

# PROSES MEMAAFKAN INDIVIDU DEWASA AWAL YANG MEMILIKI PERSEPSI POLA ASUH ORANGTUA OTORITER

Siti Nur Azizah Putri Purnomo<sup>1</sup>, Nailul Fauziah<sup>1</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

[jahnurazizah@gmail.com](mailto:jahnurazizah@gmail.com)

## ABSTRAK

Tantangan yang dialami individu pada masa dewasa awal dapat dipengaruhi oleh pola asuh otoriter yang didapat. Pemaafan dapat menjadi salah satu cara untuk mengatasi kondisi ini. Akan tetapi, dampak dari pola asuh otoriter terbukti menyulitkan proses pemaafan yang terjadi. Terdapat penelitian yang mengungkap bahwa anak dengan pola asuh otoriter dapat memaafkan orangtua mereka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter dalam upaya memaafkan terhadap orangtua mereka. Metode perekrutan partisipan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Skala pola asuh otoriter menurut teori Hurlock dan skala TRIM-18 versi Bahasa Indonesia digunakan untuk menyaring partisipan. Partisipan terdiri dari tiga mahasiswi berusia 21-22 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dan dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis*. Hasil penelitian ini menemukan lima tema induk, yaitu, (1) hubungan negatif dan tantangan perkembangan, (2) proses pemaafan, (3) perubahan diri dan hubungan ke arah positif, (4) faktor penghambat pemaafan, dan (5) faktor pendukung pemaafan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses pemaafan terdiri atas proses emosional, kognitif, dan perubahan perilaku. Selain itu, terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi pemaafan mulai kontrol diri, gejala emosi, perilaku orangtua, nilai spiritualitas, dan dukungan orang terdekat.

**Kata kunci:** pemaafan; pola asuh otoriter; individu dewasa awal

# THE PROCESS OF FORGIVENESS IN EARLY ADULTS WHO PERCEIVED AUTHORITARIAN PARENTING FROM THEIR PARENTS

Siti Nur Azizah Putri Purnomo<sup>1</sup>, Nailul Fauziah<sup>1</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

[jahnurazizah@gmail.com](mailto:jahnurazizah@gmail.com)

## ABSTRACT

The challenges individuals experience in early adulthood can be influenced by the authoritarian parenting style that they received. Forgiveness can be one way to overcome this condition. However, the impact of authoritarian parenting has been proven to complicate the forgiveness process. There is research that reveals that children with authoritarian parenting styles can forgive their parents. This study aims to understand the process of early adults raised with authoritarian parenting styles in their efforts to forgive their parents. Recruitment method used in this study was purposive sampling. The authoritarian parenting scale according to Hurlock's theory and the Indonesian version of the TRIM-18 scale were used to make sure that the chosen participant were fitting to the established criteria. Participants consisted of three female students aged 21-22 years. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis. The results of this study identified five main themes, namely, (1) negative relationships and developmental challenges, (2) the forgiveness process, (3) positive changes in self and relationships, (4) factors inhibiting forgiveness, and (5) factors supporting forgiveness. The results of this study indicate that the forgiveness process comprises emotional, cognitive processes, behavioral change. Furthermore, various factors influence forgiveness, including self-control, emotional turmoil, parental behavior, spiritual values, and social support.

**Keywords:** forgiveness; authoritarian parenting; young adults

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap orang tua memiliki keinginan untuk memberikan yang terbaik bagi anak-anaknya. Dalam proses membesarkan anak, pengasuhan menjadi salah satu elemen penting karena meliputi segala bentuk perilaku yang berhubungan dengan upaya membesarkan anak. Proses pengasuhan yang terjadi tidak lepas dari gaya pengasuhan yang dipilih untuk anak. Gaya pengasuhan sendiri merujuk kepada cara interaksi orang tua kepada anak yang dibedakan berdasarkan dimensi kehangatan emosional dan kontrol (American Psychological Association, 2023).

Setiap orang tua memiliki pertimbangan masing-masing dalam menentukan gaya pengasuhan yang akan diterapkan pada anak-anaknya. Karakter orang tua dan anak turut mempengaruhi gaya pengasuhan yang diterapkan dalam keluarga (Lang, 2022). Faktor sosiokultural tidak bisa dilepaskan dalam penentuan gaya pengasuhan tersebut. Budaya menjadi salah faktor penting yang menentukan gaya pengasuhan orang tua (Lang, 2022).

