

Hubungan Pola Asuh Otoriter Dengan Perilaku *Avoidant* Pada Mahasiswa Dewasa Awal

The Relationship Between Authoritarian Parenting and Avoidant Behavior in Emerging Adult Students

Ernest Renan Ziraluo^{a,1}, Rodia Afriza^{b,2}

^{a,b}Program Studi Psikologi UPU, KL. Yos Sudarso Km. 6,5 No. 3A, Medan, 20241, Indonesia
ziraluorenan@gmail.com¹, rodiaafriza@gmail.com²

ABSTRAK

Perilaku *avoidant* pada mahasiswa dewasa awal menjadi permasalahan yang penting karena dapat menghambat kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial serta menghadapi tuntutan akademik. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi munculnya perilaku tersebut adalah pola asuh otoriter yang diterima sejak masa perkembangan awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* pada mahasiswa dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama yang berjumlah 184 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 85 mahasiswa yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner skala Likert. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) = 0,700 dengan tingkat signifikansi (p) < 0,001 (p < 0,05), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* pada mahasiswa dewasa awal. Besar kontribusi variabel pola asuh otoriter terhadap perilaku *avoidant* adalah sebesar 49%, yang berarti hampir setengah variasi perilaku *avoidant* dipengaruhi oleh pola asuh otoriter. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci : Pola asuh otoriter, perilaku *avoidant*, mahasiswa, dewasa awal

ABSTRACT

Avoidant behavior in early adulthood students is an important issue as it can hinder individuals in forming social relationships and dealing with academic demands. One factor presumed to influence this behavior is authoritarian parenting experienced during early development. This study aims to examine the relationship between authoritarian parenting and avoidant behavior in early adulthood students. This research uses a quantitative method with a correlational approach. The population consists of 184 students from the Faculty of Psychology at Universitas Potensi Utama, with a sample of 85 students selected using purposive sampling technique. Data were collected using Likert scale questionnaires. The data were analyzed using Pearson Product Moment correlation technique. The results show a correlation coefficient (r) = 0.700 with a significance level (p) < 0.001 (p < 0.05), indicating a strong and significant relationship between authoritarian parenting and avoidant behavior. The contribution of authoritarian parenting to avoidant behavior is 49%, meaning that nearly half of the variance in avoidant behavior is explained by authoritarian parenting. Therefore, the proposed hypothesis is accepted.

Keywords : *Authoritarian parenting, avoidant behavior, students, early adulthood.*

Info Artikel :

Disubmit: 15 Desember 2025

Direview: 12 Januari 2026

Diterima :11 Februari 2026

Copyright © 2026 - Journal UPU. All rights reserved.

1. PENDAHULUAN

Banyak mahasiswa mengalami dinamika emosional yang intens ketika memasuki lingkungan akademik yang menuntut, terlebih ketika mereka membawa pola relasi keluarga yang telah tertanam sejak masa kanak-

kanzak. Pengalaman pengasuhan pada masa sebelumnya menjadi salah satu faktor penting yang membentuk cara mahasiswa merespon tekanan, membuat keputusan, dan menghadapi situasi sulit.

Dukungan orangtua pada masa dewasa awal tetap memiliki pengaruh signifikan terhadap berbagai aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa. Aditaputri et al. (2024) menunjukkan bahwa persepsi terhadap dukungan orangtua berkaitan dengan *subjective well-being* mahasiswa Indonesia, menegaskan bahwa hubungan orangtua dan anak tetap memiliki kekuatan bahkan ketika individu telah memasuki perguruan tinggi. Namun dukungan tersebut tidak selalu hadir dalam bentuk yang adaptif. Pada beberapa kasus, orangtua mengekspresikan kepedulian melalui kontrol yang tinggi, regulasi ketat, atau keterlibatan berlebihan terhadap kehidupan anak. Pola-pola seperti ini dapat menghambat perkembangan otonomi mahasiswa dan berpotensi menurunkan kemampuan mereka dalam tantangan secara mandiri.

