

Kontribusi Ayah dan Kontrol Diri terhadap Kematangan Emosi di Kalangan Remaja Sekolah Menengah

Father Involvement and Self-Control Contributions to Emotional Maturity among Secondary School Adolescents

Sinta Aprillia^{1*}, Siti Nurlaila¹, Mudaim¹

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Metro, Metro, Lampung 34112, Indonesia

*Corresponding author: sintarealmel1@gmail.com

Article Info

Received:
06/08/2025;

Received in revised form:
26/09/2025;

Accepted:
30/09/2025;

Available online:
30/09/2025;

2549-9505/© 2025 The
Authors. Published by
Universitas Muhammadiyah
Purwokerto.

DOI:
[10.30595/jssh.v9i2.27706](https://doi.org/10.30595/jssh.v9i2.27706)

Abstract

Penelitian ini mengkaji kontribusi keterlibatan ayah dan kontrol diri terhadap kematangan emosi remaja di jenjang sekolah menengah. Urgensi topik penelitian terletak pada pentingnya peran ayah dalam pengasuhan dan kontrol diri sebagai faktor internal dalam membentuk kedewasaan emosional siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional, sedangkan teknik analisis data menggunakan regresi linier berganda. Dengan menggunakan metode pengambilan sampel acak langsung, 61 siswa SMA menjadi sampel penelitian. Alat yang digunakan antara lain pengukuran kontrol diri, pengukuran kematangan emosi, dan pengukuran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kematangan emosi siswa dengan keterlibatan ayah dan kontrol diri, baik secara parsial maupun simultan. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan emosional dan keterlibatan aktif ayah, serta penguatan kontrol diri, memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan emosi yang matang di kalangan remaja.

Kata kunci: ayah; kontrol diri; kematangan emosi; remaja; sekolah menengah

This study examines the contribution of father involvement and self-control to the emotional maturity of adolescents at the secondary school level. The urgency of this research lies in the crucial role of fathers in parenting and the importance of self-control as an internal factor in shaping students' emotional maturity. The research employed a quantitative approach with a correlational method, while data analysis was conducted using multiple linear regression. Using a simple random sampling technique, 61 high school students were selected as the research sample. The instruments used included a self-control scale, an emotional maturity scale, and a father involvement in parenting scale. The results of the analysis revealed a positive and significant relationship between students' emotional maturity with father involvement and self-control, both partially and simultaneously. These findings suggest that emotional

support and active involvement of fathers, along with the strengthening of self-control, play an important role in fostering emotional maturity among adolescents.

Keywords: *father involvement; self-control; emotional maturity; adolescents; secondary school*



This is an open access article under the CC BY license
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

1. Pendahuluan

Tahap perkembangan remaja ditandai oleh perubahan rumit dalam biologi, kognitif, dan sosioemosional. Santrock (Suci & Ifdil, 2023) menyebut masa ini sebagai fase “storm and stress” karena individu kerap mengalami gejala emosional, perilaku impulsif, serta kesulitan dalam mengelola tekanan secara adaptif. Dalam menghadapi fase transisi ini, kematangan emosi menjadi indikator penting bagi keberhasilan penyesuaian diri. Menurut Hurlock (Wasino et al., 2024), individu yang matang secara emosi mampu mengarahkan dan mengendalikan emosinya dengan baik, sehingga terhindar dari perilaku merugikan. Kematangan emosi memungkinkan remaja untuk merespons tekanan dengan lebih bijaksana, berpikir rasional, serta bertanggung jawab atas perilaku yang ditampilkan. Sejalan dengan itu, Srivastava (Ramdani dkk., 2023) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengelola emosinya, baik yang berasal dari dalam maupun luar dirinya. Individu yang matang secara emosi dapat bertindak dengan tepat sesuai keadaan, sekaligus mengutamakan kewajibannya.

