

Original Article

# Pengaruh Father Involvement terhadap Regulasi Emosi Remaja Perempuan: Studi Kuantitatif pada Siswa SMA di Depok

Haninda Laksita Setyanie<sup>1\*)</sup>, Fijriani<sup>2</sup>.

<sup>12</sup>Universitas Indraprasta PGRI

\*) Alamat korespondensi: Jl. Kramat Jaya 6 No.64b, Depok, 16421, Indonesia; E-mail: [hanindalaksita@gmail.com](mailto:hanindalaksita@gmail.com)

## Article History:

Received: 12/01/2026;  
Revised: 25/06/2026;  
Accepted: 29/06/2026;  
Published: 30/06/2026;

## How to cite:

Haninda Laksita Setyanie, & Fijriani, F. (2026). Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Regulasi Emosi Remaja Perempuan Dan Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan Dan Konseling. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 161-167.  
<https://doi.org/10.26539/teraputik/757/10/1/2026>



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © Year, Author(s).

**Abstract:** Adolescence is a crucial period for emotional development, during which female adolescents are vulnerable to psychological instability if they lack family support systems, particularly from a father figure. Therefore, this quantitative correlational study was designed to examine the effect of father involvement in parenting on the emotional regulation of female students, with a sample of 35 respondents selected through purposive sampling based on the criteria of female adolescents living with their biological fathers. Data were collected using two Likert scale instruments: the Father Involvement Scale (60 items,  $\alpha = 0.88$ ) and the Emotion Regulation Scale (60 items,  $\alpha = 0.85$ ). Simple linear regression analysis yielded the equation  $Y = 68.641 + 0.266X$  with a significance value of  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ). Father involvement positively and significantly contributed 27.1% ( $R^2 = 0.271$ ) to the variance of female adolescents' emotional regulation. Theoretically, the remaining 72.9% variance may be influenced by other external factors such as the environment, relationship with the mother, and family communication patterns. These findings indicate the need for optimizing holistic guidance and counseling service programs based on family-centered counseling in schools.

**Keywords:** Father Involvement, Emotion Regulation, Female Adolescent, Guidance and Counseling.

**Abstrak:** Masa remaja merupakan periode krusial dalam perkembangan emosi, di mana remaja perempuan rentan mengalami ketidakstabilan psikologis jika kekurangan dukungan sistem keluarga, khususnya dari figur ayah. Oleh karena itu, penelitian kuantitatif jenis korelasional ini dirancang untuk menguji pengaruh keterlibatan ayah (*father involvement*) dalam pengasuhan terhadap regulasi emosi remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok. Populasi penelitian ini adalah 190 siswi kelas XI, dengan sampel sebanyak 35 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria remaja perempuan yang tinggal bersama ayah kandung. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen skala Likert: Skala Keterlibatan Ayah (30 item,  $\alpha = 0.88$ ) dan Skala Regulasi Emosi (30 item,  $\alpha = 0.85$ ). Hasil analisis regresi linier sederhana menghasilkan persamaan  $Y = 68.641X + 0.266X$  dengan nilai signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ). Keterlibatan ayah secara positif dan signifikan berkontribusi sebesar 27,1% ( $R^2 = 0.271$ ) terhadap variansi regulasi emosi remaja perempuan. Secara teoritis, sisa variansi 72,9% dimungkinkan dipengaruhi oleh faktor eksternal lain seperti lingkungan, hubungan dengan ibu, dan pola komunikasi keluarga. Temuan ini mengindikasikan perlunya optimalisasi program layanan bimbingan dan konseling yang holistik berbasis *family-centered counseling* di sekolah.

