

PENGARUH POLA ASUH OTORITATIF IBU TERHADAP MENTAL WELL-BEING PADA MAHASISWA

Najwa Salsabilla Zahra¹, Ernawati², Lupi Yudhaningrum³

^{1,2,3} Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, 12980, Indonesia

Email: namasayaernawati@gmail.com

p-ISSN: 2337-4845

e-ISSN: 2620-7486



Received	Revised	Accepted	Published
17 Desember 2025	31 Desember 2025	6 Februari 2026	30 April 2026

Abstract

Undergraduate students aged 18–25 years are in the phase of emerging adulthood, which is characterized by various academic, social, and psychological demands that may affect mental well-being. In the Indonesian cultural context, mothers play a dominant role as primary caregivers; therefore, the quality of parenting practices becomes an important factor influencing children's psychological development into early adulthood. This study aimed to examine the effect of maternal authoritative parenting on university students' mental well-being. A quantitative approach was employed using a nonprobability sampling technique through convenience sampling. The participants consisted of 736 active undergraduate students aged 18–25 years in the Greater Jakarta area (Jabodetabek). Data were collected online using the Warwick–Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS) and the Parental Authority Questionnaire (PAQ). Data analysis involved the Kolmogorov–Smirnov normality test and simple linear regression analysis. The results indicated that maternal authoritative parenting had a significant and positive effect on students' mental well-being ($p < 0.001$), with a coefficient of determination (R^2) of 0.15. These findings suggest that maternal authoritative parenting accounts for 15% of the variance in students' mental well-being. This study underscores the importance of mothers' roles in applying authoritative parenting as a protective factor for students' mental well-being during early adulthood.

Keywords: maternal authoritative parenting, parenting, mental well-being, university students, emerging adulthood

Abstrak

Mahasiswa berusia 18–25 tahun berada pada fase *emerging adulthood* yang ditandai oleh berbagai tuntutan akademik, sosial, dan psikologis yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental. Dalam konteks budaya Indonesia, ibu memiliki peran dominan sebagai pengasuh utama sehingga kualitas pola asuh yang diterapkan menjadi faktor penting dalam perkembangan psikologis anak hingga masa dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap kesejahteraan mental mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sample nonprobabilitas (*convenience sampling*). Partisipan penelitian berjumlah 736 mahasiswa sarjana aktif di wilayah Jabodetabek berusia 18–25 tahun. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Warwick–Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS) dan Parental Authority Questionnaire (PAQ). Data dianalisis menggunakan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov dan analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif ibu berpengaruh signifikan dan positif terhadap kesejahteraan mental mahasiswa ($p < 0,001$), dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,15. Temuan ini menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif ibu berkontribusi sebesar 15% terhadap variasi kesejahteraan mental mahasiswa. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran ibu dalam menerapkan pola asuh otoritatif sebagai faktor protektif bagi kesejahteraan mental mahasiswa pada masa dewasa awal.

Kata kunci: pola asuh, otoritatif, ibu, kesejahteraan mental, mahasiswa

1. Pendahuluan

Mahasiswa pada rentang usia 18–25 tahun berada dalam tahap transisi perkembangan yang dikenal sebagai *emerging adulthood*. Fase ini sering kali ditandai oleh intensitas perubahan lingkungan, pengambilan keputusan penting terkait karier dan hubungan interpersonal, serta adaptasi terhadap struktur pembelajaran yang lebih mandiri dibandingkan masa sekolah menengah (Arnett, 2000; Arnett et al., 2016). Pada fase ini mahasiswa juga mengalami berbagai tuntutan perkembangan, seperti peningkatan beban akademik, penyesuaian sosial, serta proses eksplorasi identitas diri (Arnett et al., 2019).

Serangkaian perubahan yang terjadi pada mahasiswa ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan sehingga memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Transisi ke lingkungan kampus khususnya merupakan momen risiko yang berkaitan dengan peningkatan gejala stres, kecemasan, dan gangguan penyesuaian jika tidak didukung oleh sumber daya koping dan jaringan sosial yang memadai (Arnett et al., 2014; Cage et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang menghadapi transisi tanpa dukungan yang cukup cenderung menunjukkan penurunan *well-being*, yang berdampak negatif pada konsentrasi akademik, keterlibatan dalam pembelajaran, dan kemampuan menjalankan fungsi sehari-hari dengan optimal (Zhang et al., 2024). Penelitian di Indonesia juga menunjukkan hal serupa di mana tingkat stres dan rendahnya kesejahteraan psikologis pada mahasiswa berkaitan erat dengan tuntutan akademik dan perubahan peran, sehingga intervensi di lingkungan kampus (misalnya layanan konseling, program pencegahan) menjadi sangat penting untuk memulihkan dan mempertahankan mental *well-being* mahasiswa (Aulia, S., & Panjaitan, R. U., 2019).