Dalam konteks pendidikan menengah, kematangan emosi menjadi fondasi penting dalam proses pembelajaran dan interaksi sosial siswa. 35% insiden kekerasan terhadap anak terjadi di lingkungan sekolah, menurut data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2024), dan sebagian besar disebabkan oleh ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi seperti marah dan frustrasi (Berita Faktual Bali, 2025). Fenomena ini juga tercermin dalam observasi awal di SMA X, di mana ditemukan sejumlah perilaku siswa yang menunjukkan rendahnya kematangan emosi, seperti perkelahian, penggunaan kata-kata kasar, dan pelampiasan emosi secara tidak terkendali. Kondisi tersebut menegaskan pentingnya eksplorasi terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kematangan emosi siswa.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak merupakan salah satu unsur eksternal yang diyakini signifikan. Lamb (Tirta, 2019) menyatakan bahwa keterlibatan ayah mencakup keterlibatan langsung, aksesibilitas, dan tanggung jawab terhadap anak. Peran aktif ayah tidak hanya berdampak pada aspek kognitif dan sosial anak, tetapi juga sangat berpengaruh terhadap keseimbangan emosional. Senada dengan itu, (Hedo, 2020) menjelaskan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan adalah partisipasi positif ayah dalam berbagai aktivitas yang berkaitan dengan anak, mencakup interaksi langsung, pemberian kehangatan, pengawasan, pengendalian kegiatan anak, serta pemenuhan kebutuhan anak. Penelitian oleh (Mawadah & Abdillah, 2024) menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan ayah yang tinggi berkorelasi positif dengan kemampuan remaja dalam mengatur emosi secara sehat. Selain itu, kontrol diri sebagai faktor internal juga memegang peran penting dalam pembentukan kematangan emosi. (Calhoun & Acocella, 1990) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam mengatur dorongan, pikiran, dan tindakan agar selaras dengan norma sosial dan tuntutan lingkungan. Sementara itu, Gunarsa (Alfekar dkk., 2022) menegaskan bahwa kontrol diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki seorang individu yang berguna untuk membentuk perilaku yang positif dari stimulus yang diterima dari lingkungan. Dengan demikian, siswa dengan kontrol diri yang baik cenderung mampu mengelola konflik, menahan impuls negatif, serta menyelesaikan permasalahan secara rasional. (Adelia & Budiono, 2024) menegaskan bahwa remaja

yang memiliki kontrol diri tinggi mampu menunjukkan kematangan emosi yang stabil dan perilaku adaptif dalam situasi penuh tekanan.

Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya mengkaji keterlibatan ayah atau kontrol diri secara terpisah dalam kaitannya dengan kematangan emosi. Masih sedikit kajian yang menguji kedua variabel tersebut secara simultan dalam satu model yang utuh, khususnya dalam konteks pendidikan menengah di Indonesia. Untuk menjembatani kesenjangan ini, penelitian ini mengkaji bagaimana keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dan kontrol diri memengaruhi perkembangan emosional anak-anak sekolah menengah pada saat yang bersamaan. Kontribusi teoritis dari studi ini diharapkan dapat memperkaya literatur psikologi perkembangan dan bimbingan konseling dalam memahami dinamika emosi remaja secara holistik, serta memberikan landasan bagi pengembangan intervensi yang melibatkan peran keluarga dan penguatan aspek personal siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk memastikan bagaimana kematangan emosional siswa SMA X berhubungan dengan keterlibatan ayah dan kontrol diri.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional, karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier berganda, yaitu suatu teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji pengaruh lebih dari satu variabel independen terhadap satu variabel dependen secara simultan maupun parsial. Selain itu dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data regresi linier sederhana untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kematangan emosi, serta kontrol diri dengan kematangan emosi.

Populasi penelitian ini adalah 159 siswa kelas XI SMA X pada tahun ajaran 2024–2025. Terdapat lima kelas dalam populasi ini: XI.1, XI.2, XI.3, XI.4, dan XI.5. Peneliti memilih sampel menggunakan strategi pengambilan sampel acak langsung untuk menjaga efisiensi dalam prosedur pengumpulan data dan mempertimbangkan populasi yang relatif besar. Metode ini digunakan untuk mencegah bias dalam pemilihan responden karena setiap anggota populasi memiliki probabilitas yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Rumus Slovin dengan toleransi kesalahan 10% digunakan untuk menghitung ukuran sampel. Dengan menggunakan rumus ini, ukuran sampel ditentukan sebesar 61 siswa.

