Jurnal Consulenza:Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS

KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGASUHAN SEBAGAI PREDIKTOR KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA DEWASA AWAL

Muhammad Ikbal Wahyu Sukron[1], Monique Malika Az-zahra[2], Anna A. Rangkuti[3], Atikah Ainun Mufidah[4], Jimny Hilda Fauzia[5]

[12345]Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
Email: muhammad.ikbal@unj.ac.id*

Article Info

History Articles
Received:
21 June 2026
Accepted:
28 September 2026
Published:
10 November 2026

Kunci:
Keterlibatan ayah; pengasuhan oleh ayah; dewasa muda; kesejahteraan psikologis

Keywords:
Father involvement; fathering; emerging adult; psychological well-being

Abstrak

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan dimensi fundamental dalam perkembangan dan kesejahteraan individu. Namun, pengasuhan ayah masih dipandang sebagai peran sekunder setelah pencari nafkah. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan peran prediktif keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap kesejahteraan psikologis (PWB) pada fase dewasa awal. Sebanyak 185 *emerging adult* (usia 18 – 25 tahun) dilibatkan dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. PWB diukur menggunakan *the psychological well-being (shortform) scale*, sedangkan keterlibatan ayah diukur menggunakan *the father involvement scale*, sub skala *reported father involvement*. Analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat peran keterlibatan ayah dalam memprediksi PWB individu pada masa *emerging adulthood* (B = 0,108; F = 19,713; p < 0,05). Varians PWB emerging adult yang dapat dijelaskan oleh father involvement sebesar 9,7% (R^2 = 0,097). Temuan ini menggarisbawahi pentingnya keterlibatan ayah dalam perkembangan di luar masa kanak-kanak dan remaja, serta bertanggung jawab sebagai faktor pelindung yang bermakna bagi kesejahteraan psikologis orang dewasa muda.

Abstract

Father involvement in childrearing represents a fundamental dimension of individual development and well-being. Nevertheless, fathering continues to be regarded as a secondary role subordinate to that of the primary breadwinner. This study aimed to examine the predictive role of father involvement on psychological well-being (PWB) during emerging adulthood. A total of 185 emerging adults (aged 18–25 years) participated in this study, recruited through purposive sampling in accordance with predetermined inclusion criteria. PWB was assessed using the Psychological Well-Being (shortform) Scale, while father involvement was measured using the Father Involvement Scale, specifically the reported father involvement subscale. Simple linear regression analysis showed that father involvement significantly predicted PWB among individuals in emerging adulthood. This finding underscores the developmental significance of father involvement beyond childhood and adolescence, and highlights its role as a meaningful protective factor for the psychological well-being of emerging adults.

Publikasi : Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember
E-ISSN : 2623-033

PENDAHULUAN

Emerging adulthood (usia 18 – 29 tahun) merupakan masa transisi dari fase remaja menuju kedewasaan yang ditandai dengan ketidakstabilan, tuntutan untuk mandiri, dan fokus pada eksplorasi diri (Arnett, 2000, dalam Sanchez-Sanchez et al., 2025). Ketidakstabilan yang dialami oleh *emerging adult*, mulai dari segi pendidikan, pekerjaan, hubungan romantis (*intimate relationship*), dan kemandirian finansial; yang seringkali menyebabkan peningkatan tekanan psikologis, kecemasan, dan kekhawatiran tentang masa depan (Iannello et al., 2021). Pada konteks budaya Asia, termasuk Indonesia, tekanan tambahan juga disebabkan adanya ekspektasi keluarga yang akan meningkatkan *psychological distress* bila tidak tercapai (Mejia et al., 2022; Ningtias & Andriani, 2022).

Prevalensi *psychological stress* yang dialami oleh *emerging adult* di Indonesia terbilang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Condinata et al. (2021) menemukan sekitar 43,8% *emerging adult* mengalami *psychological distress* pada kategori moderat dan 29,5% lainnya berada pada kategori tinggi. Di saat yang bersamaan, *psychological well-being* (PWB) berada pada kategori rendah (38%) dan 48% berada pada kategori sedang (Kurniasari et al., 2019). Penelitian Widyawati et al. (2022) menemukan bahwa PWB 29,6% remaja di Indonesia berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Jika terus berlanjut, rendahnya *psychological well-being* akan meningkatkan risiko permasalahan psikologis pada fase *emerging adulthood* (Conde et al., 2025).

