Budaya*, 10(2), 150–162.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education* (3rd ed.). McKay.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Jumiati, J. (2024). Dampak psikologis *fatherless* terhadap pembentukan rasa aman dasar pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 7(1), 34–42.
- Junaidin, J., dkk. (2023). Dampak psikologis ketiadaan peran ayah (*fatherless*) terhadap kestabilan emosional anak perempuan dewasa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(2), 75–83.
- Lamb, M. E. (Ed.). (1987). *The father's role: Applied perspectives*. John Wiley & Sons.
- Masruroh, L., dkk. (2025). Pengaruh trauma pengasuhan masa lalu (*fatherless*) terhadap munculnya trust issue pada perempuan sebelum menikah. *Jurnal Konseling Keluarga*, 13(1), 12–21.
- Mulyani, T., & Karneli, Y. (2022). Efektivitas konseling Gestalt untuk mereduksi kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 7(4), 180–188.
- Nadifa, A. (2025). Hambatan kognitif dan marriage avoidance pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Analisis Psikologi*, 15(1), 50–58.
- Nasution, S., dkk. (2023). Kelekatan interpersonal dan kerapuhan rasa aman dasar pada anak tanpa figur ayah. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(3), 210–219.
- Popenoe, D. (1996). *Life without father: Compelling new evidence that fatherhood and marriage are indispensable for the good of children and society*. Free Press.
- Rahmadia, S., & Rahma, A. (2025). Fenomena "Marriage is Scary" di media sosial dan pengaruhnya terhadap kecemasan pernikahan perempuan dewasa awal. *Jurnal Media dan Psikologi*, 4(2), 95–104.
- Ramadhani, A. (2025). Menghubungkan dinamika trauma masa lalu dengan fenomena kecemasan terhadap pernikahan masa kini. *Jurnal Riset Psikologi*, 8(1), 22–31.
- Ramadhani, F., & Murdiana, S. (2025). Hubungan antara citra tubuh (body image) dengan kecemasan menghadapi pernikahan pada perempuan. *Jurnal Psikologi Karakter*, 10(1), 15–23.

- Saragi, M., dkk. (2025). Pengulangan pola asuh orang tua (intergenerational transmission) dalam persepsi pernikahan anak perempuan dewasa. *Jurnal Konseling dan Humaniora*, 9(2), 112–120.
- Sofana, K. (2025). Krisis kepercayaan (trust issue) dan kesiapan mental perempuan sebelum membangun keluarga. *Jurnal Studi Gender dan Anak*, 12(1), 40–49.
- Spence, J. T. (1954). *Manifest anxiety theory and its applications*. Academic Press.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.