

PERAN AYAH DALAM MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL KELUARGA PADA MAHASISWA PENDIDIKAN SOSIOLOGI ANGKATAN 2022 UNIVERSITAS SULTAN AGENG TIRTAYASA

Christin Yulina¹, Septi Kuntari²

^{1,2}Pendidikan Sosiologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Kota Serang, Indonesia

Email: ¹christinyulinaaaaa@gmail.com, ²septikuntari@untirta.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran ayah dalam membangun kesehatan mental mahasiswa Pendidikan Sosiologi Angkatan 2022 Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa terhadap bentuk dukungan emosional dan psikologis yang diberikan oleh ayah. Fokus utama penelitian adalah mengkaji bagaimana kehadiran, komunikasi, serta keterlibatan ayah berkontribusi terhadap kestabilan mental mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki hubungan dekat dan komunikatif dengan ayah cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, kestabilan emosi yang baik, serta kemampuan adaptasi yang kuat. Sebaliknya, ketidakhadiran atau rendahnya keterlibatan emosional ayah dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan, kesepian, bahkan isolasi sosial. Temuan ini mempertegas bahwa peran ayah bukan hanya sebagai penyedia kebutuhan material, tetapi juga sebagai sosok pendukung emosional yang sangat penting dalam proses pembentukan ketahanan psikologis anak, terutama pada fase transisi menuju kedewasaan dan kemandirian.

Kata Kunci: Peran Ayah, Kesehatan Mental, Mahasiswa, Dukungan Emosional, Pendidikan Sosiologi

ABSTRACT

This study aims to explore the role of fathers in supporting the mental health of Sociology Education students from the 2022 cohort at Sultan Ageng Tirtayasa University. Using a qualitative phenomenological approach, this research delves into students' subjective experiences regarding the emotional and psychological support provided by their fathers. The main focus is to examine how a father's presence, communication, and involvement contribute to students' mental stability in facing academic and social pressures within the university environment. The findings reveal that students who have a close and communicative relationship with their fathers tend to possess higher self-confidence, emotional stability, and stronger adaptive abilities. Conversely, the absence or lack of emotional involvement from fathers can lead to anxiety, loneliness, and even social withdrawal. These findings emphasize that a father's role is not limited to fulfilling material needs but also as an emotional support figure who plays a vital role in shaping psychological resilience in children, especially during the transitional phase into adulthood and independence.

Keywords: Father's Role, Mental Health, University Students, Emotional Support, Sociology Education

A. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan masyarakat modern, peran ayah seringkali dianggap sebagai elemen krusial dalam membentuk fondasi emosional dan psikologis anggota keluarga, terutama anak-anak. Ayah tidak hanya berfungsi sebagai pencari nafkah, tetapi juga sebagai figur penting yang memberikan perlindungan, arahan, serta dukungan emosional yang berkelanjutan bagi anak-anaknya (Lamb dalam Sugiyanto, 2022: 45). Dalam konteks ini, keberadaan ayah diharapkan mampu menciptakan stabilitas dalam keluarga serta memperkuat identitas dan kepercayaan diri anak sejak usia dini hingga dewasa. Kehangatan dalam komunikasi, pemberian keteladanan, dan keterlibatan ayah dalam kehidupan sehari-hari anak menjadi fondasi penting dalam membentuk karakter dan daya tahan mental anak dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

Gambaran ideal ini, meskipun diakui secara luas, sering kali tidak sejalan dengan kondisi riil yang dihadapi dalam kehidupan sosial. Namun demikian, realitas sosial menunjukkan bahwa peran ideal ayah seringkali terhambat oleh konstruksi sosial dan ekspektasi budaya yang membebani laki-laki dengan tuntutan untuk selalu tampil kuat, tegar, dan tidak menunjukkan sisi emosional. Norma-norma maskulinitas yang dominan menempatkan ayah dalam posisi yang canggung untuk mengekspresikan kasih sayang atau menunjukkan empati, karena hal tersebut dianggap tidak sesuai dengan peran gender tradisional (Connell dalam Saputra, 2023: 112). Akibatnya, banyak anak yang tumbuh tanpa kehadiran emosional ayah secara utuh, meskipun secara fisik dan materi mereka hadir. Hal ini dapat menciptakan jarak emosional dalam relasi ayah-anak dan berdampak pada ketidakseimbangan dalam perkembangan psikologis anak.

