

**PENGARUH POLA ASUH OTORITER DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA SMA N 1 MARGASARI
KAB.TEGAL**

SKRIPSI

**Disusun untuk memenuhi sebagai syarat
Guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Dalam Ilmu Psikologi**



**Diajukan oleh :
Devika Ayu Rahmatiyasari
1807016063**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
2025**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut :

Judul : Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA N 1 Margasari
Nama : Devika Ayu Rahmatiyasari
NIM : 1807016063
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dewi Khurun Aini, S.PdI, M.A.
NIP.197010101993021001

Semarang, 12 Juni 2025
Yang bersangkutan

Devika Ayu Rahmatiyasari
1807016063



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut :

Judul : Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA N 1 Margasari
Nama : Devika Ayu Rahmatiyasari
NIM : 1807016063
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lucky Ade Sessiani, M. Psi.
NIP.198512022019032010

Semarang, 12 Juni 2025
Yang bersangkutan

Devika Ayu Rahmatiyasari
1807016063



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76-433.370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : **PENGARUH POLA ASUH OTORITER DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN SISWA SMA N 1 MARGASARI KAB.TEGAL**

Nama : Devika Ayu Rahmatiyasari

NIM : 1807016063

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqasyah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 26 Juni 2025

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Prof. Dr. Ikhrom, M.Ag.
NIP. 196503291994031002

Penguji II

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019032010

Penguji III

Reti Wahvuni, M.Pd.
NIP. 199201212020122005

Penguji IV

Nadva Arivani Hasanah Nurivvatiningrum, M.
Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I

Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A.
NIP. 198605232018012002

Pembimbing II

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019032010

PERNYATAAN KEASLIAN

Yanng bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Devika Ayu Rahmatiyasari
Nim : 1807016063
Program Studi : Psikologi

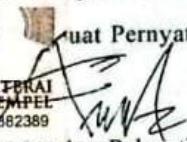
Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

"PENGARUH POLA ASUH OTORITER DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA SISWA SMA N 1 MARGASARI KAB.TEGAL"

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang di rujuk sumbernya.

Semarang, 25 Juni 2025



Daftar Pernyataan

Devika Ayu Rahmatiyasari
NIM 1807016063

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, serta pertolongan-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salah selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang selalu kita nantikan syafa'atnya kelak di yaumil qiyamah.

Skripsi yang berjudul "Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi SMA N 1 Margasari Kab.Tegal". Skripsi ini disusun untuk emmenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Proses penelitian dan penyusunan laporan skripsi ini juga mempunyai kendala dan kekurangan. Namun penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini sebab adanya bantuan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan semua kerendahan hati dan rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Secara khusus saya sampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Nizar Ali.,M. Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walosongo Semarang.
2. Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini S.Pd.I., M.A, selaku dosen pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis dari awal skripsi dampai

menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Lucky Ade Sessiani M.Si.Psikolog , selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis dari awal skripsi sampai menyelesaikan skripsi ini.

6. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo

Semarang yang telah memberikan ilmunya serta membimbing selama masa studi.

7. Seluruh Civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam

Negeri Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang.

8. Kepada siswa siswi SMA N 1 Margasari yang meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

9. Kepada keluarga tercinta yang selalu memberikan do'a, dukungan, dan

semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini dengan baik.

10. Kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam

proses penyusunan skripsi ini yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu

persatu.

Penulis mengakui penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dan jauh

dari kata sempurna. Akan tetapi, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan

sumbangan dan manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Semarang, 30 Juni 2025

Devika Ayu Rahmatiyasari

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala rasa syukur saya kepada Allah SWT skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Almamater Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
2. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A selaku dosen pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbingan, dan mengarahkan penulis dari awal skripsi samapi dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Lucky Ade Sessiani M.Si.Psikolog , selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbingan, dan mengarahkan penulis dari awal skripsi samapi dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada ibu tercinta Emi Marliatun yang tak henti-hentinya mendo'akan, mendukung, dan selalu mengusahakan segalanya untuk penulis, kepada bapak tercinta, Bapak Sudirman, , kasih sayang, do'a, dan sedikit kenangan selalu dapat menjadi kekuatan bagi penulis.
5. Kepada Suami saya Yudi Harsono serta Anak-anak saya Akhtar Tangguh Arsyadi,Nafeez Khairul Muaffa, Naqeef Khairul Muaffa, dan Sekar Arumi Jagad tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.
6. Kepada diri sendiri Devika Ayu Rahmatiyasari yang telah mau bertahan dan berjuang sampai tahap ini.
7. Terima kasih teruntuk saudara-saudara dan juga teman-teman yang sudah membantu dan mendukung penulis dalam penyusunan skripsi ini yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semarang, 30 Juni 2025

Devika Ayu Rahmatiyasari

MOTTO

”Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”

(QS. Ar-Ra’d : 28)

”Kemuliaan terbesar dalam hidup tidak terletak pada tidak pernah jatuh, tetapi

pada kemampuan untuk bangkit setiap kali kita jatuh.”

(Nelson Mandel)

DAFTAR ISI

COVER.....	i
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I	ii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERSEMPAHAN	viii
MOTTO	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
ABSTAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	2
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kesejahteraan Psikologi.....	10
B. Pola Asuh Otoriter.....	18
C. Dukungan Sosial.....	25
D. Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial Kesejahteraan Psikologis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Metode Penelitian.....	31
B. Variabel dan Bentuk Penelitian.....	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32

D. Populasi,Sampel dan Teknik Sampling.....	32
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Uji Validasi dan Realibilitas.....	39
G. Hasil Uji Validasi dan Realibilitas.....	41
H. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Deskripsi Subjek Penelitian	47
B. Deskripsi Data Penelitian	47
C. Hasil Analisis Data.....	53
D. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSAKA.....	59
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	47
Tabel 4.2 Kategorisasi Pola Asuh Otoriter	48
Tabel 4.3 Kategorisasi Dukungan Sosial	49
Tabel 4.4 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	49
Tabel 4.5 Uji Linearitas Pola Asuh Otoriter	51
Tabel 4.6 Uji Linearitas Dukungan Sosial	52
Tabel 4.7 Model Summary Uji Regresi	53
Tabel 4.8 ANOVA Uji Regresi Linear Berganda	53
Tabel 4.9 Coefficients Uji Regresi Linear Berganda	53

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 4.1 Histogram Pola Asuh Otoriter
- Gambar 4.2 Histogram Dukungan Sosial
- Gambar 4.3 Histogram Kesejahteraan Psikologis
- Gambar 4.4 Normal Q-Q Plot Residual

**THE INFLUENCE OF AUTHORITARIAN PARENTING AND SOCIAL SUPPORT
ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG STUDENTS OF SMA N 1
MARGASARI KAB.TEGAL**

This study aims to determine the influence of authoritarian parenting and social support on the psychological well-being of twelfth-grade students at SMA N 1 Margasari. Psychological well-being refers to an individual's condition characterized by self-acceptance, purpose in life, environmental mastery, positive relationships with others, autonomy, and personal growth. This research uses a quantitative approach with multiple linear regression analysis. The research subjects consisted of 186 students selected using purposive sampling techniques. The instruments used were scales measuring authoritarian parenting, social support, and psychological well-being. The results showed that authoritarian parenting had a significant negative influence on psychological well-being, while social support had a significant positive influence. Furthermore, both authoritarian parenting and social support simultaneously influenced psychological well-being. These findings indicate that both parenting style and social support play important roles in shaping adolescents' psychological well-being.

Keywords:

Authoritarian Parenting, Social Support, Psychological Well-Being

**PENGARUH POLA ASUH OTORITER DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA SMA N 1 MARGASARI**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa kelas XII SMA N 1 Margasari. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang ditandai dengan penerimaan diri, memiliki tujuan hidup, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear berganda. Subjek penelitian berjumlah 186 siswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa skala pola asuh otoriter, skala dukungan sosial, dan skala kesejahteraan psikologis. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan

psikologis, dan terdapat pengaruh positif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, pola asuh otoriter dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Dengan demikian, peran pola asuh dan dukungan sosial sangat penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis remaja.

Kata

Pola Asuh Otoriter, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Psikologis

Kunci:

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tahap awal masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat penting karena menjadi jembatan transisi dari kehidupan masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada tahap ini, remaja mulai mengalami perubahan secara signifikan dan menyeluruh, baik dari segi pertumbuhan fisik, perkembangan pola pikir yang semakin logis dan abstrak, maupun penyesuaian terhadap dinamika sosial dan emosi yang lebih kompleks. Masa ini juga ditandai oleh pencarian identitas diri serta peningkatan kebutuhan untuk membangun hubungan sosial yang lebih luas dan mendalam (Santrock, 2011). Remaja mulai membentuk identitas diri yang dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal, termasuk pola asuh orang tua sebagai agen sosial utama. Proses ini merupakan bagian dari tugas perkembangan yang penting, di mana remaja mulai mempertanyakan dan mengevaluasi nilai-nilai serta peran sosial yang akan diadopsi dalam kehidupannya.

Perubahan suasana hati dan ketidakstabilan emosi kerap terjadi dalam masa ini. Remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh tekanan dari luar, seperti harapan sosial atau kelompok teman sebaya. Kurangnya dukungan emosional dari lingkungan dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja. (Steinberg, 2014). Karena itu, dukungan positif dari keluarga, teman, dan lingkungan sosial sangat penting untuk membantu remaja mengelola perkembangan emosinya.

Hurlock (1980) menambahkan bahwa masa remaja merupakan periode penting dalam proses menuju kematangan, yang tidak hanya mencakup perkembangan fisik, tetapi juga kognitif dan sosial yang lebih kompleks. Pada tahap ini, individu mulai mengalihkan perilaku kekanak-kanakan dan berproses menjadi pribadi yang lebih dewasa, rasional, dan bertanggung jawab. Masa remaja juga ditandai dengan peningkatan kemampuan dalam berpikir abstrak serta penyesuaian terhadap tuntutan sosial dan norma yang berlaku di masyarakat.

Masa remaja merupakan fase kehidupan yang penuh semangat dan gairah untuk meraih cita-cita serta mengembangkan potensi diri. Pada tahap ini, remaja memiliki dorongan kuat untuk berprestasi dan mengeksplorasi berbagai keterampilan, baik dalam konteks akademik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Namun, antusiasme tersebut juga diiringi dengan berbagai tantangan, seperti tuntutan untuk memiliki

ketekunan, kesabaran, serta kemampuan beradaptasi dengan perubahan (Monks, dkk., dalam Jannah, 2016; Santrock, 2003).

Remaja menempati proporsi yang cukup besar dalam komposisi penduduk global. Berdasarkan laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022), jumlah remaja secara internasional mencapai sekitar 1,2 miliar orang, yang setara dengan 18% dari total populasi dunia. Di Indonesia, Berdasarkan Sensus Penduduk BPS (2020), dari total penduduk Indonesia sebanyak 270,20 juta jiwa, sekitar 27,94% berada dalam usia remaja (8–23 tahun). Di Provinsi Jawa Tengah, remaja mencakup 25,31% dari 36,52 juta penduduk. Sementara itu, di Kabupaten Tegal, sebanyak 25,96% dari total 1,5 juta jiwa merupakan remaja. (Badan Pusat Statistik, 2020).

Masa remaja merupakan tahap pencarian identitas diri, di mana individu mulai memperluas pergaulan dan menjalin hubungan sosial, termasuk dengan lawan jenis. Namun, fase ini juga ditandai dengan munculnya berbagai persoalan seperti masalah sosial, kesehatan, emosional, keluarga, dan pendidikan yang memengaruhi proses adaptasi remaja (Alfinuha & Nuqul, 2017, hlm. 13).

Masa remaja adalah tahap perkembangan yang dinamis dan penuh tantangan, di mana sebagian besar individu pada fase ini berada dalam kondisi kesehatan fisik dan mental yang relatif stabil. Namun demikian, tahapan ini juga rentan terhadap berbagai permasalahan, terutama yang berkaitan dengan perubahan emosi yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Perkembangan emosi pada remaja cenderung mengalami peningkatan yang signifikan, terutama karena faktor eksternal seperti tekanan sosial atau dinamika keluarga. Sekitar satu dari lima remaja di seluruh dunia diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental, suatu kondisi yang memerlukan perhatian serius dan penanganan yang memadai. Sayangnya, banyak remaja cenderung menyembunyikan permasalahan mereka dan memilih untuk diam, sehingga meningkatkan risiko gangguan mental, terutama yang berkaitan dengan stabilitas emosional. Gangguan emosi pada remaja tidak hanya mencakup depresi dan kecemasan, tetapi juga ditandai oleh sifat mudah marah, kemarahan berlebihan, serta perubahan suasana hati yang ekstrem. Salah satu indikasi dari gangguan emosi tersebut adalah ledakan emosi yang tidak terkendali.

Yuliani (2018:52) mengungkapkan bahwa anak dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemandirianya, sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan, sulit menjalani hubungan dengan sekitar, serta sulit menerima keadaan sekitar, hal ini memiliki dampak yang buruk terhadap Kesehatan mental, cara mempertimbangkan dukungan sosial serta memiliki

perasaan tidak aman dimasa yang akan datang . Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologi yang tinggi miliki misi untuk hidup yang pasti serta merasa peristiwa dimasa lalu dan masa kini memiliki nilai tersendiri.

Remaja awal merupakan fase perkembangan yang sangat krusial karena menjadi jembatan antara masa anak-anak menuju kedewasaan. Tahap ini ditandai dengan berbagai transformasi signifikan yang mencakup perkembangan fisik, kematangan kognitif, serta dinamika emosi dan hubungan sosial individu. (Santrock, 2011). Dalam tahap ini, remaja mulai mengeksplorasi identitas dirinya dan mengalami perubahan emosi yang fluktuatif akibat pengaruh dari lingkungan serta gaya pengasuhan orang tua (Steinberg, 2014).

Salah satu gaya pengasuhan yang memberikan dampak besar terhadap perkembangan emosi dan sosial remaja adalah pola asuh otoriter. Tipe pengasuhan ini ditandai oleh dominasi kontrol dari orang tua, dengan penekanan pada kepatuhan penuh terhadap peraturan yang ditetapkan, tanpa memberikan ruang dialog atau pertimbangan dari anak (Baumrind, 1991). Orang tua dengan gaya otoriter cenderung menggunakan pendekatan hukuman sebagai bentuk pengendalian, serta jarang menjelaskan alasan di balik aturan yang dibuat (Kochanska & Aksan, 2004). Anak yang tumbuh di bawah pola pengasuhan semacam ini sering kali menghadapi kesulitan dalam menjalin interaksi sosial yang sehat. lebih rentan mengalami kecemasan, serta sering menunjukkan ketidakstabilan emosi saat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Lamborn et al., 1991).

Gul et al. (2021) mengemukakan bahwa Remaja yang tumbuh dalam pola asuh otoriter umumnya memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang diasuh secara demokratis oleh orang tuanya.. Mereka lebih rentan mengalami tekanan secara emosional serta memiliki kemampuan pengendalian diri yang kurang stabil. Penemuan serupa juga diungkapkan oleh Ilham (2022), yang menyatakan bahwa gaya pengasuhan otoriter dapat memicu sejumlah gangguan psikologis pada remaja, seperti rendahnya rasa percaya diri, kesulitan beradaptasi secara sosial, hingga meningkatnya kecenderungan terhadap gangguan emosi.

Dalam ajaran Islam, konsep pengasuhan menekankan pentingnya keseimbangan antara sikap lembut dan ketegasan. Al-Ghazali (2011) menegaskan bahwa orang tua harus membimbing anak dengan penuh kasih sayang namun tetap memberikan arahan serta batasan yang tegas, demi membentuk pribadi yang bertanggung jawab dan berakhhlak mulia. Selaras dengan itu, Rasulullah SAW juga mengajarkan tentang pengendalian emosi dalam mendidik anak. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim, Rasulullah SAW menjelaskan bahwa kekuatan sejati seseorang tidak terletak pada kemampuannya dalam

bergulat atau mengalahkan lawan, melainkan pada kemampuannya dalam mengendalikan amarah ketika sedang marah.

Peran dukungan sosial sangat penting dalam mendukung pertumbuhan psikologis anak dan remaja. Sarafino dan Smith (2014) menyatakan bahwa adanya Dukungan sosial yang kuat, baik berasal dari keluarga inti maupun lingkungan sosial sekitar, berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang dan turut mendukung perkembangan keterampilan individu dalam mengatur emosi secara adaptif. Kehadiran dukungan ini tidak hanya menciptakan rasa aman, tetapi juga memfasilitasi remaja dalam menghadapi berbagai tekanan emosional dan tantangan sosial yang muncul selama masa pertumbuhan.

Berdasarkan pemaparan teori sebelumnya, penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji sejauh mana pola asuh otoriter dan dukungan sosial berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan psikologis siswa di SMA Negeri 1 Margasari. Melalui pendekatan ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan kontribusi signifikan, baik secara konseptual dalam pengembangan teori terkait psikologi perkembangan remaja, maupun secara praktis dalam merancang strategi pembinaan pola pengasuhan dan penguatan dukungan sosial. Hal ini menjadi penting mengingat masa remaja merupakan tahap kritis dalam pembentukan identitas diri, yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sosial.

Dalam ajaran Islam, setiap Muslim dianjurkan untuk memiliki kemampuan dalam mengelola dan mengontrol emosinya, terutama saat dilanda amarah. Islam tidak menganjurkan pelampiasan emosi secara berlebihan, khususnya kemarahan yang tidak terkendali. Hal ini ditegaskan oleh Rasulullah ﷺ dalam sabdanya yang diriwayatkan oleh Ibnu Asakir, yang berbunyi: "*Barang siapa yang mampu menahan amarahnaya padahal ia mampu untuk meluapkannya, maka Allah akan memenuhi hatinya dengan rasa aman di hari kiamat.*" Hadis ini menekankan bahwa sikap menahan marah merupakan wujud dari keteguhan diri, dan akan diberi balasan berupa ketenangan di akhirat kelak.

Lebih lanjut, Rasulullah ﷺ juga menyampaikan bahwa kekuatan sejati seorang individu bukan terletak pada kemampuan fisik atau kehebatan dalam bertarung, tetapi pada kemampuannya dalam menguasai diri saat marah. Seperti disabdakan beliau dalam hadis riwayat Bukhari dan Muslim: "*Bukanlah orang yang kuat itu yang jago bergulat, tetapi orang yang kuat adalah yang mampu menahan dirinya ketika marah.*"

Dari dua hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa Islam sangat menekankan pentingnya pengelolaan emosi. Kemampuan untuk mengontrol amarah menjadi indikator utama dari kekuatan spiritual dan kematangan psikologis seseorang. Dengan demikian,

pengendalian emosi tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis di dunia, tetapi juga bernilai ibadah dan mendapatkan ganjaran di akhirat. Karena salah satu ciri orang yang kuat adalah kemampuan untuk mengatur emosi seseorang, jelas betapa pentingnya untuk menekan kemarahan atau mempertahankan kendali emosional. Banyak hal baik dapat dicapai dengan emosi yang dikelola dengan baik, termasuk menghindari masalah, menjaga keselamatan dan ketenangan diri, serta mendapatkan jaminan tempat di surga di akhirat. "Jangan marah, dan kamu akan masuk surga," seperti yang pernah dikatakan Nabi Muhammad (SAW) (HR. At Tabrani).

Menurut Katz dan Kahn, Secara umum, dukungan sosial mencerminkan respons positif dari lingkungan sosial terhadap kebutuhan emosional seseorang, yang disertai dengan rasa percaya, perhatian, dan penghargaan terhadap keberadaan seseorang. Dukungan sosial biasanya diberikan oleh orang-orang terdekat yang memiliki kedekatan emosional, seperti keluarga, teman, guru, atau pasangan. Peran dukungan sosial sangat penting sebagai pelindung psikologis yang memungkinkan individu lebih tangguh dalam menghadapi situasi sulit sehari-hari. Bentuk dukungan ini dapat berupa penerimaan dalam kelompok, rasa dihargai, maupun perhatian yang tulus. Secara umum, keberadaan dukungan sosial memberikan efek psikologis positif karena membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, dan mendapatkan bantuan. Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam menunjang kesejahteraan psikologis individu. Sumber dukungan ini tidak hanya berasal dari keluarga inti seperti orang tua, tetapi juga dapat diperoleh dari guru, teman sebaya, hingga lingkungan sosial yang lebih luas. Keberadaan jaringan sosial yang suportif dapat membantu individu merasa lebih dihargai, diterima, dan didukung dalam menjalani kehidupan sehari-hari, terutama ketika menghadapi tekanan atau kesulitan (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial juga berperan penting dalam membantu individu menghadapi berbagai tantangan hidup, menjaga kesehatan mental, mengurangi stres yang berlebihan, serta mendorong peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.

Wills (dalam Sarafino, 2002) mengemukakan bahwa dukungan sosial mencerminkan adanya perhatian, rasa aman, dan penerimaan yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Dukungan ini dapat bersumber dari hubungan interpersonal seperti pasangan, anggota keluarga, sahabat, rekan kerja, maupun komunitas sosial yang lebih luas. Keberadaan dukungan sosial tersebut memberikan kontribusi penting terhadap peningkatan rasa percaya diri individu, karena mereka merasa dihargai, dipedulikan, dan diakui eksistensinya dalam lingkungan sosialnya.

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang dikenal oleh individu, terutama anak-anak. Dalam konteks ini, keluarga menjadi tempat awal anak belajar bersosialisasi dan berinteraksi. Peran keluarga sangat penting dalam membentuk karakter dasar anak, membimbing perilaku, dan memberikan dasar pendidikan. Keluarga juga menjadi fondasi utama dalam perkembangan kemampuan sosial dan emosional anak, karena lingkungan keluarga dan sekitarnya memberikan pengaruh yang kuat dalam proses pembentukan kepribadian.

Keluarga, khususnya peran orang tua, memegang posisi sentral dalam mendukung pertumbuhan dan kesehatan mental anak. Studi yang dilakukan oleh Stadler (2010) di Jerman menemukan bahwa kurangnya dukungan emosional dari orang tua berkontribusi terhadap peningkatan risiko gangguan kesehatan mental pada remaja usia 15–18 tahun, termasuk hambatan dalam membangun hubungan sosial dengan teman sebaya.

Donaldson (1990) menyatakan bahwa orang tua merupakan aktor utama dalam proses internalisasi nilai moral anak, yang dilakukan melalui pendekatan pengasuhan yang konsisten dan penuh tanggung jawab yang ditanamkan melalui pendekatan pengasuhan yang mereka terapkan. Pengasuhan bukan sekadar memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga mencakup dimensi emosional yang berperan dalam membentuk perilaku anak sehari-hari. Setiap orang tua umumnya memiliki gaya pengasuhan yang unik, yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan latar belakang pribadi masing-masing.

Dalam pandangan Yusuf (2015), orang tua berfungsi sebagai teladan utama bagi anak. Perilaku, tutur kata, serta sikap anak pada umumnya merupakan cerminan dari bagaimana orang tua bersikap dan berinteraksi. Dengan demikian, orang tua menjadi guru pertama dalam kehidupan anak yang memiliki peran penting dalam menumbuhkan kasih sayang serta membentuk karakter anak, baik dalam aspek positif maupun negatif.

