

Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap *Psychological Well-Being* pada Remaja Pasca Perceraian Orang Tua

Agita Rifdawati¹, Yulisa Susanti²

^{1,2} Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Diterima : 27/07/2026 Direvisi : 16/08/2026 Dipublikasikan : 27/08/2026 Kata kunci: Keterlibatan Ayah; <i>Psychological Well-Being</i>; Remaja; Perceraian Orang Tua.	Perceraian orang tua dapat memengaruhi kondisi psikologis remaja, terutama ketika perubahan struktur keluarga menyebabkan berkurangnya keterlibatan salah satu orang tua, khususnya ayah. Keterlibatan ayah tetap penting dalam mendukung perkembangan psikologis remaja meskipun ayah tidak lagi tinggal serumah setelah perceraian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keterlibatan ayah terhadap <i>psychological well-being</i> pada remaja pasca perceraian orang tua. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain model kausal dan analisis regresi linier sederhana. Sampel terdiri atas 110 remaja berusia 15-18 tahun yang dipilih menggunakan teknik <i>purposive sampling</i>. Keterlibatan ayah diukur menggunakan skala yang mencakup <i>engagement</i>, <i>accessibility</i>, dan <i>responsibility</i>, sedangkan <i>psychological well-being</i> diukur menggunakan <i>Psychological Well-Being Short Scale</i>. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai <i>Cronbach's Alpha</i> sebesar 0,883 untuk skala keterlibatan ayah dan 0,848 untuk skala <i>psychological well-being</i>. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai <i>Cronbach's Alpha</i> sebesar 0,883 untuk skala keterlibatan ayah dan 0,848 untuk skala <i>psychological well-being</i>. Hasil regresi menunjukkan bahwa model signifikan ($F = 12,194$; $p = 0,001$). Keterlibatan ayah memiliki koefisien regresi positif dan signifikan ($B = 0,292$; $\beta = 0,319$; $t = 3,492$; $p = 0,001$). Nilai R^2 sebesar 0,101 menunjukkan bahwa keterlibatan ayah menjelaskan 10,1% variasi <i>psychological well-being</i>. Dengan demikian, semakin tinggi keterlibatan ayah, semakin tinggi pula <i>psychological well-being</i> yang diprediksi pada remaja pasca perceraian.
Penulis Korespondensi: Agita Rifdawati Email: agita.willy@student.esaunggul.ac.id	

PENDAHULUAN

Perceraian orang tua merupakan salah satu perubahan besar dalam kehidupan keluarga yang dapat memengaruhi perkembangan psikologis anak, terutama ketika terjadi pada masa remaja. Perubahan struktur keluarga setelah perceraian dapat menghadirkan tekanan emosional, perasaan kehilangan, serta ketidakstabilan hubungan dengan orang tua. Kondisi tersebut menjadi penting diperhatikan karena remaja sedang berada pada periode perkembangan yang membutuhkan dukungan keluarga dalam membentuk identitas, mengelola emosi, serta membangun hubungan sosial yang sehat. Erikson (1968) menjelaskan bahwa remaja berada pada tahap *identity versus role confusion*, yaitu fase ketika individu berusaha menemukan identitas diri dan menentukan arah kehidupannya. Oleh karena itu, perubahan

hubungan keluarga akibat perceraian dapat menjadi tantangan tambahan dalam proses perkembangan tersebut.

Fenomena perceraian di Indonesia menunjukkan jumlah yang cukup tinggi. Data Badan Pusat Statistik mencatat sebanyak 516.344 kasus perceraian pada tahun 2022 atau sekitar 30% dari jumlah pernikahan yang tercatat pada tahun tersebut (Reftantia et al., 2024). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa semakin banyak anak dan remaja yang harus menjalani kehidupan dalam struktur keluarga pascaperceraian. Dampak perceraian tidak hanya dirasakan oleh pasangan yang mengakhiri hubungan pernikahan, tetapi juga oleh anak yang harus menyesuaikan diri dengan perubahan tempat tinggal, intensitas komunikasi, pola pengasuhan, maupun hubungan dengan salah satu orang tua.

