

## Hubungan antara Pola Asuh *Authoritative* dengan *Self-Compassion* pada Individu Dewasa Awal

### *The Relationship between Authoritative Parenting Style and Self-Compassion in Early Adulthood*

**Irine Sofi Aulia**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: irine.19184@mhs.unesa.ac.id

**Yohana Wuri Satwika**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: yohanasatwika@unesa.ac.id

---

#### **Abstrak**

Penelitian ini memiliki tujuan yakni untuk mengetahui hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada dewasa awal. Responden penelitian ini yakni sebanyak 150 mahasiswa aktif dari jurusan Hukum Keluarga Islam UINSA. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif korelasi yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0.639$  dan nilai signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin *authoritative* pola pengasuhan yang diberikan oleh orangtua kepada individu, maka semakin tinggi pula *self-compassion* yang dimiliki oleh individu dewasa awal, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal, sehingga hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

**Kata kunci :** Pola asuh *authoritative*, *Self-compassion*, Dewasa awal


---

#### **Abstract**

*This study aims to determine the relationship between authoritative parenting and self-compassion in early adults. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between authoritative parenting and self-compassion in early adulthood. Respondents of this study were 150 active students from the Islamic Family Law department of UINSA. Data analysis in this study used quantitative correlation techniques which showed the results that there was a positive relationship with a correlation coefficient value of  $r = 0.639$  and a significance value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). This shows that the more authoritative the parenting pattern given by parents to individuals, the higher the self-compassion possessed by early adult individuals, and vice versa. Based on these results, it can be concluded that there is a relationship between authoritative parenting and self-compassion in early adults, so the hypothesis in this study can be accepted.*

**Key word :** *Authoritative parenting style, Self-compassion, Early adulthood*

---

<b>Article History</b>	
<i>Submitted :10-07-2023</i>	
<i>Final Revised :10-07-2023</i> <i>Accepted : 10-07-2023</i>	
<p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license</i></p> <p><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>	

Fase dewasa awal merupakan masa transisi pada fase perkembangan dari remaja menuju dewasa dengan rentang usia antara 20 hingga 40 tahun yang ditandai dengan peningkatan eksplorasi dan eksperimen (Santrock, 2008). Menurut Kuwabara dkk. pada tahun 2007 individu pada fase dewasa awal memiliki kondisi fisik dan optimisme yang optimal namun penuh tekanan secara mental karena menanggung risiko tinggi akan kerentanan sosial dan perkembangan. Hal ini dikarenakan adaptasi sosial maupun psikologis yang harus dilakukan individu yang menyebabkan adanya ketidaknyamanan dan kebingungan akibat pergantian peran lama.

Menurut Herawati & Hidayat (2020), terdapat berbagai permasalahan psikologis yang terjadi pada masa dewasa awal manusia. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Jurewicz pada tahun 2015, permasalahan psikologis yang muncul pada masa dewasa awal merupakan kondisi minoritas dibandingkan rentang usia lainnya, terutama pada kondisi yang parah. Berdasarkan riset tersebut, permasalahan psikologis pada dewasa awal muncul karena rendahnya kemampuan koping. Kemampuan koping yang berlebihan merupakan kondisi dimana individu memiliki kemampuan rendah dalam mengelola diri dan terlalu berfokus pada resiko secara berlebih (Jurewicz, 2015). Hal ini berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan perkembangan individu juga pemenuhan tugas perkembangan pada fase anak hingga remaja.

Berbagai permasalahan psikologis yang muncul dapat berakibat negatif bagi individu karena dapat memicu konflik dalam diri individu serta memicu emosi negatif, seperti perasaan kecewa terhadap lingkungan yang tidak sesuai dengan harapan, kecemasan, dan kurangnya rasa kepuasan pada diri terhadap kehidupan yang dijalannya (Herawati dkk., 2020). Emosi negatif tersebut memicu gejala depresi pada masa dewasa awal, sehingga mereka cenderung mengkritik serta menyalahkan diri sendiri karena merasa tidak pantas (Karinda, 2020). Perilaku-perilaku yang dapat merugikan diri individu ketika menghadapi pengalaman-pengalaman negatif tersebut dapat dihindari dengan memberikan pemahaman kepada dirinya, belajar mengolah segala kekurangan, kenyataan dan berusaha menerima keadaannya (Rahma, 2022).

Memberikan pemahaman terhadap diri bahwa setiap manusia pernah mengalami kegagalan dan hal tersebut merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap individu merupakan konsep dari *self-compassion* (Neff, 2016). *Self-compassion* adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat memahami serta menerima segala bentuk kenyataan yang dialaminya dan tidak sekalipun menghakimi atau menyakiti dirinya (Sulhanuddin dkk., 2020). *Self-compassion* sendiri merupakan belas kasih terhadap diri atau sikap memahami dan menerima serta memberi kebaikan kepada diri sendiri (Hall dkk., 2014). Pendapat lain menyatakan *Self-compassion* sebagai solusi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis maupun fisik manusia (Hall dkk., 2014).

Pentingnya kemampuan *self-compassion* bagi individu pada masa dewasa awal, ialah karena kemampuan ini dapat membantu individu melewati berbagai tantangan perkembangannya, seperti mengurangi kecemasan pada individu yang berkaitan dengan harga diri (Neff, 2014). Kecemasan yang berkaitan dengan harga diri adalah kekhawatiran atau perasaan tidak aman tentang nilai diri seseorang. Hal ini sering kali melibatkan perasaan tidak

puas dengan diri sendiri, perbandingan dengan orang lain, dan kekhawatiran akan penilaian negatif dari orang lain (Neff, 2014). *Self-compassion* juga dapat membantu individu dewasa awal untuk mampu memahami, bertahan hidup, serta menyadarkan bahwa segala masalah pasti selalu ada makna positif yang terselip (Raab, 2014).

