

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

Oleh:

Widya Ratri Ning Pratidina¹

Alfiza Fakhriya Haq²

Hamka³

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Alamat: JL. r. H. Juanda No.15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda,
Kalimantan Timur (75124)

Korespondensi Penulis: 2111102433131@umkt.ac.id, afh467@umkt.ac.id
ham807@umkt.ac.id

Abstract. Emotional regulation refers to the ability to assess, control, and express emotions, which should develop in early adulthood with parental support. In Indonesia, the phenomenon of fatherlessness is quite common, with approximately 20.9% of children experiencing a lack of father involvement in their upbringing. This study aims to examine the effect of fatherlessness on early adulthood emotional regulation in Samarinda City. A total of 390 early adulthood college students participated in this study. Using a quantitative approach and an associative causal design, data were collected through the Fathering Scale and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), both of which have been tested for validity and reliability with a Cronbach's Alpha score of 0.966 for the fathering scale and a Cronbach's Alpha of 0.868 for the ERQ scale. Simple regression analysis showed a significant effect of fatherhood on early adulthood emotional regulation ($F = 80.638$; $p < 0.001$), with a regression coefficient of 0.107. This finding indicates that the higher the level of father absence, the higher the level of emotional regulation. The R^2 value (0.172) indicates that the absence of the father's role contributes 17.2% to the variance in emotional regulation, while the remaining 82.2% is influenced

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

by other factors. This study is expected to help in the multidimensional update on the role of fathers in parenting which was conveyed by Lamb (2010) about the importance of father involvement not only in childhood but also in adolescence and early adulthood.

Keywords: *College student, Early adulthood, Emotional regulation, Fatherless*

Abstrak. Regulasi emosi merujuk pada kemampuan untuk menilai, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi, yang seharusnya berkembang pada masa dewasa awal dengan dukungan orang tua. Di Indonesia, fenomena *fatherless* cukup banyak terjadi, sekitar 20,9% anak mengalami keterlibatan kurangnya peran ayah dalam pengasuhannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh kurangnya peran ayah terhadap regulasi emosi dewasa awal di Kota Samarinda. Sebanyak 390 mahasiswa dewasa awal berpartisipasi dalam penelitian ini. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain kausal asosiatif, data dikumpulkan melalui Skala Peran Ayah (*Fathering Scale*) dan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang keduanya telah teruji validitas dan reliabilitasnya dengan skor Cronbach's Alpha 0,966 untuk skala peran ayah dan *Cronbach's Alpha* 0,868 untuk skala ERQ. Analisis regresi sederhana menunjukkan adanya pengaruh signifikan peran ayah terhadap regulasi emosi dewasa awal ($F = 80,638$; $p < 0,001$), dengan koefisien regresi sebesar 0,107. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat absensi peran ayah, maka akan semakin tinggi pula tingkat regulasi emosinya. Nilai R^2 (0,172) mengindikasikan bahwa absensi peran ayah menyumbang 17,2% terhadap variansi regulasi emosi, sementara 82,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam pembaruan multidimensional tentang peranan ayah dalam pengasuhan yang mana disampaikan oleh Lamb (2010) tentang pentingnya keterlibatan ayah tidak hanya penting pada masa kanak-kanak tetapi juga pada masa remaja dan dewasa awal.

Kata Kunci: Mahasiswa, Dewasa awal, Kurang Peran Ayah, Regulasi emosi.

LATAR BELAKANG

Masa dewasa awal adalah periode penyesuaian terhadap berbagai perubahan dan tugas perkembangan baru. Pada tahap ini, individu mulai mengambil tanggung jawab yang berkaitan dengan pekerjaan dan kehidupan keluarga (Suralaga, 2021). Menurut Hurlock (1996) dewasa awal adalah tahap kehidupan di mana seseorang mengalami

berbagai perubahan dan adaptasi di berbagai bagian kehidupan mereka, termasuk perkembangan fisik, emosional, sosial, dan intelektual mereka. Periode ini biasanya berlangsung antara usia 18 hingga 40 tahun. Secara fisik seorang individu yang berada dalam tahap dewasa awal umumnya mencapai kondisi fisik terbaiknya, di mana aspek fisiologis telah berkembang secara maksimal. Mereka memiliki stamina yang tinggi serta kesehatan yang prima, memungkinkan mereka untuk menjalani berbagai aktivitas dengan penuh semangat. Selain itu, mereka juga menunjukkan sikap yang aktif, kreatif, cepat dalam bertindak, serta selalu berinisiatif dalam berbagai hal (Putri, 2018).

Salsabila & Hakim (2020) menjelaskan mahasiswa sendiri adalah individu yang tengah mengemban ilmu pendidikan di tingkat Universitas dengan mengambil jurusan sesuai minat untuk mengembangkan bakatnya. Selain aspek fisiologis, aspek psikologis juga sama pentingnya dalam tahapan perkembangan dewasa awal. Salah satunya adalah regulasi emosi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap tiga orang mahasiswa dengan umur 20-22 tahun ditemukan bahwa individu dewasa awal memiliki perkembangan regulasi emosinya yang buruk meliputi perasaan kesepian, perubahan suasana hati yang berubah drastis dalam situasi yang sama, kesulitan dalam pemecahan masalah, menutup diri, dan kesulitan dalam mengungkapkan emosi yang dirasakan seperti menutup diri dari orang lain tidak bersikap terbuka dan sangat berhati-hati dalam mengungkapkan perasaannya. Regulasi emosi buruk yang dialami oleh mahasiswa dewasa awal pada wawancara tersebut merupakan hasil dari pola asuh yang kurang hingga dipicu dari ketiadaan peran ayah yang di alami oleh individu tersebut selama masa transisi ke tahap perkembangan dewasa awal.

