

Variations in Fatherless Family Structures and Their Impact on Emotional Regulation in Adolescents: A Systematic Review

Variasi Bentuk Fatherless dan Dampaknya terhadap Regulasi Emosi pada Remaja: Tinjauan Sistematis

Fida Olivia Fairuz¹, Nida Hasanati², Djudiyah³

¹⁻³ Universitas Muhammadiyah Malang

Email: ffidaolivia@gmail.com, nida@umm.ac.id, djudiyah@umm.ac.id

Artikel Info

Article History:

Submission 11/06/2026

Revision 22/09/2026

Accepted 09/10/2026

Keywords:

Fatherlessness, Emotional Regulation, Adolescence

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period characterized by significant biological, cognitive, and social changes. During this stage, the presence of a father figure plays an important role in providing emotional support, supervision, and personality development. However, some adolescents experience fatherlessness, which refers to the absence of a father physically, psychologically, or relationally, potentially affecting their emotional development. This study aimed to systematically examine the influence of fatherlessness on adolescents' emotion regulation. The study employed a Systematic Literature Review (SLR) method by analyzing 11 international research articles selected based on predetermined inclusion and exclusion criteria. The subjects reviewed in the selected studies were adolescents experiencing various forms of father absence. The findings indicate that fatherlessness is associated with difficulties in emotion regulation, characterized by increased negative emotions, lower ability to manage emotions, and a higher risk of depression and anxiety. These findings suggest that the presence and involvement of fathers play a crucial role in supporting the development of adaptive emotion regulation among adolescents. Therefore, greater attention from families and the social environment is needed to help fatherless adolescents develop better emotion regulation skills.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang signifikan. Pada fase ini, keberadaan figur ayah berperan penting dalam memberikan dukungan emosional, pengawasan, dan pembentukan kepribadian. Namun, sebagian remaja mengalami kondisi fatherless, yaitu ketidakhadiran ayah secara fisik, psikologis, atau relasional yang berpotensi memengaruhi perkembangan emosional mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis pengaruh kondisi fatherless terhadap regulasi emosi pada remaja. Penelitian menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan menganalisis 11 artikel penelitian internasional yang diperoleh berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Subjek dalam studi yang direview adalah remaja yang mengalami ketidakhadiran ayah dalam berbagai bentuk. Hasil kajian menunjukkan bahwa kondisi fatherless berkaitan dengan kesulitan regulasi emosi pada remaja, yang ditandai oleh meningkatnya emosi negatif, rendahnya kemampuan mengelola emosi, serta meningkatnya risiko depresi dan kecemasan. Temuan ini menunjukkan bahwa kehadiran dan keterlibatan ayah memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi yang adaptif pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dari keluarga dan lingkungan sosial untuk membantu remaja fatherless mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik.

Kata Kunci:

Tanpa Ayah, Regulasi Emosi, Remaja

Copyright (c) 2026 Fida Olivia Fairuz et al

Korespondensi:

Fida Olivia Fairuz

Universitas Muhammadiyah Malang

Email: ffidaolivia@gmail.com



LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang kompleks (Sulhan, 2024). Pada fase ini, individu menghadapi berbagai tuntutan perkembangan yang mengharuskan mereka mampu memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Kemampuan tersebut dikenal sebagai regulasi emosi, yaitu proses yang memungkinkan individu memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosional untuk mencapai tujuan tertentu (Gross, 2015). Kemampuan regulasi diri merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja karena membantu individu mengendalikan impuls dan mempertimbangkan tindakan yang akan diambil.

Arianty (2018) menyatakan bahwa rendahnya regulasi diri dan regulasi emosi dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai permasalahan sosial dan perilaku pada remaja, termasuk perilaku cyberbullying. Selain itu, remaja sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosi sehingga cenderung menggunakan strategi koping yang kurang efektif ketika menghadapi tekanan emosional. Regulasi emosi yang baik berkontribusi terhadap kesehatan mental, kualitas hubungan interpersonal, keberhasilan akademik, dan kesejahteraan psikologis remaja (Karisma & Gusmian, 2026). Sebaliknya, kesulitan dalam regulasi emosi dikaitkan dengan meningkatnya risiko depresi, kecemasan, perilaku agresif, serta berbagai bentuk masalah penyesuaian psikologis (Raposo & Francisco, 2022).

Perkembangan regulasi emosi tidak terlepas dari pengaruh lingkungan keluarga sebagai konteks sosial pertama yang membentuk pengalaman emosional anak. Interaksi antara anak dan orang tua berperan penting dalam proses pembelajaran emosi melalui mekanisme observasi, modeling, dukungan emosional, serta pola pengasuhan yang diterapkan dalam keluarga (Dwistia et al., 2024). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas hubungan orang tua dan anak berhubungan positif dengan kemampuan regulasi emosi yang adaptif pada masa remaja (Zitzmann et al., 2024). Oleh karena itu, kondisi keluarga menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam memahami perkembangan regulasi emosi remaja.

Di antara berbagai faktor dalam keluarga, keterlibatan ayah semakin dianggap penting dalam perkembangan remaja. Selama ini, banyak penelitian pengasuhan lebih berfokus pada peran ibu, sehingga peran ayah relatif kurang mendapat perhatian. Padahal, ayah memiliki peran penting dalam perkembangan sosial dan emosional anak. Ayah dapat menjadi sumber dukungan emosional, teladan dalam mengelola emosi, serta membantu anak menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan. Mirza et al. (2025) menjelaskan bahwa peran ayah dalam pengasuhan berkontribusi terhadap pembentukan regulasi emosi remaja perempuan melalui pemberian dukungan, kehangatan, dan keterlibatan yang konsisten dalam kehidupan anak. Sejalan dengan itu, Putri dan Widyorini (2025) menjelaskan bahwa keterlibatan ayah melalui kedekatan emosional, dukungan, dan komunikasi yang baik

dapat membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik serta menurunkan risiko munculnya kecemasan pada masa remaja.

