

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Perkembangan manusia berlangsung sepanjang hidup dan melalui tahapan yang khas secara fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Salah satu masa krusial dalam perkembangan ini adalah masa remaja awal (12–15 tahun), yang ditandai dengan perubahan emosional signifikan dan peningkatan sensitivitas sosial (Khasanah, 2023). Pada masa ini, remaja sangat rentan terhadap tekanan sosial dan emosional yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka secara keseluruhan.

Dikutip dari laman detik.com pada 31 januari 2024, sejumlah siswa dilaporkan mengalami kesulitan dalam berinteraksi di lingkungan sekolah, seperti merasa takut untuk berbicara di depan kelas, menghindari aktivitas kelompok, serta cenderung diam ketika berada di tengah teman sebaya. Beberapa siswa juga mengaku khawatir terhadap penilaian orang lain sehingga memilih untuk menarik diri dari pergaulan. Kondisi ini berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran serta hubungan sosial di lingkungan sekolah. Lebih lanjut, diberitakan bahwa tekanan akademik, tuntutan untuk tampil baik, serta pengaruh lingkungan digital membuat remaja menjadi lebih berhati-hati dalam bersikap. Tidak sedikit siswa yang merasa tidak percaya diri dan takut melakukan kesalahan, sehingga membatasi diri dalam berinteraksi. Dalam beberapa kasus, kondisi ini turut memengaruhi partisipasi siswa dalam kegiatan belajar maupun aktivitas sosial di sekolah begitu juga dengan lingkungan keluarga juga disebut memiliki peran dalam membentuk perilaku remaja. Pola pengasuhan yang cenderung ketat, menuntut, dan kurang memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan diri dapat membuat remaja menjadi lebih tertutup. Anak cenderung takut melakukan kesalahan dan terbiasa mengikuti aturan tanpa berani menyampaikan pendapat. Hal ini kemudian memengaruhi cara remaja dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, terutama di lingkungan sekolah.

Pada konteks peserta didik tingkat SMA, kecemasan sosial yang berkaitan dengan pola asuh otoriter umumnya muncul pada remaja yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga dengan kontrol yang tinggi, tuntutan kepatuhan yang ketat, serta komunikasi yang cenderung satu arah. Remaja yang berada dalam pola pengasuhan seperti ini sering mengalami tekanan untuk selalu memenuhi standar orangtua, sehingga memunculkan rasa

takut melakukan kesalahan. Kondisi tersebut berdampak pada munculnya hambatan dalam interaksi sosial, seperti kecenderungan menarik diri, menghindari situasi yang melibatkan penilaian sosial, serta munculnya ketidaknyamanan ketika berkomunikasi dengan teman sebaya. Pada akhirnya, peserta didik SMA dengan pengalaman tersebut menunjukkan kerentanan yang lebih tinggi terhadap kecemasan sosial, yang ditandai oleh penilaian diri negatif, kekhawatiran terhadap evaluasi sosial, dan minimnya kepercayaan diri dalam konteks akademik maupun sosial di sekolah.

Hasil wawancara terhadap siswa di SMA FREE METHODIST MEDAN menunjukkan adanya gejala kecemasan sosial yang berkaitan erat dengan pola asuh otoriter. Subjek pertama, berinisial S (15 tahun), mengaku sulit bergaul dan mengalami pembatasan dari orangtua yang sangat menuntut dan tidak mengizinkan pergaulan bebas. Subjek kedua, berinisial D (17 tahun), menghindari interaksi karena takut mendapat penilaian negatif. Kasus-kasus ini memperkuat dugaan bahwa tekanan dari orangtua yang terlalu mengontrol dapat memicu rasa takut dalam hubungan sosial.

Menurut Yudianfi (2022), ketika siswa mengalami kesulitan dalam berinteraksi bersama orang lain, seperti tidak memiliki keberanian untuk bertanya, takut dalam menyampaikan pendapat, jarang berbicara, sulit bergaul, gugup, dan cenderung menghindari situasi sosial, itu merupakan bentuk dari kecemasan sosial. Berdasarkan penelitian Said dan Herdajani (2023), kecemasan sosial juga dapat mengganggu hubungan interpersonal dengan orang lain. Kecemasan sosial dapat dikenali melalui munculnya rasa takut terhadap evaluasi buruk, menjauhi interaksi sosial dengan individu yang tidak dikenal, serta menghindari interaksi dengan individu yang sudah dikenal. Kondisi tersebut sejalan dengan pernyataan yang disampaikan La Greca dan Lopez (dalam Liskasiwi dkk., 2020).

Menurut La Greca dan Lopez (dalam Sholawati, 2021), kecemasan sosial memiliki tiga aspek utama, yakni: (1) rasa takut akan penilaian buruk, (2) menghindari lingkungan sosial dalam situasi baru, dan (3) penghindaran sosial secara umum. Faktor penyebabnya lainnya tekanan untuk tampil sempurna, ketidakjelasan aturan sosial, perhatian berlebihan pada kesan diri, dan buruknya strategi koping sosial (Leary & Jongman-Sereno, 2019).

