



## Hubungan *Father Involvement* dengan *Psychological Well Being* pada Remaja di MAN 1 Padang

**Tasya Maharini<sup>1</sup>**

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Indonesia, Email: [tasyamaharini29@gmail.com](mailto:tasyamaharini29@gmail.com)

**Dewi Fitriana<sup>2</sup>**

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Indonesia, Email: [dewifitriana@uinib.ac.id](mailto:dewifitriana@uinib.ac.id)

**Mardenny<sup>3</sup>**

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Indonesia, Email: [mardenny@uinib.ac.id](mailto:mardenny@uinib.ac.id)

**Abstrak.** *Psychological well-being* merupakan indikator penting dalam perkembangan remaja karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam menerima diri, menjalin hubungan positif, memiliki tujuan hidup, serta mengelola tekanan perkembangan secara adaptif. Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan *psychological well-being* remaja adalah *father involvement*, diyakini memiliki kontribusi penting dalam pengasuhan dan kesejahteraan psikologis remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *father involvement* dengan *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian ini berjumlah sebanyak 269 siswa MAN 1 Padang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *Psychological Well-Being* versi *short scale* dan skala *father involvement*. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* remaja berada pada kategori sedang (60%), sedangkan *father involvement* berada pada kategori tinggi (57%). Uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *father involvement* dan *psychological well-being* ( $p < 0,05$ ) dengan kontribusi sebesar 0,422. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis remaja. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran ayah dalam mendukung perkembangan psikologis remaja.

**Kata Kunci:** father involvement, psychological well-being, remaja.

**Abstract.** *Psychological well-being* is an important indicator in adolescent development because it is related to an individual's ability to accept themselves, establish positive relationships, have life goals, and manage developmental pressures adaptively. One factor that plays a role in shaping adolescent psychological well-being is father involvement, which is believed to have an important contribution to adolescent parenting and psychological well-being. This study aims to determine the relationship between father involvement and psychological well-being in adolescents at MAN 1 Padang. This study uses a quantitative approach with a correlational method. The subjects of this study were 269 students of MAN 1 Padang who were selected using purposive sampling. Data collection used the Psychological Well-Being scale short version and the father involvement scale. Data analysis was performed using descriptive statistics and Pearson Product Moment correlation tests. The results showed that the level of psychological well-being among adolescents was in

the moderate category (60%), while father involvement was in the high category (57%). The correlation test shows a significant positive relationship between father involvement and psychological well-being ( $p < 0.05$ ) with a contribution of 0.422. These findings indicate that the higher the father's involvement in parenting, the higher the psychological well-being of adolescents. This study confirms the importance of the father's role in supporting the psychological development of adolescents.

**Keywords:** father involvement, psychological well-being, adolescents.

Article History

Submitted: 8<sup>th</sup> December 2025

Accepted: 5<sup>th</sup> February 2026

Published: 9<sup>th</sup> February 2026

## **A. PENDAHULUAN**

Pendidikan pada jenjang Madrasah Aliyah (MA) memiliki peran strategis dalam membentuk kualitas sumber daya manusia, khususnya pada fase perkembangan remaja. Pada jenjang ini, peserta didik tidak hanya dibekali kemampuan akademik, tetapi juga diarahkan untuk mengembangkan karakter, kematangan emosional, serta kesiapan menghadapi tuntutan perkembangan di masa dewasa. Pendidikan yang berkualitas diharapkan mampu membantu remaja mengoptimalkan potensi dirinya, baik secara intelektual, sosial, maupun psikologis, sehingga dapat menjalani kehidupan secara sejahtera dan bermakna di masa depan (Hasanuddin & Khairuddin, 2021).

Remaja merupakan individu yang berada pada fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan emosional yang signifikan. Santrock (2019) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode kritis yang dimulai sekitar usia 10 tahun hingga berakhir antara usia 18 hingga 22 tahun, di mana individu dihadapkan pada berbagai tuntutan perkembangan yang kompleks. Sejalan dengan itu, Papalia (2008) menyatakan bahwa remaja harus menghadapi tanggung jawab baru dari keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial, sekaligus menyesuaikan diri dengan harapan serta tujuan hidup yang mulai mereka bangun sendiri. Perubahan-perubahan tersebut sering kali memicu konflik internal dan ketegangan emosional apabila tidak diimbangi dengan dukungan lingkungan yang memadai.