Untuk mengatasi tantangan fase *emerging adulthood*, *psychological well-being* (PWB) berperan krusial dalam membantu *emerging adult* untuk beradaptasi dan berkembang secara optimal. *Psychological well-being* bukan sekadar ketiadaan perasaan negatif, tetapi merujuk pada keberfungsian individu secara psikologis, mencakup *self-acceptance, autonomy, environmental mastery, positive relations, personal growth, dan purpose in life* yang menjadi penting bagi *emerging adult*s (Ryff, 1989). Individu yang memiliki PWB tinggi cenderung lebih resilien, mampu mempertahankan hubungan interpersonal, dan mampu beradaptasi dengan perubahan situasi secara lebih positif (Chen, 2025; Ryff, 2014). Di sisi lain, rendahnya PWB pada fase *emerging adulthood* berasosiasi dengan peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan penggunaan zat adiktif (Schulenberg & Schoon, 2012); yang akhirnya dapat mengganggu pekerjaan, hubungan sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan (Conde et al., 2025; García-Mendoza et al., 2024). Dengan demikian, PWB akan menjadi faktor protektif yang mendukung kesehatan mental, fungsi adaptif, dan keberhasilan menyelesaikan tugas perkembangan pada fase *emerging adulthood*.

Di antara sekian banyak faktor yang berasosiasi dengan PWB, keluarga tetap menjadi konteks yang signifikan meskipun individu telah tumbuh dewasa. Beberapa penelitian sebelumnya menekankan pentingnya dukungan sosial keluarga dan *parental autonomy support* dalam memprediksi PWB pada *emerging adulthood* (Babazadeh et al., 2024; Gong & Wang, 2021). Dalam kerangka bioekologi (Bronfenbrenner & Morris, 2006),

lingkungan keluarga termasuk ke dalam mikrosistem yang memengaruhi individu melalui proses proksimal, yaitu interaksi *face to face* dan rutin antara individu dan orang-orang terdekatnya. Salah satu bentuk mikrosistem terlihat pada interaksi langsung antara *emerging adult* dan orangtua pada proses pengasuhan. Berbeda dengan pengasuhan ibu yang selama ini dominan diteliti, pengasuhan ayah justru dipandang sebagai peran sekunder setelah pencari nafkah. Padahal, pengasuhan yang dilakukan ayah terbukti berasosiasi dengan kesehatan mental dan relasi interpersonal anak bahkan sampai anak tumbuh dewasa (Gebresilase et al., 2025). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat membentuk cara anak memahami dan merespons lingkungan sekitarnya (Munjiat, 2017; Wulandari et al., 2023).

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak mengacu pada partisipasi aktif ayah dalam berbagai aspek kehidupan anak, seperti proses pengasuhan, pemberian dukungan instrumental maupun emosional, dan mendidik anak. Keterlibatan ayah dioperasionalkan melalui tiga dimensi yang saling melengkapi: keterlibatan langsung (*engagement*) dalam aktivitas keseharian, kehadiran (*accessibility*) ayah ketika dibutuhkan, dan tanggung jawab (*responsibility*) dalam memenuhi kebutuhan anak (Lamb, 2010, dalam Pratiwi et al., 2025). Finley dan Schwartz (2004) mendefinisikan keterlibatan ayah dalam pengasuhan sebagai peran aktif ayah dalam mendukung berbagai sisi kehidupan anak, serta cara anak memandang dan menilai keterlibatan ayah tersebut sepanjang masa kanak-kanak hingga mencapai usia dewasa. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan mencakup *expressive involvement, instrumental involvement, dan mentoring/advising involvement*. Dimensi *expressive involvement* berfokus pada aspek sosial dan emosional yang tercermin dari aktivitas bermain bersama, berbagi waktu luang, dan kasih sayang. Instrumental involvement mencakup aspek praktis dan fisik, seperti pemenuhan kebutuhan dasar. Sementara dimensi *mentoring/advising* terlihat dari pemberian arahan dan nasihat yang dapat mendukung perkembangan kognitif dan sosial anak. Ketiga dimensi tersebut secara kolektif berkontribusi pada PWB anak. Cabrera et al. (2018a) menemukan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi pada pembentukan regulasi emosi yang lebih baik, kepercayaan diri yang lebih tinggi, serta kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang lebih sehat.

Ayah akan menjadi model bagi anak dalam menyikapi situasi, sehingga keterlibatan ayah tidak hanya berdampak pada masa pengasuhan tetapi juga berdampak terhadap masa depan anak. Hannani (2022) menemukan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh positif terhadap PWB anak yang berlanjut hingga usia dewasa awal. Anak yang menunjukkan keterhubungan yang hangat dengan ayahnya berpotensi lebih stabil secara emosional, lebih terbuka dalam menjalin relasi sosial, dan mampu menyesuaikan diri secara lebih efektif terhadap tekanan hidup. Kehadiran ayah juga membantu anak dalam mengenali, mengatur, serta mengekspresikan emosinya secara sehat (Reis et al., 2025). Selain itu, keterlibatan ayah dalam pengasuhan pada masa *emerging adulthood* dapat menjadi "jaring pengaman" (*safety net*) sehingga anak merasa lebih aman untuk

mengeksplorasi diri dalam mencapai kemandirian, baik secara sosial maupun finansial (Glavå et al., 2024).