Secara universal, gaya pengasuhan bertujuan untuk mengajarkan anak kemampuan yang dibutuhkan agar mereka dapat berfungsi secara

efektif dalam masyarakat (Lang, 2022). Akan tetapi, budaya mempengaruhi kemampuan- kemampuan spesifik yang harus dikuasai individu dalam wilayah-wilayah tertentu sehingga orang tua dalam budaya yang berbeda memiliki tujuan pengasuhan yang berbeda untuk anaknya (Lang, 2022). Selain itu, budaya turut berpengaruh terhadap cara orang tua untuk berinteraksi dan membimbing anak-anaknya (Sanvictores & Mendez, 2022). Oleh karena itu, budaya memberikan pengaruh fundamental terhadap gaya pengasuhan yang dipilih orang tua dalam tiap-tiap keluarga untuk anaknya.

Setiap wilayah tentunya memiliki budaya yang berbeda dengan wilayah lainnya, salah satunya adalah wilayah Asia. Budaya Asia dapat dilihat dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya upacara tradisional dan struktur sosial dalam masyarakat (Riany dkk., 2016). Struktur sosial dalam negara-negara di wilayah Asia dicirikan dengan adanya kewajiban bagi generasi muda untuk menghormati generasi yang lebih tua. Selain itu, budaya Asia dapat dilihat dari nilai-nilai kolektivisme yang lebih diutamakan dibandingkan individualisme (Riany dkk., 2016).

Umumnya, berdasarkan nilai-nilai tersebut, orang tua di Asia menerapkan gaya pengasuhan otoriter kepada anak-anaknya (Riany dkk., 2016). Orang tua di Indonesia tidak luput dari pengaruh tersebut. Hal tersebut ditunjukkan dengan data yang menyatakan bahwa 43% ibu muda di Kecamatan Sendang, Pagerwojo, dan Kalidawir, Tulungagung, menerapkan gaya pengasuhan otoriter kepada anak-anaknya, diikuti dengan 23,3% ibu

yang menerapkan gaya pengasuhan permisif (Nabila dkk., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniyawan dkk. (2021) turut menunjukkan bahwa 54,2% dari 96 anak di Jember dibesarkan dengan gaya pengasuhan otoriter oleh orang tuanya. Penelitian yang dilakukan Listyaningsih dkk., (2019) menunjukkan hasil serupa, yaitu sebanyak 37% orang tua di Yogyakarta menerapkan gaya pengasuhan otoriter, sedangkan 5% orang tua menerapkan gaya pengasuhan permisif. Data tersebut menunjukkan bahwa jumlah orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter di Yogyakarta tergolong tinggi. Sementara itu, Kabupaten Gunung Kidul menjadi wilayah yang paling banyak menerapkan pola asuh ini.

Penelitian yang dilakukan pada siswa kelas XII di SMA N 22 Surabaya menunjukkan bahwa dari 100 partisipan, 82 di antaranya dibesarkan dengan pola asuh otoriter (Pembayun & Mudhar, 2022). Beberapa hasil penelitian tersebut selaras dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa keluarga Indonesia, khususnya keluarga Jawa lebih banyak menggunakan gaya pengasuhan otoriter untuk membesarkan anak-anaknya (Riany dkk., 2016).

Gaya pengasuhan otoriter sendiri merupakan gaya pengasuhan dengan tingkat tuntutan (*demandingness*) yang tinggi dan penerimaan (*responsiveness*) yang rendah (Baumrind, 1966, dalam Leung & Man, 2014). Gaya pengasuhan otoriter juga ditunjukkan lewat tingkat kepatuhan yang tinggi terhadap aturan dan instruksi orang tua (Uba dkk., 2012). Anak seringkali merasa tidak adil atau terancam dalam situasi tersebut (Uba

dkk., 2012). Selain itu, dalam gaya pengasuhan otoriter, orang tua memiliki tingkat dukungan yang rendah dan tuntutan yang tinggi (Lang, 2022).

Orang tua dengan pola asuh otoriter menerapkan gaya pengasuhan satu arah yang dicirikan dengan adanya peraturan ketat yang diterapkan pada anak (Sanvictores & Mendez, 2022). Anak diharapkan untuk mematuhi peraturan-peraturan tersebut tanpa adanya ruang negosiasi maupun kesempatan bertanya (Sanvictores & Mendez, 2022). Peraturan-peraturan ini jarang dijelaskan dan pemberian hukuman jika anak melakukan kesalahan (Sanvictores & Mendez, 2022). Orang tua dengan pola asuh otoriter memiliki kecenderungan menerapkan standar tinggi dengan fleksibilitas yang terbatas (Sanvictores & Mendez, 2022).