Pada fase ini, remaja juga dihadapkan pada tugas perkembangan yang berkaitan dengan pembentukan identitas diri. Erikson (2010) menyebutkan

bahwa masa remaja berada pada tahap *identity versus role confusion*, yaitu kondisi ketika individu berusaha memahami siapa dirinya, nilai apa yang diyakini, serta peran apa yang ingin dijalani dalam kehidupan sosial. Keberhasilan dalam tahap ini akan menghasilkan identitas diri yang stabil, sedangkan kegagalan dapat menimbulkan kebingungan peran yang berdampak pada perilaku menyimpang dan ketidakstabilan emosi (Sumanto, 2014). Oleh karena itu, remaja membutuhkan kondisi psikologis yang sehat agar mampu menjalani tugas-tugas perkembangan tersebut secara optimal.

Salah satu indikator penting kesehatan mental pada remaja adalah *psychological well-being*. Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi individu yang mampu menerima dirinya secara positif, menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta terus mengembangkan potensi diri. Remaja dengan *psychological well-being* yang baik cenderung mampu menikmati kehidupan, mengelola emosi secara adaptif, dan menghadapi tekanan perkembangan dengan lebih sehat (Fatimah & Nuraninda, 2021). Sebaliknya, rendahnya *psychological well-being* dapat menghambat pencapaian tugas perkembangan dan berdampak negatif pada perilaku serta kualitas hidup remaja.

Fenomena rendahnya kesejahteraan psikologis remaja tercermin dari meningkatnya berbagai permasalahan perilaku dan sosial. Erikson (2010) menyatakan bahwa konflik yang tidak terselesaikan pada masa remaja dapat mendorong individu terlibat dalam perilaku berisiko dan menyimpang. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa tingkat kejahatan yang melibatkan remaja mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (BPS, 2020). Selain itu, data Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Bareskrim Polri mencatat ratusan kasus yang melibatkan anak dan remaja sebagai pelaku maupun korban tindak kriminal, seperti pencurian, penganiayaan, penyalahgunaan narkoba, serta perkelahian pelajar (Pusiknas Polri, 2025). Megawati dan Herdiyanto (2016) menyatakan bahwa kegagalan remaja dalam memenuhi tugas perkembangannya dapat memicu ketidakpuasan hidup, emosi negatif, serta menghambat perkembangan psikologis pada tahap selanjutnya.

Rendahnya *psychological well-being* pada remaja juga berkaitan erat dengan munculnya berbagai masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, dan depresi. Rahman dkk. (2024) mengungkapkan bahwa remaja dengan kesejahteraan psikologis rendah cenderung menunjukkan gejala menarik diri dari lingkungan sosial, kesulitan berkonsentrasi, perasaan tertekan, serta emosi yang tidak stabil. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya tekanan akademik, perundungan, kondisi ekonomi keluarga, serta masalah relasi dalam keluarga (Supini dkk., 2024).

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pembentukan kesehatan psikologis remaja. Dalam konteks pengasuhan, peran orang tua, baik ibu maupun ayah, memiliki kontribusi yang saling melengkapi. Namun, dalam praktiknya, keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak sering kali masih minim dan lebih berfokus pada peran pencari nafkah. Padahal, keterlibatan ayah (*father involvement*) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional, sosial, dan psikologis remaja (Utami, 2021).

Lamb (2010) mendefinisikan *father involvement* sebagai sejauh mana ayah terlibat dalam kehidupan anak melalui tiga dimensi utama, yaitu *paternal engagement* (keterlibatan langsung), *paternal accessibility* (ketersediaan), dan *paternal responsibility* (tanggung jawab). Keterlibatan ayah yang optimal dapat memberikan rasa aman, meningkatkan harga diri, serta membantu remaja mengembangkan regulasi emosi dan hubungan sosial yang sehat (Sairah & Chandra, 2022). Sebaliknya, rendahnya keterlibatan ayah dapat menimbulkan kekosongan emosional yang berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja.

