

Pengaruh *Father Involvement* pada Masa Kanak-Kanak Terhadap *Emotional Well-Being* pada *Emerging Adulthood*

Siti Alivia Rizki Djulhijah¹, Diana Imawati², Silvia Eka Mariskha³

^{1,2,3} Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, Indonesia

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Diterima : 22/06/2026 Direvisi : 01/08/2026 Dipublikasikan : 10/08/2026 Kata kunci: <i>Father Involvement;</i> <i>Emotional Well-Being;</i> <i>Emerging Adulthood.</i>	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh father involvement pada masa kanak-kanak terhadap emotional well-being pada individu yang berada pada fase emerging adulthood. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier sederhana. Populasi penelitian adalah individu berusia 18–25 tahun pada fase emerging adulthood. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel 205 responden. Data dikumpulkan menggunakan Emotional Well-Being Scale (Şimşek, 2011) dan Father Involvement Scale (Finley & Schwartz, 2004). Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara father involvement pada masa kanak-kanak terhadap emotional well-being pada individu emerging adulthood ($R = 0,450$; $R^2 = 0,203$; $F = 51,680$; $p = 0,000$). Semakin tinggi keterlibatan ayah yang dirasakan individu pada masa kanak-kanak, semakin tinggi pula emotional well-being yang dimiliki pada fase emerging adulthood. Father involvement menyumbang 20,3% terhadap emotional well-being, sementara 79,7% dijelaskan oleh faktor lain di luar penelitian ini.
Penulis Korespondensi: Siti Alivia Rizki Djulhijah Email: staliviarzd@gmail.com	

PENDAHULUAN

Perkembangan manusia merupakan sebuah proses dinamis yang berlangsung secara berkesinambungan melalui berbagai tahapan kehidupan. Setiap tahapan memiliki karakteristik, tantangan, serta tugas perkembangan yang unik dan berbeda satu sama lain. Salah satu fase krusial dalam siklus kehidupan manusia modern adalah *emerging adulthood*, yaitu sebuah periode transisi unik yang menjembatani masa remaja akhir menuju masa dewasa penuh, yang umumnya terbentang pada rentang usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2004). Pada fase ini, individu berada di persimpangan jalan antara ketergantungan masa kanak-kanak dan kemandirian penuh orang dewasa. Mereka dihadapkan pada berbagai perubahan masif dan tuntutan multi-dimensi, mulai dari dunia pendidikan tinggi, memasuki dunia kerja, menavigasi hubungan interpersonal yang lebih kompleks, hingga proses pencarian identitas diri (*identity exploration*) yang intensif. Seluruh kondisi penunjang dan tekanan tersebut secara langsung maupun tidak langsung dapat memengaruhi kesejahteraan emosional individu, mengingat *emerging adulthood* adalah periode ketika seseorang mulai membangun pilar-pilar kemandirian sekaligus hidup berdampingan dengan ketidakpastian yang tinggi mengenai arah masa depan mereka.

Di tengah gelombang transisi dan dinamika psikososial tersebut, salah satu aspek kesejahteraan psikologis yang memegang peranan paling esensial bagi individu dalam fase *emerging adulthood* adalah *emotional well-being*. Konsep *emotional well-being* merujuk pada evaluasi kognitif dan afektif yang dilakukan oleh individu terhadap seluruh pengalaman emosionalnya secara keseluruhan, yang secara komprehensif mencakup frekuensi dan intensitas pengalaman emosi positif serta emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari (Şimşek, 2011). Individu yang memiliki tingkat *emotional well-being* yang baik cenderung mengalami emosi positif secara lebih dominan—seperti rasa syukur, optimisme, kebahagiaan, dan ketenangan—serta memiliki rekam jejak emosi negatif yang lebih rendah atau terkontrol. Kondisi psikologis yang stabil dan positif tersebut sangat berperan besar dalam membantu individu menghadapi berbagai macam tuntutan perkembangan, membangun serta mempertahankan hubungan interpersonal yang sehat, dan menjalani roda kehidupan secara jauh lebih adaptif dan resilien (Keyes, 2002). Oleh karena itu, upaya mendalam untuk memahami berbagai faktor anteseden yang berkontribusi signifikan terhadap pembentukan *emotional well-being* pada fase *emerging adulthood* menjadi agenda ilmiah yang sangat penting.