Namun demikian, penelitian terdahulu mengenai keterlibatan ayah dan *psychological well-being* masih dominan pada kelompok usia dini dan remaja (Cabrera et al., 2018; Safitri Zein & Aulia, 2024). Penelitian yang dilakukan pada *emerging adult* masih berfokus pada perilaku pengasuhan orangtua, bukan spesifik pada pengasuhan ayah, sebagai prediktor *subjective well-being* pada *emerging adult* (Aditaputri et al., 2024). Kemudian, penelitian pada *emerging adult* belum fokus pada terlebih pada budaya Indonesia yang kolektivistik, cenderung menekankan peran ayah sebagai penyedia dan pembimbing moral, sehingga dimungkinkan terjadinya perbedaan pola pengasuhan dengan model barat. Penelitian yang spesifik pada keterlitan ayah masih pada penelitian korelasional (Alfajati & Tresnawaty, 2024) belum sampai pada asosiasi prediktif keterlitan ayah dan PWB *emerging adult*. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini secara spesifik berfokus pada keterlibatan ayah sebagai prediktor PWB pada *emerging adult* di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif survei, dengan desain penelitian *cross-sectional*. Desain ini dipilih karena efektif untuk mengukur asosiasi antarvariabel dan kontribusi prediktif Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan *psychological well-being* pada emerging adult dalam satu waktu pengamatan (Yahya et al., 2023). Data dikumpulkan secara daring menggunakan tautan *google form* yang disebarluaskan melalui media sosial (WhatsApp & Instagram). Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan diarahkan ke laman *informed consent* untuk mengisi lembar persetujuan menjadi partisipan dalam penelitian ini, dilanjutkan dengan pengisian data demografis.

Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan beberapa kriteria tertentu. *Purposive sampling* digunakan agar memastikan keselarasan sampel dengan tujuan dan sasaran penelitian, sehingga temuan penelitian menjadi lebih dapat dipercaya (Campbell et al., 2020). Adapun kriteria partisipan penelitian ini mencakup 1) laki-laki atau perempuan yang berusia 18 – 25 tahun, 2) masih memiliki ayah, dan 3) tinggal serumah bersama ayah (minimal sejak masa kanak-kanak hingga remaja). Meskipun *emerging adulthood* secara teoritis berada dalam rentang 18 - 29 tahun, pembatasan usia 18 - 25 tahun dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan transisi psikososial yang intens pada rentang usia tersebut. Selain itu, pembatasan ini juga dimaksudkan untuk mengurangi heterogenitas perkembangan yang mungkin muncul apabila rentang usia yang lebih luas, yaitu 18–29 tahun.

Psychological well-being dalam penelitian ini diukur menggunakan *Psychological Well-Being (short) Scale* (Ryff & Keyes, 1995) versi Bahasa Indonesia yang diadaptasikan oleh Humaidah dan Mulyono (2025) yang meliputi (1) penerimaan diri (*self-acceptance*), (2)

hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), (3) kemandirian (*autonomy*), (4) penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), (5) tujuan hidup (*purpose in life*), dan (6) perkembangan diri (*personal growth*). Cronbachs' Alpha *Psychological Well-Being short Scale* ini adalah 0,726 (Humaidah & Mulyono, 2025). Opsi respons skala ini, yaitu sangat tidak sesuai (STS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat sesuai (SS).

Sementara *father involvement* pada penelitian ini diukur menggunakan *the father involvement scale*, sub skala *reported father involvement* (Finley & Schwartz, 2004) yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Alfajati dan Tresnawaty (2024) pada 236 sampel *emerging adulthood* di Jabodetabek. Beberapa *incremental indices* (RMSEA = 0,080; CFI = 0,947, dan TLI = 0,933) menunjukkan bahwa alat ukur ini valid secara konstruk dan reliabel (Cronbach's α = 0,966). Skala ini terdiri dari 20 butir pernyataan *favorable* dengan skala Likert berupa 1-5 pilihan jawaban yaitu, tidak pernah terlibat (1), jarang terlibat (2), terkadang terlibat (3), cukup terlibat (4), dan selalu terlibat (5). Dalam penelitian ini, ditemukan nilai koefisien Cronbach's α sebesar 0,957 yang mengindikasikan *the father involvement scale* dalam penelitian ini reliabel.