Kondisi ini menjadi semakin kompleks dan relevan ketika ditempatkan dalam konteks kehidupan mahasiswa. Ketimpangan antara ekspektasi sosial dan kenyataan tersebut menjadi semakin penting untuk dikaji dalam konteks kehidupan mahasiswa, yaitu individu yang berada dalam fase transisi dari remaja menuju dewasa. Masa ini ditandai dengan dinamika yang kompleks: mahasiswa dihadapkan pada tekanan akademik yang tinggi, tuntutan sosial untuk membentuk relasi dan jejaring pertemanan, serta ekspektasi dari lingkungan keluarga dan masyarakat untuk menjadi pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab. Dalam kondisi ini, kesehatan mental mahasiswa menjadi aspek yang sangat krusial, karena mereka dituntut untuk mampu mengelola tekanan dan tetap produktif dalam studi. Di sinilah keberadaan ayah sebagai pendamping emosional dan psikologis sangat dibutuhkan.

Dukungan ayah dalam hal ini menjadi salah satu penentu penting dalam proses pembentukan ketahanan psikologis mahasiswa. Sayangnya, tidak semua mahasiswa mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari ayah mereka. Beberapa mahasiswa mengalami kondisi di mana ayah terlalu sibuk, tidak terlibat secara emosional, atau bahkan tidak hadir secara fisik. Kondisi ini dapat memengaruhi persepsi diri mahasiswa, menyebabkan munculnya perasaan terabaikan, cemas, kesepian, dan pada akhirnya menurunkan kualitas kesejahteraan mental mereka (Furstenberg dalam Hadiwijaya, 2021: 67). Sebaliknya, mahasiswa yang mendapatkan perhatian, nasihat, dan pendampingan dari ayah cenderung memiliki daya tahan mental yang lebih kuat, mampu mengelola stres akademik dengan lebih baik, dan menunjukkan perilaku sosial yang lebih positif.

Dalam memahami fenomena ini secara lebih mendalam, pendekatan teoritis dari ilmu sosiologi menjadi sangat relevan. Dalam kerangka ilmu sosiologi, peran ayah dapat dianalisis melalui Teori Peran Sosial yang menyatakan bahwa setiap individu dalam masyarakat menjalankan peran tertentu sesuai dengan norma, nilai, dan ekspektasi sosial yang berlaku (Mead dalam Suharto, 2022: 39). Seorang ayah diharapkan tidak hanya berperan sebagai pemimpin keluarga dalam konteks ekonomi, tetapi juga sebagai pembentuk ikatan sosial dan emosional dalam keluarga. Keberhasilan seorang ayah dalam menjalankan peran tersebut sangat ditentukan oleh kemampuannya dalam merespon kebutuhan emosional anak dan menyesuaikan diri dengan perubahan dinamika keluarga. Di sisi lain, teori konstruksi sosial gender oleh Connell (dalam Nugraha, 2023: 83) menunjukkan bahwa maskulinitas tradisional yang kaku cenderung menghambat keterlibatan emosional ayah dalam keluarga. Ayah yang menolak untuk mengekspresikan kelembutan sering kali gagal dalam membangun kedekatan emosional dengan anak-anaknya, yang berujung pada relasi yang kering secara afektif.

Perspektif teoritis ini menjadi pijakan untuk melihat pentingnya relasi emosional ayah-anak secara lebih luas dalam dinamika sosial mahasiswa. Berangkat dari latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam bagaimana peran ayah dalam keluarga, khususnya dalam bentuk dukungan emosional dan psikologis, dapat memengaruhi kesehatan mental mahasiswa Pendidikan Sosiologi Angkatan 2022 di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Melalui pendekatan fenomenologis, penelitian ini berusaha menggali pengalaman subjektif mahasiswa dalam memaknai peran ayah dalam kehidupan mereka sehari-hari, baik dalam konteks akademik, sosial, maupun personal. Fokus penelitian ini terletak pada bagaimana mahasiswa menginterpretasi, merespon, dan menginternalisasi bentuk dukungan dari ayah, serta dampaknya terhadap kondisi mental mereka dalam menjalani kehidupan perkuliahan.

