

# Pengaruh Pola Asuh terhadap Kematangan Emosi Remaja

Zuhaimi Santari Hayus\*, Iswinarti

Universitas Muhammadiyah Malang

\*Penulis korespondensi, Surel: hayussantari@gmail.com

Paper received: 14-03-2023; revised: 03-04-2024; accepted: 24-04-2024

## Abstract

Emotional maturity is the tendency to understand and deal with emotions. Emotional maturity determines an individual's ability to deal with complex situations. Emotional changes are often seen in the teenage phase. Adolescence is a transition period from childhood to independent adulthood characterized by physical, psychological, social, and emotional changes. Healthy changes can only be achieved if parents choose the right parenting style to raise their children. The mental construct that shows the standard approach in the treatment chosen by parents in raising children is the parenting style. Adolescents develop and become emotionally stable when parents communicate respectfully and pay attention before reacting, provide consistent, realistic rules and expectations, and offer opportunities that encourage independence. This article explores the types of parenting styles parents use and their influence on development in the adolescent phase. The results of the literature review show that there is a significant correlation between emotional maturity and parenting style. Parenting patterns and family environment also help teenagers become more resilient in facing challenges.

**Keywords:** parenting style; emotional maturity; adolescent

## Abstrak

Kematangan emosional adalah kecenderungan untuk memahami dan mengatasi emosi. Tingkat kematangan emosional menentukan kemampuan individu untuk menghadapi situasi kompleks. Perubahan emosional sering terlihat pada fase remaja. Remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menjadi dewasa mandiri ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional. Perubahan yang sehat hanya dapat dicapai jika orang tua memilih gaya pengasuhan yang tepat untuk mengasuh anak-anak mereka. Konstruksi mental yang menunjukkan pendekatan standar berupa perlakuan yang dipilih orang tua dalam mengasuh anak disebut gaya pengasuhan. Remaja berkembang dan menjadi stabil secara emosional ketika orang tua berkomunikasi dengan penuh hormat dan memberikan perhatian sebelum bereaksi, memberikan aturan dan harapan yang konsisten, realistis dan menawarkan kesempatan yang mendorong kemandirian. Artikel ini mengeksplorasi jenis gaya pengasuhan yang digunakan orang tua dan pengaruhnya terhadap perkembangan pada fase remaja. Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kematangan emosi dan gaya pengasuhan. Pola asuh dan lingkungan keluarga juga membantu remaja menjadi lebih tangguh dalam menghadapi tantangan.

**Kata kunci:** pola asuh; kematangan emosional; remaja

## 1. Pendahuluan

Proses penyesuaian individu melibatkan persyaratan dan situasi yang harus dihadapi. Proses penyesuaian tidak selalu berhasil meraih kesuksesan sesuai dengan keinginan dan usaha individu. Hal ini bisa disebabkan oleh situasi yang tidak menguntungkan atau keterbatasan individu. Ketika usaha ini mengalami kegagalan, mungkin akan timbul beberapa kelainan dalam perilakunya. Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi tingkat penyesuaian, seperti aspirasi, status sosial ekonomi, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, kecemasan, frustrasi, dan yang paling penting, kematangan emosional. Altman (1983) menyatakan bahwa orang yang matang secara emosional memiliki kemampuan untuk menunda pemenuhan

kebutuhan, percaya pada perencanaan jangka panjang, dan mampu menyesuaikan harapan dengan tuntutan situasi. Seorang anak yang matang secara emosional memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan baik dalam hubungan dengan dirinya sendiri, anggota keluarga, teman sebayanya di sekolah, serta masyarakat dan budaya sekitarnya. Namun, kematangan tidak hanya sebatas pada kemampuan menghadapi situasi dan berfungsi dengan baik, tetapi juga mencakup kemampuan untuk menikmati proses tersebut secara penuh. Oleh karena itu, anak yang matang secara emosional bukanlah anak yang telah mencapai keadaan dimana semua kecemasan dan permusuhan dihilangkan, melainkan terus-menerus berusaha untuk memahami dirinya dengan lebih jelas, terlibat dalam perjuangan untuk mengintegrasikan perasaan, pikiran, dan tindakan dengan cara yang sehat. Dengan demikian, kematangan emosional dapat dianggap sebagai proses pengendalian impuls melalui agensi diri atau ego.

