

Implementasi Program GATI terhadap Penguatan Kesehatan Mental Anak dalam Keluarga di Kota Padang

Zoya Anandhita Ifwan¹, Vioni Siti Nurhadijah², Nazifa Neysha Gumanti³,
Salsa Martavena⁴, Zhaskiah Amelia⁵, Delmira Syafrini^{6*}, Bunga Dinda Permata⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: delmirasyafrini@fis.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian ini menganalisis pengalaman remaja perempuan yang hidup dalam kondisi fatherless serta mengevaluasi relevansi Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) dalam mengurangi dampak psikologis dan sosial akibat ketidakhadiran ayah. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini ditujukan kepada remaja perempuan yang ayahnya mengikuti program GATI di Kota Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fatherless memengaruhi konsep diri, regulasi emosi, dan hubungan interpersonal perempuan dewasa awal. Program GATI dinilai relevan karena mampu meningkatkan keterlibatan ayah, memperbaiki pola komunikasi keluarga, dan memberikan edukasi mengenai peran ayah dalam perkembangan psikososial anak. Penelitian ini menarik karena tidak hanya menggambarkan dampak fatherless, tetapi juga menyoroti bagaimana program GATI dapat menjadi jembatan untuk membangun komunikasi yang lebih intim, hangat, dan efektif antara ayah dan anak.

Kata Kunci: Program GATI; Remaja wanita; Tanpa ayah.

Abstract

This study analyzes the experiences of adolescent girls living in fatherless conditions and evaluates the relevance of the Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) Program in reducing the psychological and social impacts of paternal absence. Using a descriptive qualitative approach, data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation. The informants in this study were adolescent girls whose fathers participated in the GATI program in Padang City. The findings indicate that fatherlessness affects self-concept, emotional regulation, and interpersonal relationships among young adult women. The GATI program is considered relevant as it enhances fathers' involvement, improves family communication patterns, and provides education regarding the role of fathers in children's psychosocial development. This study is significant because it not only describes the impacts of fatherlessness but also highlights how the GATI program can serve as a bridge to build more intimate, warm, and effective communication between fathers and their children.

Keywords: Early adult women; Fatherlessness, father involvement, GATI program.

How to Cite: Ifwan, Z. A. et al. (2025). Implementasi Program GATI terhadap Penguatan Kesehatan Mental Anak dalam Keluarga di Kota Padang. *Social Empirical: Prosiding Berkala Ilmu Sosial*, Vol. 2 No. 2 Tahun 2025. (pp. 407-414). Padang: Universitas Negeri Padang.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2025 by author.

Pendahuluan

Kehadiran orang tua, baik ibu maupun ayah, merupakan aspek fundamental dalam perkembangan karakter dan kesehatan mental anak. Ayah memiliki peran strategis sebagai figur teladan, pelindung, pemberi dukungan emosional, serta model relasi dengan lawan jenis, khususnya bagi anak perempuan ([Azizah et al, 2025](#); [Dewi et al 2025](#)). Namun, tidak semua ayah mampu menjalankan peran tersebut secara optimal. Fenomena ketidakhadiran ayah, baik secara fisik maupun emosional, atau yang dikenal sebagai *fatherless*, menjadi isu yang semakin menonjol di berbagai negara, termasuk Indonesia ([Mulyana, 2022](#); [Nata, 2025](#)). Ketidakhadiran ayah dapat memicu ketidakseimbangan psikologis yang berpengaruh terhadap pola pikir, emosi, dan hubungan sosial anak.

Indonesia tercatat sebagai salah satu negara dengan angka *fatherless* tertinggi di dunia. *Fatherless* tidak hanya merujuk pada ketiadaan ayah secara fisik, tetapi juga minimnya keterlibatan emosional dan kualitas interaksi. Kategori *fatherless* bahkan mencakup ayah yang secara fisik berada di rumah, tetapi tidak terlibat secara emosional dalam pengasuhan. Dampaknya meliputi rendahnya harga diri, lemahnya kontrol diri, kecemasan, hingga kesulitan membangun relasi yang sehat, terutama pada anak perempuan. Kedekatan ayah anak berperan penting dalam membentuk kemampuan berpikir rasional, pengambilan keputusan, serta pemilihan pasangan di masa dewasa.