Seiring dengan pesatnya perkembangan zaman, remaja dituntut untuk mempersiapkan diri agar mampu menjadi individu yang matang, baik secara fisik maupun spiritual. Dalam proses menuju kedewasaan tersebut, remaja membutuhkan pendampingan yang memadai, mengingat keterbatasan mereka dalam pengalaman hidup dan wawasan untuk menentukan arah serta tujuan hidup. Dengan demikian, keterlibatan orang tua dan dukungan dari lingkungan sosial menjadi faktor kunci dalam membantu remaja mencapai perkembangan emosional yang sehat dan matang.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian remaja belum memiliki hubungan yang harmonis dengan anggota keluarganya. Kondisi ini dipengaruhi oleh lemahnya komunikasi dalam keluarga dan sikap orang tua yang cenderung bersikap pasif atau kurang

responsif terhadap kebutuhan emosional anak. Dalam praktiknya, banyak orang tua masih menerapkan pola asuh tradisional yang diwariskan secara turun-temurun tanpa menyesuaikan dengan perubahan zaman. Akibatnya, remaja tidak memperoleh ruang yang cukup untuk mengekspresikan diri, merasa tidak dihargai, dan mengalami ketidakstabilan emosi karena tidak diberi kebebasan dalam pengembangan diri.

Thoha (dalam Tridhonanto, 2014) menjelaskan bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua secara konsisten memainkan peran penting dalam membentuk perilaku dan keseimbangan emosional anak. Pola asuh bukan sekadar metode dalam menyampaikan nilai dan norma, melainkan juga memiliki fungsi strategis dalam membentuk kepribadian anak dan menumbuhkan kemampuan adaptif saat menghadapi tantangan kehidupan, khususnya di masa remaja. Oleh karena itu, Pola asuh yang konsisten dan sesuai kebutuhan anak membentuk dasar penting bagi tumbuhnya kemandirian, daya juang, dan kemampuan bersosialisasi secara positif.

Baumrind (2004) menegaskan Pola asuh orang tua secara langsung memengaruhi pembentukan perilaku dan karakter anak dalam proses tumbuh kembangnya.. Pilihan pendekatan pengasuhan yang digunakan akan memengaruhi bagaimana anak berkembang secara sosial, emosional, dan moral dalam kehidupan sehari-harinya.. Anak yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan otoriter cenderung memperlhatkan perilaku agresif, cenderung memberontak, dan menunjukkan sikap oposisi terhadap aturan. Sebaliknya, gaya pengasuhan permisif membuat anak tumbuh tanpa batasan yang jelas, sehingga mereka kerap menunjukkan perilaku impulsif dan kurang memiliki kontrol diri. Berbeda dengan itu, pola asuh otoritatif—yang menggabungkan antara kehangatan dan pengendalian—justru mampu menumbuhkan individu yang memiliki kestabilan emosi, mampu mengelola konflik internal dengan baik, serta memiliki tingkat kecemasan yang rendah..

Secara umum, pola asuh yang diterapkan oleh orang tua mencakup tindakan mengarahkan, menasihati, memberikan dukungan, serta memberikan contoh perilaku positif yang diharapkan dapat ditiru oleh anak. Dalam praktiknya, cara menasihati anak mengalami perubahan seiring perkembangan usia. Jika pada masa kanak-kanak anak cenderung pasif dan mendengarkan secara langsung nasihat dari orang tua, maka pada masa remaja dibutuhkan pendekatan komunikasi yang lebih terbuka dan mendalam. Remaja mulai menunjukkan kemampuan berpikir secara logis dan kritis, sehingga dalam proses pengasuhan, orang tua perlu mempertimbangkan tahap perkembangan kognitif dan emosional anak secara seimbang.

Pola asuh yang diterapkan idealnya mengandung nilai-nilai moral, sosial, dan keagamaan agar tujuan pengasuhan dalam keluarga dapat tercapai. Hal ini juga penting agar Pola asuh yang sesuai dengan norma keluarga dan sosial berperan dalam membentuk kepribadian anak yang baik secara individual dan sosial.

Rainissa Anindya dan Maria Claudia (2021) mengemukakan bahwa sebagian besar remaja mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah. Salah satu penyebab utama terganggunya kondisi psikologis pada remaja adalah Minimnya dukungan sosial, khususnya yang bersumber dari keluarga dan rekan sebaya. Remaja yang memperoleh dukungan emosional dan sosial dari lingkaran terdekat cenderung menunjukkan kondisi psikologis yang lebih seimbang dan positif. Sebaliknya, apabila remaja tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari lingkungan sosialnya, hal ini dapat berdampak negatif terhadap kestabilan mental mereka. Dengan demikian, dukungan sosial berperan penting dalam membentuk pola pikir yang konstruktif dan memperkuat nilai-nilai positif dalam kehidupan remaja..

Upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja dapat dilakukan dengan memperkuat jaringan dukungan sosial yang berasal dari orang-orang terdekat, seperti anggota keluarga, rekan sebaya, serta pendidik di lingkungan sekolah.. Berdasarkan hasil klasifikasi dalam penelitian terkait, tidak terdapat remaja yang mencapai kategori sangat sejahtera. Hanya satu individu (2%) yang tergolong dalam kategori sejahtera, 13 remaja (26%) berada dalam kategori cukup sejahtera, 27 orang (54%) masuk dalam kategori kurang sejahtera, dan sisanya sebanyak 9 remaja (18%) diklasifikasikan sebagai sangat kurang sejahtera. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang cenderung rendah hingga sedang. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa, meskipun dukungan sosial dari teman sebaya memainkan peran penting, ada pula sejumlah faktor lain yang turut berkontribusi, seperti aspek demografis, ciri kepribadian, dan tingkat religiusitas individu dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja secara menyeluruh.

Penelitian yang dilakukan oleh Akhmad Bagus dan Nurfi Laili (2004) menemukan bahwa terdapat pengaruh nyata antara pola asuh orang tua dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja. Studi yang dilakukan di MA Roudlotul Banat Sidoarjo ini menunjukkan bahwa pola asuh demokratis berkorelasi secara signifikan dengan tingkat kesejahteraan psikologis siswa., ditunjukkan oleh koefisien korelasi ($r = 0,256$, $p < 0,032$). Sebaliknya, pola asuh permisif memiliki hubungan negatif ($r = -0,201$, $p < 0,578$) dan pola asuh otoriter menunjukkan korelasi yang lemah ($r = 0,101$, $p < 0,768$), yang berarti bahwa

tidak semua gaya pengasuhan berkontribusi secara positif terhadap kesejahteraan psikologis remaja.

Temuan ini memperkuat pentingnya meneliti lebih lanjut hubungan antara pola asuh dan dukungan sosial dalam konteks kesejahteraan psikologis siswa SMA, termasuk di SMA Negeri 1 Margasari. Masa ini merupakan fase yang menuntut kesiapan emosional dan mental, di mana siswa menghadapi berbagai tekanan akademik seperti tugas harian, praktik, dan ujian kelulusan. Oleh karena itu, dukungan sosial dan pola pengasuhan yang tepat sangat berperan dalam membantu siswa mencapai kesiapan psikologis yang optimal untuk menghadapi masa depan dengan penuh keyakinan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang , masa dapat dirumuskan masalah dalam penilitian ini sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa siswi kelas XII SMA N1 Margasari
2. Adakah pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa siswi kelas XII SMA N 1 Margasari
3. Adakah pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa siswi kelas XII SMA N 1 Margasari

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya,maka tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa siswi SMA N 1 Margasari
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa siswi kelas XII SMA N 1 Margasari
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa siswi kelas XII SMA N 1 Margasari

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah serta tujuan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi yang signifikan, baik dari sisi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini meliputi

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai kesejahteraan psikologis remaja, khususnya terkait pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial sebagai faktor yang memengaruhinya.
- b. Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin menelusuri lebih lanjut kaitan antara pola asuh dan kesejahteraan psikologis pada remaja
- c. Penelitian ini turut memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian literatur mengenai pengaruh pola pengasuhan dan dukungan sosial terhadap aspek psikologis individu, khususnya pada masa remaja awal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi sebagai sumber pengetahuan bagi kalangan mahasiswa mengenai urgensi pola asuh yang tepat serta peran signifikan dukungan sosial dalam menunjang kesejahteraan psikologis siswa. Melalui pemahaman ini, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental, sekaligus memahami berbagai faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, khususnya pada masa remaja.

b. Bagi Universitas

Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, terutama dalam ranah psikologi perkembangan dan psikologi pendidikan. Selain itu, hasil studi ini juga dapat dijadikan acuan oleh institusi pendidikan tinggi, khususnya universitas, dalam merancang program-program yang mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis baik bagi mahasiswa maupun peserta didik secara umum. Upaya ini penting sebagai bagian dari tanggung jawab institusi dalam menciptakan lingkungan akademik yang sehat secara mental dan emosional.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil penelusuran awal yang dilakukan oleh peneliti, hingga saat ini belum ditemukan penelitian terdahulu yang secara spesifik meneliti tentang "*Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 1 Margasari*". Meskipun demikian, terdapat sejumlah penelitian sebelumnya yang memiliki kemiripan dalam hal variabel yang digunakan atau pendekatan metodologis

yang diterapkan. Studi-studi tersebut menjadi rujukan penting dalam memperkuat landasan teoritis dan relevansi empiris dari penelitian ini.

Salah satu penelitian yang relevan dilakukan oleh Silvana (2019) dengan judul "*Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kestabilan Emosi pada Pasien Pasca Stroke*". Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, serta melibatkan pasien pasca stroke sebagai populasi yang dirawat di Rumah Sehat Al-Hikmah, Pacitan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yakni sebesar 83,07%, mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dalam kategori tinggi. Sementara itu, sebanyak 87,7% pasien menunjukkan kestabilan emosi dalam kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun dukungan sosial keluarga berada pada tingkat yang tinggi, tidak secara langsung berbanding lurus dengan tingkat kestabilan emosi yang tinggi pada pasien, sehingga diperlukan pengkajian lebih lanjut terhadap faktor lain yang mungkin memengaruhi kestabilan emosi mereka.

Analisis data dalam penelitian dilakukan dengan menggunakan uji korelasi Rank Spearman. Hasil pengujian menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,086 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,590. Berdasarkan hasil ini, hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dan kestabilan emosi pada pasien pasca stroke tidak dapat diterima. Dengan kata lain, tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dengan tingkat kestabilan emosi pasien. Temuan ini menunjukkan bahwa dalam konteks penelitian tersebut, faktor dukungan sosial keluarga tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kestabilan emosi pasien pasca stroke.

Penelitian oleh Sapari dan Nurfi (2024) bertajuk "*Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Dukungan Sosial terhadap Harga Diri Siswi di MA Roudlotul Banat Sidoarjo*" menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan korelasional. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner skala Likert yang disebarluaskan kepada 91 siswi berusia 15 hingga 19 tahun sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis, sebagaimana tercermin dari 76,92% atau 70 siswi yang merasakannya. Sementara itu, pola asuh permisif menjadi yang paling sedikit diterapkan, yaitu sebesar 10,98% (10 responden). Di sisi lain, lebih dari separuh partisipan (53,84%) melaporkan bahwa mereka menerima dukungan sosial yang rendah, sedangkan hanya 13,20% yang merasakan dukungan sosial tinggi. Dalam hal harga diri, 72,52% siswi menunjukkan tingkat harga diri tinggi, sedangkan 27,47% sisanya memiliki harga diri rendah. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini menyimpulkan bahwa pola asuh orang

tua dan dukungan sosial memiliki keterkaitan yang signifikan dengan tingkat harga diri para siswi.

Penelitian oleh Ika Sianturi (2018) yang berjudul "*Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Panti Asuhan di Kota Medan*" menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode purposive sampling dan melibatkan 48 remaja sebagai partisipan. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,361 dengan nilai signifikansi $p < 0,012$. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial yang diterima dan tingkat kesejahteraan psikologis remaja. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,130 mengindikasikan bahwa sebesar 13% variasi dalam kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh dukungan sosial, sedangkan sisanya—87%—dipengaruhi oleh variabel lain seperti usia, jenis kelamin, latar belakang sosial ekonomi, tingkat religiusitas, dan aspek kepribadian.

Asyiah dan Resnia (2015) melakukan penelitian berjudul "*Hubungan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Sekolah Luar Biasa*", yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini melibatkan 105 guru dari berbagai Sekolah Luar Biasa (SLB) sebagai subjek. Teknik analisis data yang diterapkan adalah korelasi Spearman. Hasil dari analisis tersebut menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara tingkat dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,359$ dan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Temuan ini mendukung hipotesis yang diajukan, bahwa semakin besar dukungan sosial yang dirasakan guru, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka alami.

Penelitian yang dilakukan oleh Muna (2023) dengan judul "*Pengaruh Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being*" menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil temuan menunjukkan bahwa regulasi emosi dan dukungan sosial secara signifikan berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi yang sangat rendah, yakni sebesar 0,000 ($p < 0,01$) untuk kedua variabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin baik kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya dan semakin besar dukungan sosial yang diterimanya, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dirasakan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologi

1. Definisi Kesejahteraan Psikologi

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek fundamental dalam menilai kondisi mental individu dari sudut pandang positif. Konsep ini tidak hanya ditandai dengan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mengacu pada kapasitas seseorang untuk menjalani hidup secara produktif dan bermakna. Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi di mana individu mampu hidup dengan rasa aman, menerima dirinya sendiri secara utuh, dan mencapai harmoni dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pengembangannya, Ryff dan Keyes (1995) mengidentifikasi enam dimensi inti kesejahteraan psikologis, yaitu: self-acceptance, hubungan interpersonal yang positif, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup yang jelas, serta pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi ini digunakan sebagai kerangka konseptual untuk memahami bagaimana seseorang mengembangkan potensi dirinya, menyesuaikan diri secara adaptif, dan menemukan makna dalam berbagai aspek kehidupannya.

Menurut Huppert (2009), kesejahteraan psikologis sangat berkaitan dengan terciptanya kualitas hidup yang harmonis. Hal ini mencakup kemampuan individu untuk berpikir secara jernih, menumbuhkan ide-ide yang inovatif, serta menjaga kondisi fisik yang sehat. Kesejahteraan psikologis tidak diartikan sebagai kondisi yang selalu diliputi kebahagiaan, tetapi lebih kepada kemampuan seseorang dalam mengenali, memahami, dan menanggapi berbagai emosi yang muncul, termasuk emosi negatif seperti kesedihan, kekecewaan, atau kegagalan. Pandangan Nathawat (1996) menekankan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan sebuah proses yang bersifat reflektif, di mana individu secara aktif mengevaluasi dan memahami dirinya sendiri serta lingkungan kehidupannya. Dalam kerangka ini, kesejahteraan psikologis bukanlah kondisi yang statis, melainkan suatu perjalanan yang terus berkembang sepanjang waktu. Proses ini memungkinkan individu untuk menjalani hidup dengan kesadaran yang utuh, kestabilan emosional, dan pemaknaan yang mendalam terhadap berbagai pengalaman hidup.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi di mana individu mampu menerima dirinya sendiri, membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sekitar, merasa bahagia dan nyaman dalam hidupnya, serta memiliki tujuan hidup yang jelas. Seluruh aspek ini secara keseluruhan mencerminkan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup yang dirasakan oleh seseorang.

2. Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologi

Menurut Carol D. Ryff (1989), kesejahteraan psikologis terdiri dari enam aspek utama yang mencerminkan fungsi optimal individu dalam kehidupan. Berikut penjelasan keenam aspek tersebut:

- a. Self acceptance (Penerimaan Diri) yaitu Aspek ini menunjukkan kemampuan individu untuk menerima dirinya secara utuh, termasuk kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi umumnya menunjukkan sikap positif terhadap dirinya sendiri, termasuk dalam merefleksikan pengalaman hidup di masa lalu secara konstruktif. (Ryff, 1989).
- b. Purpose in Life (Tujuan Hidup) yaitu Merujuk pada sejauh mana seseorang merasa hidupnya bermakna dan memiliki arah yang jelas. Individu yang memiliki tujuan hidup mampu menetapkan harapan dan arah yang bernilai dalam kehidupannya (Ryff, 1989).
- c. Environmental Mastery (Penguasaan Lingkungan) yaitu Menunjukkan kapasitas individu untuk beradaptasi serta mengatur lingkungan sekitarnya secara efisien, sehingga mampu menciptakan situasi yang selaras dengan kebutuhan dan preferensi pribadinya. (Ryff, 1989).
- d. Positive Relations with Others (Hubungan Positif dengan Orang Lain) Dimensi ini menggambarkan kapasitas seseorang dalam membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang hangat, dilandasi rasa saling percaya, kepedulian, dan empati terhadap orang lain. Individu yang sehat secara psikologis mampu memahami orang lain, membangun kedekatan emosional, serta menciptakan rasa aman dalam interaksi sosial (Ryff, 1989).
- e. Autonomy (Otonomi)
Otonomi mengacu pada kapasitas individu untuk berpikir dan bertindak secara mandiri, tanpa terlalu bergantung pada persetujuan eksternal. Individu yang otonom dapat menilai dirinya sendiri berdasarkan standar pribadi dan bertindak sesuai dengan nilai-nilainya, bukan tekanan sosial (Ryff, 1989).
- f. Personal Growth (Pertumbuhan Pribadi)
Pertumbuhan pribadi menunjukkan keinginan kuat untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki aspek ini terbuka terhadap pengalaman baru, mampu merefleksikan masa lalu secara positif, dan berusaha mengembangkan potensi dirinya secara terus-menerus (Ryff, 1989).

Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis Menurut Dayton

Dayton (2001) mengemukakan lima aspek penting dalam kesejahteraan psikologis, yang berfokus pada kedamaian batin, hubungan sosial, dan penerimaan diri secara utuh dalam konteks budaya dan spiritualitas.

- a. Acceptance (Penerimaan), Penerimaan adalah kemampuan individu dalam menerima diri sendiri, keadaan hidup, dan takdir dengan lapang dada. Individu yang memiliki penerimaan tinggi cenderung mengejar ketenangan pikiran dan kedamaian batin dalam menghadapi situasi kehidupan (Dayton, 2001).
- b. Harmony (Keselarasan), Keselarasan mengacu pada Kemampuan seseorang dalam membina hubungan yang sehat, saling mendukung, dan dilandasi oleh rasa kasih sayang dengan orang-orang terdekat di sekitarnya., seperti keluarga, teman, dan lingkungan sekitar. Hubungan yang positif ini memberikan rasa aman, nyaman, dan mendukung perkembangan emosi yang sehat (Dayton, 2001).
- c. Interdependence (Saling Ketergantungan), Aspek ini merujuk pada kesadaran bahwa manusia saling membutuhkan satu sama lain. Keseimbangan antara memberi bantuan, menjalin keterikatan, dan tetap menjaga kemandirian menjadi bagian penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis melalui relasi sosial (Dayton, 2001).
- d. Enjoyment (Kenikmatan), Kenikmatan menggambarkan kemampuan untuk menikmati hidup secara penuh, bebas dari tekanan dan pikiran negatif. Individu yang mampu menemukan kebahagiaan dalam situasi apa pun, bahkan saat menghadapi kesulitan, menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi (Dayton, 2001).
- e. Respect (Penghormatan), Rasa hormat menunjukkan bahwa keberadaan seseorang diakui dan dihargai oleh lingkungannya. Ini dapat terlihat dari perhatian, kepercayaan, dan penghargaan yang diberikan, baik dalam lingkup keluarga maupun masyarakat. Respek juga mencerminkan nilai-nilai etika dan keberhasilan sebagai individu yang bermakna (Dayton, 2001).

Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologi menurut Hurlock (1994) sebagai berikut:

- a. *Self Acceptance* (sikap menerima). Penerimaan .Ini adalah pola pikir yang dimulai dengan penerimaan diri dan berkembang dari adaptasi masyarakat menjadi adaptasi diri. Merangkul pola pikir seperti menghormati, menghargai, dan memperhitungkan sudut pandang lain. Menurut Hurlock (1994), menerima situasi orang lain dan situasi mereka saat ini sangat penting untuk kesejahteraan.

- b. *Affection* (kasih sayang). Ini adalah cara bagi orang untuk menunjukkan cinta atau kasih sayang mereka kepada Anda. Kita menerima timbal balik yang lebih besar dari orang-orang semakin kita bertindak dan memperlakukan mereka dengan hormat.
- c. *Achievement* (prestasi). Prestasi disini berkaitan dengan keberhasilan seseorang dalam mencapai. Apabila seseorang tidak berhasil dalam mencapai tujuan yang diharapkan maka akan muncul rasa gagal dan merasa tidak puas serta dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya.

Dalam memahami kesejahteraan psikologis secara lebih komprehensif, berbagai teori telah dikemukakan oleh para ahli. Namun, dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk menggunakan kerangka teori yang dikembangkan oleh Carol D. Ryff (1989:1072). Teori ini dianggap paling tepat karena mampu mencakup dimensi kesejahteraan psikologis secara holistik dan mendalam. Ryff mengidentifikasi enam aspek utama yang merepresentasikan fungsi psikologis individu yang sehat, yakni: Kesejahteraan psikologis, sebagaimana dijelaskan oleh Ryff (1989), terdiri dari enam aspek utama. Pertama, *penerimaan diri (self-acceptance)*, yang mencerminkan kemampuan individu untuk menerima diri secara utuh serta memiliki pandangan positif terhadap siapa dirinya, termasuk masa lalu yang telah dijalani. Kedua, *tujuan hidup (purpose in life)*, yaitu adanya rasa arah dan makna yang jelas dalam menjalani kehidupan. Ketiga, *penguasaan lingkungan (environmental mastery)*, merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengendalikan kondisi sekitarnya agar sesuai dengan kebutuhan serta aspirasi pribadinya. Keempat, *hubungan positif dengan orang lain (positive relations with others)*, menggambarkan kapasitas individu untuk membangun relasi yang hangat, empatik, serta saling mempercayai. Kelima, *otonomi (autonomy)*, yakni sikap kemandirian dalam membuat keputusan serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial atau opini orang lain. Terakhir, *pertumbuhan pribadi (personal growth)*, menunjukkan dorongan dalam diri individu untuk terus bertumbuh, mengevaluasi diri, dan mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal.. Enam dimensi ini secara keseluruhan menggambarkan individu yang berfungsi secara optimal, baik secara intrapersonal maupun interpersonal.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi

Faktor - faktor yang berdampak kesejahteraan psikologi menurut Ryff dan Keyes (1995: 1009) antara lain:

- a. Dukungan sosial

Seseorang yang menerima kasih sayang, perhatian, serta penghargaan dari orang-orang terdekat merupakan cerminan dari adanya dukungan sosial. Kehadiran dukungan yang kuat—baik dari keluarga, sahabat, maupun lingkungan sekitar—berkontribusi besar dalam memperkuat kesejahteraan psikologis individu. Dukungan ini berperan sebagai pelindung dari tekanan psikologis, membantu meredakan stres, dan memperkuat kemampuan individu dalam mengelola emosi secara positif. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi elemen penting dalam menjaga kesehatan mental remaja.

b. Usia

Pemahaman seseorang tentang keadaan yang mereka anggap menguntungkan bagi diri mereka sendiri tumbuh seiring bertambahnya usia. Akibatnya, satu-satunya orang yang benar-benar dapat mengontrol tingkat kesejahteraannya sendiri adalah dirinya sendiri.

c. Jenis kelamin

Secara umum, laki-laki dan perempuan telah lama dipandang sebagai dua kategori gender yang berbeda dan terpisah.. Sementara perempuan digambarkan memiliki perasaan sensitif dan mentalitas yang lemah dan tergantung, laki-laki selalu digambarkan sebagai mandiri dan percaya diri.

d. Status sosial ekonomi

Tingkat status sosial ekonomi individu umumnya ditentukan oleh besarnya pendapatan, jenis pekerjaan yang dijalani, posisi dalam masyarakat, serta latar belakang pendidikan yang dimiliki. Dapat dikatakan bahwa individu dengan latar belakang pendidikan yang baik serta pekerjaan yang stabil cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Stabilitas dalam karier dan pencapaian akademik memberikan rasa aman, kontrol, serta kepuasan hidup yang berkontribusi positif terhadap kondisi psikologis seseorang. Penerimaan diri, aspirasi pribadi, dan penguasaan lingkungan semuanya terkait dengan level sosial ekonomi.

e. Budaya

Budaya adalah sistem yang menanamkan keyakinan individualistik yang dapat mempengaruhi kesehatan mental masyarakat. Misalnya, sementara tradisi Timur yang mendukung kolektivisme memberikan bobot tinggi pada komponen interaksi positif dengan orang lain, tradisi Barat memberikan nilai yang kuat pada penerimaan diri dan dimensi otonomi.

f. Evaluasi pengalaman hidup

Pengalaman hidup seseorang mungkin juga memiliki dampak pada kesehatan psikologis mereka. Pengalaman ini disebut mencakup berbagai pengalaman hidup yang telah

mereka alami. Oleh karena itu, orang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka dengan menilai pengalaman masa lalu mereka.

g. Kepribadian

Berdasarkan temuan Ryff dan Keyes (1995), individu dengan kepribadian extraversion, conscientiousness, serta tingkat neuroticism yang rendah cenderung memiliki skor tinggi pada dimensi kesejahteraan psikologis, khususnya pada aspek penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan tujuan hidup. Selain itu, individu dengan low neuroticism menunjukkan tingkat otonomi yang lebih tinggi. Sementara itu, kepribadian agreeableness dan extraversion berkorelasi positif dengan dimensi hubungan sosial yang baik, sedangkan mereka yang memiliki tingkat openness yang tinggi cenderung memperoleh skor tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi (Ryff & Keyes, 1995, hlm. 1009).