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa ketika orang mengalami perubahan signifikan di hampir setiap bidang kehidupan mereka, termasuk fungsi biologis, kemampuan kognitif, lingkungan sosial, dan hubungan dengan keluarga dan teman sebaya (Bailen dkk., 2019). Rentang usia antara 10 hingga 19 tahun dianggap sebagai masa remaja dimana terjadi perkembangan fisik, mental, dan sosial dengan cepat. Faktor-faktor yang mempengaruhi individu pada periode ini dapat memberikan pengaruh jangka panjang yang berlangsung sepanjang hidup. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, masa remaja dimulai dengan timbulnya pubertas secara fisik dan berakhir ketika identitas dan perilaku dewasa diterima. Kematangan emosional dianggap sebagai faktor utama yang membentuk kepribadian, perilaku, dan sikap individu, serta membantu meningkatkan hubungan dengan orang lain dan harga diri seseorang. Kemampuan individu dalam mengatasi situasi emosional saat ini akan memengaruhi kelangsungan hidup mereka. Oleh karena itu, kematangan emosi memainkan peran kunci dalam mengembangkan kapasitas untuk beradaptasi secara efektif dengan diri sendiri, anggota keluarga, teman sebaya, masyarakat, budaya, dan lingkungan sekitarnya. Salah satu tandakematangan emosi yang mencolok adalah kemampuan untuk menanggung ketegangan, yang memungkinkan individu untuk menghadapi frustrasi dengan bijaksana. Sebagai indikasi kematangan emosi yang penting, remaja akan menilai suatu situasi secara kritis sebelum meresponsnya, tanpa berperilaku seperti orang yang belum matang atau anak kecil (Jobson, 2020)

Perubahan fisik, psikologis, sosial, emosional terjadi ketika bayi baru lahir tumbuh dari bayi hingga anak usia dini dan melalui masa kanak-kanak hingga akhir dan remaja hingga dewasa akhir (Rawat dan Singh 2017). Kesulitan mengasuh anak meningkat ketika anak memasuki tahap remaja, karena pada tahap ini perilaku sangat dipengaruhi oleh emosi (Rawat dan Singh 2017). Karena masa remaja adalah periode ketidakseimbangan emosional yang tinggi, mereka mungkin kurang menerima disiplin orang tua. Jenis hubungan yang dikembangkan remaja dengan orang tua mereka menentukan kemampuan mereka untuk matang secara emosional. Karena remaja meletakkan dasar bagi bangsa mana pun, kedewasaan mereka sangatlah penting. Kedewasaan ini hanya dapat diwujudkan dengan pola asuh yang benar. Pola asuh orang tua dan kematangan emosi yang dihasilkan remaja membentuk respon mereka terhadap tantangan yang mereka hadapi (Rawat & Gulati, 2018)