Data nasional menunjukkan bahwa dari 79,4 juta anak Indonesia, jutaan diantaranya tumbuh tanpa peran ayah yang memadai, baik karena tidak tinggal bersama ayah maupun karena ayah memiliki beban kerja ekstrem yang membatasi interaksi keluarga. Di sisi lain, tingginya laporan kasus kekerasan terhadap anak menunjukkan lemahnya kualitas pengasuhan keluarga. Pada tingkat lokal, data tahun 2024 menunjukkan bahwa persentase remaja dengan kesehatan mental kurang baik cukup tinggi dan dipengaruhi pola asuh yang tidak responsif, pengalaman bullying, serta penggunaan gawai yang tidak terkontrol. Data ini menegaskan perlunya intervensi yang memperkuat peran ayah sebagai figur emosional yang stabil.

Namun, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa fenomena *fatherless* tidak selalu tampak dalam bentuk ketiadaan fisik. Banyak anak menyampaikan bahwa ayah mereka hadir, tetapi kehadirannya terasa “kosong”. Mereka memiliki ayah secara status, tetapi tidak merasakan hubungan emosional yang hangat, tidak mendapatkan validasi, serta tidak merasakan dukungan yang dibutuhkan dalam pengembangan psikologis ([Desalinda & Karneli, 2021](#)). Anak-anak dari figur ayah seperti ini biasanya menggambarkan interaksi yang terbatas, komunikasi yang kaku, serta hubungan yang terasa jauh meskipun berada dalam rumah yang sama. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara gambaran teoritis tentang peran ayah yang ideal dengan kondisi nyata yang dialami anak-anak di beberapa keluarga.

Dalam konteks kesehatan mental, kondisi *father present but emotionally absent* memberikan dampak yang tidak kalah signifikan dibandingkan *fatherless* secara fisik. Anak yang tumbuh dengan figur ayah yang tidak responsif secara emosional lebih rentan mengalami kerentanan psikologis seperti rendahnya konsep diri, kesulitan mengelola emosi, kecemasan, hingga pola hubungan romantis yang tidak sehat di masa dewasa. Pada perempuan dewasa awal, dinamika ini menjadi lebih kompleks karena masa perkembangan ini merupakan fase pencarian identitas diri, stabilitas emosi, serta pembentukan relasi intim yang sehat.

Penelitian-penelitian sebelumnya banyak berfokus pada dampak *fatherless* terhadap perilaku, prestasi akademik, dan relasi sosial anak. Beberapa penelitian menekankan aspek perkembangan moral, kontrol diri, dan prestasi sekolah. Namun, penelitian yang secara spesifik menggali dampaknya terhadap kesehatan mental perempuan dewasa awal masih terbatas. Belum banyak penelitian yang menghubungkan pengalaman *fatherless* dengan dinamika konsep diri, regulasi emosi, dan pola hubungan antara anak dan ayah. Menurut Lismomon Nata (Ketua Pokja Pengembangan Program Bina Ketahanan Remaja, Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga/BKKBN), Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) adalah salah satu Quick Win dari BKKBN yang mengingatkan kita betapa pentingnya peran seorang ayah maupun calon ayah dalam kehidupan keluarga. Seorang ayah bukan hanya hadir secara fisik, tetapi juga dengan kasih sayang, bimbingan, dan teladan yang menguatkan anak-anaknya.

Melalui Sosialisasi Edukasi GATI di sekolah, Duta Genre Kota Padang 2025 ingin mengajak teman-teman semua untuk sama-sama belajar, memahami, dan menyadari bahwa hadirnya sosok ayah, tapi juga tentang bagaimana kita tumbuh dengan dukungan, cinta, dan keteladanan dari orang tua-khususnya seorang ayah. Mari bersama kita wujudkan harapan itu, dimulai dari langkah kecil yang kita pahami hari ini. Tujuan Program GATI adalah meningkatkan peran ayah menjadi langkah penting dalam membangun keluarga yang berkualitas, dengan mendorong ayah untuk terlibat secara aktif baik secara fisik maupun emosional dalam mendidik, melindungi, dan mengasuh anak ([Fatimah et al, 2025](#)). Keterlibatan ini sekaligus menjadi jawaban atas tantangan fenomena *fatherless*, yaitu ketidakhadiran figur ayah yang berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan psikologis dan pembentukan karakter anak ([Fajarrini & Umam, 2023](#)). Melalui penguatan peran ayah yang seimbang dengan peran ibu, diharapkan tercipta budaya

pengasuhan yang setara, harmonis, dan suportif, sehingga mampu menumbuhkan generasi yang sehat secara mental, emosional, dan sosial.

Implementasi Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) di Kota Padang dilaksanakan melalui berbagai kegiatan sosialisasi dan penguatan kapasitas keluarga yang melibatkan lintas sektor. Salah satu bentuk kegiatan utama adalah sosialisasi di lingkungan sekolah yang dilakukan melalui peran Duta Generasi Berencana (Genre) bersama dinas terkait. Kegiatan ini menyasar remaja dan calon orang tua dengan tujuan memberikan edukasi mengenai pentingnya peran ayah dalam keluarga sejak tahap perencanaan kehidupan berkeluarga, sebagaimana yang dilakukan oleh Duta Genre Kota Padang tahun 2025.