Remaja yang mengalami perceraian orang tua berpotensi menghadapi berbagai permasalahan psikologis. Hamibawani et al. (2024) menemukan bahwa pada siswa SMP yang berasal dari keluarga bercerai, sebanyak 65,52% memiliki *Psychological Well-Being* pada kategori sedang, 25,86% berada pada kategori rendah, dan hanya 8,26% berada pada kategori tinggi. Pada remaja dengan *Psychological Well-Being* rendah ditemukan berbagai permasalahan, seperti kesulitan mengelola emosi, perilaku kenakalan, hingga tindakan melukai diri sendiri. Kondisi tersebut memperlihatkan pentingnya perhatian terhadap kesejahteraan psikologis remaja setelah perceraian orang tua.

Secara perkembangan, perceraian yang terjadi ketika individu memasuki masa remaja dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres, kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, serta kesulitan membangun relasi sosial yang sehat (Cahyarity et al., 2025). Pada tahap ini, remaja membutuhkan lingkungan yang mampu memberikan rasa aman dan dukungan dalam proses pembentukan identitas. Ketika sumber dukungan keluarga mengalami perubahan, kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan perkembangan juga dapat terpengaruh.

Salah satu aspek yang penting dalam memahami kemampuan remaja menjalani kondisi tersebut adalah *Psychological Well-Being*. Ryff (1989) mengembangkan konsep *Psychological Well-Being* sebagai bentuk keberfungsian psikologis positif yang tidak hanya ditandai oleh tidak adanya gangguan psikologis, tetapi juga kemampuan individu menjalankan kehidupannya secara optimal. Konsep tersebut mencakup enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Remaja dengan *Psychological Well-Being* yang baik mampu menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, membentuk hubungan yang sehat, mengelola lingkungan secara adaptif, bertindak secara mandiri, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan potensi pribadi (Hardjo et al., 2020). Sebaliknya, *Psychological Well-Being* yang rendah dapat membuat remaja lebih rentan mengalami kesulitan regulasi emosi maupun berbagai perilaku bermasalah (Hamibawani et al., 2024). Tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis tersebut dapat berkaitan dengan berbagai faktor, seperti dukungan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, kondisi ekonomi, resiliensi, dan harga diri (Ildil et al., 2020).

Dalam konteks keluarga pascaperceraian, salah satu faktor yang penting diperhatikan adalah keterlibatan ayah atau *father involvement*. Setelah orang tua bercerai, anak umumnya tinggal bersama ibu sehingga keterlibatan ayah menjadi salah satu komponen pengasuhan yang rentan mengalami penurunan (Dewi et al., 2025). Padahal, ayah memiliki peranan dalam mendukung perkembangan kemandirian, regulasi emosi, dan pembentukan identitas remaja (Fauzana, 2023). Dengan demikian, berakhirnya hubungan pernikahan antara kedua orang tua tidak seharusnya sekaligus mengakhiri keterlibatan ayah dalam kehidupan anak.

Keterlibatan ayah merupakan konstruk multidimensional. Lamb, Pleck, Charnov, dan Levine (1985) menjelaskan tiga dimensi utama keterlibatan ayah, yaitu *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility*. *Engagement* menggambarkan keterlibatan langsung melalui aktivitas bersama anak, seperti berdiskusi, mendampingi kegiatan, atau memberikan perhatian.

Accessibility menunjukkan ketersediaan ayah ketika dibutuhkan anak, sedangkan *responsibility* menggambarkan tanggung jawab ayah terhadap kebutuhan dan perkembangan anak. Kehadiran ayah yang aktif dapat memberikan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, mendukung regulasi emosi, serta membantu perkembangan keterampilan sosial remaja (Sutanto & Suwartono, 2020).