Berbagai kekhawatiran yang disebabkan oleh tuntutan lingkungan sekitar merupakan penyebab munculnya respon negative sehingga menjadi penyebab utama dari *stress* (Rahayu & Ediati, 2022). Peran *self-compassion* sebagai respon yang positif dan *supportive* terhadap diri individu yang mampu meyakinkan diri individu serta dapat menerima diri dalam kondisi terburuknya. Kemampuan *self-compassion* yang dimiliki individu mampu mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya, seperti perasaan terasingkan oleh lingkungannya, perasaan malu, kecenderungan untuk tampil sempurna, *perfeksionisme* dalam menciptakan batasan terhadap harapan yang kurang realistis (Karinda, 2020).

Rendahnya kemampuan *self-compassion* pada individu dewasa awal juga berdampak pada proses pemberian maaf individu terhadap dirinya pada permasalahan yang terjadi, terutama pengalaman negatif. (Neff, 2016). Kemampuan *self-compassion* yang dimiliki, diharapkan mampu membantu individu dalam hal penerimaan diri terhadap kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya. Selain itu *self-compassion* berperan kuat dalam proses adaptasi dalam menghadapi perubahan peran sosial dan tugas perkembangan pada masa dewasa awal. *Self-compassion* merupakan perilaku terbuka kepada diri sendiri, dimana individu mampu untuk tidak menghindari dan mampu menerima berbagai emosi *negative* ataupun sebuah masalah dengan cara berbuat baik terhadap dirinya (Karinda, 2020).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self-compassion* menurut Neff (2003) yakni jenis kelamin, usia, budaya, kepribadian, serta peran kedua orang tua. Peran kedua orang tua yang dimaksud ialah pengaruh pola asuh atau parenting yang diberikan kepada anak pada masa kecilnya. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa anak dengan orang tua yang memiliki pengasuhan *authoritative* memiliki kelekatan yang masa kanak-kanak lebih tinggi, dimana hal ini berpengaruh pada perkembangan pada kemampuan *self-compassion* (Pepping dkk., 2015). Peran orang tua berkontribusi cukup besar dalam prosesnya. *Parenting* atau pola asuh yang diterima individu pada masa perkembangannya sejak lahir, berkaitan dengan arahan, tuntutan, dan berbagai proses kognitif dari perilaku orang tua terhadap dirinya yang akan membentuk kepribadian hingga pemahaman diri mereka (Adila & Kurniawan, 2020).

Pada teori yang diungkapkan oleh Baumrind pada tahun 1967, menyatakan bahwa terdapat 4 jenis pola asuh, yakni pola asuh *authoritarian*, pola asuh *authoritative*, pola asuh *permisif*, dan pola asuh pengabaian (Santrock, 2010). Pola asuh *authoritative* merupakan pola asuh yang memberikan kebebasan kepada anak namun masih tetap dalam pengawasan orangtua, memberikan ruang kepada anak dalam pengambilan keputusan, namun tetap memberikan beberapa pertimbangan serta resiko yang akan dihadapinya. Pola asuh yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan akan mempengaruhi perkembangan anak (Viena, 2021). Orangtua yang menerapkan pola asuh *authoritative* kepada anaknya, mereka akan merasakan kasih sayang yang cukup dan tidak merasa terkekang oleh berbagai peraturan yang diberikan oleh orang tuanya, sehingga dapat menciptakan individu yang memiliki rasa tanggung jawab terhadap kewajibannya.

Pola asuh yang orang tua terapkan terhadap anak dengan memberikan perilaku *acceptance* dan *responsive* pada kebutuhan perkembangan anaknya, akan menciptakan individu yang berani berpendapat dan tidak ragu dalam pengambilan keputusannya (Candrawati, 2019). Individu dengan tipe pola pengasuhan *authoritative* biasanya terlihat cukup ceria, memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi, mampu mengendalikan diri dengan baik, dan memiliki jiwa bersosialisasi yang bagus, karena orang tua mengasuhnya dengan memberikan perhatian serta kasih sayang yang cukup, dan selalu memenuhi setiap kebutuhan anaknya terutama kebutuhan

dalam perkebangan (Rahma, 2022). Dengan adanya pola asuh yang baik mampu menciptakan individu dengan kepribadian serta kebiasaan yang baik pula.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahma (2022), menyebutkan bahwa kelekatan dan kualitas dari pola asuh yang diterapkan oleh orangtua pada anaknya akan memberikan pengaruh terhadap *self-compassion* pada individu, dengan begitu individu akan menerapkan apa yang diberikan orang tuanya kepada dirinya. Pola asuh dengan kelekatan yang aman dan hangat mampu membantu individu merasa aman dalam lingkungannya, tanpa ada rasa tidak dicintai dan pengabaian oleh lingkungannya, serta mampu meningkatkan *self-compassion* yang baik pula. Terdapat korelasi positif pada orangtua yang menerapkan pola asuh *authoritative* atau pola asuh dengan memberikan kebebasan untuk menentukan pilihan namun masih memberikan pengawasan yang tidak berlebihan kepada anak dengan kemampuan *self-compassion* individu dewasa awal (Rahma, 2022). Pada penelitian yang dilakukan oleh Maya dkk. (2018) menunjukkan bahwa anak yang diberikan pola asuh *authoritative* mampu menciptakan individu dengan tingkat regulasi diri yang tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Dakers (2017) dalam karyanya yang berjudul “*Parenting Style as a Predictor of Self Compassion among a Group of Adolescents*” diungkapkan bahwa munculnya kemampuan *self-compassion* pada individu berkaitan erat dengan pola asuh yang diberikan orang tua kepada anaknya, oleh karena itu penting bagi orang tua untuk selalu mendukung perkembangan *self-compassion* pada anak. Individu yang di asuh dengan penuh kehangatan, penuh kasih sayang, terbuka dengan segala keputusan dan memiliki orang tua yang responsif mampu menciptakan individu yang memiliki kemampuan *self-love* dan *self-compassion* yang baik. Aprilia (2019) juga mengungkapkan terdapat hubungan positif antara pola asuh *authoritative* yang diterapkan oleh orang tua terhadap kematangan emosi pada individu, kematangan emosi merupakan bagian dari kemampuan *self-compassion* dimana individu mampu mengontrol emosinya, mampu bertindak dengan bijak disuatu kondisi apapun sehingga dapat memberikan keputusan dengan bijak pula.