(Xu & Yan, 2022) menemukan bahwa *negative parenting styles* berkaitan dengan penyesuaian sosial yang buruk melalui mekanisme kognitif-afektif tertentu, menunjukkan bahwa internalisasi pola asuh berpengaruh terhadap bagaimana mahasiswa memahamai dan merespons lingkungan sosial. Carollo et al. (2024) juga menunjukkan bahwa pola asu *overprotective* berkaitan dengan *worry* dan gejala kecemasan yang meningkat pada mahasiswa. Gejala kecemasan yang tidak terkelola dengan baik dapat menjadi pemicu kuat munculnya perilaku *avoidant*, karena mahasiswa cenderung menghindari situasi yang memicu rasa tidak nyaman.

Perilaku *avoidant* sendiri merupakan strategi *coping* yang sering digunakan individu ketika berhadapan dengan situasi yang menimbulkan rasa terancam, tekanan sosial, atau risiko evaluasi negatif. Pada mahasiswa dewasa awal, perilaku ini dapat muncul dalam bentuk menghindari interaksi sosial, menunda penyelesaian tugas, menarik diri dari tantangan akademik, atau menghindari situasi yang memicu kecemasan. Srisayekti & Setiady (2015) menjelaskan bahwa individu yang merasa harga dirinya terancam cenderung menampilkan perilaku *avoidant* untuk mengurangi distress. Dengan kata lain, *avoidant* dapat berfungsi sebagai mekanisme protektif ketika individu belum memiliki kapasitas regulasi emosi yang kuat. Sejumlah penelitian telah menunjukkan adanya hubungan tidak langsung antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* melalui variabel psikologis lain seperti kecemasan, *self-esteem*, atau gaya *coping*. Darlow et al. (2017) menunjukkan bahwa *helicopter parenting* berkorelasi dengan buruknya *adjustment* mahasiswa pada tahun pertama kuliah. Mahasiswa yang menerima pola asuh serba mengatur dilaporkan memiliki kecemasan lebih tinggi, merasa kurang siap menghadapi tantangan akademik, dan lebih mungkin menghindari situasi yang menuntut kapasitas adaptif. Demikian pula, Bishop et al. (2019) menemukan bahwa *insecure attachment* berkaitan dengan *avoidant coping*, yang kemudian menurunkan kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.

Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama, yaitu terhadap 85 responden pada 28 Oktober 2025 dan 56 responden pada 7 Maret 2026, ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa menunjukkan kecenderungan perilaku *avoidant* dalam menghadapi tuntutan emosi, akademik, maupun interpersonal. Hal tersebut ditunjukkan oleh kecenderungan menghindari konflik, menarik diri, enggan mengungkapkan kebutuhan emosional, serta pasif dalam situasi sosial, dengan indikator tertinggi yaitu keengganan menyampaikan pendapat dalam diskusi kelompok (56%). Selain itu, hasil pra-penelitian juga menunjukkan bahwa pola asuh yang paling dominan diterima responden adalah pola asuh otoriter (46%), dibandingkan pola asuh demokratis (45%) dan permisif (9%). Temuan awal ini mengindikasikan adanya kecenderungan hubungan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* pada mahasiswa dewasa awal, sehingga perlu dikaji lebih lanjut melalui penelitian empiris.

Penelitian Rizki et al. (2025) juga menyatakan bahwa pola asuh berpengaruh terhadap karakter interaksi sosial mahasiswa, menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan tetap menempel dalam pola relasional mahasiswa ketika berhadapan dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Kondisi ini dapat membuat mahasiswa memilih untuk menghindar ketika mereka merasa tidak mampu menavigasi situasi sosial atau akademik dengan baik. Juga penelitian yang dilakukan oleh Akram et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan otonomi dari orangtua berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, yang berarti bahwa kurangnya dukungan ini berpotensi meningkatkan kecenderungan *coping* yang maladaptif, termasuk *avoidant*.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Helen et al. (2019) yang menggambarkan bahwa individu dewasa awal dengan kecenderungan kecemasan menunjukkan respons *avoidant* dalam menghadapi situasi emosional yang dianggap mengancam. Temuan ini mengindikasikan bahwa *avoidant* tidak muncul secara spontan, tetapi berkaitan dengan pengalaman emosional dan pola hubungan yang telah terbentuk sejak sebelumnya. Pada situasi ini, pengalaman pola asuh yang tidak adaptif dapat memperkuat kecenderungan untuk menghindar ketika mahasiswa memasuki lingkungan akademik yang penuh tuntutan.