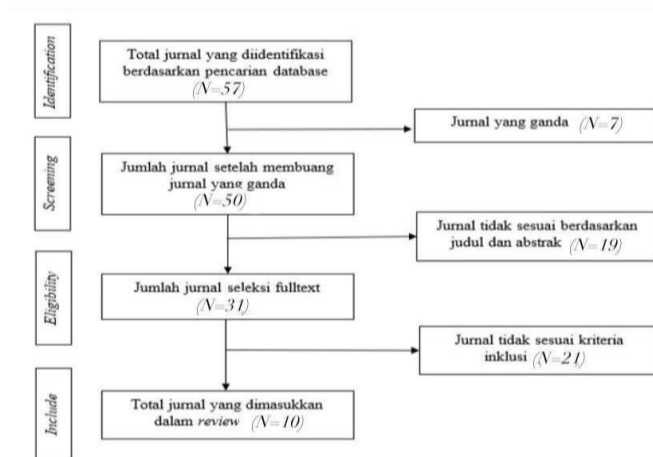
Secara khusus, kematangan emosional yang membentuk respons remaja terhadap tantangan yang pada gilirannya menjadikan mereka warga negara yang bertanggung jawab. Jadi, apa artinya menjadi orang tua bagi seorang anak dan bagaimana cara menghasilkan kedewasaan emosional? Seperti ada gaya ekspresi dalam bidang pengetahuan apa pun, demikian pula ada gaya pendekatan dalam tantangan mengasuh anak. Secara khusus, penelitian telah mengungkapkan bahwa gaya pengasuhan dapat dipersempit menjadi empat jenis yaitu gaya pengasuhan otoritatif, otoriter, memanjakan dan mengabaikan. Ditemukan bahwa remaja dengan pola asuh responsif dan otonomi memiliki kematangan emosi yang tinggi dibandingkan gaya asuh menuntut (Trishala dan Kiran 2015). Ini adalah gaya pengasuhan otoritatif yang secara memadai menyeimbangkan, menetapkan batas, dan pengasuhan (Maccoby, 1992). Dalam hal ini, kemandirian anak didorong, dengan tetap mempertahankan batasan dan kontrol yang meningkatkan kedewasaan anak (Marsiglia, Walczyk, 2007).

## 2. Metode

Proses dalam melakukan tinjauan sistematis dimulai dengan pencarian literatur untuk tinjauan yang dilakukan melalui PubMed, Google Scholar, PsycINFO, dan Web of Science. Kata-kata pencarian yang digunakan yaitu, parenting style, emotional maturity, adolescent.

Jurnal yang terkumpul selanjutnya diskriminasi kembali dan duplikat dihapus. Jika tidak mungkin menentukan apakah sebuah publikasi harus dimasukkan berdasarkan skrining abstrak, maka artikel lengkapnya diperiksa. Beberapa kriteria inklusi digunakan, yaitu: artikel berjenis peer-reviewed yang diterbitkan dalam bahasa Inggris saja, dan artikel yang menggambarkan temuan untuk remaja.

Langkah berikutnya adalah menjalankan proses pengamatan pada seluruh jurnal yang telah melewati tahap pemeriksaan duplikasi berdasarkan judul dan abstrak. Jurnal-jurnal yang telah lulus tahap penyaringan judul dan abstrak akan dipelajari lebih lanjut melalui versi lengkapnya. Setelah melalui seleksi dari 47 jurnal yang ditemukan, kami berhasil mengidentifikasi 10 jurnal yang membahas mengenai dampak pola asuh terhadap perkembangan emosional remaja.



Gambar 1. Diagram PRISMA Proses Seleksi Artikel

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kombinasi antara tuntutan orang tua dan respons yang tinggi terhadap kehangatan terlihat dalam gaya pengasuhan otoritatif (Baumrind, 1991). Instruksi yang jelas dikombinasikan dengan konsekuensi yang sesuai, pengawasan, responsivitas, dan fleksibilitas (Marsiglia & Walczyk, 2007). Akses dukungan orang tua, dan tuntutan orang tua yang minimal atau tidak ada terlihat dalam gaya pengasuhan permisif (Marsiglia & Walczyk, 2007). Jisha K V (2016) mengamati faktor- faktor yang memengaruhi kematangan emosional pada remaja.

Rani (2007) mengamati hubungan positif antara gaya pengasuhan demokratis dan permisif dengan kematangan sosial remaja. Hubungan negatif terlihat antara praktik pengasuhan otoriter dan kematangan sosial remaja. Dari penelitian tersebut ditemukan bahwa anak perempuan memiliki kematangan sosial yang lebih baik dibandingkan anak laki-laki, dalam semua dimensi kematangan sosial.

