

HUBUNGAN POLA ASUH OTORITER DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA

Dyah Putri Sekar Utami¹, Erny Hidayati²
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan
Jalan Kapas No.9 Semaki Yogyakarta 55166
1dyahputrisekarutami@gmail.com

2

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan, jumlah sampel 70 orang yang diambil menggunakan teknik *incidental sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan alat ukur berupa skala pola asuh otoriter dan skala kesejahteraan psikologis. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis *korelasi product moment* dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for Windows*. Hasil analisis menghasilkan nilai $r = -0,495$ yang berarti ada hubungan negatif yang signifikan antara variabel pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis, dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dan sumbangan efektif yang diberikan sebesar 24,5%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pola asuh otoriter maka semakin rendah kesejahteraan psikologis, sebaliknya jika semakin rendah pola asuh otoriter maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis.

Kata kunci : Pola Asuh Otoriter, Kesejahteraan Psikologis, Mahasiswa.

THE RELATIONSHIP BETWEEN AUTHORITARIAN PARENTING PATTERNS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENTS

Dyah Putri Sekar Utami¹, Erny Hidayati²
Faculty of Psychology Ahmad Dahlan University
Kapas street No.9 Semaki Yogyakarta 55166
1dyahputrisekarutami@gmail.com

2

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between authoritarian parenting and psychological well-being in college students. This study used student subjects at Ahmad Dahlan University, the number of samples that the researchers examined were 70 people who were taken using incidental sampling techniques. The research method used is a quantitative research method using a measuring instrument in the form of an authoritarian parenting scale and a psychological well-being scale. Data analysis in this study used product moment correlation analysis techniques with the help of Statistical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for Windows. The results of the analysis yield a value of $r = -0.495$, which means that there is a significant negative relationship between authoritarian parenting and psychological well-being, with a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) and an effective contribution of 24.5%. Based on the results of the study, it can be concluded that the higher the authoritarian parenting style, the lower the psychological well-being, conversely, the lower the authoritarian parenting style, the higher the psychological well-being.

Keyword : Authoritarian Parenting Style, Psychological Welfare,
College Students.

PENDAHULUAN

Mahasiswa umumnya merujuk pada mereka yang belajar di institusi pendidikan tinggi seperti institut, universitas, dan akademi. Berdasarkan tahapan perkembangan, mahasiswa dibagi dalam kelompok umur dari usia 18 sampai 25 tahun (Yusuf, 2012).

Individu yang menjadi mahasiswa berada pada usia remaja akhir hingga dewasa awal. Tahap ini disebut peralihan atau *emerging adulthood*. Pada tahap ini, individu diharapkan mampu mengambil tanggung jawab atas tindakannya sendiri, membuat keputusan sendiri, dan menjalin hubungan yang positif. Selama masa transisi, perasaan kesepian cenderung muncul karena individu harus berpisah dari orang tuanya (Santrock, 2011).

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa masalah akan sering muncul pada mahasiswa yang telah memasuki dunia perkuliahan, masalah ini dapat berupa ketegangan emosi yang dapat mengakibatkan mahasiswa tidak dapat mengendalikan emosi negatifnya dengan baik. Mahasiswa yang belum mampu mengendalikan emosi negatif seperti stres, kecemasan, dan depresi yang dialami, dapat menghambat mahasiswa untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Hurlock, 2004).

Menurut Huppert (2009), kesejahteraan psikologis adalah kombinasi dari perasaan yang baik dan kemampuan untuk berfungsi secara efektif. Kesejahteraan yang dirasakan seseorang tidak dituntut untuk merasa nyaman sepanjang waktu. Ketika seseorang mengalami pengalaman emosional yang menyakitkan seperti kekecewaan, kegagalan, atau kesedihan, ini terjadi secara alami dalam hidup. Namun, kesejahteraan psikologis dapat terganggu ketika emosi negatif berlebihan atau terus-menerus dan mengganggu fungsi penuh individu dalam kehidupan sehari-hari.

Kesejahteraan psikologis mengacu pada keadaan fungsi optimal dan kepuasan yang dirasakan individu terhadap aktivitas yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Ryff (2006) kesejahteraan psikologis adalah pencapaian potensi psikologis secara penuh dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima dirinya. Memiliki tujuan hidup, mampu mengembangkan hubungan sosial yang positif, mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal.