Menurut Greenberg (2002) regulasi emosi sendiri merupakan kemampuan untuk menilai, mengontrol, mengatur, dan mengekspresikan emosi dengan cara yang menjaganya tetap stabil. Sederhananya, regulasi emosi adalah proses di mana seseorang mengelola dan memodifikasi emosi mereka sendiri serta emosi orang lain. Kemampuan regulasi emosi sendiri dapat dibantu dengan bantuan keluarga, khususnya orang tua, hal tersebut dapat dikembangkan sejak usia belia. Sebagai panutan dalam pengasuhan orang tua dapat memberikan pengaruh langsung sebagai contoh dalam bertindak serta mengarahkan dalam memaparkan nilai maupun norma yang diterapkan oleh masyarakat (Septiana & Nasution, 2017). Akan tetapi di Indonesia sendiri peran orang tua dalam pengasuhan masih sangat pasif khususnya pada ayah. Berdasarkan laporan UNICEF

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

tahun 2021, diperkirakan sekitar 20,9% anak di Indonesia hidup tanpa sosok ayah. Angka tersebut mencakup sekitar 30,83 juta anak usia dini di Indonesia, di mana lebih dari 2,9 juta anak telah kehilangan peran seorang ayah. *Fatherless* didefinisikan sebagai ketiadaan peran seorang ayah dalam hal memenuhi kebutuhan perannya sebagai sosok orang tua dalam keluarga khususnya dalam perkembangan anak secara psikis maupun fisik (Munjiat, 2017). Ketidadaan ayah dapat menyebabkan gangguan pada perkembangan emosional anak, terutama perasaan rendah diri, kesulitan mengendalikan emosi, serta rasa cemas atau depresi. Anak-anak dari keluarga tanpa figur ayah cenderung memiliki tingkat agresivitas yang lebih tinggi dan kurang bertanggung jawab (Majid & Abdullah, 2024). Perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh sosok ayah dalam masa pengasuhan. Pertumbuhan kematangan emosional anak akan dapat dibentuk dari hubungan ayah anak yang berkontribusi secara positif pada saat berinteraksi secara langsung kepada aspek regulasi emosinya (Ika, 2023). Apabila dalam masa perkembangan usia dini individu dewasa awal mengalami kurangnya peran ayah dalam pengasuhannya yang di mana telah dijelaskan di atas bahwa seluruh perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh sosok ayah hal tersebut dapat mengakibatkan tidak tuntasnya tahap perkembangan individu hingga beranjak dewasa awal pada aspek regulasi emosinya.

Efek dari masa perkembangan yang mengalami pengabaian sering kali membuat individu memiliki perkembangan otak yang terhambat, terutama pada bagian yang berperan dalam kognisi dan emosi. Pengabaian ini dapat mengakibatkan perkembangan berlebih pada area otak yang berkaitan dengan mekanisme bertahan hidup, yang pada gilirannya dapat memicu kecemasan, impulsivitas, kesulitan mengatur emosi, serta hiperaktivitas (Rahma, Ikhsan & Yemima, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Aninditha & Boediman (2021) menjelaskan juga bahwa keterlibatan ayah dalam mengasuh anak sendiri berdampak pada hubungan antara kontrol emosi ayah dan kontrol emosi anak prasekolahnya. Ayah dengan kemampuan regulasi emosi yang kuat biasanya mengelola dan mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang sehat sepanjang hidup mereka. Ayah tidak hanya mengajarkan anak-anak mereka cara mengelola emosi mereka, tetapi mereka juga memberikan contoh praktis untuk mereka ikuti. Ayah yang menghabiskan lebih banyak waktu dengan anak-anak mereka, lebih terlibat dalam

pengasuhan anak, dan menunjukkan inisiatif yang lebih besar memiliki lebih banyak kesempatan untuk mendidik dan mencontohkan regulasi emosional yang sehat.

Pada penelitian terdahulu banyak yang telah mengeksplorasi hubungan antara pola pengasuhan ayah dan perkembangan emosional anak, termasuk dalam pembentukan karakter ayah dan regulasi emosi. Studi menunjukkan bahwa kehadiran dan keterlibatan ayah secara positif berhubungan dengan kemampuan anak mengelola emosi dan menghadapi stress. Namun sebagian besar penelitian terdahulu hanya berfokus pada populasi anak-anak atau remaja, dengan rentang usia dini sampai sekolah menengah pertama. Selain itu, sebagian besar studi yang membahas keterlibatan ayah (*father involvement*) menekankan pada aspek kehadiran fisik. Kajian yang secara khusus melihat persepsi anak terhadap peran emosional ayah dalam konteks regulasi emosi di masa dewasa awal masih sangat terbatas. Usia dewasa awal merupakan fase perkembangan yang sangat krusial dimana individu mulai menghadapi tuntutan kehidupan yang lebih kompleks. Pada tahap ini kemampuan regulasi emosi menjadi faktor penting dalam kesejahteraan psikologis, namun jarang dilakukannya penelitian yang secara khusus mengkaji latar belakang pengalaman pengasuhan ayah di masa kecil dengan dampak yang dirasakan pada usia dewasa awal.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh kurangnya peran ayah terhadap regulasi emosi mahasiswa dewasa awal yang berada di Kota Samarinda, karena menilik dari seringnya terjadi fenomena *fatherless* di Indonesia penelitian-penelitian terdahulu hanya membahas pengaruh yang disebabkan ketiadaan peran ayah pada regulasi emosi remaja maupun anak usia dini saja belum ada peneliti yang membahas bagaimana pengaruh dari ketiadaan peran ayah ke masa peralihan dewasa awal. Peneliti ingin mengetahui berapa besar pengaruh yang diberikan dari ketiadaan peran ayah memengaruhi regulasi emosi pada tahap perkembangan individu dewasa awal. Di mana tahapan dewasa awal seharusnya sudah mencapai tahapan perkembangan yang tuntas sebelum mencapai usia dewasa awal.