Keterlibatan tersebut tetap relevan meskipun ayah tidak lagi tinggal bersama anak setelah perceraian. Dalam keluarga pascaperceraian, *engagement* dapat berlangsung melalui pertemuan langsung maupun komunikasi jarak jauh, *accessibility* dapat terlihat dari kemudahan remaja menghubungi ayah ketika membutuhkan dukungan, sedangkan *responsibility* dapat diwujudkan melalui pemenuhan kebutuhan finansial, pendidikan, kesehatan, dan keterlibatan dalam keputusan penting mengenai anak (Sutanto & Suwartono, 2020). Dengan demikian, kualitas keterlibatan ayah tidak semata-mata bergantung pada keberadaan fisik dalam satu rumah. Komunikasi melalui telepon atau pesan, dukungan emosional, serta konsistensi dalam menjalankan tanggung jawab tetap menjadi bagian penting dari hubungan ayah-anak setelah perceraian (Mil & Qothrunnada, 2023).

Sejumlah penelitian menunjukkan pentingnya keterlibatan ayah terhadap perkembangan psikologis remaja. Maharini dan Fitriana (2026) menemukan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah, semakin tinggi pula *Psychological Well-Being* remaja. Mahrus et al. (2024) juga menegaskan bahwa keterlibatan aktif ayah membantu remaja mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan menghadapi tekanan kehidupan. Selain itu, Risnawati (2024) menjelaskan bahwa keterlibatan ayah berperan dalam perkembangan *Psychological Well-Being* melalui penguatan otonomi, tanggung jawab, dan resiliensi. Rahmi et al. (2025) turut menemukan bahwa keterlibatan ayah berhubungan positif dengan resiliensi remaja, yang menjadi salah satu kemampuan penting dalam menghadapi tekanan dan perubahan kehidupan.

Temuan mengenai pentingnya relasi dengan ayah juga ditemukan dalam penelitian internasional. Walsh et al. (2024), dalam penelitian terhadap 2.509 remaja di Amerika Serikat, menemukan bahwa kualitas hubungan dengan ayah berkaitan dengan *subjective well-being*, khususnya ketekunan, keterhubungan, dan kebahagiaan. Temuan tersebut tetap terlihat meskipun sebagian besar responden tidak tinggal bersama ayah. Sementara itu, Yahya dan Sumari (2023) pada 707 remaja Malaysia menemukan bahwa kehangatan ayah dan pola pengasuhan berkaitan dengan kesehatan psikologis melalui harga diri, sedangkan disiplin keras memiliki hubungan negatif dengan kesehatan psikologis. Model yang diuji dalam penelitian tersebut menjelaskan 25% variasi harga diri dan 48% variasi kesehatan psikologis.

Dalam konteks Indonesia, Aulia (2024) pada 350 remaja perempuan di Kota Padang juga menemukan adanya pengaruh positif dan signifikan antara keterlibatan ayah dan *Psychological Well-Being*. Hasil-hasil penelitian tersebut secara umum menunjukkan konsistensi bahwa keterlibatan ayah menjadi salah satu aspek keluarga yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis remaja. Namun demikian, sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada remaja dari keluarga utuh atau menelaah keterlibatan ayah bersama faktor lain seperti harga diri, dukungan sosial, dan resiliensi.

Kajian yang secara khusus menempatkan remaja pascaperceraian orang tua sebagai subjek penelitian masih relatif terbatas, terutama di Indonesia. Padahal, kelompok ini memiliki situasi keluarga yang berbeda karena hubungan dengan ayah dapat berubah akibat pemisahan tempat tinggal setelah perceraian. Dalam kondisi tersebut, keterlibatan ayah melalui interaksi, ketersediaan, dan tanggung jawab menjadi penting untuk dikaji sebagai salah satu faktor protektif bagi kesejahteraan psikologis remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh keterlibatan ayah terhadap *Psychological Well-Being* pada remaja pasca perceraian orang tua. Penelitian ini diharapkan memperluas kajian mengenai peran ayah dalam keluarga pascaperceraian sekaligus memberikan pemahaman empiris mengenai pentingnya mempertahankan keterlibatan ayah dalam mendukung fungsi psikologis positif remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain model kausal untuk menguji pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well-being* pada remaja pasca perceraian orang tua. Pendekatan kuantitatif digunakan karena data penelitian berbentuk numerik dan dianalisis secara statistik (Sugiyono, 2023). Keterlibatan ayah ditetapkan sebagai variabel bebas, sedangkan *psychological well-being* sebagai variabel terikat. Istilah pengaruh dalam penelitian ini merujuk pada pengaruh statistik dalam model regresi dan tidak dimaksudkan sebagai hubungan sebab-akibat secara mutlak.