Dalam konteks ini, hubungan pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* menjadi isu yang semakin relevan untuk dikaji, mengingat adanya kecenderungan meningkatnya respons *avoidant* dalam menghadapi tekanan kehidupan kampus dan sosial. Juga urgensi penelitian ini terletak pada kurangnya kajian empiris yang secara khusus menghubungkan pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* pada mahasiswa dewasa awal, sebagian besar penelitian yang ada masih berfokus pada hubungan pola asuh dengan kecemasan, perilaku sosial, atau penyesuaian diri secara umum.

2. TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku *Avoidant*

1) Pengertian perilaku *avoidant*

Perilaku *avoidant* menurut Weinbrecht et al. (2016) merujuk pada pola penghindaran yang menetap terhadap situasi sosial, interpersonal, dan emosional yang berpotensi menimbulkan evaluasi negatif. Menurut Weinbrecht et al. (2016) *avoidant personality disorder* ditandai dengan oleh kecenderungan individu untuk menarik diri dari hubungan sosial karena adanya perasaan tidak adekuat, rasa malu yang mendalam, serta ketakutan yang intens terhadap kritik dan penolakan. Perilaku ini bukan sekedar reaksi situasional, melainkan bagian dari pola kepribadian yang relatif stabil dan memengaruhi berbagai aspek fungsi psikososial individu.

Pandangan lain yang dikemukakan oleh Lampe & Malhi (2018) adalah perilaku *avoidant* merupakan pola kepribadian yang berkaitan erat dengan konsep diri negatif dan sensitivitas berlebihan terhadap penilaian sosial. Pengertian lain juga dikemukakan oleh Shabrina & Kurniawan (2024) adalah perilaku *avoidant* merupakan kecenderungan individu menghindari situasi.

2) Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *avoidant*

Weinbrecht et al. (2016) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *avoidant*, diantaranya:

a. Pengalaman pengasuhan

Yang ditandai oleh kehangatan emosional yang rendah, kontrol berlebihan, atau sikap orangtua yang kritis dapat membentuk keyakinan bahwa diri individu tidak layak diterima.

b. Faktor kognitif

Faktor ini sebagai determinan parenting perilaku *avoidant*. Individu dengan kecenderungan *avoidant* menunjukkan bias kognitif berupa ekspektasi penolakan dan interpretasi negatif terhadap isyarat sosial yang ambigu.

c. Faktor afektif

Emosi seperti kecemasan interpersonal, rasa malu, dan perasaan tidak adekuat muncul secara intens ketika individu menghadapi kemungkinan penilaian dari orang lain.

Faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi perilaku *avoidant* oleh Lampe & Malhi (2018) yaitu:

a. Konsep diri negatif

Perilaku *avoidant* dipengaruhi oleh konsep diri negatif yang terbentuk secara bertahap melalui pengalaman interpersonal yang berulang.

b. Sensitivitas

Individu dengan sensitivitas tinggi terhadap kritik cenderung menafsirkan umpan balik negatif sebagai konfirmasi atas ketidakberhargaan diri.

c. Regulasi emosi

Individu dengan keterbatasan kemampuan regulasi emosi cenderung menggunakan penghindaran sebagai cara cepat untuk meredakan kecemasan.

Faktor selanjutnya oleh Shabrina & Kurniawan (2024) adalah:

a. Pengalaman emosi

Perilaku *avoidant* dipengaruhi oleh pengalaman emosional yang tidak terselesaikan dan suasana afektif negatif yang menetap.

b. Gangguan mood

Faktor komorbiditas dengan gangguan mood dapat memperkuat kecenderungan perilaku *avoidant*.

c. Pengalaman trauma

Pengalaman seperti penolakan emosional yang berulang, kurangnya validasi perasaan, atau tuntutan yang tidak realistis dari lingkungan terdekat dapat membentuk kerentanan psikologis yang mendorong perilaku *avoidant*.

