

Hubungan Keterlibatan Ayah Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Godean Yogyakarta

Rike Yulianti¹, Yekti Satriyandari², Rosmita Nuzuliana³

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: rikeyulianti16@gmail.com

Abstrak

Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan yang memperlihatkan seseorang mengalami perubahan emosional yang dapat berkelanjutan. Peran ayah sangat penting dalam mengasuh remaja sebab akan berdampak pada aspek kognitif maupun emosional anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keterlibatan ayah dengan kesehatan mental pada remaja putri. Metode dalam penelitian ini berupa korelasional dengan pendekatan *crosssectional*. Sampel berjumlah 148 remaja putri dengan pengambilan sampel secara teknik *Total Sampling* dianalisis dengan Uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian diperoleh sebagian besar keterlibatan ayah dalam kategori cukup yakni sebesar 33,8%, sedangkan remaja yang mengalami gangguan mental sebesar 33,1%. Hasil uji *Spearman Rank* diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar $= 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan ada hubungan keterlibatan ayah dengan kesehatan mental pada remaja putri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi siswi untuk berperan aktif dalam membangun kedekatan dengan ayah. Keterlibatan dalam kegiatan sosial dan akademik, seperti mengerjakan tugas bersama, berlibur, dan sering berkomunikasi, dapat membantu memperkuat hubungan tersebut serta mendukung kesehatan mental remaja. Dengan demikian, hubungan yang baik antara ayah dan anak dapat berkontribusi positif terhadap perkembangan emosional dan mental remaja putri.

Kata Kunci: Peran Ayah, Kesehatan Mental, Remaja, Pola Asuh.

Abstract

Mental emotional disorders are a condition that shows a person experiencing emotional changes that can be sustainable. The role of fathers is very important in nurturing adolescents because it will have an impact on the cognitive and emotional aspects of children. This study aims to determine the relationship between father's involvement and mental health in adolescent girls. The method in this study is in the form of correlation with a crosssectional approach. The sample amounted to 148 adolescent girls with sampling using the Total Sampling technique analyzed using the Spearman Rank Test. The results of the study obtained most of the involvement of fathers in the sufficient category, which was 33.8%, while adolescents who experienced mental disorders were 33.1%. The results of the Spearman Rank test obtained a sig value (2-tailed) of $= 0.000 < 0.05$ which shows that there is a relationship between father's involvement and mental health in adolescent girls. This study is expected to provide insight for female students to play an active role in building closeness with their fathers. Involvement in social and academic activities, such as doing assignments together, going on vacation, and communicating frequently, can help strengthen the relationship and support adolescent mental health. Thus, a good relationship between father and child can contribute positively to the emotional and mental development of adolescent girls.

Keywords: Father's Role, Mental Health, Teens, Parenting.

PENDAHULUAN

Kesejahteraan mental remaja saat ini menjadi isu sentral yang perlu mendapat perhatian serius. Gangguan mental merupakan suatu keadaan yang memperlihatkan seseorang mengalami perubahan emosional yang dapat berkelanjutan (Ummah, 2019). Gangguan kesehatan mental pada remaja dapat menghambat perkembangan potensi diri remaja dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup remaja di masa mendatang (Meilinda, 2021). Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 secara global diperkirakan bahwa 1 dari 7 (14%) anak berusia 10-19 tahun mengalami kondisi kesehatan mental. Data (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023) kesehatan mental pada remaja di Indonesia tahun 2022, menunjukkan 5,5% remaja usia 10-17 tahun mengalami gangguan mental. Sebanyak 1% remaja mengalami depresi, 3,7% cemas, *post traumatic syndrome disorder* (SPTSD) 0,9%, dan *attention-deficit/hyperactivity disorder* (ADHD) sebanyak 0,5%. Data Dinkes DIY tahun 2023 menunjukkan bahwa Kabupaten Sleman menjadi wilayah paling tinggi penderita perkembangan mental pada anak dan remaja Dimana tercatat ada 1000 kasus pada tahun 2022, kemudian kasusnya disusul oleh Kabupaten Bantul, Kota Jogja, Kabupaten Kulonprogo dan Kabupaten Gunungkidul (Dinas Kesehatan DIY, 2024).