**Kata Kunci:** Keterlibatan Ayah, Regulasi Emosi, Remaja Perempuan, Bimbingan dan Konseling.

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi kritis yang ditandai oleh fluktuasi emosional yang intens, rekonstruksi identitas, serta kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Kemampuan untuk mengelola, mengevaluasi, dan memodifikasi

respon emosional secara adaptif disebut sebagai regulasi emosi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi gangguan mental emosional di kalangan remaja Indonesia mencapai angka signifikan sebesar 6%, dengan ketidakmampuan meregulasi emosi sebagai salah satu prediktor utama munculnya perilaku destruktif seperti *self-injury* dan agresivitas klinis. Remaja perempuan secara statistik menunjukkan kerentanan sosiopsikologis yang lebih tinggi terhadap tekanan interpersonal, sehingga memerlukan fondasi dukungan emosional keluarga yang stabil. Hal ini menunjukkan bahwa pengelolaan emosi remaja menjadi isu penting yang perlu mendapatkan perhatian khusus.

Salah satu faktor penting yang memengaruhi regulasi emosi anak remaja adalah keterlibatan orang tua. Keterlibatan ini tidak hanya mencakup keterlibatan fisik seperti mendampingi belajar atau memenuhi kebutuhan sehari-hari, tetapi juga mencakup dukungan emosional yang hangat dan responsif (Alamsyah, 2024). Orang tua yang tidak hadir secara emosional atau bersikap terlalu mengontrol cenderung gagal memberikan dukungan yang dibutuhkan anak dalam mengelola emosi negatif, kualitas keterlibatan orang tua menjadi dasar yang kuat dalam pembentukan kemampuan emosi anak (Rahiem, 2023).

Keterlibatan orang tua dalam pengasuhan merupakan faktor penting yang memengaruhi perkembangan emosi dan perilaku anak (Santrock, 2018). Epstein (2010) menyebutkan enam dimensi keterlibatan orang tua dalam pengasuhan anak, yaitu pola asuh (*parenting*), komunikasi, partisipasi sukarela (*volunteering*), pembelajaran di rumah (*learning at home*), pengambilan keputusan, dan kolaborasi dengan masyarakat. Keenam dimensi tersebut berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan akademik dan emosional anak.

Peran keluarga, khususnya orang tua, menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi pembentukan kemampuan regulasi emosi anak. Keterlibatan orang tua tidak hanya berdampak pada perilaku dan prestasi akademik, tetapi juga pada aspek emosional anak (Dong et al., 2020). Keterlibatan ini meliputi komunikasi, kedekatan emosional, dukungan dalam pengambilan keputusan, serta pengawasan dan pemberian aturan.

Menurut Goleman (1995), orang tua yang aktif terlibat tidak hanya memperkuat ikatan emosional, tetapi juga mampu membantu anak mengembangkan keterampilan interpersonal dan regulasi emosi. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa keterlibatan orang tua dalam bentuk dukungan emosional berperan dalam menumbuhkan rasa aman dan kepercayaan diri pada anak (Steinberg, 2016).

Keterlibatan orang tua sering kali tidak merata antara ayah dan ibu, penelitian dari Nasution dan Septiani (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar tanggung jawab pengasuhan masih dibebankan pada ibu, sementara peran ayah masih minim dalam aspek emosional. Pada studi terbaru menunjukkan bahwa kehadiran emosional ayah memiliki dampak signifikan dalam mengembangkan regulasi emosi anak yang sehat (Khofifah et al., 2023).

Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah tidak hanya berpengaruh secara langsung terhadap anak, tetapi juga berperan sebagai moderator dalam hubungan antara regulasi emosi orang tua dan anak (Aninditha & Boediman, 2021). Regulasi emosi yang baik pada ayah berpotensi memperkuat kemampuan anak dalam mengelola emosinya melalui modeling dan sosialisasi emosi.

Dewi dan Widyastuti (2024) menemukan bahwa di wilayah Pamotan, keterlibatan ayah berkorelasi dengan regulasi emosi remaja. Hasil tersebut memperkuat pentingnya mengkaji peran kedua orang tua, tidak hanya ibu, dalam mendukung perkembangan emosi anak secara optimal.