Tiga skala psikologis berbeda yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan ide-ide ahli dan indikator yang relevan dengan setiap variabel digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini. Pertama, skala kematangan emosi disusun oleh peneliti berdasarkan indikator dari Walgito (Putri, 2020) yang mencakup lima aspek, yaitu: kemampuan menerima diri sendiri dan orang lain, tidak bersikap impulsif, kemampuan mengontrol emosi dalam berbagai situasi, berpikir secara objektif dan realistis, serta bertanggung jawab dalam tindakan dan keputusan. Skala ini terdiri dari 36 item pernyataan. Hasil uji validitas menunjukkan 24 item valid dan 12 item gugur. Reliabilitas skala diperoleh dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,862, yang menunjukkan bahwa skala memiliki konsistensi internal yang sangat baik. Salah satu contoh item pernyataannya adalah: "Saya dapat menahan diri agar tidak marah meskipun sedang merasa kesal."

Kedua, skala kontrol diri disusun oleh peneliti dengan mengacu pada teori Averill (Dita, 2022), yang mencakup tiga aspek, yaitu: kontrol perilaku (pengendalian tindakan), kontrol kognitif (pengelolaan proses berpikir), dan kontrol pengambilan keputusan (kemampuan menentukan keputusan yang tepat). Skala ini terdiri dari 21 item pernyataan, dengan 17 item dinyatakan valid dan 4 item gugur berdasarkan hasil uji validitas. Nilai reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0,833$, yang menunjukkan tingkat keandalan yang baik. Contoh pernyataan dalam skala ini adalah: "Saya berpikir terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu."

Ketiga, skala keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga disusun oleh peneliti, mengacu pada konsep keterlibatan ayah dari Lamb (Tirta, 2019) yang terdiri atas tiga dimensi: keterlibatan (*engagement*), aksesibilitas (*accessibility*), dan tanggung jawab (*responsibility*). Skala ini terdiri dari 26 item

pernyataan, di mana 23 item dinyatakan valid dan 3 item gugur setelah melalui uji validitas. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai $\alpha = 0,905$, menandakan bahwa skala ini memiliki reliabilitas yang sangat tinggi. Salah satu contoh item pernyataan dalam skala ini adalah: "Ayah saya sering terlibat dalam membantu saya mengerjakan tugas sekolah."

Regresi linier berganda digunakan untuk menganalisis data menggunakan SPSS versi 22. Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki bagaimana kematangan emosional dipengaruhi oleh pengendalian diri dan keterlibatan orang tua. Untuk menjamin validitas data sebelum analisis, data diperiksa menggunakan uji asumsi klasik, seperti uji multikolinearitas dan normalitas. Uji koefisien determinasi (Adjusted R²) digunakan untuk memastikan kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen, uji-t untuk pengaruh parsial, dan uji-F untuk pengaruh simultan.

3. Hasil dan Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosional siswa dan partisipasi ayah dalam pengasuhan dan kontrol diri. Analisis data menggunakan regresi linier berganda. Untuk menjamin validitas data, data terlebih dahulu diperiksa menggunakan statistik deskriptif dan uji asumsi tradisional sebelum dilakukan uji regresi.

Sebelum melakukan analisis regresi linier berganda, validitas data dikonfirmasi menggunakan uji asumsi tradisional dan analisis statistik deskriptif, yang hasilnya disajikan di bagian ini. Meskipun uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas, statistik deskriptif memberikan gambaran umum tentang karakteristik data. Tujuan dari ketiga uji ini adalah untuk memastikan data memenuhi spesifikasi yang dibutuhkan untuk analisis regresi linier berganda.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Skor Minimum	Skor Maksimum	Mean
Keterlibatan Ayah	1	5	3,54
Kontrol Diri	1	5	3,63
Kematangan Emosi	1	5	3,76

Dari tabel di atas, diketahui bahwa nilai rata-rata keterlibatan ayah dalam pengasuhan sebesar 3,54 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa merasakan adanya keterlibatan yang cukup tinggi dari ayah mereka. Dengan nilai rata-rata 3,63 untuk variabel pengendalian diri, sebagian besar siswa menunjukkan tingkat pengendalian diri yang tinggi. Sementara itu, kematangan emosi memiliki nilai rata-rata 3,76, yang mengindikasikan bahwa secara umum siswa dalam penelitian ini memiliki tingkat kematangan emosi yang tergolong tinggi.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Metode Uji	Sig.	Kriteria	Keterangan
Kolmogorov-Smirnov	0,080	0,05	Data berdistribusi normal

Pendekatan Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menguji kenormalan pada residual yang tidak terstandarisasi. Nilai Asymp. Sig., yang lebih besar dari 0,05, adalah 0,080, menurut hasil pengujian. Residual umumnya tersebar. Dengan demikian, data ini sesuai untuk digunakan dalam analisis regresi linier dan memenuhi asumsi kenormalan.