Salah satu faktor penyebab masalah kesehatan mental yang terjadi pada remaja dapat diakibatkan karena perubahan biologi, psikologi dan sosial (Florensa *et al.*, 2023). Selain itu, faktor risiko lain yang mempengaruhi kesehatan mental remaja ialah dapat dipengaruhi oleh tiga faktor struktural penting yakni keluarga, sekolah, dan masyarakat. Dalam mikrosistem keluarga, peran ayah sangat penting dalam kehidupan sehari-hari anak (Xu *et al.*, 2024).

Peran ayah dalam mengasuh remaja memiliki dampak pada aspek kognitif anak, khususnya pada prestasi akademiknya, pencapaian karir, serta pencapaian edukasi yang lebih tinggi. Kemudian juga berdampak pada aspek emosional anak, yaitu tingkat tekanan emosional anak rendah, memiliki kepuasan hidup yang tinggi, serta memiliki tingkat kecemasan yang cenderung rendah. Dampak berikutnya yaitu dampak sosial, yaitu anak akan memiliki inisiatif sosial, kompetisi sosial, hubungan anak dengan orang lain akan cenderung baik. Keterlibatan ayah dalam mengasuh anak akan mengurangi dampak negative dalam perkembangan remaja contohnya masalah pada kesehatan mental anak, penyalahgunaan narkoba, kenakalan remaja, dan pengonsumsi alkohol (Alfasma *et al.*, 2022).

Untuk menjaga kesehatan mental remaja, keluarga mempunyai peran penting dalam menjaga komunikasi efektif keluarga. Komunikasi yang efektif dalam keluarga menjadi fondasi utama untuk membangun hubungan yang harmonis antara remaja dan orang tua. Komunikasi ini tidak hanya melakukan pertukaran informasi, tetapi juga membantu membentuk nilai-nilai karakter remaja yang diperlukan untuk menjalani kehidupan (Saskara & Ulio, 2020). Remaja yang tidak merasa didukung atau dipahami oleh keluarga cenderung mengalami isolasi, stres, dan masalah kesehatan mental (Putri *et al.*, 2024).

Pemerintah dan keluarga perlu bekerja sama dalam menangani masalah kesehatan mental remaja. Pemerintah dapat berperan sebagai pihak yang menyediakan perlindungan hukum bagi remaja yang menghadapi masalah kesehatan mental, sehingga remaja dapat terhindar dari tindakan perundungan yang dapat memperburuk kondisi kesehatan mental remaja. Sebagai negara yang berlandaskan hukum, Indonesia memerlukan regulasi yang secara khusus mengatur perlindungan terhadap kesehatan mental remaja (Putri *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya Regita & Fardana tahun 2021 hasil analisis data yang diperoleh bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dimana hal ini sangat berpengaruh secara signifikan terhadap kematangan emosi dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,001$ dan nilai koefisien regresi $B = 0,063$. Pengaruh keterlibatan peran ayah dalam

