

HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA FATHERLESS DI SMA NEGERI 13 MEDAN

Rina Suryani¹, Ibrena Amabel Egita Barus²

^{1,2} Program Studi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling, Universitas
Negeri Medan

Alamat e-mail : ¹Rinasuryani@unimed.ac.id ²lbrenaamabelegitabarus@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between resilience and social anxiety among fatherless adolescents at SMA Negeri 13 Medan. The study employed a quantitative approach with a correlational research design. The population consisted of 400 tenth-and eleventh-grade students. The sample was selected using a purposive sampling technique based on the following criteria: adolescents who still had a living father but received limited paternal affection, emotional support, attention, and involvement in their daily lives. An initial screening was conducted to identify participants who met these criteria, resulting in a sample of 135 fatherless adolescents. Data were collected using the Resilience Scale and the Social Anxiety Scale, both of which met the required validity and reliability criteria. Data were analyzed using the Pearson Product-Moment correlation test. The results indicated that both variables were normally distributed, with significance values of 0.841 for resilience and 0.872 for social anxiety. The linearity test yielded a deviation from linearity significance value of 0.251, indicating a linear relationship between the variables. The correlation analysis showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of - 0.491, indicating a statistically significant negative correlation of moderate strength. Therefore, it can be concluded that there is a significant negative relationship between resilience and social anxiety among fatherless adolescents at SMA Negeri 13 Medan, with a moderate level of correlation.

Keywords: Resillience, Social Anxiety, Fatherless Adolescents

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara resiliensi dan kecemasan sosial pada remaja fatherless di SMA Negeri 13 Medan. Penelitian menggunakan

pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian terdiri atas 400 peserta didik kelas X dan XI. Penentuan sampel, dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan berdasarkan kriteria yaitu antara lain remaja yang masih memiliki ayah, tetapi memperoleh kasih sayang, dukungan emosional, perhatian, dan keterlibatan ayah yang terbatas dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian dilakukan *screening* awal, untuk menentukan sampel yang memenuhi kriteria tersebut sehingga diperoleh sebanyak 135 remaja fatherless yang dijadikan sampel penelitian. Data dikumpulkan menggunakan Skala Resiliensi dan Skala Kecemasan Sosial yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Product-Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal dengan nilai signifikansi sebesar 0,841 untuk resiliensi dan 0,872 untuk kecemasan sosial. Uji linearitas menghasilkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,251 yang menunjukkan hubungan linear antarvariabel. Analisis korelasi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar -0,491 yang menunjukkan adanya hubungan negatif dengan tingkat kekuatan sedang. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dan kecemasan sosial pada remaja fatherless di SMA Negeri 13 Medan dengan arah hubungan negative dan tingkat hubungan sedang.

Kata Kunci: Resiliensi, Kecemasan Sosial, Remaja *Fatherless*

A. Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan pada aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri serta menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan lingkungan. Hurlock (2011) menjelaskan bahwa masa remaja berlangsung sejak pubertas hingga

individu mencapai kematangan sosial dan kemandirian. Hurlock juga membedakan masa remaja menjadi remaja awal (13 – 16 tahun) dan remaja akhir (17 – 18 tahun), di mana pada fase akhir remaja umumnya mulai menunjukkan kemandirian serta kemampuan mempertimbangkan keputusan secara lebih matang.

Steinberg (2014) menjelaskan bahwa perkembangan otak remaja yang belum sepenuhnya matang menyebabkan kemampuan regulasi emosi dan pengendalian perilaku masih terus berkembang. Kondisi tersebut membuat remaja lebih rentan mengalami berbagai masalah psikologis, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Selanjutnya, Santrock (2012) menyatakan bahwa remaja yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung mampu mengelola emosi, membangun hubungan sosial yang positif, serta beradaptasi dengan lingkungannya. Sebaliknya, remaja yang mengalami gangguan psikologis lebih berisiko mengalami berbagai permasalahan emosional, termasuk kecemasan sosial.

Kecemasan sosial merupakan kondisi ketika individu mengalami rasa takut atau cemas dalam situasi sosial karena khawatir mendapatkan penilaian negatif, dipermalukan, atau ditolak oleh orang lain. *American Psychiatric Association* (2013) menjelaskan bahwa kecemasan sosial ditandai dengan ketakutan yang menetap terhadap situasi sosial yang melibatkan kemungkinan dievaluasi oleh orang lain. Kondisi ini

dapat menghambat kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial serta menyesuaikan diri dengan lingkungannya. *World Health Organization* (2021) melaporkan bahwa gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang paling banyak dialami remaja. Di Indonesia, *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (2022)) juga menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental pada remaja masih menjadi perhatian sehingga memerlukan penanganan yang lebih serius.