Tujuan ini tidak hanya penting secara akademik, tetapi juga memiliki relevansi praktis yang luas. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, hasil penelitian ini memperluas pemahaman akademik tentang hubungan antara peran keluarga khususnya peran ayah dan kesehatan mental mahasiswa dalam konteks masyarakat modern. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan berharga bagi keluarga, institusi pendidikan, dan pengambil kebijakan dalam membangun strategi pendampingan emosional bagi mahasiswa. Penekanan pada pentingnya komunikasi, keterlibatan aktif, serta pengakuan terhadap dimensi emosional dalam relasi ayah-anak diharapkan mampu menciptakan lingkungan keluarga yang suportif dan mendorong perkembangan mental yang sehat pada generasi muda. Pada akhirnya, penelitian ini bertujuan untuk membangun kesadaran bersama bahwa peran ayah adalah bagian integral dalam keberhasilan pendidikan dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa mengenai peran ayah dalam memengaruhi kesehatan mental mereka. Pendekatan fenomenologis dipilih karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi makna-makna yang dibentuk oleh individu berdasarkan

pengalaman nyata dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, pendekatan ini memfokuskan pada cara mahasiswa memaknai relasi mereka dengan ayah sebagai suatu fenomena yang dialami secara personal dan emosional.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif. Fokus studi adalah mahasiswa Pendidikan Sosiologi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Angkatan 2022 yang memiliki ayah yang masih berperan aktif dalam kehidupan mereka. Penelitian ini melibatkan enam partisipan yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria tersebut. Teknik pengambilan partisipan dilakukan melalui *purposive sampling* untuk menjamin kedalaman informasi yang diperoleh sesuai dengan tujuan fenomenologis penelitian ini. Lokasi penelitian berada di lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) dan dilakukan selama periode Oktober hingga Desember. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan aksesibilitas terhadap partisipan serta keterkaitan antara konteks akademik dan tema kesehatan mental.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Wawancara bersifat semi-terstruktur untuk memberikan fleksibilitas dalam menggali pandangan dan pengalaman partisipan. Peneliti menyusun pedoman wawancara yang terdiri dari beberapa pertanyaan terbuka utama, dengan kemungkinan eksplorasi lanjutan berdasarkan respons partisipan. Wawancara dilakukan secara tatap muka dalam suasana yang nyaman dan non-formal guna membangun kepercayaan partisipan serta memperoleh data yang autentik. Selain itu, observasi dilakukan untuk melihat secara langsung interaksi antara mahasiswa dengan ayah atau perilaku mahasiswa di lingkungan sosial dan akademik. Observasi dilakukan dalam berbagai situasi, baik di lingkungan kampus maupun di luar, untuk mendapatkan gambaran perilaku mahasiswa yang relevan dengan kondisi psikologis mereka.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis tematik. Langkah-langkah dalam analisis meliputi pengumpulan data, reduksi data untuk menyaring informasi yang relevan dengan fokus penelitian, dan penarikan kesimpulan berdasarkan tema-tema yang muncul. Proses pengkodean data dilakukan secara manual dengan mengelompokkan kutipan-kutipan dari wawancara ke dalam kategori makna yang serupa. Kategori-kategori ini kemudian dianalisis untuk menemukan pola-pola yang mendukung pemahaman lebih dalam terhadap fenomena yang diteliti. Analisis ini mengacu pada tahapan analisis tematik menurut Braun dan Clarke (2006), yang meliputi familiarisasi data, pengkodean awal, pencarian tema, peninjauan, penamaan tema, dan pelaporan.

Validasi dilakukan dengan teknik triangulasi, yakni dengan membandingkan data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, digunakan teknik member checking, yaitu mengonfirmasi hasil interpretasi peneliti kepada partisipan untuk memastikan akurasi makna yang ditangkap.