pengasuhan untuk menjelaskan variasi dari kematangan emosi pada remaja adalah sebesar 4%. Korelasi antar variabel bersifat positif. Ayah memiliki peran dalam perkembangan emosi remaja, keterlibatan peran ayah memiliki kontribusi sebesar 7,5% terhadap kematangan emosi dan kesehatan mental remaja (Ragita & Fardana, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan emosional dan kesehatan mental anak (Regita & Fardana, 2021; Hannani, 2022). Keterlibatan yang baik dapat mengurangi risiko masalah kesehatan mental dan meningkatkan kepuasan hidup, sedangkan kurangnya keterlibatan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam bagaimana keterlibatan ayah berkontribusi pada kesehatan mental remaja putri. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan bagi siswi untuk berperan aktif dalam membangun kedekatan dengan ayah. Keterlibatan dalam kegiatan sosial dan akademik, seperti mengerjakan tugas bersama, berlibur, dan sering berkomunikasi, dapat membantu memperkuat hubungan tersebut serta mendukung Kesehatan mental remaja. Dengan demikian, hubungan yang baik antara ayah dan anak dapat berkontribusi positif terhadap Perkembangan emosional dan mental remaja putri.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan desain *cross sectional*. Adapun sampel yang digunakan berjumlah 148 siswi yang dipilih menggunakan teknik *Total Sampling*. Kriteria inklusi yang digunakan adalah: Remaja putri SMAN 1 Godean Sleman kelas XI 1, 2, 3, 4, 5, dan 6 yang bersedia menjadi responden, berusia antara 15-19 tahun, dan tinggal bersama ayah. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dengan kuesioner keterlibatan ayah yang diadopsi dari (Mauliddiyah, 2021), dan kuesioner kesehatan mental yang diadopsi dari (Rahma Alnodula, 2023). Pengambilan data dilakukan per kelas, di mana penanggung jawab (PJ) kelas membagikan kuesioner kepada siswi dan mengkoordinasikan pengisian kuesioner secara mandiri. Setelah pengisian, kuesioner dikumpulkan kembali oleh PJ kelas untuk dijadikan data penelitian. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat. Analisis statistik menggunakan Uji *Spearman Rank* dengan tingkat kesalahan (α) yang digunakan peneliti yaitu 0,05. *Ethical clearance* penelitian dengan nomor No.2016/KEP-UNISA/II/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 16 tahun, yang menunjukkan bahwa fokus penelitian adalah pada remaja di tahap kritis perkembangan. Usia ini sering kali menjadi periode rentan terhadap masalah kesehatan mental. Selain itu, semua responden tinggal bersama ayah, memberikan kesempatan untuk menganalisis dampak keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Tinggal bersama ayah sangat penting untuk membangun hubungan yang positif dan mendukung kesehatan mental anak. Keterlibatan ayah dalam kehidupan sehari-hari remaja putri dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka secara signifikan, karena ayah yang terlibat mampu memberikan dukungan emosional dan sosial yang dibutuhkan, sehingga mengurangi risiko gangguan mental pada remaja.

Hasil dan pembahasan dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase %
Usia		
15 tahun	0	0
16 tahun	107	72,3%
17 tahun	32	21,6%
18 tahun	9	6,1%
19 tahun	0	0
Tinggal bersama Ayah		
Ya	148	100%
Tidak	0	0%

Sumber data: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 107 responden (72,3%). Berdasarkan penelitian usia 16-18 tahun termasuk dalam kategori remaja. Pada masa remaja sering terjadi kegoncangan jiwa sehingga anak melakukan sesuatu berdasarkan apa yang ia senangi (Fahrurrozi, 2022). Selain itu, dalam kehidupan remaja sering menganut kaidah-kaidah serta pemahaman dengan nilai yang bertentangan dan berbeda pada pemahaman orang dewasa, itu sebabnya remaja sering dianggap sebagai kelompok yang aneh (Sarwono, 2021). Pemeliharaan kesehatan mental remaja menjadi krusial karena masa remaja seringkali menjadi periode rentan terhadap berbagai tekanan dan perubahan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Isabela & Anggraini, 2023).

Karakteristik berdasarkan tempat tinggal seluruh responden atau 148 siswi tinggal bersama ayahnya (100%). Remaja yang tinggal satu rumah dengan orang tua termasuk ayah akan membuat anak lebih dekat dengan orang tua, selain itu orang tua akan mengetahui dan memantau tumbuh kembang anak dengan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurniati, dkk (2023) dimana bagi anak-anak, keluarga berfungsi sebagai pendidikan pertama dan terpenting. Keluarga yang baik berusaha untuk membesarkan anak-anak dengan karakter, perilaku, dan perkembangan mental yang matang. Jika hal ini diterapkan pada tumbuh kembang anak, maka anak akan tumbuh menjadi pribadi yang baik (Kurniati *et al.*, 2023).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Remaja

Kesehatan Mental Remaja	Frekuensi (n)	Presentase %
Sehat	102	68,9%
Gangguan Mental	46	31,1%
Jumlah	148	100%