Selain itu, DP3AP2KB Kota Padang juga berperan aktif dalam pengukuhan dan sosialisasi GATI kepada kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR). Melalui kegiatan ini, para orang tua, khususnya ayah, diberikan pemahaman mengenai pola pengasuhan yang responsif, komunikasi efektif dalam keluarga, serta pentingnya keterlibatan ayah dalam mendampingi tumbuh kembang anak dan remaja. Sosialisasi ini tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga persuasif, dengan mendorong perubahan pola pikir dan perilaku ayah agar lebih terlibat dalam kehidupan keluarga sehari-hari. Dengan pendekatan tersebut, implementasi GATI di Kota Padang diharapkan mampu memperkuat ketahanan keluarga serta meminimalkan dampak fenomena fatherless di masyarakat.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan studi kasus, karena pendekatan ini dinilai paling sesuai untuk memahami secara mendalam pengalaman perempuan dewasa awal yang menghadapi kondisi fatherless. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menangkap dinamika hubungan ayah-anak, pengalaman emosional, serta pola interaksi yang terbentuk secara natural dari sudut pandang informan. Penelitian ini dilaksanakan di Kota Padang selama dua minggu, dengan teknik pengumpulan data dilakukan secara daring. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada relevansinya dengan karakteristik informan serta keterkaitan dengan implementasi Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI). Informan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria perempuan berusia 18–25 tahun (dewasa awal), berdomisili di Kota Padang, dan memiliki pengalaman minim keterlibatan ayah (fatherless), baik secara fisik maupun emosional. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipatif, wawancara tertulis, dan dokumentasi. Instrumen utama penelitian berupa Google Form yang berisi kombinasi pertanyaan tertutup, skala sikap, dan pertanyaan esai terbuka. Melalui instrumen ini, peneliti menggali pengalaman informan terkait fatherless, dinamika relasi ayah-anak, serta persepsi informan mengenai perubahan perilaku ayah setelah terpapar Program GATI.

Observasi non-partisipatif dilakukan secara tidak langsung melalui pemantauan respons informan selama periode pengisian Google Form. Observasi ini bertujuan untuk mengamati pola jawaban, ekspresi naratif, serta kecenderungan sikap yang muncul secara alami dari pengalaman informan. Akses formulir dibuka selama 24 jam, sehingga setiap respons yang masuk dapat langsung dicatat, dianalisis, dan dikelompokkan ke dalam tema-tema awal. Dokumentasi penelitian meliputi transkrip hasil pengisian kuesioner, catatan lapangan peneliti, serta data pendukung lain yang diperoleh dari tahap identifikasi awal informan.

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar informan menilai adanya peningkatan pemahaman ayah mengenai peran mereka setelah mengakses materi Program GATI. Informan menyampaikan bahwa ayah mulai menyadari bahwa peran ayah tidak hanya sebatas pencari nafkah, tetapi juga sebagai figur penting dalam pembentukan emosi, mental, dan perilaku anak. Beberapa ayah juga menunjukkan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya pencegahan stunting sebagai bagian dari tanggung jawab keluarga, tidak hanya dari aspek fisik, tetapi juga perkembangan kognitif anak. Selain peningkatan pemahaman, data juga menunjukkan adanya perubahan sikap pada sebagian ayah, seperti meningkatnya keterlibatan dalam pengasuhan, komunikasi yang lebih terbuka, serta perhatian emosional terhadap anak. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan sejumlah kendala, antara lain keterbatasan waktu akibat tuntutan pekerjaan, minimnya pengalaman pengasuhan sebelumnya, serta pengaruh norma gender tradisional yang masih menempatkan pengasuhan sebagai tanggung jawab utama ibu. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik, melalui proses pengelompokan tema yang dilakukan secara berkelanjutan sejak tahap pengumpulan data hingga penarikan kesimpulan. Proses ini bertujuan untuk menghasilkan gambaran pengalaman informan yang utuh, mendalam, dan kontekstual.