Menelusuri akar dari kondisi psikologis individu di masa dewasa, pengalaman perkembangan yang dialami pada masa kanak-kanak terbukti menjadi salah satu fondasi utama yang sangat menentukan. Dalam ekosistem keluarga, kualitas keterlibatan orang tua merupakan inti dari seluruh pengalaman perkembangan anak pada tahun-tahun pembentukan awal. Salah satu dimensi sentral yang belakangan ini mendapat sorotan luas dalam literatur psikologi perkembangan adalah *father involvement*, yang didefinisikan sebagai bentuk keterlibatan ayah secara nyata dalam kehidupan anak melalui kehadiran fisik, interaksi aktif, pemenuhan kebutuhan dasar, pemberian dukungan afektif, serta bimbingan moral maupun intelektual (Lamb, 2010). Lebih lanjut, Finley dan Schwartz (2004) mengoperasionalkan konsep *father involvement* ke dalam tiga dimensi utama yang komprehensif: *expressive involvement* yang berfokus pada kedekatan emosional, kehangatan, dan ekspresi kasih sayang; *instrumental involvement* yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan praktis, finansial, dan tanggung jawab logistik rumah tangga; serta *mentoring/advising involvement* yang mencakup pemberian arahan, bimbingan, nasehat, serta transmisi nilai-nilai kehidupan. Keterlibatan ayah dalam berbagai bentuk dan aspek tersebut pada akhirnya terakumulasi menjadi pengalaman relasional yang sangat berharga, yang memberikan fondasi kuat bagi perkembangan psikologis anak hingga mereka bertransformasi ke tahap perkembangan berikutnya.

Berbagai kajian dan literatur empiris kontemporer menunjukkan adanya keterkaitan yang sangat erat antara keterlibatan ayah pada masa lalu dan kondisi kesehatan mental maupun psikologis individu di masa depan. Penelitian mutakhir melaporkan bahwa tingkat keterlibatan ayah yang lebih tinggi selama masa kanak-kanak memiliki korelasi positif yang signifikan dengan tingkat *emotional well-being* yang lebih optimal pada fase dewasa awal (Alfajati & Tresnawaty, 2024). Garis besar temuan serupa juga diperkuat oleh studi lain yang membuktikan bahwa kualitas keterlibatan ayah memegang andil besar terhadap profil *emotional well-being* remaja akhir menjelang masa transisi dewasa (Silviana & Hastuti, 2024). Di sisi lain, fenomena sebaliknya terlihat jelas pada kasus-kasus di mana figur ayah mengalami ketidakhadiran (*father absence*) selama masa-masa perkembangan kritis anak; kondisi ini secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan risiko masalah kesehatan mental, disregulasi emosi, dan kerentanan psikologis yang lebih tinggi mulai dari masa remaja hingga dewasa awal (Culpin et al., 2022). Keseluruhan temuan ilmiah ini menegaskan bahwa esensi keterlibatan ayah melampaui batas-batas pengasuhan anak usia dini saja, melainkan memiliki daya jangkauan jangka panjang yang kuat hingga memengaruhi lanskap psikologis individu saat memasuki gerbang kedewasaan.

Signifikansi teoretis dan empiris dari keterlibatan ayah ini menjadi semakin krusial ketika dianalisis dan ditempatkan secara spesifik di dalam lanskap sosiokultural keluarga di Indonesia. Data statistik makro dari Badan Pusat Statistik (2024) mencatat sebuah realitas sosial yang memerlukan perhatian serius, di mana sekitar 7,84% anak usia dini di Indonesia tercatat hanya tinggal bersama salah satu orang tua saja, sementara 1,69% lainnya bahkan harus menjalani masa tumbuh kembang tanpa kehadiran kedua orang tua biologis secara bersamaan. Data

demografis ini memberikan gambaran nyata bahwa dinamika keutuhan keluarga dan kualitas keterlibatan orang tua—termasuk di dalamnya peran vital keterlibatan ayah—merupakan isu yang sangat aktual dan relevan dalam peta perkembangan anak nusantara. Dalam konteks budaya keluarga tradisional maupun modern di Indonesia, figur ayah tidak sekadar dipandang sebagai pencari nafkah atau pemenuh kebutuhan material semata, melainkan juga mengemban ekspektasi kultural dan psikologis yang besar untuk menjadi penyedia dukungan emosional, pemberi arahan moral, serta figur teladan dalam membangun interaksi yang hangat dengan anak. Oleh karena itu, pengalaman *father involvement* pada masa kanak-kanak di Indonesia mutlak dipandang sebagai salah satu determinan perkembangan yang berpotensi besar membentuk profil psikologis individu ketika mereka menginjak fase kehidupan berikutnya.