Fenomena minimnya *father involvement* di Indonesia diperkuat oleh budaya patriarki yang masih menempatkan ayah sebagai figur otoritas dan pencari nafkah utama, sementara aspek pengasuhan emosional lebih banyak dibebankan kepada ibu (KPAI, 2017). Padahal, penelitian menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah secara emosional dapat memengaruhi perkembangan harga diri, kematangan emosi, serta kesejahteraan psikologis anak dan remaja. Ayah yang terlibat secara aktif dan hangat mampu menjadi

sumber dukungan, teladan, serta motivasi bagi remaja dalam menghadapi tantangan perkembangan (Fitriana dkk., 2025).

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti pada siswa MAN 1 Padang menunjukkan adanya perbedaan pengalaman remaja terkait keterlibatan ayah. Sebagian remaja mengungkapkan kurangnya komunikasi, perhatian, dan dukungan emosional dari ayah yang berdampak pada perasaan tertekan dan menarik diri. Sebaliknya, remaja yang merasakan keterlibatan ayah secara positif menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi, kenyamanan emosional, serta hubungan sosial yang lebih baik. Temuan awal ini mengindikasikan bahwa *father involvement* berpotensi menjadi faktor penting dalam membentuk *psychological well-being* remaja.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Metode kuantitatif berfokus pada pengolahan data numerik yang diperoleh dari pengukuran, yang kemudian dianalisis secara statistik (Azwar, 2017). Metode korelasional dipilih karena penelitian ini tidak memberikan perlakuan tertentu terhadap subjek, melainkan mengkaji sejauh mana hubungan antara variabel yang diteliti berdasarkan kondisi yang telah ada (Azwar, 2017). Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa MAN 1 Padang tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 884 siswa. Penentuan sampel dilakukan menggunakan rumus Krejcie dan Morgan dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 269 responden yang selanjutnya dilakukan analisis lanjutan (Hair dkk., 2014; Krejcie & Morgan, 1970).

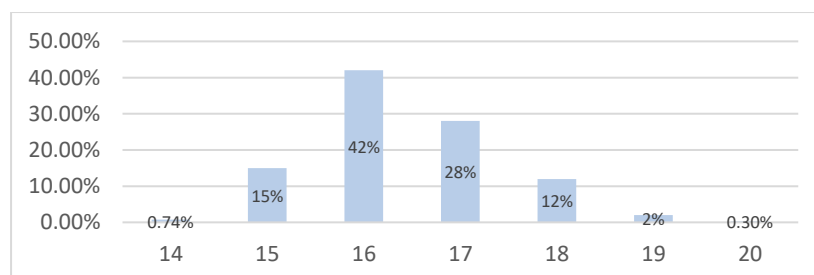
Variabel penelitian terdiri atas *father involvement* sebagai variabel bebas (X) dan *psychological well-being* sebagai variabel terikat (Y). *Psychological well-being* didefinisikan sebagai kondisi kesejahteraan psikologis remaja yang mencakup aspek kemampuan menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan potensi diri, serta diukur menggunakan *psychological Well-Being* versi *short scale* yang disusun berdasarkan teori Ryff (2013) dan di adaptasi oleh

Humaidah dan Mulyono (2025). *Father involvement* didefinisikan sebagai tingkat keterlibatan ayah dalam kehidupan anak yang mencakup *paternal engagement*, *paternal accessibility*, dan *paternal responsibility* yang diukur menggunakan skala *father involvement* berdasarkan konsep Lamb (2010) yang di adopsi dari skala yang di kembangkan oleh (Khofifah dkk., 2022). Pengumpulan data dilakukan dengan angket model skala Likert, sedangkan analisis data meliputi statistic deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi *pearson product moment* dengan bantuan prangkat lunak SPSS (Azwar, 2012; Priyatno, 2014).