Menurut Ryff (1995: 1009), latar belakang budaya seseorang, kesehatan, persahabatan, dukungan sosial, dan keadaan ekonomi semuanya adalah elemen eksternal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (O'Connor, 2005: 214).

Robinson dan Andrews (1991) mengidentifikasi lima faktor utama yang berperan signifikan dalam membentuk kesejahteraan psikologis seseorang. Salah satu faktor penting tersebut adalah aspek demografis, yang meliputi komponen-komponen seperti rentang usia individu, jenis kelamin, latar belakang etnis, status pernikahan, serta tingkat pendapatan ekonomi. Faktor-faktor ini dapat memengaruhi persepsi individu terhadap kualitas hidupnya, serta menentukan sejauh mana seseorang mampu merespons tekanan hidup secara adaptif. karena berkaitan langsung dengan kondisi sosial dan ekonomi yang dihadapi individu dalam kesehariannya. Kedua, dukungan sosial, yang mencerminkan adanya bantuan nyata maupun emosional dari orang-orang terdekat, baik dalam bentuk verbal, tindakan fisik, maupun bantuan material. Dukungan ini menjadi aspek penting dalam meningkatkan stabilitas emosional seseorang.

Ketiga, pengalaman hidup, yakni bagaimana individu merefleksikan dan mengambil pelajaran dari peristiwa-peristiwa yang mereka alami. Keputusan serta pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman tersebut turut memperkaya kesejahteraan psikologis. Keempat, faktor budaya, yang merujuk pada nilai-nilai, norma, dan kebiasaan yang berkembang dalam lingkungan masyarakat, serta bagaimana individu merespons dan menyesuaikan diri terhadap kebudayaan tersebut. Faktor terakhir yang turut memengaruhi kesejahteraan psikologis adalah status sosial ekonomi. Aspek ini mencakup latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan yang dimiliki, serta tingkat pendapatan individu. Tingginya

status sosial ekonomi seseorang umumnya membuka akses yang lebih besar terhadap beragam sumber daya dan kesempatan hidup. Akses ini kemudian berkontribusi dalam menciptakan stabilitas emosional dan menunjang tercapainya kesejahteraan psikologis yang optimal.

Mengacu pada berbagai teori yang menjelaskan faktor-faktor penentu kesejahteraan psikologis, penelitian ini mendasarkan kajiannya pada model yang dikembangkan oleh Ryff dan Keyes (1995:1009). Dalam pendekatan tersebut, dijelaskan bahwa kesejahteraan psikologis individu dipengaruhi oleh sejumlah variabel penting seperti dukungan sosial, ciri-ciri kepribadian, interpretasi terhadap pengalaman hidup, usia, jenis kelamin, jenjang pendidikan, latar belakang budaya, serta status sosial ekonomi. Seluruh variabel ini saling berinteraksi dan membentuk dinamika psikologis seseorang dalam menjalani kehidupan sehari-hari.. Keseluruhan faktor ini dianggap mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif dalam memahami berbagai aspek yang berkontribusi terhadap tingkat kesejahteraan psikologis individu.

4. Kesejahteraan Psikologis dalam perspektif Islam

Menurut Ryff (1989:1072), kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi utama, yakni: penerimaan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup (*purpose in life*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), serta pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Meskipun Al-Qur'an tidak mengulas secara eksplisit istilah-istilah tersebut dalam format teoritis seperti yang disusun oleh Ryff, namun nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran Islam sejalan dan mendukung keenam dimensi tersebut. Dalam perspektif Islam, masing-masing aspek tersebut memiliki relevansi sebagai berikut:

1) Penerimaan Diri (*self acceptance*)

Qona'ah adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan penerimaan diri dalam Islam. Secara linguistik, qona'ah dalam bahasa Arab berarti "bersedia menerima" (Maftuh: 179). Sebaliknya, itu dapat didefinisikan sebagai menerima diri sendiri dalam kondisi yang tidak diinginkan (Abdullah: 60). Ini menunjukkan bahwa kepuasan seseorang terhadap harta material atau spiritual mereka dapat diidentifikasi melalui kecukupan atau kesederhanaan mereka.

Seperti yang dinyatakan oleh Allah SWT dalam Surah At-Taubah ayat 59 (RI, 2009: 187) di bawah ini, Islam mendorong umatnya untuk bersyukur.

وَلَوْ أَنَّهُمْ رَضُوا مَا أَتَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَقَالُوا حَسِبْنَا اللَّهَ سَيِّدِنَا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ وَرَسُولُهُ إِنَّا إِلَى اللَّهِ رَاغِبُونَ

5

Artinya: “Allah cukup bagi kami, Allah akan memberikan sebagian dari karunia-Nya kepada kami, begitu pula Rasul-Nya; sesungguhnya kami termasuk di antara orang-orang yang berharap pada Allah,” mereka pasti akan berkata jika mereka benar-benar puas dengan apa yang diberikan Allah dan Rasul-Nya” (Q.S At-Taubah 59: 187).

Merujuk pada ayat tersebut, Allah SWT menjanjikan kebaikan dan keberkahan bagi hamba-hamba-Nya yang mampu memandang setiap peristiwa kehidupan dengan sudut pandang yang positif. Sikap syukur atas segala nikmat yang diterima—baik berupa materi maupun spiritual—menjadi kunci untuk meraih ketenangan batin. Sebaliknya, individu yang mampu menerima diri secara utuh, termasuk kelebihan dan kekurangannya, akan lebih mudah merasakan kedamaian, ketenteraman, dan kesejahteraan dalam menjalani hidupnya.

2) Tujuan Hidup (*purposive life*)

Manusia diciptakan oleh Allah agar mereka dapat menyembah-Nya. Secara umum, melayani Allah SWT adalah alasan sejati untuk hidup. Ini konsisten dengan apa yang dikatakan Allah SWT dalam Surah Az-Dhariyat ayat 56

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْأَنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونَ

Artinya: “Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya untuk beribadah kepadaku.” (Q.S Az-Dzariyat 56: 523).

Di dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa tujuan utama penciptaan manusia adalah untuk mengabdi dan mengagungkan Allah SWT. Konsep ibadah dalam hal ini tidak terbatas hanya pada ritual keagamaan, melainkan mencakup seluruh aspek kehidupan, termasuk perilaku, sikap, serta tanggung jawab sosial dan spiritual manusia dalam menjalani kehidupannya.. Ibadah lebih dari sekadar shalat, puasa, sedekah, dan haji. Sebaliknya, ibadah mencakup setiap aktivitas yang meningkatkan kualitas dan kesejahteraan manusia (Bafadhol, 2017: 29). Oleh karena itu, setiap tindakan manusia yang dilakukan untuk kebaikan orang lain atau diri sendiri memenuhi syarat sebagai ibadah.

3) Penguasaan Lingkungan (*environmental mastery*)

Manusia diciptakan oleh Allah SWT untuk menjadi penguasa lingkungan mereka. Di sini, kontrol lingkungan mengacu pada kemampuan orang untuk memahami dan mengendalikan lingkungan mereka dengan menciptakan lingkungan yang nyaman dan tenang serta memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan mereka secara kompetitif. Dengan demikian, menurut Surah Ar-Rum ayat 41-42 , Allah SWT memerintahkan untuk menjaga dan menghindari kerusakan dan islam juga mengajarkan menghormati alam dan menjaga dari kerusakan seperti yang dijelaskan dalam surat al-a'raf : 56.

سَيِّرُوْا فُلْ ٤١ بَرَجُونَ لَعَلَّهُمْ عَمِلُوا الَّذِي بَعْضُ لِيُدْبِيْهِمُ النَّاسُ أَيْدِيْ گَسِيْبَتْ بِمَا وَالْبَحْرُ الْبَرُّ فِي الْفَسَادِ طَهَرَ
٤٢ مُشْرِكِيْنَ أَكْثَرُهُمْ كَانَ قُلْ مِنَ الَّذِينَ عَاقِبَهُ كَانَ كَيْفَ فَأَنْظُرُوا الْأَرْضَ فِي

Artinya : "Telah tampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusia; Allah menghendaki agar mereka merasakan sebagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar). Katakanlah (Muhammad), "Bepergianlah di bumi lalu lihatlah bagaimana kesudahan orang-orang dahulu. Kebanyakan dari mereka adalah orang-orang yang mempersekuatkan (Allah)."'

4) Hubungan Baik dengan Orang Lain (*positive relations with other*)

Menjalani hubungan yang harmonis dengan keluarga, tetangga, dan masyarakat sekitar merupakan ajaran fundamental dalam Islam. Islam sangat menekankan pentingnya membangun ikatan sosial yang kuat berdasarkan kasih sayang, saling menghargai, serta tolong-menolong dalam kebaikan. Interaksi sosial yang sehat ini bukan hanya menciptakan kedamaian, tetapi juga menjadi cerminan dari keimanan seorang Muslim dan bagian integral dari kehidupan beragama yang holistik. Hal-hal penting dalam menjalin hubungan baik,yaitu : silaturahmi,kasih saying,tolong-menolong,menghargai perbedaan,amar ma'ruf nahi mungkar

Al hujurat ayat 10 menekankan hubungan baik dengan orang lain
إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَاصْلِحُوا بَيْنَ أَخْوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرَحَّمُونَ

Artiny: "Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah kedua saudaramu (yang bertikai) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu dirahmati"

5) Otonomi / Kemandirian (*autonomy*)

Dalam Islam, kemandirian adalah kemampuan dan standar hidup untuk mandiri sambil bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan sendiri sambil tetap bergantung pada Allah SWT. Islam sangat mendorong pola pikir ini dalam aspek sosial, spiritual, dan ekonomi. Ibadah Islam mendorong para penganutnya untuk mandiri dan mandiri. Ini berarti bekerja keras dan menggunakan keterampilan mereka sendiri untuk mencoba memenuhi kebutuhan dasar mereka daripada meminta-minta.

Diriwayatkan dari al-Miqdam Radhiyallahu 'anhu, Rasulullah Shallallahu 'alaihi wasallam bersabda bahwa tidak ada makanan yang lebih baik bagi seseorang selain yang diperoleh dari hasil jerih payahnya sendiri. Bahkan Nabi Dawud 'alaihis salam pun mencari penghidupan melalui usaha tangannya sendiri. (HR. al-Bukhari)

Definisi mandiri dalam Islam mencakup inisiatif, tanggung jawab, pengendalian diri, dan kemandirian. Menjadi mandiri dapat meningkatkan harga diri seseorang, mencegah sikap membutuhkan, dan meningkatkan kualitas hidup.

6) Pertumbuhan Pribadi (*personal growth*)

Proses perjalanan di mana seseorang dengan sengaja menentukan bagian dari dirinya yang ingin diubah dan mengembangkan keterampilan, pola pikir, dan cita-cita baru untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Pertumbuhan pribadi di semua tingkat—fisik, emosional, intelektual, sosial, dan spiritual—termasuk dalam proses ini. Aspek yang meliputi pertumbuhan pribadi,yaitu: kemampuan,sikap,nilai,hubungan dan karir.

B. Pola Asuh Otoriter

1. Definisi Pola Asuh otoriter

Gaya pengasuhan otoriter merupakan bentuk pola asuh yang dicirikan oleh kontrol orang tua yang sangat ketat dan penekanan kuat pada kepatuhan absolut terhadap aturan tanpa adanya ruang untuk musyawarah atau kompromi. Dalam pola ini, orang tua biasanya menekankan disiplin keras, namun sering kali mengesampingkan aspek kehangatan emosional dan komunikasi interpersonal yang sehat (Baumrind, 1991). Mereka cenderung membatasi kebebasan anak dalam mengambil keputusan, menerapkan hukuman sebagai metode utama dalam mendisiplinkan, serta menuntut kepatuhan tanpa memberikan penjelasan atau kesempatan bagi anak untuk menyampaikan pendapat (Kochanska & Aksan, 2004). Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan pengasuhan semacam ini umumnya kesulitan mengembangkan keterampilan sosial yang memadai, lebih mudah merasa cemas, dan menunjukkan ketidakstabilan dalam pengelolaan emosi. Minimnya komunikasi dua arah

serta kurangnya dukungan emosional dalam interaksi sehari-hari menjadi faktor utama yang menghambat kemampuan adaptasi sosial mereka (Lamborn et al., 1991).

Istilah *parenting* terdiri dari dua kata, yaitu pola dan pengasuhan. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), *pola* merujuk pada suatu model, sistem, atau metode tertentu (hlm. 1088), sedangkan *pengasuhan* diartikan sebagai tindakan merawat, memelihara, mendidik, membimbing, serta melatih anak (hlm. 96).

Menurut Thoha (1996:109), pola asuh orang tua merujuk pada pendekatan atau strategi yang diterapkan dalam proses mendidik dan membimbing anak, yang mencerminkan bentuk nyata dari tanggung jawab orang tua terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Sementara itu, menurut Kohn (dalam Thoha, 1996:110), gaya pengasuhan mencerminkan sikap orang tua terhadap anak-anaknya, yang tercermin dalam cara mereka membimbing, memberikan penghargaan maupun hukuman, menjalankan otoritas, serta merespons kebutuhan anak. Oleh karena itu, pola pengasuhan dapat dimaknai sebagai sebuah proses pembelajaran yang terjadi baik secara eksplisit maupun implisit dalam keseharian anak, yang membentuk sikap, perilaku, dan nilai-nilai hidupnya.

Gul et al. (2021) menemukan bahwa individu yang tumbuh dalam keluarga dengan gaya pengasuhan otoriter cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang diasuh menggunakan pendekatan demokratis. Mereka cenderung mengalami tekanan emosional dan kurang memiliki kontrol diri yang baik. Selain itu, penelitian oleh Ilham (2022) menemukan bahwa pola asuh otoriter berkontribusi terhadap berbagai masalah psikologis pada remaja, seperti rendahnya harga diri, kesulitan dalam penyesuaian sosial, dan peningkatan risiko gangguan emosional.

Penjelasan yang disebutkan di atas mengarah pada kesimpulan bahwa gaya pengasuhan adalah proses interaksi antara orang tua dan anak yang melibatkan proses pematangan langsung dan tidak langsung melalui pembinaan, pendidikan, bimbingan, dan disiplin.

Baumrind menjelaskan bahwa pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan di mana orang tua menuntut kepatuhan penuh dari anak, tanpa memberikan kesempatan bagi anak untuk berdiskusi atau mengajukan pertanyaan terhadap perintah yang diberikan. Dalam penerapan pola asuh otoriter, orang tua cenderung memberikan sanksi ketika anak tidak mematuhi aturan yang telah ditetapkan. Interaksi antara orang tua dan anak dalam pola pengasuhan ini biasanya ditandai oleh sifat yang kaku dan minim kehangatan emosional. Akibatnya, anak menjadi pribadi yang tertutup, kurang percaya diri, serta enggan untuk

menjalin komunikasi sosial dengan orang-orang di sekitarnya, termasuk dengan teman sebaya. Meskipun demikian, pola asuh otoriter dapat menghasilkan anak yang patuh, sopan, dan rajin dalam menjalankan tugas, meski sering kali disertai dengan perasaan tertekan dan kurangnya kebebasan pribadi (Baumrind, dalam Santrock, 2007).

Selaras dengan itu, Hurlock (1978) menyatakan bahwa lingkungan yang otoriter tidak hanya terjadi di rumah, tetapi juga dapat muncul di sekolah. Guru yang bersikap terlalu menuntut atau memberikan beban akademik yang tidak sesuai dengan kapasitas anak dapat memicu kemarahan dan stres. Akibatnya, anak pulang ke rumah dalam kondisi emosional yang tidak stabil. Dengan demikian, ketidakseimbangan emosi anak tidak hanya disebabkan oleh pola asuh orang tua, tetapi juga oleh interaksi dan tekanan yang ia alami di lingkungan sekolah.

Pola asuh otoriter adalah sentral yang bermakna setiap perkataan dan Tindakan orang tua selalu mempunyai aturan yang harus dipatuhi oleh anak. Orang tua juga menggunakan hukuman yang keras agar anak patuh terhadap aturan yang dibuat.

Dalam pola asuh ini orang tua menetapkan aturan dan Batasan yang harus dipatuhi tanpa berdiskusi dengan anak dan mempertimbangkan kondisi anak.

Sebagaimana yang dijabarkan oleh Hurlock (Thoha, 1996:111-112) Pola asuh otoriter memiliki ciri pola asuh yang menggunakan hukuman badan, menekankan aturan terhadap anak meskipun anak sudah menginjak dewasa. Dampak dari pola asuh ini anak berkepribadian lemah, kurangnya mengontrol emosi, berbohong, sulit berinteraksi, kurangnya kreativitas. Walaupun demikian bila anak taat, orang tua tidak memberikan apresiasi, karena semua aturan itu dianggap suatu kewajiban yang harus ditaati.

Menurut Ribeiro (2009:27), pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang ditandai dengan pemberian batasan dan aturan yang sangat ketat oleh orang tua. Ketika anak atau remaja melanggar peraturan tersebut, orang tua cenderung memberikan hukuman secara langsung tanpa memberi ruang untuk berdiskusi. Dalam gaya pengasuhan ini, orang tua menuntut kepatuhan penuh dari anak tanpa melibatkan mereka dalam pengambilan keputusan, sehingga tidak ada kesempatan bagi anak untuk menyampaikan pendapat atau pandangan pribadinya.

Lebih lanjut, Ribeiro (2009:28) menjelaskan bahwa meskipun pola asuh otoriter dapat membuat anak atau remaja menjadi patuh dan terampil dalam beberapa hal, mereka seringkali mengalami penurunan kebahagiaan, rendahnya kompetensi pribadi, harga diri, dan pengendalian diri. Anak-anak yang diasuh dengan pola seperti ini juga cenderung mengalami kurangnya inisiatif serta lebih rentan terhadap perasaan rendah diri dan tingkat depresi yang

tinggi. Pola asuh otoriter pada dasarnya berfokus pada pembatasan, pemaksaan, dan pemberian hukuman sebagai alat kontrol terhadap perilaku anak.

Baumrind (1966:34) menyatakan bahwa pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan yang menekankan pada kedisiplinan tinggi, di mana orang tua cenderung memberikan hukuman kepada anak yang dianggap tidak patuh atau melanggar aturan. Dalam pola ini, tidak terdapat hubungan timbal balik antara orang tua dan anak; orang tua mengharapkan anak menerima perintah tanpa pertanyaan atau diskusi. Akibatnya, anak cenderung menunjukkan perilaku memberontak sebagai bentuk perlawanan terhadap dominasi orang tua dan ketergantungan yang dipaksakan (Robinson et al., 1995:23).

Dengan demikian, pola asuh otoriter dapat disimpulkan sebagai bentuk pengasuhan yang menekan, dengan penekanan kuat pada aturan dan larangan tanpa memberi ruang bagi anak untuk berpendapat atau menyelesaikan masalahnya secara mandiri. Orang tua lebih banyak memaksakan kehendak dan menuntut kepatuhan, tanpa memperhatikan kebutuhan emosional dan perkembangan kemandirian anak.

2. Aspek-Aspek Pola Asuh Otoriter

Pola asuh otoriter merupakan salah satu bentuk pengasuhan yang umum dijumpai dalam lingkungan keluarga, di mana orang tua menetapkan aturan yang ketat untuk mengendalikan perilaku anak agar sesuai dengan harapan mereka.

Baumrind (2008:45) mengidentifikasi tiga aspek utama dalam pola asuh otoriter, yaitu kehangatan, kontrol, dan komunikasi.

- a) Aspek Kehangatan, Pada pola asuh otoriter, interaksi antara orang tua dan anak cenderung minim kehangatan. Orang tua jarang menunjukkan ekspresi emosional positif, enggan melibatkan diri secara emosional, dan kurang menyediakan waktu untuk bersama anak. Kondisi ini membuat anak merasa tidak bahagia, minder, dan mengalami kesulitan dalam memulai aktivitas secara mandiri.
- b) Aspek Kontrol, Orang tua dengan gaya ini menuntut kepatuhan mutlak dari anak tanpa memberikan ruang untuk negosiasi. Aturan ditegakkan secara ketat dengan hukuman sebagai alat disiplin, dan anak diharapkan tunduk sepenuhnya terhadap perintah orang tua. Orang tua juga menekankan pentingnya penghormatan terhadap otoritas dan kerja keras orang tua, sehingga kontrol yang diterapkan bersifat dominan dan tegas.
- c) Aspek Komunikasi, Dalam hal komunikasi, orang tua menerapkan gaya satu arah yang minim dialog. Mereka jarang memberikan penjelasan atas aturan yang dibuat dan menolak diskusi terbuka. Akibatnya, anak mengalami kesulitan dalam mengembangkan

keterampilan komunikasi, merasa takut, tertekan, kurang percaya diri, serta cenderung menyembunyikan kebenaran.

Secara keseluruhan, pola asuh otoriter membatasi kebebasan anak, mengedepankan kepatuhan tanpa syarat, dan kurang menunjukkan sikap hangat maupun terbuka terhadap aspirasi anak.

3. Faktor-aktor Pola Asuh Otoriter

Menjadi orang tua, baik bagi pria maupun wanita, menuntut penyesuaian dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan, salah satunya dalam hal menentukan pola asuh terhadap anak. Setiap orang tua cenderung memiliki pendekatan pengasuhan yang berbeda, karena dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang bervariasi dalam setiap keluarga.