Persepsi orang tua terhadap kemampuan regulasi emosi anak merupakan gambaran sejauh mana orang tua memahami ekspresi, respons, dan pengendalian emosi yang dilakukan oleh anaknya. Menurut Bunford et al. (2018), persepsi ini dapat dilihat melalui empat dimensi utama, yaitu: *catastrophize* (kecenderungan merasa kewalahan menghadapi emosi), *negative secondary* (pengalaman emosi sekunder negatif), *attuned* (kesadaran emosi), dan *distracted* (gangguan perhatian karena emosi negatif).

Dalam struktur keluarga, regulasi emosi anak tidak hanya dibentuk melalui pengasuhan ibu, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif figure ayah (*father involvement*) (Putri, F. K., Surbiantoro, E., & Afianti, N. 2025). Teori modal pengasuhan Lamb (2010) membagi

keterlibatan ayah ke dalam tiga dimensi fundamental: *paternal engagement* (interaksi langsung seperti komunikasi dan aktivitas bersama), *accessibility* (keberadaan fisik dan kesiapan psikologis ayah saat dibutuhkan), serta *responsibility* (tanggung jawab pemenuhan kebutuhan dasar dan nilai moral). Pengasuhan ayah yang suportif memberikan rasa aman yang membekali remaja perempuan dengan keterampilan kognitif untuk melakukan penilaian ulang terhadap stimulus negatif.

Meskipun urgensi peran paternal sangat vital, realitas sosiokultural di Indonesia sering kali memposisikan peran ayah secara marginal, di mana ayah dipandang secara sekunder hanya sebagai *economic provider*. Kesenjangan peran ini menimbulkan kerentanan psikologis yang mendalam bagi remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok, yang di satu sisi menghadapi tuntutan akademik serta penyesuaian sosial yang tinggi, namun di sisi lain sering kali mengalami keterbatasan interaksi emosional yang bermakna dengan figur ayah akibat distansi pekerjaan atau konflik domestik keluarga.

Celah penelitian yang mendasari studi ini adalah bahwa sebagian besar penelitian terdahulu mengenai pengasuhan hanya meneliti hubungan korelasional sederhana tanpa membedah implikasi mekanis dari dimensi operasional Lamb (2010) secara terstruktur pada jenjang remaja pertengahan di wilayah urban penyangga Jakarta seperti Depok. Selain itu, terdapat argumentasi teoritis yang lemah pada studi-studi sebelumnya yang menyamaratakan seluruh bentuk keterpisahan fisik tanpa melihat kualitas komunikasi virtual. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah berupa konfirmasi empiris mengenai daya prediksi keterlibatan ayah di tengah pengaruh variabel bebas eksternal lainnya.

Urgensi penelitian ini terletak pada perlunya merumuskan intervensi holistik berbasis data nyata untuk menyusun program bimbingan dan konseling yang responsif terhadap dinamika keluarga di sekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh keterlibatan ayah terhadap kemampuan regulasi emosi remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok serta memverifikasi kontribusi relatifnya. Hipotesis penelitian yang diuji adalah terdapat pengaruh positif dan signifikan dari keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap regulasi emosi remaja perempuan.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional kausal menggunakan studi *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok yang berjumlah 190 orang, tersebar di 5 kelas IPA dan 5 kelas IPS. Dari populasi tersebut, sampel penelitian diambil sebanyak 35 siswi menggunakan Teknik Non-Probability Sampling dengan metode purposive sampling. Justifikasi ukuran sampel yang relatif kecil didasarkan pada kriteria restriktif yang ditetapkan bersama guru Bimbingan dan Konseling sekolah, yaitu: (1) siswi berjenis kelamin perempuan, (2) berada pada fase remaja pertengahan untuk menjamin stabilitas pengisian instrumen, dan (3) memiliki profil laporan bimbingan terkait variabilitas kedekatan dengan orang tua, guna memastikan keterwakilan ekstrimitas data pengasuhan.

