



Peran Pola Asuh Otoritatif dan Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Mahasiswa di Universitas Udayana

Ida Ayu Bulan Kania Diatmika Karna¹, Made Diah Lestari²

^{1,2}Universitas Udayana

Received: 15 Oktober 2024
Revised: 29 Oktober 2024
Accepted: 14 November 2024

Abstract

The psychological dynamics of late adolescence are related to the ego to learn new things, a settled sexual identity and separating private and public things. In addition, late adolescence is labeled as the most impressive age for individuals, because individuals will get new responsibilities and roles in society. Some of the problems that haunt late adolescents are emotional immaturity and relationships with families, which have an impact on late adolescent self-adjustment. One example of the manifestation of late adolescence is new students. This study aims to look at the role of authoritative parenting and self-efficacy on psychological well-being in late adolescent students at Udayana University. The sampling technique in this study is probability sampling type multistage cluster sampling. Respondents in this study amounted to 180 Udayana University students. The Psychological Well-Being Scale has an Alpha coefficient of 0,871, the Authoritative Parenting Scale has an Alpha coefficient of 0,850 and the Self-Efficacy Scale has an Alpha coefficient of 0,880. This study used multiple regression tests. The results of this study state that authoritative parenting and self-efficacy together play a role in improving the psychological well-being of late adolescents at Udayana University. In addition, authoritative parenting and self-efficacy play a positive role in improving the psychological well-being of late adolescents at Udayana University.

Keywords: *adolescent students, authoritative parenting style, psychological well-being, self-efficacy*

(*) Corresponding Author: Kaniadiatmikaa03@gmail.com

How to Cite: Karna, I. A. B. K. D., & Lestari, M. D. (2024). Peran Pola Asuh Otoritatif dan Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Mahasiswa di Universitas Udayana. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14564287>.

PENDAHULUAN

Hurlock (1997) mengatakan bahwa masa remaja adalah fase transisi, Dimana individu berpindah dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis dan psikologis (Jannah, 2016). Menurut Santrock (2007a), fase remaja terdiri dari dua periode yaitu periode awal dan akhir. Rentang usia remaja dimulai sekitar 10-13 tahun untuk periode awal dan sekitar 18-22 tahun untuk periode akhir. Periode awal remaja sering terjadi selama masa sekolah menengah pertama dan akhir, sementara periode akhir cenderung terjadi selama masa kuliah. Selama fase remaja, individu akan menggali berbagai peran dan eksperimen dengan berbagai konsep diri untuk menemukan identitas mereka. Memiliki sedikit kebingungan tentang siapa dirinya sebenarnya adalah bagian alami dari proses ini, tetapi jika kebingungan tersebut berlebihan bisa menyebabkan individu kesulitan untuk berkembang dan menyesuaikan diri dengan baik. Konflik antara mencari identitas dan kebingungan harus diatasi sebelum seseorang

memasuki dewasa muda, dimana mereka diharapkan memiliki identitas yang stabil (Feist & Feist, 2013).

Karakteristik yang paling terlihat pada remaja akhir yakni mulai stabil antara keseimbangan tubuh dan anggota tubuh serta memiliki kestabilan dalam memilih beberapa minat yang disukainya, baik itu memilih sekolah favorit untuk melanjutkan jenjang pendidikan, memiliki beberapa jabatan yang diharapkan mampu untuk diduduki, pemilihan tipe pakaian yang disukainya, dan pergaulan antar sesama manusia. Remaja akhir digambarkan dengan adanya perubahan secara biologis meliputi perubahan fisik dan berkembangnya alat seksual primer maupun sekunder. Dalam aspek perkembangan emosional remaja akhir cenderung pesat. Perkembangan kepribadian menjadi fase yang penting bagi perkembangan dan integritas diri remaja (Santrock, 2007b). Identitas pada remaja akhir seringkali lebih menonjol dibandingkan di masa remaja awal karena remaja akhir lebih senang mengeksplorasi dirinya. Remaja berupaya mencapai kemandirian dengan mencari identitas pribadi dan memilih lingkaran pergaulan sehingga kegiatan yang biasa dilakukan saat masih anak-anak tidak lagi menarik bagi mereka (Santrock, 2007b).