### C. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *father involvement* dan *psychological well-being* serta menguji hubungan *father involvement* dengan *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Subjek penelitian berjumlah 269 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan rentang usia antara 14-20 tahun.

**Grafik 4.1**  
**Data Usia Subjek**



Hasil analisis deskriptif, variabel *father involvement* memiliki skor minimum sebesar 27 dan skor maksimum sebesar 135 dengan rentang skor 108. Nilai rata-rata (mean) teoretis yang diperoleh adalah 81 dan standar deviasi sebesar 18. Berdasarkan nilai tersebut, kategori rendah ditetapkan pada skor kurang dari 63, kategori sedang pada rentang skor 63 hingga kurang dari 99, dan kategori tinggi pada skor 99 ke atas. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa dari 269 remaja, sebanyak 2 orang (0,7%) berada pada kategori *father involvement* rendah, 114 orang (42,4%) berada pada kategori sedang, dan 153 orang (57%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini

menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di MAN 1 Padang memiliki tingkat keterlibatan ayah yang tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *father involvement* yang dirasakan oleh remaja dalam penelitian ini cenderung berada pada kategori tinggi.

Variabel *psychological well-being* menunjukkan skor minimum sebesar 18 dan skor maksimum sebesar 90 dengan rentang skor 72. Nilai mean teoretis sebesar 54 dan standar deviasi sebesar 12. Berdasarkan perhitungan kategorisasi, kategori rendah ditetapkan pada skor kurang dari 42, kategori sedang pada rentang skor 42 hingga kurang dari 66, dan kategori tinggi pada skor 66 ke atas. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tidak terdapat responden yang berada pada kategori rendah (0%). Sebanyak 161 remaja (60%) berada pada kategori sedang, dan 108 remaja (40%) berada pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* pada remaja MAN 1 Padang secara umum berada pada kategori sedang. Dengan demikian, dominannya kategori sedang mengindikasikan bahwa remaja telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menerima diri, menjalin hubungan sosial, serta memiliki tujuan hidup.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametrik. Uji normalitas dilakukan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk variabel *father involvement* dan *psychological well-being* lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal sehingga memenuhi asumsi normalitas dan layak untuk dilakukan analisis lebih lanjut.

**Tabel 4.5 Hasil Uji Linearitas Skala Psychological Well Being dan Father Involvement Test of Linearity**

	Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sign.	Ket
<i>Father Involvement*Psychological Well Being</i>	3111.943	1	3111.943	56.969	.00	Linear

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel *father involvement* dan *psychological well-being* bersifat linear. Uji linearitas dilakukan menggunakan *test of linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *father involvement* dan *psychological well-being* bersifat linear. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan *father involvement* diikuti oleh peningkatan *psychological well-being* secara linear, sehingga analisis korelasi *pearson product moment* dapat digunakan untuk menguji hipotesis penelitian.

**Tabel 4.6 Hasil Uji Hipotesis Psychological Well Being dan Father Involvement Korelasi Pearson Product Moment**

Variabel	Sig.2 tailed	Pearson Correlation	Ket
<i>Father Involvement*Psychological Well Being</i>	0.000	0.422	Signifikan

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis korelasi *pearson product moment* untuk mengetahui hubungan *father involvement* dengan *psychological well-being*. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,422. Nilai korelasi positif tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *father involvement* dan *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Artinya, semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis remaja. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan ayah berpotensi berkaitan dengan rendahnya *psychological well-being* pada remaja.

Hasil uji signifikansi menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *father involvement* dengan *psychological well-being* pada remaja. Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan ayah yang dirasakan oleh remaja, maka

semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki, dan sebaliknya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa *father involvement* memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Mayoritas remaja dalam penelitian ini memiliki tingkat *father involvement* yang tinggi dan *psychological well-being* pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Remaja yang merasakan keterlibatan ayah secara emosional, instrumental, dan komunikatif cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mengelola lingkungan, serta memiliki tujuan hidup yang lebih jelas. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan gambaran empiris mengenai pentingnya peran ayah dalam mendukung perkembangan dan kesejahteraan psikologis remaja.