Teori Ryff dan Singer (1996), memaparkan ada enam dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu:

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri mengacu pada sikap positif individu terhadap dirinya sendiri. Penerimaan diri yang positif dapat terjadi ketika seseorang mampu memahami dan menghargai situasi dengan baik dan merasa puas dengan berbagai potensi dan kualitas yang dimilikinya. Dengan demikian, penerimaan diri berarti bahwa individu mampu mempersepsi, menghargai dan puas dengan berbagai aspek dirinya, menerima dirinya dengan sepenuh hati, termasuk kelebihan dan kelemahannya.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif dengan orang lain mengacu pada kemampuan individu untuk berhubungan baik dengan orang lain. Orang yang memiliki hubungan positif dengan orang lain dapat menjaga hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain, peduli terhadap kesejahteraan orang lain, dan dapat menunjukkan empati dan kasih sayang ketika seseorang menginginkannya. menerima umpan balik atau perlakuan yang hangat dari orang lain, seperti orang tua, tetangga atau teman, dan memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan interpersonal.

c. Otonomi / Kemandirian

Dimensi otonomi mencakup hal-hal yang berkaitan dengan kemandirian individu dalam menjalani kehidupan. Atribut inilah yang mendasari keyakinan bahwa pikiran dan perilaku seseorang berasal dari dalam dirinya sendiri tanpa kendali dari orang lain. dimensi otonomi mengacu pada kemampuan individu untuk menentukan nasibnya sendiri, mandiri, mengatur perilakunya sendiri, menilai dirinya sendiri sesuai dengan standar pribadi.

d. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola lingkungannya, memanfaatkan peluang yang ada di lingkungannya, serta menciptakan dan mengendalikan lingkungan sesuai kebutuhan. Individu dengan tingkat penguasaan lingkungan yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengatasi

peristiwa di luar dirinya, termasuk mengelola dan mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari, dengan memanfaatkan peluang yang tersedia bagi mereka. masyarakat yang ada di lingkungan. kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi mereka.

e. Tujuan hidup

Dimensi tujuan hidup meliputi keyakinan individu bahwa hidupnya memiliki makna dan tujuan. Tujuan hidup menyiratkan bahwa seseorang memiliki arah dalam hidup, memahami kehidupan dengan baik, percaya bahwa individu dapat mencapai tujuan dalam hidup, dan menganggap pengalaman hidup masa lalu dan masa kini sebagai hal yang penting. Individu dengan dimensi tujuan hidup yang tinggi merupakan individu yang memiliki tujuan dan sasaran yang ingin dicapai dalam hidupnya, sehingga dapat dikatakan memiliki aspek-aspek yang baik dalam tujuan hidupnya. Sebaliknya, individu dengan tujuan hidup rendah kehilangan makna hidup, tidak memiliki arah dan tujuan yang jelas, tidak melihat makna hidup dari peristiwa masa lalu, dan tidak memiliki harapan atau keyakinan memberi pada kehidupan.

f. Pertumbuhan pribadi

Definisi pertumbuhan pribadi mencakup kemampuan seseorang untuk tumbuh, mengembangkan potensinya, memiliki keinginan yang kuat untuk terus mencari pengalaman baru. Seseorang dengan pertumbuhan pribadi yang baik dicirikan oleh perasaan batin yang konstan yang memandangnya sebagai individu yang terus tumbuh dan berkembang dengan menyadari potensi dirinya.

Berdasarkan teori Ryff dan Singer (2008), ada dua faktor yang berhubungan dengan pola asuh yakni evaluasi terhadap pengalaman hidup dan dukungan sosial. Dukungan sosial diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diberikan kepada individu dari berbagai sumber, terutama orang tua. Penilaian pengalaman hidup mencakup berbagai aspek kehidupan pada berbagai tahap kehidupan. Evaluasi pengalaman hidup memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Ryff (2014) menjelaskan bahwa ketika orang tua memberikan pengalaman positif kepada anaknya, maka kesejahteraan psikologis meningkat. Di sisi lain, kurangnya dukungan orang tua di masa kanak-kanak ditemukan terkait dengan depresi yang lebih parah dan kesehatan yang lebih buruk di masa dewasa. Dalam penelitian Francis et al, (2020) yang berjudul “kesejahteraan psikologis dan gaya pengasuhan yang dirasakan di kalangan remaja”. Studi tersebut menyimpulkan bahwa gaya pengasuhan akan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Remaja yang menerima pola asuh otoriter dari orang tuanya mengalami penurunan otonomi.

Pola asuh merupakan interaksi yang terjalin antara orang tua dengan anaknya. Orang tua memiliki pola dan model tersendiri dalam membesarkan dan membimbing anaknya. Pola dan model ini tentu berbeda-beda antara satu keluarga dengan keluarga lainnya. Pola asuh ini tentunya mempengaruhi perkembangan dan pembentukan kepribadian setelah anak beranjak dewasa. Konsep "gaya pengasuhan" diformalkan dalam psikologi perkembangan oleh Baumrind (1968) sebagai sarana klasifikasi cara pengasuh mengontrol dan mendisiplinkan anak-anak.