Hasil dan Pembahasan

Fenomena fatherless yang dijelaskan dalam temuan penelitian ini memperlihatkan betapa pentingnya kehadiran emosional seorang ayah dalam perkembangan psikologis anak. Ketika absensi emosional ayah berdampak pada konsep diri, regulasi emosi, serta hubungan interpersonal perempuan dewasa awal, maka dibutuhkan bentuk intervensi keluarga yang mampu menjawab kebutuhan emosional tersebut secara langsung. Temuan ini sejalan dengan penelitian [Rachmanulia & Dewi \(2023\)](#) serta [Junaidin et al. \(2023\)](#) yang menunjukkan bahwa pengalaman fatherless pada perempuan dewasa awal berkaitan erat dengan rendahnya rasa aman emosional, kecemasan relasional, dan kesulitan membangun kelekatan yang sehat. Oleh karena itu, intervensi yang menekankan kehadiran emosional ayah menjadi sangat relevan dalam konteks ini. Di sinilah Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) memiliki posisi strategis karena nilai-nilai dan praktik yang ditawarkan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk memulihkan, memperbaiki, dan memperkuat kelekatan ayah-anak.

Program GATI tidak hanya memberikan konsep atau arahan teoretis, tetapi menawarkan contoh konkret keterlibatan ayah yang dapat dilakukan dalam rutinitas sehari-hari. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan [Mulyana \(2022\)](#) yang menegaskan bahwa peran ayah dalam pengasuhan tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga emosional dan relasional. Mengacu pada temuan penelitian bahwa kebutuhan validasi emosional, kestabilan relasi, dan kehadiran yang konsisten merupakan faktor krusial bagi individu yang mengalami fatherless, maka implementasi GATI menjadi bentuk respons langsung yang menjembatani kebutuhan tersebut. Hal ini juga diperkuat oleh [Lubis \(2022\)](#) yang menyatakan bahwa keterlibatan ayah secara aktif dalam aktivitas keseharian anak berkontribusi terhadap pembentukan kesehatan mental dan ketahanan emosional anak. Dengan demikian, praktik-praktik yang ditawarkan dalam GATI memberikan pemahaman dan motivasi kepada para ayah melalui edukasi, kampanye, dan contoh nyata, seperti kehadiran ayah mengantar anak sekolah, agar mereka menyadari pentingnya peran mereka dalam perkembangan anak.

Sebaya (Sekolah Bersama Ayah)

Implementasi pertama yang berkaitan langsung dengan nilai inti Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) adalah rutinitas ayah yang mengantarkan anak ke sekolah setiap pagi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa salah satu dampak terbesar fatherless adalah hilangnya rasa aman emosional dan melemahnya konsep diri akibat minimnya validasi dari figur ayah. Rutinitas pagi ini menjadi bentuk konkret kehadiran emosional ayah yang konsisten dan bermakna bagi anak. Kutipan ini menunjukkan bahwa kebiasaan ayah mengantarkan anak ke sekolah tidak hanya sekadar menjalankan tugas orang tua, tetapi juga menjadi momen penting untuk membangun kedekatan. Percakapan ringan yang terjadi secara rutin membuat anak merasa diperhatikan dan didampingi oleh ayahnya. Keterlibatan ayah dalam aktivitas sehari-hari anak memiliki peran penting dalam membangun kedekatan emosional. Salah satu bentuk keterlibatan tersebut adalah mengantarkan anak ke sekolah. Aktivitas ini dapat dimaknai sebagai simbol kehadiran dan kepedulian ayah dalam kehidupan anak. Rutinitas pagi yang dilakukan secara berulang menciptakan ruang komunikasi sederhana namun bermakna antara ayah dan anak. Dalam konteks Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI), praktik ini mencerminkan upaya ayah untuk hadir secara konsisten dan terlibat langsung dalam pengasuhan anak.

"... Waktu saya masih sekolah, ayah hampir setiap pagi nganter ke sekolah. Di jalan kami sering ngobrol hal-hal ringan, kadang soal sekolah, kadang cuma bercanda. Dari situ saya ngerasa dekat sama ayah dan nggak sungkan buat cerita. Sampai sekarang hubungan kami tetap dekat..." (AR, 19 tahun).

Berdasarkan hasil wawancara di atas peneliti menemukan bahwa konteks Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI), keterlibatan ayah dalam rutinitas pagi merupakan bentuk implementasi nyata dari kehadiran ayah dalam kehidupan anak. Meskipun terlihat sederhana, aktivitas ini memiliki makna komunikasi yang kuat. Ayah tidak hanya hadir secara fisik, tetapi juga membuka ruang interaksi yang memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah. Rutinitas mengantar ke sekolah menciptakan waktu khusus antara ayah dan anak yang jarang terganggu oleh aktivitas lain. Situasi ini membuat anak merasa nyaman untuk berbicara dan mengekspresikan perasaan atau pikirannya. Dalam jangka panjang, kebiasaan ini membantu membangun rasa percaya dan keterbukaan, sehingga anak tidak melihat ayah sebagai figur yang jauh atau hanya berperan sebagai pencari nafkah. Temuan ini menunjukkan bahwa Program GATI berhasil mendorong ayah untuk terlibat dalam aktivitas harian anak yang berdampak pada hubungan emosional. Kehadiran ayah secara konsisten di pagi hari juga memberi pesan simbolik bahwa anak adalah prioritas, sehingga membantu mengurangi risiko hubungan ayah-anak yang renggang atau fatherless secara emosional.