Data yang telah dikumpulkan akan dianalisis menggunakan SPSS (ver. 27) diawali dengan analisis deskriptif, dilanjutkan dengan uji asumsi normalitas dan linearitas sebagai prasyarat analisis regresi; serta uji korelasi pearson. Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menguji peran keterlibatan ayah dalam memprediksi *psychological well-being* pada *emerging adult*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebanyak 185 *emerging adult* dilibatkan dalam penelitian ini. Berdasarkan tabel deskripsi demografis di bawah, partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan (n = 106; 57,3%). Sementara usia partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh usia 21 tahun (n = 61; 33%), dilanjutkan oleh usia 22 tahun (n = 56; 30,3%), dan usia 23 tahun (n = 23; 12,4%). Deskripsi lengkap dapat dilihat pada tabel 1.

Table 1. Deskripsi demografis partisipan (n = 185)

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	79	42,7
Perempuan	106	57,3
Usia (M = 21,43)		
18 tahun	9	4,9
19 tahun	10	5,4

20 tahun	15	8,1
21 tahun	61	33
22 tahun	56	30,3
23 tahun	23	12,4
24 tahun	4	2,2
25 tahun	7	3,8
Domisili (prov.)		
DKI Jakarta	58	31,4
Jawa Barat	85	45,9
Banten	27	14,6
Lain-lain	15	8,1

Analisis deskriptif dilakukan pada variabel *father involvement* dan *psychological well-being*. Ditemukan bahwa skor rata-rata *psychological well-being* dalam penelitian ini sebesar M = 52,8 (SD = 6,05), dengan skor minimum 30 dan skor maksimum sebesar 68. Sedangkan rata-rata variabel *father involvement* sebesar M = 75,44 (SD = 17,54), dengan skor minimum 27 dan skor maksimum 100. Simpangan baku yang relative besar mengindikasikan bahwa persepsi responden terhadap pengalaman pengasuhan oleh ayah relatif bervariasi (lihat tabel 2).

Uji asumsi klasik dilakukan sebelum pengujian hipotesis. Beberapa asumsi klasik yang menjadi prasyarat regresi linear sederhana, yaitu linearitas, homoskedastisitas, dan residual (*error*) berdistribusi nomal v(Verma & Abdel-Salam, 2019). Hasil uji normalitas residual menggunakan *one-sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa sebaran data dalam penelitian ini berdistribusi normal (p = 0,209), data dikatakan berdistribusi normal jika nilai p < 0,05. Selanjutnya, terdapat hubungan yang linear antara *father involvement* dan PWB (F = 22,435, p < 0,001), dengan kriteria nilai p < 0,05. Terakhir, hasil analisis Breusch Pagan menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas, $\chi^2(1) = 1,783$, p = 0,182 (p > 0,05). Dengan demikian, analisis regresi linear sederhana dapat diaplikasikan dalam penelitian ini.

Table 2. Deskripsi demografis partisipan (n = 185)

Variabel	M	SD	Minimum	Maksimum
Psychological well-being	52,8	6,05	30	68
Father involvement	75,44	17,54	27	100

Selanjutnya, hasil uji korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *father involvement* dan PWB anak pada fase *emerging adulthood* (r = 0,312; p < 0,001), dengan tingkat kekuatan hubungan pada kategori moderat. Hal ini menunjukkan bahwa kenaikan keterlibatan ayah dalam pengasuhan berbanding lurus

dengan PWB *emerging adult*. Semakin ayah terlibat dalam pengasuhan, semakin baik pula PWB *emerging adult*.

Terakhir, hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *father involvement* secara signifikan memprediksi PWB pada *emerging adult* (B = 0,108; F = 19,713; p < 0,05). Setiap kenaikan satu skor *father involvement* akan meningkatkan PWB *amerging adult* sebesar 0,108. Selain itu, *father involvement* dalam model ini mampu menjelaskan 9,7% varians PWB (R^2 = 0,097).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengonfirmasi peran *father involvement* dalam memprediksi *psychological well-being* pada *emerging adult*. Dua temuan utama dalam penelitian ini, *pertama*, terdapat korelasi postif antara *father involvement* dan PWB pada *emerging adult*. *Kedua*, *father involvement* pada masa kanak-kanak hingga remaja secara positif memprediksi PWB individu pada masa *emerging adulthood*. Semakin tinggi *father involvement* pada masa kanak-kanak hingga remaja akan meningkatkan PWB pada fase *emerging adulthood*. Adanya peran *father involvement* dalam memprediksi PWB *emerging adults* mengonfirmasi penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa kehadiran figur ayah berfungsi sebagai prediktor bagi stabilitas emosional dan kesejahteraan psikologis individu saat memasuki fase emerging adulthood (Devina & Qudsyi, 2025).