#### **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *father involvement* dan *psychological well-being* merupakan dua variabel yang saling berkaitan dalam kehidupan remaja di MAN 1 Padang. Secara deskriptif, mayoritas remaja menunjukkan tingkat *father involvement* yang berada pada kategori tinggi dengan presentase 57%, sementara *psychological well-being* berada pada kategori sedang dengan presentase 60%. Temuan ini memberikan gambaran bahwa meskipun keterlibatan ayah dalam kehidupan remaja tergolong baik, kesejahteraan psikologis remaja masih berada pada tahap berkembang.

Tingginya tingkat *father involvement* mengindikasikan bahwa sebagian besar ayah telah menjalankan perannya tidak hanya sebagai pencari nafkah, tetapi juga sebagai figur yang hadir dan terlibat dalam kehidupan anak. Menurut Lamb (2010), keterlibatan ayah mencakup keterlibatan langsung dalam aktivitas anak (*paternal engagement*), ketersediaan secara emosional dan fisik (*paternal accessibility*), serta tanggung jawab dalam pengasuhan (*paternal responsibility*). Ketiga aspek tersebut memungkinkan remaja memperoleh dukungan emosional, perhatian, serta bimbingan yang

konsisten dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan. Ayah yang terlibat secara aktif dapat menjadi sumber rasa aman dan kelekatan emosional, yang sangat dibutuhkan remaja dalam menghadapi perubahan biologis, kognitif, dan sosial (Santrock, 2019).

Sedangkan, hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological well-being* remaja berada pada kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam beberapa aspek kesejahteraan psikologis, seperti hubungan sosial dan penerimaan diri, namun masih menghadapi dinamika dalam aspek lain, seperti kemandirian, kejelasan tujuan hidup, dan penguasaan lingkungan. Menurut Ryff (2013), *psychological well-being* mencakup enam aspek utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Pada fase remaja, keenam aspek tersebut masih berada dalam proses pembentukan seiring dengan pencarian identitas diri dan penyesuaian terhadap berbagai tuntutan perkembangan (Erikson, 2010).

Kondisi *psychological well-being* yang berada pada kategori sedang dapat dipahami karena remaja berada pada masa transisi yang penuh dengan tekanan, baik dari tuntutan akademik, relasi dengan teman sebaya, maupun ekspektasi keluarga. Apabila tekanan-tekanan tersebut tidak diimbangi dengan dukungan emosional yang memadai, remaja berisiko mengalami stres, kecemasan, serta ketidakstabilan emosi (Rahman et al., 2024). Oleh karena itu, keberadaan figur ayah yang terlibat secara positif menjadi salah satu faktor penting yang dapat membantu remaja mengelola tekanan tersebut secara lebih adaptif.

Dalam konteks budaya Indonesia, di mana peran ayah sering kali lebih difokuskan pada pemenuhan kebutuhan ekonomi, temuan penelitian ini memberikan gambaran bahwa keterlibatan ayah tidak hanya terbatas pada aspek finansial, tetapi juga mencakup kehadiran emosional dan partisipasi aktif dalam kehidupan anak. Ayah yang mampu meluangkan waktu untuk berkomunikasi, mendengarkan, dan memberikan dukungan kepada anak akan membantu remaja merasa lebih dihargai dan dipahami, sehingga berdampak positif pada *psychological well-being* mereka (Yuliani, 2018).

Hasil uji korelasi dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *father involvement* dengan *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,422 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel berada pada kategori sedang, yang berarti semakin tinggi keterlibatan ayah, maka semakin baik kesejahteraan psikologis remaja. Temuan ini sejalan dengan pandangan Ryff (2013) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga inti, khususnya orang tua, merupakan faktor penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis individu.