KAJIAN TEORITIS

Regulasi emosi menurut Thompson (1994) adalah proses internal eksternal yang bertanggung jawab untuk melacak, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosional. Guna mencapai tujuan, ini dimaksudkan untuk membantu individu dalam mengendalikan

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

respon emosional dan waktu. Menurut Gross (2014) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses di mana seseorang dapat mengelola atau memengaruhi jenis emosi yang mereka alami, kapan itu terjadi, dan bagaimana mereka menunjukkannya. Borod (2000) menjelaskan regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol perilaku yang terkait dengan emosi, baik yang terlihat seperti bahasa tubuh, maupun emosi yang tidak tampak seperti pikiran dan tindakan. Gross & John (2003) regulasi emosional adalah proses mengendalikan perasaan orang dengan menggunakan berbagai metode untuk mempengaruhi dan mengelola keadaan emosional. Menurut Hendrikson (2013) berbagai faktor mempengaruhi emosi individu dan bagaimana mereka mengatur kondisi emosionalnya, termasuk:

1. Lingkungan, lingkungan sekitar individu, seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat, dapat sangat memengaruhi perkembangan emosional mereka. Keharmonisan keluarga dan kenyamanan di sekolah adalah beberapa contohnya.

2. Pola Asuh Orang Tua

Variasi dalam pola asuh, seperti otoriter, memanjakan, acuh tak acuh, atau penuh kasih sayang, juga berdampak pada perkembangan emosi individu.

3. Pengalaman Traumatis

Perkembangan emosional seseorang dapat dipengaruhi oleh peristiwa traumatis di masa lalu, yang menyebabkan ketakutan dan kewaspadaan yang berlebihan.

4. Jenis Kelamin

Studi mengungkapkan bahwa jenis kelamin yang berbeda mungkin menggunakan teknik yang berbeda untuk mengendalikan emosi mereka. Dibandingkan dengan pria muda, wanita muda biasanya memiliki keterampilan ekspresi emosional yang lebih besar.

5. Usia

Pertumbuhan dan kematangan fisiologis berdampak pada kematangan emosional. Kadar hormon turun seiring bertambahnya usia, yang mempengaruhi faktor emosional.

6. Perubahan Fisik

Kemampuan seseorang untuk mengatur emosi mereka juga dipengaruhi oleh perubahan hormonal yang spesifik untuk jenis kelamin mereka, seperti perkembangan jerawat pada wajah yang sebelumnya bersih.

7. Perubahan Pandangan Luar, ketidakstabilan sikap dunia luar terhadap individu dapat menyebabkan konflik emosional, seperti tidak konsisten sikap terhadap wanita dan pria.

Aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross & John (2003) menjelaskan bahwa individu memiliki dua metode utama untuk mengendalikan emosi yang mereka rasakan, yaitu:

1. Pendekatan *cognitive reappraisal*, yang memerlukan proses mental di mana seseorang mengatur emosi mereka dengan menganalisis keadaan sebelum bereaksi secara emosional.
2. Pendekatan *expressive suppression*, yang menekankan pengelolaan emosi dengan membatasi manifestasi luar. Orang mencoba mengendalikan emosi mereka dengan menekan reaksi yang kuat dalam situasi sensitif.

Ketiadaan peran ayah atau yang sering disebut *fatherless* adalah keadaan dimana baik secara fisik maupun emosional dalam kehidupan seorang anak ayah tidak hadir dalam pengasuhannya. Ketidakhadiran ayah pun bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk psikologis dimana kurangnya kesadaran akan pentingnya peran ayah bagi anak. Dampak dari ketidakhadiran psikologis ini adalah anak merasa kehilangan dan tidak merasakan kehadiran ayahnya yang mungkin hadir secara fisik tetapi tidak secara emosional atau fungsional dalam pengasuhan. *Fatherless* fisik juga dapat terjadi pada kasus di mana ayah bekerja jauh, orang tua bercerai, keluarga yang tidak harmonis, atau situasi *broken home* (Lestari, 2024). Sedangkan peran ayah menurut Lamb (1981) menggambarkan bahwa keterlibatan ayah adalah konsep yang melibatkan aspek emosional, kognitif, dan etis, serta tindakan yang bisa dilihat. Ini juga termasuk dukungan tidak langsung, seperti membantu peran ibu dalam merawat anak dan menyediakan kebutuhan keluarga. Hart (2002) menekankan bahwa peran seorang ayah termasuk memikul tanggung jawab moral, mengajarkan nilai-nilai etika, dan membangun hubungan emosional yang positif dengan anak-anaknya ia juga menekankan bahwa ayah tidak hanya memberikan kebutuhan materi anak-anaknya, tetapi juga bertindak sebagai pelindung, pendidik, pengasuh, dan panutan dalam upaya mendukung perkembangan

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

anak secara menyeluruh. Menurut Lamb (1981) ada sejumlah faktor yang mempengaruhi keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak:

1. Motivasi

Komitmen dan kesadaran ayah akan perannya dalam kehidupan anak menunjukkan dorongannya untuk terlibat. Faktor lain yang mempengaruhi motivasi adalah seberapa besar orang tua memprioritaskan karir mereka. Ayah yang mengutamakan pekerjaan mereka mungkin tidak menghabiskan banyak waktu dengan anak-anak mereka. Sebaliknya, ayah yang mengutamakan kebutuhan anak-anak mereka di atas karir mereka lebih mungkin terlibat.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri seorang ayah secara signifikan dipengaruhi oleh pengetahuan dan kemampuan pengasuhannya. Keterlibatan ayah dalam mengasuh anak dan keintiman dengan anak mungkin berkurang oleh ketidaktahuan. Ayah mungkin didorong untuk berpartisipasi dalam kegiatan dengan anak-anak atau disertakan dalam program pendidikan untuk membantu memecahkan hal ini.

3. Keterampilan

Pengetahuan dan keterampilan dalam pengasuhan sangat mempengaruhi kepercayaan diri ayah. Kurangnya pengetahuan dapat mengurangi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan kedekatan dengan anak. Ini dapat diatasi dengan melibatkan ayah dalam program edukasi atau mendorong mereka untuk terlibat dalam aktivitas bersama anak.

4. Dukungan Sosial

Bantuan dari pasangan dan keluarga sangat penting. Istri atau suami dapat mendukung atau menentang keterlibatan ayah dalam membesarkan anak, tergantung pada bagaimana mereka memandang peran ayah.