Sarwono (2013) menyatakan bahwa dalam fase akhir masa remaja, individu akan menunjukkan minat yang besar terhadap kemampuan berpikir, dorongan untuk terhubung dengan orang lain dan menjalani pengalaman baru, serta memiliki identitas seksual yang menetap. Mereka juga mampu mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan kepentingan orang lain, serta dapat membedakan antara hal-hal yang bersifat individual dan yang bersifat umum. Ketika remaja mencapai kesuksesan pada usia muda, hal ini dapat membawa perasaan positif seperti kebahagiaan, kebanggaan, dan peningkatan harga diri. Ini dapat menghasilkan penilaian positif terhadap diri sendiri, yang penting untuk menerima baik sisi positif maupun negatif dari diri sendiri, dan ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (1989), individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi cenderung memiliki tujuan hidup yang jelas dan menerima diri mereka sendiri. Konsep ini sejalan dengan pandangan Erikson tentang penyelesaian konflik psikososial pada setiap tahap perkembangan, pandangan Jung tentang individuasi, pandangan Rogers tentang pemenuhan diri, dan pandangan Maslow mengenai aktualisasi diri. Pada kenyataannya, masih banyak ditemukan remaja akhir yang memiliki tingkat kesejahteraan sosial yang rendah. Seperti yang dinyatakan oleh penelitian Saputro (2017), bahwa rasa putus asa dapat menyebabkan penurunan kesejahteraan psikologis, karena kondisi kesehatan mentalnya dapat terganggu karena ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalahnya.

Individu akan mencapai kesejahteraan psikologis jika mereka dapat mencapai kebahagiaan dan memberikan makna pada hidup mereka (Viitpoom & Saat, 2016). Remaja akhir yang menyembunyikan masalahnya dari orang lain, salah satunya disebabkan karena trauma atas kejadian yang pernah dialaminya pada masa lalu, mengakibatkan mereka menjadi tidak percaya diri dan tidak mudah mempercayai orang lain disekitarnya, mudah tertekan, serta mudah putus asa ketika hal yang diinginkan tidak tercapai. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan oleh Kurniasari dkk. (2019), dapat dikatakan bahwa kesejahteraan psikologis remaja masih cenderung rendah. Hal ini dikarenakan sebagian besar dari mahasiswa memiliki efikasi diri yang rendah dan tidak diterapkan pola asuh otoritatif oleh

orang tua remaja, dimana remaja cenderung tumbuh menjadi pribadi yang kurang yakin, percaya diri, dan tegar dalam menghadapi permasalahan, dan peristiwa yang tidak mengenakan. Hal ini mengakibatkan tidak jarang diantara mereka memiliki masalah psikologis.

Mahasiswa pada tahap akhir remaja cenderung menghadapi stres selama masa studi mereka karena tekanan akademik yang beragam. Ryff (2014) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis individu memiliki keterkaitan dengan pengalaman yang mereka alami dalam lingkungan keluarga. Keluarga memiliki peran utama dalam mendidik anak dalam hal interaksi, nilai-nilai, moralitas, sikap, dan perilaku yang mereka pelajari. Partisipasi dalam kegiatan keluarga memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja akhir, namun variasi dalam kegiatan tersebut bisa dipengaruhi oleh perbedaan budaya di berbagai daerah (Maynard & Harding, 2010). Studi yang dilakukan oleh Cripps dan Zyromski (2009) menunjukkan bahwa adanya dukungan dari orang tua dapat meningkatkan penilaian diri remaja akhir terhadap kepuasan hidup dan tingkat kebahagiaan mereka. Hal ini dikarenakan adanya sosok orang tua yang senantiasa mendengarkan keluhan, atau curhatan dari anaknya, dan memberikan saran atau nasihat yang positif kepada anaknya, agar remaja akhir tumbuh menjadi pribadi yang lebih tegar, kuat, dan tidak mudah putus asa.

Menurut Baumrind (1966), orang tua yang menganut pola asuh otoritatif akan berupaya untuk secara rasional mengarahkan aktivitas anak, mendorong mereka untuk menyampaikan pendapat melalui dialog verbal, mendengarkan dengan baik, berbagi alasan di balik aturan yang dibuat, dan menerima jika anak menolak untuk mematuhi aturan tersebut. Nugraheny dan Hertinjung (2021), menemukan bahwa pola asuh berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa orang tua bukanlah satu-satunya faktor yang memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja karena remaja juga dapat memperluas lingkaran sosial mereka melalui hubungan yang erat dengan teman sebaya.