Dalam menghadapi kompleksitas ini, mental *well-being* mahasiswa menjadi isu yang semakin mendesak untuk diperhatikan. Mental *Well-being* adalah salah satu konsep *well-being* yang berkaitan dengan fungsi psikologis seseorang, kepuasan hidup, dan kemampuan untuk mengembangkan serta memelihara hubungan yang saling menguntungkan (Stewart-brown, 2008). Mental *well-being* mencakup kondisi emosional, psikologis, dan sosial yang positif, memungkinkan individu untuk berfungsi secara optimal dan menghadapi tekanan hidup dengan efektif (Keyes dalam Ryff & Singer, 2008). Mental *Well-being* pada saat ini secara luas lebih dikenal dengan memiliki dua perspektif utama, yaitu perspektif hedonik yang meliputi pengalaman subjek kebahagiaan dan kepuasan hidup, kemudian perspektif eudaimonik yang meliputi fungsi psikologis yang positif, hubungan interpersonal yang sehat dan aktualisasi diri.

Mental *well-being* memiliki implikasi yang penting dalam konteks kehidupan mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat mental *well-being* yang baik cenderung mampu beradaptasi secara efektif dan menjalani proses perkuliahan secara optimal, sementara kesejahteraan psikologis yang rendah berpotensi memunculkan berbagai permasalahan, seperti rendahnya kepercayaan diri, kesulitan penyesuaian diri, penarikan diri dari lingkungan sosial, hingga pengambilan keputusan yang merugikan diri sendiri (Okvella dalam Pinasti & Hertinjung, 2025). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian di bidang pendidikan tinggi menunjukkan bahwa kesejahteraan mahasiswa memiliki keterkaitan yang signifikan dengan performa akademik dan keterlibatan dalam pembelajaran. Mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tuntutan akademik, mempertahankan konsentrasi, serta menjalankan aktivitas sehari-hari secara efektif (Salsabila & Minarni, 2025).

Berbagai faktor internal dan eksternal disinyalir berkontribusi terhadap kondisi Mental *Well-being* mahasiswa. Salah satu faktor eksternal yang memiliki pengaruh terhadap mental *well being* adalah pola asuh orang tua (Hidayah, C.R., 2025). Pola asuh merupakan seperangkat perilaku orang tua dalam berinteraksi dengan anak-anak mereka, termasuk cara mereka mengkomunikasikan nilai-nilai, ekspektasi, dan batasan (Darling & Steinberg, 2017). Pola asuh juga diartikan sebagai cara yang dilakukan oleh orang tua dengan menerapkan peraturan yang digunakan untuk mendidik, membimbing, memperhatikan dan melindungi anak mereka (Gunarsa, 1991). Senada dengan hal tersebut, Santrock (2018) menjelaskan bahwa pola asuh mencerminkan cara orang tua dalam mengarahkan, mengontrol, dan merespons kebutuhan anak, baik secara fisik maupun psikologis.

Dari berbagai jenis pola asuh, pola asuh otoritatif (*authoritative parenting*) ditemukan memiliki korelasi positif dengan berbagai indikator perkembangan psikososial yang sehat pada anak dan remaja (Macoby & Martin, 1983). Pola asuh otoritatif dicirikan oleh tingkat kehangatan dan dukungan emosional yang tinggi, diiringi dengan harapan yang jelas dan batasan yang tegas. Orang tua dengan pola asuh ini cenderung responsif terhadap kebutuhan anak, namun tetap menuntut kemandirian dan tanggung jawab (Baumrind, 2013). Pola asuh ini mendorong komunikasi dua arah dan partisipasi anak dalam pengambilan keputusan, sehingga membantu pengembangan kemandirian dan regulasi emosi yang adaptif (Sanvictores, 2021).