Hubungan yang signifikan diamati antara gaya pengasuhan dan tanggung jawab sosial remaja. Pola asuh otoriter dan permisif terbukti berhubungan dengan peningkatan tanggung jawab sosial remaja. Pola asuh authoritative tidak menunjukkan hubungan dengan tanggung jawab sosial remaja. Remaja perempuan kurang bertanggung jawab secara sosial dibandingkan remaja laki- laki (Afrani et al. 2012). Arora dan Bala (2016) menemukan hubungan yang mendalam antara dorongan yang diberikan oleh orang tua kepada remaja dan perkembangan perilaku yang dapat diterima secara sosial.

Dianalisis bahwa gaya pengasuhan yang dipilih oleh orang tua memiliki dampak langsung pada kematangan emosional remaja. Analisis korelasi antara gaya pengasuhan otoriter, otoritatif, indulgen, dan penelantaran dengan kematangan emosional teramati positif dan signifikan. Tuntutan yang ketat, dengan dukungan orang tua yang minimal, atau kehangatan terlihat dalam metode pengasuhan otoriter (Marsiglia & Walczyk, 2007).

**Tabel 1. Variabel Pola Asuh terhadap Kematangan Emosi**

Peneliti	Subjek	Bentuk Pola Asuh	Variabel Emosi
Mishra & Shanwal (2014)	130 responden berusia 13-18 tahun	Pola Asuh permisif	Ketidakseimbangan pada emosi remaja
Altman & Reuben (2012)	160 Mahasiswa berusia 18-22 tahun	Penyesuaian diri	Keseimbangan emosi saat mereka mampu menyesuaikan diri pada lingkungan
Mundada (2011)	Remaja berusia 15-18 tahun	Penerimaan, moralisme, penyesuaian perkawinan & perilaku sehat orang tua	Meningkatkan kematangan emosi
Jasoria dkk (2014)	30 Peserta berusia 16-17 Tahun	Pengabaian hubungan orangtua dan anak	Berdampak negatif

(Shitole., 2014 )	80 Responden, 40 Laki-laki dan 40 Perempuan	Perbedaan Pola Asuh ibu dan Pola Asuh ayah	Pola Asuh ibu sangat mempengaruhi kematangan emosi
(Kumar., 2014)	60 siswa remaja, 30 laki-laki dan 30 perempuan	Hubungan keluarga	Hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan hubungan keluarga siswa, hubungan keluarga menentukan kematangan emosi
(Marsiglia & Walczyk, 2007)	165 anak, usia 4-6 tahun	Pola Asuh Otoriter	Pengetahuan, penalaran verbal, pemahaman, dan perhatian terhadap rangsangan verbal
(Rani, 2007)	Remaja 17-20 Tahun	Demokratis dan Permisif	Hubungan negatif terlihat antara praktik pengasuhan otoriter dan kematangan sosial remaja
(Afrani dkk, 2012)	331 Siswa. 119 Laki-laki dan 212 Perempuan	Pola asuh otoriter dan permisif	Perempuan kurang bertanggung jawab secara sosial dibandingkan remaja laki-laki
(Arora dan Bala, 2016)	200 Remaja, 100 Remaja laki-laki dan 100 perempuan, dengan rentangan usia 12-18 tahun	Praktik pengasuhan yang mengabaikan	Emosi dalam bersosial

Orang tua otoriter seringkali menggunakan metode pemaksaan atau pemaksaan untuk mengembangkan anak-anak yang patuh, dan mereka menggunakan teknik pengendalian yang sangat kuat untuk menghasilkan sifat yang taat pada anak-anak (Marsiglia & Walczyk, 2007).