Wawancara awal dilaksanakan peneliti pada beberapa mahasiswa Hukum Keluarga Islam UINSA, yang berjumlah 8 orang, 3 orang diantara mereka merupakan seseorang yang cukup memiliki kepribadian yang ceria, ia juga terlihat memiliki banyak teman yang juga peduli kepadanya, 2 diantaranya merupakan seseorang yang memiliki kemampuan menjadi pendengar yang baik, hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya teman disekitarnya yang juga peduli kepadanya. Setelah ditelusuri ternyata peneliti menemukan bukti bahwa 5 orang tersebut memiliki pola asuh yang sangat baik dirumahnya, 2 orang yang diakui oleh teman-temannya berkemampuan menjadi pendengar yang baik memiliki orang tua yang sangat terbuka terhadapnya, mereka selalu menerapkan berpamitan ketika akan keluar rumah dan sesampainya dirumah selalu disambut hangat oleh kedua orang tuanya.

Peneliti juga menemukan bukti terbalik untuk 3 orang yang terlihat cukup tertutup dan pemalu, setelah melakukan survei singkat, ditemukan bahwa mereka merasa orang tuanya memberikan beberapa peraturan yang sudah tidak berkaitan dengan usianya, salah satu contohnya memberikan batas waktu untuk keluar rumah, selain untuk berkuliah dan kegiatan penting lainnya ia harus kembali, jika tidak orang tua akan menghukum tidak memberikan uang jajan, ia juga merasa dirinya kurang memiliki kebebasan, karena merasa keputusan yang akan diambil merupakan keputusan yang salah, hanya keputusan orang tua yang paling benar dan harus dilakukan, salah satu dari mereka pun sering melakukan *self-harm* ketika mendapat *preasure* dari orang tuanya.

Terdapat pendapat serupa dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Neff dan Germer (2010) dimana individu yang dibesarkan dalam lingkungan atau keluarga dengan situasi yang *supportive*, nyaman dan damai akan menciptakan individu dengan kemampuan *self-compassion* atau bisa mengasihi dirinya dengan cukup. Sebaliknya, pola asuh yang tidak mendukung seperti pola asuh otoriter (*authoritarian*), pola asuh yang menekan, atau pola asuh yang mengabaikan

dapat membuat seseorang sulit mengembangkan *self-compassion* (Sukanto dkk., 2020). Namun, *self-compassion* juga dapat dikembangkan melalui latihan dan pengalaman hidup, bahkan jika seseorang dibesarkan dengan pola asuh yang kurang mendukung (Rahayu dkk., 2022). *Self-compassion* dapat dikembangkan seiring dengan berjalannya waktu dan berbagi permasalahan yang akan dialami oleh tiap individu.

Berdasarkan beberapa bukti dari penelitian sebelumnya mengenai penerapan pola asuh *authoritative* beserta fungsinya dalam perkembangan *self-compassion* pada seorang individu, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal.

## Metode

Penelitian kali ini menggunakan metode kuantitatif, pengambilan data menggunakan kuisioner, kemudian diolah dalam bentuk statistik untuk uji hipotesisnya (Sugiyono, 2018). Penelitian ini akan menggunakan teknik penelitian korelasional untuk mengetahui muncul tidaknya hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal. Lokasi yang akan dipilih untuk penelitian kali ini adalah di salah satu kampus Islam Negeri yang berada di wilayah Surabaya, yakni Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA) dengan jurusan Hukum Keluarga Islam.

### *Sampel/populasi*

Populasi adalah suatu kelompok atau suatu wilayah yang digenelisir dan terdiri dari beberapa subjek dan objek dengan karakteristik atau kualitas tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti dan akan dipelajari untuk kemudian disimpulkan dikemudian hari (Sugiyono, 2018). Populasi pada penelitian ini merupakan keseluruhan dari jumlah penelitian yakni mahasiswa jurusan Hukum Keluarga Islam di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel yang berusia 20-30 tahun (dewasa awal). Pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yang dirasa lebih mudah untuk mengklasifikasikan karakteristik dari subjek penelitian. Responden yang akan diberi kuesioner untuk penelitian ini ditentukan dengan rumus Slovin, sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

- n* = Jumlah sampel minimal  
*N* = Jumlah populasi  
*e* = Margin *error* yang ditoleransi

Persen kesalahan yang diinginkan (sebesar 5%) berdasarkan acuan pada tingkat kesalahan maksimal yang dapat ditolerir pada penelitian ini, maka jumlah sampel berdasarkan populasi sebanyak 240 mahasiswa yakni 150 mahasiswa.

### *Pengumpulan data*

Teknik pengumpulan data menggunakan skala pola asuh *authoritative* yang diadaptasi dari teori Baumrind (1996) yang memiliki 4 dimensi yakni pandangan orang tua kepada anak, komunikasi, penerapan disiplin, dan pemenuhan kebutuhan anak. Untuk skala *self-compassion* diadaptasi oleh Neff (2003) dengan dimensi *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Penelitian ini menggunakan skala likert, karena memiliki reliabilitas yang cukup tinggi pada suatu penelitian. Skala likert pada penelitian ini memiliki 4 kategori, antara lain: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan aitem *favourabel* dan *unfavourabel*.

Uji coba pada skala pola asuh *authoritative* dan skala *self-compassion* dilakukan dengan melibatkan 30 mahasiswa dari jurusan Hukum Keluarga Islam UINSA. Uji coba skala

ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui daya beda aitem pada kedua skala, yaitu skala pola asuh *authoritative* dengan skala *self-compassion* serta melihat uji reliabilitas pada kedua aitem tersebut.