Berbagai hasil penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental individu pada berbagai jenjang perkembangan. Penelitian

Ambarita (2019) menemukan bahwa pola asuh otoritatif berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Siagian et al. (2023) pada siswa SMA di Medan menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara pola asuh otoritatif dan kesejahteraan psikologis. Studi pada remaja di Pekanbaru yang dilakukan oleh Lestari, Y. I., & Yumra, M. A. (2022) juga menunjukkan bahwa semakin baik pola asuh otoritatif yang diterapkan orang tua, semakin tinggi juga *psychological well-being* para peserta. Penelitian pada populasi mahasiswa dan remaja juga menunjukkan hubungan positif antara pola asuh otoritatif dan kesejahteraan psikologis mahasiswa di mana mahasiswa yang melaporkan persepsi pola asuh otoritatif dari orang tua cenderung memiliki strategi koping yang lebih baik dan hasil emosional yang lebih adaptif dibandingkan mereka yang tidak menerima pola asuh tersebut (Karna & Lestari, 2024). Hal ini memperkuat pendapat Handayani yang menyampaikan bahwa keluarga yang menerapkan pengasuhan yang efektif cenderung mampu menghasilkan generasi yang sehat secara fisik dan psikologis (Ernawati dkk., 2022).

Dalam beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia, ibu memiliki peran yang dominan dalam praktik pengasuhan dan umumnya dipandang sebagai pengasuh utama dalam keluarga (Kusila, 2023; Lutfatulatifah, L., 2020). Temuan Lutfatulatifah (2020) di Benda Kerep, Cirebon, mengungkapkan bahwa ibu lebih berperan dalam pengasuhan anak, yang mencakup kegiatan perawatan, perlindungan, serta praktik pengasuhan yang bersifat edukatif. Temuan ini sejalan dengan pendapat Kusila (2023) yang menyatakan bahwa perempuan, khususnya ibu, kerap diposisikan sebagai *primary caregiver* dalam banyak keluarga, terutama dalam pemenuhan kebutuhan emosional dan pemberian stimulasi awal bagi anak.

Lebih lanjut, kualitas pengasuhan yang diberikan oleh ibu sebagai pengasuh utama memiliki peranan yang signifikan dalam menunjang tumbuh kembang anak. Hal ini disebabkan oleh tingginya intensitas keterlibatan ibu dalam pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan sosial anak (Lubis & Nurwati dalam Ernawati dkk., 2020). Oleh karena itu, perhatian terhadap pola asuh yang diterapkan oleh ibu menjadi aspek krusial dalam memahami perkembangan psikologis individu, termasuk kesejahteraan mental pada masa dewasa awal. Pandangan ini diperkuat oleh Ngewa yang menegaskan bahwa keluarga memiliki peran fundamental sebagai lingkungan awal dalam pembentukan pendidikan, moral, dan nilai-nilai kebersamaan individu sebelum berinteraksi di masyarakat luas (Ernawati dkk., 2023).

Meskipun telah terdapat sejumlah penelitian yang mengkaji peran ibu dan ayah secara terpisah, kajian di Indonesia masih cenderung menempatkan peran orang tua dalam kerangka pengasuhan secara umum. Selain itu, penelitian yang secara spesifik menelaah pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap mental *well-being* pada mahasiswa masih terbatas, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk memahami peran ibu sebagai pengasuh utama dalam mendukung kesejahteraan mental pada masa dewasa awal.

2. Metode Penelitian

Partisipan Penelitian

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa sarjana aktif di wilayah Jabodetabek dengan rentang usia 18–25 tahun. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel non-pobabilitas dengan metode *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring selama periode empat bulan dan memperoleh sebanyak 770 respons. Setelah dilakukan proses pembersihan data (*data cleaning*) karena ada yang berusia 17 tahun. Setelah itu, sebanyak 736 respons dinyatakan memenuhi kriteria dan selanjutnya dianalisis.

Desain Penelitian

Untuk mengukur mental *well being*, peneliti menggunakan *Warwick–Edinburgh Mental Well-being Scale* (WEMWBS). Instrumen ini merupakan alat ukur yang telah diadaptasi dan divalidasi pada penelitian sebelumnya oleh Ramdani (2024). Penggunaan instrumen ini menunjukkan bahwa peneliti mengadopsi instrumen yang telah teruji, bukan mengembangkan alat ukur baru. Pada penelitian terdahulu, WEMWBS menunjukkan tingkat reliabilitas internal yang baik dengan nilai koefisien Cronbach's Alpha (α) = 0,843, yang mengindikasikan konsistensi internal yang memadai.