3) Aspek-aspek perilaku *avoidant*

Aspek-aspek perilaku *avoidant* menurut Weinbrecht et al. (2016) yaitu:

a. Aspek afektif

Hal ini ditandai oleh munculnya emosi negatif yang intens dalam situasi sosial, seperti kecemasan interpersonal, rasa malu, dan ketakutan terhadap penolakan.

b. Aspek kognitif

Mencakup pola pikir negatif mengenai diri dan orang lain.

c. Aspek perilaku interpersonal

Aspek ini tampak dalam kecenderungan individu untuk menarik diri dari hubungan sosial, membatasi keterlibatan dalam relasi dekat, dan menghindari situasi yang menuntut keterbukaan diri.

d. Aspek regulasi emosi

Individu dengan perilaku *avoidant* menunjukkan keterbatasan dalam mengelola emosi negatif secara adaptif.

4) Ciri-ciri perilaku *avoidant*

Menurut Shabrina & Kurniawan (2024) ciri-ciri perilaku *avoidant* dalam penelitiannya yaitu:

a. Penarikan diri emosional

Individu sering kali membatasi keterlibatan emosional sebagai bentuk mekanisme perlindungan diri. Sikap menarik diri ini tidak hanya tampak secara fisik, tetapi juga berlangsung pada ranah afektif maupun kognitif.

b. Dominasi rasa takut akan penilaian negatif

Ketakutan terhadap penilaian orang lain menjadi landasan utama dalam pengambilan keputusan sosial. Individu lebih memilih tidak terlibat daripada menghadapi kemungkinan ditolak atau dinilai gagal.

c. Konflik antara keinginan dan ketakutan sosial

Individu dapat mengalami konflik batin anatar keinginan menjalin hubungan dan rasa takut terhadap kedekatan, kondisi ini menimbulkan pola ambivalensi dalam hubungan sosial.

d. Perasaan kesepian yang tersembunyi

Individu dengan perilaku *avoidant* meskipun tampak menarik diri, sering merasakan kesepian yang mendalam. Namun, perasaan tersebut jarang diungkapkan secara terbuka karena adanya hambatan emosional.

B. Pola Asuh Otoriter

1) Pengertian pola asuh otoriter

Menurut Taib et al. (2020) pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan yang berlawanan dengan pola asuh demokratis. Pola ini ditandai dengan penetapan aturan dan standar yang harus dipatuhi secara mutlak, sering kali disertai dengan ancaman apabila anak tidak menuruti. Karakteristik utama dari pola asuh otoriter adalah adanya kontrol dan pengawasan yang ketat dari orangtua, dengan tujuan utama menumbuhkan kepatuhan dan ketaatan anak terhadap otoritas yang dimiliki orangtua.

Berdasarkan penelitian Mardiana (2020) pola asuh otoriter adalah bentuk pengasuhan di mana orangtua cenderung memaksakan kehendak terhadap perilaku anak. Dalam pol ini, orangtua berusaha mengendalikan hampir seluruh aktifitas anak melalui paksaan dan ancaman.

Selanjutnya menurut Dewi et al. (2024) mendefenisikan pola asuh otoriter sebagai metode pengasuhan dimana orangtua menuntut kepatuhan penuh dari anak, melarang adanya penolakan, serta mewajibkan anak untuk mengikuti arahan yang ditetapkan secara tegas. Apabila anak melanggar aturan, biasanya diberikan hukuman yang dianggap orangtua sebagai bentuk pembelajaran demi kebaikan anak.

Pola asuh otoriter ditandai dengan penerapan aturan yang harus dipatuhi secara mutlak tanpa memberi kesempatan kepada anak untuk menyampaikan pendapat. Apabila anak tidak menaati aturan tersebut, maka orangtua biasanya memberikan hukuman sebagai konsekuensinya.