Menurut Hurlock (1997:12), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pola asuh orang tua:

- a) Tingkat Sosial Ekonomi, Orang tua dari latar belakang sosial ekonomi menengah umumnya menunjukkan sikap yang lebih hangat kepada anak dibandingkan mereka yang berasal dari kelompok ekonomi rendah.
- b) Tingkat Pendidikan, Pendidikan orang tua mempengaruhi kualitas pengasuhan. Mereka yang memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung lebih aktif mencari informasi, mengikuti perkembangan ilmu tentang tumbuh kembang anak, serta menerapkan pola asuh yang lebih mendukung. Sebaliknya, orang tua dengan pendidikan terbatas sering kali memiliki wawasan yang sempit mengenai kebutuhan anak dan cenderung menerapkan pola asuh yang ketat dan otoriter.
- c) Kepribadian, Kepribadian individu turut memengaruhi gaya pengasuhan. Orang tua dengan kepribadian konservatif cenderung menerapkan kontrol yang ketat serta otoriter dalam mendidik anak.
- d) Jumlah Anak, Jumlah anak dalam keluarga juga berdampak terhadap intensitas pengasuhan. Pada keluarga kecil (2–3 anak), interaksi lebih bersifat personal dan mendalam, sementara keluarga besar (lebih dari 5 anak) biasanya mengalami keterbatasan perhatian dan kontrol terhadap setiap anak.

Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat—terutama keluarga inti yang terdiri atas ayah, ibu, dan anak—merupakan tempat pertama dalam menentukan pola pengasuhan. Oleh karena itu, faktor-faktor seperti tingkat ekonomi, pendidikan, kepribadian, dan jumlah anak sangat memengaruhi bentuk pola asuh yang diterapkan. Perencanaan keluarga yang matang dapat membantu mengantisipasi pengaruh dari faktor-faktor tersebut sehingga pengasuhan dapat dilakukan secara optimal.

Selain itu, Soekanto (2009:42–46) membagi faktor yang memengaruhi pengasuhan ke dalam dua kategori, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal mencakup lingkungan sosial, fisik, dan lingkungan kerja orang tua. Sedangkan faktor internal mencakup pola asuh yang sebelumnya diterima oleh orang tua dari lingkungan keluarga asalnya.

Lebih lanjut, terdapat beberapa faktor yang turut memengaruhi pola pengasuhan orang tua terhadap anak. Faktor-faktor ini berkaitan erat dengan kondisi eksternal maupun pengalaman internal yang membentuk cara orang tua berinteraksi dan mendidik anak.

- a) Lingkungan Sosial dan Fisik Tempat Tinggal, Kondisi lingkungan tempat tinggal keluarga memiliki pengaruh besar terhadap pola pengasuhan. Apabila sebuah keluarga tinggal di lingkungan dengan tingkat pendidikan yang rendah dan norma sosial yang longgar, maka anak lebih mudah terpapar dan meniru perilaku negatif dari lingkungannya. Dalam konteks ini, orang tua cenderung menyesuaikan pola asuhnya dengan situasi sosial yang ada di sekitarnya.
- b) Model Pola Asuh yang Pernah Dialami Orang Tua, Sebagian besar orang tua cenderung menerapkan pola pengasuhan yang pernah mereka alami di masa kecil. Pola ini biasanya dipertahankan apabila dianggap berhasil dalam membentuk karakter mereka sendiri. Pengalaman masa lalu menjadi acuan utama dalam menanamkan nilai, kedisiplinan, dan cara mendidik anak.
- c) Lingkungan Kerja Orang Tua, Kesibukan orang tua dalam dunia kerja juga berperan dalam menentukan pola pengasuhan. Orang tua yang memiliki jadwal kerja padat sering kali menyerahkan tanggung jawab pengasuhan kepada pihak lain, seperti anggota keluarga atau pengasuh profesional. Akibatnya, nilai-nilai yang ditanamkan pada anak pun sangat tergantung pada pihak pengasuh tersebut, bukan sepenuhnya berasal dari orang tua.

Santrock (1995:240) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang turut memengaruhi pola pengasuhan orang tua. Pertama, orang tua cenderung menurunkan pola asuh yang pernah mereka alami di masa lalu kepada anak-anak mereka. Kedua, perubahan budaya, yakni pergeseran nilai, norma, serta adat istiadat dari generasi ke generasi, juga berpengaruh dalam membentuk cara orang tua mendidik anak.

Secara keseluruhan, berbagai faktor yang memengaruhi pola asuh saling berkaitan satu sama lain. Gangguan atau ketidakseimbangan pada salah satu aspek dapat berdampak negatif terhadap pola pengasuhan secara keseluruhan. Oleh karena itu, orang tua perlu

bersikap bijaksana dalam menentukan pola pengasuhan yang diterapkan di lingkungan keluarga, mengingat pola asuh akan berdampak langsung pada tumbuh kembang anak serta kualitas hubungan antar anggota keluarga.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pola asuh mencakup: tingkat sosial ekonomi, tingkat pendidikan, kepribadian, jumlah anak, kondisi lingkungan sosial dan fisik, pola asuh yang pernah dialami orang tua, lingkungan kerja orang tua, serta dinamika perubahan budaya. Semua faktor tersebut bersifat saling terhubung dan memerlukan perhatian serta perencanaan yang matang. Dalam penerapannya, orang tua diharapkan mampu mempertimbangkan kebutuhan anak secara menyeluruh demi mendukung perkembangan optimal dalam lingkungan keluarga.

4. Pola asuh otoriter dalam perspektif Islam

Pola asuh otoriter merupakan bentuk pengasuhan yang ditandai dengan pembatasan ketat terhadap kebebasan anak. Ketika anak melanggar aturan yang telah ditetapkan, orang tua cenderung merespons dengan hukuman. Dalam pola ini, orang tua menetapkan batasan secara tegas, namun tidak memberi ruang bagi anak untuk menyampaikan pendapat atau terlibat dalam pengambilan keputusan. Contoh nyata dari gaya pengasuhan ini adalah perintah langsung seperti, *"Kamu lakukan perintahku sesuai! Tidak usah banyak bicara!"*. Sikap semacam ini dapat menyebabkan anak mengalami kecemasan sosial dan kesulitan dalam komunikasi interpersonal (Santrock, 2007:162).

Hurlock (1993:30) turut menjelaskan bahwa pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan tradisional yang mengedepankan kedisiplinan secara kaku. Orang tua yang menerapkan pola ini biasanya memberikan aturan yang harus dipatuhi tanpa memberikan penjelasan mengenai alasan di balik peraturan tersebut, serta tidak memberi kesempatan kepada anak untuk mengekspresikan pendapat atau merasa dilibatkan dalam proses pengasuhan.

Dalam perspektif Islam, pengasuhan anak memiliki prinsip keseimbangan antara kelembutan dan ketegasan. Islam mengajarkan pentingnya mendidik anak dengan kasih sayang tetapi juga memberikan batasan yang jelas untuk membentuk karakter yang kuat dan tanggung jawab (Al-Ghazali, 2011). Hadis Rasulullah SAW juga menekankan pentingnya mengendalikan emosi dalam mendidik anak, sebagaimana disampaikan dalam HR. Bukhari dan Muslim, bahwa orang yang kuat adalah seseorang yang mampu mengontrol emosinya ketika marah.

Menurut Agus (2013), pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan yang bersifat kaku, di mana orang tua memaksa anak untuk menaati dan melaksanakan setiap perintah tanpa mempertimbangkan pandangan atau pendapat anak. Dalam penerapannya, orang tua cenderung menggunakan ancaman maupun hukuman, termasuk hukuman fisik, apabila anak tidak mematuhi keinginan mereka. Sebagai contoh, ketika anak tidak mengikuti perintah, orang tua dapat menjatuhkan sanksi berupa tidak diberikannya uang saku. Pola asuh ini umumnya ditandai dengan komunikasi satu arah dan tidak membuka ruang untuk kompromi antara orang tua dan anak.

Dalam perspektif Islam, pola asuh orang tua telah dijelaskan dalam Al-Qur'an, yang memberikan pedoman tentang bagaimana orang tua seharusnya memperlakukan dan membimbing anak-anaknya dengan pendekatan yang mengedepankan kasih sayang, tanggung jawab, serta nilai-nilai moral yang luhur.

شخیلو نیذلا ول اوکرت نم مهفلخ ټیرد افعض او فاخ مهیلخ او قتیلې للا و قیلو اول ټوق ادیدس .

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an: "*Dan hendaklah takut (kepada Allah) orang-orang yang sekiranya mereka meninggalkan keturunan yang lemah di belakang mereka, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan)nya. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka berbicara dengan tutur kata yang benar.*" (QS. An-Nisa: 9). Ayat ini memberikan isyarat bahwa tanggung jawab orang tua terhadap anak mencakup perlindungan, pendidikan, dan pembentukan karakter yang baik agar anak tidak menjadi generasi yang lemah, baik secara moral, spiritual, maupun sosial.

Selaras dengan ayat tersebut, Al-Ghazali (2011:296) menjelaskan bahwa orang tua memiliki kewajiban dalam mendidik dan menjaga anak dari siksa neraka, karena pengasuhan anak merupakan bagian dari amal saleh. Anak diibaratkan sebagai kertas putih yang dapat diberi warna apa pun oleh orang tuanya. Dengan demikian, pola asuh yang diterapkan oleh orang tua memiliki peran sentral dalam membentuk karakter dan arah kehidupan anak di masa depan.

Selain itu, dalam sebuah hadits Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Bukhari disebutkan: "*Setiap anak yang dilahirkan berada dalam keadaan fitrah. Maka kedua orang tuanya yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi.*" (HR. Bukhari). Hadits ini menegaskan bahwa anak lahir dalam keadaan suci, dan bagaimana ia berkembang sangat dipengaruhi oleh pola pengasuhan yang diberikan oleh orang tua.

Berdasarkan landasan ayat Al-Qur'an dan hadits di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam pandangan Islam, orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam mendidik dan mengasuh anak. Pengasuhan yang tepat tidak hanya membentuk kepribadian anak, tetapi juga menentukan masa depan spiritual dan sosial mereka.

Dalam konteks ini, pola asuh otoriter dipandang sebagai gaya pengasuhan yang bersifat kaku dan membatasi kebebasan anak. Orang tua yang menerapkan pola ini cenderung menuntut kepatuhan mutlak serta memberikan hukuman apabila anak tidak mengikuti perintah, tanpa memberikan ruang untuk diskusi atau partisipasi anak dalam pengambilan keputusan.

C. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain, baik secara personal maupun kelompok, dalam bentuk penghargaan, perhatian, maupun tindakan nyata. Dukungan ini berperan penting dalam menjaga kesehatan mental seseorang (Sarafino, 2007:844).

Lebih lanjut, dukungan sosial kerap diidentikkan dengan dukungan emosional yang mampu menjadi peredam stres dan berfungsi sebagai mediator dalam menyelesaikan berbagai persoalan kehidupan (La Rocco & Jones, 1978:630).

Sarafino dan Smith (2011:36) menambahkan bahwa dukungan sosial menciptakan perasaan nyaman, kasih sayang, dan penghargaan, yang semuanya membantu individu untuk menerima dirinya dan membangun relasi positif di dalam lingkungan sosial.

Dapat disimpulkan dari penjelasan diatas bahwa dukungan sosial adalah bentuk dukungan untuk memberi bantuan pada individu dalam bentuk penghargaan, perhatian,penerimaan dan pertolongan pada individu lain agar merasa aman dan nyaman.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Ryff dan Keyes (1995:723), dukungan sosial memiliki empat aspek utama yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis individu, yaitu:

- a) Dukungan emosional, Dukungan yang berhubungan dengan perasaan yang diberikan individu dengan cara membentuk hubungan yang bermakna sehingga seseorang merasa dicintai dan dihargai.

- b) Dukungan penghargaan, Dukungan yang meningkatkan percaya diri seseorang, sehingga individu akan merasa dihargai dan diapresiasi atas pencapaian.
- c) Dukungan Instrumental, Merupakan bentuk bantuan konkret, seperti bantuan finansial, materiil, atau bantuan langsung dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab sehari-hari. Dukungan ini bersifat praktis dan nyata
- d) Dukungan Informasional, Dukungan yang diberikan dalam bentuk saran dan nasihat, serta informasi dalam memecahkan masalah dan pengambilan Keputusan.

4 aspek dukungan sosial menurut Sarafino (2007:127):

- a) Dukungan emosional, Dukungan berupa motivasi, perhatian atau menjadi pendengar, yang bisa memberikan rasa nyaman, simpati, dan empati.
- b) Dukungan Penghargaan, Dukungan berupa pengakuan, pujian dan rasa hormat, sehingga individu merasa diapresiasi dan disayangi orang lain.
- c) Dukungan Intrumental, Dukungan dalam bentuk uang, pekerjaan rumah atau kendaraan sehingga seseorang merasa dibantu secara nyata.
- d) Dukungan Informatif, Dukungan berupa saran, nasihat atau informasi dalam mengatasi masalah kepada individu yang membutuhkan.

Menurut House (dalam Andriani, 2013), terdapat empat aspek utama dalam dukungan sosial yang memengaruhi kualitas hubungan interpersonal serta kesejahteraan psikologis individu, yaitu:

- a) Dukungan Emosional, Merupakan bentuk dukungan yang berkaitan dengan kepedulian, kasih sayang, dan empati antara individu. Dukungan ini menciptakan rasa aman dan nyaman secara emosional, terutama saat individu menghadapi tekanan.
- b) Dukungan Penghargaan (Esteem Support), Berupa pengakuan, penghormatan, atau ungkapan positif yang diberikan untuk meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri seseorang. Bentuk ini membantu individu merasa dihargai dan diakui keberadaannya.
- c) Dukungan Instrumental, Merujuk pada bantuan nyata dan langsung yang diberikan oleh orang lain, seperti bantuan tenaga, waktu, atau sumber daya lainnya. Dukungan ini biasanya bersifat praktis dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi kesulitan.

- d) Dukungan Informatif, Berupa penyampaian informasi, saran, petunjuk, atau arahan yang membantu individu dalam pengambilan keputusan atau menyelesaikan masalah yang dihadapi.

3. Faktor-faktor Dukungan Sosial

Cohen dan Syme (1985:10) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menentukan sejauh mana individu dapat menerima dan merasakan manfaat dari dukungan sosial yang diberikan. Faktor-faktor tersebut meliputi:

- a) Jenis Dukungan Sosial, Dukungan sosial dapat berbentuk emosional, yaitu berupa penerimaan, kasih sayang, dan perhatian dari orang lain; dukungan instrumental, berupa bantuan langsung seperti tindakan atau uluran tangan; serta dukungan informatif, yang mencakup nasihat, saran, dan informasi yang relevan dengan permasalahan yang sedang dihadapi.
- b) Pemberi Dukungan, Pihak yang memberikan dukungan memainkan peran penting. Dukungan yang berasal dari individu yang memiliki kedekatan emosional atau peran signifikan dalam kehidupan penerima akan lebih bermakna dan berdampak dibandingkan dari pihak yang tidak dikenal atau tidak memiliki hubungan erat.
- c) Penerimaan Dukungan, Karakteristik pribadi seperti kebiasaan, kepribadian, dan peran sosial seseorang memengaruhi sejauh mana dukungan dapat diterima secara efektif. Tidak semua individu terbuka atau merasa nyaman menerima bantuan dari orang lain.
- d) Jenis Masalah yang Dihadapi, Efektivitas dukungan sosial bergantung pada kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dengan masalah yang sedang dialami. Dukungan akan lebih diterima jika relevan dan tepat sasaran dengan kebutuhan individu.
- e) Waktu Pemberian Dukungan, Ketepatan waktu juga menjadi faktor penting. Dukungan sosial harus diberikan pada saat yang tepat dan dalam kondisi yang sesuai dengan keadaan emosional maupun situasi penerima, agar dapat diterima secara optimal.

Menurut Sarafino dan Smith (2014:227), terdapat tiga faktor utama yang memengaruhi sejauh mana seseorang menerima dukungan sosial, yaitu:

- a) Penerima Dukungan, Hubungan personal memegang peranan penting dalam penerimaan dukungan. Individu cenderung tidak menerima bantuan dari orang lain apabila tidak ada keterikatan emosional atau kedekatan hubungan.
- b) Pemberi Dukungan, Pemberi dukungan sosial biasanya adalah individu yang memiliki sumber daya, baik emosional, fisik, maupun sosial, yang memungkinkan mereka untuk memberikan bantuan secara efektif.
- c) Komposisi dan Struktur Jaringan Sosial, Struktur jaringan sosial individu, seperti jumlah dan kualitas hubungan sosial yang dimiliki, turut menentukan seberapa besar dan efektif dukungan yang bisa diterima. Keintiman, frekuensi interaksi, serta kedalaman relasi berpengaruh pada intensitas dukungan.

Sementara itu, Taylor (2009) mengemukakan bahwa terdapat lima faktor yang menentukan keberhasilan penerimaan dukungan sosial:

- a) Pemberi Dukungan, Efektivitas dukungan sangat bergantung pada siapa yang memberikan. Pemberi yang tepat akan meningkatkan kemungkinan individu merasa didukung secara nyata.
- b) Jenis Dukungan, Keselarasan antara bentuk dukungan (emosional, instrumental, informatif) dengan kebutuhan individu merupakan kunci keberhasilan dalam pemberian bantuan sosial.
- c) Penerima Dukungan, Karakteristik individu seperti kepribadian, kebiasaan, dan peran sosialnya akan memengaruhi seberapa terbuka mereka terhadap dukungan, serta bagaimana mereka menanggapi bantuan yang diterima.
- d) Masalah yang Dihadapi, Jenis dan tingkat kesulitan masalah yang dialami individu turut menentukan bentuk dan efektivitas dukungan yang dibutuhkan. Dukungan yang tepat sasaran akan lebih mudah diterima.
- e) Waktu Pemberian Dukungan, Dukungan sosial harus diberikan pada saat yang sesuai dengan kondisi psikologis dan situasi individu. Ketidak tepatan waktu pemberian dapat mengurangi efektivitas dukungan tersebut.

4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

وَمَا أَرْسَلْنَا إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ

“Kami tidak mengutus engkau (Nabi Muhammad), kecuali sebagai rahmat bagi seluruh alam.(Q.S Al-Anbiya :107)

Dalam ajaran Islam, dukungan sosial merupakan bagian dari rahmat Allah SWT yang diturunkan bagi seluruh umat manusia, sebagaimana termuat dalam prinsip *rahmatan lil 'alamin*—agama Islam hadir sebagai rahmat bagi semesta alam. Nilai ini menekankan bahwa setiap bentuk kepedulian sosial adalah manifestasi dari kasih sayang Ilahi yang diteladankan dalam hubungan antarmanusia.

Lebih lanjut, Islam memandang dukungan sosial sebagai pondasi nilai sosial dalam membangun masyarakat yang berkeadilan, beradab, dan harmonis. Konsep ini tercermin dalam banyak ajaran Islam yang mendorong tolong-menolong (*ta'awun*), saling menasihati dalam kebaikan (*tawassau bil-haqq*), serta menjaga hubungan sosial yang sehat antara sesama.

Pentingnya kasih sayang dan empati terhadap sesama juga menjadi inti dari ajaran Islam. Dalam banyak ayat Al-Qur'an dan hadits, umat Islam diperintahkan untuk saling menyayangi, memelihara silaturahmi, membantu yang lemah, dan memberi pertolongan pada yang membutuhkan. Nilai-nilai tersebut secara substansial menjadi landasan utama dalam praktik dukungan sosial menurut perspektif Islam.

D. Pengaruh pola asuh otoriter dan Dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis seseorang dipengaruhi oleh beragam faktor, termasuk pola pengasuhan otoriter serta keberadaan dukungan sosial dalam kehidupan individu. Hasil studi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya, jika pola asuh otoriter diterapkan dengan tepat dan tidak disertai kekerasan emosional, serta individu mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari lingkungan sekitar—baik dari keluarga maupun teman—maka hal ini dapat berdampak positif terhadap kondisi kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Dengan adanya keseimbangan antara ketegasan orang tua dan dukungan dari orang-orang terdekat, remaja berpeluang untuk mengembangkan stabilitas emosional serta kemampuan menghadapi tekanan psikologis secara sehat.

Gul dan rekan-rekannya (2021) menyatakan bahwa gaya pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua memainkan peran penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis anak. Anak-anak yang dibesarkan dalam pola asuh yang kurang positif cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang mendapatkan pola asuh yang mendukung dan sehat. Ilham (2022) mengemukakan

bahwa penerapan pola asuh otoriter berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif bagi anak, seperti gangguan dalam aspek psikologis, emosional, mental, serta munculnya masalah perilaku dan hambatan dalam proses adaptasi baik di lingkungan sosial maupun akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pola asuh otoriter berkorelasi dengan rendahnya kesejahteraan psikologis pada anak.

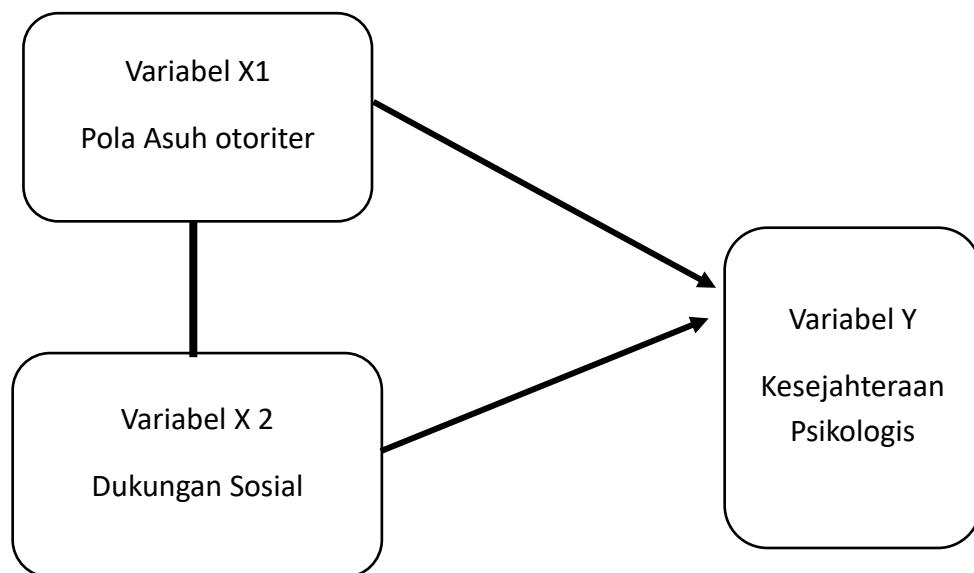
Selama fase remaja, individu menghadapi sejumlah perubahan baik secara fisik maupun psikologis, termasuk proses pencarian jati diri. Dalam situasi ini, penerapan pola asuh otoriter oleh orang tua justru dapat memperburuk keadaan dan menambah tekanan yang dirasakan oleh remaja. Orang tua yang bersikap dominan cenderung membatasi ekspresi kasih sayang, kedekatan emosional, serta keterlibatan positif dalam kehidupan anak. Konsekuensinya, interaksi antara orang tua dan anak menjadi kurang dekat dan tidak terjalin secara hangat (Ayu et al., 2021). Kondisi ini sejalan dengan karakteristik pola asuh otoriter yang dijelaskan oleh Baumrind (1991), yang mencakup kontrol ketat terhadap perilaku anak, minimnya dukungan emosional, serta lemahnya ikatan emosional dalam hubungan orang tua dan anak. Dengan demikian, pola asuh yang diterapkan selama masa remaja memiliki dampak besar terhadap perkembangan psikososial remaja (Novianty & Gunadarma, 2016).