Instrumen pola asuh otoritatif disusun berdasarkan subskala otoritatif dari Parental Authority Questionnaire (Buri, 1991). Sebelum digunakan dalam penelitian utama, dilakukan uji coba instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitasnya dalam konteks budaya Indonesia. Uji coba dilakukan secara daring dan melibatkan 49 responden. Uji validitas konstruk dilakukan melalui analisis korelasi item–total, dengan kriteria koefisien korelasi $\geq 0,30$. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan memenuhi kriteria validitas konstruk. Selanjutnya, uji reliabilitas internal dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, yang menghasilkan nilai $\alpha = 0,901$. Nilai tersebut menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat baik, sehingga instrumen PAQ dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan pada populasi mahasiswa sarjana di Indonesia.

3. Hasil dan Diskusi

Penelitian ini melibatkan 736 responden yang terdiri dari mahasiswa di Jabodetabek. Berdasarkan Tabel 1, responden dengan jumlah terbanyak berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 576 orang (82,5%), sedangkan responden dengan jumlah paling sedikit adalah mahasiswa berjenis kelamin laki-laki sebanyak 129 orang (17,5%). Berdasarkan usia, responden terbanyak berada pada usia 19 tahun, yaitu sebanyak 202 orang (27,4%), sementara responden dengan jumlah paling sedikit berada pada usia 24 tahun, yaitu sebanyak 1 orang (0,1%).

Tabel 1. Data Demografi

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	131	18,5
Perempuan	607	81,5
Usia (tahun)		
18	136	19.2
19	196	27.7
20	176	24.9
21	137	19.4
22	50	7.1
23	10	1.4
24	1	0.1
25	1	0.1

Dalam penelitian ini, dilakukan beberapa uji statistik yang diawali dengan uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Berdasarkan Tabel 2, didapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,200, lebih besar dari taraf signifikansi 0,050. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sampel dalam penelitian ini berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Tabel 2. Distribusi Normal

Statistik Uji	Nilai
N	736
Mean Residual	0,000
Standar Deviasi	8,349
Kolmogorov-Smirnov Z	0,021
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	0,645

Tabel 3. Uji Korelasi

		Pola Asuh Otoritatif	Mental Well-Being
Pola Asuh Otoritatif	Pearson Correlation	1	0,397
	Sig. (2-tailed)		< 0,001
	N	736	736
Mental Well-Being	Pearson Correlation	0,397	1
	Sig. (2-tailed)	< 0,001	
	N	736	736

Berdasarkan hasil uji F yang dilakukan diketahui nilai Signifikansi (Sig.) adalah sebesar ($p < 0,001$). Dikarenakan nilai Sig. pada penelitian ini $< 0,05$ maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji F dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap mental well-being mahasiswa seperti yang terlihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji F

ANOVA^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regressi	9608,269	1	9608,269	137,658	< 0,001
Residual	51231,682	734	69,795		
Total	60839,951	735			

a. *Dependent Variable: Mental Well Being*

b. *Predictors: (Constant), Pola Asuh Otoritatif*

Hasil uji R pada tabel 5 menunjukkan besarnya koefisien determinasi R square antara pola asuh otoritatif ibu terhadap Mental Well-being mahasiswa adalah sebesar 15%. Hal ini menunjukkan pengaruh regresi antara pola asuh otoritatif ibu terhadap Mental Well-being mahasiswa nilai R square 15% artinya pola asuh otoritatif ibu mampu mempengaruhi Mental Well-being mahasiswa sebesar 15%.

Tabel 5. Uji Regresi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.397	.158	.157	8.355

3. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif ibu berpengaruh positif terhadap mental *well-being* mahasiswa. Artinya, semakin tinggi penerapan pola asuh otoritatif oleh ibu, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan mental yang dirasakan mahasiswa. Pengaruh positif ini dapat dijelaskan melalui karakteristik pola

asuh otoritatif yang menekankan keseimbangan antara kehangatan emosional, komunikasi dua arah, dan kejelasan tuntutan. Kondisi tersebut mendorong mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi, resiliensi, serta strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan perkembangan pada masa dewasa awal. Temuan ini sejalan dengan kerangka teoritis Baumrind (1991) yang menegaskan bahwa pola asuh otoritatif memberikan dampak positif terhadap perkembangan psikologis individu, serta didukung oleh model *flourishing* dalam kesehatan mental yang dikemukakan oleh Keyes (2007).