Gaya pengasuhan permisif menyebabkan ketidakseimbangan emosional dan ketidakmatangan yang lebih besar pada anak-anak (Mishra & Shanwal, 2014). Ketika orang tua berada pada titik permisivitas yang tinggi, kematangan anak-anak terancam, ditandai dengan rendahnya kontrol diri dan ketidakstabilan emosional (Dixit & Shanwal, 2017). Kombinasi antara pengendalian dan keakraban dalam gaya pengasuhan otoritatif, mengarah pada penurunan masalah perilaku dan meningkatkan emosi positif (Baumrind, 1991). Kelebihan permisivitas selama proses pengasuhan mengakibatkan gangguan emosional pada anak-anak. Orang tua yang permisif menyebabkan rendahnya kontrol diri, kurangnya kemampuan dalam mengatur emosi, dan ketidakmatangan pada anak-anak (Jabeen, Haque, & Riaz, 2013). Menurut Melnick dan Hinshaw (2000), karakteristik otoritatif yang ditunjukkan oleh orang tua seperti kehangatan, pemantauan, dan ketegasan berpengaruh positif terhadap emosi anak-anak. Sartaj dan Aslam (2010) menemukan bahwa remaja yang dibesarkan oleh orang tua otoritatif memiliki penyesuaian rumah, kesehatan, dan emosi yang lebih baik daripada remaja yang diurus oleh orang tua dengan metode otoriter. Mundada (2011) menemukan bahwa ciri-ciri seperti penerimaan, moralisme, penyesuaian pernikahan, dan perilaku sehat orang tua dengan anak-anak mereka dalam interaksi mereka meningkatkan kematangan emosional mereka. Sharma dan Anuradha (2012) menemukan bahwa gaya pengasuhan otoriter memiliki dampak pada agresi anak-anak. Akibat metode disiplin yang ketat, penggunaan hukuman, dan harapan

yang tinggi terhadap anak-anak mengakibatkan gangguan emosional. Shitole (2014) menemukan bahwa gaya pengasuhan yang dirasakan oleh ibu secara signifikan mempengaruhi kematangan sosial remaja perkotaan, sedangkan pengaruh semacam itu tidak terlihat pada gaya pengasuhan ayah. Singh dan Rani (2013) menemukan bahwa teknik pengasuhan otoriter berkorelasi negatif dengan Stabilitas Emosional dan Kemandirian Diri pada remaja, sementara gaya pengasuhan otoritatif dianalisis berkorelasi positif dengan kesejahteraan emosional, Kesadaran Aturan, dan Kesempurnaan. Jasoria et al. (2014) menyaksikan bahwa ikatan antara orang tua dan anak akan menentukan kematangan emosional remaja. Diamati bahwa hubungan orang tua yang mengabaikan memiliki dampak negatif pada stabilitas emosional remaja. Kumar (2014) menyatakan bahwa hubungan keluarga memiliki pengaruh besar pada stabilitas emosional masa remaja.

#### 4. Simpulan

Hasil studi menunjukkan bahwa tahap remaja merupakan fase krusial dalam perkembangan manusia secara menyeluruh. Selama transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, remaja menghadapi beragam tekanan perkembangan. Kemampuan mereka dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan tersebut dengan sikap tenang dan stabil mencerminkan tingkat kedewasaan. Peran orang tua dalam menstabilkan emosi remaja sangatlah penting. Jenis pendekatan pengasuhan yang dipilih oleh orang tua akan menentukan tingkat kedewasaan remaja. Berdasarkan tinjauan literatur, terdapat korelasi yang signifikan antara kematangan emosi dan gaya pengasuhan. Beberapa penelitian juga menunjukkan hubungan antara kematangan sosial dan gaya pengasuhan. Pola asuh dan lingkungan keluarga berperan besar dalam membantu remaja menjadi lebih tangguh dalam menghadapi tantangan. Terdapat faktor-faktor lain yang juga memiliki peranan penting, seperti wilayah demografis, latar belakang, dan status sosial ekonomi. Saat ini, dengan kemudahan akses terhadap media massa dan kompleksitas institusi pendidikan serta lingkungan keluarga, remaja seringkali mengalami kesulitan dalam mengelola emosi mereka. Hambatan-hambatan ini perlu diidentifikasi secepat mungkin dan tindakan perbaikan segera harus disediakan oleh peneliti, guru, dan orang tua guna meningkatkan kualitas hidup mereka.