Bertolak dari berbagai pemikiran di atas, kajian mendalam mengenai *father involvement* menjadi krusial tidak hanya untuk memetakan dinamika pola asuh mikro pada masa kanak-kanak, tetapi juga untuk menyingkap jejak dampak jangka panjangnya terhadap *emotional well-being* pada fase transisi kehidupan selanjutnya. Kendati demikian, telaah pustaka menunjukkan bahwa riset empiris yang secara spesifik menguji pengaruh langsung *father involvement* pada masa kanak-kanak terhadap *emotional well-being* individu dalam fase *emerging adulthood*, terutamanya di dalam konteks sosio-demografis Indonesia, masih tergolong sangat terbatas. Sebagian besar penelitian terdahulu di tanah air cenderung mengkaji keterlibatan ayah secara parsial, dihubungkan dengan variabel spesifik lain, atau dilakukan pada kelompok rentang usia yang berbeda (seperti anak-anak atau remaja awal). Di sisi lain, riset-riset mengenai *emotional well-being* pada kelompok usia *emerging adulthood* lebih banyak mendiskusikan faktor-faktor penjas yang bersifat individualistik atau berfokus eksklusif pada tekanan situasi kekinian yang sedang dihadapi responden. Keadaan ini memperlihatkan adanya celah penelitian (*research gap*) yang signifikan untuk mengisi kekosongan literatur, yakni dengan membuktikan secara empiris bagaimana pengalaman keterlibatan ayah pada masa lalu dapat memprediksi dan berkaitan erat dengan kondisi *emotional well-being* individu tatkala mereka mengarungi fase *emerging adulthood*.

METODE PENELITIAN

Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini digunakan karena penelitian membutuhkan individu yang mampu memberikan penilaian retrospektif terhadap pengalaman keterlibatan ayah selama masa kanak-kanak. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (a) laki-laki atau perempuan; (b) berusia 18–25 tahun; (c) memiliki figur ayah, baik ayah biologis maupun figur pengganti ayah, yang telah berperan dalam kehidupan partisipan sejak masa kanak-kanak; dan (d) bersedia mengisi seluruh instrumen penelitian secara lengkap. Penelitian ini menggunakan SPSS 26 version.

Proses pengambilan data diawali dengan pemberian *screening questions* sebelum responden mengisi instrumen utama. Pertanyaan penyaringan mencakup usia, domisili, keberadaan figur ayah, serta persepsi awal mengenai keterlibatan ayah selama masa kanak-kanak. Pertanyaan tersebut digunakan untuk memastikan kesesuaian responden dengan kriteria penelitian sekaligus memperoleh karakteristik dasar sampel. Setelah dinyatakan memenuhi kriteria, responden melanjutkan pengisian instrumen *emotional well-being* dan *father involvement*. Pengumpulan data dilakukan secara survei menggunakan kuesioner daring dan seluruh instrumen diisi secara mandiri oleh responden pada satu periode pengambilan data.

Hasil penyaringan menunjukkan bahwa 205 responden memenuhi seluruh kriteria penelitian sehingga dipertahankan sebagai sampel akhir dan dianalisis. Pengukuran *emotional well-being* menggunakan *Emotional Well-Being Scale* yang dikembangkan oleh Şimşek (2011) dan telah digunakan serta diuji karakteristik psikometriknya dalam konteks Indonesia oleh Nabila (2025). Skala terdiri atas 14 item dengan format Likert lima poin dan mengukur dua aspek, yaitu *positive emotional well-being* dan *negative emotional well-being*. Pengukuran *father involvement* menggunakan *Father Involvement Scale* yang dikembangkan oleh Finley dan Schwartz (2004) dan telah diadaptasi dalam konteks Indonesia oleh Alfajati dan Tresnawaty (2024) pada

responden dewasa awal. Skala ini mengukur persepsi individu terhadap keterlibatan ayah dalam kehidupan anak selama masa kanak-kanak dan terdiri atas 20 item dengan tiga komponen, yaitu *expressive involvement*, *instrumental involvement*, dan *mentoring/advising involvement*.