Orangtua yang menerapkan pola asuh otoritatif akan menegaskan pentingnya kualitas anak dan menetapkan standar perilaku yang diharapkan dari mereka di masa mendatang. Selain pola asuh, faktor lainnya yang ditandai dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja berupa efikasi diri. Menurut Bandura (1997), efikasi merujuk pada kapasitas yang melibatkan aspek perilaku, emosional, kognitif, dan sosial sebagai bagian dari keterampilan yang perlu diorganisir dan diatur secara efektif untuk mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri menjadi pondasi utama bagi perilaku seseorang. Jika seseorang yakin bahwa tindakannya akan menghasilkan dampak positif, mereka cenderung bertindak sesuai dengan keyakinan tersebut. Sebaliknya, jika seseorang merasa bahwa tindakannya akan menghasilkan dampak negatif, mereka mungkin enggan untuk bertindak. Orang yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi memiliki peluang yang lebih besar untuk mencapai kesuksesan, sementara mereka yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah cenderung lebih mungkin mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan mereka.

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan terhadap 20 mahasiswa mendapatkan hasil bahwa hampir seluruh responden mengalami permasalahan baik di lingkungan rumah maupun di lingkungan kampus dan terdapat beberapa

mahasiswa yang sulit bangkit dari permasalahan yang dihadapi. Lebih detail saat mengalami permasalahan mahasiswa mengalami kesulitan untuk bangkit dikarenakan beberapa faktor diantaranya faktor dari orang tua, dan dari dalam diri. Faktor orang tua berkaitan dengan pola asuh yang diterapkan sehingga mahasiswa sulit untuk mengembangkan dirinya dan faktor dari dalam diri adalah mahasiswa kurang percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, sedikitnya teman sebaya yang dimiliki sehingga mahasiswa merasa tidak ada tempat baginya untuk bercerita. Temuan lainnya berkaitan dengan r tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki, dan rendahnya motivasi belajar untuk menggapai cita-cita dan tujuan hidup sehingga membuat terhambatnya kesejahteraan psikologis. Temuan dari studi pendahuluan ini yang membuat peneliti ingin memahami lebih mendalam mengenai peran pola asuh otoritatif dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis.

Peneliti mengambil subjek pada mahasiswa remaja akhir, karena mahasiswa yang tergolong remaja akhir memiliki kecenderungan mengalami stress dalam menjalani proses pembelajaran karena adanya tugas, ujian, praktek yang dihadapi di perkuliahan. Menurut Cripps dan Zyromski (2009), tekanan psikologis dapat menghasilkan pikiran dan emosi yang tidak menguntungkan (negatif) yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Mencapai kesejahteraan psikologis adalah tujuan yang diinginkan oleh setiap individu, maka dari itu peneliti mengambil subjek dari seluruh Fakultas dan program studi yang ada di Universitas Udayana.

METODE

Pada penelitian ini pola asuh otoritatif dan efikasi diri merupakan variabel independen dan kesejahteraan psikologis merupakan variabel dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir di Universitas Udayana. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 106 remaja akhir di Universitas Udayana dengan kriteria berusia 18-21 tahun saat penelitian ini dilakukan, dan berstatus mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Udayana. Pemilihan sampel dari penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *cluster sampling*. Pada penelitian ini menggunakan teknik *one stage cluster sampling* yang dimana teknik penentuan sampel dengan membagi populasi menjadi kelompok. Pemilihan teknik *sampling cluster sampling* jenis *one stage cluster sampling* didasarkan pada populasi mahasiswa remaja akhir Universitas Udayana. Proses pelaksanaan pemilihan sampel penelitian yaitu peneliti mengacak populasi penelitian yaitu 13 fakultas yang terdiri dari Fakultas Kedokteran, Hukum, Ekonomi dan Bisnis, Teknologi Pertanian, Teknik Peternakan, Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Pertanian, Ilmu Budaya, Kelautan dan Perikanan, serta Pariwisata. Nantinya ke-13 fakultas tersebut dipilih secara acak untuk menjadi sampel dalam penelitian ini.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan beberapa skala diantaranya skala kesejahteraan psikologis, skala pola asuh otoritatif, dan skala efikasi diri. Kuesioner ini menggunakan skala *Likert* yang terdiri dari empat pilihan jawaban untuk setiap item yakni: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Pemberian skor atas

jawaban subjek untuk setiap pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Skor Skala Likert