5. Kebijakan dan Praktik Institusional

Peraturan dan praktik tempat kerja, termasuk sebagai penjadwalan dan jam kerja, dapat berdampak pada keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak. Dalam pengertian ini, ayah yang dipandang sebagai penyedia utama keluarga menghadapi beberapa kendala.

Dimensi Peran Ayah

Menurut Hart (2002) bahwa ayah memiliki 8 peran keterlibatan dalam pengasuhan anak, yaitu:

1. *Economic Provider*, yaitu ayah dipandang sebagai pelindung keluarga dan pendukung keuangan.
2. *Freind and Playmate*, dimana ayah dianggap sebagai "orang tua yang menyenangkan" dan lebih banyak bermain bersama.
3. *Caregiver*, ayah dianggap sebagai pengasuh yang sering merangsang kasih sayang dalam berbagai cara, membuat orang merasa hangat dan nyaman.
4. *Teacher and Role Model*, ayah seperti ibu, bertanggung jawab atas kebutuhan masa depan anak-anak mereka dengan memberikan contoh positif dan mencontohkan perilaku.
5. *Monitor and disciplinary*, ayah memiliki peran penting dalam mengawasi anak-anak mereka, terutama ketika ada tanda-tanda awal perilaku buruk.
6. *Protector*, ayah mengatur dan mengelola lingkungan anak untuk menjaganya tetap aman dari tantangan dan bahaya dan mengajarnya cara menjaga dirinya tetap aman, terutama ketika ibu atau ayah tidak ada di sana.
7. *Advocate*, ayah bertindak sebagai advokat untuk kesejahteraan anak-anak mereka dalam berbagai cara, terutama untuk memenuhi kebutuhan mereka ketika mereka berada di institusi yang jauh dari rumah.
8. *Resource*, ayah berkontribusi pada pencapaian anak-anak mereka dengan berbagai cara dengan membantu di belakang layar.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode pendekatan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menganalisis seberapa besar pengaruh antar variabel. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi yang bertujuan untuk menganalisis seberapa besar pengaruh antar variabel dan menghitung pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Selanjutnya penelitian dilakukan dengan mengumpulkan data menggunakan skala psikologi yaitu pengukuran data skala *Likert*. Populasi yang digunakan dalam penelitian adalah mahasiswa di Kota Samarinda. Berdasarkan sumber data Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur (2025) diambil pada bulan Desember 2024 sampai dengan Februari 2025 terdapat sebanyak 72.046 jumlah populasi

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

mahasiswa universitas Kota Samarinda. Lalu untuk menentukan jumlah sampel dari populasi digunakan penghitungan Tabel *Issac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5%, berdasarkan hasil Tabel *Isaac* dan *Michael* didapatkan sebanyak 386 sampel.

Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability* sampling dengan menggunakan pendekatan *Purposive Sampling*. Sebelum dilakukan pemberian skala kepada sampel, peneliti akan melakukan *screening* terlebih dahulu untuk mengetahui apakah sampel memang tengah mengalami *Fatherless*. Adapun cara pengambilan *screening Fatherless* dengan memberikan beberapa pertanyaan dalam bentuk *Google form* agar mengetahui responden benar-benar mengalami fenomena tersebut dan setuju untuk mengisi skala yang akan diberikan oleh peneliti. *Screening* dilakukan dengan menyebarkan melalui media sosial seperti *Instagram*, *Whatsapp*, dan *platform* media sosial lainnya. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 390 partisipan. Adapun cara pengambilan *screening Fatherless* dengan memberikan beberapa pertanyaan dalam bentuk *Google Form* agar mengetahui subjek benar-benar mengalami fenomena tersebut dan setuju untuk mengisi skala yang akan diberikan oleh peneliti. *Screening* dilakukan dengan disebarakan melalui media sosial seperti *Instagram*, *Whatsapp*, dan *platform* media sosial lainnya. Adapun karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Mahasiswa/i aktif Kota Samarinda berusia 18-40 tahun.
2. Mahasiswa yang merasa mengalami kurangnya peran ayah atau tidak ada peran ayah dalam pengasuhan selama masa perkembangan.
3. Merasa memiliki kontrol emosi yang buruk.
4. Bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang disusun oleh Gross & John (2003) dengan dimensi *Cognitive reappraisal* dan *Expressive supression* yang sudah di adabtasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Radde et al. (2021) yang terdiri dari 10 aitem dengan 4 pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS) hingga sangat Setuju (SS), dengan koefisien reliabilitas yang cukup baik setelah uji try out terpakai sebesar *cronbach alpha* 0,868 dengan Indeks daya beda aitem dari 0,519-0,679. Selanjutnya skala ke dua menggunakan skala peran ayah (*fathering*) berdasarkan teori Hart (2002) yang disusun oleh Muna (2015) dari delapan aspek antara lain *Economic provider*, *Friend and playmate*, *Caregiver*, *Teacher and role model*,

Protector, Monitor and disciplinary, Advocate, Resource yang telah di modifikasi oleh peneliti pada butir aitem. Skala ini terdiri dari 55 aitem sebelum dilakukan uji try out terpakai setelah dilakukannya uji try out terpakai terdapat 5 aitem yang gugur dengan indeks di bawah 0,030 dan terdapat 50 aitem valid dengan 4 pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Koefisien reliabilitas pada skala peran ayah sebesar *cronbach alpha* 0,966 dengan indeks daya beda aitem 0,357-0,698. Skala peran ayah dan ERQ pada penelitian sudah melalui uji rater dengan *expert judgment* berjumlah 3 orang untuk mendapatkan validitas pada butir aitem. Setelah itu terdapat 1 aitem gugur pada skala peran ayah yang awalnya berjumlah 56 menjadi 55 aitem, sedangkan pada skala ERQ tidak terdapat aitem gugur hanya menambahkan indikator pada blue print karena skala hanya memiliki dimensi.