2) Faktor-faktor pola asuh otoriter

Faktor-faktor pola asuh otoriter menurut Baumrind (1991) dapat dikenali antara lain:

- a. Kontrol orangtua yang tinggi
Orangtua memiliki otoritas penuh dalam keluarga dan berusaha mengatur hampir seluruh aspek perilaku anak.
- b. Penekanan pada kepatuhan
Anak dituntut untuk mematuhi aturan yang ditetapkan tanpa mempertanyakan alasan maupun keputusan orangtua
- c. Penggunaan hukum sebagai bentuk disiplin
Hukuman sering dijadikan sarana untuk mengendalikan perilaku anak
- d. Komunikasi satu arah
Pola komunikasi lebih dominan berasal dari orangtua kepada anak
- e. Kurangnya kehangatan emosional
Orangtua cenderung kurang menunjukkan kasih sayang, empati, maupun dukungan emosional, sehingga hubungan emosional dengan anak menjadi kaku dan terbatas.
- f. Terbatasnya kebebasan anak
Anak jarang dilibatkan dalam proses pengambilan keputusan keluarga

3) Aspek-aspek pola asuh otoriter

Baumrind (1991) menekankan ada tiga aspek pola asuh otoriter yaitu:

- a. *Behavioral guidelines*
Yaitu Ketika orangtua menetapkan aturan secara tegas dan memaksakannya kepada anak tanpa memberikan kesempatan untuk berdiskusi.
- b. *Behavioral encourage*
Yaitu orangtua lebih sering memberikan perintah dan hukuman tanpa penjelasan
- c. *Emotional quality of parent-child relationship*
Yaitu hubungan emosional antara orangtua dan anak tidak berkembang secara sehat.

C. Mahasiswa

Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah individu yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut, maupun sekolah tinggi. Menurut Qomarudin (2021) istilah mahasiswa terdiri atas dua suku kata, yaitu maha yang berarti “ter” dan siswa yang berarti “pelajar”. Dengan demikian, mahasiswa dapat dimaknai sebagai “terpelajar”. Makna ini menunjukkan bahwa seorang mahasiswa tidak hanya berperan sebagai individu yang mempelajari bidang keilmuannya, tetapi juga dituntut untuk mampu mengaplikasikan ilmu tersebut, berinovasi serta mengembangkan kreativitas dalam bidang yang digelutinya.

Menurut Tanghana et al. (2025) karakteristik relasi mahasiswa sangat dipengaruhi oleh pengalaman kelekatan dan pola hubungan yang terbentuk sebelumnya. Mahasiswa membawa pola relasional dari keluarga ke dalam lingkungan akademik, sehingga kualitas pengalaman pengasuhan tetap berperan dalam membentuk cara mereka menjalin hubungan sosial.

D. Dewasa awal

Menurut Santrock (2012) fase dewasa awal (*emerging adulthood*) berlangsung pada rentang usia sekitar 18 hingga 40 tahun.

Menurut Arnett (2014) ada 5 karakteristik atau tugas utama perkembangan dewasa awal dalam hal ini *emerging adulthood* yaitu:

- a. Eksplorasi identitas
Pada fase ini seorang yang dewasa awal sedang aktif mengeksplorasi beberapa hal yang bertujuan untuk menilai pilihan hidup dan menemukan siapa dirinya seperti pendidikan, karir, pandangan hidup dan nilai pribadi.
- b. Ketidakstabilan (*instability*)
Artinya tahap yang tidak stabil dan mudah berubah-ubah sebelum memasuki dewasa muda yang lebih konsisten seperti pemilihan pekerjaan, tempat tinggal, hubungan romantis.
- c. Berfokus pada diri sendiri (*self-focus*)
Hal ini seperti mengambil keputusan mandiri, mengembangkan kemandirian, dan menentukan arah hidup.
- d. Merasa (*feeling in-between*)
Yaitu perasaan yang menganggap dirinya bukan lagi remaja tetapi belum sepenuhnya dewasa.
- e. Usia kemungkinan dan optimisme (*age of possibilities*)
Ditandai dengan menunjukkan sikap optimis terhadap masa depan seperti harapan besar terhadap masa depan, keyakinan hidup akan lebih baik dari pada orangtua, optimisme meskipun kondisi saat ini belum ideal.

3. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2023) menyatakan bahwa metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positifisme, sebagai metode ilmiah atau *scientific* karena telah memenuhi kaidah ilmiah secara konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional dan sistematis. Metode kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan yang digunakan untuk meneliti pada populasi maupun sampel tertentu, pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian, serta analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistik. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif karena penelitian ini menggunakan angka-angka dengan perhitungan statistik serta bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dibuat.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert, yang bertujuan memperoleh data dan informasi relevan sesuai dengan permasalahan yang diteliti. Skala pengukuran menurut Sugiyono (2023) merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.