Menurut Baumrind (1971) pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang membatasi dan menghukum. Orang tua otoriter menuntut anak-anak mereka untuk mematuhi dan menghormati perintah mereka, anak harus mematuhi aturan yang telah ditetapkan dan tidak diberikan kesempatan untuk mempertanyakan aturan yang telah ditetapkan.

Baumrind (2004) menyebutkan bahwa pola asuh otoriter memiliki dua aspek yaitu:

a. Tanggapan/ Responsif Rendah (*Low Responsiveness*)

Responsif (*Low Responsiveness*) yang rendah berkaitan dengan orang tua yang tidak mau mendengarkan keinginan anaknya, kurang hangat dalam mengasuh anak, dan kurang tanggap terhadap kebutuhan anaknya. Aspek ini memiliki dua indikator, yaitu:

- 1) komunikasi yang kurang baik (*low communication*) adalah komunikasi orang tua-anak satu arah, dan orang tua lebih mementingkan keinginan anaknya daripada mendengarkan pendapat anaknya.

2) *Low heat/feeding* adalah kurang panasnya parental dalam mengasuh anak. Orang tua cenderung kurang terikat secara emosional dengan anak-anak mereka dan menghabiskan lebih sedikit waktu bersama mereka.

b. Tuntutan tinggi (*High Demandingness*)

High Demandingness adalah orang tua terlalu banyak menetapkan aturan, batasan atau larangan bagi anak-anaknya. Disertai dengan upaya pengawasan dan disiplin. Aspek ini memiliki dua indikator, yaitu:

- 1) *High maturity* adalah pengasuhan orang tua yang terlalu ketat pada anaknya dengan cara yang tidak tepat, seperti membiarkan anak melakukan apa saja yang diinginkannya, orang tua merasa tidak perlu harus membimbing anak saat anak beranjak dewasa.
- 2) *High in control/ Kontrol tinggi* adalah pola asuh yang selalu mengontrol anak untuk mematuhi peraturan yang telah ditetapkan tanpa memberikan alasan. Pola ini menunjukkan sikap orang tua yang selalu membatasi dan juga menghukum.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

METODE

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai alat pengumpulan data. Skala yang digunakan adalah skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh Yumra (2021) dan dimodifikasi oleh penulis berdasarkan dimensi kesejahteraan psikologis Ryff dan Singer (1996) dengan jumlah 42 aitem, dan skala pola asuh otoriter yang dibuat oleh Aziz (2022) yang dimodifikasi oleh penulis berdasarkan aspek-aspek pola asuh otoriter Baumrind (2004) terdiri dari 32 aitem.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Universitas Ahmad Dahlan dengan rentang usia 18-25 tahun. Penyebaran skala dilakukan secara langsung oleh penulis dengan membagikan skala cetak kepada 70

mahasiswa. Analisis pada penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment* dengan bantuan program komputer yaitu SPSS 20.00 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji korelasi *product moment* dilakukan dengan program komputer SPSS 20.00 for windows. Ketentuan taraf signifikansi digunakan untuk melihat ada tidaknya hubungan dari hasil analisis yakni $p > 0,05$ (tidak signifikan) , $p < 0,05$ (signifikan) dan $p < 0,01$ (sangat signifikan). Berdasarkan hasil hipotesis pada penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan, yang berarti hipotesis diterima. Hal ini dilihat dari koefisien R yang diperoleh sebesar -0,495 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan variabel pola asuh otoriter memberikan sumbangan efektif sebesar 24,5%. Artinya, semakin tinggi pola asuh otoriter yang diterapkan orang tua maka semakin rendah kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

Kategorisasi skor empirik pada variabel pola asuh otoriter dari 70 subjek penelitian terdapat 35 mahasiswa dengan bobot 48,6 % termasuk dalam kategori sedang, sedangkan hasil kategorisasi pada variabel kesejahteraan psikologis dari 70 subjek penelitian sebanyak 40 mahasiswa masuk dalam kategori sedang dengan bobot 57,1%. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan masuk dalam kategori sedang, sehingga tingkat kesejahteraan psikologis perlu untuk dioptimalkan lagi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Aryanto (2020) yaitu ada hubungan negatif yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis pada remaja akhir dan dewasa awal. Artinya semakin tinggi tingkat pola asuh otoriter maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis yang dialami. Love dan Thomas (2014) menemukan bahwa pola asuh berpengaruh terhadap adaptasi diri