Keterlibatan ayah yang tinggi memungkinkan remaja merasakan dukungan emosional, perhatian, dan validasi diri, yang berkontribusi pada meningkatnya penerimaan diri dan rasa percaya diri. Remaja yang merasa diperhatikan dan dihargai oleh ayah cenderung memiliki pandangan diri yang lebih positif serta mampu menjalin hubungan sosial yang lebih sehat. Selain itu, ayah yang terlibat secara aktif juga berperan dalam memberikan arahan, nilai, dan teladan dalam pengambilan keputusan, sehingga membantu remaja mengembangkan otonomi dan tujuan hidup yang lebih jelas (Utami, 2021).

Penelitian ini juga sejalan dengan temuan Fitriana, Sepriani, dan Tashdiqi (2025) yang menyatakan bahwa *father involvement* berperan penting dalam pembentukan aspek psikososial remaja, termasuk pengendalian emosi dan kesejahteraan psikologis. Remaja yang merasakan keterlibatan ayah yang tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi emosional yang lebih baik serta tingkat stres yang lebih rendah. Dengan demikian, keterlibatan ayah menjadi salah satu faktor protektif dalam menjaga kesejahteraan psikologis remaja.

Temuan penelitian ini juga selaras dengan hasil penelitian Fitriana et al. (2025) yang menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki kontribusi signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja, baik secara langsung maupun melalui mekanisme psikologis tertentu. Ayah yang hadir secara emosional dan konsisten dalam pengasuhan dapat membantu remaja mengembangkan regulasi emosi, kontrol diri, serta kemampuan adaptasi

yang lebih baik. Kondisi ini pada akhirnya mendukung tercapainya *psychological well-being* yang lebih optimal.

Selanjutnya, hubungan positif antara *father involvement* dan *psychological well-being* menunjukkan bahwa peran ayah tidak dapat dipandang sebagai pelengkap semata dalam pengasuhan. Keterlibatan ayah yang berkualitas berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan, sekaligus mengurangi risiko munculnya masalah psikologis dan perilaku menyimpang. Remaja yang memiliki hubungan emosional yang hangat dengan ayah cenderung lebih mampu mengelola stres, memiliki tujuan hidup yang lebih terarah, serta menunjukkan pertumbuhan pribadi yang lebih baik.

Perspektif Islam juga menegaskan pentingnya peran ayah dalam membimbing keluarga. Kisah Luqman dalam Surah Luqman ayat 17 menggambarkan peran ayah dalam memberikan nasihat dan nilai kehidupan kepada anak. Peran ayah sangat diperlukan oleh anak dalam masa perkembangannya dan hal itu tidak dapat diganti dengan orang lain. Pentingnya ayah untuk dapat memberikan nasehat, mendidik anak, dan membangun interaksi yang positif dengan anak agar anak terhindar dari perilaku-perilaku buruk atau bermasalah.

Oleh karena itu, *father involvement* sangat penting dalam meningkatkan *psychological well-being* pada setiap remaja, karena keduanya menegaskan bahwa *psychological well-being* remaja dibangun melalui *father involvement* yang berlandaskan nilai spiritual, moral, dan emosional, sehingga remaja mampu berkembang menjadi individu yang sehat secara psikologis dan sosial. Hal ini juga menunjukkan bahwa dimensi spiritual dan pengasuhan tidak berjalan secara terpisah, melainkan saling menguatkan dalam membentuk keseimbangan psikologis.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa *father involvement* memiliki peran penting dalam mendukung *psychological well-being* remaja. Tingginya keterlibatan ayah menjadi modal psikososial yang dapat membantu remaja mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik, meskipun pada kenyataannya kesejahteraan tersebut masih berada pada tahap berkembang. Oleh karena itu, peningkatan kualitas keterlibatan ayah

dalam pengasuhan perlu terus didorong sebagai bagian dari upaya mendukung kesehatan mental dan perkembangan remaja secara optimal.