Sumber data: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 2 diperoleh mengenai distribusi frekuensi kesehatan mental remaja dimana responden dengan kategori sehat sebesar (68,9%) atau 102 siswa dan responden dengan kategori gangguan mental yaitu (31,1%) atau 46 siswi. Berdasarkan penelitian kondisi kesehatan mental pada sebagian remaja putri di SMA 1 Godean Yogyakarta dikarenakan faktor keluarga, terutama ayah dimana kurangnya keterlibatan ayah dalam mengasuh anak

menyebabkan anak cenderung malu dan canggung untuk berinteraksi dengan ayahnya sendiri. Ketika remaja tidak memiliki hubungan baik atau dekat dengan orang tua terutama ayah akan membuat sebagian remaja merasa sendiri dan merasa tidak ada yang support dalam menjalankan hidup sehari-hari sehingga terkadang ketika anak mempunyai masalah akan merasa takut dan malu untuk terbuka kepada ayah sehingga menjadikan anak stress dan bahkan sampai mengganggu kesehatan mentalnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Djayadin & Munastiwi (2020) menyebutkan bahwa sikap saling terbuka dalam sebuah keluarga, membuat orang tua dan anak dapat saling mendengarkan, untuk itu orang tua sudah seharusnya membangun komunikasi yang nyaman mungkin kepada anak (Djayadin & Munastiwi, 2020).

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak dan sangat berperan penting bagi perkembangan mental anak. Melalui keluarga, anak akan belajar menanggapi orang lain, mengenal dirinya, sekaligus belajar mengelola emosinya. Pengelolaan emosi ini menjadi bagian terpenting dalam menjaga kesehatan mental anak, dan dalam hal ini sangat tergantung dari pola komunikasi yang diterapkan dalam keluarga, terutama sikap orang tua dalam mendidik dan mengasuh anaknya, karena orang tua menjadi basis nilai bagi anak (Djayadin & Munastiwi, 2020). Peran dan fungsi orang tua terhadap anak sangatlah penting dalam keluarga. Ketidakhadiran salah satu saja, khususnya ayah, dalam membimbing dan mendukung perkembangan anak akan berdampak secara langsung tanpa disadari dalam sebuah keluarga seperti memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan dan emosional anak (Majid & Abdullah, 2024).

Berdasarkan penelitian juga terdapat beberapa responden yang memiliki hubungan dan keterlibatan ayah dengan baik namun juga mengalami gangguan kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa kesehatan mental tidak serta merta dikarenakan oleh faktor keluarga saja namun juga disebabkan oleh dukungan social, pengalaman traumatis, tekanan akademik, dan kemampuan regulasi emosi (Karisma *et al.*, 2024).

Tabel 3. Crosstabulation Usia dan Kesehatan Mental Remaja

	Kesehatan Mental		Total
	Sehat	Gangguan Mental	
USIA 16	70	37	107
17	26	6	32
18	6	3	9
Total	102	46	148

Sumber data: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil bahwa mayoritas remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental ialah berusia 16 tahun yakni sebanyak 37 responden. Usia 16 tahun termasuk dalam kategori remaja dimana masalah mental emosional saat ini sering terjadi pada remaja, hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sari (2021) bahwa pada usia remaja seseorang cenderung belum memiliki kematangan secara emosional. Hal tersebut menyebabkan remaja mudah terpancing emosinya dan cenderung melawan (Sari, 2021). Selain itu, menurut penelitian Kamalah, dkk (2023) remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi kondisi patologis yang dinamakan gangguan mental emosional (Kamalah *et al.*, 2023).

Masa remaja merupakan masa yang sulit karena peralihan dari masa anak ke masa dewasa. Perubahan fisik dan psikologis pada remaja akan mempengaruhi kesehatan mental

remaja itu sendiri. Pada masa remaja juga terjadi perubahan pada kesadaran dirinya (*self image*). Remaja menjadi lebih peduli terhadap pandangan orang lain terhadap dirinya. Hal ini dapat membuat masa remaja penuh dengan gejolak sehingga hal tersebut dapat menyebabkan terganggunya kesehatan mental remaja (Indari *et al.*, 2023).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterlibatan Ayah

Kesehatan Mental Remaja	Frekuensi (n)	Presentase %
Baik	49	33.1%
Cukup	48	32.4%
Kurang	51	34.5%
Jumlah	148	100%

Sumber data: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 2 diperoleh mengenai distribusi frekuensi keterlibatan ayah terhadap responden sebagian besar dalam kategori kurang sebesar (34,5%) atau 51 siswi, kategori baik yaitu (33,1%) atau 49 siswi, dan kategori cukup sebesar 32,4% atau sekitar 48 siswi.