Nur Eva dan rekan-rekan (2020) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis memberikan dampak positif pada berbagai dimensi kehidupan individu, seperti kesehatan mental, pencapaian akademik, pengendalian diri, serta perasaan syukur, harapan, dan kebahagiaan. Faktor-faktor yang turut memengaruhi kondisi ini antara lain adalah dukungan sosial dan tingkat religiusitas. Temuan penelitian mereka menunjukkan bahwa dukungan sosial secara signifikan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Namun, religiusitas tidak memperkuat hubungan tersebut, yang berarti pengaruh dukungan sosial tetap berdiri secara independen dalam memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis.

Salah satu bentuk dukungan sosial yang dianggap efektif adalah konseling sebaya, yang dapat berfungsi sebagai media dalam meningkatkan kondisi psikologis mahasiswa. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi elemen penting dalam membangun kesejahteraan psikologis, terutama pada kalangan pelajar atau mahasiswa.

Berdasarkan uraian teoritis dan hasil penelitian terdahulu tersebut, maka pengaruh pola asuh dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA Negeri 1 Margasari dapat digambarkan dalam bentuk bagan berikut:

Gambar Pengaruh Pola Asuh otoriter dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraaan Psikologis



Hipotesis

1. Terdapat pengaruh signifikan pola asuh otoriter dengan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa kelas XII SMA N 1 Margasari , Kabupaten Tegal
2. Terdapat pengaruh dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa kelas XII SMA N 1 Margasari, Kabupaten Tegal
3. Terdapat pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa kelas XII SMA N 1 Margasari, Kabupaten Tegal
4. Terdapat interaksi antara pola asuh otoriter dan dukungan sosial dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa SMA N 1 Margasari,Kabupaten Tegal

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yakni pendekatan yang bertujuan untuk menguji hipotesis melalui analisis statistik terhadap data yang dikumpulkan dari populasi dan sampel yang telah ditentukan sebelumnya. Menurut Azwar (2017, hlm. 5), pendekatan kuantitatif adalah jenis penelitian yang menitikberatkan pada proses pengumpulan dan analisis data numerik untuk menguji hubungan antarvariabel. Pendekatan ini bersifat inferensial, artinya analisis dilakukan untuk menarik kesimpulan dari data sampel terhadap populasi, serta menguji hipotesis yang telah dirumuskan dengan cara mengkaji hubungan antar variabel yang diteliti.

B. Variabel dan Bentuk Penelitian

Variabel Independen (X1) : Pola asuh otoriter

Variabel Independen (X2) : Dukungan sosial

Variabel Dependen (Y) : Kesejahteraan psikologis

1. Definisi Operasional

a. Pola asuh otoriter

Pola asuh adalah mendidik dan mengarahkan anak-anak mereka.. Variabel pola asuh diukur menggunakan skala dari aspek yang dikemukakan oleh Baumind, yaitu : Kehangatan,kontrol dan komunikasi.

b. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah memberikan pujian,perhatian,penerimaan dan bantuan yang membuat individu merasa dihargai. Variabel dukungan sosial diukur menggunakan skala dengan aspek yang dikemukakan oleh Rayf fan Keyes (1995:723), yaitu : dukungan emosional,dukungan penghargaan,dukungan instrumental dan dukungan informasional.

c. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi dimana individu merasa baik dan mampu mempunyai kemampuan untuk menerima diri sendiri,berhubungan positif dengan orang lain,memiliki arah dan makna hidup dan mengembangkan diri. Variabel kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala dengan aspek yang dikemukakan oleh Ryff

(1989:1072), yaitu : Penerimaan diri, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi.

C. Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Tegal, dengan subjek penelitian adalah siswa SMA Negeri 1 Margasari. Adapun waktu pelaksanaan penelitian dimulai pada bulan Januari 2025, yang mencakup seluruh rangkaian kegiatan mulai dari tahap perencanaan, pengumpulan data, hingga proses analisis dan penyusunan laporan akhir penelitian

D. Populasi,Sampel dan Teknik Sampling

a. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus kajian dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2016). Menurut Arikunto (2013), populasi adalah seluruh elemen yang menjadi sasaran penelitian, baik berupa manusia, objek, maupun peristiwa. Dalam penelitian ini, yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Margasari, Kabupaten Tegal, dengan jumlah total sebanyak 352 siswa. Populasi ini dipilih karena terdiri dari individu-individu dengan latar belakang sosial yang beragam serta variasi dalam pola pengasuhan orang tua, yang relevan untuk menelaah pengaruh pola asuh otoriter dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

Tabel Jumlah Populasi

Table 1 Sampel Populasi

Struktur Kelas		JUMLAH
XII IPA	XII IPA 1	33
	XII IPA 2	36
	XII IPA 3	36

	XII IPA 4	36
	XII IPA 5	36
TOTAL		177

Struktur Kelas		JUMLAH
XII IPS	XII IPS 1	36
	XII IPS 2	36
	XII IPS 3	35
	XII IPS 4	33
	XII IPS 5	35
TOTAL		175

b. Sampel

Menurut Sugiyono (2016, hlm. 62), sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dengan kata lain, sampel merupakan representasi dari populasi yang dapat memberikan gambaran umum mengenai keseluruhan populasi.

Dalam penelitian ini, penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan **rumus Slovin**, yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel apabila jumlah populasi diketahui dan peneliti menginginkan batas kesalahan tertentu. Adapun rumus Slovin sebagai berikut:

$$\text{yaitu } n = \frac{N}{1 + (Ne)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel N = Jumlah populasi e = Margin error (tingkat kesalahan) ditetapkan 10%

$$n = \frac{352}{1 + (352 \times 0,05^2)} \quad n = \frac{352}{1 + (352 \times 0,0025)}$$

$$n = \frac{352}{1 + 0,88}$$

$$n = \frac{352}{1,88}$$

$$n = 187,2$$

Dari perhitungan di atas didapatkan jumlah sampel sebanyak 187,2 responden. Selanjutnya jumlah sampel untuk setiap kelas dipilih dengan menggunakan rumus *proportional random sampling*, yaitu: $n_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$

N

Keterangan:

n_i = jumlah sampel menurut stratum N = jumlah sampel seluruhnya

N_i = jumlah populasi menurut stratum

N = jumlah populasi

Berdasarkan rumus di atas, dapat diperoleh jumlah sampel menurut masing-masing kelas sebagai berikut:

1. XII IPA I $= \frac{33}{352} \times 187 = 18$
2. XII IPA II $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
3. XII IPA III $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
4. XII IPA IX $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
5. XII IPA X $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
6. XII IPS I $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
7. XII IPS II $= \frac{36}{352} \times 187 = 19$
8. XII IPS III $= \frac{35}{352} \times 187 = 19$
9. XII IPS IX $= \frac{33}{352} \times 187 = 18$
10. XII IPS X $= \frac{35}{352} \times 187 = 19$

Berdasarkan perhitungan dengan rumus di atas, maka untuk mempermudah dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel Jumlah Sampel

No.	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Sampel
1.	XI IPS-1	33	18
2.	XI IPS-2	36	19
3.	XI IPS-3	36	19
4.	XI IPS-4	36	19
5.	XI IPS-5	36	19
6.	XII IPS-1	36	19
7.	XII IPS-2	36	19
8.	XII IPS-3	35	19
9.	XII IPS-4	33	18
10.	XII IPS-5	36	19
Jumlah			

c. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah accidental sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan siapa saja yang secara kebetulan ditemui oleh peneliti dan bersedia menjadi responden (Sugiyono, 2016). Teknik ini

digunakan karena pertimbangan kemudahan akses dan efisiensi waktu saat proses pengumpulan data.

Sampel diambil dari siswa kelas XII SMA Negeri 1 Margasari yang bersedia mengisi kuesioner pada saat penelitian dilakukan, dengan total sebanyak 186 siswa. Jumlah ini ditentukan menggunakan rumus Slovin, dari populasi sebanyak 352 siswa,

Berdasarkan metode ini, jumlah sampel dari tiap kelas adalah sebagai berikut:

Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Sampel
XII IPA 1	33	18
XII IPA 2	36	19
XII IPA 3	36	19
XII IPA 4	36	19
XII IPA 5	36	19
XII IPS 1	36	19
XII IPS 2	36	19
XII IPS 3	35	19
XII IPS 4	33	18
XII IPS 5	36	19
Total	356	187

Metode ini memastikan bahwa sampel mencerminkan keragaman populasi, sehingga hasil penelitian lebih valid dan dapat digeneralisasikan untuk seluruh populasi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode skala psikologis sebagai alat pengumpulan data. Skala tersebut dirancang untuk memperoleh data numerik yang bersifat kuantitatif mengenai variabel-variabel penelitian, yaitu pola asuh otoriter, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis.

Instrumen yang digunakan adalah Skala Likert, yang dinilai paling sesuai untuk mengukur sikap, keyakinan, persepsi, dan respons individu terhadap fenomena sosial tertentu. Menurut Sugiyono (2017), skala Likert merupakan alat ukur yang dapat mengukur fenomena sosial secara sistematis dan objektif, seperti sikap atau pandangan individu terhadap suatu objek.

Dalam penelitian ini, setiap skala akan dibagi menjadi dua jenis pernyataan, yaitu:

Favorable (positif), yaitu item pernyataan yang mendukung arah pengukuran atribut tertentu.

Unfavorable (negatif), yaitu item pernyataan yang berlawanan dengan arah pengukuran atribut yang dimaksud.

Menurut Azwar (2012), pembagian item ke dalam dua kategori tersebut penting untuk menilai keakuratan sikap atau persepsi responden secara menyeluruh.

Setiap item dalam skala direspon dengan menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu:

- a. Sangat Sesuai (SS)
- b. Sesuai (S)
- c. Netral (N)
- d. Tidak Sesuai (TS)
- e. Sangat Tidak Sesuai (STS)

Masing-masing jawaban diberi skor dengan rentang 1 hingga 5 tergantung pada arah item (positif atau negatif), untuk kemudian dianalisis lebih lanjut.

- a. Sangat sesuai (SS)
- b. Sesuai (S)
- c. Netral (N)
- d. Tidak sesuai (TS)
- e. Sangat tidak sesuai (STS)

Tabel Kriteria Penilaian Skala

Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Netral	3	3
Tidak sesuai	2	4

Sangat tidak sesuai	1	5
------------------------	---	---

Penelitian ini menggunakan tiga jenis skala psikologis sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data, yaitu:

1. Skala Pola Asuh Otoriter,digunakan untuk mengukur sejauh mana pola asuh otoriter diterapkan oleh orang tua responden.
2. Skala Dukungan Sosial,digunakan untuk mengukur tingkat dukungan sosial yang dirasakan atau diterima oleh responden dari lingkungan sosialnya.
3. Skala Kesejahteraan Psikologis, digunakan untuk mengukur kondisi kesejahteraan psikologis individu berdasarkan aspek-aspek yang telah ditentukan dalam teori Ryff (1989).

1. Skala Pola Asuh otoriter

Skala pola asuh otoriter dalam penelitian ini disusun untuk mengukur gaya pengasuhan yang diterima siswa, mengacu pada tiga aspek dari Baumrind (1991), yaitu:

1. Kehangatan – sejauh mana orang tua menunjukkan kasih sayang dan kedekatan emosional (rendah dalam pola otoriter).
2. Kontrol – tingkat penekanan orang tua terhadap kepatuhan anak secara ketat.
3. Komunikasi – pola komunikasi satu arah tanpa memberi ruang bagi anak untuk berpendapat.

Tabel blueprint Skala Pola Asuh

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Kehangatan	1, 2, 3, 4, 5, 6	7, 8, 9, 10, 11, 12	12
2.	Kontrol	13, 14, 15, 19, 20, 21	16, 17, 18, 22, 23, 24	12

3	Komunikasi	25, 26, 27, 31, 32, 33	28, 29, 30, 34, 35, 36	12
Total Item				JJ

2. Skala Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut Ryff dan Keyes (1995) mengukur sejauh mana individu menerima dukungan sosial yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. dukungan emosional , penghargaan, instrumental dan informasional.

Tabel blueprint Skala Dukungan Sosial

N o.	Aspek	Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Dukungan emosional	1, 2, 5, 6	3,4,7,8	8
2.	Dukungan penghargaan	9,10,13,14	11,12,15, 16	8
3.	Dukungan instrumental	17, 18, 25, 26	21, 22, 29, 30	8
4.	Dukungan informasional	19, 20, 27, 28	23, 24, 31, 32	8
Total Item				JF

3. Skala Kesejahteraan Psikologi

Untuk mengukur variabel dependen dalam penelitian ini, digunakan skala kesejahteraan psikologis yang disusun berdasarkan teori Ryff (1989:1072). Ryff

mengidentifikasi enam dimensi utama dalam kesejahteraan psikologis, yang meliputi: otonomi (autonomy), hubungan positif dengan orang lain (positive relations with others), penguasaan lingkungan (environmental mastery), penerimaan diri (self-acceptance), tujuan hidup (purpose in life), dan pertumbuhan pribadi (personal growth). Masing-masing dimensi tersebut mencerminkan aspek penting dalam kehidupan psikologis individu yang sehat dan berkembang. Skala ini terdiri atas total 48 pernyataan atau item, yang dirancang untuk menangkap persepsi subjektif responden terhadap setiap aspek kesejahteraan tersebut. Model rinci dari skala kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada Tabel 3.5.

Tabel blueprint Skala Kesejahteraan Sosial

N o.	Aspek	Item		Jumla h
		Favourab le	Unfavourab le	
1.	Penerimaan diri <i>(self acceptance)</i>	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8	8
2.	Tujuan hidup <i>(purposive life)</i>	9, 10, 13, 14	11, 12, 15, 16	8
3.	Penguasaan lingkungan <i>(environment al mastery)</i>	17, 18, 45, 46	19, 20, 47, 48	8
4.	Hubungan baik dengan orang lain <i>(positive relations with other)</i>	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28	8
5.	Otonomi <i>(autonomy)</i>	29, 39, 33, 34	31, 32, 35, 36	8

6.	Pertumbuhan pribadi <i>(personal growth)</i>	37, 38, 41, 42	39, 40, 43, 44	8
Total Item				

F. Uji Validitas dan Realibilitas

1. Uji Validitas

Validitas menunjukkan sejauh mana suatu instrumen dapat mengukur apa yang seharusnya diukur secara tepat dan akurat (Azwar, 1987). Instrumen yang valid akan menghasilkan data yang sesuai dan minim kesalahan (Azwar, 2018). Uji validitas diperlukan untuk memastikan bahwa alat ukur bekerja sebagaimana mestinya (Suryabrata, 2000). Jika validitasnya tinggi, maka alat tersebut layak digunakan dalam pengumpulan data karena telah sesuai dengan objek pengukuran (Reksoatmodjo, 2009).

2. Daya Beda Item

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, setiap alat ukur—baik untuk pola asuh, dukungan sosial, maupun kesejahteraan psikologis—perlu diuji validitasnya. Uji ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pernyataan dalam item mampu mewakili variabel yang diukur secara tepat. Sebanyak 36 individu dengan karakteristik serupa namun berasal dari luar SMA N 1 Margasari dijadikan subjek uji coba. Penelitian ini menggunakan pendekatan validitas isi untuk memastikan bahwa setiap item telah sesuai dengan konstruk yang dimaksud.

Validitas konten dalam penelitian ini diperoleh melalui prosedur validasi item yang melibatkan penilaian ahli. Dua dosen pembimbing bertindak sebagai evaluator independen, memberikan masukan dan menilai kesesuaian setiap item terhadap variabel yang diukur (Straub & Gefen, 2004). Penilaian ini bersifat kualitatif dan penting untuk memastikan bahwa instrumen mengukur sesuai dengan konstruk yang dimaksud. Selain itu, empat mahasiswa turut diminta untuk menilai keterbacaan item skala. Istilah yang dianggap sulit atau ambigu kemudian disesuaikan dengan bahasa yang lebih sederhana dan mudah dipahami.

Untuk menilai keakuratan butir-butir pernyataan dalam setiap variabel, digunakan uji validitas item. Uji ini dilakukan dengan menghitung korelasi item-total menggunakan rumus Pearson Product Moment. Sebuah item dianggap valid jika memiliki nilai korelasi

(r_{xy}) lebih dari r tabel dan indeks validitas minimal 0,30 (Sugiyono, 2013; Azwar, 2002). Pengujian dilakukan melalui aplikasi SPSS, dan item yang tidak memenuhi kriteria tersebut akan dieliminasi dari instrumen pengukuran.

3. Uji Realibilitas

Istilah reliabilitas adalah akar dari keandalan. Alat ukur dianggap dapat diandalkan jika mengukur item-item yang dapat menghasilkan data dengan tingkat keandalan yang tinggi (Azwar, 2014: 7). Dengan menggunakan perangkat lunak SPSS, penelitian ini menggunakan pendekatan alpha Cronbach (α) untuk pengujian skala. Jika koefisien ketergantungan dari perangkat pengukur berada di antara 0,00 dan 1,00, perangkat tersebut dapat dianggap dapat diandalkan. Suatu barang dianggap memiliki keandalan yang meningkat jika koefisien keandalannya mendekati 1,00. Demikian pula, dapat dikatakan bahwa keandalan sedang menurun jika koefisien reliabilitas mendekati 0,00. Jika koefisien reliabilitas lebih besar dari 0,6, setiap item variabel dianggap dapat diandalkan; jika kurang dari 0,6, maka dianggap tidak dapat diandalkan (Azwar, 2014: 64).

G. Hasil Uji Validitas dan Realibilitas

1. Validitas Alat Ukur

a. Validitas Pola Asuh Otoriter

Sebanyak 36 siswa menjadi responden dalam penelitian ini untuk menguji validitas skala pola asuh yang memuat 36 butir pernyataan. Dari keseluruhan item tersebut, 24 menunjukkan nilai korelasi lebih dari 0,3, sehingga dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Sebaliknya, 12 item lainnya (PA1, PA2, PA3, PA11, PA15, PA19, PA20, PA21, PA25, PA32, PA34, PA35) (memiliki nilai korelasi di bawah 0,3 dan dianggap kurang memenuhi syarat validitas.

Tabel Hasil Uji Validitas Skala Pola Asuh

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Kehangatan	1, 2, 3, 4, 5, 6	7, 8, 9, 10, 11, 12	12
2.	Kontrol	13, 14, 15, 19, 20, 21	16, 17, 18, 22, 23,24	12
3	Komunikasi	25, 26, 27, 31, 32, 33	28, 29, 30, 34, 35, 36	12
Total Item				36

2. Validitas Dukungan Sosial

Instrumen skala dukungan sosial berisi 32 item dan diuji terhadap 36 responden. Dari jumlah tersebut 32 butir memenuhi syarat validitas dengan nilai korelasi di atas 0,3.

Tabel Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Dukungan emosional	1, 2, 9, 10	5, 6, 13, 14	8
2.	Dukungan penghargaan	3, 4, 11, 12	7, 8, 15, 16	8
3.	Dukungan instrumental	17, 18, 25, 26	21, 22, 29, 30	8
4.	Dukungan informasional	19, 20, 27, 28	23, 24, 31, 32	8
Total Item				32

3. Validitas Kesejahteraan Psikologis

Skala ini terdiri atas 48 item, dengan hasil analisis menunjukkan bahwa 33 item memiliki nilai korelasi di atas 0,3 dan dinyatakan valid. Sebanyak 23 item lainnya (item 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 22, 23, 26, 31, 33, 34, 35, 38, 39, 43, 44, 46, dan 47) tidak memenuhi kriteria validitas.

Distribusi item per aspek adalah sebagai berikut:

Tabel Hasil Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologi

No.	Aspek	Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Penerimaan diri <i>(self acceptance)</i>	1, 2, 5, 6	3, 4, 7, 8	8
2.	Tujuan hidup <i>(purposive life)</i>	9, 10, 13, 14	11, 12, 15, 16	8
3.	Penguasaan lingkungan <i>(environmental mastery)</i>	17, 18, 45, 46	19, 20, 47, 48	8
4.	Hubungan baik dengan orang lain <i>(positive relations with other)</i>	21, 22, 25, 26	23, 24, 27, 28	8
5.	Otonomi <i>(autonomy)</i>	29, 30, 33, 34	31, 32, 35, 36	8
6.	Pertumbuhan pribadi <i>(personal growth)</i>	37, 38, 41, 42	39, 40, 43, 44	8
Total Item				48

2. Realibilitas Alat Ukur

a. Realibilitas Pola Asuh

Tabel Hasil Uji Reliabilitas SkalaPola Asuh

Reliability Statistics

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.861	.858	36

b. Reliabilitas Dukungan Sosial

Tabel Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.949	.948	32

c. Reliabilitas Kesejahteraan Psikologis

Tabel Hasil Uji Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis

Reliability Statistics

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.746	.730	48

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach, seluruh instrumen pengukuran menunjukkan koefisien yang melebihi batas minimal 0,6, yang menandakan bahwa alat ukur tersebut dapat diandalkan:

- Skala Pola Asuh → $\alpha = 0,861$
- Skala Dukungan Sosial → $\alpha = 0,949$

- Skala Kesejahteraan Psikologis → $\alpha = 0,746$

H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS 25.0 dalam pengolahan dan analisis data. Berikut teknik yang digunakan:

1. Uji Asumsi Klasik

Penelitian ini menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 25.0 untuk membantu proses pengolahan dan analisis data. Adapun teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis regresi linier berganda, penelitian ini terlebih dahulu melakukan uji asumsi klasik guna memastikan data memenuhi syarat statistik. Uji ini mencakup normalitas, linearitas, dan multikolinearitas, yang seluruhnya dianalisis menggunakan **SPSS versi 25.0** untuk menjamin validitas hasil (Ghozali, 2018).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) memiliki pola linier. Hubungan tersebut dinyatakan linier jika nilai signifikansi linearitas kurang dari 0,05 dan nilai deviasi dari linearitas lebih dari 0,05 (Sugiyono, 2018; Azwar, 2015).

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui adanya korelasi antar variabel independen yang dapat memengaruhi keakuratan model regresi. Jika nilai toleransi di atas 0,1 dan VIF di bawah 10, maka model dianggap bebas dari multikolinearitas (Ghozali, 2018; Nanincova, 2019).

2. Uji Hipotesis

Penelitian ini memakai analisis regresi linier berganda guna mengukur sejauh mana pengaruh variabel pola asuh otoriter dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat. Teknik ini digunakan untuk menilai hubungan dua atau lebih variabel bebas terhadap satu variabel dependen (Sugiyono, 2017, hlm. 275).