Pengaruh positif pola asuh otoritatif ibu terhadap mental *well-being* mahasiswa dapat dijelaskan melalui karakteristik utama pola asuh otoritatif itu sendiri dimana terdapat kehangatan emosional, komunikasi terbuka dua arah, dan penetapan batas/tuntutan yang jelas, yang pada akhirnya bersama-sama membentuk lingkungan keluarga yang mendukung pengembangan kemampuan regulasi emosi dan perilaku prososial anak. Selain itu, tuntutan yang jelas dan dukungan afektif mendorong pengembangan resiliensi serta mendorong adopsi strategi koping yang *problem*-fokus dan adaptif ketimbang penghindaran. Temuan mengenai mekanisme ini konsisten dengan bukti empiris yang menunjukkan hubungan positif antara pola asuh otoritatif dengan peningkatan regulasi emosi, resiliensi akademik, serta pola koping adaptif pada mahasiswa (Lavrič, M., & Naterer, A., 2020). Temuan penelitian ini juga konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa anak dan remaja yang dibesarkan dalam keluarga dengan pola asuh otoritatif melaporkan tingkat kesejahteraan, harga diri, dan kompetensi sosial yang lebih tinggi (Huppert, 2009).

Selain itu, komunikasi dua arah dan dukungan emosional ibu dalam pola asuh otoritatif berperan penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi mahasiswa serta kesiapan mereka dalam menghadapi tekanan akademik. Pola komunikasi yang terbuka memungkinkan anak untuk mengekspresikan perasaan dan memperoleh umpan balik yang konstruktif, sehingga individu belajar mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara adaptif. Dukungan emosional yang konsisten dari ibu, seperti empati dan penerimaan, menciptakan rasa aman psikologis yang menjadi fondasi perkembangan regulasi emosi sejak masa remaja dan berlanjut hingga dewasa awal. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif berkaitan positif dengan kemampuan manajemen emosi melalui peningkatan kontrol diri dan kualitas interaksi sosial (Li et al., 2023). Dalam konteks mahasiswa, pola asuh yang hangat dan responsif terbukti berhubungan dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah, sehingga mendukung mental *well-being* yang lebih baik ketika menghadapi tuntutan akademik (El-Ghareap Hassan, 2025).

Penjelasan tentang pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap mental *well being* juga dapat dijelaskan melalui karakteristik pola asuh ini dimana orang tua berperan dalam mendukung perkembangan kemandirian dan kepercayaan diri mahasiswa melalui penerapan batasan yang jelas dan fleksibel. Pola asuh ini memberikan ruang bagi anak untuk mengambil keputusan secara mandiri, sekaligus menyediakan arahan dan struktur yang konsisten, sehingga mahasiswa belajar bertanggung jawab tanpa mengalami tekanan berlebihan. Dukungan terhadap otonomi yang disertai kehangatan emosional berkaitan dengan terbentuknya evaluasi diri yang positif dan rasa kompeten pada masa dewasa awal, yang merupakan aspek penting dalam kesejahteraan mental (Soenens & Vansteenkiste, 2010). Sejalan dengan itu, penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif berhubungan dengan tingkat kemandirian dan kepercayaan diri yang lebih baik pada mahasiswa, yang pada akhirnya mendukung mental *well-being* (Kins et al., 2009; Steinberg, 2001).

Hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada remaja dan dewasa awal. Sejumlah penelitian di Indonesia melaporkan bahwa penerapan pola asuh otoritatif berkaitan dengan tingkat *psychological well-being* yang lebih baik, baik pada siswa maupun mahasiswa (Ambarita, 2019; Siagian et al., 2023; Lestari & Yumra, 2022). Pada konteks mahasiswa, persepsi terhadap pola asuh otoritatif juga dikaitkan dengan strategi koping yang lebih adaptif serta kondisi emosional yang lebih positif (Karna & Lestari, 2024). Keselarasan hasil penelitian ini dengan studi-studi terdahulu memperkuat pandangan bahwa pengasuhan yang efektif dalam keluarga memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental individu, khususnya pada masa perkembangan remaja hingga dewasa awal (Ernawati et al., 2022).