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik deskriptif, uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linearitas, beserta uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik analisa data uji deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis dengan analisis regresi linear sederhana. Tahapan analisa data peneliti menggunakan *statistical product and service solution* (SPSS), tapi sebelum itu perlu dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data demografis dikumpulkan dari ke keseluruhan subjek yang telah mengisi skala peneliti dengan jumlah 390 mahasiswa dewasa awal Universitas Kota Samarinda. Adapun hasil data demografis di hitung menggunakan aplikasi microsoft excel. Berdasarkan hasil demografis di sajikan sebagai berikut.

Tabel 1. Demografis Usia

Deskripsi	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Usia	18	5	1%
	19	24	6%
	20	45	12%
	21	84	22%
	22	145	37%
	23	52	13%
	24	18	5%

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

	25	11	3%
	27	4	1%
	28	1	0%
	30	1	0%
	Total	390	100%

Berdasarkan Tabel 1. Demografis Usia didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 22 tahun dengan persentase sebesar 37%, di ikuti oleh usia 21 tahun dengan persentase 22%, 23 tahun persentase 13%, 20 tahun 12%, 19 tahun persentase 6%, 24 tahun persentase 5%, 25 tahun persentase 3%, 18 tahun persentase 1%, 27 persentase 1%. Sementara itu untuk usia 28 tahun dan 30 tahun memiliki persentase 0% dengan responden masing-masing 1 mahasiswa.

Tabel 2. Demografis Jenis Kelamin

Deskripsi	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	90	23%
	Perempuan	300	77%
	Total	390	100%

Berdasarkan Tabel 2. Demografis Jenis Kelamin di dapatkan frekuensi responden antara laki-laki dan perempuan berada pada mayoritas perempuan dengan jumlah 300 responden dengan persentase 77%. Sedangkan laki-laki memiliki frekuensi lebih rendah dengan persentase 23%.

Tabel 3. Demografis Jenjang Pendidikan

Deskripsi	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Jenjang Pendidikan	S1	359	92%
	S2	4	1%
	D3	11	3%
	D4	13	3%
	Pendidikan Profesi	3	1%
	Total	390	100%

Berdasarkan Tabel 3. Demografis jenjang pendidikan di dapatkan hasil bahwa frekuensi responden adalah mahasiswa dewasa awal yang tengah menempuh pendidikan S1 di berbagai universitas Samarinda dengan persentase 92% (359 responden), di ikuti oleh D4

3% (13 responden), D3 3% (11 responden), S2 1% (4 responden), dan Pendidikan profesi 1% (3 responden).

Uji Statistik Deskriptif

Pada uji statistik deskriptif penelitian melibatkan 390 mahasiswa dari Universitas yang berada di kota Samarinda. Data di kumpulkan menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) dan skala peran ayah (*fathering*) yang dihitung menggunakan perangkat lunak *SPSS Statistic 2.7 for windows*.

Tabel 4. Uji Statistik Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Peran Ayah	390	52	194	97,68	25,98
Regulasi Emosi	390	12	40	28,09	6,71

Berdasarkan Tabel 4. Uji Statistik Deskriptif, rata-rata skor regulasi emosi mahasiswa kota Samarinda berada pada skor 28,09 dengan standar deviasi 6,71 yang menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi berada pada kategori sedang. Sedangkan rata-rata pada peran ayah sebesar 97,68 dengan standar deviasi 25,98 yang dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat peran ayah yang relatif sedang. Data menjelaskan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup mampu dalam mengelola emosi dalam menghadapi tekanan akademis maupun sosial, namun masih memiliki ruang untuk peningkatan sedangkan untuk peran ayah mengindikasikan bahwa keterlibatannya dalam kehidupan pengasuhan cukup signifikan namun tidak dominan.

Uji Normalitas

Uji normalitas pada alat ukur dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak *SPSS Statistic 2.7 for windows* dengan metode *One-Sample Kolmogrov-Smirnos Tes*. Data distribus normla pada uji normalitas tidak hanya bisa dilihat pada nilai *Asymp. Sig.(2-tailed)* akan tetapi data juga dapat di katakan berdistribusi normal dilihat dari kolom *Tes Statistic* dengan nilai taraf pengukuran $< 0,197$. Apabila hasil dari nilai *Tes Statistic* $> 0,197$ maka data dikatakan normal.

Tabel 5. Uji Normalitas

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

Variabel	Tes Statistic	Keterangan
Peran Ayah	0,051	Normal
Regulasi Emosi		

Dengan melihat data pada Tabel 5. Uji Normalitas kolom *test statistic* didapatkan skor 0,051. Data dapat disimpulkan memiliki distribusi secara normal pada variabel X (peran ayah) dan variabel Y (regulasi emosi) karena memiliki nilai skor ($<0,197$). Maka, asumsi normalitas pada model regresi telah terpenuhi.

Uji Linearitas

Pada uji linearitas menggunakan perangkat lunak *SPSS Statistic 2.7 for windows* sebagai media penghitungan. Pengambilan keputusan dalam linearitas berdasarkan acuan signifikan Sig. Variabel pada penelitian independen dan dependen dikatakan linear apabila nilai Sig. pada *Deviation from Linearity* $> 0,05$ selanjutnya jika nilai Sig. pada *Deviation from Linearity* $< 0,05$ dapat dikatakan tidak terdapatnya hubungan linear yang signifikan pada kedua variabel.

Tabel 6. Uji Linearitas

Variabel	<i>Sig. Deviation from Linearity</i>	Keterangan
Peran Ayah	0,654	Linear
Regulasi Emosi		

Berdasarkan Tabel 8. Uji Linearitas nilai signifikansi pada dua variabel didapatkan nilai signifikan *linearty* sebesar sig.0,000 ($<0,05$) dan nilai *deviation from linearty* sebesar 0,654 ($>0,05$). Berdasarkan hasil data tersebut terdapatnya hubungan linear yang signifikan antara variabel X peran ayah dan variabel Y regulasi emosi. Maka dapat disimpulkan bahwa data memenuhi asumsi linearitas.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan media perangkat lunak *SPSS Statistic 2.7 for windows*. Analisis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel X (Peran ayah) terhadap Y (Regulasi emosi). Untuk mengetahui signifikan dari uji regresi linear sederhana dengan

membandingkan nilai Sig. terhadap nilai batas probabilitas sebesar 0,05. Apabila nilai Sig. < 0,05 maka dapat dikatakan terdapat pengaruh signifikan pada variabel independen dan dependen, sebaliknya apabila nilai Sig. > 0,05 maka tidak terdapat pengaruh antara variabel independen dan dependen. Besaran pengaruh dapat dianalisis menggunakan R² (*Square*) sebagai indeks kontribusi variabel independen terhadap dependen.