Uji validitas dari variabel X dengan berdasarkan aspek pola asuh *authoritative* yang dikemukakan oleh Baumrind (1996). Hasil dari pengujian validitas pada skala pola asuh *authoritative* dari 24 aitem yang diuji coba dan dianalisis, diperoleh 18 skor  $\geq 0,30$ . *Item* tersebut dapat dikatakan memiliki daya beda yang tinggi dan konstruk yang kuat dengan *Corrected Item Correlation* sebesar 0,314-0,669, sehingga aitem tersebut dapat digunakan untuk penelitian kali ini. Terdapat 6 aitem yang tidak memenuhi skor dan gugur.

Sedangkan, pada Skala *Self-Compassion* (Neff, 2003) dari pengujian validitas pada skala *Self-Compassion* dari 36 aitem yang diuji coba dan dianalisis, diperoleh 20 skor  $\geq 0,30$ . *Item* tersebut dapat dikatakan memiliki daya beda yang tinggi dan konstruk yang kuat dengan *Corrected Item Correlation* sebesar 0,301-0,653, sehingga aitem tersebut dapat digunakan untuk penelitian kali ini. Terdapat 16 aitem yang tidak memenuhi skor dan gugur.

#### Analisis data

Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan metode kuantitatif korelatif, dimana statistik akan digunakan untuk mengetahui muncul tidaknya sebuah hubungan antar variabel yang dipilih. Dalam penelitian, analisis data dilakukan dengan tujuan untuk menginterpretasi dan melakukan kesimpulan pada sejumlah data yang telah didapatkan. Pada penelitian kuantitatif terdapat dua kegiatan analisis data, yaitu mendeskripsikan data dan melakukan uji statistik (inferensi).

Mendeskripsikan data merupakan sebuah penggambaran data yang diperoleh melalui responden sehingga dapat mudah dimengerti oleh peneliti atau orang lain yang tertarik dengan hasil penelitian. Kegiatan mendeskripsikan data dilakukan dengan pengukuran statistik deskriptif. Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi berganda dengan *software* SPSS versi 25.0 *for windows*. Untuk pengujian hipotesis antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion*, peneliti menggunakan analisis korelasional dengan teknik *pearson product moment*. Hasil yang telah melalui uji tersebut terdapat dua kemungkinan yaitu hipotesis diterima atau ditolak.

## Hasil

Pengelolaan data pada penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hasil deskriptif yang terdiri dari nilai mean, min, max, dan standar deviasi. Berdasarkan pengelolaan data yang telah dilakukan menggunakan bantuan SPSS 25.0 *for windows*, dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Deskripsi Statistik Data Penelitian

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pola asuh <i>authoritative</i>	150	33	57	44.9067	4.30599
<i>Self-compassion</i>	150	39	64	50.7733	5.08075

Berdasarkan tabel deskripsi data diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 150 subjek yang digunakan pada penelitian ini, terlihat nilai *mean* untuk variabel *self-compassion* adalah 50.7733 dengan nilai tertinggi adalah 64 dan nilai terendahnya ialah 39. Sedangkan pada variabel pola asuh *authoritative* nilai *mean* yang dihasilkan ialah 44.9067 dengan nilai

tertingginya 57 dan nilai terendah adalah 33. Nilai standard deviasi pada variabel *self-compassion* adalah 5.08075 dan untuk variabel pola asuh *authoritative* adalah sebesar 4.30599. Pada nilai standar deviasi berdasarkan hasil penelitian yakni menunjukkan nilai kurang dari 1 SD (1 SD = 6), dimana angka standar deviasi pada kedua variabel sebesar 5.08075 dan 4.30599 yang bermakna data penelitian bersifat kurang bervariasi. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan pengelompokan usia dimana responden yang mengisi kuesioner hanya dari usia 20 hingga 23 tahun.

Uji normalitas menggunakan *Kolmogov-smirnov*, yang dibantu dengan menggunakan SPSS 25.0 *for windows*. Data pada penelitian ini dapat dikatakan terdistribusikan secara normal apabila memiliki nilai signifikan lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ), sedangkan sebaliknya data dapat dikatakan tidak terdistribusikan secara normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh pada hasil penelitian ini menunjukkan kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ).

Tabel 2 Kategori Skor Normalitas

Nilai F Sig	Interpretasi
$p > 0,05$	Distribusi data normal
$P < 0,05$	Distribusi data tidak normal

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan oleh peneliti melalui uji *Kolmogrov-smirnov* pada variabel pola asuh *authoritative* terhadap *self-compassion* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig (p)	Interpretasi
Pola asuh <i>authoritative</i>	0,099	Distribusi data normal
<i>Self-compassion</i>	0,061	Distribusi data normal

Hasil menunjukkan bahwa diperoleh hasil bahwa besar nilai signifikansi pada variabel pola asuh *authoritative* sebesar 0,099 ( $p > 0,05$ ) dan pada variabel *self-compassion* sebesar 0,061 ( $p > 0,05$ ), maka ditarik kesimpulan bahwa kedua variabel tersebut berdistribusi secara normal.

Uji linearitas dapat digunakan untuk mengetahui adanya hubungan yang linear pada variabel pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion*. Uji linearitas dapat dilakukan dengan bantuan SPSS 25.0 *for windows*. Data penelitian dapat dikatakan linear apabila memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), sebaliknya data dikatakan tidak linear apabila memiliki nilai lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ).

Tabel 4 Kategori Signifikansi Linearitas Data

Nilai Signifikansi	Interpretasi
$Sig < 0,05$	Distribusi Data Linear
$Sig > 0,05$	Distribusi Data Tidak Linear

Berdasarkan hasil dari uji linearitas yang dilakukan dengan menggunakan *test for linearity* terhadap variabel pola asuh *authoritative* dan *self-compassion*, dan diperoleh sebagai berikut:

Tabel 5 Hasil Uji Linearitas

Sig (p)	Ket
---------	-----

Pola asuh <i>authoritative</i>	Between Groups	Linearity	0,000	Linear
<i>Self-compassion</i>		Deviation from Linearity	0,454	

Berdasarkan hasil dari tabel diatas disebutkan bahwa nilai signifikansi dari variabel pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* yakni sebesar 0,000 sehingga dapat dikatakan bahwa nilai signifikansi dari kedua variabel tersebut menunjukkan hasil kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Dari hasil analisis uji linearitas tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel.

Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 25.0 for windows. Munculnya beberapa kriteria dari besaran koefisien korelasi menurut (Sugiyono, 2018), adalah sebagai berikut:

Tabel 6 Kriteria Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Hubungan sangat rendah
0,20 – 0,399	Hubungan rendah
0,40 – 0,599	Hubungan sedang
0,60 – 0,799	Hubungan kuat
0,80 – 1,00	Hubungan sangat kuat

Hasil analisis data penelitian menggunakan *pearson product moment* untuk membuktikan hipotesis penelitian, sebagai berikut:

Tabel 7 Hasil Uji Hipotesis

		Pola asuh <i>authoritative</i>	<i>Self-compassion</i>
Pola asuh <i>authoritative</i>	Pearson Correlation	1	.639*
	Sig. (2.tailed)		.000
	N	150	150
<i>Self-compassion</i>	Pearson Correlation	.639*	1
	Sig. (2.tailed)	.000	
	N	150	150

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* pada individu dewasa awal.

Pada perhitungan hasil korelasi pada penelitian menunjukkan hasil koefisien korelasi antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* sebesar 0,639. Berkaitan dengan hal tersebut dapat, maka dapat dikatakan bahwa variabel pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal memiliki hubungan yang kuat pada penelitian ini.

## Pembahasan



Penelitian ini dilakukannya dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* individu dewasa awal pada mahasiswa jurusan Hukum Keluarga Islam di sebuah Universitas Islam Negeri yakni Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini memiliki hasil dari uji korelasi *person product moment* yang telah dilakukan kepada 150 mahasiswa dengan bantuan SPSS 25.0 *for windows* dan diperoleh dari nilai signifikansi sebesar 0,000, hal tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi korelasi dibawah 0,05 sehingga dapat diartikan hipotesis pada penelitian ini diterima. Maka hipotesis pada penelitian ini yakni adanya hubungan antara variabel pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada mahasiswa jurusan Hukum Keluarga Islam.

Hasil uji hipotesis dengan *pearson product moment* tersebut juga menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,000 ( $\text{sig} < 0,05$ ) dimana nilai tersebut diambil dari variabel pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion*. Hal tersebut memiliki arti dimana terdapat hubungan yang signifikan, sehingga hipotesis yang telah diajukan dapat diterima bahwa terdapat hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion*. Hasil dari uji hipotesis yang menggunakan *person product moment* dimana pengujian hipotesis ini dilakukan untuk dua variabel yang sedang diteliti sehingga mendapatkan hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0,639 ( $r=0,639$ ). Menurut kategorisasi yang telah disebutkan bahwa jhasil dari uji hipotesis penelitian ini termasuk dalam kategori kuat, maka dapat diartikan bahwa tingkat hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* dewasa awal pada mahasiswa Hukum Keluarga Islam UINSA masuk dalam golongan kuat.

Hasil uji hipotesis dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) bukan hanya menunjukkan tingkat hubungan, namun dapat menunjukkan juga adanya tanda positif ataupun negatif. Ketika hasil dinyatakan positif pada koefisien korelasi maka adanya hubungan yang searah antara dua variabel yang diteliti. Sebaliknya, ketika dinyatakan negatif menunjukkan bahwa adanya hubungan berlawanan antara kedua variabel yang diteliti. Berdasarkan hasil hipotesis yang telah dilakukan dengan bantuan SPSS 25.0 *for windows*, hasil dari penelitian ini menunjukkan tanda positif, sehingga sudah jelas adanya hubungan yang searah mengenai kedua variabel yang sedang diteliti yakni pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion*. Semakin tinggi pola asuh *authoritative* yang diterapkan oleh orangtua mahasiswa dewasa awal maka semakin tinggi pula *self-compassion* yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut, atau sebaliknya apabila pola asuh *authoritative* semakin rendah maka *self-compassion* pada mahasiswa pun juga menurun.

Berdasarkan hasil dari pengujian hipotesis pada penelitian ini yang menunjukkan bahwa terdapat arah positif pada hubungan kedua variabel yang diteliti, sehingga dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* yang dimiliki oleh diri mahasiswa akan meningkat ketika mereka mendapatkan pola pengasuhan *authoritative* di rumah yang diterapkan oleh orangtua mahasiswa jurusan Hukum Keluarga Islam UINSA. Mahasiswa yang sudah cukup mengasahi dirinya ketika melewati pengalaman buruk tersebut disebabkan oleh pola pengasuh dari orang tuanya di rumah, dimana orangtua yang sudah cukup memberikan kasih sayang serta perhatian penuh kepada individu, sehingga individu juga mampu mengasahi dirinya ketika sedang mengalami kegagalan. Mahasiswa yang juga mampu memiliki sikap terbuka akan banyak hal, tersebut berkaitan dengan pola asuh yang diterapkan orangtuanya, dimana orangtua mereka mampu memberikan ruang kebebasan untuk individu menyampaikan pendapatnya dan orangtua yang telah menerapkan komunikasi yang baik pula kepada individu.

Pola pengasuhan yang diterapkan oleh orangtua kepada individu dimana para orangtua memberikan otoritas dan kontrol yang tepat untuk individu, memberikan kesempatan kepada individu untuk mengambil keputusannya dan bertanggung jawab atas tindakannya namun tetap mengawasi tindakan individu serta selalu menawarkan bantuan ketika individu butuh dapat menciptakan individu yang pandai mengontrol emosinya serta individu yang menerima diri