Temuan ini sejalan dengan hasil tinjauan sistematis Puglisi et al. (2024), yang menunjukkan bahwa keterlibatan ayah yang positif berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, kompetensi sosial yang lebih tinggi, serta lebih rendahnya masalah perilaku pada anak dan remaja. Penelitian yang dilakukan Ababila dan Hardey (2025) menunjukkan bahwa keterikatan yang kuat antara ayah dan anak berperan dalam mendukung perkembangan psikologis serta kemampuan anak dalam mengelola pengalaman emosionalnya. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa keberadaan dan keterlibatan ayah tidak hanya berfungsi sebagai sumber dukungan sosial, tetapi juga menjadi faktor penting dalam proses pembentukan regulasi emosi sejak usia dini.

Namun demikian, tidak semua remaja memiliki kesempatan untuk tumbuh dengan kehadiran ayah yang memadai (Diamanti et al., 2025). Fenomena fatherless atau father absence merujuk pada kondisi ketika seorang anak tumbuh tanpa kehadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional, akibat perceraian, kematian, migrasi kerja, penelantaran, maupun rendahnya keterlibatan ayah dalam kehidupan anak (Wasiat, 2024). Perubahan struktur keluarga yang terjadi di berbagai negara menyebabkan fenomena fatherless menjadi isu yang semakin relevan untuk dikaji. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi dan sosial keluarga, tetapi juga berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis anak dan remaja (Hikmah & Selian, 2025).

Remaja yang mengalami fatherless dilaporkan memiliki risiko lebih tinggi mengalami gejala depresi, kecemasan, kesepian, perilaku bermasalah, rendahnya harga diri, serta kesulitan dalam penyesuaian sosial dan emosional (Culpin et al., 2015). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa keberadaan ayah berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja melalui mekanisme regulasi emosi dan keyakinan individu terhadap kemampuan mengendalikan emosinya (Xu et al., 2026). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa regulasi emosi dapat menjadi salah satu mekanisme penting yang menjelaskan hubungan antara fatherless dan berbagai permasalahan psikologis pada remaja. Selain itu, penelitian Prastiwi et al. (2025) menunjukkan bahwa berkurangnya kehadiran orang tua dalam kehidupan anak dapat memengaruhi pembentukan attachment yang pada akhirnya berdampak pada perkembangan sosial dan emosional individu. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa kondisi fatherless berpotensi memengaruhi kemampuan regulasi emosi remaja melalui terganggunya proses pembentukan hubungan emosional yang aman.

Meskipun demikian, kajian mengenai fatherless selama ini lebih banyak berfokus pada dampaknya terhadap kesehatan mental secara umum, seperti depresi, kecemasan, perilaku bermasalah, dan kesejahteraan psikologis. Regulasi emosi sebagai salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja masih relatif jarang ditelaah secara khusus. Padahal, regulasi emosi memiliki peran sentral dalam menentukan bagaimana remaja

merespons tekanan, membangun hubungan sosial, serta menjaga kesehatan mentalnya (Ulyaa & Musslifah, 2026). Kurangnya perhatian terhadap regulasi emosi menyebabkan pemahaman mengenai mekanisme psikologis yang mendasari dampak fatherless pada remaja masih belum komprehensif (Hikmah & Selian, 2025).

Selain itu, hasil penelitian yang tersedia menunjukkan temuan yang beragam. Beberapa penelitian menemukan bahwa ketidakhadiran ayah berhubungan langsung dengan kesulitan regulasi emosi, sedangkan penelitian lain menunjukkan bahwa hubungan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti kualitas pengasuhan ibu, dukungan sosial, resiliensi individu, hubungan dengan pengasuh pengganti, serta kondisi sosial ekonomi keluarga (Rahmasari et al., 2024; Xu et al., 2026). Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara fatherless dan regulasi emosi bersifat kompleks dan memerlukan pemahaman yang lebih mendalam melalui sintesis hasil penelitian yang tersedia.

Di samping itu, penelitian mengenai regulasi emosi pada remaja yang mengalami fatherless masih tersebar pada berbagai konteks budaya, kelompok usia, dan jenis fatherless yang berbeda, seperti fatherless akibat perceraian, kematian, migrasi kerja, maupun ketidakhadiran emosional ayah (Hikmah & Selian, 2025; Prabawati, 2024). Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian berupa belum adanya sintesis sistematis yang mengintegrasikan bukti empiris mengenai dampak fatherless terhadap regulasi emosi remaja, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta variasi temuan yang muncul dalam berbagai konteks penelitian.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan dengan memfokuskan kajian pada regulasi emosi sebagai outcome psikologis utama pada remaja yang mengalami *fatherless* serta mengklasifikasikan bentuk *fatherless* berdasarkan penyebab ketidakhadiran ayah untuk melihat variasi dampaknya terhadap regulasi emosi. Melalui metode Systematic Literature Review (SLR) berdasarkan pedoman PRISMA 2020, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis bukti empiris mengenai regulasi emosi pada remaja *fatherless*. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi keluarga serta menjadi dasar penyusunan intervensi yang mendukung kesehatan emosional remaja.