Tabel 7. Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	F	Sig.	Koef. Regresi	R ²
Peran Ayah	80,638	0,001	0,107	0,172
Regulasi Emosi				

Berdasarkan tabel model summary pada Tabel 9. Uji Regresi Linear Sederhana di dapatkan nilai R (square) yakni 0,172 atau 17,2% hasil ini menunjukkan bahwa variabel X peran ayah berkontribusi mempengaruhi variabel Y regulasi emosi sebesar 17,2%, sementara 82,8% dipengaruhi oleh variabel lain bisa seperti pertemanan, lingkungan sekitar, dan lainnya di luar penelitian ini. Sejalan dengan penelitian Dewi & Ambarwati (2023) bahwa terdapat hubungan antara kelekatan ayah dan regulasi emosi, dengan kontribusi sebesar 28,3% terhadap kemampuan regulasi emosi dapat berpengaruh signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kualitas kelekatan dengan ayah, maka semakin baik pula kemampuan individu dalam mengelola emosi. Adapun variabel lain yang dapat mempengaruhi regulasi emosi adalah teman sebaya dan lingkungan sosial.

Mawardah & Adiyanti (2014) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya dan lingkungan sosial dapat berperan besar dalam pembentukan regulasi emosi remaja. Individu yang memiliki hubungan sosial positif cenderung lebih mampu dalam mengelola emosi di bandingkan individu yang mengalami tekanan lingkungan sosial. Studi Illahi & Akmal (2017) juga mengungkapkan bahwa keterikatan emosional dengan teman sebaya dan kecerdasan emosional individu dapat berpengaruh signifikan terhadap regulasi emosi. Kemampuan empati tinggi dan kontrol diri yang baik cenderung dapat membantu dalam mengatur emosi.

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

Pembahasan

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh kurangnya peran ayah dalam pengasuhan (*fatherless*) terhadap regulasi emosi dewasa awal. Melibatkan 390 mahasiswa dari universitas di kota Samarinda. Berdasarkan analisis regresi linear sederhana didapatkan nilai model keseluruhan signifikan ($F_{hitung} = 80,638$ dengan nilai $Sig. < 0,001$) ($p < 0,05$) artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara peran ayah dalam pengasuhan terhadap regulasi emosi dewasa awal. Selanjutnya, hasil data menunjukkan pengaruh kearah positif berdasarkan nilai koefisien regresi 0,107 yang berkontribusi sebesar ($R^2 = 0,172$). Dapat dijelaskan bahwa semakin tinggi peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan yang diberikan maka akan semakin tingginya tingkat regulasi emosi dewasa awal dan sebaliknya apabila peranan ayah rendah maka akan semakin rendah pula tingkat kemampuan regulasi emosinya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang dimana menunjukkan bahwa kontribusi yang lebih besar dengan pengaruh keterlibatan ayah berkontribusi secara signifikan terhadap regulasi emosi pada generasi Z sebesar 63,9% di mana keterlibatan ayah dalam pola asuh dapat mempengaruhi kemampuan regulasi emosi pada individu dilingkungan urban (Banun et al., 2025). Dewi & Ambarwati (2023) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa kelekatan emosional dengan ayah berperan penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi yang baik. Pola asuh ayah otoritatif yang menggabungkan kehangatan dan kontrol di dalam pengasuhannya juga terbukti lebih dapat mendukung perkembangan regulasi emosi yang lebih sehat (Aritonang & Soetjningsih, 2024). Walaupun penelitian ini memiliki kontribusi yang lebih kecil dari pada penelitian sebelumnya perbedaan ini bisa disebabkan oleh perbedaan karakteristik sampel, konteks budaya, dan metode pengukuran.

Karakteristik pada penelitian ini adalah dewasa awal yang menempuh jenjang S1 dengan mayoritas berumur 22 tahun dengan persentase sebesar 37%. Berdasarkan data tersebut dapat di jelaskan bahwa dewasa awal yang mengalami kurangnya peran ayah di usia 22 tahun memiliki persentase yang tinggi di mana seharusnya di usia tersebut mereka sudah menuntaskan tahapan perkembangan pada aspek emosional dan melanjutkan ke tahapan perkembangan selanjutnya. Hal ini di dukung oleh teori Erik Erikson yakni *stage of psychosocial development*, dimana pada tahapan ke 6 menjelaskan tentang *intimacy vs isolation*. Mksud dari tahapan tersebut menjelaskan bahwa dewasa awal kisaran 18-40

tahun seharusnya individu tengah menghadapi tugas perkembangan baru yaitu kemampuan menjalin hubungan yang aman, kepercayaan emosional, manajemen emosi dalam interaksi sosial, dan kedewasaan dalam cinta yang bermakna dengan orang lain. Apabila individu belum menuntaskan tahapan perkembangan ini, maka dapat berdampak negatif mengalami perasaan takut di tolak (komitmen), isolasi emosional yang menyebabkan keterasingan, mengalami perasaan kesepian, dan kesulitan dalam menjaga hubungan dengan orang lain (McLeod & Erikson, 2025).