Ayah yang Selalu di Rumah Saat Weekend dan Bermain dengan Anak-Anaknya

Implementasi kedua mencerminkan nilai keterlibatan emosional dan interaksi penuh perhatian yang menjadi inti Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI). Temuan penelitian menunjukkan bahwa informan mengalami kesulitan dalam regulasi emosi, kecenderungan overthinking, serta ambivalensi antara

kemandirian ekstrem dan ketergantungan emosional yang tinggi. Pola ini terbentuk sebagai dampak dari minimnya pengalaman interaksi emosional yang hangat dan konsisten dengan figur ayah. Pengalaman informan memperlihatkan bahwa kehadiran ayah di akhir pekan memberikan kesempatan untuk berinteraksi lebih santai. Aktivitas bermain dan kebersamaan tersebut membuat hubungan ayah dan anak terasa lebih hangat dan tidak berjarak. Akhir pekan menjadi momen penting bagi ayah untuk membangun hubungan yang lebih dekat dengan anak. Kehadiran ayah di rumah pada waktu tersebut dapat diartikan sebagai bentuk komitmen untuk meluangkan waktu berkualitas bersama keluarga. Aktivitas bermain bersama anak menciptakan suasana yang santai dan tidak formal, sehingga memudahkan terjadinya interaksi yang lebih terbuka. Dalam Program GATI, keterlibatan ayah di akhir pekan menjadi salah satu cara untuk memperkuat hubungan emosional melalui kebersamaan yang menyenangkan:

"...Setiap weekend ayah lebih sering di rumah. Kami biasanya main bareng atau nonton bareng. Dari kecil sampai sekarang, saya ngerasa ayah itu dekat dan nggak kaku. Kalau ada masalah, saya lebih nyaman cerita ke ayah..." (DN, 22 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara di atas peneliti menemukan bahwa akhir pekan menjadi waktu yang penting dalam implementasi Program GATI karena ayah memiliki kesempatan lebih besar untuk terlibat secara langsung dengan anak. Aktivitas bermain bersama anak bukan hanya bertujuan untuk menghibur, tetapi juga menjadi media komunikasi yang efektif, terutama bagi anak. Melalui bermain, ayah dan anak dapat berinteraksi tanpa tekanan, sehingga tercipta suasana yang akrab dan setara. Dalam kondisi ini, anak tidak merasa dihakimi atau dibatasi, melainkan merasa diterima. Hubungan yang terbangun melalui kebersamaan di akhir pekan ini berkontribusi pada terbentuknya ikatan emosional yang kuat. Dari sudut pandang komunikasi keluarga, praktik ini memperlihatkan adanya komunikasi nonformal yang justru lebih bermakna. Ayah hadir sebagai teman sekaligus figur yang dapat dipercaya. Hal ini sejalan dengan tujuan GATI, yaitu membentuk sosok ayah yang terlibat aktif dalam kehidupan anak, bukan hanya pada aspek disiplin, tetapi juga pada aspek emosional dan sosial. Dengan demikian, kehadiran ayah di rumah saat akhir pekan menjadi salah satu bentuk nyata pencegahan fatherless secara emosional, karena anak tetap merasakan perhatian dan kedekatan ayah meskipun ayah memiliki kesibukan kerja.

Ayah yang Meluangkan Waktu Bersama Keluarga

Implementasi ketiga menekankan komitmen ayah untuk hadir secara psikologis di dalam dinamika keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami fatherless cenderung memiliki pola hubungan interpersonal yang ditandai oleh ketakutan ditinggalkan serta sikap hiper waspada terhadap ketidakpastian relasi. Pola ini terbentuk dari pengalaman masa kanak-kanak dalam keluarga dengan model kehadiran ayah yang tidak stabil. Melalui implementasi Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI), waktu bersama keluarga menjadi ruang korektif yang mampu memperbaiki model mental tersebut. Ketika ayah secara aktif melibatkan diri dalam aktivitas keluarga, seperti makan bersama, berbincang santai, atau terlibat dalam kegiatan rumah tangga sehari-hari, ia menghadirkan konsistensi emosional yang sangat dibutuhkan anak. Kehadiran yang berulang ini membantu anak membangun pemahaman baru bahwa relasi tidak selalu identik dengan ancaman kehilangan. Meluangkan waktu bersama keluarga, seperti makan bersama, menjadi sarana penting dalam membangun komunikasi dan kedekatan emosional dalam keluarga. Kebersamaan keluarga merupakan elemen penting dalam membangun komunikasi yang sehat. Ayah yang meluangkan waktu bersama keluarga menunjukkan keterlibatan emosional yang berkelanjutan. Aktivitas sederhana seperti makan bersama dapat dimaknai sebagai ruang untuk saling berbagi cerita dan memperkuat ikatan antar anggota keluarga. Dalam pelaksanaan Program GATI, praktik ini mencerminkan peran ayah sebagai figur yang hadir, mendengarkan, dan menghargai setiap anggota keluarga.