bahwa setiap orang pernah mengalami kegagalan. Penelitian ini memberikan dampak baik bagi mahasiswa yang memiliki pola pengasuhan *authoritative* dimana mereka akan memiliki kemampuan *self-compassion* pada saat mahasiswa tersebut menginjak perkembangan dewasa awalnya. Manfaat lain juga pada mahasiswa yang berani melewati pengalaman negatifnya, dimana mereka tidak berlarut-larut dalam kesedihan dan berani bangkit dari pengalaman negatifnya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menemukan temuan bahwa dengan diterapkannya pola asuh *authoritative* oleh orangtua mahasiswa muncul sikap mengasihi pada diri mahasiswa yang berada di fase dewasa awal. Hasil penelitian tersebut mendukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Rahma (2022), dimana orang tua yang mengasuh anaknya dengan pengasuhan *authoritative* maka mampu memberikan kehangatan, pemahaman, dukungan, perhatian, serta mampu merangkul anaknya ketika mengalami masa terpuruknya. Hasil penelitian yang mendukung lainnya menemukan hasil bahwa pola pengasuhan *authoritative* yang diterapkan oleh orangtuanya semakin tinggi terutama dari ibunya, maka anak akan cenderung memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi pula ketika beranjak menuju fase dewasa awal (Neff dkk., 2014). Orangtua yang menerapkan gaya pengasuhan *authoritative* akan berusaha mempertimbangkan setiap aturan yang sejalan dengan tugas perkembangan anaknya dan selalu memantau setiap tumbuh kembang anaknya (Aprilia, 2019).

Hasil penelitian dari orangtua yang responsif dengan adanya tanda kehangatan, kepekaan, pengasuhan dan penerimaan tersebut berhubungan dengan kemampuan seorang individu untuk mengembangkan *self-compassion* (Hall dkk., 2014). Hal tersebut berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Neff (2009) bahwa individu yang diasuh dengan pola pengasuhan *authoritative* yang memiliki keluarga dengan lingkungan nyaman, anak merasa aman, serta supportif akan menciptakan sikap kepedulian yang tinggi dan memiliki *self-compassion* yang lebih baik. Apabila anak yang dibesarkan oleh keluarga dengan lingkungan yang kurang nyaman, tidak aman, dan merasa terancam maka akan menimbulkan turunya kemampuan *self-compassion* pada diri anak.

Peneliti pada penelitian ini melihat adanya hasil analisis tambahan untuk menambah kejelasan hubungan antara aspek dari pola asuh *authoritative* yakni memberikan kontrol yang otoritas yang tepat, komunikasi yang efektif, memberikan batasan yang jelas, serta mampu memenuhi kebutuhan dan dukungan emosional kepada anak. berdasarkan 4 aspek dari pola asuh *authoritative* tersebut mempunyai korelasi yang positif signifikan dengan kemampuan *self-compassion*. Berdasarkan dari aspek pemenuhan kebutuhan pada anak yang memegang peran besar pada *self-compassion*. Hal tersebut berjalan dengan penerapan aspek komunikasi yang efektif dimana orangtua dan anak dilatih untuk saling terbuka satu sama lain, dan berkaitan dengan aspek lainnya yakni pemberian batasan yang jelas serta menerapkan otoritas kontrol yang tepat kepada anak, sehingga anak dapat mengerti alasan orangtua memberi batasan dan aturan tersebut. Adanya komunikasi yang baik dalam keluarga tersebut dan pemenuhan kebutuhan serta dukungan emosional yang diberikan orangtua mampu menumbuhkan kemampuan *self-compassion* pada diri anak. berdasarkan penjelasan sebelumnya, terdapat penelitian yang sejalan pula yang dilakukan Raab pada tahun 2014 yang menyatakan bahwa adanya komunikasi yang efektif yang diterapkan oleh orangtua dan anak yang kemudian menghasilkan keputusan bersama akan berkorelasi dengan *self-compassion* yang lebih tinggi pula.

Berdasarkan aspek pandangan orangtua terhadap anak, terdapat pemberian otoritas kontrol yang tepat dan memberikan kesempatan berpendapat dan menentukan sebuah keputusan juga memberikan pengaruh pada *self-compassion*. Adanya otoritas kontrol yang

tepat kepada anak, orangtua cenderung memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih keputusannya namun masih tetap memantau setiap tindakan mereka, dan selalu menawarkan bantuan ketika anak membutuhkan sehingga anak akan merasa tetap mendapatkan perhatian dan anak akan menerima aturan yang ditetapkan. Hal tersebut berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bluth dan Blanton (2014) bahwa tingkat ketinggian pengekangan, penolakan dan sifat orangtua yang kurang memberikan kehangatan dirumah menghasilkan *self-compassion* yang rendah pula.

Peneliti mengkategorikan hasil penelitian pada variabel pola asuh *authoritative* dan variabel *self-compassion*. Pada variabel bebas yakni variabel pola asuh *authoritative* ditemukan hasil bahwa responden dalam penelitian ini rata-rata mendapatkan gaya pengasuhan cukup *authoritative* dari orangtuanya. Berdasarkan hal tersebut, bisa dilihat juga pada kategori variabel *self-compassion* dimana responden pada penelitian ini memiliki rata-rata nilai *self-compassion* yang baik. Selain pengaruh dari pola pengasuh *authoritative* yang diterapkan orangtua kepada anaknya mungkin ada faktor lainnya yang mempengaruhi *self-compassion* pada individu dewasa awal yang tidak diukur oleh peneliti pada penelitian kali ini. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-compassion* yakni budaya, usia dan jenis kelamin, tekanan eksternal, lingkungan sosial, motivasi, pendidikan, ekonomi dan pengalaman yang kurang menyenangkan yang dapat menyebabkan trauma pada individu (Raab, 2014). Peneliti tidak melakukan uji tambahan untuk pengelompokan pada suku budaya karena dirasa kurang bervariasi karena rata-rata mereka berdomisili di daerah yang sama.