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar keterlibatan ayah terhadap remaja putri di SMAN 1 Godean Yogyakarta dalam kategori kurang, hal tersebut dikarenakan ketidakdekatan dan rasa acuh ayah terhadap anak, sehingga memberikan kesan kepada anak bahwa ayah tidak peduli terhadap kehidupan sehari-harinya. Selain itu, remaja merasa ayah tidak peduli terhadap kesukaan dan hobby dari anak itu sendiri, jarang mengapresiasi atas pencapaian anak semisal dapat juara kelas, dan yang lebih parah ayah lebih mementingkan untuk bermain handphone didepan anak sehingga menyebabkan anak malu dan canggung dengan ayah dibanding dengan ibu. Mencerminkan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan efeknya terhadap kesehatan mental anak dibahas dalam kuesioner pada item 17, 27, dan 35. Item 17 menanyakan apakah ayah tidak peduli ketika anak mencapai keberhasilan, yang menunjukkan kurangnya dukungan emosional dan dapat berdampak pada rasa percaya diri anak. Item 27 membahas situasi di mana ayah jarang menghabiskan waktu bersama keluarga, yang dapat membuat anak merasa diabaikan dan mengurangi kedekatan emosional. Namun, item 35 menunjukkan bahwa ayah lebih suka bermain ponsel di depan anak mereka, yang menunjukkan kurangnya perhatian dan interaksi langsung. Ketiga elemen ini menunjukkan bahwa ketidakhadiran ayah dapat berdampak negatif pada kesehatan mental anak, mengurangi rasa dukungan, dan melemahkan hubungan emosional ayah dan anak.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sutanto & Suwartono (2019) menyebutkan bahwa ayah memiliki peran utama dalam perkembangan anak secara sosial, emosional, dan intelektual. Kehilangan figur ayah, baik karena perceraian, kematian, dan kurangnya keterlibatan ayah, juga dapat berujung pada kesepian (Sutanto & Suwartono, 2019). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan memungkinkan anak untuk cenderung tumbuh dengan keluarga yang memberikan simulasi secara kognitif untuk dirinya. Dampak positif yang timbul pada perkembangan emosi dan juga *wellbeing* adalah menimbulkan kepuasan hidup, mengalami stress emosional dan stress psikologi yang lebih sedikit, mengalami simtom kecemasan, mempunyai toleransi tinggi terhadap stress dan rasa frustrasi. Keterlibatan ayah memiliki korelasi positif dengan kompetensi sosial anak, inisiatif sosial, dan kedewasaan secara social (Morris *et al.*, 2017)

Berdasarkan penelitian juga diketahui bahwa semua partisipan dalam penelitian tinggal bersama dengan ayah namun komunikasi aktif dengan ayah masih kurang, sehingga anak merasa kesepian. Keterlibatan seorang ayah dalam mengasuh anak merupakan peran yang tidak boleh ditinggalkan. Sebab peran tersebut sesungguhnya merupakan partisipasi aktif dan

berkesinambungan baik dalam perkembangan fisik maupun emosi anak, perkembangan sosial anak, perkembangan intelektual anak, dan perkembangan moral anak (Amalia *et al.*, 2022) dalam (Majid & Abdullah, 2024).

Penelitian Sutanto & Suwartono (2019) menyebutkan bahwa pengasuhan pada anak dan remaja yang dilakukan selama ini lebih memusatkan pengasuhan pada ibu karena ayah lebih berperan sebagai pencari nafkah. Memasuki abad ke-20, peran pengasuhan konvensional bergeser, sehingga ayah juga turut berperan dalam pengasuhan anak (*co parent*) (Sutanto & Suwartono, 2019). Pyun (2014) menegaskan bahwa peran ayah sama besarnya dengan peran ibu untuk kesehatan mental anak, peran ayah akan semakin nyata bila ayah terlibat dalam pengasuhan anak (Pyun, 2014 dalam Sutanto & Suwartono, 2019). Pentingnya pembelajaran dan pendampingan yang menyenangkan untuk anak, orang tua merupakan faktor kunci dalam perkembangan mental anak dan memiliki peran dalam mendidik dan mencontoh anak dengan sikap positif (Sulistyanto *et al.*, 2023).