"...Ayah selalu nyempetin waktu buat makan bareng keluarga. Di situ kami biasanya ngobrol dan saling cerita. Saya ngerasa pendapat saya didengar dan dihargai. Kebiasaan itu bikin keluarga kami terasa lebih hangat..." (MS, 24 tahun)

Melalui Program GATI, ayah didorong untuk tidak hanya hadir dalam momen besar, tetapi juga dalam aktivitas keluarga sehari-hari. Waktu kebersamaan seperti makan bersama menjadi ruang komunikasi keluarga yang memungkinkan setiap anggota keluarga untuk saling berbagi cerita dan pengalaman. Kehadiran ayah dalam momen tersebut menunjukkan komitmen untuk terlibat secara aktif dalam kehidupan keluarga. Anak merasa dihargai karena pendapatnya didengar, sehingga tumbuh rasa percaya diri dan rasa aman dalam lingkungan keluarga. Hal ini penting dalam pembentukan karakter dan kesehatan emosional anak. Dari perspektif ilmu komunikasi, praktik ini mencerminkan pola komunikasi keluarga yang terbuka dan partisipatif. Ayah tidak bersikap dominan, melainkan hadir sebagai pendengar dan penengah. Implementasi GATI melalui kebiasaan meluangkan waktu bersama keluarga ini memperkuat ikatan antar

anggota keluarga dan menciptakan suasana yang suportif. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa Program GATI berperan dalam meningkatkan kualitas hubungan keluarga. Ayah tidak hanya diposisikan sebagai kepala keluarga, tetapi juga sebagai figur yang dekat, peduli, dan komunikatif. Hal ini menjadi faktor penting dalam mencegah terjadinya jarak emosional antara ayah dan anak.

Ketiga bentuk implementasi tersebut menunjukkan bahwa Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) tidak hanya berperan sebagai program penguatan peran ayah, tetapi juga sebagai bentuk intervensi psikososial yang efektif dalam meminimalkan dampak fatherless. Berdasarkan pengalaman dan refleksi para informan, fatherless tidak selalu terjadi karena ketiadaan ayah secara fisik, melainkan juga akibat kurangnya keterlibatan emosional dan komunikasi dalam keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi fatherless mempengaruhi konsep diri anak, terutama dalam hal rasa percaya diri dan perasaan dihargai (Majid & Abdullah, 2024). Melalui implementasi GATI, seperti mengantarkan anak ke sekolah, menghabiskan waktu di akhir pekan, dan meluangkan waktu bersama keluarga, ayah hadir sebagai figur yang memberi perhatian dan dukungan. Kehadiran ini membantu anak membangun pandangan positif terhadap dirinya. Selain itu, fatherless juga berdampak pada kemampuan anak dalam mengelola emosi. Kurangnya kedekatan dengan ayah dapat membuat anak sulit mengekspresikan perasaan. Keterlibatan ayah yang konsisten melalui aktivitas sederhana membuka ruang komunikasi yang aman dan nyaman bagi anak. Dampak lain fatherless terlihat pada pola hubungan interpersonal. Anak yang memiliki hubungan dekat dengan ayah cenderung lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian, GATI tidak hanya bersifat normatif, tetapi mendorong praktik nyata yang berkontribusi pada hubungan ayah anak yang lebih sehat dan suportif.