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap munculnya kecemasan sosial pada remaja adalah lingkungan keluarga. Hal ini sejalan dengan Nayana (2013) yang menjelaskan bahwa keberfungsian keluarga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan remaja. Semakin baik kualitas hubungan dan keberfungsian keluarga, semakin baik pula kesejahteraan emosional remaja. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan maupun kehidupan anak dapat menyebabkan kondisi *fatherless*. *State of the World's Fathers* (2023) melaporkan

bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan di Indonesia masih relatif rendah. Sejalan dengan itu, Putri dan Widyorini (2025) menemukan bahwa rendahnya keterlibatan ayah berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan kecemasan sosial pada remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kurangnya peran ayah dapat meningkatkan kerentanan emosional selama masa remaja.

Salah satu faktor internal yang berperan dalam kecemasan sosial pada remaja adalah resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dan bangkit ketika menghadapi tekanan atau kesulitan (Masten, 2014). Remaja yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri, mengelola emosi, serta menghadapi tekanan sosial sehingga risiko mengalami kecemasan sosial menjadi lebih rendah.

Respons remaja terhadap kondisi *fatherless* juga tidak selalu sama. Sebagian remaja tetap mampu beradaptasi, mempertahankan kesejahteraan psikologis, dan menjalankan aktivitasnya secara

optimal meskipun memperoleh keterlibatan ayah yang terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa selain faktor risiko, terdapat faktor protektif yang dapat mengurangi dampak negatif *fatherless*, salah satunya adalah resiliensi. Resiliensi berkembang melalui kemampuan mengatur emosi, bersikap optimis, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, serta mampu menyelesaikan masalah secara adaptif (Reivich & Shatté, 2002).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecemasan sosial masih menjadi salah satu permasalahan psikologis yang banyak dialami oleh remaja. Penelitian Imaddudin dkk. (2023) menemukan bahwa 39,7% siswa SMA di Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya berada pada kategori risiko tinggi mengalami kecemasan sosial, sedangkan 45% lainnya berada pada kategori sedang. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Annisa dan Mariyati (2023), yang menunjukkan bahwa sebagian peserta didik berada pada kategori kecemasan sosial tinggi, terutama pada aspek *fear of negative evaluation*. Selain itu, Putri dan

Widyorini (2025) menemukan bahwa keterlibatan ayah memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan tingkat kecemasan pada remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah keterlibatan ayah dalam kehidupan anak, semakin tinggi kecenderungan remaja mengalami kecemasan sosial.

Studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 13 Medan menunjukkan bahwa sebagian peserta didik mengalami kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya, merasa cemas ketika berbicara di depan kelas, serta cenderung menghindari situasi sosial. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa peserta didik dengan kondisi *fatherless* mengalami minimnya komunikasi, perhatian, dan keterlibatan ayah sehingga merasa kurang memperoleh dukungan emosional. Kondisi tersebut disertai dengan kecenderungan munculnya kecemasan sosial serta rendahnya kemampuan dalam menghadapi tekanan.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan hasil studi pendahuluan tersebut, diketahui bahwa kecemasan sosial pada

remaja *fatherless* masih menjadi permasalahan yang perlu mendapat perhatian. Namun, penelitian yang mengkaji hubungan antara resiliensi dengan kecemasan sosial pada remaja *fatherless*, khususnya di SMA Negeri 13 Medan, masih perlu dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara resiliensi dengan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Desain korelasional dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat hubungan antara resiliensi (X) dan kecemasan sosial (Y) tanpa memberikan perlakuan ke subjek penelitian. Analisis hubungan kedua variabel dilakukan menggunakan bantuan program SPSS.

Populasi penelitian terdiri atas seluruh siswa kelas X dan seluruh siswa kelas XI di SMA Negeri 13 Medan yang berjumlah 400 siswa. Penentuan sampel, dilakukan dengan menggunakan teknik purposive

sampling dengan berdasarkan kriteria yaitu antara lain remaja yang masih memiliki ayah, tetapi memperoleh kasih sayang, dukungan emosional, perhatian, dan keterlibatan ayah yang terbatas dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian dilakukan screening awal untuk menentukan sampel yang memenuhi kriteria tersebut sehingga diperoleh sebanyak 135 remaja fatherless yang dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 22-29 Mei 2026.

Skala penelitian menggunakan skala resiliensi dan skala kecemasan sosial yang masing-masing terdiri atas 40 butir item pernyataan. Sebelum digunakan dalam penelitian, skala telah melalui uji coba kepada 31 siswa diluar dari populasi dan juga sampel penelitian. Kelayakan skala penelitian ditentukan melalui uji validitas dan reliabilitas sehingga skala resiliensi dan skala kecemasan sosial memenuhi syarat sebagai alat ukur penelitian.

