

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH TERHADAP KESEHATAN MENTAL
REMAJA LAKI - LAKI**



Oleh:

M Achok Fadhila

1801618170

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

JUNI 2025

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH TERHADAP KESEHATAN MENTAL
REMAJA LAKI - LAKI**



Oleh:

M Achok Fadhila

1801618170

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

JUNI 2025

M ACHOK FADHILA

**PENGARUH KETERLIBATAN AYAH TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA
LAKI - LAKI.**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Negeri Jakarta, 2025.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keterlibatan ayah terhadap kesehatan mental remaja laki-laki. Isu kesehatan mental remaja, khususnya pada laki-laki, semakin mendapat perhatian mengingat kecenderungan mereka yang lebih tertutup dan tingginya angka bunuh diri dibandingkan perempuan. Meskipun peran orang tua secara umum diakui penting, penelitian sebelumnya belum secara spesifik mengkaji pengaruh peran ayah terhadap kesehatan mental remaja laki-laki. Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode korelasional dengan melibatkan 55 responden remaja laki-laki berusia 13-21 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring menggunakan skala Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale untuk kesehatan mental dan skala keterlibatan ayah (adaptasi dari IFI oleh Hawkins et al., 2002) untuk keterlibatan ayah. Analisis data dilakukan dengan perangkat lunak IBM SPSS 26, meliputi uji normalitas, linearitas, korelasi Pearson, dan analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara keterlibatan ayah dan kesehatan mental remaja laki-laki, bahwa semakin tinggi tingkat keterlibatan ayah, semakin tinggi pula kesehatan mental remaja laki-laki. Penelitian ini menekankan pentingnya peran aktif ayah dalam pengasuhan untuk meningkatkan kesehatan mental remaja laki-laki. Disarankan bagi ayah untuk lebih terlibat dalam berbagai aspek kehidupan anak, seperti membimbing, mendukung emosional, dan meluangkan waktu. Bagi remaja laki-laki, disarankan untuk lebih terbuka dalam menghadapi masalah dan mencari bantuan profesional jika diperlukan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperbanyak jumlah responden dan menggunakan alat ukur yang lebih representatif untuk berbagai latar belakang keluarga.

Kata Kunci: Keterlibatan Ayah, Kesehatan Mental, Remaja Laki-laki.

M ACHOK FADHILA
THE INFLUENCE OF FATHER INVOLVEMENT ON THE MENTAL HEALTH OF
MALE ADOLESCENTS

Undergraduate Thesis

*Jakarta: Psychology Study Program. Faculty of Psychology. State University of Jakarta,
2025.*

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of father involvement on the mental health of male adolescents. The issue of adolescent mental health, particularly among boys, is receiving increasing attention given their tendency to be more reserved and the higher suicide rates compared to girls. Although the role of parents is generally recognized as important, previous research has not specifically examined the influence of father involvement on the mental health of male adolescents. This quantitative research employs a correlational method involving 55 adolescent male respondents aged 13-21 years. Data were collected through an online questionnaire using the Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale for mental health and a father involvement scale (adapted from the IFI by Hawkins et al., 2002) for father involvement. Data analysis was conducted using IBM SPSS 26 software, including normality tests, linearity tests, Pearson correlation, and simple linear regression analysis. The results indicate a significant and positive relationship between father involvement and the mental health of male adolescents, suggesting that the higher the level of father involvement, the better the mental health of male adolescents. This study emphasizes the importance of active father participation in parenting to enhance the mental health of male adolescents. It is recommended that fathers become more involved in various aspects of their children's lives, such as providing guidance, emotional support, and spending quality time. For male adolescents, it is advised to be more open in facing problems and to seek professional help if needed. Future research is suggested to increase the number of respondents, and use more representative measurement tools for various family backgrounds.