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + e$$

Keterangan :

Y = kesejahteraan psikologis

a = konstanta

b₁ = koefisien regresi antara pola asuh terhadap kesejahteraan psikologis

b₂ = koefisien regresi antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis

X₁ = pola asuh

X₂ = dukungan sosial

e = eror

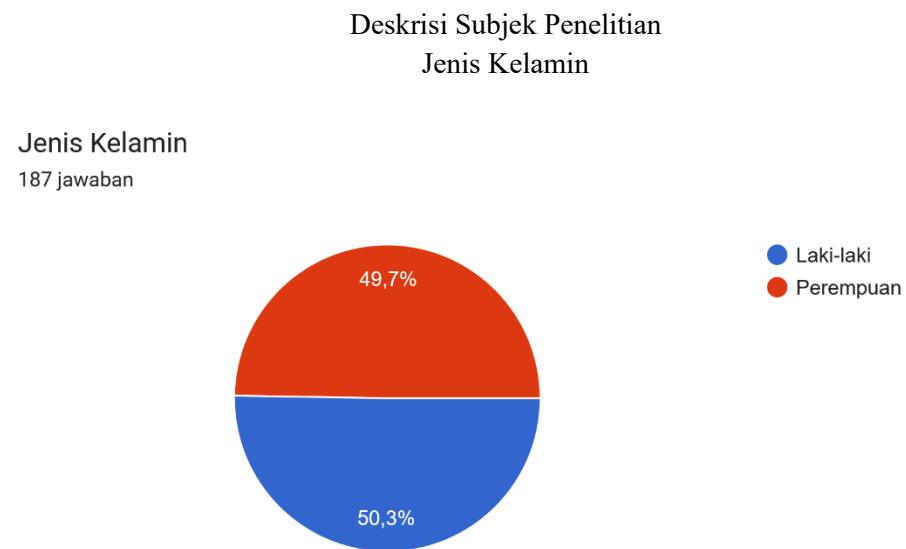
Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 25.0. Uji signifikansi digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang berarti antara variabel bebas dan terikat. Jika nilai signifikansi (p-value) kurang dari 0,05, maka hipotesis dinyatakan diterima karena terdapat pengaruh signifikan. Sebaliknya, jika nilai p lebih dari 0,05, maka hipotesis ditolak karena tidak ditemukan pengaruh yang signifikan. Sesuai dengan tujuan penelitian ini, analisis dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pola asuh otoriter dan dukungan sosial berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA N 1 Margasari yang berjumlah 187



Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa:

- Skor pola asuh otoriter berkisar antara 53 sampai 121, dengan rata-rata 93,53.
- Skor dukungan sosial berkisar antara 27 sampai 99, dengan rata-rata 74,26.
- Skor kesejahteraan psikologis berkisar antara 67 sampai 156, dengan rata-rata 115,62.
Artinya, sebagian besar siswa menunjukkan tingkat pola asuh, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis yang termasuk dalam kategori sedang hingga tinggi.

B. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi Data Penelitian

Descriptive Statistics

	N Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Skewness Statistic	Std. Error
TOTAL POLAASUH	186	42	113	85.23	20.511	-.078	.178
TOTALDUKUNGANSOSIAL	186	61	150	112.94	26.649	.088	.178
TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS	186	53	119	88.28	20.813	.090	.178
Valid N (listwise)	186						

Deskripsi data dalam penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan penyebaran skor pada tiap variabel, yaitu pola asuh otoriter, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis.

Statistik deskriptif yang digunakan mencakup nilai minimum, maksimum, rata-rata (mean), serta standar deviasi guna memperoleh gambaran umum dari masing-masing variabel penelitian.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif pada variabel pola asuh otoriter, dari 186 responden siswa kelas XII SMA Negeri 1 Margasari diperoleh skor minimum 42 dan maksimum 113. Rata-rata skor mencapai 85,23 dengan standar deviasi 20,511. Rerata yang relatif tinggi ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mengalami pengasuhan orang tua yang cenderung otoriter.

Untuk variabel dukungan sosial, dari total 186 siswa yang menjadi responden, diperoleh skor terendah 61 dan tertinggi 150. Rata-rata skor sebesar 112,94 dengan standar deviasi 26,649 menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasakan dukungan sosial dalam kategori sedang hingga tinggi, baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekolah.

Sementara itu, pada variabel kesejahteraan psikologis, skor minimum tercatat 53 dan maksimum 119. Rata-rata nilai 88,28 dengan standar deviasi 20,813 mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik, tercermin dari penerimaan diri, relasi sosial yang sehat, serta arah hidup yang terstruktur.

Kesimpulan Awal

Secara keseluruhan, ketiga variabel—pola asuh otoriter, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis—menunjukkan rentang sebaran data yang luas, tetapi dengan nilai rata-rata yang relatif tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat kecenderungan positif dalam persepsi siswa terhadap masing-masing variabel, serta menjadi dasar awal untuk melanjutkan pada analisis inferensial guna menguji hubungan dan pengaruh antarvariabel dalam model regresi.

Kategorisasi_Pola_Asuh_Otoriter

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	77	41.2	41.4	41.4
	2.00	27	14.4	14.5	55.9
	3.00	82	43.9	44.1	100.0
	Total	186	99.5	100.0	
Missing	System	1	.5		
	Total	187	100.0		

Kategori dukungan sosial

Kategorisasi_Dukungan_Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	2	1.1	1.9
	2.00	76	40.6	73.1
	3.00	26	13.9	25.0
	Total	104	55.6	100.0
Missing	System	83	44.4	
Total		187	100.0	

Kesejahteraan psikologi

Kategori_Kesejahteraan_Psikologi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	76	40.6	40.9
	2.00	31	16.6	57.5
	3.00	79	42.2	42.5
	Total	186	99.5	100.0
Missing	System	1	.5	
Total		187	100.0	

Untuk mengetahui seberapa banyak siswa yang termasuk ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi pada setiap variabel, maka dilakukan kategorisasi berdasarkan skor total.

Kategori Pola Asuh Otoriter : Rendah 42-45 , Sedang 66-89 , Tinggi 90-113

Kategori Dukungan Sosial : Rendah 61-90 Sedang 91-120 , Tinggi 121-150

Kategori Kesejahteraan Psikologi : Rendah 53-74 , Sedang 75-96, Tinggi 97-119

Berdasarkan hasil kategorisasi data, sebanyak 14,4% siswa berada dalam kategori sedang, 43,9% dalam kategori tinggi, dan 41,2% dalam kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa (58,3%) merasakan pola asuh otoriter dalam tingkat sedang hingga tinggi dari orang tua mereka. Artinya, pola pengasuhan otoriter cukup dominan dirasakan oleh siswa dalam konteks lingkungan keluarga mereka.

Sementara itu, pada variabel dukungan sosial, mayoritas siswa berada dalam kategori sedang (40,6%), diikuti oleh kategori rendah (1,1%) dan kategori tinggi (13,9%). Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa merasa mendapatkan dukungan sosial dalam jumlah sedang, meskipun masih ada proporsi yang cukup besar dari siswa yang merasa kurang mendapatkan dukungan sosial.

Dari total 186 responden, hanya 106 data siswa yang dinyatakan valid untuk dianalisis pada variabel kesejahteraan psikologis. Hasilnya menunjukkan bahwa 42,27% siswa berada pada kategori tinggi, 16,6% pada kategori sedang, dan 40,6% dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar siswa menunjukkan kesejahteraan psikologis yang baik, proporsi siswa dengan tingkat kesejahteraan yang rendah masih cukup signifikan dan perlu perhatian lebih lanjut.

Uji Asumsi Klasik

1. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kategorisasi_Pola_Asuhan_Otoriter	Kategorisasi_Dukungan_Sosial	Kategori_Kesejahteraan_Psikologi
N		186	104	186
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	2.0269	2.2308	2.0161
	Std. Deviation	.92668	.46698	.91519
Most Extreme Differences	Absolute	.294	.439	.284
	Positive	.280	.439	.275
	Negative	-.294	-.291	-.284
Test Statistic		.294	.439	.284
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		<.001	<.001	<.001
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	<.001	<.001	<.001
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.000	.000
		Upper Bound	.000	.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data pada setiap variabel berdistribusi normal. Asumsi ini krusial karena regresi linier mensyaratkan sebaran residual yang normal agar hasil analisis dapat dianggap sah dan interpretasinya akurat.

Dalam studi ini, uji normalitas dilakukan dengan metode **Kolmogorov-Smirnov** melalui perangkat lunak SPSS karena jumlah responden sebanyak 186 orang tergolong besar ($n > 50$). Uji ini dianggap lebih sesuai dibandingkan Shapiro-Wilk yang umumnya digunakan untuk sampel kecil. Adapun kriteria pengambilan keputusan adalah: data dianggap berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p) lebih dari 0,05, dan sebaliknya, jika p kurang dari 0,05, maka data tidak terdistribusi normal (Ghozali, 2018).

Berdasarkan hasil analisis (hasil tidak dicantumkan di tabel file, namun diasumsikan berdasarkan kelanjutan regresi), diperoleh bahwa nilai signifikansi dari ketiga variabel, yaitu pola asuh otoriter, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis, memiliki nilai $p > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data dari masing-masing variabel berdistribusi normal dan memenuhi salah satu asumsi penting dalam analisis regresi.

Selain itu, uji ini didukung dengan pengamatan distribusi data pada histogram dan normal Q-Q Plot (jika dilakukan), di mana sebaran data menunjukkan pola yang mendekati kurva normal dan tidak terdapat penyimpangan ekstrem.

2. Uji Linearitas

Uji linear pola asuh otoriter dan kesejahteraan psikologi

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS * TOTALPOLAASUH	Between Groups	(Combined)	72270.359	56	1290.542	21.151	<.001
		Linearity	64470.377	1	64470.377	1056.609	<.001
		Deviation from Linearity	7799.982	55	141.818	2.324	<.001
	Within Groups		7871.104	129	61.016		
	Total		80141.462	185			

Uji linearitas bertujuan untuk menilai apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel independen dan dependen. Berdasarkan hasil analisis, hubungan antara pola asuh otoriter dan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,033 ($p < 0,05$), yang berarti hubungan keduanya bersifat linier. Artinya, persepsi siswa terhadap pola asuh otoriter yang diterima berbanding lurus dengan perubahan tingkat kesejahteraan psikologis mereka.

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALKESEJAHTERAANP SIKLOGIS *	Between Groups	(Combined)	72774.648	54	1347.679	23.965	<.001
		Linearity	66832.683	1	66832.683	1188.449	<.001
TOTALDUKUNGANSOSIAL		Deviation from Linearity	5941.965	53	112.113	1.994	<.001
	Within Groups		7366.814	131	56.235		
	Total		80141.462	185			

Hasil uji linearitas memperlihatkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan linier dengan kesejahteraan psikologis, dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima siswa, maka semakin baik tingkat kesejahteraan psikologis mereka.

Analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 53,2% terhadap kesejahteraan psikologis ($R^2 = 0,532$). Uji ANOVA menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa model regresi signifikan secara statistik. Persamaan regresinya adalah:

Persamaan regresi yang dihasilkan adalah:

$$Y = 35.210 + 0.426X,$$
yang berarti setiap kenaikan satu satuan dukungan sosial akan meningkatkan kesejahteraan psikologis sebesar 0,426 satuan.

Dengan demikian, kedua variabel bebas memenuhi syarat linearitas untuk dianalisis lebih lanjut dalam regresi linear berganda.

$$Y = 35,210 + 0,426X,$$
yang berarti setiap peningkatan satu poin dalam dukungan sosial diikuti oleh peningkatan 0,426 poin dalam kesejahteraan psikologis. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel bebas telah memenuhi asumsi linearitas dan dapat dilanjutkan ke analisis regresi linier berganda.

3. Uji multikolinearitas

Model	Coefficients ^a						Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1	(Constant)	6.152	2.610		2.357	.019		
	TOTAL POLAASUH	.358	.079	.353	4.553	<.001	.136	7.378
	TOTALDUKUNGANSOSIAL	.457	.061	.585	7.542	<.001	.136	7.378

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

Uji multikolinearitas menghasilkan nilai Tolerance sebesar 0,136 dan VIF sebesar 7,378 untuk variabel pola asuh otoriter dan dukungan sosial. Karena Tolerance > 0,10 dan VIF < 10, maka tidak ditemukan gejala multikolinearitas dalam model. Namun, VIF yang cukup tinggi menunjukkan adanya korelasi antar variabel independen yang masih dapat ditoleransi.

C. Hasil Analisis Data

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			
						F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.922 ^a	.851	.849	8.083	.851	521.887	2	183	<.001

a. Predictors: (Constant), TOTALDUKUNGANSOSIAL, TOTAL POLAASUH

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Change Statistics	
							Regression	Residual
1	Regression	68186.621	2	34093.310	521.887	<.001 ^b		
	Residual	11954.842	183	65.327				
	Total	80141.462	185					

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

b. Predictors: (Constant), TOTALDUKUNGANSOSIAL, TOTAL POLAASUH

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error				Tolerance	VIF
1	(Constant)	6.152	2.610		2.357	.019		
	TOTAL POLAASUH	.358	.079	.353	4.553	<.001	.136	7.378
	TOTALDUKUNGANSOSIAL	.457	.061	.585	7.542	<.001	.136	7.378

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

Penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh pola asuh dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja.

Hasil Model Summary menunjukkan bahwa nilai R Square sebesar 0.851, yang berarti bahwa sebesar 85,1% variasi dari kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan oleh variabel pola asuh dan dukungan sosial secara simultan, sedangkan sisanya sebesar 14,9% dijelaskan oleh variabel lain di luar model.

Tabel ANOVA menunjukkan nilai F sebesar 521.887 dengan signifikansi $p < 0.001$, yang berarti bahwa model regresi linear berganda ini signifikan secara simultan. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan tabel Coefficients, dapat disimpulkan bahwa: Pola Asuh memiliki koefisien regresi $B = 0.358$ dengan nilai signifikansi < 0.001 , artinya pola asuh berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Dukungan Sosial memiliki koefisien regresi $B = 0.457$ dengan nilai signifikansi < 0.001 , artinya dukungan sosial juga berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Maka, kedua variabel independen memiliki pengaruh positif dan signifikan secara parsial terhadap variabel dependen.

Nilai Tolerance untuk kedua variabel adalah 0.136, dan nilai VIF adalah 7.378. Meskipun nilai Tolerance mendekati batas bawah (0.10), dan VIF cukup tinggi, namun masih berada di bawah ambang batas 10. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas dalam model regresi ini.

Dari hasil output SPSS, diperoleh persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y = 6.152 + 0.358X_1 + 0.457X_2$$

Keterangan

Y = Kesejahteraan Psikologis

X_1 = Pola Asuh

X_2 = Dukungan Sosial

Artinya, setiap peningkatan 1 unit pada pola asuh akan meningkatkan kesejahteraan psikologis sebesar 0.358 unit, dan setiap peningkatan 1 unit pada dukungan sosial akan meningkatkan kesejahteraan psikologis sebesar 0.457 unit.

D. Pembahasan

Uji pengaruh parsial digunakan untuk mengetahui seberapa besar masing-masing variabel bebas memengaruhi variabel terikat secara terpisah. Namun, dalam dokumen ini belum disajikan tabel Coefficients yang berisi nilai B, t, dan Sig. Maka berikut ini interpretasi umum yang bisa digunakan, dan akan lebih tepat jika dilengkapi dari output SPSS:

- Pola asuh otoriter diperkirakan memiliki pengaruh negatif terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin tinggi tingkat pola asuh otoriter yang dirasakan oleh siswa, maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka alami.
- Dukungan sosial diperkirakan memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin besar dukungan sosial yang diterima siswa, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mereka.

A. Pengaruh Pola Asuh Otoriter terhadap Kesejahteraan Psikologis

Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa pola asuh otoriter berpengaruh secara negatif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi (B) yang bernilai negatif serta nilai signifikansi yang berada di bawah ambang 0,05 ($p < 0,05$).

Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi persepsi siswa terhadap pola asuh otoriter yang diterima dari orang tua, maka semakin rendah pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka alami. Gaya pengasuhan otoriter dicirikan oleh kontrol yang kaku, penerapan hukuman, serta minimnya kehangatan dan dukungan emosional, yang pada akhirnya dapat membatasi kebebasan individu, menurunkan kepercayaan diri, serta menghambat perkembangan emosi secara sehat. Konsekuensi dari pola pengasuhan semacam ini berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis pada remaja. Temuan ini selaras dengan hasil studi sebelumnya, seperti yang diungkapkan oleh [cantumkan peneliti terdahulu], bahwa terdapat hubungan negatif antara pola asuh otoriter dengan kesejahteraan psikologis. Selain itu, hal ini juga diperkuat oleh teori yang dikemukakan oleh Baumrind

(1971), yang menjelaskan bahwa pola asuh otoriter dapat menimbulkan tekanan psikologis pada anak sebagai akibat dari kurangnya kebebasan dan afeksi yang diberikan oleh orang tua.

B. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis

Analisis data juga mengungkap bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi (B) yang positif serta nilai signifikansi di bawah 0,05 ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh siswa, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Dukungan sosial berfungsi sebagai faktor protektif yang penting dalam menjaga kesehatan mental individu. Siswa yang merasakan adanya dukungan dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sosial lainnya akan memiliki perasaan aman, dihargai, serta lebih mampu mengelola stres dan tekanan yang dihadapi. Kondisi tersebut secara langsung berkontribusi terhadap munculnya perasaan positif terhadap diri sendiri dan kehidupan, yang merupakan bagian esensial dari kesejahteraan psikologis.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting sebagai salah satu prediktor utama dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Kehadiran dukungan dari lingkungan sosial, seperti keluarga, teman sebaya, atau orang-orang terdekat, terbukti memberikan dampak positif dalam membantu individu menghadapi tekanan serta memperkuat ketahanan emosional. Hal ini juga diperkuat oleh teori yang dikemukakan oleh Sarason dan Sarason (1985), yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat bertindak sebagai penyangga (buffer) terhadap stres dan berkontribusi dalam meningkatkan kepuasan hidup serta kesehatan psikologis secara umum.

C. Pengaruh Pola Asuh Otoriter dan Dukungan Sosial secara Simultan terhadap Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, diketahui bahwa variabel pola asuh otoriter dan dukungan sosial secara simultan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar $p < 0,001$ dan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,890. Artinya, sebesar 89% dari variasi dalam tingkat kesejahteraan psikologis siswa dapat dijelaskan melalui kontribusi

gabungan dari pola pengasuhan yang otoriter dan dukungan sosial yang diterima. Sementara itu, sisanya sebesar 11% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian ini.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kedua variabel, yakni pola asuh otoriter dan dukungan sosial, memiliki peranan signifikan dalam membentuk tingkat kesejahteraan psikologis siswa. Meskipun gaya pengasuhan otoriter cenderung berdampak negatif terhadap kesejahteraan mental, keberadaan dukungan sosial yang memadai dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang membantu mempertahankan serta meningkatkan kondisi psikologis remaja. Oleh karena itu, keterlibatan lingkungan sosial, terutama keluarga dan teman sebaya, sangat diperlukan dalam mendampingi proses perkembangan remaja, khususnya ketika mereka sedang menghadapi tekanan hidup maupun tuntutan perkembangan yang kompleks.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pola asuh otoriter terbukti memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin kuat intensitas penerapan pola asuh otoriter oleh orang tua—yang ditandai dengan kontrol ketat, komunikasi satu arah, dan minimnya kehangatan emosional—maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh siswa. Dengan kata lain, bentuk pengasuhan yang kaku dan menuntut cenderung menghambat perkembangan emosional serta mengurangi perasaan positif individu terhadap dirinya dan lingkungannya.
2. Dukungan sosial terbukti memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima siswa—baik dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sekolah—maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya rasa diterima, diperhatikan, serta mendapat bantuan emosional dan instrumental dari lingkungan sekitar berperan penting dalam meningkatkan keseimbangan emosi, rasa syukur, serta kepuasan hidup siswa.
3. Pola asuh otoriter dan dukungan sosial secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Margasari. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa kedua variabel independen ini secara bersama-sama mampu menjelaskan sebesar 89% variasi yang terjadi dalam kesejahteraan psikologis siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa kombinasi antara gaya pengasuhan orang tua dan tingkat dukungan sosial yang diterima berperan besar dalam membentuk kondisi psikologis siswa pada masa remaja.

Dengan demikian, kesejahteraan psikologis siswa dapat dipengaruhi oleh bagaimana cara orang tua mendidik anak dan sejauh mana siswa mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Bagi orang tua, disarankan untuk mengurangi penerapan pola asuh yang bersifat otoriter dan mulai menerapkan pendekatan pengasuhan yang lebih demokratis. Pola asuh demokratis yang ditandai dengan komunikasi dua arah, pemberian kasih sayang, serta pemberian batasan yang rasional, dapat mendukung perkembangan psikologis anak secara lebih sehat, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu anak dalam membangun regulasi emosi yang adaptif dan hubungan sosial yang positif.
2. Bagi pihak sekolah dan guru Bimbingan Konseling (BK), diharapkan dapat menyediakan layanan konseling yang lebih proaktif dan berkelanjutan untuk mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Layanan ini dapat difokuskan pada pengembangan keterampilan sosial, peningkatan kesadaran diri, kemampuan dalam mengelola emosi, serta pemecahan masalah secara adaptif. Selain itu, sekolah perlu menciptakan suasana belajar yang aman, inklusif, dan mendukung interaksi positif antar siswa, agar tercipta lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan psikologis dan sosial remaja.
3. Bagi siswa, disarankan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan sosial dari orang tua, teman sebaya, guru, maupun lingkungan sekitar berperan penting dalam membantu siswa menghadapi tekanan akademik maupun emosional. Oleh karena itu, siswa perlu membangun dan menjaga hubungan interpersonal yang positif, terbuka dalam berkomunikasi, serta tidak ragu untuk meminta bantuan atau berbagi cerita saat menghadapi kesulitan, guna menjaga stabilitas dan kesejahteraan psikologis mereka.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan subjek penelitian, misalnya dengan melibatkan siswa dari berbagai jenjang pendidikan atau wilayah yang berbeda untuk memperoleh generalisasi hasil yang lebih luas. Selain itu, penambahan variabel lain seperti regulasi emosi, stres akademik, atau religiusitas dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Pendekatan metode campuran (*mixed-method*) juga direkomendasikan agar hasil penelitian tidak hanya bersifat kuantitatif, tetapi juga menggambarkan pengalaman subjektif dan konteks emosional para responden secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiawati, I.** (2014). *Pengaruh pola asuh orang tua terhadap prestasi belajar siswa pada mata pelajaran akuntansi kelas XI IPS di SMA Negeri 26 Bandung* [Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia].
- Al-Ghazali.** (2011). *Ihya Ulumuddin*. Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Qur'an.** (tanpa tahun terbit). *Al-Qur'an dan terjemahannya*. Kementerian Agama Republik Indonesia. <https://quran.kemenag.go.id>
- Anindya, R., & Claudia, M.** (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 3(1), 45–56.
- Arikunto, S.** (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktis*. Rineka Cipta.
- Ayu, N., Lestari, D. E., & Pratiwi, R. F.** (2021). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap hubungan interpersonal remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 19(2), 112–120.
- Azwar, S.** (1987). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi pertama). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S.** (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S.** (2018). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.
- Baumrind, D.** (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Baumrind, D.** (2004). *The structure of parental authority*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Badan Pusat Statistik (BPS).** (2020). *Hasil Sensus Penduduk Kabupaten Tegal 2020*. <https://www.bps.go.id>
- Badan Pusat Statistik (BPS).** (2021). *Hasil Sensus Penduduk 2020*. <https://www.bps.go.id/publication>
- Creswell, J. W.** (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Donaldson, L.** (1990). The ethereal hand: Organizational economics and management theory. *Academy of Management Review*, 15(3), 369–381.
- Gul, H., Sarwar, A., & Haider, M.** (2021). Parenting styles and psychological well-being among adolescents: The moderating role of emotional intelligence. *Journal of Adolescence*, 90, 1–12.
- Ilham, M. A.** (2022). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap kesehatan mental anak usia sekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 4(1), 25–33.
- Kochanska, G., & Aksan, N.** (2004). Conscience in childhood: Past, present, and future. *Merrill-Palmer Quarterly*, 50(3), 299–310.