Prosedur penelitian meliputi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Pada tahap persiapan, peneliti menyusun rancangan penelitian, kisi-kisi skala

penelitian. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan skala penelitian kepada seluruh sampel penelitian. Selanjutnya, pada tahap akhir dilakukan penskoran hasil tes, kemudian data diolah untuk dianalisis sesuai tujuan penelitian.

Teknik analisis data meliputi analisis deskriptif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat resiliensi dan kecemasan sosial pada remaja fatherless. Analisis inferensial diawali dengan uji prasyarat berupa uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas menggunakan *Test For Linearity*. Setelah seluruh prasyarat terpenuhi, hubungan antara kedua variabel dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, kemudian dilanjutkan dengan uji hipotesis pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$)

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran tingkat resiliensi dan kecemasan sosial pada siswa *fatherless*.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std Dev
I					
X	135	87	136	111,2	10,195
Y	135	92	146	120,1	10,026

Berdasarkan hasil analisis, resiliensi siswa *fatherless* memperoleh nilai minimum 87, nilai maksimum 136, nilai rata-rata (mean) sebesar 111,21 dan standar deviasi sebesar 10.195. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum resiliensi pada siswa *fatherless* berada pada kategori tinggi.

Sementara itu, kecemasan sosial siswa *fatherless* memperoleh nilai minimum 92, nilai maksimum 146, nilai rata-rata (mean) sebesar 120,17 dan standar deviasi sebesar 10.02649. Hal ini menunjukkan mayoritas siswa *fatherless* memiliki kecemasan sosial yang tinggi

Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji untuk mengetahui apakah memenuhi asumsi statistik. Uji normalitas dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Sig	Kesimpulan
X	0,841	Normal
Y	0,872	Normal

Hasil pengujian menunjukkan

nilai signifikansi sebesar 0,841 untuk variabel X dan 0,872 untuk variabel Y. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (0,841 dan 0,872 > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel resiliensi dan kecemasan sosial bersifat linear.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai Sig	Kesimpulan
X + Y	0,251	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *Deviation From Linearity* sebesar 0,251. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (0,251 > 0,05), maka hubungan kedua variabel dinyatakan linear sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan uji korelasi *Pearson*

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* untuk

mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kecemasan sosial.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r Hitung	Nilai Sig
X terhadap Y	-0,491	0,000

Hasil analisis menunjukkan nilai nilai signifikansi sebesar (0,000 ,< 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara resiliensi dan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,491 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Menurut Sugiyono (2015), nilai koefisien korelasi sebesar 0,491 berada pada kategori hubungan sedang. Tanda negatif (-) pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara resiliensi dan kecemasan sosial bersifat berlawanan arah. Artinya, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki remaja *fatherless*, maka semakin rendah tingkat kecemasan sosialnya. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi, maka semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami.

Sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Dengan demikian, terdapat

hubungan yang negatif dan signifikan antara resiliensi dengan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan.

Hasil penelitian

juga menunjukkan bahwa tingkat resiliensi pada remaja *fatherless* (X) di SMA Negeri 13 Medan berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Afriliani dkk (2025) menjelaskan bahwa resiliensi pada remaja *fatherless* dapat berkembang melalui komunikasi keluarga yang terbuka, dukungan emosional dari ibu maupun figur pengganti ayah, serta keterlibatan dalam berbagai aktivitas positif. Selain itu penelitian Putri dan Priyanggasari juga menemukan bahwa kondisi *fatherless* berpengaruh terhadap resiliensi remaja, sehingga keberadaan faktor-faktor protektif sangat diperlukan untuk membantu remaja menyesuaikan diri dan tetap berkembang secara positif dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Sedangkan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* (Y) di SMA Negeri 13 Medan juga berada pada kategori tinggi juga. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja *fatherless* memiliki

kemampuan yang baik dalam menghadapi dan beradaptasi dengan berbagai kesulitan yang dialami. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Bogels dan Phares (2008), yang menjelaskan bahwa rendahnya keterlibatan ayah berhubungan dengan meningkatnya resiko kecemasan sosial serta berbagai permasalahan penyesuaian sosial pada remaja. Selain itu Hu, Zhang dan Wang (2015), juga menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan negative dengan kecemasan, dimana individu yang memiliki resiliensi tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah karena mampu menghadapi berbagai tekanan sosial secara lebih adaptif.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan. Artinya, semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki remaja *fatherless*, maka semakin rendah tingkat kecemasan sosial yang mereka alami. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi, maka kecenderungan mengalami

kecemasan sosial akan semakin tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi berperan sebagai faktor protektif yang membantu remaja *fatherless* dalam mengelola tekanan emosional dan menghadapi berbagai situasi sosial secara lebih adaptif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan yang dilakukan oleh Hu Zhang dan Wang (2015), yang menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan negatif dengan kecemasan. Individu yang memiliki resiliensi tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan psikologis dan menghadapi berbagai situasi sosial secara adaptif sehingga tingkat kecemasannya lebih rendah. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Li dan Zheng (2025), yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *trait resilience* dan kecemasan sosial ($r = -0,486$; $p < 0,001$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi memiliki kemampuan regulasi emosi dan strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi situasi sosial,

sehingga kecemasan sosial yang dialami cenderung lebih rendah.