Psychological well-being menjadi aspek penting pada fase *emerging adulthood* karena periode ini ditandai oleh eksplorasi identitas, perubahan peran, serta berbagai tuntutan terkait pendidikan, pekerjaan, relasi interpersonal, dan kemandirian. Proses transisi menuju kedewasaan juga tidak selalu berlangsung secara linear, sehingga ketidakpastian dan perubahan dalam kehidupan dapat menjadi tantangan bagi kesejahteraan psikologis individu (Baggio et al., 2017; Sharon, 2016). Dalam kondisi tersebut, PWB tidak hanya berkaitan dengan kondisi psikologis yang positif, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk menerima diri, membangun relasi positif, mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, mempertahankan otonomi, dan terus berkembang. Penelitian pada *emerging adult* juga menunjukkan bahwa PWB berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi, *self-esteem*, dan optimisme, yang dapat mendukung individu dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan pada fase ini (Sanchez-Sanchez et al., 2025b).

Fase *emerging adulthood* merupakan periode ketika individu mulai memperoleh tuntutan dan tanggung jawab yang lebih besar, tetapi belum sepenuhnya memiliki kepastian mengenai peran dan arah kehidupannya. Eksplorasi identitas, perubahan relasi, pendidikan, pekerjaan, dan kemandirian dapat berlangsung secara bersamaan dan tidak selalu mengikuti urutan yang tetap. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kondisi psikososial selama emerging adulthood, seperti eksplorasi identitas dan pengalaman negatif, berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, sedangkan pengalaman eksplorasi

yang lebih adaptif dapat berkaitan dengan kondisi kesejahteraan yang lebih positif (Baggio et al., 2017).

Dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan tersebut, hubungan dengan orang tua tetap memiliki peran penting bagi *emerging adult*. Meskipun individu pada fase ini semakin mengembangkan otonomi, kemandirian, dan kemampuan mengambil keputusan, peningkatan otonomi tidak serta-merta berarti berkurangnya relevansi hubungan orang tua-anak. Hubungan orang tua dengan anak tetap dapat menjadi sumber dukungan dalam menghadapi perubahan dan tuntutan yang muncul selama masa remaja hingga *emerging adulthood* (Shafer & Jeffery, 2022). Bahkan, keterlibatan orang tua pada periode ini dapat mendukung proses perkembangan individu ketika mereka mulai menjalani peran dan tanggung jawab yang lebih mandiri.

Salah satu figur orang tua yang dapat berperan dalam proses tersebut adalah ayah. Literatur mengenai hubungan ayah dengan anak pada masa remaja dan *emerging adulthood* menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berkaitan dengan berbagai aspek perkembangan, termasuk *self-regulation*, kemandirian, dan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan. Keterlibatan ayah juga dapat menjadi sumber dukungan yang berjalan berdampingan dengan perkembangan otonomi, sehingga peran ayah pada fase ini tidak semata-mata berupa pengasuhan atau kontrol, tetapi juga dukungan terhadap proses individu menjadi semakin mandiri (Shafer & Jeffery, 2022). Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Özbiler, 2020) yang menunjukkan bahwa persepsi emerging adult terhadap keterlibatan ayah selama masa remaja berhubungan positif dengan *self-esteem* dan *life satisfaction*. Secara lebih spesifik, keterlibatan ayah yang bersifat ekspresif, seperti kebersamaan, aktivitas bersama, dan keterlibatan emosional, menunjukkan hubungan yang lebih kuat dengan self-esteem dan life satisfaction pada emerging adult. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman individu terhadap keterlibatan ayah pada periode perkembangan sebelumnya dapat tetap berkaitan dengan kondisi psikologis ketika individu memasuki masa dewasa awal.

Meskipun pengasuhan pada konteks Indonesia memposisikan ayah sebagai pencari nafkah, keterlibatan aktif ayah dalam bentuk dukungan afektif dan partisipasi domestik terbukti mampu meningkatkan kualitas kesejahteraan subjektif remaja dan dewasa awal di Indonesia secara signifikan (Ramdhani et al., 2025). Ayah dapat menjadi model bagi *emerging adult* dalam bertindak dan menyikapi permasalahan. Melalui pengalaman interaksi dan pengasuhan tersebut, *emerging adult* dapat mengembangkan kemampuan regulasi emosi, kepercayaan diri, kemampuan interpersonal, serta penyesuaian diri yang lebih adaptif (Cabrera et al., 2018).

Selain menjadi model, ayah juga berperan sebagai sumber dukungan sosial dalam jaringan relasi *emerging adult*. Dukungan sosial yang bersumber dari figur ayah bersifat unik karena mengandung dimensi instrumental, emosional, dan informatif, sebuah kombinasi yang sulit digantikan oleh sumber dukungan lain (Smorti et al., 2022).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa persepsi terhadap dukungan ayah secara signifikan memprediksi PWB dan sekaligus berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) terhadap munculnya *psychological distress* pada *emerging adult* (Dutton et al., 2020; Reo et al., 2024). Mekanisme penyangga ini dapat dipahami melalui kerangka *stress-buffering hypothesis* (Cohen & Wills, 1985), yang menyatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya memberikan efek langsung terhadap *well-being*, tetapi secara spesifik melemahkan dampak negatif stresor pada individu yang menerimanya.