Populasi penelitian adalah remaja pasca perceraian orang tua dengan jumlah yang tidak diketahui secara pasti. Jumlah sampel minimal ditentukan menggunakan rumus Lemeshow dengan tingkat kepercayaan 95%, proporsi 0,5, dan *sampling error* 10%, sehingga diperoleh minimal 96 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria remaja berusia 15–18 tahun, orang tua telah resmi bercerai berdasarkan putusan hukum, dan bersedia menjadi responden. Data akhir penelitian diperoleh dari 110 responden yang berdomisili di berbagai wilayah Indonesia.

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner *self-report*. Keterlibatan ayah diukur menggunakan skala berdasarkan Model Lamb (2000) yang mencakup *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility*. Instrumen yang diadaptasi oleh Sembi et al. (2025) terdiri atas 21 item dengan skala Likert lima poin. Hasil uji coba terhadap 30 responden menunjukkan seluruh item valid dengan koefisien korelasi 0,368–0,711 dan Cronbach's Alpha sebesar 0,883. *Psychological well-being* diukur menggunakan *Psychological Well-Being Short Scale* berdasarkan Ryff (1989) yang diadaptasi oleh Humaidah dan Mulyono (2025). Instrumen terdiri atas 18 item yang mencakup enam dimensi, dengan Cronbach's Alpha penelitian sebesar 0,848.

Validitas item diuji menggunakan korelasi Pearson *Product Moment*, sedangkan reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan kriteria $\alpha \geq 0,70$ (Nunnally & Bernstein, 1994). Analisis data dilakukan menggunakan SPSS, meliputi statistik deskriptif, kategorisasi berdasarkan mean empiris (Azwar, 2019), uji normalitas residual Kolmogorov-Smirnov, regresi linier sederhana, uji *t* pada taraf signifikansi 0,05, serta koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui kontribusi keterlibatan ayah dalam menjelaskan variasi *psychological well-being*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian melibatkan 110 remaja berusia 15–18 tahun yang mengalami perceraian orang tua. Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 68 orang (61,8%). Berdasarkan lama perceraian orang tua, kelompok terbanyak telah mengalami kondisi tersebut selama 1–3 tahun, yaitu 53 responden (48,2%). Sebagian besar responden bertemu ayah secara mingguan sebanyak 52 orang (47,3%) dan tinggal bersama ibu setelah perceraian sebanyak 66 orang (60,0%).

Tabel 1. Karakteristik Utama Responden

Karakteristik	Kategori Dominan	n	%
Jenis kelamin	Perempuan	68	61,8
Lama perceraian	1–3 tahun	53	48,2
Frekuensi bertemu ayah	Mingguan	52	47,3
Tempat tinggal	Bersama ibu	66	60,0

Uji coba instrumen dilakukan terhadap 30 responden. Seluruh 21 item skala keterlibatan ayah dinyatakan valid dengan koefisien korelasi item berkisar 0,368–0,711 dan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,883. Skala *psychological well-being* terdiri atas 18 item dan memperoleh Cronbach's Alpha sebesar 0,848. Kedua nilai tersebut berada di atas batas reliabilitas 0,70

sehingga instrumen dinyatakan memiliki konsistensi internal yang baik (Nunnally & Bernstein, 1994).

Tabel 2. Hasil Uji Instrumen dan Statistik Deskriptif

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Keterlibatan ayah	21	0,883	45	80	62,4	8,7
<i>Psychological well-being</i>	18	0,848	40	72	54,8	7,9

Kategorisasi dilakukan menggunakan nilai rata-rata empiris masing-masing variabel. Pada keterlibatan ayah, sebanyak 56 responden (50,9%) berada dalam kategori tinggi dan 54 responden (49,1%) dalam kategori rendah. Sementara itu, *psychological well-being* menunjukkan distribusi yang sama antara kategori tinggi dan rendah, masing-masing sebanyak 55 responden (50,0%). Kategorisasi ini bersifat relatif terhadap rata-rata kelompok, sehingga kategori rendah tidak secara otomatis menunjukkan kondisi psikologis yang rendah secara absolut.