Instrumen pengumpulan data utama berupa angket kuesioner skala Likert dengan total 60 butir pernyataan terstruktur (30 butir untuk variabel Keterlibatan Ayah dan 30 butir untuk variabel Regulasi Emosi). Validitas isi instrumen diuji melalui penilaian ahli (*expert judgement*) oleh dua dosen ahli psikologi perkembangan dan konseling (Dr. Solihatun, M.Pd. Kons. dan Djoni Aminudin, M.Pd.), yang merekomendasikan simplifikasi struktur kalimat agar relevan dengan pemahaman subjek. Validitas konstruk dihitung secara statistik menggunakan korelasi *Product Moment* pada program IBM SPSS versi 29, di mana butir dinyatakan valid jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (0,361) pada taraf signifikansi 0,05. Hasil uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha yang menghasilkan nilai ( $> 0,70$ ), sehingga membuktikan bahwa seluruh butir pernyataan dalam instrumen ini baik untuk digunakan dalam pengujian hipotesis.

Selain angket, teknik pengumpulan data didukung oleh wawancara terstruktur dengan 1 orang guru BK utama dan 5 orang responden yang dipilih secara khusus berdasarkan karakteristik tipikal. Fungsi spesifik wawancara ini bukan sebagai instrumen deterministik primer,

melainkan sebagai triangulasi kualitatif untuk mengeksplorasi mekanisme psikologis di balik angka-angka statistik deskriptif dan hasil uji regresi linier sederhana. Rumus analisis regresi linier yang diaplikasikan adalah  $Y = a + bX$ , di mana Y adalah Regulasi Emosi dan X adalah Keterlibatan Ayah.

## Hasil dan Diskusi

Analisis data diawali dengan perhitungan statistik deskriptif untuk memetakan karakteristik persebaran data responden dari kedua variabel utama. Ringkasan statistik deskriptif disajikan secara komprehensif pada Tabel 1.

Tabel Hasil Statistik Deskriptif (IBM SPSS 29)

| Descriptive Statistics             |    |         |         |        |                |
|------------------------------------|----|---------|---------|--------|----------------|
|                                    | N  | Minimum | Maximum | Mean   | Std. Deviation |
| Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan | 35 | 45      | 144     | 105.31 | 23.441         |
| Regulasi Emosi                     | 35 | 64      | 122     | 96.66  | 11.973         |
| Valid N (listwise)                 | 35 |         |         |        |                |

Sumber: Diolah dari data penelitian, 2025

Sebelum melakukan pengujian hipotesis regresi linier, serangkaian uji asumsi klasik telah dipenuhi secara ketat. Uji normalitas Shapiro-Wilk menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,448 untuk Keterlibatan Ayah dan 0,916 untuk Regulasi Emosi ( $p > 0,05$ ), mengonfirmasi data berdistribusi normal. Uji multikolinearitas menunjukkan nilai Tolerance 1,000 dan VIF 1,000, membuktikan model terbebas dari gejala kolinearitas. Selanjutnya, nilai Durbin-Watson sebesar 1,601 berada dalam rentang aman 1,5 hingga 2,5 yang berarti tidak terdapat masalah autokorelasi pada residual.

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menguji hipotesis pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap regulasi emosi remaja perempuan. Ringkasan koefisien regresi hasil olah data SPSS 29 disajikan pada Tabel 2.

Tabel Persamaan Regresi (IBM SPSS 29)

| Coefficients <sup>a</sup> |                                    |                             |            |                           |       |
|---------------------------|------------------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|
| Model                     |                                    | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | Sig.  |
|                           |                                    | B                           | Std. Error | Beta                      |       |
| 1                         | (Constant)                         | 68.641                      | 8.184      |                           | 8.387 |
|                           | Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan | .266                        | .076       | .521                      | 3.505 |

a. Dependent Variable: Regulasi Emosi

Sumber: Diolah dari data penelitian, 2025

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 2, diperoleh persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut:  $Y = 68.641 + 0.266X$ . Persamaan ini menunjukkan bahwa ketika keterlibatan ayah diasumsikan tidak ada atau bernilai nol, maka nilai konstanta dasar dari regulasi emosi remaja perempuan adalah sebesar 68.641. Setiap peningkatan satu satuan skor keterlibatan ayah dalam pengasuhan akan diikuti oleh peningkatan kemampuan regulasi emosi remaja perempuan sebesar 0.266 satuan secara linear.