METODE PENELITIAN

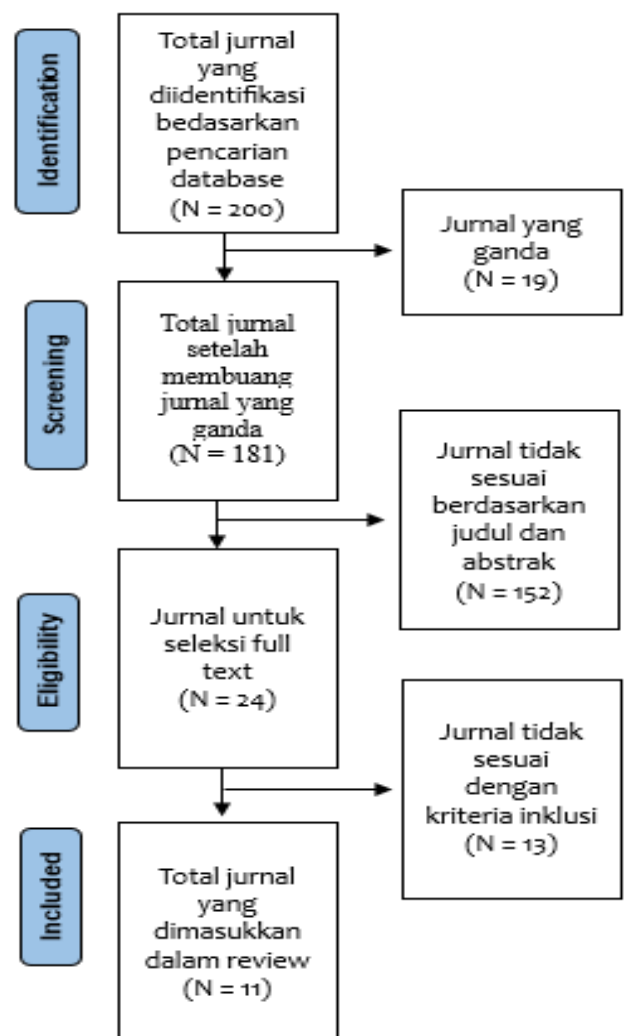
Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) untuk mengkaji secara komprehensif hasil penelitian mengenai regulasi emosi pada remaja yang mengalami fatherless. Variabel yang menjadi fokus kajian adalah kondisi fatherless sebagai faktor yang memengaruhi perkembangan regulasi emosi remaja. Subjek dalam penelitian ini bukan individu secara langsung, melainkan artikel-artikel penelitian yang membahas remaja dengan pengalaman fatherless.

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran artikel ilmiah menggunakan aplikasi Publish or Perish 8

dengan bantuan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan meliputi “fatherless”, “father absence”, “fatherlessness”, “emotion regulation”, “emotion”, “adolescent”, dan “teenager”. Instrumen penelitian berupa lembar ekstraksi data yang digunakan untuk mengidentifikasi karakteristik artikel, seperti penulis, tahun publikasi, desain penelitian, sampel, instrumen yang digunakan dalam penelitian asli, serta temuan utama.

Proses penelitian mengacu pada pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Artikel yang ditemukan terlebih dahulu diperiksa duplikasinya menggunakan aplikasi Rayyan, kemudian diseleksi berdasarkan judul, abstrak, dan teks lengkap sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Dari 200 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 11 artikel memenuhi kriteria dan dianalisis lebih lanjut.

Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif-sintesis, yaitu dengan mengelompokkan, membandingkan, dan mengintegrasikan temuan dari berbagai penelitian untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara kondisi fatherless dan regulasi emosi pada remaja.



Gambar 1. Model PRISMA

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil kajian sistematis terhadap 11 artikel, sebagian besar artikel berasal dari jurnal yang terindeks Scopus Q1, yaitu sebanyak 8 artikel (72,73%). Selanjutnya, masing-masing 1 artikel (9,09%) diterbitkan pada jurnal Scopus Q2, Scopus Q4, dan preprint yang belum terindeks Scopus. Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas penelitian mengenai hubungan *fatherless* dengan regulasi emosi telah dipublikasikan pada jurnal bereputasi internasional, sehingga memberikan dasar empiris yang kuat bagi kajian ini. Di sisi lain, keberadaan artikel yang berasal dari jurnal dengan indeks lebih rendah maupun preprint tetap memberikan kontribusi dalam memperkaya perspektif dan temuan pada topik yang diteliti. Distribusi artikel berdasarkan indeks jurnal disajikan pada Diagram 1.

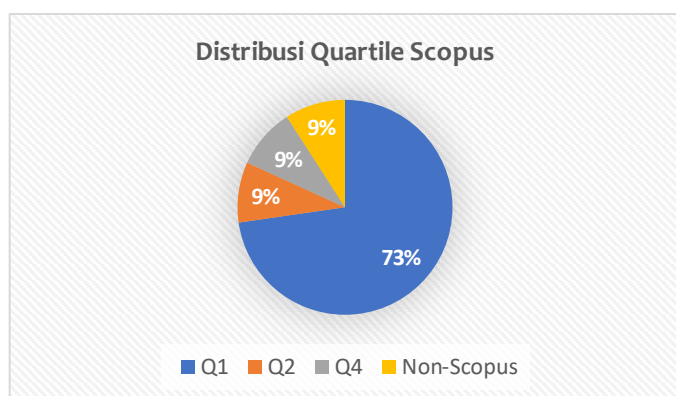


Diagram 1. Distribusi Quartile Scopus

Berdasarkan distribusi jumlah sitasi dari sebelas artikel yang dianalisis dengan total sitasi sebanyak 1.357. Artikel Yap et al. (2008) memiliki jumlah sitasi tertinggi, yaitu 475 sitasi (35,00%), diikuti oleh Van Lissa et al. (2019) sebanyak 362 sitasi (26,68%). Sebaliknya, artikel Milioni et al. (2022) dan Smith et al. (2023) memperoleh jumlah sitasi paling rendah, masing-masing sebanyak 2 dan 6 sitasi. Temuan ini menunjukkan bahwa penelitian oleh Yap et al. (2008) dan Van Lissa et al. (2019) merupakan rujukan yang paling berpengaruh dalam kajian mengenai regulasi emosi remaja dan *fatherless*. Distribusi artikel berdasarkan jumlah sitasi disajikan dalam diagram 2.