Pilihan Jawaban	Skor Aitem <i>Favorable</i>	Skor Aitem <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Hipotesis dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan analisis regresi berganda menggunakan uji SPSS. Metode tersebut dapat digunakan karena terdapat hipotesis bahwa dua atau lebih variabel independen yang mempengaruhi variabel dependen. Pengambilan kesimpulan atau hasil akhir didasarkan pada nilai signifikansi, dimana jika $p < 0,05$ maka variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen dan sebaliknya. Rumus garis regresi berganda yang telah diperoleh dari hasil uji regresi berganda sebagai acuan untuk memprediksi taraf resiliensi masing-masing subjek dapat dituliskan dengan bentuk persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + \dots + b_n X_n$$

HASIL

Tabel 2. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 56$	Sangat Rendah	0	0%
$56 < X \leq 72$	Rendah	0	0%
$72 < X \leq 88$	Sedang	13	7,5%
$88 < X \leq 104$	Tinggi	95	54,9%
$X > 104$	Sangat Tinggi	65	37,6%

Pada Tabel 2 memaparkan sebagian besar subjek memiliki taraf kesejahteraan psikologis cenderung tinggi berjumlah 95 responden dengan persentase sebesar 54,9%.

Tabel 3. Kategorisasi Pola Asuh Otoritatif

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 28$	Sangat Rendah	0	0%
$28 < X \leq 36$	Rendah	1	0,6%
$36 < X \leq 44$	Sedang	27	15,6%
$44 < X \leq 52$	Tinggi	91	52,6%
$X > 52$	Sangat Tinggi	54	31,2%

Pada Tabel 3 memaparkan sebagian besar subjek memiliki taraf pola asuh otoritatif cenderung tinggi berjumlah 91 responden dengan persentase sebesar 52,6%.

Tabel 4. Kategorisasi Efikasi Diri

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 28$	Sangat Rendah	0	0%
$28 < X \leq 36$	Rendah	0	0%
$36 < X \leq 44$	Sedang	12	6,9%

$44 < X \leq 52$	Tinggi	100	57,8%
$X > 52$	Sangat Tinggi	61	35,3%

Pada Tabel 4 memaparkan sebagian besar subjek memiliki taraf efikasi diri cenderung tinggi berjumlah 100 responden dengan persentase sebesar 57,8%.

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji kekuatan hubungan antara dua atau lebih variabel serta melihat arah hubungan tersebut (Ghozali, 2018). Penelitian ini menggunakan teknik yang digunakan adalah teknik regresi berganda yang dibantu dengan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS 25.0. Hasil uji hipotesis dengan regresi berganda dapat pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	F	Sig.
<i>Regression</i>	12252,747	2	6126,373	331,528	0,000
<i>Residual</i>	3141,461	170	18,479		
Total	15394,208	172			

Berdasarkan pemaparan Tabel 5, koefisien F hitung sebesar 13,992 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat peran antara pola asuh otoritatif dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. Guna mengetahui sumbangan signifikan dari variabel penelitian dapat dilihat berdasarkan koefisien determinasi. Hasil koefisien determinasi dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Koefisien Determinasi

R	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
0,892	0,796	0,749	4,299

Berdasarkan pemaparan Tabel 6, dapat disimpulkan bahwa koefisien determinasi di dalam penelitian ini sebesar 0,796, yang mengindikasikan bahwa pola asuh otoritatif dan efikasi diri memiliki peran sebesar 79,6% terhadap kesejahteraan psikologis dan sebesar 20,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini. Selain mengetahui peran keseluruhan variabel, model regresi linear berganda juga dapat mengetahui peran dari masing-masing variabel secara parsial. Peran masing-masing variabel secara parsial dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Peran Variabel Secara Parsial

Model	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	T	Sig.
	B	<i>Std. Error</i>	Beta		
<i>(Constant)</i>	16,117	3,476		4,637	0,000
Pola Asuh Otoritatif	1,090	0,086	0,632	12,647	0,000
Efikasi Diri	0,363	0,056	0,322	6,453	0,000