Peneliti juga memperhatikan etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan identitas partisipan, meminta persetujuan sebelum wawancara, serta memberikan hak kepada partisipan untuk menarik diri kapan saja. Informasi yang diperoleh dari partisipan disimpan dengan aman dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Karena topik berkaitan dengan isu sensitif seperti kesehatan mental, peneliti bersikap empatik dan menjaga kenyamanan partisipan selama proses pengumpulan data berlangsung. Peneliti juga menyediakan kontak bantuan profesional jika sewaktu-waktu partisipan merasa terganggu secara emosional selama atau setelah proses wawancara.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa Pendidikan Sosiologi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Angkatan 2022 yang memiliki ayah dengan keterlibatan aktif dalam kehidupan mereka. Melalui pendekatan fenomenologis, penelitian menggali pengalaman subjektif mahasiswa mengenai peran ayah dalam membentuk dan memengaruhi kondisi mental mereka selama masa perkuliahan. Penelitian ini melibatkan enam partisipan yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria keterlibatan aktif ayah, baik secara emosional maupun fungsional, dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Dari proses analisis tematik, peneliti mengidentifikasi beberapa tema utama yang mencerminkan pengalaman mahasiswa, yakni bentuk dukungan emosional, pentingnya stabilitas finansial, serta dampak ketidakhadiran emosional ayah.

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan bahwa peran ayah sangat penting dalam menjaga stabilitas psikologis mereka. Dukungan yang diberikan ayah meliputi berbagai bentuk, mulai dari komunikasi yang terbuka, pemberian nasihat, dorongan moral, hingga bantuan konkret seperti dukungan finansial dan keterlibatan dalam pengambilan keputusan. Mahasiswa yang memiliki hubungan dekat dan hangat dengan ayahnya cenderung menunjukkan karakter yang lebih percaya diri, mampu mengelola stres, dan memiliki daya adaptasi yang baik terhadap tekanan akademik maupun sosial. Seorang partisipan menyatakan, *“Saya bisa cerita apa saja ke ayah, bahkan hal-hal kecil. Rasanya lega dan saya merasa tidak sendiri.”* Kutipan ini menunjukkan bahwa komunikasi yang terbuka menjadi salah satu bentuk dukungan emosional yang paling bermakna bagi mahasiswa.

Dukungan emosional yang konsisten dari ayah membantu mahasiswa merasa lebih dihargai dan dimengerti. Ketika mahasiswa menghadapi kesulitan dalam studi, konflik sosial, atau persoalan pribadi, keberadaan ayah sebagai figur yang mendengarkan dan memberi solusi dirasakan sangat menenangkan. Mereka menyatakan bahwa hanya dengan mengetahui bahwa ayah mereka “selalu ada,” hal tersebut sudah cukup untuk memberikan kekuatan mental. Bentuk komunikasi seperti bertukar cerita, diskusi, hingga sekadar menunjukkan kepedulian, sangat berarti bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka. Salah satu mahasiswa menyampaikan, *“Meski hanya lewat pesan singkat, ayah saya selalu tanya kabar setiap hari. Itu membuat saya merasa diperhatikan.”*

Selain itu, mahasiswa juga menyoroti pentingnya dukungan finansial dari ayah. Dalam konteks kehidupan mahasiswa yang penuh tuntutan akademik dan ekonomi, stabilitas finansial menjadi faktor penentu kenyamanan psikologis. Ayah yang berperan dalam memenuhi kebutuhan akademik, seperti biaya kuliah, transportasi, hingga kebutuhan harian, membantu mahasiswa untuk fokus belajar tanpa beban tambahan. Dukungan ini menciptakan perasaan aman dan mampu mendorong mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik secara optimal. Seorang responden menjelaskan, *“Kalau soal uang kuliah, ayah saya bilang jangan khawatir. Itu membuat saya lebih tenang dan bisa konsentrasi belajar.”*

Hasil observasi partisipatif juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki hubungan dekat dengan ayah terlihat lebih terbuka dan aktif dalam dinamika sosial kampus. Dalam salah satu interaksi kelas, partisipan tampak antusias menjawab pertanyaan dosen dan aktif berdiskusi dengan rekan

sekelompoknya, menunjukkan sikap percaya diri dan kestabilan emosi yang konsisten dengan hasil wawancara.