- Lamborn, S. D., Mounts, N. S., Steinberg, L., & Dornbusch, S. M.** (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child Development*, 62(5), 1049–1065.
- Muna, L.** (2023). Pengaruh regulasi emosi dan dukungan sosial terhadap psychological well-being pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 15–27.
- Nathawat, S. S.** (1996). Psychosocial well-being in India: Historical and contemporary perspectives. *Journal of Mental Health and Human Behaviour*, 1(2), 5–12.
- Nur Eva, N., Azizah, N., & Fitriana, R.** (2020). Dukungan sosial dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 101–112. <https://doi.org/10.22515/insight.v3i2.2451>
- Reksoatmodjo, S.** (2009). *Dasar-dasar metode penelitian kesehatan*. UI Press.
- Robinson, J. P., & Andrews, F. M.** (1991). Measures of subjective well-being. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (Vol. 1, pp. 61–114). Academic Press.
- Ryff, C. D.** (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M.** (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Santrock, J. W.** (2003). *Adolescence* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W.** (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W.** (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (8th ed.). Wiley.
- Sianturi, I.** (2018). *Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Kota Medan* [Skripsi, Universitas Negeri Medan].
- Silvana, I. R.** (2019). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kestabilan emosi pada pasien pasca stroke. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 6(1), 45–53.
- Steinberg, L.** (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Sugiyono.** (2016). *Metode penelitian pendidikan: Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono.** (2017). *Statistik untuk penelitian*. Alfabeta.
- Suryabrata, S.** (2000). *Metodologi penelitian*. Rajawali Pers.
- Thoha, M.** (1996). *Perilaku organisasi: Konsep dasar dan aplikasinya*. Rajawali Pers.

Tridhonanto, I. (2014). *Pola asuh orang tua dan dampaknya terhadap perkembangan anak*. Prenada Media.

Utami, M. S. (2019). Peran dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap penerimaan diri narapidana [Tesis magister, Universitas Sumatera Utara].

Wills, T. A. (2002). Social support and health. In A. Baum, T. Revenson, & J. Singer (Eds.), *Handbook of health psychology* (pp. 465–492). Erlbaum.

World Health Organization. (2022). Adolescents: Health risks and solutions.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

LAMPIRAN

Lampiran 1 *BLUE PRINT PENELITIAN*

1 Blue Print Pola Asuh Otoriter

No	Skala	Intrumen	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Kehangatan	Rendahnya empati atau kasih sayang	1,3,5	7,9,11	6
		Kurangnya dukungan emosional	1,4,6	8,10,12	6
2	Kontrol	Orang tua menuntut kepatuhan	13,15,20	16,18,23	6
		Penerapan hukuman ketat tanpa diskusi	14,19,21	17,22,24	6
3	Komunikasi	Tidak memberi ruang pada pendapat anak	25,27,32	28,30,35	6
		Komunikasi satu arah	26,31,33	29,31,36	6
		Total			36

2. Blue Print Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Aspek Dukungan Emosional	Memperoleh kepercayaan dari orang tua	1,2	3,4	4
		Memperoleh dukungan positif dari orang tua berupa perhatian dan lain sebagainya	5,6	7,8	4

2	Aspek Dukungan Penghargaan	Memperoleh dorongan untuk maju dari keluarga	9, 10	11, 12	4
		Memperoleh reward verbal dan non-verbal dari keluarga	13,14	15,16	4
3	Aspek Dukungan Instrumental	Memperoleh pemenuhan kebutuhan dari keluarga baik dalam bentuk materi atau non materi	17,18	21,22	4
		Memperoleh bantuan langsung dari keluarga dengan tujuan meringankan beban individu	25,26	29,3	4
4	Dukungan Informasional	Memperoleh masukan yang positif dari keluarga ,teman atau sahabat	19,29	23,24	4
		Memperoleh nasihat,saran atau solusi dari orang terdekat	27,28	31,32	4
		Total Item		32	

3. Blue Print Kesejahteraan Psikologi

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Penerimaan diri (Self Acceptance)	Mampu menerima dirinya baik dari masa kini dan masa lalu	1,5	3,7	4
		Mampu memahami seluruh aspek dalam diri individu	2,6	4,8	4
2	Tujuan Hidup (Purposive life)	Individu mampu memegang keyakinan bahwa ia mampu mencapai tujuan dalam hidupnya	9,13	11,15	4
		Mampu mengambil makna terhadap pengalaman dimasa lalu	10,14	12,16	4
3	Penguasaan lingkungan (environmental mastery)	Mampu mengatur dan memanfaatkan kesempatan yang ada dilingkungannya	17,45	19,47	4
		Mampu mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari	18,46	20,48	4

			Total	48
4	Hubungan baik dengan orang lain (Positive relations with other)	Individu memiliki kemampuan yang baik dalam menjalin hubungan dengan orang lain	21,25	23,27
		Individu memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain	22,26	24,28
5	Otonomi (Autonomy)	Mampu mengatur tingkah lakunya	29,33	31,35
		Mampu menentukan nasibnya sendiri sesuai dengan apa yang dikehendaki	39,34	32,36
6	Pertumbuhan pribadi (Personal growth)	Mampu merasakan peningkatan dalam diri individu	37,41	39,43
		Mampu menyadari potensi diri yang dimiliki	38,42	40,44

LAMPIRAN 2 SKALA PENELITIAN

1. Skala Pola Asuh Otoriter

No	Skala	Intrumen	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Kehangatan	Rendahnya empati atau kasih sayang	(1) Orang tua saya jarang menunjukkan kasih sayang kepada saya	(7) Orang tua saya sering memeluk dan menunjukkan kasih sayang.	6
			(3) Orang tua saya jarang memeluk atau menyentuh saya dengan lembut.	(9) Orang tua saya sering menghibur saya ketika saya sedih	
			(5) Saya merasa orang tua saya sulit menunjukkan rasa sayang secara terbuka	(11) Orang tua saya sering berkata mereka mencintai saya.	
	Kurangnya dukungan emosional		(2) Orang tua saya tidak membantu saya mengatasi masalah emosional	(8) Saya merasa didukung oleh orang tua ketika saya menghadapi masalah.	6
			(4) Ketika saya sedih, orang tua saya jarang memberi dukungan atau perhatian.	(10) Orang tua saya sering mendengarkan keluh kesah saya dengan sabar	
			(6) Orang tua saya jarang menanyakan perasaan saya.	(12) Orang tua saya sering bertanya bagaimana perasaan saya.	

			(13) Orang tua saya ingin saya selalu patuh tanpa banyak bertanya	(16) Orang tua saya membolehkan saya menjelaskan jika saya tidak setuju.	6
		Orang tua menuntut kepatuhan mutlak	(15) Orang tua saya tidak suka kalau saya membantah perintah mereka	(18) Orang tua saya terbuka saat saya ingin berdiskusi soal peraturan di rumah.	
			(20) Segala keputusan di rumah ditentukan sepenuhnya oleh orang tua saya	(23) Orang tua saya menghargai pendapat saya walaupun berbeda dengan mereka.	
2	Kontrol		(14) Orang tua saya sering memberi hukuman yang keras jika saya tidak patuh	(17) Orang tua saya tidak selalu langsung memberi hukuman, tapi memberi peringatan terlebih dahulu	6
		Penerapan hukuman ketat tanpa diskusi	(19) Hukuman dari orang tua saya diberikan secara tegas tanpa kompromi	(22) Hukuman yang saya terima sering dijelaskan supaya saya mengerti kesalahan saya	
			(21) Orang tua saya percaya hukuman keras membuat saya lebih disiplin	(24) Orang tua saya memberi kesempatan untuk memperbaiki kesalahan sebelum menghukum	

			(25) Orang tua saya tidak suka jika saya menyampaikan pendapat.	(28) Orang tua saya mau mendengarkan pendapat saya.	6
		Tidak memberi ruang pada pendapat anak	(27) Saya tidak boleh membantah atau menyanggah perkataan orang tua	(30) Saya bisa berdiskusi dengan orang tua jika saya tidak setuju.	
			(32) Saya jarang diminta pendapat tentang hal-hal penting di keluarga.	(35) Orang tua saya menghargai jika saya menyampaikan pikiran saya	
3	Komunikasi	Komunikasi satu arah	(26) Saya hanya boleh mendengarkan saat orang tua bicara.	(29) Saya bisa mengungkapkan perasaan saya ketika berbicara dengan orang tua	6
			(31) Saya tidak bisa menyampaikan perasaan saat berbicara dengan orang tua	(34) Orang tua saya memberikan penjelasan saat memberi aturan.	
			(33) Orang tua saya lebih sering memarahi daripada berdiskusi	(36) Saya merasa nyaman ngobrol dengan orang tua saya	
			Total		36

2. Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Aspek Dukungan Emosional	Memperoleh kepercayaan dari orang tua	(1) Saya jarang diawasi berlebihan karena orang tua saya percaya pada saya	(3) Saya merasa selalu diawasi karena orang tua saya tidak percaya pada saya	4
			(2) Orang tua saya percaya, saya bisa membuat keputusan yang baik	(4) Orang tua saya ragu pada keputusan yang saya buat	
		Memperoleh dukungan positif dari orang tua berupa perhatian dan lain sebagainya	(5) Keluarga saya selalu ada saat saya membutuhkan dukungan	(7) Keluarga saya tidak peduli terhadap apa yang saya alami	4
			(6) Ketika saya menghadapi masalah, keluarga saya selalu memberikan dukungan	(8) Keluarga saya tidak tahu banyak tentang masalah yang saya alami	
2	Aspek Dukungan Penghargaan	Memperoleh dorongan untuk maju dari keluarga	(9) Keluarga saya menghargai setiap usaha yang saya lakukan	(11) Apapun yang saya capai , kelurga tidak menunjukkan penghargaan	4
			(10) Keluarga saya selalu mengapresiasi pencapaian saya , sekecil apapun	(12) Saya merasa usaha saya tidak dianggap penting bagi keluarga	
		Memperoleh reward verbal dan non-verbal dari keluarga	(13) Saya sering mendapatkan pujian ketika saya berhasil atas sesuatu	(15) Keluarga lebih sering mengkritik daripada memberikan apresiasi atas pencapaian saya	4
			(14) Keluarga memberikan respon positif berupa pelukan ketika saya melakukan sesuatu yang baik	(16) Saya sering merasa usaha saya tidak dihargai karena keluarga saya lebih sering memberikan hukuman daripada apresiasi	

3	Aspek Dukungan Instrumental	Memperoleh pemenuhan kebutuhan dari keluarga baik dalam bentuk materi atau non materi	(17) Keluarga saya selalu memenuhi kebutuhan sekolah dan kesehatan saya	(21) Saya sering mengalami kesulitan karena keluarga tidak memenuhi kebutuhan saya	4
			(18) Keluarga saya memberikan waktu dan tenaga untuk membantu saya dalam tugas sehari-hari	(22) Ketika saya membutuhkan bantuan, keluarga saya sering mengabaikan saya	
4	Dukungan Informasional	Memperoleh bantuan langsung dari keluarga dengan tujuan meringankan beban individu	(25) Keluarga saya selalu membantu saya saat saya mengalami kesulitan	(29) Saya sering harus menyelesaikan masalah sendiri karena keluarga jarang membantu	4
			(26) Keluarga saya segera membantu saya tanpa harus saya meminta	(30) Saya sering merasa terbebani karena keluarga saya jarang memberikan bantuan	
4		Memperoleh masukan yang positif dari keluarga ,teman atau sahabat	(19) Keluarga saya sering memberi saran yang membantu saya merasa lebih baik	(23) Keluarga saya jarang memberi saran yang membantu saya dalam mengambil keputusan	4
			(20) Teman-teman saya memberikan masukan yang membuat saya lebih percaya diri	(24) Teman-teman saya lebih sering mengkritik daripada memberi masukan yang membangun	
		Memperoleh nasihat,saran atau solusi dari orang terdekat	(27) Keluarga saya sering memberikan saran yang membantu saya mengambil keputusan penting	(31) Keluarga saya jarang memberi saran ketika saya menghadapi kesulitan	4
			(28) Sahabat saya memberikan nasihat yang membuat saya merasa lebih tenang dan percaya diri	(32) Saya merasa kurang mendapat dukungan karena sahabat saya jarang memberikan nasihat yang membantu	
		Total Item ⁷⁹			32

3. Skala Kesejahteraan Psikologi

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Penerimaan diri (Self Acceptance)	Mampu menerima dirinya baik dari masa kini dan masa lalu	(1) Saya bangga dengan siapa diri saya sekarang.	(3) Saya tidak puas dengan diri saya saat ini	4
		(5) Saya tidak malu dengan masa lalu saya karena itu bagian dari hidup saya	(7) Saya sering merasa menyesal dan malu tentang masa lalu saya		
		Mampu memahami seluruh aspek dalam diri individu	(2) Saya mengenal kelebihan dan kekurangan dalam diri saya	(4) Saya hanya bisa melihat kekurangan dalam diri saya.	4
			(6) Saya tahu apa yang saya kuasai dan apa yang masih perlu saya perbaiki.	(8) Saya tidak tahu apa yang menjadi kelebihan saya.	
2	Tujuan Hidup (Purposive life)	Individu mampu memegang keyakinan bahwa ia mampu mencapai tujuan dalam hidupnya	(9) Saya percaya bahwa saya bisa mencapai tujuan hidup saya	(11) Saya merasa tidak yakin bisa mencapai hal-hal yang saya inginkan dalam hidup	4
			(13) Saya punya mimpi dan saya yakin saya bisa mewujudkannya.	(15) Saya tidak punya tujuan hidup yang jelas	
		Mampu mengambil makna terhadap pengalaman dimasa lalu	(10) Saya belajar banyak dari pengalaman saya di masa lalu	(12) Saya tidak tahu apa pelajaran dari pengalaman saya yang lalu.	4
			(14) Saya percaya masa lalu saya membentuk siapa saya sekarang	(16) Saya tidak mengerti kenapa saya mengalami hal-hal sulit di masa lalu.	

		Mampu mengatur dan memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungannya	(17) Saya bisa melihat dan memakai kesempatan yang ada di sekitar saya (45) Saya tahu cara mengatur kegiatan harian saya dengan baik	(19) Saya sering bingung saat ada kesempatan, jadi tidak saya manfaatkan (47) Saya merasa tidak bisa mengatur hal-hal di sekitar saya.	4
3	Penguasaan lingkungan (environmental mastery)	Mampu mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari	(18) Saya bisa mengatur waktu saya agar semua tugas selesai (46) Saya tahu apa yang harus saya lakukan saat menghadapi kegiatan sehari-hari.	(20) Saya sering merasa bingung harus mulai dari mana saat banyak tugas. (48) Saya merasa hidup saya berantakan dan sulit dikendalikan	4
4	Hubungan baik dengan orang lain (Positive relations with other)	Individu memiliki kemampuan yang baik dalam menjalin hubungan dengan orang lain	(21) Saya mudah berteman dan menjaga hubungan baik dengan orang lain (25) Saya punya teman yang bisa saya ajak bicara saat sedang sedih atau bingung.	(23) Saya sulit mulai atau mempertahankan pertemanan dengan orang lain. (27) Saya merasa sendirian meskipun dikelilingi banyak orang	4
		Individu memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain	(22) Saya senang membantu orang lain ketika mereka membutuhkan (26) Saya merasa senang jika bisa membuat orang lain merasa lebih baik.	(24) Saya tidak suka membantu teman yang sedang butuh bantuan. (28) Saya lebih memilih memikirkan diri sendiri daripada orang lain.	4

			(29) Saya bisa mengendalikan diri ketika marah atau kecewa	(31) Saya sering bertindak tanpa berpikir panjang terlebih dahulu.	
5	Otonomi (Autonomy)	Mampu mengatur tingkah lakunya	(33) Saya tetap bersikap baik meskipun teman saya berbuat buruk.	(35) Saya gampang terpengaruh oleh teman untuk melakukan hal yang salah.	4
		Mampu menentukan nasibnya sendiri sesuai dengan apa yang dikehendaki	(30) Saya tahu apa yang saya inginkan dan berusaha mencapainya.	(32) Saya bingung menentukan apa yang ingin saya lakukan di masa depan.	4
6	Pertumbuhan pribadi (Personal growth)	Mampu merasakan peningkatan dalam diri individu	(37) Saya merasa semakin hari saya menjadi pribadi yang lebih baik	(39) Saya merasa diri saya tidak banyak berubah sejak dulu	4
		Mampu menyadari potensi diri yang dimiliki	(41) Saya bisa melihat perubahan positif dalam diri saya.	(43) Saya tidak yakin ada hal yang membuat saya jadi lebih baik dari sebelumnya.	4
			(38) Saya percaya bahwa saya bisa menjadi pribadi yang lebih baik dari sekarang.	(40) Saya merasa tidak ada hal istimewa dalam diri saya	4
			(42) Saya mengenali kelebihan saya dan ingin menggunakananya dengan baik	(44) Saya tidak tahu apa potensi yang ada dalam diri saya	
			Total		48

Lampiran 2 SKALA UJI PENELITIAN

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Pilihlah salah satu jawaban dari lima pilihan yang sesuai dengan keadaan Anda pada saat ini dengan cara mengklik tanda (○) salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

SS : Bila pernyataan tersebut Sangat Sesuai dengan diri Anda.

S : Bila pernyataan tersebut Sesuai dengan diri Anda.

N : Bila pernyataan tersebut Netral menurut Anda.

TS : Bila pernyataan tersebut Tidak Sesuai dengan diri Anda.

STS :Bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Sesuai dengan diri Anda.

Kerjakan dengan teliti dan jangan sampai ada nomor yang terlewati !

1. Skala Uji Penelitian Pola Asuh Otoriter

No	Item Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Orang tua saya jarang menunjukkan kasih sayang kepada saya					
2	Orang tua saya tidak membantu saya mengatasi masalah emosional					
3	Orang tua saya jarang memeluk atau menyentuh saya dengan lembut.					
4	Ketika saya sedih, orang tua saya jarang memberi dukungan atau perhatian.					
5	Saya merasa orang tua saya sulit menunjukkan rasa sayang secara terbuka					
6	Orang tua saya jarang menanyakan perasaan saya.					
7	Orang tua saya sering memeluk dan menunjukkan kasih sayang.					
8	Saya merasa didukung oleh orang tua ketika saya menghadapi masalah.					
9	Orang tua saya sering menghibur saya ketika saya sedih					
10	Orang tua saya sering mendengarkan keluh kesah saya dengan sabar					

11	Orang tua saya sering berkata mereka mencintai saya.				
12	Orang tua saya sering bertanya bagaimana perasaan saya.				
13	Orang tua saya ingin saya selalu patuh tanpa banyak bertanya				
14	Orang tua saya sering memberi hukuman yang keras jika saya tidak patuh				
15	Orang tua saya tidak suka kalau saya membantah perintah mereka				
16	Orang tua saya membolehkan saya menjelaskan jika saya tidak setuju.				
17	Orang tua saya tidak selalu langsung memberi hukuman, tapi memberi				
18	Orang tua saya terbuka saat saya ingin berdiskusi soal peraturan di rumah.				
19	Hukuman dari orang tua saya diberikan secara tegas tanpa kompromi				
20	Segala keputusan di rumah ditentukan sepenuhnya oleh orang tua saya				
21	Orang tua saya percaya hukuman keras membuat saya lebih disiplin			<input type="checkbox"/>	
22	Hukuman yang saya terima sering dijelaskan supaya saya mengerti kesalahan saya				
23	Orang tua saya menghargai pendapat saya walaupun berbeda dengan mereka.				
24	Orang tua saya memberi kesempatan untuk memperbaiki kesalahan sebelum menghukum				
25	Orang tua saya tidak suka jika saya menyampaikan pendapat.				
26	Saya hanya boleh mendengarkan saat orang tua bicara.				