Pola asuh otoritatif ibu ini juga tampak berkontribusi pada perkembangan strategi coping dan resiliensi mahasiswa, yaitu dalam hal memberikan kombinasi tuntutan yang wajar dan dukungan emosional sehingga mengajarkan pendekatan pemecahan masalah dan pemulihan setelah mengalami tekanan akademik. Beberapa

penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang lebih suportif berkaitan dengan ketahanan psikologis dan respons coping yang lebih adaptif pada remaja dan dewasa muda (Ding et al., 2023). Selain itu, penelitian yang menelaah peran keluarga dan ketahanan keluarga menemukan bahwa pola asuh otoritatif terkait positif dengan penyesuaian psikososial dan kapasitas resiliensi anak dalam berbagai konteks (Qiu, 2021). Penelitian survei terbaru juga melaporkan korelasi antara persepsi pola asuh otoritatif dan penggunaan strategi coping yang lebih fungsional yang berperan melindungi kesejahteraan mental dalam situasi stres akademik (Ali, 2024).

Meskipun hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai peran pola asuh otoritatif ibu terhadap mental well-being mahasiswa, beberapa keterbatasan perlu diperhatikan dalam menafsirkan temuan yang diperoleh. Keterbatasan penelitian ini terletak pada fokusnya yang hanya menelaah pola asuh otoritatif ibu, sementara pengasuhan merupakan proses yang kompleks dan umumnya melibatkan kedua orang tua, baik ibu maupun ayah, serta pengasuh signifikan lainnya. Selain itu, penggunaan instrumen *self-report* berpotensi menimbulkan bias responden, dan keterbatasan sampel yang hanya mencakup mahasiswa sarjana yang tinggal bersama ibu membatasi generalisasi temuan penelitian.

4. Referensi

- Ali, A. L., Javaid, Z. K., Mahmood, K., & Batool, A. (2024). Perceived Parenting Styles in Relation with Coping Strategies among the Children of Single Parents in Pakistan. *Journal of Health and Rehabilitation Research*, 4(1), 1773–1781. <https://doi.org/10.61919/jhrr.v4i1.721>
- Ambarita, D. A. (2019). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/13684>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. <https://psycnet.apa.org/buy/2000-15413-004>
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569–576. [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(14\)00080-7/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(14)00080-7/abstract)
- Arnett, J. J. (2016). College students as emerging adults: The developmental implications of the college context. *Emerging Adulthood*, 4(3), 219–222. https://www.researchgate.net/publication/277933682_College_Students_as_Emerging_Adults
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2019). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *World Psychiatry*, 18(1), 9–18. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7)
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(2), 127.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Baumrind, D. (2013). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. In *Adolescents and their Families* (pp. 22–61). Routledge.
- Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57, 110–119. http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_13
- Cage, E., Jones, E., Ryan, G., Hughes, G., & Spanner, L. (2021). Student mental health and transitions into, through and out of university: student and staff perspectives. *Journal of Further and Higher Education*, 45(8), 1076–1089. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1875203>
- Darling, N., & Steinberg, L. (2017). Parenting style as context: An integrative model. In *Interpersonal development* (pp. 161–170). Routledge.
- El-Ghareap Hassan, M. (2025). *The role of parenting styles and depression in predicting university students' mental health*. **BMC Nursing**, 24, Article 307. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03307-2>
- Ernawati, E., Ariyani, M., Wahyuni, L. D., & Putri, F. R. (2025). Program psikoedukasi untuk meningkatkan kesiapan menjadi ibu di Desa Pasir Tanjung, Jawa Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM)*, 8(4), 1995–2008. P-ISSN: 2615-0921 | E-ISSN: 2622-6030
- Ernawati, Rahmadianty Gazadinda, Dwi Kencana Wulan, & Fellianti Muzdalifah. (2022). OPTIMALISASI MINDFUL PARENTING DAN MINDFUL DISCIPLINE PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI REMAJA USIA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), SNPPM2022SH-87 - SNPPM2022SH-96. Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/33820>.
- Ernawati, Megawati, H., Muthmainnah, A. T., Humaira, N. A., & Salsabila, F. (2023). PROGRAM