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel Bebas	Tolerance	VIF	Kriteria Tolerance	Kriteria VIF	Keterangan
Keterlibatan Ayah (X ₁)	0,816	1,226	> 0,10	> 0,10	Tidak terjadi multikolinearitas

Variabel Bebas	Tolerance	VIF	Kriteria Tolerance	Kriteria VIF	Keterangan
Kontrol Diri (X_2)	0,816	1,226	> 0,10	> 0,10	Tidak terjadi multikolinearitas

Untuk menemukan korelasi yang tinggi antar variabel independen dalam model regresi, uji multikolinearitas dilakukan. Karena VIF kurang dari 10 dan nilai toleransi lebih besar dari 0,10, dapat dikatakan bahwa model regresi tidak mengandung multikolinearitas.

Tabel 4. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel Bebas	Sig.	Kriteria	Keterangan
Keterlibatan Ayah (X_1)	1,000	> 0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Kontrol Diri (X_2)	1,000	> 0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan metode Glejser untuk mendeteksi ketidakkonsistenan varians residual. Berdasarkan hasil pengujian, nilai signifikansi masing-masing variabel independen adalah 1.000 (>0,05), yang berarti tidak terdapat tanda-tanda heteroskedastisitas dalam model regresi ini. Setelah data dinyatakan memenuhi semua asumsi tradisional, analisis regresi linier berganda berikut dilakukan:

Tabel 5. Hasil Uji t Regresi Linier Berganda

Variabel	t hitung	Sig.	Keterangan
Keterlibatan Ayah	2,153	0,035	Signifikan
Kontrol Diri	5,202	0,000	Signifikan

Keterlibatan ayah memiliki nilai-t sebesar 2,153 dengan tingkat signifikansi 0,035, menurut tabel tersebut. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memiliki dampak yang signifikan terhadap kematangan emosional remaja, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai-p kurang dari 0,05. Hal ini menyiratkan bahwa kematangan emosional siswa meningkat seiring dengan tingkat keterlibatan ayah. Demikian pula, kontrol diri memiliki dampak yang cukup besar terhadap kematangan emosional, sebagaimana dibuktikan oleh nilai-t sebesar 5,202 dan tingkat signifikansi 0,000. Hal ini menyiratkan bahwa kapasitas siswa untuk mengatur emosi mereka dengan baik meningkat seiring dengan tingkat pengendalian diri mereka.

Tabel 6. Hasil Uji F Regresi Linier Berganda

Model	F Hitung	Sig.	Keterangan
Regresi	25,337	0,000	Signifikan Simultan

Hasil uji F dalam tabel menunjukkan bahwa nilai F hitung sebesar 25,337 dengan signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa keterlibatan ayah dan kontrol diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kematangan emosi siswa. Hal ini berarti bahwa gabungan dari kedua variabel bebas tersebut dapat secara bersamaan memprediksi atau menjelaskan variabel terikat yaitu kematangan emosi.

Tabel 7. Koefisien Determinasi (Adjusted R^2)

R	Adjusted R Square	Kontribusi (%)	Keterangan
0,683	0,448	44,8%	Pengaruh simultan X_1 dan X_2 ke Y