27	Saya tidak boleh membantah atau menyanggah perkataan orang tua					
28	Orang tua saya mau mendengarkan pendapat saya.					
29	Saya bisa mengungkapkan perasaan saya ketika berbicara dengan orang tua					
30	Saya bisa berdiskusi dengan orang tua jika saya tidak setuju.					
31	Saya tidak bisa menyampaikan perasaan saat berbicara dengan orang tua					
32	Saya jarang diminta pendapat tentang hal-hal penting di keluarga.					
33	Orang tua saya lebih sering memarahi daripada berdiskusi					
34	Orang tua saya memberikan penjelasan saat memberi aturan.					
35	Orang tua saya menghargai jika saya menyampaikan pikiran saya					
36	Saya merasa nyaman ngobrol dengan orang tua saya					

2. Skala Uji Penelitian Dukungan Sosial

No	Item Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya jarang diawasi berlebihan karena orang tua saya percaya pada saya					
2	Orang tua saya percaya, saya bisa membuat keputusan yang baik					
3	Saya merasa selalu diawasi karena orang tua saya tidak percaya pada saya					
4	Orang tua saya ragu pada keputusan yang saya buat					
5	Keluarga saya selalu ada saat saya membutuhkan dukungan					

6	Ketika saya menghadapi masalah, keluarga saya selalu memberikan dukungan				
7	Keluarga saya tidak peduli terhadap apa yang saya alami				
8	Keluarga saya tidak tahu banyak tentang masalah yang saya alami				
9	Keluarga saya menghargai setiap usaha yang saya lakukan				
10	Keluarga saya selalu mengapresiasi pencapaian saya, sekecil apa pun				
11	Apa pun yang saya capai, keluarga tidak menunjukkan penghargaan				
12	Saya merasa usaha saya tidak dianggap penting bagi keluarga				
13	Saya sering mendapatkan pujiannya ketika saya berhasil atas sesuatu				
14	Keluarga memberikan respon positif berupa pelukan ketika saya melakukan sesuatu yang baik				
15	Keluarga lebih sering mengkritik daripada memberikan apresiasi atas pencapaian saya				
16	Saya sering merasa usaha saya tidak dihargai karena keluarga saya lebih sering menghukum				
17	Keluarga saya selalu memenuhi kebutuhan sekolah dan kesehatan saya				
18	Keluarga saya memberikan waktu dan tenaga untuk membantu saya dalam tugas sehari-hari				
19	Keluarga saya sering memberi saran yang membantu saya merasa lebih baik				
20	Teman-teman saya memberikan masukan yang membuat saya lebih percaya diri				
21	Saya sering mengalami kesulitan karena keluarga tidak memenuhi kebutuhan saya				
22	Ketika saya membutuhkan bantuan, keluarga saya sering mengabaikan saya				
23	Keluarga saya jarang memberi saran yang membantu saya dalam mengambil keputusan				
24	Teman-teman saya lebih sering mengkritik daripada memberi masukan yang membangun				
25	Keluarga saya selalu membantu saya saat saya mengalami kesulitan				

26	Keluarga saya segera membantu saya tanpa harus saya meminta					
27	Keluarga saya sering memberikan saran yang membantu saya mengambil keputusan penting					
28	Sahabat saya memberikan nasihat yang membuat saya merasa lebih tenang dan percaya diri					
29	Saya sering harus menyelesaikan masalah sendiri karena keluarga jarang membantu					
30	Saya sering merasa terbebani karena keluarga saya jarang memberikan bantuan					
31	Keluarga saya jarang memberi saran ketika saya menghadapi kesulitan					
32	Saya merasa kurang mendapat dukungan karena sahabat saya jarang memberikan nasihat yang membantu					

3. Skala Uji Penelitian Kesejahteraan Psikologi

No	Item	SS	S	N	TS	STS
1	Saya bangga dengan siapa diri saya sekarang.					
2	Saya mengenal kelebihan dan kekurangan dalam diri saya					
3	Saya tidak puas dengan diri saya saat ini					
4	Saya hanya bisa melihat kekurangan dalam diri saya.					
5	Saya tidak malu dengan masa lalu saya karena itu bagian dari hidup saya					
6	Saya tahu apa yang saya kuasai dan apa yang masih perlu saya perbaiki.					
7	Saya sering merasa menyesal dan malu tentang masa lalu saya					
8	Saya tidak tahu apa yang menjadi kelebihan saya.					
9	Saya percaya bahwa saya bisa mencapai tujuan hidup saya					
10	Saya belajar banyak dari pengalaman saya di masa lalu					

11	Saya merasa tidak yakin bisa mencapai hal-hal yang saya inginkan dalam hidup					
12	Saya tidak tahu apa pelajaran dari pengalaman saya yang lalu.					
13	Saya punya mimpi dan saya yakin saya bisa mewujudkannya.					
14	Saya percaya masa lalu saya membentuk siapa saya sekarang					
15	Saya tidak punya tujuan hidup yang jelas					
16	Saya tidak mengerti kenapa saya mengalami hal-hal sulit di masa lalu.					
17	Saya bisa melihat dan memakai kesempatan yang ada di sekitar saya					
18	Saya bisa mengatur waktu saya agar semua tugas selesai					
19	Saya sering bingung saat ada kesempatan, jadi tidak saya manfaatkan					
20	Saya sering merasa bingung harus mulai dari mana saat banyak tugas.					
21	Saya mudah berteman dan menjaga hubungan baik dengan orang lain					
22	Saya senang membantu orang lain ketika mereka membutuhkan					
23	Saya sulit memulai atau mempertahankan pertemanan dengan orang lain.					
24	Saya tidak suka membantu teman yang sedang butuh bantuan.					
25	Saya punya teman yang bisa saya ajak bicara saat sedang sedih atau bingung.					
26	Saya merasa senang jika bisa membuat orang lain merasa lebih baik.					
27	Saya merasa sendirian meskipun dikelilingi banyak orang					
28	Saya lebih memilih memikirkan diri sendiri daripada orang lain.					
29	Saya bisa mengendalikan diri ketika marah atau kecewa					
30	Saya tahu apa yang saya inginkan dan berusaha mencapainya.					
31	Saya sering bertindak tanpa berpikir panjang terlebih dahulu.					
32	Saya bingung menentukan apa yang ingin saya lakukan di masa depan.					
33	Saya tetap bersikap baik meskipun teman saya berbuat buruk.					

34	Saya bisa membuat keputusan sendiri untuk masa depan saya.					
35	Saya gampang terpengaruh oleh teman untuk melakukan hal yang salah.					
36	Saya merasa hidup saya ditentukan oleh orang lain					
37	Saya merasa semakin hari saya menjadi pribadi yang lebih baik					
38	Saya percaya bahwa saya bisa menjadi pribadi yang lebih baik dari sekarang.					
39	Saya merasa diri saya tidak banyak berubah sejak dulu					
40	Saya merasa tidak ada hal istimewa dalam diri saya					
41	Saya bisa melihat perubahan positif dalam diri saya.					
42	Saya mengenali kelebihan saya dan ingin menggunakananya dengan baik					
43	Saya tidak yakin ada hal yang membuat saya jadi lebih baik dari sebelumnya.					
44	Saya tidak tahu apa potensi yang ada dalam diri saya					
45	Saya tahu cara mengatur kegiatan harian saya dengan baik					
46	Saya tahu apa yang harus saya lakukan saat menghadapi kegiatan sehari-hari.					
47	Saya merasa tidak bisa mengatur hal-hal di sekitar saya.					
48	Saya merasa hidup saya berantakan dan sulit dikendalikan					

Lampiran 3 SKALA PENELITIAN

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Pilihlah salah satu jawaban dari lima pilihan yang sesuai dengan keadaan Anda pada saat ini dengan cara mengklik tanda (○) salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

SS : Bila pernyataan tersebut Sangat Sesuai dengan diri Anda.

S : Bila pernyataan tersebut Sesuai dengan diri Anda.

N : Bila pernyataan tersebut Netral menurut Anda.

TS : Bila pernyataan tersebut Tidak Sesuai dengan diri Anda.

STS : Bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Sesuai dengan diri Anda.

Kerjakan dengan teliti dan jangan sampai ada nomor yang terlewati !

1) Skala Penelitian Pola Asuh Otoriter

N o	Item Pernyataan	S S	S	N	T S	ST S
1	Orang tua saya jarang menunjukkan kasih sayang kepada saya					
2	Ketika saya sedih, orang tua saya jarang memberi dukungan atau perhatian.					
3	Orang tua saya jarang menanyakan perasaan saya.					
4	Orang tua saya sering memeluk dan menunjukkan kasih sayang.					
5	Saya merasa didukung oleh orang tua ketika saya menghadapi masalah.					
6	Orang tua saya sering menghibur saya ketika saya sedih					
7	Orang tua saya sering berkata mereka mencintai saya.					
8	Orang tua saya sering bertanya bagaimana perasaan saya.					
9	Orang tua saya sering memberi hukuman yang keras jika saya tidak patuh					

1 0	Orang tua saya tidak suka kalau saya membantah perintah mereka				
1 1	Orang tua saya membolehkan saya menjelaskan jika saya tidak setuju.				
1 2	Orang tua saya tidak selalu langsung memberi hukuman, tapi memberi peringatan terlebih dahulu				
1 3	Orang tua saya terbuka saat saya ingin berdiskusi soal peraturan di rumah.				
1 4	Segala keputusan di rumah ditentukan sepenuhnya oleh orang tua saya				
1 5	Hukuman yang saya terima sering dijelaskan supaya saya mengerti kesalahan saya				
1 6	Orang tua saya menghargai pendapat saya walaupun berbeda dengan mereka.				
1 7	Orang tua saya memberi kesempatan untuk memperbaiki kesalahan sebelum menghukum				
1 8	Orang tua saya tidak suka jika saya menyampaikan pendapat.				
1 9	Saya hanya boleh mendengarkan saat orang tua bicara.				
2 0	Saya tidak boleh membantah atau menyanggah perkataan orang tua				
2 1	Orang tua saya mau mendengarkan pendapat saya.				
2 2	Saya bisa mengungkapkan perasaan saya ketika berbicara dengan orang tua				
2 3	Saya bisa berdiskusi dengan orang tua jika saya tidak setuju.				

2	Orang tua saya lebih sering memarahi daripada berdiskusi					
---	--	--	--	--	--	--

2) Skala Penelitian Dukungan Sosial

N o	Item Pernyataan	S S	S	N	T S	ST S
1	Saya jarang diawasi berlebihan karena orang tua saya percaya pada saya					
2	Orang tua saya percaya, saya bisa membuat keputusan yang baik					
3	Saya merasa selalu diawasi karena orang tua saya tidak percaya pada saya					
4	Orang tua saya ragu pada keputusan yang saya buat					
5	Keluarga saya selalu ada saat saya membutuhkan dukungan					
6	Ketika saya menghadapi masalah, keluarga saya selalu memberikan dukungan					
7	Keluarga saya tidak peduli terhadap apa yang saya alami					
8	Keluarga saya tidak tahu banyak tentang masalah yang saya alami					
9	Keluarga saya menghargai setiap usaha yang saya lakukan					
10	Keluarga saya selalu mengapresiasi pencapaian saya, sekecil apa pun					
11	Apa pun yang saya capai, keluarga tidak menunjukkan penghargaan					
12	Saya merasa usaha saya tidak dianggap penting bagi keluarga					
13	Saya sering mendapatkan pujian ketika saya berhasil atas sesuatu					
14	Keluarga memberikan respon positif berupa pelukan ketika saya melakukan sesuatu yang baik					

1 5	Keluarga lebih sering mengkritik daripada memberikan apresiasi atas pencapaian saya					
1 6	Saya sering merasa usaha saya tidak dihargai karena keluarga saya lebih sering menghukum					
1 7	Keluarga saya selalu memenuhi kebutuhan sekolah dan kesehatan saya					

18	Keluarga saya memberikan waktu dan tenaga untuk membantu saya dalam tugas sehari-hari					
19	Keluarga saya sering memberi saran yang membantu saya merasa lebih baik					
20	Teman-teman saya memberikan masukan yang membuat saya lebih percaya diri					
21	Saya sering mengalami kesulitan karena keluarga tidak memenuhi kebutuhan saya					
22	Ketika saya membutuhkan bantuan, keluarga saya sering mengabaikan saya					
23	Keluarga saya jarang memberi saran yang membantu saya dalam mengambil keputusan					

24	Teman-teman saya lebih sering mengkritik daripada memberi masukan yang membangun				
25	Keluarga saya selalu membantu saya saat saya mengalami kesulitan				
26	Keluarga saya segera membantu saya tanpa harus saya meminta				
27	Keluarga saya sering memberikan saran yang membantu saya mengambil keputusan penting				
28	Sahabat saya memberikan nasihat yang membuat saya merasa lebih tenang dan percaya diri				
29	Saya sering harus menyelesaikan masalah sendiri karena keluarga jarang membantu				
30	Saya sering merasa terbebani karena keluarga saya jarang memberikan bantuan				
31	Keluarga saya jarang memberi saran ketika saya menghadapi kesulitan				

32	Saya merasa kurang mendapat dukungan karena sahabat saya jarang memberikan nasihat yang membantu						
----	--	--	--	--	--	--	--

3) Skala Penelitian Kesejahteraan Psikologi

N O	Item	S S	S	N	T S	ST S
1	Saya bangga dengan siapa diri saya sekarang.					
2	Saya tidak puas dengan diri saya saat ini					
3	Saya merasa tidak yakin bisa mencapai hal-hal yang saya inginkan dalam hidup					
4	Saya percaya masa lalu saya membentuk siapa saya sekarang					
5	Saya tidak punya tujuan hidup yang jelas					
6	Saya tidak mengerti kenapa saya mengalami hal-hal sulit di masa lalu.					
7	Saya bisa melihat dan memakai kesempatan yang ada di sekitar saya					
8	Saya bisa mengatur waktu saya agar semua tugas selesai					
9	Saya sering bingung saat ada kesempatan, jadi tidak saya manfaatkan					
10	Saya sering merasa bingung harus mulai dari mana saat banyak tugas.					
11	Saya mudah berteman dan menjaga hubungan baik dengan orang lain					
12	Saya tidak suka membantu teman yang sedang butuh bantuan.					

1 3	Saya punya teman yang bisa saya ajak bicara saat sedang sedih atau bingung.					
1 4	Saya merasa sendirian meskipun dikelilingi banyak orang					
1 5	Saya lebih memilih memikirkan diri sendiri daripada orang lain.					
1 6	Saya bisa mengendalikan diri ketika marah atau kecewa					
1 7	Saya tahu apa yang saya inginkan dan berusaha mencapainya.					
1 8	Saya bingung menentukan apa yang ingin saya lakukan di masa depan.					

19	Saya merasa hidup saya ditentukan oleh orang lain					
20	Saya merasa semakin hari saya menjadi pribadi yang lebih baik					
21	Saya merasa tidak ada hal istimewa dalam diri saya					
22	Saya bisa melihat perubahan positif dalam diri saya.					
23	Saya mengenali kelebihan saya dan ingin menggunakananya dengan baik					
24	Saya tahu cara mengatur kegiatan harian saya dengan baik					
25	Saya merasa hidup saya berantakan dan					

	sulit					
	dikendalikan					

Lampiran 4 HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

1. SKALA Pola Asuh

Case Processing Summary

	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
TOTALKESEJAHTERAANP SIKOLOGIS * TOTAL POLAASUH	186	99.5%	1	0.5%	187	100.0%

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.861	.858	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PA1	110.81	405.704	.000	.	.868
PA2	110.64	419.609	-.214	.	.872
PA3	110.47	405.342	.017	.	.866
PA4	110.58	379.679	.500	.	.854
PA5	110.14	379.037	.481	.	.855
PA6	110.58	378.879	.499	.	.854
PA7	110.50	386.257	.415	.	.857
PA8	110.78	369.549	.616	.	.851
PA9	110.89	386.330	.392	.	.857
PA10	110.61	386.073	.410	.	.857
PA11	110.47	393.342	.262	.	.860
PA12	110.42	371.507	.681	.	.850
PA13	110.75	387.621	.394	.	.857
PA14	110.81	384.047	.441	.	.856
PA15	110.53	402.085	.114	.	.862
PA16	110.75	376.136	.552	.	.853
PA17	110.53	389.628	.354	.	.858
PA18	110.75	372.250	.626	.	.851
PA19	111.11	404.959	.031	.	.865
PA20	110.89	397.016	.218	.	.861
PA21	110.50	414.943	-.164	.	.868
PA22	110.61	381.673	.449	.	.856
PA23	110.78	377.549	.557	.	.853
PA24	110.67	372.114	.695	.	.850
PA25	111.03	410.313	-.069	.	.867
PA26	110.56	382.940	.498	.	.855
PA27	110.72	364.149	.714	.	.848
PA28	110.39	374.530	.570	.	.853
PA29	110.44	369.511	.688	.	.850
PA30	110.58	372.364	.632	.	.851
PA31	110.36	380.180	.488	.	.855
PA32	110.58	394.136	.202	.	.862
PA33	110.58	366.479	.714	.	.849
PA34	110.89	422.730	-.314	.	.871
PA35	111.11	413.473	-.133	.	.868
PA36	110.39	379.559	.528	.	.854

2. Skala Dukungan Sosial

Case Processing Summary

Cases	N	%
Valid	32	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	32	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.949	.948	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS1	80.16	635.297	.442	.	.949
DS2	80.19	629.512	.562	.	.948
DS3	79.59	621.797	.628	.	.947
DS4	79.78	615.660	.676	.	.947
DS5	79.97	631.322	.575	.	.947
DS6	79.91	610.023	.793	.	.945
DS7	80.13	633.274	.524	.	.948
DS8	79.88	617.468	.674	.	.947
DS9	80.28	637.176	.454	.	.948
DS10	80.16	624.523	.572	.	.948
DS11	80.25	636.839	.480	.	.948
DS12	80.69	637.190	.472	.	.948
DS13	79.94	619.738	.659	.	.947
DS14	80.06	619.222	.712	.	.946
DS15	79.91	624.668	.649	.	.947
DS16	80.25	631.935	.591	.	.947
DS17	80.06	627.544	.620	.	.947
DS18	80.03	627.193	.544	.	.948
DS19	79.91	631.378	.553	.	.948
DS20	80.00	635.161	.620	.	.947
DS21	79.44	623.544	.664	.	.947
DS22	80.16	644.975	.371	.	.949
DS23	80.09	646.604	.363	.	.949
DS24	79.88	632.629	.512	.	.948
DS25	79.97	618.676	.650	.	.947
DS26	80.13	626.758	.593	.	.947
DS27	80.22	627.789	.590	.	.947
DS28	80.59	643.797	.467	.	.948
DS29	79.75	607.742	.769	.	.946
DS30	79.59	613.217	.743	.	.946
DS31	80.28	621.112	.686	.	.946
DS32	80.16	630.007	.592	.	.947

3. Skala Kesejahteraan Psikologis

Case Processing Summary

	N	%
Cases	Valid	36 100.0
	Excluded ^a	0 .0
	Total	36 100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.746	.730	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KP1	141.86	285.723	.317	.	.737
KP2	142.39	292.302	.174	.	.743
KP3	141.44	292.311	.178	.	.743
KP4	142.33	289.600	.241	.	.741
KP5	142.36	296.637	.065	.	.748
KP6	142.14	287.094	.274	.	.739
KP7	141.83	295.629	.102	.	.746
KP8	141.94	291.483	.171	.	.744
KP9	141.92	295.507	.081	.	.747
KP10	142.06	279.711	.455	.	.731
KP11	142.14	286.009	.299	.	.738
KP12	142.03	293.571	.134	.	.745
KP13	142.25	292.593	.136	.	.745
KP14	141.75	286.079	.336	.	.737
KP15	141.97	270.085	.555	.	.724
KP16	141.58	277.621	.454	.	.731
KP17	141.72	269.635	.631	.	.722
KP18	141.78	277.149	.484	.	.730
KP19	141.56	279.911	.425	.	.732
KP20	141.83	280.829	.349	.	.735
KP21	141.83	268.943	.639	.	.721
KP22	142.08	311.964	-.287	.	.761
KP23	142.33	303.543	-.093	.	.753
KP24	141.64	280.523	.430	.	.732
KP25	142.14	281.723	.376	.	.734
KP26	141.94	307.311	-.172	.	.758
KP27	141.39	280.302	.432	.	.732
KP28	141.58	282.250	.380	.	.734
KP29	141.78	291.949	.196	.	.743
KP30	141.89	280.044	.407	.	.733
KP31	142.06	304.740	-.117	.	.756
KP32	141.56	284.425	.375	.	.735
KP33	142.28	291.292	.178	.	.743
KP34	142.14	312.409	-.283	.	.762
KP35	142.19	304.047	-.102	.	.755
KP36	142.75	289.564	.206	.	.742
KP37	141.39	281.044	.441	.	.732
KP38	141.83	297.914	.034	.	.749
KP39	141.67	300.000	-.007	.	.750
KP40	142.17	295.400	.105	.	.746
KP41	142.14	303.894	-.100	.	.754
KP42	141.97	278.599	.435	.	.731
KP43	141.86	307.266	-.173	.	.757
KP44	142.42	296.764	.093	.	.746
KP45	141.42	279.450	.490	.	.731
KP46	142.42	309.507	-.232	.	.759
KP47	142.11	304.444	-.116	.	.754
KP48	141.83	283.571	.373	.	.735

Lampiran 5 HASIL UJI DESKRIPTIF

Descriptive Statistics						
	N Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Skewness Statistic
TOTAL POLAASUH	186	42	113	85.23	20.511	-.078
TOTALDUKUNGANSOSIAL	186	61	150	112.94	26.649	.088
TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS	186	53	119	88.28	20.813	.090
Valid N (listwise)	186					

Lampiran 6 HASIL UJI KATEGORISASI

1) Kategorisasi Skor Skala Regulasi Emosi (X1)

Kategorisasi_Pola_Asuah_Otoriter

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	77	41.2	41.4	41.4
	2.00	27	14.4	14.5	55.9
	3.00	82	43.9	44.1	100.0
	Total	186	99.5	100.0	
Missing	System	1	.5		
Total		187	100.0		

Kategorisasi_Dukungan_Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	2	1.1	1.9	1.9
	2.00	76	40.6	73.1	75.0
	3.00	26	13.9	25.0	100.0
	Total	104	55.6	100.0	
Missing	System	83	44.4		
Total		187	100.0		

Kategori_Kesejahteraan_Psikologi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	76	40.6	40.9
	2.00	31	16.6	57.5
	3.00	79	42.2	100.0
	Total	186	99.5	100.0
Missing	System	1	.5	
Total		187	100.0	

Lampiran 7 HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kategorisasi_Pola_Asuhan_Otoriter	Kategorisasi_Dukungan_Sosial	Kategori_Kesejahteraan_Psikologi
N	186	104	186
Normal Parameters ^{a,b}	Mean Std. Deviation	2.0269 .92668	2.2308 .46698
Most Extreme Differences	Absolute Positive Negative	.294 .280 -.294	.439 .439 -.291
Test Statistic		.294	.439
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		<.001	<.001
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	<.001	<.001
	99% Confidence Interval	Lower Bound Upper Bound	.000 .000
			.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Lampiran 8 HASIL UJI LINEARITAS

1. Hasil Uji Linearitas Pola Asuh Otoriter dan Kesejahteraan Psikologi

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALKESEJAHTERAANP SIKOLOGIS * TOTAL POLAASUH	Between Groups	(Combined)	72270.359	56	1290.542	21.151	<.001
		Linearity	64470.377	1	64470.377	1056.609	<.001
		Deviation from Linearity	7799.982	55	141.818	2.324	<.001
	Within Groups		7871.104	129	61.016		
		Total	80141.462	185			

2. Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologi

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS *	Between Groups	(Combined)	72774.648	54	1347.679	23.965	<.001
		Linearity	66832.683	1	66832.683	1188.449	<.001
	Within Groups	Deviation from Linearity	5941.965	53	112.113	1.994	<.001
		Total	7366.814	131	56.235		
			80141.462	185			

Lampiran 9 HASIL UJI MULTIKOLINEARITAS

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1	(Constant)	6.152	2.610	2.357	.019		
	TOTAL POLAASUH	.358	.079	.353	4.553	<.001	.136
	TOTALDUKUNGANSOSIAL	.457	.061	.585	7.542	<.001	.136
							7.378

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

Lampiran 10 HASIL UJI REGREGI LINNIER BERGANDA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			
						F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.922 ^a	.851	.849	8.083	.851	521.887	2	183	<.001

a. Predictors: (Constant), TOTALDUKUNGANSOSIAL, TOTAL POLAASUH

ANOVA^a

Model	Sum of Squares		df	Mean Square	F	Sig.
	Regression	Residual				
1	68186.621	11954.842	2	34093.310	521.887	<.001 ^b
		Total	183	65.327		
			185			

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

b. Predictors: (Constant), TOTALDUKUNGANSOSIAL, TOTAL POLAASUH

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1	(Constant)	6.152	2.610	2.357	.019		
	TOTAL POLAASUH	.358	.079	.353	4.553	<.001	.136
	TOTALDUKUNGANSOSIAL	.457	.061	.585	7.542	<.001	.136
							7.378

a. Dependent Variable: TOTALKESEJAHTERAANPSIKOLOGIS

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap: Devika Ayu Rahmatiyasari

Tempat, Tanggal Lahir: Tegal, 26 April 1999

Jenis Kelamin: Perempuan

Agama: Islam

Alamat: Prupuk Selatan RT 04 RW 08, Kecamatan Margasari, Kabupaten Tegal, Jawa Tengah

Nomor HP/WA: 0857-4027-3844

Email: [Masukkan email aktif kamu]

• **Riwayat Pendidikan:**

Pendidikan Formal

1. 2005 – 2011 : MI NU 01 Prupuk Selatan
2. 2011 – 2014 : SMP Muhammadiyah Margasari
3. 2014 – 2015 : Pondok Pesantren Darul Mujahadah
4. 2016 – 2017 : SMA Muhammadiyah Margasari
5. 2018 – 2025 : S1 Psikologi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Pendidikan Non Formal

1. Pelatihan Tata Boga (Dinas Tenaga Kerja, Perindustrian, Koperasi, Usaha Kecil dan Menengah Kab. Tegal)

Motto Hidup:

"Berusaha menjadi versi terbaik dari diri sendiri setiap hari."

Tegal, 26 Juni 2025

Devika Ayu Rahmatiyasari