Dengan demikian, keterlibatan ayah sejak masa kanak-kanak hingga remaja dapat menyediakan sumber daya emosional, sosial, dan perkembangan yang tetap relevan ketika individu memasuki *emerging adulthood*. Dukungan tersebut dapat membantu individu menghadapi tuntutan perkembangan, mengembangkan regulasi diri, serta mempertahankan hubungan interpersonal yang positif, yang pada akhirnya berkaitan dengan berbagai dimensi *psychological well-being*. Temuan penelitian ini yang menunjukkan bahwa father involvement secara statistik memprediksi PWB mendukung pandangan bahwa pengalaman relasional dengan ayah pada periode perkembangan sebelumnya masih memiliki keterkaitan dengan kondisi psikologis individu pada fase *emerging adulthood*.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *father involvement* menjelaskan sebesar 9,7% varians PWB pada *emerging adult*. Besaran tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan PWB, tetapi bukan satu-satunya faktor yang berperan dalam kesejahteraan psikologis individu pada fase *emerging adulthood*. Sebagian besar varians PWB masih berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti karakteristik individual, relasi interpersonal, kondisi akademik dan pekerjaan, kondisi finansial, serta sumber daya psikologis lainnya. Dengan demikian, temuan penelitian ini menempatkan *father involvement* sebagai salah satu sumber daya relasional yang berkontribusi terhadap PWB dalam konteks perkembangan *emerging adulthood*, bukan sebagai determinan tunggal PWB.

Selanjutnya, dominansi perempuan dalam peneltian ini juga perlu dipertimbangkan secara substantif, mengingat jenis kelamin anak dapat memoderasi *father involvement* dan PWB anak. Relasi ayah dengan anak perempuan cenderung pada skema relasi emosional, penerimaan diri, dan keberhargaan diri, sedangkan keterlibatan ayah bagi anak laki-laki sering kali lebih berfokus pada pembentukan otonomi dan efikasi diri (Özbiler, 2020). Namun demikian, penelitian ini tidak secara formal menguji jenis kelamin sebagai variabel moderasi, interpretasi ini tetap bersifat eksploratif dan memerlukan verifikasi empiris dalam penelitian selanjutnya yang menggunakan sampel yang cukup kuat dan seimbang secara gender.

Peneliti menyadari terdapat kelemahan dalam penelitian ini. Pengukuran *father involvement* dalam penelitian ini mengunakan *self-report* atas pengalaman pengasuhan oleh ayah di masa lalu sehingga rentan terhadap isu bias persepsi retrospektif. Selain itu,

penelitian ini tidak secara spesifik mengontrol gender sebagai faktor yang mungkin dapat memengaruhi peran *father involvement* dalam memprediksi PWB pada *emerging adult*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan gender sebagai variabel moderator antar kedua vaiabel tersebut.

SIMPULAN

Temuan dalam penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa *father involvement*, setidaknya hingga usia remaja, menjadi prediktor *psychological well-being* pada masa *emerging adulthood*. Hal ini menunjukkan bahwa efek pengasuhan ayah akan terus memainkan peran yang bermakna dalam membentuk *psychological well-being* individu meskipun dalam masa transisi menuju dewasa. Selain itu, temuan ini berkontribusi dalam pengembangan literatur terkait *father involvement* dan *psychological well-being* pada populasi *emerging adult* pada konteks Indonesia yang selama ini masih jarang dikaji. Selanjutnya, direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya agar mempertimbangkan desain penelitian longitudinal, model mediasi, dan variabel demografis (jenis kelamin) sebagai moderator untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif terkait *father involvement* dan *psychological well-being* pada fase *emerging adulthood*. Meskipun demikian, interpretasi hasil penelitian ini perlu mempertimbangkan beberapa keterbatasan , seperti desain penelitian *cross-sectional* sehingga tidak mendukung ineferensi kausal serta tidak melihat perubahan PWB *emerging adult* dari waktu ke waktu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh responden dan pihak yang terlibat dalam penelitian ini sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat pada khalayak ramai.