Berdasarkan pemaparan Tabel 7, dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoritatif berperan positif terhadap kesejahteraan psikologis. Asumsi ini dilihat berdasarkan nilai koefisien beta tidak terstandarisasi sebesar 1,090 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Peran positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi pola asuh otoritatif maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis,

sebaliknya semakin rendah pola asuh otoritatif maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya, berdasarkan pemaparan Tabel 7, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri berperan positif terhadap kesejahteraan psikologis. Pernyataan ini ditinjau berdasarkan nilai koefisien beta tidak terstandarisasi sebesar 0,363 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), peran positif ini mengindikasikan bahwa semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis.

Rumus regresi berganda yang telah diperoleh dari hasil uji regresi berganda sebagai acuan untuk dapat memprediksi taraf resiliensi masing-masing subjek dapat ditulis dengan persamaan berikut:

$$Y = 16,117 + 1,090X_1 + 0,363X_2$$

Keterangan :

Y : Kesejahteraan Psikologis

X1 : Pola Asuh Otoritatif

X2 : Efikasi Diri

Konstanta sebesar 16,117 menunjukkan bahwa jika variabel pola asuh otoritatif dan efikasi diri bernilai 0 (nol), maka nilai kesejahteraan psikologis adalah 16,117. Koefisien regresi X1 sebesar 1,090 menunjukkan setiap penambahan atau peningkatan satuan nilai variabel pola asuh otoritatif dikaitkan dengan peningkatan taraf pola asuh otoritatif sebesar 1,090. Sementara itu, koefisien regresi X2 sebesar 0,363 mengindikasikan bahwa setiap penambahan atau peningkatan satuan nilai variabel efikasi diri berkorelasi dengan peningkatan taraf efikasi diri sebesar 0,363.

PEMBAHASAN

Hasil analisis regresi linier berganda menyatakan terdapat peran positif antara pola asuh otoritatif dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. Peran positif mengindikasikan pola asuh otoritatif dan efikasi diri bersama-sama berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja akhir mahasiswa di Universitas Udayana. Selain itu, berdasarkan besaran koefisien beta tidak terstandarisasi menyatakan bahwa pola asuh otoritatif berperan lebih besar meningkatkan kesejahteraan psikologis daripada efikasi diri. Temuan di dalam riset ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Siagian dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pola asuh otoritatif berperan positif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Terdapat beberapa prediktor yang memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yaitu pola asuh otoritatif dan efikasi diri (Ryff, 1989). Jika dilihat berdasarkan dimensi masing-masing variabel, pada dasarnya setiap dimensi prediktor pola asuh otoritatif dan efikasi diri bersama-sama berperan terhadap kesejahteraan psikologis. Riset sistematis revidi yang dilakukan oleh Amholt dkk. (2020) menyatakan bahwa orangtua yang menunjukkan perilaku memberikan pujian atas keberhasilan mahasiswa serta mendukung cita-cita yang diinginkan mahasiswa cenderung akan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang pernah dikerjakan serta meningkatkan perasaan optimis mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang belum pernah dikerjakan mahasiswa. Hal ini berkaitan dengan pujian yang diberikan orangtua kepada

mahasiswa akan meningkatkan percaya diri mahasiswa serta kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang pernah dikerjakan. Asumsinya, pujian yang diberikan orangtua akan menyebabkan mahasiswa lebih berani dalam mengambil keputusan yang pernah dikerjakan, dikarenakan pujian dari orangtua diasumsikan sebagai apresiasi atas keberhasilan dalam menyelesaikan tugas yang sama (Davids dkk., 2017).

Amholt dkk. (2020) menambahkan orangtua yang memiliki inisiatif dalam membangun hubungan yang sehat dengan mahasiswa serta menghargai pendapat mahasiswa cenderung akan meningkatkan keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang dalam hal ini berkaitan dengan dimensi tingkatan. Amholt juga menambahkan bahwa orangtua yang selalu memberikan sanksi atas pelanggaran yang dilakukan serta menyadari pentingnya pujian cenderung akan meningkatkan keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang pernah dikerjakan serta meningkatkan perasaan optimis dalam menyelesaikan tugas yang belum pernah dikerjakan, yang dalam hal ini berkaitan dengan dimensi generalisasi. Hal ini dikarenakan pentingnya pujian yang diberikan orangtua kepada mahasiswa akan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang sama serta berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989). Peningkatan kesejahteraan emosional, kesehatan mental serta resiliensi akan berdampak pada fungsi kognitif yang berdampak pada peningkatan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas. Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas akan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Gao & McLellan, 2018).