- PSIKOEDUKASI TENTANG KESIAPAN MENJADI ORANG TUA DI DESA PASIRTANJUNG, KECAMATAN TANJUNG SARI, KABUPATEN BOGOR, JAWA BARAT. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), SNPPM2023P-165 . Retrieved from <http://103.8.12.212:33180/unj/index.php/snppm/article/view/39533>
- Hidayah, Chorida Rahmadita (2025) *Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental mahasiswa pada usia quarter life crisis di Kota Malang*. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/80240>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A conceptual framework for public health. *American Psychologist*, 62(2), 95-108.
- Lavrič, M., & Naterer, A. (2020). The power of authoritative parenting: A cross-national study of effects of exposure to different parenting styles on life satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 116, 105274. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S019074092030918X>
- Li, D., Zhang, L., & Chen, X. (2023). Parenting styles' effects on emotion management skills: The mediating roles of self-control and peer interactions. *Frontiers in Psychology*, 14, 1231920. <https://www.jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/8986>
- Lutfatulatifah, L. (2020). Dominasi ibu dalam peran pengasuhan anak dibenda kerep Cirebon. *Equalita: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 2(1), 67-73. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1231920>
- Putri, R. Macoby, E., & Martin, J. (1983). Socialisation in the context of the family. *Handbook of Child Psychology: Socialisation, Personality and Social Development*.
- Pinasti, E.S. & Hertinjung, W.S. (2025). Factors affecting psychological well-being of college students in the solo raya region: The influence of helicopter parenting and fear of negative evaluation. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 20(1), 28-40. <http://doi.org/10.32734/psikologia.v20i1.18647>
- Qiu, Y., Xu, L., Pan, Y., He, C., Huang, Y., Xu, H., Lu, Z., & Dong, C. (2021). Family Resilience, Parenting Styles and Psychosocial Adjustment of Children With Chronic Illness: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in psychiatry*, 12, 646421. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646421>
- Ramdani, M. K. U. (2024). Pengaruh grit terhadap mental well being pada emerging adulthood. Skripsi. Universitas Negeri Jakarta.
- Ryff, C.D., Singer, B.H. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *J Happiness Stud* 9, 13–39 (2008). <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Salsabila, A., & Minarni, M. (2025). Deskriptif Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 104-110. <https://journal.unibos.ac.id/jpk/article/view/5835>
- Sanvictores, T., & Mendez, M. D. (2021). Types of parenting styles and effects on children. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK568743/>
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- 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. <https://doi.org/10.34007/jehss.v6i1.1885>
- Stewart-Brown, S. L. (2008). The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): A new scale for the measurement of Mental Well-being. *Health and Quality of Life Outcomes*, 6(1), 1-12.
- Steinberg, L. (2001). *We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect*. *Journal of Research on Adolescence*, 11(1), 1–19. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.00001>
- Zhang, J., Peng, C., & Chen, C. (2024). Mental health and academic performance of college students: Knowledge in the field of mental health, self-control, and learning in college. *Acta Psychologica*, 248, 104351.
- Gunarsa, S. D. (1991). Psikologi perkembangan anak dan remaja. BPK Gunung Mulia.
- 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. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(23), 310-320.
- Kusila, G. R. (2023). Maternal barriers to stimulating early childhood development on Tidore Island. *Paediatrica Indonesiana*, 63(5), 361-9.
- Ding, X., Zheng, L., Liu, Y., Zhang, W., Wang, N., Duan, H., & Wu, J. (2023). Parenting styles and psychological resilience: The mediating role of error monitoring. *Biological Psychology*, 180, 108587. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0301051123001047?utm_source=chatgpt.com

- H., Indrianti, A., Fitriani, A. N., Srinayanti, Y., Lismayanti, L., Gandara, P., & Rosmiati, R. (2026). The Effect of Parenting Style on Family Emotional Regulation. *Genius Journal*, 7(1), 26-42. <https://genius.inspira.or.id/index.php/gj/article/view/826>
- Lestari, Y. I., & Yumra, M. A. (2022). Pola asuh otoritatif dan psychological well-being pada remaja. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(2), 80. DOI : x10.24014/pib.v3i2.16914. https://www.researchgate.net/publication/365518380_Pola_Asuh_Otoritatif_dan_Psychological_Well-Being_Pada_Remaja
- Kins, E., Soenens, B., & Beyers, W. (2009). *Autonomy-supportive parenting and autonomy development in emerging adulthood: A longitudinal study*. **Journal of Youth and Adolescence**, 38(4), 514–527. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9337-9>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2025). Studying parenting in adolescence from a dynamic perspective: the case of autonomy-supportive and controlling parenting. *European Journal of Developmental Psychology*, 22(2), 142–167. <https://doi.org/10.1080/17405629.2023.2282647>