DAFTAR PUSTAKA

Aditaputri, T. I., Novita, S., & Abidin, F. A. (2024). Relationship Between Perceived Parental Support and Subjective Well-Being of Emerging Adults in Indonesia. *Emerging Adulthood*, *12*(3), 333–345. https://doi.org/10.1177/21676968241234125

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

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Babazadeh, T., Ghaffari-fam, S., Shahnavaz-Yoshanluie, F., & Ranjbaran, S. (2024). Psychological well-being and factors affecting it after the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1295774. https://doi.org/10.3389/FPSYG.2024.1295774/TEXT

Baggio, S., Studer, J., Iglesias, K., Daeppen, J. B., & Gmel, G. (2017). Emerging

Adulthood: A Time of Changes in Psychosocial Well-Being. *Evaluation & the Health Professions*, *40*(4), 383–400. https://doi.org/10.1177/0163278716663602

Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The Bioecological model of human development. In *Handbook of Child Psychology (eds W. Damon, R.M. Lerner and R.M. Lerner)* (14).

Cabrera, N. J., Volling, B. L., & Barr, R. (2018a). Fathers Are Parents, Too! Widening the Lens on Parenting for Children's Development. *Child Development Perspectives*, *12*(3), 152–157. https://doi.org/10.1111/CDEP.12275

Cabrera, N. J., Volling, B. L., & Barr, R. (2018b). Fathers Are Parents, Too! Widening the Lens on Parenting for Children's Development. *Child Development Perspectives*, *12*(3), 152–157. https://doi.org/10.1111/CDEP.12275

Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, *25*(8), 652–661. https://doi.org/10.1177/1744987120927206

Chen, J. (2025). Impact of family and social support in enhancing psychological well-being of young adults in China. *BMC Psychology 2025 13:1*, *13*(1), 839-. https://doi.org/10.1186/S40359-025-03093-1

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, *98*(2), 310–357. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

Conde, A. R., Sousa, C., Silva, F., Souto, T., Fernandes, M. I., & Ferreira, M. J. (2025). Psychological Distress and Well-Being in Emerging Adult Women: The Role of Positivity and Coping Strategies. *The Journal of Psychology*, *159*(8), 589–611. https://doi.org/10.1080/00223980.2024.2431204

Condinata, F., Satiadarma, M. P., Tommy, P., & Suyasa, Y. S. (2021). Psychological distress among emerging adults: A descriptive study. *In 1st Tarumanagara International Conference on Medicine and Health (TICMIH 2021)*, 195–198. https://doi.org/10.1037/0003

Devina, U. D., & Qudsyi, H. (2025). Fathers who stay involved: the key to psychological well-being in emerging adulthood? *ISPsy 2025: Proceedings of the 7th International Seminar on Psychology*, 1–13.

Dutton, Y. E. C., Choi, I. J., & Choi, E. (2020). Perceived Parental Support and Adolescents' Positive Self-Beliefs and Levels of Distress Across Four Countries. *Frontiers in Psychology*, *11*, 489633. https://doi.org/10.3389/FPSYG.2020.00353/TEXT

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;SUBPAGE:STRING:ABSTRACT;ISSUE:ISSUE:DOI

García-Mendoza, M. del C., Parra Jiménez, Á., Freijo, E. B. A., Arnett, J., & Sánchez Queija, I. (2024). Family relationships and family predictors of psychological distress in emerging adult college students: A 3-year study. *International Journal of*

Behavioral Development, *48*(2), 166–178. https://doi.org/10.1177/01650254231217456

Gebresilase, B. M., Wang, M., Chuanxia, Z., Taddese, E. T., Elka, Z. Z., & Biramo, Y. B. (2025). Father involvement in family dynamics: a qualitative exploration of perceptions and cultural influences. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1672384. https://doi.org/10.3389/FPSYG.2025.1672384/TEXT

Glavå, G., Wängqvist, M., & Sjölund, A. M. (2024). Late-adult fathers' experiences of parenting across the lifespan. *Applied Developmental Science*, *28*(4), 442–456. https://doi.org/10.1080/10888691.2023.2226872

Gong, X., & Wang, C. (2021). Interactive effects of parental psychological control and autonomy support on emerging adults' emotion regulation and self-esteem. *Current Psychology 2021 42:19*, *42*(19), 16111–16120. https://doi.org/10.1007/S12144-021-01483-3

Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Academic stress sebagai mediator hubungan antara self-adjustment, self-regulation dan optimism dengan psychological well-being Generasi Z. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *14*(2), 106–120. https://doi.org/10.30996/persona.v14i2.131901

Iannello, P., Sorgente, A., Lanz, M., & Antonietti, A. (2021). Financial Well-Being and Its Relationship with Subjective and Psychological Well-Being Among Emerging Adults: Testing the Moderating Effect of Individual Differences. *Journal of Happiness Studies*, *22*(3), 1385–1411. https://doi.org/10.1007/S10902-020-00277-X/METRICS

Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, *3*(2), 52–58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Mejia, Y., Supple, A. J., Plunkett, S. W., Kulish, A. L., & Stein, G. L. (2022). The Role of Perceived Familial Expectations on Depressive Symptoms and Self-Esteem in Emerging Adulthood: A Cultural Analysis. *Emerging Adulthood*, *10*(4), 971–977. https://doi.org/10.1177/21676968211005861

Munjiat, S. M. (2017). Pengaruh fatherless terhadap karakter anak dalam prespektif islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, *2*(1), 108–116. https://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/tarbawi/article/view/2031/1286

Ningtias, R. P., & Andriani, F. (2022). Pengaruh perceived parental expectation terhadap psychological distress pada emerging adulthood di Indonesia. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, *2*(1), 37–48.