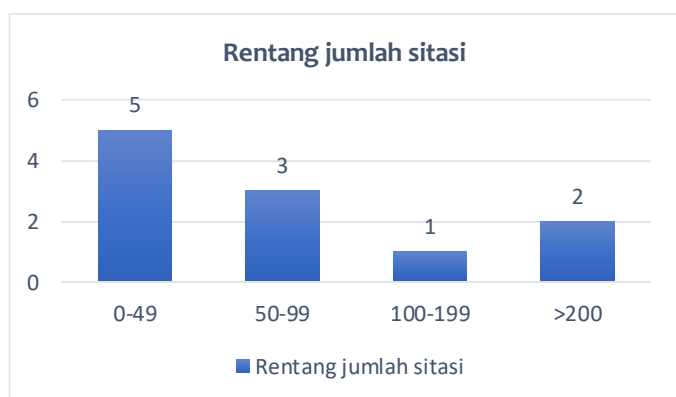


Diagram 2. Distribusi Quartile Scopus

Berdasarkan metode penelitian, seluruh artikel yang direview menggunakan pendekatan kuantitatif. Sebanyak 6 artikel (54,55%) menggunakan desain longitudinal, sedangkan 5 artikel (45,45%) menggunakan desain *cross-sectional*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penelitian mengenai hubungan *fatherless* dan regulasi emosi remaja lebih banyak menggunakan desain longitudinal dibandingkan desain *cross-sectional*. Dominasi desain longitudinal menunjukkan bahwa kajian mengenai hubungan *fatherless* dan regulasi emosi remaja lebih banyak dilakukan melalui pengamatan pada beberapa titik waktu sehingga dapat memberikan gambaran mengenai perkembangan regulasi emosi secara lebih komprehensif. Sementara itu, penelitian dengan desain *cross-sectional* masih digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antarvariabel pada satu waktu pengukuran. Hasil distribusi artikel berdasarkan metode penelitian disajikan pada Diagram 3.

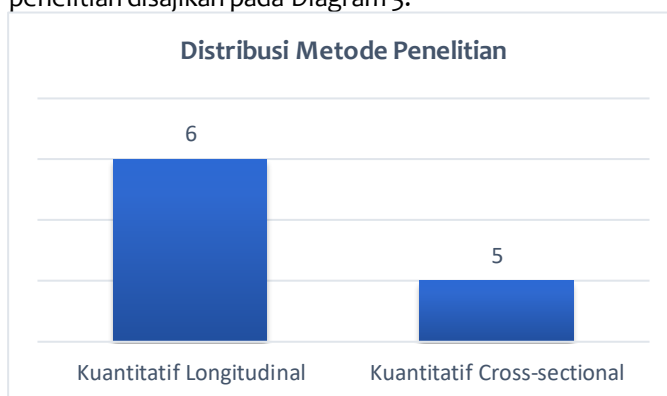


Diagram 3. Distribusi Metode Penelitian

Berdasarkan negara asal penelitian, sebelas artikel yang dianalisis berasal dari sepuluh negara. United Kingdom (UK) merupakan negara dengan jumlah publikasi terbanyak, yaitu 2 artikel (18,18%), sedangkan sembilan negara lainnya masing-masing menyumbangkan 1 artikel (9,09%). Temuan ini menunjukkan bahwa penelitian mengenai hubungan *fatherless* dan regulasi emosi remaja telah dilakukan di berbagai negara, meskipun kontribusi publikasi antarnegara masih relatif merata dan belum didominasi oleh satu negara tertentu. Distribusi artikel berdasarkan negara asal penelitian disajikan pada Diagram 4.

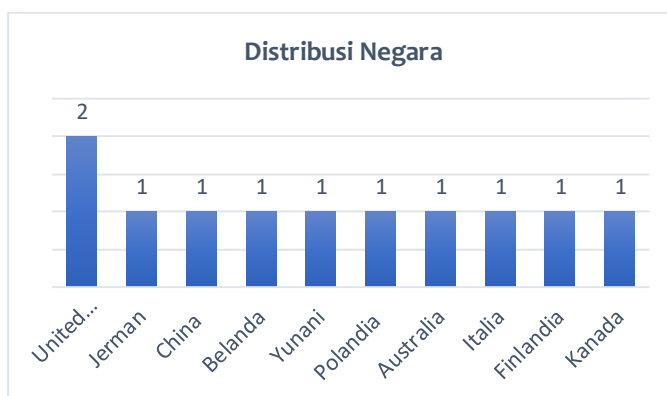


Diagram 4. Distribusi Negara

Sebanyak 11 artikel ilmiah terpilih melalui proses seleksi sistematis dalam *systematic literature review* ini dan seluruhnya memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Studi-studi tersebut mengkaji hubungan *fatherless* dengan

regulasi emosi pada anak dan remaja, dengan karakteristik subjek, bentuk *fatherless*, dan temuan yang beragam. Ringkasan karakteristik serta temuan utama dari masing-masing studi disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik dan Temuan Utama 11 Artikel

No	Penulis dan tahun	Subjek	Jenis <i>fatherless</i>	Dampak <i>fatherless</i> pada anak
1.	Culpin et al. (2015)	7.295 remaja Perempuan (14–18 tahun)	Ayah tidak tinggal serumah akibat perpisahan/perceraian	Father absence pada masa kanak-kanak meningkatkan risiko depresi dan gangguan emosional pada masa remaja.
2.	Culpin et al. (2022)	8.790 partisipan (16–24 tahun)	Ayah tidak hadir dalam keluarga sejak masa kanak-kanak	Father absence berhubungan dengan peningkatan gejala depresi dari masa remaja hingga dewasa muda.
3.	Iwanski et al. (2021)	1.110 anak dan remaja (10–17 tahun)	Hubungan emosional ayah rendah/attachment ayah lemah	Regulasi emosi memediasi hubungan antara kualitas relasi ayah dan depresi.
4.	Wang et al. (2019)	731 remaja (12–18 tahun)	Keterlibatan ayah rendah (psychological father absence)	Rendahnya keterlibatan ayah berhubungan dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih buruk.
5.	Van Lissa et al. (2019)	497 remaja (13–18 tahun)	Minimnya pengasuhan ayah	Dukungan ayah berkontribusi pada perkembangan regulasi emosi selama masa remaja.
6.	Milioni et al. (2022)	186 remaja (14–18 tahun)	Persepsi negative terhadap figure ayah	Hubungan ayah-anak yang buruk meningkatkan kesulitan regulasi emosi.
7.	Gambin et al. (2021)	421 remaja (13–18 tahun)	Kelekatan ayah rendah	Attachment aman dengan ayah berkaitan dengan regulasi emosi yang lebih baik.
8.	Yap et al. (2008)	497 keluarga dengan remaja (12–17 tahun)	Disfungsi emosional figur ayah	Disregulasi emosi ayah meningkatkan masalah emosional remaja.
9.	Di Giunta et al. (2022)	1.042 remaja (12–18 tahun)	Pengasuhan negatif ayah	Pengasuhan negatif ayah berhubungan dengan rendahnya efikasi regulasi emosi.
10.	Tammilehto et al. (2021)	885 remaja (13–18 tahun)	Rendahnya keterlibatan ayah	Pengaruh ayah terhadap regulasi emosi tetap signifikan hingga akhir masa remaja.
11.	Smith et al. (2023)	398 pasangan ayah–remaja (13–18 tahun)	Ketidakmampuan ayah mengelola emosi	Regulasi emosi ayah memengaruhi kualitas hubungan dan kesejahteraan emosional remaja.