Tabel 4. Hubungan Keterlibatan Ayah dengan Kesehatan Mental Remaja

Peran Ayah	Kesehatan Mental		Total	Sig. (2-Tailed)
	Sehat	Gangguan Mental		
Baik	48	1	49	0.000
Cukup	36	12	48	
Kurang	18	33	51	
Total	102	46	148	

Sumber data: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 4, analisis hubungan antara peran ayah dan kesehatan mental anak menunjukkan bahwa peran ayah yang baik berkontribusi signifikan terhadap kesehatan mental yang positif. Dalam kategori peran ayah yang **baik**, terdapat 48 anak yang sehat dan hanya 1 anak yang mengalami gangguan mental, menggambarkan betapa pentingnya dukungan emosional dan keterlibatan ayah dalam kehidupan anak. Sebaliknya, dalam kategori peran ayah yang **cukup**, meskipun masih terdapat 36 anak yang sehat, jumlah anak dengan gangguan mental meningkat menjadi 12, menunjukkan bahwa peran yang kurang optimal dari ayah dapat berpengaruh negatif terhadap kesehatan mental anak. Selain itu, kategori peran ayah yang **kurang** menunjukkan hasil paling mencolok dengan hanya 18 anak yang sehat dan 33 anak mengalami gangguan mental. Hal ini menandakan bahwa kurangnya peran ayah dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental pada anak, menunjukkan bahwa keberadaan dan kualitas dukungan dari sosok ayah sangat krusial dalam membentuk kesehatan mental anak. Hasil *Uji Spearman Rank* didapatkan hasil sig.(2-tailed) sebesar 0.000 dimana hasil ini lebih kecil dari 0.005 sehingga didapatkan bahwa terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dengan kesehatan mental remaja putri di SMAN 1 Godean Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian, ditemukan bahwa banyak siswi yang memiliki keterlibatan ayah yang baik, di mana 98% dari mereka berada dalam kategori sehat, sedangkan hanya 2% yang mengalami gangguan mental. Di sisi lain, pada siswi yang memiliki keterlibatan ayah yang cukup, 75% berada dalam kondisi sehat, sementara 25% mengalami gangguan mental. Namun, kondisi ini berbalik pada siswi yang memiliki keterlibatan ayah yang kurang, di mana hanya 35% yang sehat, sementara 65% mengalami gangguan mental. Hal ini sejalan dengan penelitian Hannani (2022) yaitu “hubungan keterlibatan ayah dengan kesejahteraan psikologis perempuan saat tumbuh dewasa “dimana hasil dari penelitian tersebut memperlihatkan adanya hubungan yang positif dari keterlibatan ayah terhadap kesejahteraan segi psikologis. Semakin banyak

ayah yang terlibat dalam mengasuh anak, maka semakin baik pula kesehatan mental anak perempuan ketika tumbuh dewasa, begitu pula sebaliknya, hal ini dibuktikan bahwa anak perempuan tanpa ayah memiliki harga diri yang kurang, sulit menciptakan dan memelihara relasi, mudah mengalami stres, dan hal-hal buruk berdampak cepat (Hannani & Yuniar Cahyanti, 2023).

Menurut penelitian Majid & Abdullah (2024) peran dan fungsi orang tua terhadap anak sangatlah penting dalam keluarga. Ketidakhadiran salah satu saja, khususnya ayah, dalam membimbing dan mendukung perkembangan anak sangatlah penting dalam sebuah keluarga dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan dan emosional anak (Majid & Abdullah, 2024). Keluarga yang sempurna dan serasi adalah keluarga yang terdiri dari seorang ayah, seorang ibu, dan anak-anak yang masing-masing memiliki peran dan fungsi yang jelas. Kehadiran seorang ayah dalam kehidupan anak merupakan fondasi yang penting dalam pembentukan kesehatan mental dan emosional mereka. Sebagai figur yang memberikan bimbingan, perlindungan, dan kasih sayang, peran ayah tidak hanya terbatas pada pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan psikologis anak-anak. Setiap anak menjadikan ayahnya sebagai role model dalam kehidupannya sebagai tolak ukur dalam menilai perilaku orang lain terhadap dirinya (Hadi *et al.*, 2024).