Dengan demikian, penelitian ini tidak mengembangkan atau memodifikasi konstruk instrumen secara baru, melainkan menggunakan instrumen yang telah melalui proses adaptasi sebelumnya dan relevan dengan karakteristik responden dewasa awal di Indonesia. Kedua instrumen menggunakan skala Likert lima poin, yaitu Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Netral, Setuju, dan Sangat Setuju. Validitas item diuji menggunakan *Corrected Item-Total Correlation* dengan kriteria koefisien $\geq 0,30$, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan kriteria $\alpha \geq 0,70$. Hasil pengujian menunjukkan bahwa instrumen *emotional well-being* memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = 0,922$, sedangkan *father involvement* memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = 0,966$, yang menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 205 responden berusia 18–25 tahun. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 140 orang (68,3%), berusia 21–22 tahun sebanyak 105 orang (51,2%), berdomisili di Kalimantan Timur sebanyak 174 orang (84,8%), dan memiliki pendidikan terakhir S1 sebanyak 145 orang (70,7%). Sebagian besar responden memiliki ayah biologis yang tinggal dalam satu rumah, yaitu sebanyak 160 orang (78,0%). Berdasarkan penilaian responden terhadap keterlibatan ayah dalam pengasuhan, kategori *sangat terlibat* merupakan kategori dengan jumlah responden terbesar, yaitu 96 orang (46,8%). Selain itu, sebagian besar responden berasal dari keluarga dengan kedua orang tua yang masih menikah atau tinggal bersama, yaitu sebanyak 123 orang (60,0%). Karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden (N= 205)

Karakteristik	Kategori	N	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	65	31,7%
	Perempuan	140	68,3%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel *father involvement* memiliki nilai rata-rata sebesar 76,51 dengan standar deviasi 17,49, serta rentang skor 22–100. Sementara itu, variabel *emotional well-being* memiliki nilai rata-rata sebesar 49,72 dengan standar deviasi 10,32, serta rentang skor 14–70. Hasil analisis deskriptif kedua variabel disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Description of Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
205	22	100	76,51	17,49
205	14	70	49,72	10,32

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$), sehingga data kedua variabel dinyatakan berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,132 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa hubungan antara *father involvement* dan *emotional well-being* bersifat linear. Dengan demikian, data penelitian memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis regresi linear sederhana. Hasil pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,450 dan nilai R Square sebesar 0,203. Hal ini

menunjukkan bahwa *father involvement* pada masa kanak-kanak memberikan kontribusi sebesar 20,3% terhadap variasi *emotional well-being* pada individu dalam fase *emerging adulthood*, sedangkan 79,7% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini. Hasil uji F menunjukkan nilai $F = 51,680$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, model regresi dinyatakan signifikan dan hipotesis penelitian (H_1) diterima. Artinya, *father involvement* pada masa kanak-kanak memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *emotional well-being* pada individu dalam fase *emerging adulthood*. Hasil pengujian hipotesis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

R	R Square	F	Sig.	Keterangan
0,450	0,203	51,680	0,000	Signifikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *father involvement* pada masa kanak-kanak memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *emotional well-being* pada individu dalam fase *emerging adulthood*. Nilai R Square (R^2) sebesar 0,203 menunjukkan bahwa *father involvement* memberikan kontribusi sebesar 20,3% terhadap *emotional well-being* pada individu dalam fase *emerging adulthood*. Sementara itu, sebesar 79,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial, kepribadian, pengalaman hidup, dan regulasi emosi. Temuan ini menunjukkan bahwa *father involvement* merupakan salah satu faktor yang berperan dalam *emotional well-being*, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan kondisi emosional individu. Hal ini sejalan dengan karakteristik *emerging adulthood* yang menghadapi individu pada berbagai pengalaman dan tuntutan perkembangan, sehingga kondisi emosional dapat terbentuk melalui berbagai sumber psikologis dan sosial.