Tabel 1 menyajikan karakteristik 11 artikel yang dianalisis dalam *systematic literature review* mengenai hubungan *fatherless* dengan regulasi emosi pada anak dan remaja. Artikel dipublikasikan pada periode 2015–2023 dengan jumlah partisipan 186–8.790 responden, yang didominasi oleh remaja usia 12–18 tahun. Kajian *fatherless* mencakup ketidakhadiran ayah secara fisik maupun psikologis, seperti rendahnya keterlibatan ayah, lemahnya *attachment*, pengasuhan negatif, dan disfungsi emosional ayah. Secara umum, seluruh penelitian menunjukkan bahwa kualitas hubungan ayah berkaitan dengan regulasi emosi anak dan remaja.

Sintesis terhadap 11 artikel menunjukkan persamaan bahwa berbagai bentuk *fatherless* secara konsisten

berhubungan dengan kesulitan regulasi emosi, meningkatnya masalah emosional, dan menurunnya kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, hubungan ayah-anak yang hangat, *attachment* yang aman, dan keterlibatan ayah yang tinggi berkaitan dengan regulasi emosi yang lebih baik. Perbedaannya terletak pada fokus kajian. Sebagian penelitian memandang *fatherless* sebagai ketidakhadiran ayah secara fisik, sedangkan penelitian lainnya menekankan kualitas keterlibatan ayah, seperti *attachment*, pengasuhan, dukungan emosional, dan fungsi emosional ayah. Meskipun demikian, seluruh penelitian menghasilkan temuan yang konsisten bahwa kualitas relasi ayah berperan penting dalam perkembangan regulasi emosi anak dan remaja.

PEMBAHASAN

Tinjauan ini menunjukkan bahwa *fatherless* berkaitan dengan meningkatnya kerentanan emosional serta menurunnya kemampuan regulasi emosi pada remaja. Meskipun seluruh penelitian mengonfirmasi pentingnya peran ayah dalam perkembangan emosi, terdapat perbedaan mengenai bentuk *fatherless* yang paling berpengaruh terhadap regulasi emosi. Sebagian penelitian menekankan ketidakhadiran ayah secara fisik sebagai faktor risiko utama, sedangkan penelitian lainnya menunjukkan bahwa rendahnya kualitas hubungan emosional, keterlibatan ayah dalam pengasuhan, dan kemampuan ayah dalam mengelola emosi memiliki pengaruh yang tidak kalah penting. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dampak *fatherless* tidak hanya dipengaruhi oleh keberadaan ayah dalam struktur keluarga, tetapi juga oleh kualitas relasi yang dibangun antara ayah dan anak (Culpin et al., 2015, 2022; Di Giunta et al., 2022; Gambin et al., 2021; Iwanski et al., 2021; Milioni et al., 2022; Smith et al., 2023; Tammilehto et al., 2021; Van Lissa et al., 2019; Wang et al., 2019; Yap et al., 2008).

Salah satu temuan penting dalam kajian ini adalah bahwa ketidakhadiran ayah secara fisik sejak masa kanak-kanak berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan emosional yang dapat berlanjut hingga masa remaja dan dewasa awal. Temuan ini didukung oleh penelitian longitudinal yang menunjukkan bahwa remaja yang tumbuh tanpa kehadiran ayah memiliki kecenderungan mengalami gejala depresi dan masalah kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan remaja yang dibesarkan bersama ayah (Culpin et al., 2015, 2022). Namun demikian, hasil sintesis juga memperlihatkan bahwa keberadaan ayah secara fisik belum tentu menjadi faktor yang menentukan apabila tidak disertai hubungan emosional yang hangat dan keterlibatan dalam pengasuhan. Dengan demikian, dampak *fatherless* terhadap regulasi emosi tidak dapat dipahami hanya sebagai konsekuensi dari hilangnya figur ayah dalam keluarga, tetapi juga sebagai berkurangnya fungsi ayah dalam memberikan dukungan emosional dan rasa aman kepada remaja (Smith et al., 2023; Wang et al., 2019; Yap et al., 2008).

Temuan tersebut menunjukkan adanya perbedaan perspektif mengenai *physical father absence* dan *psychological father absence*. Pada *physical father absence*, kerentanan emosional terutama dikaitkan dengan hilangnya figur ayah akibat perceraian atau perpisahan sehingga remaja kehilangan sumber dukungan dan pengawasan dalam keluarga (Culpin et al., 2015, 2022). Sebaliknya, pada *psychological father absence*, ayah masih hadir dalam keluarga tetapi tidak menjalankan fungsi emosionalnya secara optimal sehingga hubungan ayah dan anak menjadi kurang hangat, komunikasi terbatas, dan keterlibatan dalam pengasuhan rendah (Smith et al., 2023; Wang et al., 2019; Yap et al., 2008). Perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa kualitas hubungan ayah-anak memiliki kontribusi yang sama pentingnya dengan keberadaan ayah secara fisik dalam mendukung perkembangan regulasi emosi remaja.