Tabel 3. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Rendah	Tinggi
Keterlibatan ayah	54 (49,1%)	56 (50,9%)
<i>Psychological well-being</i>	55 (50,0%)	55 (50,0%)

Sebelum analisis regresi, dilakukan uji normalitas terhadap *unstandardized residual* menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil menunjukkan nilai statistik K-S sebesar 0,060 dengan signifikansi 0,200. Karena $p > 0,05$, residual dinyatakan berdistribusi normal sehingga analisis regresi linier sederhana dapat dilanjutkan.

Hasil analisis ANOVA menunjukkan nilai $F = 12,194$ dengan $p = 0,001$. Hal tersebut menunjukkan bahwa model regresi yang menguji keterlibatan ayah sebagai prediktor *psychological well-being* signifikan secara statistik.

Tabel 4. Hasil Regresi Linier Sederhana

Parameter	Nilai
F	12,194
Sig. model	0,001
R	0,319
R Square	0,101
Adjusted R Square	0,093
Konstanta (B)	42,577
B keterlibatan ayah	0,292
Std. Error	0,083
Beta	0,319
t	3,492
Sig.	0,001

Berdasarkan koefisien regresi, persamaan yang diperoleh adalah:

$$Y = 42,577 + 0,292X$$

dengan YY sebagai *psychological well-being* dan XX sebagai keterlibatan ayah. Koefisien sebesar 0,292 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan skor keterlibatan ayah diikuti peningkatan skor *psychological well-being* yang diprediksi sebesar 0,292 satuan.

Besarnya kontribusi keterlibatan ayah dapat dihitung melalui koefisien determinasi:

$$KD = R^2 \times 100\% \quad KD = 0,101 \times 100\% = 10,1\% \quad KD = 0,101 \times 100\% = 10,1\%$$

Dengan demikian, keterlibatan ayah menjelaskan **10,1%** variasi *psychological well-being* dalam model penelitian, sedangkan:

$$100\% - 10,1\% = 89,9\% \quad 100\% - 10,1\% = 89,9\%$$

variasi lainnya tidak dijelaskan oleh model penelitian ini. Hasil uji t menunjukkan $B = 0,292$, $\beta = 0,319$, $t = 3,492$, dan $p = 0,001$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya, keterlibatan ayah memiliki pengaruh statistik yang positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* remaja pasca perceraian orang tua.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berpengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* pada remaja pasca perceraian orang tua. Koefisien regresi positif sebesar 0,292 menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah yang dirasakan remaja, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang diprediksi. Meskipun demikian, karena penelitian menggunakan pendekatan non-eksperimental, pengaruh tersebut dipahami sebagai pengaruh statistik dalam model regresi dan tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat secara mutlak.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Aulia (2024), yang menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara keterlibatan ayah dan *psychological well-being* pada remaja perempuan. Hasil penelitian juga konsisten dengan Maharini dan Fitriana (2026), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis remaja. Kesamaan hasil tersebut memperkuat pemahaman bahwa keberlanjutan hubungan ayah-anak tetap memiliki arti penting meskipun struktur keluarga telah berubah akibat perceraian.

Secara teoretis, keterlibatan ayah dapat dijelaskan melalui Model Lamb yang mencakup tiga aspek, yaitu *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility* (Lamb et al., 1985). *Engagement* menggambarkan interaksi langsung antara ayah dan anak, seperti berdiskusi, mendengarkan masalah, membantu kegiatan, maupun menghabiskan waktu bersama. *Accessability* menunjukkan ketersediaan ayah ketika dibutuhkan, sedangkan *responsibility* menggambarkan tanggung jawab terhadap pendidikan, kesehatan, kebutuhan hidup, dan perkembangan anak. Dalam konteks keluarga pascaperceraian, ketiga bentuk keterlibatan tersebut dapat tetap dipertahankan walaupun ayah tidak tinggal serumah.