Berdasarkan hasil analisis dan penjelasan yang telah disebutkan sebelumnya, bahwa ada korelasi yang signifikan antara pola asuh *authoritative* dengan *self-compassion* pada individu dewasa awal. Beberapa aspek yang telah disebutkan dari teori pola asuh *authoritative* pada penelitian ini memiliki hubungan yang signifikan terhadap variabel terikatnya yakni *self-compassion*. Dari hasil penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pola asuh *authoritative* mampu membentuk kemampuan *self-compassion* lebih efektif ketika individu memasuki fase dewasa awal nantinya. Gaya pengasuhan *authoritative* yang diterapkan orangtua ini merupakan prediktor yang cukup kuat pada saat pembentukan *self-compassion* dikemudian hari (Neff dkk., 2014). Individu dewasa awal yang memiliki kemampuan *self-compassion* dengan kategori tinggi mampu memberikan perlakuan yang baik pula terhadap diri mereka ketika berada dalam pengalaman yang kurang menyenangkan, sehingga ketika individu sedang mengalami masa sulitnya atau kegagalan mereka akan percaya diri dan mampu bangkit dari keterpurukannya serta mampu menyadari bahwa bukan hanya dia yang mengalami masa sulit namun setiap orang memiliki kegagalan dalam hidup masing-masing dan kemudian mampu menerima dirinya kembali setelah apa yang telah dialaminya (Karinda, 2020).

Adanya tingkat *self-compassion* yang tinggi dikaitkan dengan meningkatnya kebahagiaan individu sehingga menurunkan tingkat depresi, kecemasan, serta mengurangi ketakutan pada kegagalan yang akan terjadi (Neff, 2011). Berdasarkan hasil keseluruhan yang diperoleh dan dijelaskan oleh peneliti, maka penelitian ini dianggap sudah cukup berjalan dengan baik, namun tetap saja masih ada kekurangan pada penelitian ini. Peneliti menganggap kekurangan pada penelitian ini adalah terdapat pada faktor yang mempengaruhi *self-compassion* pada penelitian ini hanya meneliti satu faktor saja yakni pola asuh *authoritative*, sehingga beberapa faktor lain yang juga mempengaruhi *self-compassion* tidak diukur pada penelitian ini. Keterbatasan lain pada penelitian ini yakni pada literatur terkait pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* individu dewasa awal pada mahasiswa jurusan Hukum Keluarga Islam UINSA masih sangat terbatas dan belum banyak yang melakukan penelitian pada variabel terkait.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan seluruh rangkaian penelitian yang telah dilaksanakan, hasil dari analisis kuantitatif pada data penelitian dapat disimpulkan bahwa pola asuh *authoritative* memiliki korelasi positif yang signifikan dengan variabel *self-compassion* pada individu dewasa awal. Korelasi positif antara kedua variabel pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* menunjukkan bahwa pola asuh *authoritative* mampu membantu pembentukan *self-compassion* pada saat mahasiswa Hukum Keluarga Islam UINSA berada di fase dewasa awal. Korelasi positif yang signifikan antara dua variabel tersebut juga memberikan tanda bahwa ketika orang tua menerapkan pola pengasuhan *authoritative* maka akan semakin efektif pula kemampuan *self-compassion* pada diri mahasiswa dewasa awal. Hal tersebut dikuatkan oleh hasil analisis, dimana hasil menunjukkan bahwa adanya korelasi positif yang signifikan antara aspek dari pola asuh *authoritative* dan aspek dari *self-compassion* pada individu dewasa awal.

## Saran

Hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran kepada responden penelitian untuk menerapkan aspek dari *self-compassion*, karena berdasarkan data yang ada masih ada beberapa yang memiliki kemampuan *self-compassion* rendah. Dan ketika sudah berkeluarga nantinya diharapkan responden mampu menerapkan aspek dari pola asuh *authoritative* juga, tidak menerapkan kekangan ataupun pengabaian pada anak, sehingga ketika anak mengalami permasalahan di setiap tahap perkembangannya mereka mampu bangkit dari kegagalan yang terjadi.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu memberikan tambahan pengetahuan mengenai pentingnya memberikan pola asuh yang diterapkan orangtua kepada individu dengan baik yang juga dimana hal tersebut akan berpengaruh pada kemampuan *self-compassion* individu pada saat menginjak dewasa awal. Pada penelitian ini yang hanya berfokus pada hubungan pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* pada individu dewasa awal. Penelitian ini tidak membahas faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-compassion* pada individu dewasa awal. Bagi peneliti yang ingin meneliti pola asuh *authoritative* dan *self-compassion* juga, diharapkan dapat memperhatikan atau meneliti faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *self-compassion* individu, serta diharapkan pada penelitian selanjutnya lebih memperluas populasi dan memperbanyak sampel untuk diteliti.

## Daftar Pustaka

- Ahmed, N., & Bhutto, Z. H. (2016). Relationship between parenting styles and self-compassion in young adults. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31(2), 441-452.  
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=afh&AN=121667818&site=ehost-live>
- Adila, D. R. (2019). Proses kematangan emosi pada individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh orang tua permisif (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA). <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.21-34>
- Amanah, S. N. A. (2020). Bentuk pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap karakter kemandirian anak. *Al Naqdu: Jurnal Kajian Keislaman*, 1(1), 10-10. <http://www.jurnal.iaicirebon.ac.id/index.php/alnaqdu/article/download/7/8>.

- Apriani, R., Probowati, D., Indreswari, H., & Simon, I. M. (2020). Social intelligence, love, self-regulation pada remaja yang adiksi game online jenis agresif dan non-agresif. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 5(1), 35-42. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jktpk/article/view/17616>
- Aprilia, R. A. (2019). Hubungan antara pola asuh demokratis orangtua dengan kematangan emosi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area. 1-112. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/11296>
- Arsi, A., & Herianto, H. (2021). Langkah-langkah Uji Validitas Dan Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan SPSS. <https://osf.io/m3qxs>
- Ayun, Q. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), 102-122. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907. <http://www.jstor.org/stable/1126611>
- Bhat, S. A., & Shah, S. A. (2015). Self-compassion and mental health: A study on young adults. *International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences*, 3(4), 49-54. [https://www.researchgate.net/publication/308966748\\_Impact\\_Factor\\_JCC\\_18\\_207\\_-\\_SELF\\_COMPASSION\\_AND\\_MENTAL\\_HEALTH\\_A\\_STUDY\\_ON\\_YOUNG\\_ADULTS](https://www.researchgate.net/publication/308966748_Impact_Factor_JCC_18_207_-_SELF_COMPASSION_AND_MENTAL_HEALTH_A_STUDY_ON_YOUNG_ADULTS)
- Bluth, K., & Blanton, P. W. (2014). Mindfulness and self-compassion: Exploring pathways to adolescent emotional well-being. *Journal of child and family studies*, 23, 1298-1309. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-013-9830-2>
- Candrawati, D. (2019). Persepsi terhadap pola asuh demokratis dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 99-107. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3048>
- Dakers, J. W. (2017). Dakers, J. W. (2017). Parenting Style as a Predictor of Self Compassion among a Group of Adolescents. University of Johannesburg (South Africa). <https://www.proquest.com/openview/515f27d96e7cbf2ade725eb0e30bba05/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>
- Fitriani, L. (2015). Peran pola asuh orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak. *Lentera*, 17(1). <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/artikelEQ.pdf>
- Gara, N., Monigir, N. N., Tuerah, R. M. S., & Sumilat, J. M. (2022). Pengaruh Pola Asuh Demokratis dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar.

- Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 5024-5032.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i4.3074>.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856–867. <https://doi.org/10.1002/jclp.22021>
- Hall, P. (2014). *Cities of tomorrow: An intellectual history of urban planning and design since 1880*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife crisis pada masa dewasa awal di pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145-156. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>
- Hurlock, E. B. (1990). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. In *Erlangga, Jakarta*.
- Jannah, M. (2018). Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi. Universitas Negeri Surabaya.
- Jurewicz, I. (2015). Mental health in young adults and adolescents - Supporting general physicians to provide holistic care. *Clinical Medicine, Journal of the Royal College of Physicians of London*, 15(2), 151–154. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.15-2-151>
- Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self-compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(2), 234-252. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11288>
- Kuwabara, S. A., Van Voorhees, B. W., Gollan, J. K., & Alexander, G. C. (2007). A qualitative exploration of depression in emerging adulthood: Disorder, development, and social context. *General hospital psychiatry*, 29(4), 317-324. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2007.04.001>
- Tabi'in, A. (2020). Pola asuh demokratis sebagai upaya menumbuhkan kemandirian anak di panti asuhan dewi aminah. *KINDERGARTEN: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(1), 30-43. <https://doi.org/10.24014/kjiece.v3i1.9581>
- Maya, S., Windiani, I. T., & Adnyana, I. S. (2018). Korelasi pola asuh orangtua terhadap self-esteem remaja sekolah lanjutan tingkat pertama harapan Denpasar. *Sari Pediatri*, 20(1), 24-30. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.14238/sp20.1.2018.24-30>
- Neff, K. D. (2012). The Science of self compassion: Compassion and wisdom in psychotherapy. <http://soundstrue-ha.s3.amazonaws.com/mandala/microsites/neff-shapiro-tucson-presentations/media/Neff-Handouts.pdf>.

- Neff, K. D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7, 264-274. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>
- Neff, K. D. (2009). The role of self-compassion in development: A healthier way to relate to oneself. *Human development*, 52(4), 211-214. <https://doi.org/10.1159/000215071>
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>
- Neff, K. D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7, 264-274. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>
- Neff, K. D. (2003). The Relational Compassion Scale: Development and Validation of a new self rated Scale for the Assessment of Self Other Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Nuritasari, F. (2021). Hubungan Pola Asuh Authoritative dengan Kompetensi Sosial pada Anak Usia 5-6 Tahun. <https://jurnal.uns.ac.id/kumara>
- Nurmalia, P. H., Putri, A. M., Artini, I., & Pramesti, W. (2021). hubungan karakteristik orang tua dengan stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak retardasi mental di SLB se-Bandar Lampung tahun 2019-2020. *Psikologi Konseling*, 18(1), 934-951. [https://doi.org/Hubungan Karakteristik Orang Tua Dengan Stres Pengasuhan](https://doi.org/Hubungan%20Karakteristik%20Orang%20Tua%20Dengan%20Stres%20Pengasuhan). Jurnal Psikologi Konseling,
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development*. McGraw-Hill.
- Pepping, C. A., Davis, P. J., O'Donovan, A., & Pal, J. (2015). Individual differences in self-compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104-117. <https://doi.org/10.1080/15298868.2014.955050>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Raab, K. (2014). Mindfulness, self-compassion, and empathy among health care professionals: a review of the literature. *Journal of health care chaplaincy*, 20(3), 95-108. <https://doi.org/10.1080/08854726.2014.913876>
- Rahayu, T. A., & Ediati, A. (2022). Self-compassion dan resiliensi pada mahasiswa di era adaptasi kehidupan baru. *Jurnal Empati*, 10(5), 362-367. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32939>

- Rahma, A. P. (2022). Pola Asuh Demokratis dan Self-Compassion pada Individu Dewasa Awal (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia). <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/38315>
- Robinson, C. C., Mandlco, B., Olsen, S. F., & Hart, C. H. (1995). Authoritative, authoritarian, and permissive parenting practices: Development of a new measure. *Psychological reports*, 77(3), 819-830. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.77.3.819>
- Rozana, A. A., Wahid, A. H., & Muali, C. (2017). Smart parenting demokratis dalam membangun karakter anak. *Al-Athfal Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 1-16. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2018.41-01>
- Santrock, J. W. (2007). A topical approach to life-span development, 3E. *Ch*, 5, 192.
- Sari, P. P., Sumardi, S., & Mulyadi, S. (2020). Pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional anak usia dini. *Jurnal Paud Agapedia*, 4(1), 157-170. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpa.v4i1.272>
- Sugiyono, P. D. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploitatif, Enterpretif Dan Konstruktif. *Edited By Y. Suryandari. Bandung: ALFABETA.*
- Sukanto, R. N., & Fauziah, P. (2020). Identifikasi pola asuh di kota Pontianak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 923-930. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.638>
- Tridonanto, A. (2014). *Mengembangkan pola asuh demokratis*. Elex Media Komputindo.
- Viena, Y. (2021). Pola asuh orang tua demokratis terhadap self regulated learning pada anak. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 5(12), 904-914. <https://doi.org/https://doi.org/10.52160/e-jmp.v5i12.883>