Rutinitas harian seperti mengantarkan anak ke sekolah dipahami informan sebagai bentuk validasi emosional yang membantu anak merasa diakui, diperhatikan, dan didampingi sebelum menghadapi aktivitas sehari-hari (Rosenthal, 2010). Aktivitas bermain bersama ayah pada akhir pekan menjadi sarana pembelajaran emosi yang aman, di mana anak dapat merasakan kelekatan tanpa tekanan serta melihat contoh ekspresi emosi yang sehat dari figur ayah. Sementara itu, waktu berkualitas bersama keluarga memperkuat rasa aman dan kelekatan emosional yang sebelumnya hilang atau tidak terbentuk akibat absennya ayah, sebagaimana tercermin dalam pengalaman informan yang menilai kehadiran ayah di rumah mampu mengurangi ketakutan akan ditinggalkan. Dengan demikian, GATI tidak hanya menjawab kebutuhan emosional yang selama ini terabaikan pada individu yang mengalami fatherless, tetapi juga menghadirkan pengalaman relasional korektif yang mampu memperbaiki luka emosional masa lalu. Kehadiran ayah yang konsisten, hangat, dan penuh perhatian menjadi fondasi baru bagi anak dalam membangun konsep diri yang lebih positif, regulasi emosi yang lebih stabil, serta hubungan interpersonal yang lebih aman di masa dewasa.

Penelitian ini menegaskan bahwa fenomena fatherless tidak hanya berkaitan dengan ketidakhadiran ayah secara fisik, tetapi juga mencakup absennya kehadiran emosional, psikologis, dan relasional dalam kehidupan anak. Berdasarkan temuan lapangan melalui wawancara mendalam dan observasi, perempuan dewasa awal yang tumbuh dalam kondisi fatherless menunjukkan berbagai dampak psikososial, terutama pada aspek konsep diri, regulasi emosi, serta hubungan interpersonal. Anak cenderung mengalami rasa tidak aman, kecemasan berlebih, kesulitan mengekspresikan emosi, serta ketakutan akan ditinggalkan dalam relasi dekat (Salsabilla & Hakim, 2010; Sandy, 2024).

Dalam konteks tersebut, Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) dinilai memiliki relevansi yang kuat sebagai bentuk intervensi berbasis keluarga. Temuan lapangan menunjukkan bahwa keterlibatan ayah yang meningkat setelah mengikuti program GATI membawa perubahan nyata dalam dinamika hubungan ayah dan anak. Perubahan ini tidak selalu bersifat besar atau dramatis, melainkan hadir melalui aktivitas sederhana namun konsisten, seperti mengajak anak berbincang, meluangkan waktu bersama keluarga, serta menunjukkan perhatian emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu temuan penting penelitian adalah bahwa kehadiran emosional ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap rasa aman anak (Sundari & Herdajani, 2013). Anak yang merasakan ayahnya hadir secara psikologis menjadi lebih berani mengekspresikan perasaan, lebih terbuka dalam komunikasi, serta lebih stabil secara emosional. Validasi emosional yang diberikan ayah melalui mendengarkan, memberikan response empatik, dan menunjukkan ketertarikan terhadap pengalaman anak membantu memperbaiki luka emosional yang sebelumnya terbentuk akibat fatherless. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan akan figur ayah tetap relevan, bahkan hingga anak memasuki usia remaja dan dewasa awal.

Penelitian juga menemukan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi pada pembentukan konsep diri yang lebih positif. Anak yang memperoleh perhatian, apresiasi, dan dukungan dari ayah cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik dan memandang dirinya sebagai individu yang berharga. Sebaliknya, minimnya validasi dari figur ayah selama masa tumbuh kembang sering kali membuat anak meragukan kemampuan diri dan bergantung pada pengakuan dari pihak luar. Melalui GATI, ayah didorong untuk

menjadi teladan, pendukung, dan pendamping dalam proses perkembangan anak, bukan hanya sebagai pencari nafkah.

Selain itu, kualitas komunikasi keluarga juga mengalami peningkatan. Temuan lapangan menunjukkan bahwa ayah yang sebelumnya cenderung pasif atau kaku dalam berkomunikasi mulai membangun interaksi yang lebih hangat dan terbuka setelah mengikuti program GATI. Komunikasi yang lebih empatik ini menciptakan suasana rumah yang lebih aman secara emosional dan memperkuat ikatan keluarga. Anak merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah, serta memiliki ruang yang aman untuk berbagi cerita dan perasaan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia merupakan intervensi yang efektif dan kontekstual dalam merespons dampak fatherless di Indonesia. GATI tidak hanya meningkatkan kesadaran ayah mengenai peran emosional mereka, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam keluarga. Dengan memperkuat kehadiran emosional ayah, program ini berkontribusi dalam menciptakan hubungan keluarga yang lebih hangat, stabil, dan suportif, serta menjadi pondasi penting bagi perkembangan psikososial anak di masa depan.