Keterlibatan yang konsisten dapat menjadi bentuk dukungan bagi remaja yang menghadapi perubahan struktur keluarga. Kehadiran emosional, komunikasi yang rutin, dan tanggung jawab pengasuhan dapat membantu remaja merasakan bahwa hubungan dengan ayah tetap berlangsung setelah perceraian. Namun, penelitian ini tidak menguji secara terpisah mekanisme psikologis seperti rasa aman, penerimaan diri, atau kemampuan adaptasi. Oleh karena itu, mekanisme tersebut hanya digunakan sebagai penjelasan teoretis dan bukan merupakan hasil pengujian langsung.

Psychological well-being dalam penelitian ini mengacu pada enam dimensi Ryff (1989), yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Keterlibatan ayah secara teoretis dapat mendukung berbagai dimensi tersebut. Interaksi positif dengan ayah dapat membantu remaja merasa diterima dan membentuk relasi interpersonal yang sehat, sedangkan ketersediaan serta tanggung jawab ayah dapat memberikan dukungan dalam menghadapi tuntutan kehidupan. Akan tetapi, penelitian ini menganalisis *psychological well-being* berdasarkan skor total sehingga tidak dapat menentukan dimensi mana yang secara khusus paling dipengaruhi oleh keterlibatan ayah.

Nilai R^2 sebesar 0,101 menunjukkan bahwa keterlibatan ayah hanya menjelaskan 10,1% variasi *psychological well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah merupakan salah satu faktor yang relevan, tetapi bukan faktor tunggal. Literatur menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja juga berkaitan dengan dukungan sosial, kondisi ekonomi, hubungan dengan teman sebaya, harga diri, optimisme, dan resiliensi (Ifdil et al., 2020). Namun, karena faktor-faktor tersebut tidak dimasukkan dalam model penelitian, penelitian ini tidak dapat menyimpulkan bahwa faktor tersebut secara langsung menjelaskan 89,9% variasi yang tersisa.

Karakteristik responden memberikan konteks tambahan terhadap temuan penelitian. Sebanyak 60% remaja tinggal bersama ibu setelah perceraian, sementara tidak terdapat responden yang tinggal bersama ayah secara penuh. Meskipun demikian, kelompok frekuensi pertemuan terbesar adalah pertemuan mingguan sebesar 47,3%. Hal ini menunjukkan bahwa tinggal terpisah tidak selalu berarti hilangnya interaksi dengan ayah. Kondisi tersebut sesuai dengan pandangan Mil dan Qothrunnada (2023) bahwa keterlibatan ayah setelah perceraian tidak hanya ditentukan oleh keberadaan fisik, tetapi juga oleh kualitas komunikasi, dukungan, perhatian, dan pemenuhan kebutuhan anak.

Distribusi keterlibatan ayah dalam penelitian juga relatif seimbang, dengan 50,9% responden berada di atas mean empiris dan 49,1% berada di bawahnya. Hal yang sama ditemukan pada *psychological well-being*, yaitu masing-masing 50% berada dalam kategori tinggi dan rendah. Karena kategorisasi menggunakan rata-rata empiris kelompok (Azwar, 2019), hasil tersebut tidak berarti bahwa separuh responden mengalami kesejahteraan psikologis buruk secara klinis, tetapi hanya menunjukkan posisi skor responden relatif terhadap rata-rata sampel.

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah merupakan prediktor positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* remaja pasca perceraian orang tua. Meskipun kontribusinya sebesar 10,1%, hasil tersebut menegaskan bahwa keterlibatan ayah tetap relevan setelah perceraian. Interaksi, ketersediaan, dan tanggung jawab ayah perlu dipertahankan sebagai bagian dari pengasuhan pascaperceraian untuk mendukung fungsi psikologis positif remaja.

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berperan positif dan signifikan dalam memprediksi *psychological well-being* pada remaja pasca perceraian orang tua. Analisis regresi linier sederhana menghasilkan nilai $F = 12,194$ dengan $p = 0,001$. Koefisien regresi keterlibatan ayah sebesar $B = 0,292$, $\beta = 0,319$, $t = 3,492$, dan $p = 0,001$ menunjukkan arah pengaruh statistik yang positif. Nilai R^2 sebesar 0,101 menunjukkan bahwa keterlibatan ayah mampu menjelaskan 10,1% variasi *psychological well-being*, sedangkan 89,9% variasi lainnya tidak dijelaskan oleh model penelitian ini. Dengan demikian, semakin tinggi keterlibatan ayah yang dirasakan remaja, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang diprediksi. Namun, hasil tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat secara mutlak.