Uji signifikansi koefisien regresi (Uji t) menghasilkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar 3,505 dengan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,001. Karena nilai signifikansi  $p = 0,001 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hal ini membuktikan secara empiris bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan berpengaruh positif dan sangat signifikan terhadap regulasi emosi remaja perempuan. Selanjutnya, nilai kelayakan model diuji melalui Uji F yang menghasilkan nilai F hitung sebesar

12,284 dengan signifikansi 0,001 ( $<0,05$ ), menyatakan bahwa model regresi ini sangat layak (fit) untuk memprediksi variabilitas regulasi emosi.

Berdasarkan tabel Model Summary, diperoleh nilai R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,271. Nilai ini mengindikasikan bahwa kontribusi atau sumbangan efektif dari variabel keterlibatan ayah dalam menjelaskan variansi kemampuan regulasi emosi pada remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok adalah sebesar 27,1%. Sementara itu, sisa variansi sebesar 72,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal lain di luar model pengujian penelitian ini.

Temuan utama penelitian ini membuktikan secara empiris adanya pengaruh positif dan signifikan keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap regulasi emosi remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok. Dengan kontribusi sebesar 27,1%, figur ayah terbukti memegang peran strategis yang tidak dapat diabaikan dalam perkembangan sosiopsikologis anak, mengonfirmasi landasan teoritis Lamb (2010) bahwa pengasuhan paternal memiliki dimensi operasional yang secara aktif mengintervensi stabilitas afektif anak. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Ragita dan Fardana (2021) serta Safitri dan Andhita Dyorita (2023) yang membuktikan bahwa kehadiran aktif serta keterlibatan figure paternal dalam lingkungan pengasuhan berkontribusi nyata dalam menunjang tercapainya stabilitas, kecerdasan emosional, dan kematangan emosi anak pada fase remaja.

Bila dibedah berdasarkan dimensi operasional Lamb, mekanisme pengaruh ini bekerja melalui pemenuhan interaksi langsung (*paternal engagement*) dan aksesibilitas psikologis (*paternal accessibility*). Ketika seorang ayah meluangkan waktu secara konsisten untuk mendengarkan keluh kesah, berdiskusi, dan responsive terhadap kebutuhan emosional anak, anak akan interbalisasi figure ayah sebagai *secure base*. Kehadiran psikologis ini menstimulus kemampuan remaja perempuan untuk menggunakan strategi kognitif tingkat tinggi seperti penilaian ulang kognitif. Remaja menjadi lebih terlatih untuk memandang stimulus yang penuh stres dari sudut pandang yang netral dan rasional, karena mereka memiliki keyakinan akan ketersediaan dukungan sosial yang kokoh dari figur otoritas utama mereka, yaitu ayah. Hal ini diperkuat oleh Purwani dan Hasanah (2023) yang menegaskan pentingnya peran sentral ayah dalam membimbing manajemen emosi anak.

Sebaliknya, dimensi *paternal responsibility* yang rendah berimplikasi langsung pada kerentanan emosional remaja. Hasil wawancara mendalam memperkaya data statistik ini, menunjukkan bahwa dari 35 responden, terdapat 5 siswi yang tinggal terpisah dari ayah kandung mereka karena perceraian domestik atau pernikahan kembali. Kelima responden ini menilai ayah mereka kurang bertanggung jawab dan abai. Mekanisme defensif yang muncul ketika mereka menghadapi stimulus negatif atau konflik emosional adalah menarik diri secara sosial, menangis histeris, atau menyembunyikan emosi secara maladaptif yang justru meningkatkan distress psikologis internal. Hal ini selaras dengan temuan Nasution dan Septiani (2017) dan Prabawati (2024) bahwa fenomena fatherless atau disfungsi peran paternal berkorelasi linear dengan ketidakmampuan remaja mengekspresikan emosi secara proporsional. Kondisi mal-adaptif akibat renggangnya control emosional pada remaja dari latar belakang keluarga terpisah ini juga rentan beresiko memicu kemunculan gejala kecemasan hingga depresi (Rania, 2023; Tirta & Selviana, 2020).