Özbiler, Ş. (2020). Resilience as the mediator of the relationship between emotional availability of fathers and subjective well-being of emerging adults. *Studies in Psychology*, *40*(2), 513–531. https://doi.org/10.26650/sp2019-0075

Pratiwi, A., Morawska, A., & Haslam, D. (2025). Father Involvement in Asian Families: A Systematic Literature Review. *Journal of Family Issues*. https://doi.org/10.1177/0192513X251370678;WEBSITE:WEBSITE:SAGE;JOURNAL:JOURNAL:JFIA;WGROUP:STRING:PUBLICATION

Ramdhani, M. F., Borualogo, I. S., & Inayatillah, T. (2025). Hubungan antara Keterlibatan

Ayah dan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, *5*(1), 477–486. https://doi.org/10.29313/BCSPS.V5I1.16817

Reis, H. L., Linhares, M. B. M., & Vieira, M. L. (2025). Fathers' engagement in parenting programs: A systematic review study. *Ciencias Psicologicas*, *19*(2). https://doi.org/10.22235/cp.v19i2.4488

Reo, G., Hari Soetjiningsih, C., & Wijono Satya, S. (2024). Social Support and Self-Esteem as Predictors of Psychological Well-Being of Generation Z Students. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *6*(2). https://doi.org/10.51214/002024061036000

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.

Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *83*(1), 10–28. https://doi.org/10.1159/000353263

Safitri Zein, A., & Aulia, F. (2024). Hubungan antara keterlibatan ayah dengankesejahteraan psikologis remaja perempuan. *CAUSALITA : Journal of Psychology*, *2*(1), 76–84. https://doi.org/10.62260/CAUSALITA.V2I1.189

Sanchez-Sanchez, H., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2025a). Emotion Regulation Strategies and Psychological Well-Being in Emerging Adulthood: Mediating Role of Optimism and Self-Esteem in a University Student Sample. *Behavioral Sciences 2025, Vol. 15, Page 929*, *15*(7), 929. https://doi.org/10.3390/BS15070929

Sanchez-Sanchez, H., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2025b). Emotion regulation strategies and psychological well-being in emerging adulthood: Mediating role of optimism and self-esteem in a university student sample. *Behavioral Sciences*, *15*(7). https://doi.org/10.3390/bs15070929

Schulenberg, J., & Schoon, I. (2012). The Transition to Adulthood across Time and Space: Overview of Special Section. *Longitudinal and Life Course Studies*, *3*(2), 164. https://doi.org/10.14301/LLCS.V3I2.194

Shafer, K., & Jeffery, N. (2022). Fathering adolescents and emerging adults. *Handbook of the Psychology of Fatherhood*, 111–133. https://doi.org/10.1007/978-3-031-14498-1_7/SAVE-RESEARCH

Sharon, T. (2016). Constructing Adulthood: Markers of Adulthood and Well-Being Among Emerging Adults. *Emerging Adulthood*, *4*(3), 161–167. https://doi.org/10.1177/2167696815579826

Smorti, M., Sica, L. S., Costa, S., Biagioni, S., & Liga, F. (2022). Warmth, competence, and wellbeing: The relationship between parental support, needs satisfaction, and interpersonal sensitivity in Italian emerging adults. *European Journal of Developmental Psychology*, *19*(5), 633–653. https://doi.org/10.1080/17405629.2021.1936492

Verma, J. P. ., & Abdel-Salam, A.-S. G. . (2019). *Testing statistical assumptions in research*. Wiley.

Widyawati, S., Asih, M. K., & Utami, R. T. (2022). Studi deskriptif: Kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psibernetika*, *15*(1), 59–65. https://doi.org/10.30813/PSIBERNETIKA.V1I15.3336

Wulandari, H., Ulfa, M., & Shafarani, D. (2023). Dampak Fatherless Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. *Ceria: Jurnal Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini*, *12*(1), 1–12. https://doi.org/10.31000/CERIA.V12I1.9019

Yahya, A. N., Sumari, M., Zulkefly, N. S., Baharudin, R., & Kadri, N. M. (2023). Fathers' parenting behavior and psychological well-being of adolescents in a Collectivist Society. *Hong Kong Journal of Social Sciences*, (61), 214–224. https://doi.org/10.55463/HKJSS.ISSN.1021-3619.61.17