Pembahasan

Pembahasan mendalam terhadap hasil analisis data penelitian ini mengonfirmasi bahwa *father involvement* pada masa kanak-kanak memegang peranan yang substansial, positif, dan signifikan terhadap *emotional well-being* individu saat mereka menginjak fase *emerging adulthood*. Berdasarkan temuan regresi linear sederhana, nilai koefisien korelasi sebesar 0,450 menunjukkan hubungan yang cukup kuat antara kedua variabel, sementara koefisien determinasi sebesar 0,203 membuktikan bahwa keterlibatan ayah menyumbang kontribusi efektif sebesar 20,3% terhadap variasi kesejahteraan emosional dewasa muda. Angka ini secara empiris menepis anggapan bahwa pola asuh masa kecil kehilangan relevansinya setelah seseorang beranjak dewasa. Sebaliknya, temuan ini memperkuat gagasan teoretis dalam psikologi perkembangan bahwa pengalaman relasional awal membentuk struktur internal yang menetap, memengaruhi cara individu meregulasi emosi, memproses stres transisi, dan mengevaluasi kualitas hidup mereka bertahun-tahun kemudian.

Untuk memahami mengapa pengalaman pengasuhan di masa kanak-kanak dapat memprediksi kesejahteraan emosional di fase *emerging adulthood*, kita dapat merujuk pada Attachment Theory yang dikembangkan oleh John Bowlby. Kehadiran figur ayah yang responsif, hangat, dan terlibat secara aktif bertindak sebagai basis aman (*secure base*) bagi anak. Ketika seorang anak merasakan keamanan psikologis di bawah bimbingan ayahnya, mereka mengembangkan model kerja internal (*internal working models*) yang positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain. Model kognitif dan emosional ini menjadi kerangka referensi bagi individu ketika mereka menghadapi tantangan hidup di kemudian hari. Ketika individu memasuki fase *emerging adulthood*—sebuah periode yang oleh Jeffrey Arnett dicirikan sebagai masa ketidakpastian tinggi, eksplorasi identitas, dan tekanan transisi dari dunia pendidikan menuju dunia profesional—mereka dihadapkan pada turbulensi emosional yang masif. Individu yang pada masa kecilnya menerima *father involvement* yang memadai cenderung memiliki tingkat resiliensi dan regulasi emosi yang lebih matang, sehingga tidak mudah dilumpuhkan oleh kecemasan eksistensial karena memiliki fondasi dukungan internal yang kokoh. Sebaliknya, ketiadaan atau rendahnya keterlibatan ayah sering kali meninggalkan kerentanan emosional,

seperti kecenderungan disregulasi emosi, rendahnya harga diri, serta kesulitan dalam membangun keintiman relasional di masa dewasa awal.

Dampak jangka panjang dari keterlibatan ayah ini menjadi semakin nyata apabila dikaji melalui tiga dimensi spesifik dari Father Involvement Scale yang dikemukakan oleh Finley dan Schwartz. Dimensi pertama adalah expressive involvement yang mencakup kehangatan emosional, pemberian kasih sayang, penerimaan, dan kedekatan psikologis antara ayah dan anak. Pada masa kanak-kanak, ekspresi afeksi yang tulus dari seorang ayah mengajarkan kepada anak bahwa diri mereka berharga dan layak dicintai, sehingga ketika anak-anak ini bertransformasi menjadi emerging adults, mereka membawa bekal rasa aman emosional tersebut ke dalam hubungan sosial mereka untuk mengekspresikan emosi positif secara lebih dominan. Dimensi kedua adalah instrumental involvement yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan material, logistik, dan tanggung jawab praktis dalam pengasuhan sehari-hari. Meskipun sering kali dipandang sebelah mata dibandingkan kedekatan emosional, pemenuhan kebutuhan instrumental memberikan stabilitas lingkungan yang krusial bagi rasa aman fisik anak, sehingga mereka memiliki kapasitas kognitif dan energi psikologis yang lebih longgar untuk fokus pada perkembangan diri dan eksplorasi minat tanpa terbebani oleh stres kronis. Dimensi ketiga adalah mentoring/advising involvement yang mencakup peran ayah sebagai mentor, pemberi arahan, dan penasihat moral yang sangat menentukan proses pembentukan identitas diri anak dalam menavigasi pilihan-pilihan hidup yang krusial seperti jalur karier dan nilai-nilai hidup.