#### Daftar Rujukan

- Altman, R. (1983). Social-emotional development of gifted children and adolescents: A research model. *Roeper Review*, 6(2), 65–68. <https://doi.org/10.1080/02783198309552757>
- Bailen, N. H., Green, L. M., & Thompson, R. J. (2019). Understanding Emotion in Adolescents: A Review of Emotional Frequency, Intensity, Instability, and Clarity. *Emotion Review*, 11(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/1754073918768878>
- Cabrera, N. J., Jeong Moon, U., Fagan, J., West, J., & Aldoney, D. (2020). Cognitive Stimulation at Home and in Child Care and Children's Preacademic Skills in Two Parent Families. *Child Development*, 91(5), 1709–1717. <https://doi.org/10.1111/cdev.13380>
- Drago, F., Scharf, R. J., Maphula, A., Nyathi, E., Mahopo, T. C., Svensen, E., Mduma, E., Bessong, P., & Mcquade, E. T. R. (2020). Psychosocial and environmental determinants of child cognitive development in rural south africa and tanzania: Findings from the mal-ed cohort. *BMC Public Health*, 20(505), 1–8.
- Jobson, M. C. (2020). Emotional Maturity among adolescents and its importance. *Indian Journal of Mental Health*, 7(1), 35. <https://doi.org/10.30877/IJMH.7.1.2020.35-41>
- Johnstone, H., Yang, Y., Xue, H., & Rozelle, S. (2021). Infant cognitive development and stimulating parenting practices in rural China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph18105277>

- Kumar. 2014 Emotional Maturity of Adolescent Students in Relation to Their Family Relationship. *International Research Journal of Social Sciences*. 3(3), 6-8.
- S. Marsiglia, J. J. Walczyk, W. C. Buboltz, D. A. Griffith-Ross. Impact of parenting styles and locus of control on emerging adults. *Journal of Education and Human Development*. 2007, 1(1).
- Mundada. Parenting Style and Emotional Maturity. *Indian Journal of Health and Wellbeing*. 2011, 2 (2), 492-496.
- Ranjitkar, S., Hysing, M., Kvestad, I., Shrestha, M., Ulak, M., Shilpakar, J. S., Sintakala, R., Chandyo, R. K., Shrestha, L., & Gill, S. V. (2019). Determinants of Cognitive Development in the Early Life of Children in Bhaktapur, Nepal. *Front. Psychol*, 10 (December), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02739>
- Rawat, C., & Gulati, R. (2018). Influence of Parenting Style on Emotional and Social Maturity of Adolescents.
- Rivero, M., Vilaseca, R., Valls-vidal, C., & Leiva, D. (2023). Relations between Positive Parenting Behavior during Play and Child Language Development at Early Ages. *Children*, 10(3), 1–16. <https://doi.org/10.3390/children10030505>
- Samad, S., & Haris, H. (2023). Early childhood cognitive stimulation from working and non working mothers. *Cakrawala Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 42(1), 164–175.
- Sharma, P., Budhathoki, C. B., Maharjan, R. K., & Singh, J. K. (2023). Nutritional status and psychosocial stimulation associated with cognitive development in preschool children: A cross-sectional study at Western Terai, Nepal. *Plos One*, 18(3), e0280032. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280032>
- Utami, N. H., Sekartini, R., Kolopaking, R., & Khusun, H. (2023). Cognitive performance of 4 to 6-year-old children: A longitudinal study. *Paediatrica Indonesiana*, 63(2), 65–72.