Simpulan

Program Gerakan Ayah Teladan Indonesia (GATI) terbukti relevan dan efektif dalam membantu mengurangi dampak fatherless pada perempuan dewasa awal. Fatherless tidak hanya berkaitan dengan ketidakhadiran fisik ayah, tetapi juga minimnya keterlibatan emosional dan komunikasi yang berdampak pada perkembangan psikologis anak. Melalui peningkatan keterlibatan ayah secara konsisten, GATI mampu memperkuat hubungan ayah anak, meningkatkan rasa aman, konsep diri, serta kestabilan emosi anak. Meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan waktu dan pengaruh lingkungan, temuan penelitian menunjukkan bahwa kehadiran emosional ayah tetap memberikan dampak positif yang signifikan. Oleh karena itu, GATI tidak hanya berfungsi sebagai program pendukung keluarga, tetapi juga sebagai upaya strategis dalam membangun kesadaran ayah terhadap perannya dalam pengasuhan. Penelitian ini menegaskan bahwa dampak fatherless dapat diminimalkan melalui peran ayah yang lebih aktif, sadar, dan berkelanjutan dalam kehidupan anak.

Rujukan

- Azizah, S. N. L., Khamidah, I., Dianti, F. A. K., & Hakamah, Z. (2025). Meneguhkan Peran Ayah melalui Tafsir QS. Luqmān: 13–18 sebagai Solusi Fenomena Fatherless di Era Modern: Analisis Tafsir Maqāsidī. *Canon Religia*, 2(2), 235–248.
- Dasalinda, D., & Karneli, Y. (2021). Hubungan fatherless dengan penyesuaian sosial remaja implementasi pelaksanaan layanan bimbingan konseling di sekolah. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 98–105.
- Dewi, A. M., Lutfbis, A. A., & Susanto, A. D. (2025). Hubungan Peran Keterlibatan Ayah Tentang Support System Terhadap Kejadian Self Esteem Pada Remaja di RW 012 Karang Sari Kota Tangerang. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(10), 77–81.
- Fajarrini, A., & Umam, A. N. (2023). Dampak fatherless terhadap karakter anak dalam pandangan islam. *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 20–28.
- Fatimah, S., Raya, A. T., & Saihu, M. (2025). Pendidikan humanisme Berbasis Person Centered Therapy dalam Mengatasi Perundungan : Perspektif Al- Qur ' an. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 100–110.
- Junaidin, J., Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). Kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa awal yang mengalami fatherless. *Journal on Education*, 5(4), 16649–16658.
- Kurniati, N., Rejeki, S., Nizar, M., Purwanti, O. S., & Fitria, C. N. (2023). Pengaruh pola asuh orang tua “toxic parents” bagi kesehatan mental anak sanggar bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(2), 157–166.
- Lubis, S. (2022). Pandemi dan era digital: Peran ayah terhadap kebutuhan pendidikan dan psikologis anak. *Alhamra Jurnal Studi Islam*, 1–9.
- Majid, I. A., & Abdullah, M. N. A. (2024). Melangkah Tanpa Penuntun: Mengeksplorasi Dampak Kehilangan Ayah Terhadap Kesehatan Mental Dan Emosional Anak-Anak. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*, 3(2), 176–186.
- Mulyana, I. (2022). *Keistimewaan Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Nata, L. (2025). Membumikan Gerakan Ayah Teladan Indonesia. artikel sumbarsatu.com

-
- Rachmanulia, N., & Dewi, K. S. (2023). Dinamika psikologis pada anak perempuan dengan fatherless di usia dewasa awal: Studi fenomenologis. *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia*, 4, 88–98.
- Rahma, G., Hasnah, F., & Alhamda, S. (2024). Determinan Kesehatan Mental Pada Remaja Usia 11-18 Tahun di Kota Padang. *JIK: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 290–297.
- Rahmadani, A. S., Lastiana, R., Anggraeni, R., & Zenobia, Z. Z. (2024). Pengaruh Pola Pengasuhan Anak Tanpa Orang Tua Terhadap Keamanan dan Kesehatan Mental: Dampak dari penggunaan pengasuh tanpa kehadiran orang tua terhadap keamanan dan kesehatan mental anak usia dini. *ALMURTAJA: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 1–6.
- Rosenthal, S. S. (2010). *The unavailable father: seven ways women can understand, heal, and cope with a broken father-daughter relationship*. John Wiley & Sons.
- Salsabila, S., & Hakim, L. (2020). Pengaruh peran ayah terhadap self esteem mahasiswa di universitas teknologi sumbawa. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi Dan Pendidikan*, 3(1), 24–30.
- Sandy, Z. (2024). *Analisis Dampak fatherless Terhadap Perkembangan Sosial Remaja di SMKN 3 Padang. Universitas Putra Indonesia" YPTK" Padang*.
- Sundari, A. R., & Herdajani, F. (2013). Dampak fatherless terhadap perkembangan psikologis anak. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*.