Adapun frekuensi jenis kelamin pada penelitian didapatkan 77% responden merupakan seorang perempuan sedangkan 23% nya merupakan laki-laki. Data menjelaskan bahwa responden yang mengalami kurangnya peran ayah cenderung kepada perempuan dewasa awal. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sasono et al., (2025) di mana mengungkapkan perempuan dewasa awal berusia 18-25 tahun yang mengalami ketiadaan peran ayah cenderung memiliki kekosongan dalam emosional, krisis identitas, dan kebutuhan perlindungan. Febriani & Iswinarti, (2025) juga menjelaskan dalam penelitiannya bahwa *fatherless* juga menyebabkan penurunan kemandirian, gangguan dalam hubungan interpersonal (kesulitan membangun kepercayaan, kecenderungan ketergantungan), dampak buruk pada kesehatan mental serta emosional pada perempuan dewasa awal. Pada tabel 4 demografis jenis kelamin, laki-laki yang memiliki persentase 23% lebih kecil dari perempuan dapat di jelaskan dari penelitian yang dilakukan oleh Putri et al (2022) walaupun banyak dampak negatif bagi anak laki-laki tanpa figur ayah pada kerusakan peran gender atau masalah psikososialnya tetapi anak laki-laki lebih bisa mencari figur pengganti dari saudara laki-laki, paman, teman, guru, dan figur otoritatif di komunitas sebagai pengganti sosok ayah. Dengan demikian, sebelum memasuki masa dewasa awal anak laki-laki bisa mengembangkan identitas gender dan fungsi sosial atau emosional dengan adaptif maupun relatif normal, meskipun mereka mengalami ketiadaan peran ayah. Hasil penelitian Harper & Shaw (2024) pada 9 orang laki-laki dewasa awal menjelaskan bahwa meskipun mereka mengalami trauma dan kekosongan emosional akibat tidak adanya peran ayah saat kecil, namun hal itu tidak selalu menimbulkan dampak negatif yang menetap. Banyak dari mereka berusaha memutuskan siklus tersebut ketika dewasa awal yang di mana mereka berubah untuk menjadi sosok ayah yang berbeda dengan apa yang mereka alami sewaktu kecil, berupaya lebih hadir dan berada bagi anak-anak mereka.

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

Adapun kesimpulan dari hasil *Screening* yang diisi oleh responden terkait responden yang perlu menceritakan apa dampak ketiadaan peran ayah bagi perkembangan emosinya saat ini. Mayoritas responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ketiadaan peran ayah berdampak signifikan terhadap perkembangan emosi mereka. Ketidakhadiran figur ayah, baik secara fisik maupun emosional, berkontribusi pada munculnya berbagai bentuk ketidakstabilan emosi, seperti perasaan rendah diri, kesulitan mengelola amarah, kecemasan sosial, serta hambatan dalam membentuk hubungan *interpersonal* yang sehat.

Secara umum, responden mengalami kekosongan afektif yang tidak sepenuhnya dapat diisi oleh figur lain dalam keluarga. Hal ini mengindikasikan bahwa peran ayah bukan hanya sebagai penyedia kebutuhan material, tetapi juga sebagai sumber dukungan emosional yang esensial dalam pembentukan identitas dan regulasi emosi anak. Ketidakhadiran ayah juga memperbesar risiko munculnya mekanisme koping yang tidak adaptif, seperti penarikan diri, agresivitas, atau pencarian validasi dari lingkungan luar secara berlebihan. Seperti yang disampaikan oleh Lamb (2010) tentang pentingnya keterlibatan ayah tidak hanya penting pada masa kanak-kanak tetapi juga pada masa remaja dan dewasa awal.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ketiadaan peran ayah memiliki dampak yang kompleks dan mendalam terhadap kesejahteraan emosional anak, yang dapat berlanjut hingga masa remaja dan dewasa. Temuan ini menegaskan pentingnya keterlibatan ayah dalam proses pengasuhan sebagai faktor protektif dalam perkembangan psikososial anak. Namun pada penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama partisipan pada penelitian ini berasal dari Samarinda sehingga hasil penelitian ini belum tentu dapat di generalisasi ke seluruh Indonesia. Kedua, penelitian belum mengontrol variabel lain seperti keterlibatan ibu dalam pola asuhnya, bagaimana pola komunikasi keluarga, atau faktor dari emosional dewasa awal yang dapat mempengaruhi pada regulasi emosinya. Selain itu, peneliti lintas budaya di berbagai daerah di Indonesia juga perlu mengerti tentang variasi pengaruh peran ayah pada masa pengasuhan terhadap regulasi emosi pada konteks yang berbeda.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa kurangnya peran ayah dalam pengasuhan memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan regulasi emosi individu pada masa dewasa awal. Temuan ini memperkuat pemahaman dalam ilmu psikologi perkembangan bahwa keterlibatan emosional dan fungsional ayah tidak hanya krusial pada masa kanak-kanak, tetapi juga berperan penting dalam membentuk kapasitas individu untuk mengelola emosi secara adaptif di tahap kehidupan selanjutnya. Kontribusi empiris dari studi ini memperluas cakupan literatur mengenai dinamika pengasuhan dengan menyoroti dampak jangka panjang dari fenomena fatherless, khususnya dalam konteks budaya Indonesia yang masih menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan peran gender dalam keluarga. Implikasi nyata dari temuan ini mencerminkan bahwa kehadiran dan keterlibatan ayah bukan sekadar simbolik, melainkan berperan strategis dalam membentuk ketahanan emosional dan kesiapan psikososial individu dewasa awal dalam menghadapi tuntutan kehidupan akademik, sosial, dan profesional.

Saran teoritis pada penelitian ini yaitu peneliti selanjutnya dapat melakukan studi kualitatif untuk melihat pengaruh perkembangan dalam peranan ayah terhadap regulasi emosi yang dilihat dari aspek lainnya seperti masa kanak-kanaknya aspek lain yang menyebabkan regulasi emosinya tidak stabil dengan menggunakan pendekatan multi-informan (ayah, ibu, anak, dan observer) untuk mendapatkan data yang lebih objektif. Sementara itu dari sisi praktis lembaga pendidikan dan komunitas dapat mengembangkan program pelatihan tentang pengasuhan ayah yang menekankan tentang pentingnya keterlibatan emosional ayah dalam pengasuhan selama tahapan perkembangan hingga masa transisi ke dewasa awal agar keterlibatan ini dapat membangun komunikasi yang baik dan terbuka terhadap hubungan ayah dan anak.