Namun, temuan menarik lainnya dari hasil wawancara mengungkap variasi mekanisme adaptasi subjek. Terdapat 1 responden yang meskipun secara geografis terpisah karena tuntutan pekerjaan luar kota sang ayah, tetap mampu menunjukkan skor regulasi yang prima. Investigasi kualitatif menunjukkan adanya komunikasi virtual yang sangat intensif dan konsisten, di mana sang ayah menelpon dan bertukar pesan 3-4 kali sehari dengan durasi kumulatif yang berkualitas. Kualitas interaksi emosional dan efektivitas jembatan komunikasi digital ini menggantikan batasan kehadiran fisik, membuktikan bahwa esensi dari *father involvement* menurut Lamb terletak pada kualitas interaksi afektif, bukan semata-mata kedekatan spasial.

Terkait sisa variansi sebesar 72,9% yang tidak dijelaskan dalam model regresi studi ini, secara kemungkinan teoritis hal tersebut dipengaruhi oleh faktor eksternal makro lainnya, seperti kualitas kelekatan dan pola asuh ibu, bentuk dukungan sosial teman sebaya yang dominan pada fase remaja pertengahan, pola komunikasi terbuka dalam keluarga besar, serta karakteristik temperamen bawaan individu. Sebab, bagaimanapun juga kemampuan regulasi

afektif anak dibentuk secara multiradiks lewat kombinasi keharmonisan domestik dan iklim komunikasi emosional orang tua (Dewi & Widyastuti, 2024; Juliyanti & Magistarina, 2024). Temuan ini menegaskan bahwa regulasi emosi remaja merupakan produk multiradiks yang kompleks, di mana peran ayah bertindak sebagai salah satu pilar deterministik inti.

Implikasi praktis bagi layanan Bimbingan dan Konseling di SMA Sejahtera 1 Depok sangat mendalam. Mengingat kontribusi peran paternal yang signifikan, konselor sekolah tidak lagi menggunakan pendekatan konseling individual yang terisolasi dari sistem keluarga. Guru BK disarankan untuk mengintegrasikan pendekatan konseling sistemik-keluarga dan menginisiasi program edukasi keorangtuaan yang secara eksplisit mewajibkan kehadiran figur ayah. Edukasi ini penting untuk mendobrak bias budaya sosiokultural bahwa pengasuhan emosional adalah tugas eksklusif ibu, serta melatih para ayah urban untuk membangun komunikasi virtual yang suportif di tengah kesibukan kerja.

## Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dari keterlibatan ayah dalam pengasuhan (*father involvement*) terhadap kemampuan regulasi emosi remaja perempuan di SMA Sejahtera 1 Depok ( $\beta = 0.521$ ,  $t = 3.505$ ,  $p = 0.001$ ). Model regresi linier yang dihasilkan ( $Y = 68.641 + 0.266X$ ) membuktikan daya prediksi peran paternal dengan kontribusi efektif sebesar 27,1%. Kualitas pemenuhan dimensi *paternal engagement* dan *accessibility* menjadi jangkar psikologis yang menstimulus kemampuan remaja perempuan dalam mengaplikasikan strategi regulasi emosi yang adaptif, sementara kualitas komunikasi interaktif terbukti mampu mengatasi hambatan keterpisahan fisik geografis.