Berdasarkan tabel di atas, terdapat korelasi yang signifikan antara kontrol diri dan keterlibatan ayah terhadap kematangan emosional, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai R sebesar 0,683. Sebaliknya, nilai R Square yang Disesuaikan sebesar 0,448 menunjukkan bahwa kontrol diri dan keterlibatan ayah berkontribusi sebesar 44,8% terhadap variabel kematangan emosional. Sisanya sebesar 55,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini, yaitu teman sebaya, lingkungan keluarga, dan faktor sosial lainnya.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosional remaja sekolah menengah sangat dipengaruhi oleh keterlibatan dan kontrol diri ayah mereka. Secara parsial, keterlibatan ayah memberikan kontribusi positif terhadap kematangan emosi, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,035 ($p < 0,05$) dan nilai t-hitung sebesar 2,153. Temuan ini memperkuat teori Lamb (Tirta, 2019) yang menyatakan bahwa keterlibatan ayah melalui keterlibatan langsung, aksesibilitas, dan tanggung jawab memiliki pengaruh besar dalam pembentukan aspek emosional anak. Keterlibatan ayah yang aktif, seperti mendampingi anak dalam proses belajar, memberi nasihat, dan memberikan waktu berkualitas, menciptakan rasa aman emosional dan dukungan psikologis yang penting dalam perkembangan emosi remaja. Penemuan ini sejalan dengan penelitian (Ragita & Fardana, 2021), yang menegaskan bahwa peran ayah dalam pengasuhan mulai dari pemberian arahan, pembangunan kelekatan emosional, hingga partisipasi dalam aktivitas anak berpengaruh signifikan terhadap kestabilan emosi remaja.

Lebih lanjut, variabel kontrol diri juga terbukti berpengaruh signifikan terhadap kematangan emosi siswa, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan t-hitung sebesar 5,202. Hasil ini menunjukkan bahwa kontrol diri yang baik memungkinkan siswa untuk menahan impuls, berpikir secara rasional, dan merespons situasi emosional secara adaptif. Penemuan ini sejalan dengan pendapat (Calhoun & Acocella, 1990), yang menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan penting dalam menghadapi tuntutan sosial dan tekanan internal, terutama pada masa remaja yang ditandai dengan gejolak emosional. Siswa yang memiliki kontrol diri yang kuat cenderung dapat mengelola konflik secara lebih sehat, menghindari perilaku agresif, dan menyelesaikan masalah tanpa melibatkan pelampiasan emosi yang berlebihan. Selain itu, hasil penelitian ini diperkuat oleh studi (Gudban & Susilarini, 2023) yang menegaskan bahwa kontrol diri memiliki hubungan signifikan dengan kematangan emosi pada remaja, khususnya dalam konteks keluarga dengan pola asuh otoriter. Temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja yang mampu mengendalikan dirinya lebih stabil secara emosi serta mampu menyesuaikan diri dengan baik di bawah tekanan psikologis.

Secara simultan, keterlibatan ayah dan kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 44,8% terhadap kematangan emosi siswa, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai Adjusted R Square dalam hasil analisis regresi linier berganda. Hal ini mengindikasikan bahwa kedua variabel ini merupakan faktor penting yang saling melengkapi dalam membentuk kematangan emosi remaja. Namun, masih terdapat 55,2% pengaruh dari variabel lain yang belum diteliti dalam model ini, seperti kualitas hubungan dengan ibu, lingkungan sekolah, pola asuh keluarga secara keseluruhan, dan faktor kepribadian individu.

Penelitian ini konsisten dengan temuan dari (Mawadah & Abdillah, 2024), serta (Safira dkk, 2024), yang menyimpulkan bahwa keterlibatan orang tua, khususnya ayah, dan kemampuan kontrol diri merupakan fondasi penting dalam perkembangan emosi remaja. Dalam konteks ini, peran ayah tidak hanya sebagai penyedia materi, tetapi juga sebagai figur afektif yang dapat memberikan contoh regulasi emosi yang sehat. Di sisi lain, kontrol diri berperan sebagai mekanisme internal yang memungkinkan remaja untuk bertindak secara bijak dalam situasi emosional.

Dengan demikian, keterlibatan ayah yang positif dan kemampuan kontrol diri yang baik secara sinergis mendorong tercapainya kematangan emosi siswa. Perhatian yang seimbang antara dukungan eksternal (keterlibatan ayah) dan penguatan internal (kontrol diri) perlu menjadi fokus dalam strategi intervensi untuk mendukung perkembangan psikososial remaja di lingkungan sekolah.