Hasil kategorisasi data penelitian menyatakan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis responden di dalam penelitian ini cenderung tinggi. Tingginya kategorisasi kesejahteraan psikologis di dalam penelitian ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Putri dan Rustika (2017) yang menyatakan hal serupa bahwa kategorisasi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa memiliki tingkat cenderung tinggi. Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis yang tinggi pada seseorang tergantung pada enam aspek utama, yaitu penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, interaksi positif dengan orang lain, kemampuan menguasai lingkungan, dan tingkat kemandirian. Kesejahteraan psikologis yang rendah pada individu dapat tercermin dari beberapa tanda, seperti ketidakpuasan diri, perasaan terasing dari lingkungan sosial, ketergantungan berlebihan pada orang lain, kurangnya kesadaran terhadap lingkungan, pengalaman stagnasi dalam kehidupan, dan merasa bahwa hidup tidak memiliki makna. (Ryff, 1989). Untuk itu, penelitian lanjutan dapat mengkaji lebih dalam mengenai faktor lain yang berperan terhadap kesejahteraan psikologis seperti persahabatan, relasi sosial dan makna hidup.

Hasil regresi secara parsial menyatakan bahwa pola asuh otoritatif berperan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa di Universitas Udayana. Temuan di dalam penelitian ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Siagian dkk., (2019) yang menyatakan terdapat peran positif antara pola asuh otoritatif dengan kesejahteraan psikologi. Peran positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi pola asuh otoritatif maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin rendah pola asuh otoritatif maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Menurut Baumrind (2005), orangtua yang menerapkan pola asuh otoritatif akan secara rasional mengarahkan kegiatan mahasiswa, mendorong mereka untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan publik secara verbal, mendengarkan pendapat

mereka dengan keterbukaan terkait aturan, serta bersedia menerima masukan dari mereka mengenai aturan yang telah ditetapkan.

Orangtua yang dapat memfasilitasi pertumbuhan kepribadian, mengontrol diri, serta, memberikan dukungan dan perhatian yang responsif kepada mahasiswa, termasuk mengakui dan menghargai kemampuan mereka, serta memberikan kebebasan dalam batas wajar, cenderung meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Baumrind, 2013). Strage dan Brandt (1999) berpendapat orangtua dengan menerapkan pola asuh otoritatif cenderung mendengarkan serta memahami perasaan mahasiswa, memberikan dukungan emosional serta menunjukkan kehangatan. Selain itu, orangtua cenderung menerapkan komunikasi positif untuk membangun hubungan positif dengan mahasiswa.

Hasil kategorisasi data penelitian menunjukkan bahwa tingkat pola asuh otoritatif yang dialami subjek penelitian yaitu cenderung tinggi. Tingginya tingkat kategorisasi pola asuh otoritatif di dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cynthia dan Basaria (2023) yang sama-sama memiliki tingkat kategorisasi pola asuh otoritatif yang cenderung tinggi. Tingginya tingkat pola asuh otoritatif cenderung dipengaruhi oleh dimensi dari pola asuh otoritatif. Orangtua yang menerapkan pola asuh otoritatif cenderung memuji perilaku membanggakan yang dilakukan mahasiswa, memberikan keluwesan bagi mahasiswa untuk menentukan cita-citanya, mampu membangun hubungan yang erat antara mahasiswa, menghargai pendapat mahasiswa, menyadari pentingnya memberikan pujian, serta menyadari pentingnya pemberian kasih sayang dan dukungan sosial (Baumrind, 2013).