Kualitas hubungan ayah-anak juga menjadi salah satu faktor protektif. Hubungan yang hangat, responsif, dan didasarkan pada kelekatan yang aman berkaitan dengan

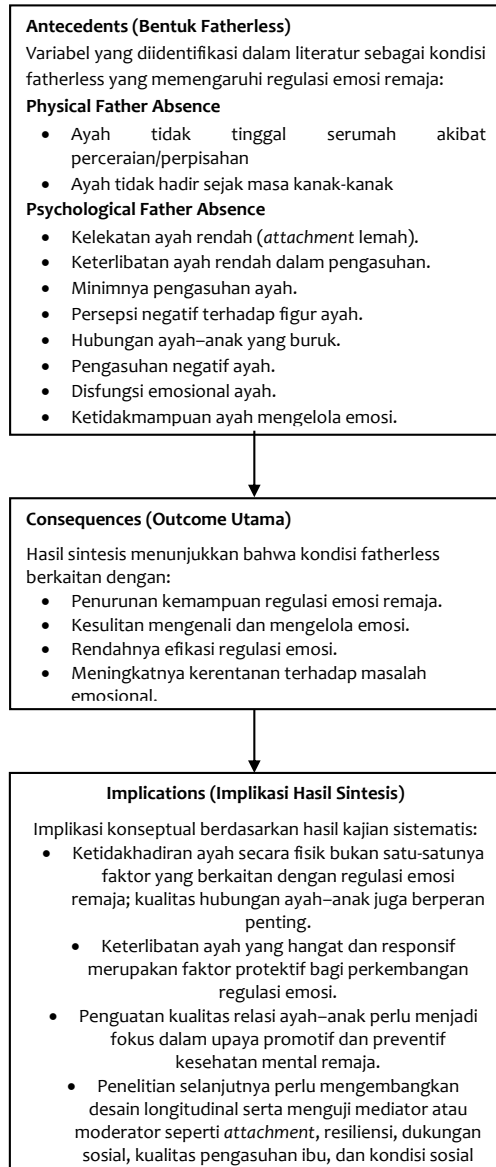
kemampuan regulasi emosi yang lebih baik. Sebaliknya, hubungan yang ditandai oleh kelekatan yang lemah atau persepsi negatif terhadap figur ayah berhubungan dengan meningkatnya kesulitan regulasi emosi dan kerentanan terhadap masalah psikologis (Gambin et al., 2021; Iwanski et al., 2021; Milioni et al., 2022). Meskipun setiap penelitian menggunakan indikator yang berbeda, seluruhnya menunjukkan bahwa kualitas relasi ayah-anak menjadi fondasi penting dalam pembentukan kemampuan remaja mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi. Penelitian Pan et al. (2022) juga menunjukkan bahwa kelekatan dengan orang tua berkontribusi terhadap peningkatan *regulatory emotional self-efficacy* pada remaja. Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan emosional yang positif dengan ayah tidak hanya memberikan rasa aman, tetapi juga menjadi sumber belajar bagi remaja dalam menghadapi berbagai situasi emosional secara adaptif (Zahida & Khairi, 2026).

Selain kualitas hubungan, keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga berkontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi remaja. Ayah yang terlibat aktif dalam pengasuhan, memberikan dukungan emosional, serta membantu anak memahami dan mengekspresikan emosi secara tepat cenderung memiliki anak dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik (Van Lissa et al., 2019; Wang et al., 2019). Namun demikian, keterlibatan ayah tidak hanya diukur dari frekuensi interaksi, tetapi juga dari kualitas pendampingan yang diberikan kepada anak (Rahayu, 2026). Oleh karena itu, ayah yang hadir secara fisik tetapi kurang memberikan dukungan emosional belum tentu memberikan dampak yang optimal terhadap perkembangan regulasi emosi. Sebaliknya, keterlibatan yang hangat, konsisten, dan responsif menjadi faktor yang lebih menentukan dalam membantu remaja menghadapi tekanan serta perubahan emosional selama masa perkembangan (Sinulingga et al., 2024).

Regulasi emosi tidak hanya menjadi luaran dari kualitas pengasuhan ayah, tetapi juga berperan sebagai mekanisme psikologis yang menjelaskan hubungan antara pengalaman pengasuhan dengan penyesuaian psikologis remaja. Regulasi emosi ditemukan memediasi hubungan antara kualitas relasi ayah, pola pengasuhan, dan berbagai indikator kesehatan mental, termasuk depresi serta kemampuan penyesuaian diri (Di Giunta et al., 2022; Iwanski et al., 2021; Milioni et al., 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa dampak pengasuhan ayah terhadap kesejahteraan psikologis tidak terjadi secara langsung, melainkan melalui kemampuan remaja dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara adaptif. Selain itu, kemampuan ayah dalam mengelola emosi juga berpengaruh terhadap perkembangan regulasi emosi remaja melalui proses pembelajaran dalam keluarga, sehingga kesulitan regulasi emosi pada ayah berpotensi meningkatkan kerentanan emosional anak (Smith et al., 2023; Yap et al., 2008).

Secara keseluruhan, hasil kajian ini menunjukkan bahwa *fatherless* berkaitan dengan meningkatnya kerentanan emosional, rendahnya kemampuan regulasi emosi, serta tingginya risiko berbagai masalah kesehatan mental pada remaja. Meskipun ketidakhadiran ayah secara

fisik menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut, hasil sintesis juga menunjukkan bahwa kualitas hubungan ayah-anak dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki peran yang sama pentingnya dalam mendukung perkembangan regulasi emosi. Dengan demikian, dampak *fatherless* tidak semata-mata ditentukan oleh keberadaan ayah dalam keluarga, tetapi juga oleh sejauh mana ayah mampu menjalankan fungsi pengasuhan, memberikan dukungan emosional, dan membangun hubungan yang hangat dengan anak. Sintesis hubungan antarvariabel yang diperoleh dari sebelas artikel tersebut disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Sintesis konseptual hasil kajian sistematis mengenai *fatherless* dan regulasi emosi remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian sistematis terhadap 11 artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa kondisi *fatherless* berpengaruh terhadap kemampuan regulasi emosi remaja. Ketidakhadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional, berkaitan dengan meningkatnya kerentanan

emosional, rendahnya kemampuan mengelola emosi, serta tingginya risiko munculnya masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi. Sebaliknya, keterlibatan ayah yang positif, hubungan ayah-anak yang hangat, dan dukungan emosional yang memadai berkontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi yang lebih adaptif pada remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa peran ayah merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung perkembangan emosional dan kesehatan mental remaja.