Temuan penelitian ini juga dapat dipahami dalam kondisi remaja *fatherless*. Menurut Lamb (2010), keterlibatan ayah memiliki peran penting dalam perkembangan emosional dan sosial remaja. Oleh karena itu, keterbatasan keterlibatan ayah dapat meningkatkan kerentanan remaja terhadap berbagai permasalahan psikologis, termasuk kecemasan sosial. Meskipun demikian, remaja yang memiliki resiliensi yang baik tetap mampu mengembangkan kemampuan untuk beradaptasi, mengelola emosi, serta menghadapi tekanan sosial secara lebih efektif. Hal ini menjelaskan mengapa dalam penelitian ini ditemukan hubungan negatif antara resiliensi dan kecemasan sosial, yaitu semakin tinggi resiliensi yang dimiliki remaja *fatherless*, maka semakin rendah kecemasan sosial yang mereka alami. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Sari dan Safitri (2020), yang menunjukkan bahwa rendahnya dukungan keluarga berkaitan dengan meningkatnya kecemasan serta kesulitan

penyesuaian sosial pada remaja *fatherless*

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa

1. Tingkat resiliensi pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan mayoritas berada pada kategori tinggi.
2. Tingkat kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan juga mayoritas berada pada kategori tinggi.
3. Hasil analisis menunjukkan bahwa resiliensi yang baik berkaitan dengan tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah.
4. Hasil uji korelasi *pearson product moment* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara resiliensi dan kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar -0,491 yang termasuk dalam kategori sedang. Arah hubungan yang

negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki remaja *fatherless*, maka semakin rendah tingkat kecemasan sosial yang dialaminya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi, maka semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami.

Dengan demikian, resiliensi merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap tingkat kecemasan sosial pada remaja *fatherless* di SMA Negeri 13 Medan. Oleh karena itu, pengembangan resiliensi perlu dioptimalkan sebagai salah satu upaya untuk menurunkan kecemasan sosial, sehingga remaja mampu mengelola emosi, beradaptasi dengan berbagai tantangan, serta membangun hubungan sosial yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriliani, A., Rahman, N., & Praptiningsih, N. A. (2025). Peran komunikasi keluarga dalam membangun resiliensi remaja madya *fatherless* di Jakarta Barat. *Communicology: Jurnal Ilmu Komunikasi*.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Annisa, R., & Mariyati, L. (2023). Profil kecemasan sosial siswa SMA di Sidoarjo. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 5(1).
- Bögels, S. M., & Phares, V. (2008). Dads' roles in the etiology, development, and maintenance of children's psychological problems. *Developmental Review*, 28(4), 552–578.
- Hurlock, E. B. (2011). *Developmental psychology* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Imaduddin, A. (2023). Tingkat kecemasan sosial pada siswa SMA di Indihiang District, Tasikmalaya City. *Psikoeduko: Jurnal Psikologi Edukasi dan Konseling*, 3(2).
- Indonesia National Adolescent Mental Health Survey. (2022). *Laporan kesehatan mental remaja Indonesia*. Kementerian Kesehatan n Republik Indonesia.
- Lamb, M. E. (2010). *The role of the father in child development* (5th ed.). Wiley.
- Li, Y., & Zheng, P. (2025). Trait resilience protects against social anxiety in college students through emotion regulation and coping

strategies. *Scientific Reports*,
15(1),

28143

.
<https://doi.org/10.1038/s41598-025-13674-0>

- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian keluarga dan *subjective well-being* pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 230–244.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v1i2.1580>
- Putri, D., & Widyorini, W. (2025). Keterlibatan ayah dan kecemasan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(1), 60–72.
- Putri, D. R., & Priyanggasari, A. T. S. (2024). *Fatherless*: Apakah mempengaruhi resiliensi pada remaja madya laki-laki? *Prosiding Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 8, 5398–5404.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence* (14th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, D. P., & Safitri, A. (2020). Dukungan keluarga dan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- State of the World's Fathers. (2023). *State of the world's fathers: Caring for those who care*. Promundo.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent mental health*. World Health Organization.
- Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18–27.