Hasil regresi secara parsial menyatakan bahwa terdapat peran positif antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada remaja akhir di Universitas Udayana. Peran positif mengindikasikan bahwa semakin rendah tingkat efikasi diri maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis. Mustikasari dan Hertjung (2019) melakukan penelitian yang sejalan dengan penelitian ini mendapatkan hasil bahwa efikasi diri berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi diri berkaitan dengan bagaimana individu mampu menyelesaikan tugas ketika berada di dalam suatu keadaan, baik keadaan yang menyenangkan maupun keadaan yang menekan. Individu dengan tingkat efikasi diri tinggi ditandai oleh keyakinan yang kuat dan konsisten dalam mengatasi berbagai tantangan dan tugas, hal ini dikarenakan individu merasa dapat mengaplikasikan kemampuan diri pada tugas yang akan dihadapi (Bandura, 1997).

Hasil kategorisasi data penelitian menyatakan bahwa tingkat efikasi diri subjek di dalam penelitian ini yaitu cenderung tinggi. Tingginya tingkat efikasi diri di dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Cicognani (2011) yang sama-sama memiliki tingkat kategori efikasi diri cenderung tinggi. Tingginya tingkat efikasi diri di dalam penelitian ini diprediktori oleh dimensi-dimensi efikasi diri yaitu tingkatan, kekuatan serta generalisasi. Seseorang yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki keyakinan dalam menyelesaikan tugas, baik yang sulit maupun yang mudah. Mereka memiliki kemampuan dalam menyelesaikan tugas termasuk yang belum pernah mereka kerjakan sebelumnya dan optimis dalam menghadapi tantangan baru (Bandura,

1997). Bandura (1997) menambahkan bahwa pengalaman berhasil menjadi faktor paling berpengaruh terhadap tingkat efikasi diri, karena memberikan bukti konkret atas kemampuan dalam mencapai tujuan. Semakin sering seseorang berhasil menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan, maka semakin bertambah pula tingkat efikasi dirinya.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu pola asuh otoritatif dan efikasi diri bersama-sama berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja akhir di Universitas Udayana. Pola asuh otoritatif berperan positif meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja akhir di Universitas Udayana. Efikasi diri berperan positif meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja akhir di Universitas Udayana. Mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat kesejahteraan psikologis, pola asuh otoritatif dan efikasi diri cenderung tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amholt, T. T., Dammeyer, J., Carter, R., & Niclasen, J. (2020). Psychological well-being and academic achievement among school-aged children: A systematic review. *Child Indicators Research*, 13, 1523-1548.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Baumrind, D. (2013). Authoritative parenting revisited: history and current status. *Journal of Applied social psychology*, 41(7), 680-695.
- Cicognani, E. (2011). Coping strategies with minor stressors in adolescence: Relationships with social support, self-efficacy, and psychological well-being. *Journal of Applied social psychology*, 41(3), 559-578.
- Cripps, K. & Zyromski, B. (2009). Adolescents' psychological wellbeing and perceived parental involvement: implications for parental involvement in middle schools. *RMLE Online*. 33(04), 1-13.
- Cynthia, L., & Basaria, D. (2023). Analisis korelasi gaya pengasuhan orang tua dengan psychological well-being remaja generasi z. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1058-1071.
- Davids, E. L., Roman, N. V., & Kerchhoff, L. J. (2017). Adolescent goals and aspirations in search of psychological well-being: from the perspective of self-determination theory. *South African Journal of Psychology*, 47(1), 121-132.
- Feist, J. & Feist, G.J. (2013). *Teori kepribadian*. Edisi Tujuh. Jakarta: Salemba Humanika.
- Gao, J., & McLellan, R. (2018). Using Ryff's scales of psychological well-being in adolescents in mainland China. *BMC psychology*, 6, 1-8.
- Jannah, M. (2017). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Mustikasari, D. A., & Hertinjung, W. S. (2019). Hubungan efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan (disertasi tidak dipublikasi, Universitas muhammadiyah surakarta).

- Putri, P. N. A., & Rustika, I. M. (2017). Peran pola asuh otoritatif, efikasi diri, dan perilaku prososial terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja akhir di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 151-164.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it ? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59(06), 1069-1081.
- Siagian, V. F., Novlyncia, N., Wijaya, J., Lumbantoruan, H., Elvinawanty, R., & Hasanuddin, H. (2023). Hubungan antara pola asuh otoritatif dengan kesejahteraan psikologis pada siswa/i sma global prima medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 6(1), 427-436.
- Strage, A., & Brandt, T. S. (1999). Authoritative parenting and college students' academic adjustment and success. *Journal of Educational Psychology*, 91(1), 146.