Temuan penelitian ini juga memperoleh signifikansi khusus ketika dianalisis di dalam kerangka sosiokultural keluarga di Indonesia. Secara tradisional, struktur keluarga di Indonesia sering kali lekat dengan pembagian peran gender yang kaku, di mana ibu diposisikan sebagai pengasuh utama sementara ayah diidentikkan sebagai pencari nafkah utama yang cenderung menjaga jarak secara emosional. Namun, data demografi penelitian ini mengindikasikan adanya pergeseran evolusioner yang positif dalam pola pengasuhan di tanah air, di mana ayah modern mulai menyadari bahwa peran mereka tidak boleh berhenti pada penyediaan aspek finansial semata. Keterlibatan aktif dalam aspek afektif dan komunikatif terbukti memberikan dampak psikologis jangka panjang yang sangat signifikan bagi anak, sehingga di tengah dinamika sosial yang kompleks dan tingginya tantangan struktural keluarga, kehadiran ayah yang utuh dan terlibat secara emosional menjadi benteng perlindungan mental yang krusial bagi generasi muda Indonesia.

Meskipun father involvement terbukti memberikan kontribusi yang signifikan sebesar 20,3%, penting untuk diakui secara objektif bahwa terdapat 79,7% variasi dalam emotional well-being yang dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini karena karakteristik emerging adulthood yang multidimensional. Faktor-faktor penjelas tambahan tersebut meliputi dukungan sosial dari jaringan pertemanan dan kelompok sebaya, tingkat self-esteem, efektivitas strategi coping, kepribadian bawaan berdasarkan model kepribadian, pengalaman traumatis, serta kualitas pengasuhan komplementer dari ibu. Individu yang mungkin memiliki pengalaman pengasuhan ayah yang kurang optimal di masa kecil tetap dapat mencapai kesejahteraan emosional yang tinggi jika mereka menemukan sistem dukungan sosial yang adaptif atau mampu mengembangkan regulasi emosi yang mandiri.

Hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini secara konsisten sejalan dan memperkuat temuan-temuan empiris dari studi mutakhir. Penelitian yang dilakukan oleh Alfajati dan Tresnawaty secara spesifik mendokumentasikan adanya hubungan linear yang positif antara kualitas keterlibatan ayah di masa kanak-kanak dan profil emotional well-being pada kelompok usia dewasa awal, yang kemudian didukung pula oleh studi Silviana dan Hastuti yang menemukan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi nyata terhadap stabilitas emosional remaja akhir yang bersiap memasuki gerbang kedewasaan. Lebih lanjut, temuan ini melengkapi perspektif dari Culpin dan rekan-rekan yang menyoroti dampak jangka panjang dari ketidakhadiran ayah, di mana jika studi-studi sebelumnya banyak memotret dampak negatif dari defisit pengasuhan, penelitian ini berhasil menegaskan bagaimana kehadiran dan keterlibatan positif ayah berfungsi sebagai aset protektif yang memberdayakan individu untuk menghadapi

dinamika psikologis di fase emerging adulthood dengan jauh lebih tangguh, adaptif, dan sejahtera secara emosional.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, dapat disimpulkan secara empiris bahwa *father involvement* atau keterlibatan ayah pada masa kanak-kanak memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *emotional well-being* pada individu yang berada dalam fase *emerging adulthood*, dengan nilai koefisien determinasi sebesar ($R^2 = 0,203$; $F = 51,680$; $p = 0,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa keterlibatan ayah di masa lalu memberikan kontribusi efektif sebesar 20,3% terhadap variasi kesejahteraan emosional individu saat memasuki usia dewasa awal. Sementara itu, sisa variasi sebesar 79,7% dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar cakupan penelitian ini, seperti dukungan sosial, kepribadian, pengalaman hidup, serta efektivitas regulasi emosi. Hal ini menegaskan bahwa kehadiran dan keikutsertaan ayah dalam proses pengasuhan sejak dini memegang peranan krusial sebagai fondasi psikologis yang berkelanjutan hingga anak beranjak dewasa.