Namun demikian, tidak semua mahasiswa mengalami hubungan yang ideal dengan ayah mereka. Beberapa responden mengaku memiliki hubungan yang formal, jarang berkomunikasi, atau merasa tidak diperhatikan secara emosional. Ayah yang sibuk, kaku, atau kurang ekspresif seringkali menciptakan jarak dalam relasi ayah-anak. Dalam kondisi ini, mahasiswa cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola stres, lebih mudah merasa cemas, bahkan menarik diri dari lingkungan sosial. Beberapa dari mereka juga merasa tidak memiliki tempat untuk berbagi masalah, yang mengarah pada ketidakstabilan emosional dan kurangnya motivasi belajar. Seorang partisipan menyampaikan, *“Saya tidak pernah tahu bagaimana harus mulai berbicara dengan ayah. Dia terlalu serius, dan saya merasa tidak punya ruang untuk cerita.”*

Hasil penelitian ini mendukung Teori Peran Sosial dari Mead (dalam Suharto, 2022), yang menjelaskan bahwa individu memainkan peran sosial yang ditentukan oleh norma dan ekspektasi masyarakat. Seorang ayah yang mampu menjalankan peran sosialnya secara efektif tidak hanya memberikan perlindungan fisik dan finansial, tetapi juga menjadi sumber dukungan emosional yang penting dalam perkembangan psikologis anak. Peran ini menjadi lebih signifikan dalam konteks mahasiswa yang tengah mengalami masa transisi menuju kedewasaan dan membutuhkan figur pendamping yang stabil.

Temuan ini juga konsisten dengan teori konstruksi sosial gender oleh Connell (dalam Nugraha, 2023), yang menunjukkan bahwa ekspresi maskulinitas yang kaku sering menghambat kemampuan laki-laki dalam hal ini ayah untuk menjalin hubungan emosional yang dekat dengan anak. Ayah yang mampu menembus batasan stereotip gender dan membangun komunikasi yang hangat terbukti lebih berhasil dalam memberikan dukungan psikologis yang dibutuhkan oleh anak-anaknya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mempertegas bahwa ayah memiliki peran multidimensional dalam kehidupan mahasiswa: sebagai penyedia, pendengar, penasihat, dan penjaga stabilitas emosional. Peran ini menjadi sangat krusial dalam menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif bagi pertumbuhan mental anak, terlebih di tengah dinamika dan tekanan kehidupan kampus. Ketidakhadiran atau minimnya keterlibatan ayah dapat menjadi faktor risiko yang memperburuk kondisi mental mahasiswa, sementara kehadiran dan perhatian yang tulus dari seorang ayah terbukti menjadi pelindung utama bagi kesejahteraan psikologis mereka. Dengan demikian, penting bagi masyarakat, khususnya keluarga, untuk tidak lagi memandang peran ayah hanya dari aspek material, melainkan juga menempatkannya sebagai aktor kunci dalam proses pembentukan karakter dan kesehatan mental generasi muda.

Temuan ini menambah kontribusi penting dalam kajian relasi keluarga dan kesehatan mental, khususnya dengan menekankan signifikansi peran ayah dalam membentuk ketahanan psikologis mahasiswa dimensi yang selama ini kurang mendapat sorotan dalam penelitian serupa yang lebih sering berfokus pada peran ibu.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa peran ayah memegang peranan penting dalam membentuk dan menjaga kesehatan mental mahasiswa Pendidikan Sosiologi Angkatan 2022 di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Hasil

temuan menunjukkan bahwa dukungan emosional dari ayah, seperti kehadiran secara fisik, komunikasi terbuka, nasihat, dan motivasi, memberikan pengaruh signifikan terhadap kestabilan psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang merasakan dukungan tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap tekanan akademik, serta kecenderungan untuk lebih terbuka secara sosial.