Saran penelitian selanjutnya adalah mengembangkan kajian mengenai hubungan *fatherless* dan regulasi emosi menggunakan desain longitudinal sehingga perubahan kemampuan regulasi emosi remaja dapat diamati secara lebih komprehensif dari waktu ke waktu. Penelitian berikutnya juga perlu mempertimbangkan variabel mediator atau moderator, seperti dukungan sosial, *attachment*, resiliensi, kualitas pengasuhan ibu, dan kondisi sosial ekonomi keluarga, untuk menjelaskan mekanisme hubungan antara *fatherless* dan regulasi emosi. Selain itu, klasifikasi *fatherless* berdasarkan penyebab ketidakhadiran ayah, seperti perceraian, kematian, bekerja di luar daerah, atau pengabaian emosional, penting dilakukan karena setiap kondisi berpotensi memberikan dampak psikologis yang berbeda. Mengingat sebagian besar penelitian masih dilakukan di luar Indonesia, kajian pada konteks budaya Indonesia juga diperlukan untuk memperkaya bukti empiris. Selanjutnya, penelitian intervensi yang berfokus pada penguatan regulasi emosi remaja *fatherless* melalui pelatihan regulasi emosi, peningkatan resiliensi, atau program *parenting* bagi pengasuh utama perlu dikembangkan sebagai dasar penyusunan program pendampingan yang berbasis bukti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Program Studi Magister Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang,

PENILAIAN ETIS

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* dengan memanfaatkan data sekunder yang diperoleh dari artikel ilmiah yang telah dipublikasikan. Penelitian tidak melibatkan partisipan manusia secara langsung maupun pengumpulan data primer, sehingga tidak memerlukan persetujuan etik dari komite etik penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam penyusunan dan publikasi artikel ini.

TRANSPARASI DATA

Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari artikel ilmiah yang telah dipublikasikan dan tersedia secara publik melalui basis data Scopus, Web of Science, dan Google Scholar. Daftar artikel yang memenuhi kriteria dan digunakan dalam analisis disajikan pada Tabel 1.

PENDANAAN

Penelitian ini tidak memperoleh pendanaan khusus dari lembaga pemerintah, sektor komersial, maupun organisasi atau lembaga nirlaba.

PERNYATAAN PENGGUNAAN AI

Penggunaan alat berbasis kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) dalam penelitian ini terbatas pada membantu penyuntingan bahasa, pemeriksaan tata bahasa, serta meningkatkan kejelasan dan keterbacaan naskah. AI tidak digunakan dalam perumusan pertanyaan penelitian, pengembangan kerangka konseptual, analisis dokumen, interpretasi temuan, maupun penyusunan kesimpulan ilmiah. Seluruh isi naskah, termasuk keakuratan, orisinalitas, dan integritas akademiknya, menjadi tanggung jawab penulis. AI tidak dicantumkan sebagai penulis maupun kontributor dalam artikel ini sesuai dengan prinsip dan standar etika publikasi ilmiah.

KONTRIBUSI PENULIS

Fida Olivia Fairuz: konseptualisasi penelitian, pencarian dan seleksi literatur, analisis data, serta penyusunan draf awal naskah. Nida Hasanati: supervisi penelitian, arahan metodologis, serta tinjauan kritis terhadap substansi dan metodologi naskah. Djudiah: supervisi penelitian, evaluasi dan penyempurnaan pembahasan, serta tinjauan kritis terhadap naskah. Seluruh penulis membaca dan menyetujui versi final naskah.