Menindaklanjuti temuan tersebut, diajukan beberapa saran yang relevan. Bagi individu yang sedang berada pada fase *emerging adulthood*, disarankan untuk senantiasa meningkatkan kesadaran diri terhadap kondisi emosional yang dirasakan, berinisiatif membangun komunikasi yang lebih terbuka dan hangat dengan figur ayah, serta aktif mengembangkan strategi *coping* yang adaptif dalam menghadapi berbagai tekanan transisi kehidupan. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan variabel dengan mempertimbangkan faktor-faktor psikososial lain yang berpotensi memengaruhi *emotional well-being*, seperti *attachment style*, *self-esteem*, regulasi emosi, maupun bentuk pengalaman pengasuhan masa kanak-kanak lainnya, guna memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S. M., Fitriani, P. N., & Haryanto, H. C. (2022). Studi deskriptif quarterlife crisis pada fase emerging adulthood di Kota Mataram saat masa pandemi. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(1).
- Alfajati, F. S., & Tresnawaty, Y. (2024). Hubungan father involvement selama masa kanak-kanak dengan emotional well-being pada dewasa awal. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1807–1817. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6226>
- Allen, S., & Daly, K. J. (2007). The effects of father involvement: An updated research summary. Centre for Families, Work and Well-Being, University of Guelph.
- Anggraeni, I. L., & Rozali, Y. A. (2023). Quarter life crisis ditinjau dari kecerdasan emosional pada dewasa awal. *Prosiding Psychommunity Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul*.
- Aprodita, N. P. (2021). Peran intolerance of uncertainty terhadap depresi pada individu dewasaawal. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 5(2), 179–196.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Profil anak usia dini 2024*. BPS.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Cerita data statistik untuk Indonesia volume 2 nomor 6: Potret masalah perilaku dan emosional di Indonesia – siapa yang paling rentan?* bps.go.id
- Baihaqi, I., Hastuti, D., & Simanjuntak, M. (2025). Keterlibatan dan kelekatan ayah terhadap kematangan sosial anak: Peran mediasi regulasi emosi. *Jurnal Konseling Indonesia*.
- Chodijah, S., & Nurwati, N. (2023). Dampak perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis anak dan remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 6(1).
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications.

- Cui, M., Ueno, K., Gordon, M., & Fincham, F. D. (2013). The continuation of intimate partner violence from adolescence to young adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 75(2), 300–313. <https://doi.org/10.1111/jomf.12016>
- Culpin, I., Heuvelman, H., Rai, D., Pearson, R. M., Joinson, C., Heron, J., Evans, J., & Kwong, A. S. F. (2022). Father absence and trajectories of offspring mental health across adolescence and young adulthood: Findings from a UK birth cohort. *Journal of Affective Disorders*, 314, 150–159. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.07.016>
- Devina, U. D. (2024). Keterlibatan ayah dan kesejahteraan psikologis pada emerging adulthood (Undergraduate thesis, unpublished). Universitas Islam Indonesia.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Farina, B., & Schimmenti, A. (2025). The psychopathological domains of attachment trauma: A proposal for a clinical conceptualization. *Clinical Neuropsychiatry*, 22(5), 351.
- Fatchurrahmi, R., & Urbayatun, S. (2022). Peran kecerdasan emosi terhadap quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13(2), 102–113.
- Finley, G. E., & Schwartz, S. J. (2004). The father involvement and nurturant fathering scales: Retrospective measures for adolescent and adult children. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 143–164. <https://doi.org/10.1177/0013164403258453>
- Formoso, D., Gonzales, N. A., & Aiken, L. S. (2000). Family conflict and children's internalizing and externalizing behavior: Protective factors. *American Journal of Community Psychology*, 28(2), 175–199. <https://doi.org/10.1023/A:1005135217449>
- Hannani, S. (2022). Hubungan father involvement dengan psychological well-being perempuan dalam masa emerging adulthood (Master's thesis, unpublished). Universitas Airlangga.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222.
- Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development* (5th ed.). John Wiley & Sons.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). *Adequacy of sample size in health studies*. World Health Organization.
- Nabila, N. (2025). Pengaruh emotional well-being terhadap perilaku phubbing pada mahasiswa (Undergraduate thesis, unpublished). UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Oktaviani, D., & Krismono. (2025). Analysis of the marriage is scary phenomenon among generation Z. *Sahaja: Journal Sharia and Humanities*, 4(1), 422–439.
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development: Perkembangan masa-hidup* (13th ed.). Erlangga.
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>
- Silviana, S., & Hastuti, R. (2024). Keterlibatan ayah dan kaitannya dengan emotional well-being pada remaja akhir. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 4(4).
- Şimşek, Ö. F. (2011). An intentional model of emotional well-being: The development and initial validation of a measure of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 421–442. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9203-0>
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi penelitian: Lengkap, praktis, dan mudah dipahami*. Pustaka Baru Press.

Sukmadinata, N. S. (2012). Metode penelitian pendidikan. PT Remaja Rosdakarya.

Sulistyawati, Y. (2024). The effect of perceived father involvement on emotional intelligence in adolescents. *Developmental and Clinical Psychology*.