Sebaliknya, kurangnya perhatian atau keterlibatan ayah berdampak negatif pada mahasiswa, seperti munculnya perasaan terabaikan, cemas, dan kesulitan dalam menghadapi stres akademik maupun sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kehadiran ayah bukan hanya sebagai penyedia materi, tetapi juga sebagai figur emosional yang dapat menciptakan rasa aman dan mendukung perkembangan mental anak.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar para ayah lebih aktif membangun hubungan emosional dengan anak-anak mereka, khususnya di masa transisi menuju kedewasaan seperti saat mahasiswa. Ayah perlu menyadari pentingnya peran mereka tidak hanya dalam aspek finansial, tetapi juga dalam menyediakan ruang dialog, empati, dan kedekatan emosional. Dukungan dari ayah terbukti dapat menjadi pondasi kuat dalam membentuk ketahanan mental anak, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap keberhasilan akademik, sosial, dan pribadi mereka. Selain itu, keluarga dan institusi pendidikan diharapkan dapat saling bekerja sama menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa melalui pendekatan yang inklusif dan berbasis relasi keluarga yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Lamb, M. E. (2010). *The Role of the Father in Child Development* (5th ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- [2] Sugiyanto, A. (2022). *Psikologi Keluarga: Dinamika dan Peran Orang Tua dalam Pengasuhan*. Surabaya: Pustaka Ilmu Pendidikan.
- [3] Connell, R. W. (2023). *Konstruksi Maskulinitas dan Peran Gender dalam Keluarga Modern*. Dalam Saputra, R. (Ed.), *Relasi Sosial dan Gender* (hlm.110–125). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- [4] Saputra, R. (2023). *Sosiologi Maskulinitas dan Kekuasaan Gender*. Jakarta: Graha Ilmu.
- [5] Furstenberg, F. F. (2021). *Fathering and Child Well-Being in the Transition to Adulthood*. Yogyakarta: Media Psikologi Anak.
- [6] Hadiwijaya, R. (2021). *Peran Keluarga dalam Mendukung Kesehatan Mental Mahasiswa*. Semarang: Literasi Bangsa.
- [7] Mead, G. H. (2022). *Mind, Self, and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist*. Dalam Suharto, B. (Ed.), *Sosiologi Kontemporer* (hlm. 39–52). Jakarta: Rajawali Pers.
- [8] Suharto, B. (2022). *Sosiologi Keluarga dan Peran Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [9] Connell, R. W. (2023). *Gender and Power: Society, the Person and Sexual Politics*. Dalam Nugraha, D. (Ed.), *Maskulinitas dan Keluarga di Indonesia* (hlm. 80-95). Jakarta: Sinar Grafika.
- [10] Nugraha, D. (2023). *Relasi Gender dan Dinamika Emosi dalam Keluarga Modern*. Jakarta: Sinar Ilmu Press.

- [11] Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Edisi ke-5, terj. Ahmad Fawaid). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [12] Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- [13] Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [14] Arifin, Z. (2017). *Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Anak dan Dampaknya terhadap Kesejahteraan Anak*. *Jurnal Ilmu Keluarga*, 3(1), 23–32.
- [15] Yuliana, N. (2018). *Kesehatan Mental dan Peran Keluarga dalam Proses Pembelajaran Anak*. *Jurnal Pendidikan*, 5(2), 98–105.
- [16] Setiawan, Y. (2019). *Peran Ayah dalam Keluarga: Dampaknya Terhadap Perkembangan Anak*. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 145–159.
- [17] Fagan, J., & Palkovitz, R. (2011). *The Role of Fathers in the Healthy Development of Children*. Washington, DC: American Psychological Association.
- [18] Palkovitz, R. (2002). *Involved Fathering and Men's Adult Development: Provisional Balances*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- [19] Sunandar, E. (2018). *Peran Ayah dalam Menunjang Kesehatan Mental Anak di Usia Dini*. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 3(1), 77–86.
- [20] American College Health Association. (2019). *National College Health Assessment: Reference Group Executive Summary Spring 2019*. Baltimore, MD: American College Health Association.