DAFTAR REFERENSI

Aninditha, R., & Boediman, L. M. (2021). Keterlibatan ayah sebagai moderator: apakah regulasi emosi ayah memengaruhi regulasi emosi anak prasekolah. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 18(1), 2655–5034. <https://doi.org/https://doi.org/10.18860/psi.v18i1.12121>

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

- Aritonang, S. A. D., & Soetjiningsih, C. H. (2024). Pola asuh otoritatif dan regulasi emosi pada remaja akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 653–660. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5572>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur. (2025). *Jumlah Perguruan Tinggi, Dosen, dan Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Kalimantan Timur*, 2024. Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur. <https://kaltim.bps.go.id/id/statistics-table/3/Y21kVGRHNXZVMEl3S3pCRllyMHJRbnB1WkVZemR6MDkjMw==/jumlah-perguruan-tinggi1--dosen--dan-mahasiswa2--negeri-dan-swasta--di-bawah-kementerian-pendidikan--kebudayaan--riset--dan-teknologi-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-kalimantan-timur--2022.html>
- Banun, J. S., Aurora, A., Larasati, A. M., Manurung, I. H., & Hastuti, R. (2025). Pengaruh keterlibatan ayah dengan regulasi emosi gen Z. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(02), 451–461.
- Borod, J. C. (2000). *The neuropsychology of emotion*. Oxford University Press, Inc.
- Dewi, A. N., & Ambarwati, K. D. (2023a). Hubungan kelekatan ayah dengan regulasi emosi pada wanita dewasa awal yang bekerja dan belum menikah. *Psyche 165 Journal*, 16, 282–287. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i4.291>
- Dewi, A. N., & Ambarwati, K. D. (2023b). Hubungan kelekatan ayah dengan regulasi emosi pada wanita dewasa awal yang bekerja dan belum menikah. *Psyche 165 Journal*, 16(4), 282–287. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i4.291>
- Febriani, M. I., & Iswinarti. (2025). The impact of fatherlessness on idependence and interpersonal relationships in early adult women: a systematic review. *Jurnal Psikologi*, 2(4), 1–3. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4382>
- Greenberg, L. S. (2002). Emotion focused therapy : coaching clients to work through their feelings. In *American Psychological Association* (2nd ed.). American Psychological Association.
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8(2), 348–362.

- Harper, L., & Shaw, M. (2024). Parental Experiences of Men Raised Without Fathers or Father Figures: A Phenomenological Study. *American Journal of Qualitative Research*, 8(2), 63–84. <https://doi.org/10.29333/ajqr/14393>
- Hart, J. (2002). *The Importance of Fathers in Children's Asset Development*.
- Hendrikson. (2013). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emosi*. Gramedia.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Ika. (2023). *Psikolog UGM beberkan dampak minimnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan*. Universitas Gadjah Mada. <https://ugm.ac.id/id/berita/23757-psikolog-ugm-beberkan-dampak-minimnya-keterlibatan-ayah-dalam-pengasuhan>
- Illahi, K. P. S., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan kelekatan dengan teman sebaya dan kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 171–181. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1854>
- Lamb, M. E. (1981). The role of the father in child development. *Research Gate*. <https://www.researchgate.net/publication/31670039>
- Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development, 5th ed.* (5th ed.). John Wiley & Sons, Inc.
- Lestari, Y. (2024). Dampak psikologis fatherless dan peranan ayah menurut islam. *Jurnal Pro Justicia*, 4(1), 33–45.
- Majid, I. A., & Abdullah, M. N. A. (2024). Melangkah tanpa penuntun: Mengeksplorasi dampak kehilangan ayah terhadap kesehatan mental dan kehilangan ayah terhadap kesehatan mental dan emosional anak-anak. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*, 3(2). <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i2.3488>
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi emosi dan kelompok teman sebaya pelaku cyberbullying. *JURNAL PSIKOLOGI*, 41(1), 60–73.
- Mcleod, S., & Erikson, E. (2025). Erik Erikson's stages of psychosocial development. *Simply Psychology*, 1–35. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15241647>
- Muna, L. N. (2015). *Pengaruh Peran Ayah (Fathering) terhadap determinasi diri (Self Determination) pada Remaja Kelas X di SMAN 3 Malang* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

PENGARUH KURANGNYA PERAN AYAH DALAM PENGASUHAN (*FATHERLESS*) TERHADAP REGULASI EMOSI DEWASA AWAL

- Munjiat, S. M. (2017). Pengaruh fatherless terhadap karakter anak dalam prespektif islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah : Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1).
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Putri, R. D., Rahmi, Y., & Armalid, I. I. (2022). Dampak Ketidadaan Figur Ayah pada Gender Role Development Seorang Anak. *Jurnal Flourishing*, 2(6), 447–456. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v2i62022p447-456>
- Radde, H. A., Nurrahmah, Nurhikmah, & Saudi, A. N. A. (2021). Uji Validitas Konstrak dari Emotion Regulation Questionnaire Versi Bahasa Indonesia dengan Menggunakan Confirmatory Factor Analysis Constract Validity Test of Emotions Regulation Questionnaire of Indonesian Version Using Confirmatory Factor Analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152–160.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>
- Salsabila, S., & Hakim, L. (2020). Pengaruh peran ayah terhadap self esteem mahasiswa di universitas teknologi Sumbawa. *Jurnal Psimawa : Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 3(1), 24–30.
- Sasono, D. A. P., Pitoyo, D., & Ningrum, W. S. (2025). Dampak fatherless terhadap perempuan dewasa awal: studi fenomenologi tentang kriteria pasangan hidup. *Education : Jurnal Pendidikan Sosiologi*, (1), 68–78.
- Septiana, D., & Nasution, N. I. (2017). Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *PSYCHOPOLYTAN (Jurnal Psikologi)*, 1(1), 23–30.
- Suralaga, F. (2021). *Psikologi pendidikan: implikasi dalam pembelajaran* (Solicha & Nuraini, Eds.; 1st ed.). Rajawali Pers.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>