Pola pengasuhan tersebut memberikan beberapa dampak positif bagi individu seperti timbulnya kepatuhan dan kompetensi yang tinggi (Lang, 2022). Chen (2023) turut mengungkapkan bahwa individu yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter biasanya menjadi lebih mandiri, kooperatif, dan berusaha mengontrol pencapaian mereka sendiri. Individu yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan otoriter terbukti memiliki kedisiplinan tinggi. Selain itu, gaya pengasuhan ini berdampak terhadap kualitas lingkungan pergaulan yang dimiliki individu (Salwa & Nur, 2023). Gaya pengasuhan otoriter juga berhubungan dengan performa akademik yang lebih baik (Leung & Man, 2014).

Akan tetapi, meskipun terdapat banyak dampak positif dari gaya

pengasuhan otoriter, tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Washington (2024) menunjukkan bahwa individu yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter menunjukkan kondisi kesehatan mental yang lebih buruk. Kondisi tersebut disebabkan oleh gaya pengasuhan otoriter yang lebih mengontrol dan membatasi individu (Washington, 2024). Lang (2022) turut menyatakan bahwa individu yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter memiliki tingkat kebahagiaan, kompetensi sosial, dan *self-esteem* yang lebih rendah. Tingkat *self-esteem* yang rendah dapat menimbulkan masalah pada pekerjaan maupun kehidupan sehari-hari individu (Chen, 2023).

Individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter memiliki kecenderungan untuk menekan emosinya. Hal tersebut terjadi karena tingginya kontrol psikologis dari gaya pengasuhan otoriter yang didapat saat kecil (Saldana, 2020). Kontrol ini berdampak pada perkembangan identitas yang negatif dan kemampuan *emotional self-regulation* yang buruk (Saldana, 2020).

Dampak negatif lain yang ditimbulkan dari gaya pengasuhan ini adalah individu memiliki rasa percaya diri yang rendah karena perasaan takut tidak diizinkan oleh orang tua (Sahwa & Nur, 2023). Rasa takut ini turut membatasi individu untuk mengeksplorasi hal-hal yang disukai individu (Salwa & Nur, 2023). Rasa takut ini dipicu oleh ketakutan individu mengalami kegagalan ketika melakukan suatu hal yang tidak sesuai dengan pengaturan orang tua (Ramadhani & Rifayanti, 2022).

Tingkat kontrol yang tinggi membuat hubungan antar kedua pihak lebih tegang dan mengurangi tingkat kehangatan dan afeksi dalam keluarga (Parra dkk., 2019). Meskipun orang tua memberikan dukungan dan afeksi, anak yang sudah bertumbuh menjadi individu dewasa awal sulit untuk menerima hal tersebut (Parra dkk., 2019). Selain itu, individu kesulitan untuk terbuka dan jujur kepada orang tua karena rasa takut yang dimiliki (Salwa & Nur, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa gaya pengasuhan otoriter turut berdampak negatif terhadap kualitas hubungan orang tua dan anak (Parra dkk., 2019).

Zhang dkk. (2024, dalam Lisyansha, 2025) menyatakan bahwa pemaafan kepada orang tua dapat menjadi faktor protektif terhadap kesehatan mental individu. Hal tersebut didukung oleh Lisyansha (2025) yang menjelaskan bahwa pemaafan telah terbukti memiliki peran penting dalam memperbaiki hubungan sosial, mengurangi amarah, dan meningkatkan kesehatan mental pada individu dalam kelompok usia yang bervariasi. Penelitian yang dilakukan oleh Reine dkk. (2024) menunjukkan bahwa dalam konteks perceraian orang tua, pemaafan anak berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Penelitian terkini menunjukkan bahwa pemaafan dapat menjadi cara yang efektif untuk menjaga kualitas hubungan orang tua dan anak pasca perceraian (Reine dkk., 2024). Rushmahadewi dkk. (2024) mengungkap bahwa proses pemaafan dapat menjadi mekanisme untuk mengartikan ulang pengalaman traumatis dari perceraian orang tua menjadi sesuatu yang lebih positif.