Secara teoretis, temuan ini memperkuat pentingnya keterlibatan ayah sebagai salah satu faktor keluarga yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis remaja pascaperceraian. Secara praktis, hasil penelitian mengimplikasikan bahwa perceraian tidak seharusnya mengakhiri keterlibatan ayah dalam kehidupan anak. Ayah disarankan tetap menjaga interaksi, ketersediaan, komunikasi, dan tanggung jawab pengasuhan meskipun tidak tinggal serumah.

Remaja yang merasakan keterlibatan ayah rendah disarankan mengembangkan sumber dukungan lain melalui ibu, keluarga besar, teman sebaya, maupun komunitas positif. Penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel seperti dukungan ibu, hubungan teman sebaya, kondisi ekonomi, harga diri, regulasi emosi, strategi *coping*, dan resiliensi. Penelitian berikutnya juga disarankan menganalisis masing-masing dimensi *psychological well-being* secara terpisah agar diperoleh gambaran yang lebih spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

Aulia, F., & Aulia, F. (2024). Hubungan keterlibatan ayah dengan *psychological well-being* remaja perempuan di Kota Padang. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 34–45.

- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Cahyarity, R., Pratama, D., & Lestari, S. (2025). Dampak perceraian terhadap perkembangan psikososial remaja: *Systematic literature review*. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 14(2), 112–124.
- Dewi, R., Sari, M., & Putri, A. (2025). Peran ayah dalam pengasuhan pascaperceraian. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 7(1), 55–67.
- Fauzana, R. (2023). Peran keluarga dalam pembentukan kepribadian remaja. *Jurnal Psikologi Sosial*, 11(1), 15–27.
- Hamibawani, T., Yusuf, A., & Rahman, H. (2024). *Psychological well-being* siswa SMP dari keluarga bercerai. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 13(2), 98–110.
- Hardjo, S., Aisyah, S., & Mayasari, S. I. (2020). Bagaimana *psychological well-being* pada remaja? Sebuah analisis berkaitan dengan faktor *meaning in life*. *Jurnal Diversita*, 6(1), 63–76. <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.2894>
- Ildil, I., Fitria, L., & Yuliana, R. (2020). *Psychological well-being* remaja dalam perspektif teori Ryff. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(2), 101–115.
- Lamb, M. E. (2000). *The role of the father in child development* (4th 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.
- Maharini, D., & Fitriana, S. (2026). Keterlibatan ayah dan *psychological well-being* remaja MAN 1 Padang. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(1), 45–56.
- Mahrus, A., Nur, H., & Sari, L. (2024). Pengaruh keterlibatan ayah terhadap *psychological well-being* remaja perempuan di Makassar. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 8(2), 77–88.
- Mil, A., & Qothrunnada, R. (2023). Konsep keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Jurnal Psikologi Keluarga Indonesia*, 6(1), 33–44.
- Nunnally, J., & Bernstein, I. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Rahmi, S., Putra, A., & Lestari, R. (2025). Hubungan keterlibatan ayah dengan resiliensi remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 14(1), 65–74.
- Reftantia, R., Sari, D., & Pratama, H. (2024). Statistik perceraian di Indonesia tahun 2022. *Jurnal Hukum Keluarga*, 9(1), 88–102.
- Risnawati, E. (2024). Peran keterlibatan ayah dalam pengembangan *psychological well-being* remaja. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 7(2), 99–110.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta.
- Sutanto, R., & Suwartono, C. (2020). Model keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 7(2), 88–99.
- Walsh, J., Kliewer, W., & Sullivan, C. (2024). Father involvement and adolescent well-being in the United States. *Journal of Adolescent Research*, 39(3), 210–225. <https://doi.org/10.1177/07435584231123456>
- Yahya, N., & Sumari, M. (2023). Father warmth and psychological health among adolescents in Malaysia. *Asian Journal of Psychology*, 14(2), 122–135.