Berdasarkan simpulan di atas, diajukan beberapa saran rekomendasi: (1) Bagi Ayah: diharapkan meningkatkan kualitas interaksi afektif yang konsisten melalui media komunikasi apapun demi menjaga stabilitas mental anak; (2) Bagi Guru BK dan Sekolah: disarankan menggeser paradigma intervensi dengan menerapkan program layanan BK berbasis keluarga holistik dan menyelenggarakan parenting seminar khusus ayah; (3) Bagi Peneliti Selanjutnya: disarankan memperluas generalisasi temuan dengan menambah ukuran sampel subjek yang lebih besar lintas sekolah, serta menganalisis secara multivariat variabel-variabel eksternal lain seperti pola asuh ibu dan dukungan teman sebaya melalui metode campuran.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang mendalam kepada Handoko Budi Setiawan, S.Pd., kepala sekolah SMA Sejahtera 1 Depok, beserta Siswandi, S.Sos., Ais Afidati, S.Pd., dan seluruh staf jajaran guru bimbingan dan konseling sekolah atas izin resmi, dukungan administratif, serta fasilitasi selama proses pengumpulan data penelitian lapangan dilaksanakan.

## Daftar Rujukan

- Alamsyah, S. (2024). Psikolog Ungkap Faktor Pemicu Tindak Kekerasan Pelajar di Sukabumi. Detik.com diakses 24 juni 2026. <https://www.detik.com/jabar/berita/d-7322274/psikolog-ungkap-faktor-pemicutindak-kekerasan-pelajar-di-sukabumi>
- Dewi, M. P., & Widyastuti, W. (2024). Keterlibatan ayah dan regulasi emosi remaja di Pamotan. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 8-8.
- Dewi, M. P., & Widyastuti, W. (2024). Keterlibatan Ayah dan Regulasi Emosi Remaja di Pamotan. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 8-8. <https://diksima.pubmedia.id/index.php/Psychology>



- Dong, Y., Wang, H., Zhu, L., Li, C., & Fang, Y. (2020). How parental involvement influences adolescents' academic emotions from control-value theory. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 282-291. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01586-3>
- Epstein, J. L. (2010). *School, family, and community partnerships: Preparing educators and improving schools (2nd ed.)*. Westview Press.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Juliyanti, A., & Magistarina, E. (2024). Hubungan antara father involvement dengan regulasi emosi pada remaja madya di Kota Padang. *Ahkam*, 3(1), 319-332. <https://doi.org/10.58578/ahkam.v3i1.2692>
- Khofifah, A. N., Musawwir, M., & Purwasetiawatik, T. F. (2023). Pengaruh father involvement terhadap regulasi emosi remaja akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 56-64. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2043>
- Lamb, M.E. (2010). *The role of the father in child development (5th ed.)*. <https://www.researchgate.net/publication/31670039>
- Nasution, I. N., & Septiani, D. (2017). Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 1(1), 23-30.
- Prabawati, T. (2024). *Hubungan antara fatherless dengan regulasi emosi remaja kelas XI di SMK Negeri 10 Semarang* [Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. Repository UNISSULA.
- Purwani, A., & Hasanah, I. U. (2023). Paternal involvement: The central role of fathers in managing children's emotions. *Atfaluna: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 6(2), 1-16.
- Putri, F. K., Surbiantoro, E., & Afrianti, N. (2025, August). Peran Ayah dalam Pengasuhan terhadap Perkembangan Emosi Anak Usia Dini 3-6 tahun. In *Bandung Conference Series: Early Childhood Teacher Education* (Vol. 5, No. 2, pp. 173-178).
- Ragita, S. P., & Fardana, N. A. (2021). Pengaruh keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap kematangan emosi pada remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan (BRPKM)*, 1(1), 417-424.
- Rahiem, M. D. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1), 40-50. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>
- Rania, C. F. P. (2023). Hubungan regulasi emosi dengan gejala depresi pada remaja SMA yang memiliki orang tua bercerai. *Jurnal Syntax Admiration*, 4(12), 2505-2515.
- Safitri, I., & Andhita Dyorita, K. (2023). *Hubungan antara keterlibatan ayah dengan kecerdasan emosi remaja di Yogyakarta* [Doctoral dissertation, Universitas 'Aisyiyah]. Repository UNISA.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development (17th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L. (2016). *Adolescence (11th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Tirta, A., & Selviana, S. (2020). Persepsi terhadap keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan konsep diri dengan kematangan emosi siswi di SMAN X Tangerang. *Psibernetika*. 13(2), 89-101.

---

#### Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---