Aspek yang menjadi pemicu munculnya kecemasan sosial terbagi atas dua macam pokok, yakni aspek sendiri dan aspek lingkungan (Najich dkk., 2024). Faktor diri sendiri mencakup keyakinan terhadap kemampuan diri, harga diri, serta gambaran mengenai diri. Sementara itu, aspek lingkungan meliputi dukungan dari lingkungan sosial dan gaya pengasuhan yang bersifat otoriter (Najich dkk., 2024). Pada saat individu bertumbuh pada gaya pengasuhan secara otoriter, yang mana banyak kendali oleh orang tua, peraturan berlaku dengan ketat, dan kesempatan untuk diskusi nyaris tidak diberikan, maka timbul

rasa terbatas dan tidak berkuasa pada jalan kehidupannya sendiri Alhazmi (dalam Baumrind, 2024).

Pola asuh otoriter terbukti secara empiris berkontribusi terhadap kecemasan sosial. Anak-anak yang tumbuh dalam pengasuhan otoriter sering kali mengalami tekanan psikologis karena harus memenuhi harapan tinggi dari orangtua tanpa adanya dukungan emosional (Anugrah & Manalu, 2025). Mereka menjadi lebih tertutup dan mudah cemas dalam situasi sosial. Menurut Yuliani (2025), pola asuh otoriter di Asia Tenggara menunjukkan korelasi signifikan dengan kecemasan sosial remaja. Karakteristik orangtua otoriter meliputi kontrol tinggi, emosi intens, dan rendahnya sikap menerima (acceptance).

Mereka cenderung menghukum secara fisik, memberi perintah tanpa penjelasan, dan menunjukkan sedikit kasih sayang (Azzahra & Putri, 2024). Anak-anak dalam lingkungan ini tumbuh dengan rasa tidak aman, kurang percaya diri, dan memiliki kesulitan dalam mengekspresikan emosi atau menjalin hubungan sosial yang sehat (Fikriyyah dkk., 2022).

Aspek-aspek pola asuh otoriter menurut penelitian terbaru dapat dibagi menjadi tiga (Wang dkk., 2023): a. Batasan perilaku (Behavioral Guidelines): aturan dibuat secara kaku, anak tidak diberi ruang berdiskusi. b. Kurangnya dorongan perilaku (Behavioral Encouragement): orangtua lebih suka mengontrol daripada mendorong kemandirian anak. c. Kualitas hubungan emosional: minimnya empati dan kehangatan membuat anak merasa terasing secara emosional dari orangtua.

Penelitian oleh Khasanah (2023) menunjukkan terdapat korelasi yang sangat kuat antara gaya pengasuhan otoriter dan kecemasan sosial, dengan nilai korelasi $R = 0,984$, $R^2 = 0,968$, dan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Maknanya, kian tinggi gaya pengasuhan otoriter, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang dialami siswa.

Penelitian selanjutnya oleh Louw dan Rahmatulloh (2024) menunjukkan terdapat positif yang bermakna antara pola asuh otoriter dan kecemasan sosial pada remaja usia 14-18 tahun ($r = 0,120$; $p = 0,045$). Hasil ini menguatkan bahwa pola asuh otoriter berkontribusi terhadap meningkatnya kecemasan sosial pada peserta didik SMA, sehingga relevan sebagai dasar empiris bagi penelitian ini.

Hipotesis penelitian ini mengungkapkan terdapat korelasi yang konstruktif dan searah antara gaya pengasuhan otoriter dengan kecemasan sosial, asumsi kian tinggi gaya pengasuhan otoriter sebagai hasilnya turut meningkat kecemasan sosial pada siswa. Sementara itu rendahnya gaya pengasuhan otoriter akan mengurangi tingkat kecemasan sosial pada siswa.

B. RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan pola asuh otoriter terhadap tingkat kecemasan sosial pada siswa SMA FREE METHODIST MEDAN?

C. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan bertujuan guna mengidentifikasi hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada siswa SMA FREE METHODIST MEDAN.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya literatur dalam bidang Psikologi, khususnya Psikologi Pendidikan, dengan memberikan pemahaman mendalam tentang hubungan antara pola asuh otoriter dan kecemasan sosial remaja

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang Tua

Memberikan wawasan penting tentang dampak negatif dari pola asuh otoriter dan pentingnya pola asuh yang lebih suportif dan terbuka.

b. Bagi Guru dan Pendidik

Membantu siswa mengenali asal-usul kecemasan sosial mereka, serta mendorong mereka untuk memahami peran pola asuh dalam pembentukan perilaku dan perasaan mereka.

c. Bagi Siswa

Peneliti berharap kajian ini dapat menjadi referensi pada kajian berikutnya untuk menelaah secara mendalam tentang kecemasan sosial yang mengarah pada pola asuh otoriter, dengan begitu dapat saling melengkapi baik pada penelitian saat ini maupun penelitian selanjutnya.