Akan tetapi, dampak negatif dari pola asuh otoriter yang didapat tidak jarang justru menyulitkan individu untuk memaafkan orang tuanya (Wulandari & Khoirunnisa, 2023). Proses pemaafan tidak dapat dilepaskan dari pengaruh gaya pengasuhan yang diterapkan orang tua dan kualitas hubungan yang dimiliki antara individu dengan orang tuanya (Wulandari & Khoirunnisa, 2023). Sementara itu, gaya pengasuhan otoriter turut berpengaruh terhadap kualitas hubungan orang tua dan anak. Tidak jarang, turut memunculkan konflik intens sehingga individu sulit untuk memaafkan orang tuanya (Wulandari & Khoirunnisa, 2023). Asici & Sari (2021) turut menyatakan bahwa ketika orang tua membatasi dan terbiasa menghukum anak di masa kecil, maka kemungkinan anak akan tumbuh menjadi pribadi yang memiliki tuntutan yang tinggi terhadap diri sendiri, mudah marah, serta sulit memaafkan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harefa & Savira (2021) menunjukkan bahwa individu yang belum memaafkan orang tua memiliki hubungan yang kurang baik dengan orang tua, masih merasakan kekesalan terhadap orang tua, dan berani melawan orang tua. Individu turut membatasi interaksi dengan orang tuanya (Harefa & Savira, 2021). Selain itu, ketidakmampuan individu untuk memaafkan orang tua mempengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri dan menimbulkan ketakutan bahwa individu akan memiliki citra yang sama dengan orang tuanya (Harefa & Savira, 2021).

Meskipun demikian, penelitian kuantitatif yang dilakukan Edara &

Chen (2018) di Taiwan yang menunjukkan hasil bahwa individu dewasa awal yang dibesarkan dengan orang tua otoriter tetap mampu memaafkan perilaku tidak menyenangkan yang dilakukan kedua orang tuanya. Hasil ini tidak lepas dari adanya kepercayaan, resiliensi, dan optimisme dalam diri individu. Selain itu, motivasi dan kemampuan individu untuk memaafkan ditentukan oleh dasar dari perilaku yang melukai individu hingga tingkat keparahan serta intensitas rasa sakit yang dirasakan (Edara & Chen, 2018).

Edara & Chen (2018) turut mengungkapkan bahwa individu akan sulit memaafkan jika perilaku yang diterima semakin menyakitkan sehingga luka psikologis yang dialami lebih parah. Selain itu, individu akan sulit memaafkan jika merasa terisolasi dan jauh dari keluarganya (Edara & Chen, 2018). Tidak adanya kedekatan dengan orang tua dan pola asuh otoriter juga menghambat proses pemaafan yang dilalui individu (Wulandari & Khoirunnisa, 2023).

Ketika individu berhasil memaafkan orang tuanya, rasa syukur akan timbul pada diri individu (Tessy dkk., 2022). Penelitian ini juga mengungkapkan ketika individu dewasa awal memilih untuk memaafkan orang tua mereka yang bercerai, individu tidak lagi terbawa perasaan maupun pikiran negatif (Tessy dkk., 2022). Sebaliknya, mereka justru merasakan emosi positif terhadap orang tua dan orang-orang di sekitarnya sehingga kualitas hubungan yang terjalin mengalami peningkatan (Tessy dkk., 2022).

Berdasarkan pemaparan-pemaran di atas, dapat disimpulkan bahwa pemaafan terhadap orang tua memberikan dampak positif bagi individu. Hasil penelitian kuantitatif dalam konteks orang tua dengan pola asuh otoriter, pemaafan dapat dicapai jika individu memiliki kepercayaan, resiliensi, dan optimisme dalam diri. Akan tetapi belum ada penelitian mendalam mengenai proses-proses yang terjadi dalam konteks pemaafan terhadap orang tua dengan pola asuh otoriter, khususnya di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian perlu dilakukan karena minimnya penelitian kualitatif yang dapat menggali secara mendalam mengenai pengalaman pemaafan pada individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter di Indonesia, khususnya di wilayah Jawa Tengah yang memiliki prevalensi pola asuh otoriter yang cukup tinggi.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana proses pemaafan individu dewasa awal terhadap orang tua dengan pola asuh otoriter?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami proses pemaafan individu dewasa awal terhadap orang tua dengan pola asuh otoriter.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap perkembangan literatur dalam cabang ilmu Psikologi Positif di Indonesia terkait proses pemaafan. Terutama proses pemaafan terhadap orang tua dengan pola asuh otoriter. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dalam cabang ilmu Psikologi Perkembangan terkait dinamika perkembangan individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter oleh orang tuanya.

### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai proses yang dijalani individu dewasa awal untuk dapat memaafkan orang tua dengan pola asuh otoriter sehingga dapat melalui masa dewasa awal dengan optimal. Gambaran tersebut diharapkan dapat menjadi motivasi bagi individu dengan pengalaman serupa untuk dapat melepaskan emosi dan pikiran negatif yang membelenggu. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua dan anak untuk saling memahami satu sama lain sehingga keharmonisan dan kualitas hubungan keluarga dapat terjaga.