mahasiswa. Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu beradaptasi atau menguasai lingkungan termasuk mengelola dan menghadapi situasi sehari-hari serta menciptakan lingkungan yang cocok untuk dirinya. Selanjutnya penelitian dari Milevsky et al., (2008) menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan pada pola asuh otoriter ibu dan ayah terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa dampak negatif dari gaya pengasuhan yang tinggi akan tuntutan dan rendahnya responsive dapat mempengaruhi beberapa dimensi dalam kesejahteraan psikologis, bahkan akan terbawa hingga masa dewasa. Di lingkungan yang sangat terkontrol, seorang anak tidak akan dapat menentukan masa depan mereka sendiri dan sulit mengekspresikan diri mereka sepenuhnya, perkembangan mereka secara pribadi terhambat dan kurang memiliki kemampuan untuk berinteraksi secara baik dengan orang lain.

Anak yang diasuh dengan gaya pengasuhan otoriter akan sulit untuk merasakan sejahtera. Sebaliknya gaya pengasuhan otoriter yang rendah menjadikan anak mampu mencapai kesejahteraan psikologis dalam dirinya, dengan memenuhi berbagai aspek kesejahteraan. Ryff (2014) menjelaskan bahwa ketika orang tua memberikan pengalaman positif kepada anaknya, maka kesejahteraan psikologisnya meningkat. Di sisi lain, kurangnya dukungan orang tua di masa kanak-kanak ditemukan terkait dengan depresi yang lebih parah dan kesehatan yang lebih buruk di masa dewasa. Skripsi ini akan fokus menganalisis hubungan pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan, yaitu pendekatan penelitian secara kuantitatif yang hanya diinterpretasikan dalam angka dan persentase yang kemudian dideskripsikan berdasarkan hasil yang diperoleh, sehingga tidak mampu melihat lebih dalam dinamika psikologis yang terjadi di dalam prosesnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Artinya pola asuh otoriter yang diterapkan orang tua akan berkaitan dengan perkembangan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

Sumbangan efektif pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 24,5%. Hal ini dapat diasumsikan bahwa 75,5 % terdapat faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang tidak diteliti dalam penelitian ini

Penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan karena terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selain itu jumlah subjek dalam penelitian ini terbatas sehingga penulis berharap agar penelitian selanjutnya dapat memperoleh sampel penelitian banyak, sehingga dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih banyak. Selain itu dari hasil penelitian di atas dapat disarankan kepada orang tua untuk menerapkan pola pengasuhan yang tepat dan tidak mengekang anak secara berlebihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryanto, Robby Saputra. (2020). *Hubungan antara pola asuh otoriter dengan psychological well-being pada remaja akhir*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamkah.
- Aziz, A. (2022). Hubungan antara regulasi diri dan pola asuh otoriter orang tua dengan prokrastinasi akademik siswa SMAN 01 Yosowilangun di masa pandemi covid-19. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

- Baumrind, D. (1968). *Authoritarian vs authoritative parental control. Adolescence*, 3(11), 255–272. <https://psycnet.apa.org/record/1969-06772-001>
- Baumrind, D. (1971). *Current patterns of parental authority. Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1–103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Baumrind, D. (2004). *Pola asuh otoritas orang tua.* Jakarta : Yayasan Obor Indonesia.
- Francis, A., Pai, M. S., Badagabettu, S., Francis, A., & Pai, M. S. (2020). *Comprehensive child and adolescent nursing psychological well-being and perceived parenting style among adolescents psychological well-being and perceived parenting style. Comprehensive child and adolescent nursing*, 00(00), 1–10. <https://doi.org/10.1080/24694193.2020.1743796>
- Huppert, F. A. (2009). *Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences. Applied psychology: health and well-being*, 1(2), 137–164. doi:10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x
- Love, K. M., & Thomas, D. M. (2014). *Parenting styles and adjustment outcomes among college students. Journal of College Student Development*, 55(2), 139-150. <http://dx.doi.org/10.1353/csd.2014.0013>
- Milevsky, A., Schlechter, M., Klem, L., & Kehl, R. (2008). *Constellations of maternal and paternal parenting styles in adolescence: congruity and well-being. Marriage & Family Review*, 44(1), 81-98. <https://doi.org/10.1080/01494920802185447>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *PsychotherPsychosom*, 83(1),10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C D., & Singer, B. (1996). *Psychological weil-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). *Best news yet on the six-factor model of well-being. Social science research*, 35, 1103-1119. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002>

- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being*. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development* (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik). Erlangga.
- Yumra, Muzdhalifah Annisa. (2021). *Hubungan antara pola asuh otoritatif dengan psychological well-being pada remaja*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.