4. Simpulan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa, secara parsial dan bersamaan, keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan kontrol diri memiliki dampak yang baik dan signifikan terhadap kematangan emosional siswa. Keterlibatan ayah secara langsung membantu siswa merasa diperhatikan dan didukung secara emosional, sedangkan kontrol diri memungkinkan siswa mengatur perilaku dan respon emosional dengan lebih bijaksana. Secara simultan, kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 44,8% terhadap kematangan emosi siswa, sementara 55,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan kemampuan individu dalam mengelola dirinya sendiri merupakan dua aspek penting dalam membentuk kematangan emosi remaja di lingkungan sekolah.

Secara teoritis, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat menggunakan variabel lain seperti pola asuh ibu, kelekatan keluarga, atau lingkungan sekolah yang diduga juga memiliki hubungan dengan kematangan emosi siswa. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan yang berbeda atau memperluas populasi agar hasilnya lebih menyeluruh.

Secara praktis, disarankan agar ayah dapat lebih dekat dan terlibat secara aktif dalam kehidupan anaknya, tidak hanya dalam aspek materi, tetapi juga dalam mendampingi perkembangan emosinya. Kedekatan ayah dengan anak akan membantu membentuk rasa aman dan dukungan emosional yang positif. Bagi siswa, diharapkan mampu mengembangkan kontrol diri dalam menghadapi berbagai tekanan, serta lebih terbuka pada orang tua, terutama ayah, agar dapat menerima arahan dan dukungan yang dibutuhkan dalam mengelola emosi secara lebih matang.

Referensi

- Adelia, E., & Budiono, A. N. (2024). Kontrol Diri dan Kematangan Emosi Siswa. (*JKI*) *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(2), 77–84. <https://doi.org/10.21067/jki.v9i2.10319>
- Alfikar, A. M., Zubair, A. G. H., & Gismin, S. S. (2022). Self-Control , Kematangan Emosi , dan Agresivitas. *Psikologi Karakter* 2(1), 87–94. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1439>
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of Adjustment and Human Relationships*. McGraw-Hill.
- Dita, R. E. (2022). Kemampuan self control mahasiswa ditinjau dari perilaku impulsive buying. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 2(1), 1–19.
- Gudban, I. T., & Susilarini, T. (2023). Hubungan Pola Asuh Otoriter Dan Kontrol Diri Dengan Kematangan Emosi Pada Remaja Dengan Orang Tua Tunggal (Single Parent) Di Sman 93 Jakarta. *Jurnal Edukasi Dan Multimedia*, 1(2), 28–34. <https://doi.org/10.37817/jurnaledukasidanmultimedia.v1i2.2893>
- Hedo, D. J. P. K. (2020). *Father Involvement di Indonesia*. Airlangga University Press.
- Mawadah, A. Z., & Abdillah, R. (2024). Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Kematangan Emosi Pada Siswa di SMAN 1 Tambun Utara. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2(5), 610–616. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12599970>
- Putri, D. T. (2020). Kematangan Emosi Terhadap Siswa Disiplin di Sekolah. *Psikologi Konseling*, 17(2), 733–746. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22076>
- 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>
- Ramdani, D., Supriatna, E., & Yuliani, W. (2023). Validitas Dan Reliabilitas Angket Kematangan Emosi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 6(3), 232–238. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i3.10869>

-
- Safira, E. R., Mahmudi, I., & Anggraini, A. (2024). Hubungan Kontrol Diri (Self Control) Dengan Kematangan Emosi Siswa Kelas Vii Smpn 6 Madiun Tahun Ajaran 2024-2025. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(4), 17149–17156.
- Suci, R. D., & Ifdil, I. (2023). Hubungan academic hardiness dengan stres akademik pada siswa. *Journal IICET*, 4(1), 55–59.
- Tirta, A. (2019). Persepsi Terhadap Keterlibatan Ayah Dalam Emosi Siswi SMAN X Tangerang. *Psibernetika*, 12(2). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i2.1671>.
- Wasino, W., Putra, D. P., Afrinaldi, A., Rahmi, A., Studi, P., Konseling, B., Tarbiyah, F., Ilmu, D., Islam, U., Sjech, N., & Djambek, M. D. (2024). Tingkat Kematangan Emosi Santri di Pondok Pesantren Tarbiyah Islamiyah Koto Tinggi Pandai Sikek. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 3(1), 82–96. <https://doi.org/10.56444/soshumdik.v3i1.1446>