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan penelitian ini adalah tidak mempertimbangkan jenis pekerjaan ayah yang dapat mempengaruhi keterlibatan mereka dalam pengasuhan. Pekerjaan yang mengharuskan ayah bekerja dalam waktu yang panjang atau yang memiliki fleksibilitas rendah dapat mengurangi waktu yang mereka habiskan bersama anak, yang berpotensi berdampak negatif pada keterlibatan mereka. Penelitian lebih lanjut diharapkan dapat memperhitungkan jenis pekerjaan ayah untuk mendapatkan hasil yang lebih valid dan dapat digeneralisasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan keterlibatan ayah dengan kesehatan mental pada remaja putri di SMAN 1 Godean Yogyakarta dengan nilai *Sig (2-tailed)* yaitu 0,000 ($< 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,485 yang menunjukkan korelasi cukup kuat. Keterlibatan ayah yang rendah dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental remaja putri, sementara keterlibatan yang baik berpotensi meningkatkan kesejahteraan psikologis anak. Selain itu, keterlibatan dalam aktivitas sosial dan komunikasi yang intensif dapat berkontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional remaja. Oleh karena itu, penting bagi ayah untuk aktif terlibat dalam kehidupan anak sebagai bentuk dukungan dalam perkembangan kesehatan mental mereka.

Disarankan agar ayah lebih aktif terlibat dalam kegiatan sehari-hari anak, seperti menghabiskan waktu bersama, berkomunikasi secara rutin, serta mendukung aktivitas akademik dan sosial anak. Keterlibatan tersebut dapat memperkuat ikatan emosional dan mendukung kesehatan mental remaja. Selain itu, penelitian lebih lanjut dianjurkan untuk mempertimbangkan variabel tambahan, seperti jenis pekerjaan ayah dan konteks sosio-ekonomi, yang dapat mempengaruhi keterlibatan mereka dalam pengasuhan. Dengan mempertimbangkan variabel ini, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan

pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika hubungan antara ayah dan anak serta dampaknya terhadap kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfasma, W., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2022). Loneliness dan Perilaku Agresi Pada Remaja Fatherless. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(01), 40–50.
- Amalia, D. R., Mushodiq, M. A., Mahmudah, M., Azizah, I. N., & R.Hidayatullah. (2022). Peran ayah dalam pendidikan anak masa pandemi pada keluarga wanita karir (Perspektif gender, pendidikan dan psikologi). *Yinyang J. Stud. Islam Gend. Dan Anak*, 17(02), 237–254. <https://doi.org/10.24090/yinyang.v17i2.5468>
- Dinas Kesehatan DIY. (2024). *Mengubah Stigma Kesehatan Mental di Kalangan Remaja*.
- Djayadin, C., & Munastiwi, E. (2020). Pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi Covid-19. *Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 160–180. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/raudhatulathfal/article/view/6454>
- Fahrurrozi, A. (2022). Perkembangan Dan Penanaman Nilai Agama Pada Masa Remaja. *An-Nahdlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 52–61. <https://doi.org/10.51806/an-nahdlah.v2i1.32>
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112–117. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.125>
- Hadi, F. H., Hastuti, E., & Marthalena, D. (2024). ADAPTASI : Jurnal Sosial Humaniora Dan Keagamaan. *Adaptasi : Jurnal Sosial Humaniora Dan Keagamaan*, 1(1), 67–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.51849/ig.v4i3.293>
- Hannani, S., & Yuniar Cahyanti, I. (2023). Hubungan Father Involvement dengan Psychological Well-being Perempuan dalam Masa Emerging Adulthood. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 10, 1–13. <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>
- Indari, I., Yuni Asri, Aminah, T., & Rizzal, A. F. (2023). Peer Education : Kesehatan Mental Remaja Untuk Pencegahan Gangguan Mental Remaja di Desa Ngadas. *Journal of Health Innovation and Community Service*, 2(2), 65–70. <https://doi.org/10.54832/jhics.v2i2.155>
- Isabela, M., & Anggraini, S. (2023). Gambaran Perilaku Bullying Verbal Pada Remaja. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 2962–2967. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/21444>
- Kamalah, A. D., Novianasari, & Nafiah, H. (2023). Gejala Mental Emosional dan Upaya dalam Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(2), 68–72. <https://doi.org/10.35473/jkbs.v1i2.2419>
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023. *Ski 2023*.
- Kurniati, N., Rejeki, S., Nizar, M., Purwanti, O. S., & Fitria, C. N. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua “Toxic Parents” bagi Kesehatan Mental Anak Sanggar Bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(2), 157–166. <https://doi.org/10.23917/bkkndik.v5i2.23174>
- Majid, I. A., & Abdullah, M. N. A. (2024). Melangkah Tanpa Penuntun: Mengeksplorasi