#### **E. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *father involvement* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* pada remaja di MAN 1 Padang. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah yang tercermin melalui keterlibatan langsung, ketersediaan, serta tanggung jawab dalam kehidupan remaja berperan penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Remaja yang memperoleh keterlibatan ayah yang lebih tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih baik, mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan, mampu mengelola lingkungan secara efektif, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta menunjukkan pertumbuhan pribadi yang positif. Dengan demikian, kehadiran ayah secara emosional dan fungsional menjadi salah satu faktor penting dalam membantu remaja menghadapi tugas-tugas perkembangan dan menjaga kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan simpulan tersebut, disarankan agar orang tua, khususnya ayah, dapat meningkatkan kualitas keterlibatan dalam kehidupan remaja, tidak hanya dalam pemenuhan kebutuhan materi, tetapi juga melalui komunikasi yang terbuka, pemberian dukungan emosional, perhatian, serta pendampingan dalam menghadapi permasalahan dan tugas perkembangan remaja. Pihak sekolah, khususnya guru bimbingan dan konseling, diharapkan dapat mengembangkan program layanan yang berfokus pada penguatan kesejahteraan psikologis siswa serta melibatkan peran orang tua sebagai mitra dalam mendukung perkembangan remaja. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi *psychological well-being* remaja, seperti dukungan ibu, kualitas relasi keluarga, religiusitas, kecerdasan emosional, atau dukungan sosial teman sebaya, serta menggunakan desain penelitian yang lebih beragam agar dapat memperkaya kajian dalam bidang psikologi perkembangan dan keluarga.

## **F. DAFTAR PUSTAKA**

- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Kriminal 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/publication/2020/11/17/0f2dfc46761281f68f11afb1/statistik-kriminal-2020.html>
- Erikson, Erik. 2010. *Childhood and Society*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fatimah, S., & Nuraninda, F. A. (2021). Peranan Orang Tua dalam Pembentukan Karakter Remaja Generasi 4.0. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3705–3711.
- Fitriana, D., Hanurawan, F., Chusniyah, T., & Atmoko, A. (2025). *An Indonesian perspective of father's involvement in children's education: The role of religiosity, marital satisfaction, and father's self-efficacy*. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 14(1), 234–247.
- Fitriana, D., Sepriani, W., & Tashdiqi, M. A. (2025). Pemahaman agresi remaja melalui keterlibatan ayah dan kecerdasan moral. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 16(2), 67–76. <https://doi.org/10.29080/jpp.v16i2.1564>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis (7th ed.)*. Pearson Education Limited.
- Hasanuddin, & Khairuddin. (2021). Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai Sosial Support, Adjustment and Psychological 85 Well-Being in SMA Negeri 2 Binjai Students. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 2502–4590.
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale pada Mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*. 7(1), 141-149. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>
- Khofifah, A. N. (2022). Pengaruh father involvement terhadap regulasi emosi remaja akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 45–57.

- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2017). *Ayah menjadi kunci tumbuh kembang anak*. Republika.co.id.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610. <https://doi.org/10.1177/001316447003000308>.
- Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development fifth edition*. New Jersey: John Wiley & Sons inc.
- Megawati, E., & Herdiyanto, Y. K. (2016). Hubungan antara Perilaku Prososial dengan Psychological Well-Being pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 132-141.
- Papalia, D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Kencana Prenada Media Grup.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS: Pengolahan Data Terpraktis*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Pusat Informasi Kriminal Nasional Bareskrim Polri. (2025). *Laporan statistik keterlibatan anak dan remaja dalam tindak pidana: 1 Januari-20 Februari 2025*. Diakses dari Pusiknas.polri.go.id
- Rahman, F., Syafriaedi, N., & Umari, T. (2024). Membangun Remaja Bahagia : Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Melalui Pelatihan Pik-R Di Bumi Ayu. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 4, 128-135.
- 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>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advanced in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sairah, S., & Chandra, A. (2022). Daycare dan Keterlibatan Ayah pada Pengasuhan Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4181-4188.

- Santrock, J. W. (2019). *Adolence; Adolentent Psychology; Peers* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sumanto, M. A. (2014). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Media Pressindo.
- Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(1), 166–172.  
<https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1760>
- Utami, R. S. (2021). *Hubungan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan psychological well-being pada masa dewasa muda anak perempuan*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Yuliani, I. (2018). Konsep Psychological Well Being Serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 2(2), 51–56.  
[https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling/article/view/253](https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/253).