Keywords: *Father Involvement, Mental Health, Male Adolescents.*

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG
SKRIPSI**

Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Kesehatan Mental Remaja Laki - Laki

Nama Mahasiswa : M Achok Fadhila

NIM : 1801618170

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : Kamis, 3 Juli 2025

Pembimbing 1



Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog

NIP. 198107262008122003

Pembimbing 2

an. 

Lupi Yudhaningrum, M.Psi, Psikolog

NIP. 8802680018

Panitia Sidang

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Penanggung Jawab)		8-8-25
Mira Ariyani Ph.D., (Wakil Penanggung Jawab)		29 Juli '25
Irma Rosalinda, M.Si, Psikolog (Ketua Sidang)		30 Juli '25
Dr. R.A. Fadhallah (Dosen Penguji 1)		1 Agustus 2025
Muhammad Ikbal Wahyu Sukron, M.A. (Dosen Penguji 2)		31 Juli 2025.

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Kesehatan Mental Remaja Laki - Laki” beserta seluruh isinya merupakan karya asli yang disusun dan belum pernah diajukan baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya untuk mendapatkan gelar akademik sarjana.
2. Adapun pengutipan ilmu, dikutip sesuai dengan etika keilmuan yaitu tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 11 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



M Achok Fadhila

1801618170



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : M Achok Fadhila
NIM : 1801618170
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : achokfadhila@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Keterlibatan Ayah terhadap
Kesehatan Mental Remaja Laki - Laki

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 14 Agustus 2025

Penulis


(M Achok Fadhila)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Time you enjoy wasting is not wasted time”

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya, keluarga besar saya, serta teman - teman saya sekalian.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas berkah dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi dengan judul “Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Kesehatan Mental Remaja Laki - Laki”. Penulis menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih kepada semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah berjasa dalam penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu, yaitu:

1. Dr. Gumgum Gumelar F. R., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D, selaku wakil dekan satu, dan pembimbing akademik yang selalu mendukung penulis sepanjang rangkaian perkuliahan. Penulis ucapkan terima kasih sebanyak - banyaknya.
3. Dr. Lussy Dwiutami W., M.Pd dan Herdiyan Maulana, Ph.D selaku wakil dekan dua dan tiga.
4. Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si selaku koorprodi yang menjabat sebelumnya, yang telah membantu penulis untuk dapat melanjutkan kembali studi hingga lulus.
5. Irma Rosalinda, M.Si Psikolog selaku koorprodi dan ketua sidang bagi penulis.
6. Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing satu yang telah membantu skripsi penulis hingga selesai, selalu menyemangati penulis dan sabar menghadapi penulis.
7. Lupi Yudhaningrum, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing dua yang juga telah membantu skripsi penulis hingga selesai, selalu menyemangati penulis dan sabar menghadapi penulis.
8. Dosen-dosen jurusan Psikologi UNJ, terima kasih banyak atas segala ilmu baik akademik dan non-akademik yang diberikan selama proses perkuliahan.
9. Ibu Dr. R.A. Fadhallah, S.Psi., M.Si, selaku dosen penguji satu yang telah memudahkan rangkaian sidang skripsi penulis termasuk revisi hingga selesai.
10. Bapak Muhammad Ikbal Wahyu Sukron, M.A. selaku dosen penguji dua yang juga telah memudahkan rangkaian sidang skripsi penulis termasuk revisi hingga selesai.

11. Bapak Sani Hanario SE., selaku ayah terbaik di dunia dan ayah bagi penulis yang dengan tidak lelah dan penuh kesabaran selalu mendukung penulis secara materiil dan moril serta selalu mendoakan penulis.
12. Almh Ibu dr. Hasmi Nur'aini selaku ibu penulis.
13. Kakak saya M. Hasandinur yang telah banyak berkorban demi saya selama ini.
14. Kakak saya Saria Tendriola yang selalu mendukung dan mendoakan.
15. M Fadjran Noverikza yang telah menjadi sahabat penulis selama hampir 22 tahun, yang selalu mendukung dan membantu penulis hingga sampai di titik ini.
16. M Qistan Fahmi yang selalu menemani penulis di sela kesibukannya berkeliling dunia.
17. Keluarga besar Senyum Sinis yang selalu mendukung penulis secara langsung maupun tidak langsung.
18. Teman - teman satu jurusan dan semua teman penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
19. Staff tata usaha Psikologi UNJ.
20. Untuk semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per-satu, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya.