- Dampak Kehilangan Ayah Terhadap Kesehatan Mental Dan Emosional Anak-Anak. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*, 3(2), 176–186. <https://doi.org/10.55123/sabana.v3i2.3488>
- Mauliddiyah, N. L. (2021). *HUBUNGAN KETERLIBATAN PERAN AYAH DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA YANG ORANG TUANYA BERCERAI DI KOTA SAMARINDA*. 6.
- Meilinda, M.-. (2021). Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 11–19. <https://doi.org/10.24260/as-syamil.v1i1.342>
- Morris, A. S., Houltberg, B. J., Criss, M. M., & Bosler, C. D. (2017). Family Context and Psychopathology : The Mediating Role of Children’s Emotion Regulation. *The Wiley Handbook of Developmental Psychopathology*, 365–389. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Putri, K. A., Handayani, T., Kamilah, A., & Mulyana, A. (2024). *Perlindungan Hukum terhadap Kesehatan Mental Remaja : Pentingnya Komunikasi Efektif dalam Keluarga*. 119–130.
- Pyuh. (2014). *Cornerstone : A Collection of Scholarly and Creative Works for Minnesota State University , Mankato The Impact of Performance-Based Assessment on University ESL Learners ’ Motivation*. <https://doi.org/https://cornerstone.lib.mnsu.edu/etds/311/>
- Ragita, S. P., & Fardana N., N. A. (2021). Pengaruh Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Terhadap Kematangan Emosi Pada Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 417–424. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24951>
- Rahma Alnodula. (2023). *HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 MLATI*.
- Sari. (2021). *Gambaran Kesehatan Mental Siswa SMP Perti Kota Padang*. Universitas Negeri Padang.
- Sarwono, S. W. (2021). *Pengantar Psikologi Umum*. Depok : RAJAWALI PERS.
- Saskara, I. P. A., & Ulio. (2020). Peran Komunikasi Keluarga dalam Mengatasi “Toxic Parents” bagi Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 5(2), 125–134.
- Sulistiyanto, H., Djumadi, D., Sumardjoko, B., Haq, M. I., Zakaria, G. A. N., Narimo, S., Astuti, D., Adhantoro, M. S., Setyabudi, D. P., Sidiq, Y., & Ishartono, N. (2023). Impact of Adaptive Educational Game Applications on Improving Student Learning: Efforts to Introduce Nusantara Culture in Indonesia. *Indonesian Journal on Learning and Advanced Education (IJOLAE)*, 5(3), 249–261. <https://doi.org/10.23917/ijolae.v5i3.23004>
- Sutanto, S. H., & Suwartono, C. (2019). Hubungan Antara Kesepian Dan Keterlibatan Ayah Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6, 53–68. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-222>
- Ummah, M. S. (2019). Hubungan Peran Ayah Terhadap Gangguan Mental Emosional Pada Remaja di Desa Cipacing. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- World Health Organisation (WHO). (2021). *Mental Health Of Adolescents*.
- Xu, T., Zuo, F., & Zheng, K. (2024). Parental Educational Expectations, Academic Pressure, and Adolescent Mental Health: An Empirical Study Based on CEPS Survey Data. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26(2), 93–103. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2023.043226>