REFERENSI

- Ababilla, H., & Hardew, A. K. (2025). Dynamics of Father attachment in Families with Children Experiencing Speech Delay. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(2), 330. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i2.19383>
- Arianty, R. (2018). Pengaruh konformitas dan regulasi emosi terhadap perilaku cyberbullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(4), 505-512.
- Culpin, I., Heron, J., Araya, R., & Joinson, C. (2015). Early Childhood Father Absence and Depressive Symptoms in Adolescent Girls from a UK Cohort: The Mediating Role of Early Menarche. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(5), 921-931. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9960-z>
- Culpin, I., Heuvelman, H., Rai, D., Pearson, R. M., Joinson, C., Heron, J., Evans, J., & Kwong, A. S. F. (2022). Father absence and trajectories of offspring mental health across adolescence and young adulthood: Findings from a UK-birth cohort. *Journal of Affective Disorders*, 314, 150-159. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.07.016>
- Di Giunta, L., Lunetti, C., GlioZZo, G., Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Eisenberg, N., Pastorelli, C., Basili, E., Fiasconaro, I., Thartori, E., Favini, A., & Virzi, A. T. (2022). Negative Parenting, Adolescents' Emotion Regulation, Self-Efficacy in Emotion Regulation, and Psychological Adjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2251. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042251>
- Diamanti, P. S., Waturandang, M. M. F., & Sumakul, Y. (2025). Gambaran Father Hunger pada Remaja. *Journal of Psychology Humanlight*, 6(2), 131-140.
- Dwistia, H., Sindika, S., Iqtianti, H., & Ningsih, D. (2024). Peran Lingkungan Keluarga dalam Perkembangan Emosional Anak. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 2(2), 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>
- Gambin, M., Woźniak-Prus, M., Konecka, A., & Sharp, C. (2021). Relations between attachment to mother and father, mentalizing abilities and emotion regulation in adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(1), 18-37. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1736030>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hikmah, N., & Selian, S. N. (2025). Dampak Fatherless Pada Emosi Anak Remaja. *Wacana Psikokultural*, 3(1), 53-62. <https://doi.org/10.24246/jwp.v3i1.18484>
- Iwanski, A., Lichtenstein, L., Mühling, L. E., & Zimmermann, P. (2021). Effects of Father and Mother Attachment on Depressive Symptoms in Middle Childhood and Adolescence: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Brain Sciences*, 11(9), 1153. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091153>
- Karisma, E., & Gusman, I. (2026). Implementation of Edupreneurship in Students of the Equivalency Education of the Salafiyah Sirojul Munir Pati Islamic Boarding School in the 2024/2025 Academic Year. *Comprehensive: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Keguruan*, 2(2), 135-146.
- Milioni, M., Kokkinos, C. M., & Antonopoulou, A. (2022). The indirect effects of adolescents perceptions about father typology on their adjustment through emotion regulation. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*.
- Mirza, R., Martha Sipayung, E., Salli Salsabila, A., Berliana br Silalahi, R., & Marpaung, W. (2025). The Role of Fathers in the Formation of Emotion Regulation in Adolescent Girls: A Parenting Review. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(2), 277. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i2.19493>
- Pan, Y., Zhang, Q., Liu, G., Li, B., & Liu, C. (2022). Parents' Attachment Styles and Adolescents' Regulatory Emotional Self-efficacy: The Mediating Role of Adolescents' Attachment to Parents in China. *Applied Research in Quality of Life*, 17(5), 2637-2656. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09991-x>
- Prabawati, T. (2024). Hubungan Antara Fatherless Dengan Regulasi Emosi Remaja Kelas Xi Di Smk Negeri 10 Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Prastiwi, I., Harahap, D. H., & Rahma, I. A. (2025). Adult romantic attachment in early adults with divorced parents (Phenomenological study of members of the young professional cell community at Kemah Daud Church, Yogyakarta). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(2), 167-173.

- Puglisi, N., Rattaz, V., Favez, N., & Tissot, H. (2024). Father involvement and emotion regulation during early childhood: a systematic review. *BMC Psychology*, 12(1), 675.
- Putri, R. S., & Widyorini, E. (2025). The Role of Father Involvement in Adolescent Anxiety: A Gender Perspective. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(4), 640. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i4.20701>
- Rahayu, A. (2026). Peran dan bentuk pendampingan ayah dalam perkembangan sosial-emosional anak: studi kualitatif. *Ash-Shobiy: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini Dan Al-Qur'an*, 5(1), 49–58.
- Rahmasari, D., Rachmawati, T. S., Darmawanti, I., & Oktaviana, M. (2024). Social Support as a Coping Mechanism for Fatherless Adolescents: Dukungan Sosial Sebagai Mekanisme Coping untuk Remaja Fatherless. *Procedia of Social Sciences and Humanities*, 6, 152-162.
- Raposo, B., & Francisco, R. (2022). Emotional (dys) Regulation and Family Environment in (non) Clinical Adolescents' Internalizing Problems: The Mediating Role of Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.703762>
- Sinulingga, R. S. B., Darmayanti, N., & Fadilah, R. (2024). Pengaruh father involvement terhadap resiliensi dan stres akademik siswa. *Research and Development Journal of Education*, 10(2), 1156. <https://doi.org/10.30998/rdje.v10i2.24966>
- Smith, R., Dys, S., & Moretti, M. (2023). Fathers' Emotion Regulation, Mindful Parenting, and Adolescent Attachment Quality. In *Preprint*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/myc3k>
- Tammilehto, J., Punamäki, R.-L., Flykt, M., Vänskä, M., Heikkilä, L. M., Lipsanen, J., Poikkeus, P., Tiitinen, A., & Lindblom, J. (2021). Developmental Stage-Specific Effects of Parenting on Adolescents' Emotion Regulation: A Longitudinal Study From Infancy to Late Adolescence. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.582770>
- Ulyaa, L. S., & Musslifah, A. R. (2026). Edukasi regulasi emosi pada siswa SMK N 7 Surakarta untuk mengatasi stress akademik. *Proficio*, 7(1), 18-25.
- Van Lissa, C. J., Keizer, R., Van Lier, P. A. C., Meeus, W. H. J., & Branje, S. (2019). The role of fathers' versus mothers' parenting in emotion-regulation development from mid-late adolescence: Disentangling between-family differences from within-family effects. *Developmental Psychology*, 55(2), 377–389. <https://doi.org/10.1037/dev0000612>
- Wang, M., Liang, Y., Zhou, N., & Zou, H. (2019). Chinese fathers' emotion socialization profiles and adolescents' emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 137, 33–38. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.08.006>
- Wasiat, W. E. (2024). Fenomena Fatherless dan Dampaknya Pada Perkembangan Perilaku Anak di Kalangan Keluarga Muslim di Majalengka (Studi Kasus Di Majalengka) . UIN Siber Syekh Nurjati.
- Xu, D., Peng, H., Zhou, Z., & Wang, J. (2026). The Longitudinal Impact of Father Presence on Adolescent Depressive Symptoms: The Mediating Role of Emotion Beliefs and Emotion Regulation. *Behavioral Sciences*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/bs16010047>
- Yap, M. B. H., Allen, N. B., & Ladouceur, C. D. (2008). Maternal Socialization of Positive Affect: The Impact of Invalidation on Adolescent Emotion Regulation and Depressive Symptomatology. *Child Development*, 79(5), 1415–1431. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01196.x>
- Zahida, M. F., & Khairi, A. M. (2026). The Role of Social Support Systems for Fatherless Late Adolescents at Nur Hidayah Islamic High School Girls' Dormitory. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 7(1), 74–95. <https://doi.org/10.19105/ec.v7i1.22931>
- Zitzmann, J., R.-G. L., Rosenbach, C., & Renneberg, B. (2024). Emotion regulation, parenting, and psychopathology: A systematic review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 27(1), 1-22.