Jakarta, 9 Agustus 2025



Peneliti, M Achok Fadhila

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	iv
LEMBAR ORISINALITAS	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Tinjauan Pustaka Variabel Terikat	8
2.1.1 Kesehatan Mental.....	8
2.1.2 Faktor – faktor yang Memengaruhi Kesehatan Mental	9
2.2 Tinjauan Pustaka Variabel Bebas	10
2.2.1 Keterlibatan Ayah	10
2.2.2 Faktor yang Memengaruhi Keterlibatan Ayah	13
2.3 Remaja	14
2.4 Tinjauan Pustaka Mengenai Hubungan Variabel Terikat (Dependent Variable) dengan Variabel Bebas (Independent Variable)	16
2.5 Kerangka Pemikiran	17
2.6 Hipotesis	18
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	18

BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Tipe Penelitian	21
3.2 Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	21
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
3.2.2 Definisi Konseptual	21
3.2.3 Definisi Operasional	22
3.3 Populasi dan Sampel.....	22
3.3.1 Populasi.....	22
3.3.2 Sampel.....	22
3.4 Teknik Pengumpulan Data	23
3.4.1 Instrumen Kesehatan Mental	23
3.4.2 Instrumen Keterlibatan Ayah.....	25
3.5 Uji Coba Instrumen Penelitian.....	27
3.5.1 Uji Validitas	27
3.5.2 Uji Reliabilitas	30
3.6 Analisis Data.....	31
3.6.1 Statistik Deskriptif	31
3.6.2 Statistik Inferensial	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Gambaran Responden Penelitian	35
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	35
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Status Tinggal.....	36
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Status Keluarga.....	37
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan Ayah.....	37
4.2 Prosedur Penelitian	38
4.2.1 Persiapan Penelitian	38
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	38
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	39
4.3.1 Variabel Kesehatan Mental.....	39
4.3.2 Variabel Keterlibatan Ayah	41
4.3.3 Uji Normalitas.....	44
4.3.4 Uji Linearitas	44
4.3.5 Uji Korelasi.....	45
4.3.6 Analisis Regresi	46

4.3.7 Uji Hipotesis	48
4.4 Pembahasan	49
4.5 Keterbatasan Penelitian	50
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Implikasi	51
5.3 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	59



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1.....	24
Tabel 3. 2.....	25
Tabel 3. 3.....	26
Tabel 3. 4.....	27
Tabel 3. 5.....	28
Tabel 3. 6.....	29
Tabel 3. 7.....	30
Tabel 3. 8.....	31
Tabel 3. 9.....	31
Tabel 3. 10.....	33
Tabel 4. 1.....	35
Tabel 4. 2.....	36
Tabel 4. 3.....	37
Tabel 4. 4.....	37
Tabel 4. 5.....	39
Tabel 4. 6.....	41
Tabel 4. 7.....	42
Tabel 4. 8.....	43
Tabel 4. 9.....	44
Tabel 4. 10.....	45
Tabel 4. 11.....	45
Tabel 4. 12.....	46
Tabel 4. 13.....	47
Tabel 4. 14.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.....	18
Gambar 2.....	40
Gambar 3.....	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Reliabilitas.....	61
Lampiran 2 Instrumen Penelitian.....	64
Lampiran 3 Kuesioner	65
Lampiran 4 Data Mentah	71
Lampiran 5 Output Data Deskriptif.....	73
Lampiran 6 Output Kategori Skor	74
Lampiran 7 Uji Normalitas	74
Lampiran 8 Output Uji Lineritas.....	75
Lampiran 9 Output Uji Korelasi.....	75
Lampiran 10 Output Uji Regresi.....	76