Menurut (Sugiyono, 2004, p. 137, sebagaimana dikutip dalam Arsi, 2021) uji validitas merupakan proses untuk menilai tingkat keandalan dan kesahihan suatu instrumen penelitian. Instrumen yang dinyatakan valid berarti mampu mengukur secara tepat aspek yang memang seharusnya diukur, sehingga data yang diperoleh dapat dipercaya. Instrumen dinyatakan valid apabila instrumen dapat berfungsi dengan baik mengukur seluruh instrumen secara keseluruhan dengan tepat. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment person* dengan rumus sebagai berikut:

$$r = \frac{\sum(xy)}{\sqrt{(\sum X^2 * \sum y^2)}}$$

Rumus *Product Moment*

Alasan penggunaan metode *Product Moment Person* dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Dari tabel R *Product Moment* dapat dilihat bahwa nilai R tabel dengan taraf signifikansi 5% untuk N= 30 (df = 28) adalah sebesar 0,361. Maka, suatu item dinyatakan valid apabila nilai R hitung > 0,361 atau memiliki tingkat signifikansi < 0,05.

Ridha et al. (2025) menyatakan bahwa reliabilitas merupakan tingkat konsistensi suatu instrumen dalam menghasilkan data. Instrumen yang reliabel akan memberikan hasil yang tetap meskipun digunakan berulang kali pada kondisi yang sama. Istilah *reliability* sendiri merujuk pada sesuatu yang dapat dipercaya atau tahan uji. Dengan demikian, sebuah tes dikatakan memiliki realibilitas tinggi apabila mampu menghasilkan data yang konsisten meskipun diberikan pada waktu berbeda kepada responden yang sama. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Teknik *Cronbach's Alpha* dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25.0 for Windows. Adapun kriteria penentuan reliabilitas instrumen yaitu jika nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60 maka instrumen dinyatakan reliabel, sedangkan jika nilai *Cronbach's Alpha* kurang dari 0,60 maka instrumen dinyatakan tidak reliabel Sugiyono (2023). Pengujian realibilitas ini menggunakan metode koefisien *Alpha Cronbach's* dengan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum_{i=1}^k \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Rumus *Cronbach's Alpha*

Sebelum dilakukan analisis data, maka perlu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu, yaitu:

1. Uji normalitas sebaran yaitu untuk mengetahui kenormalan distribusi sebaran skor variable. Apabila terjadi penyimpangan, maka dapat diketahui seberapa jauh penyimpangan tersebut.
2. Uji linearitas yaitu untuk mengetahui linearitas hubungan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan formula *Kolmogorov Smirnov*. Uji normalitas formula *Kolmogorov Smirnov* digunakan untuk sampel dengan jumlah > 50 responden dengan kriteria apabila sig > 0,05 maka sebarannya dinyatakan normal, dan sebaliknya apabila sig < 0,050 maka sebarannya dinyatakan tidak normal. Berdasarkan analisis tersebut, maka diketahui bahwa:

Tabel Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	Rerata/Mean	Kolmogorov Smirnov	Std. Deviation (SD)	Sig	keterangan
Perilaku <i>Avoidant</i>	157,65	0,092	15.562	0,071	Normal
Pola Asuh Otoriter	67,12	0,080	12.417	0,200	Normal

Keterangan :

Rerata : Nilai rata-rata

K-S : Nilai *Kolmogorov-Smirnov*

SD : Standar Deviasi

Sig : Signifikansi

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas variabel perilaku *avoidant* dengan nilai signifikansi $0,071 > 0,05$ dan variabel pola asuh otoriter dengan nilai signifikansi $0,200 > 0,05$. Hal ini dapat dikatakan data variabel berdistribusi normal.

Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Perilaku Avoidant* Pola Asuh Otoriter	Between Groups	(Combined)	14114,153	39	361,901	2,614	,001
		Linearity	9954,992	1	9954,992	71,915	<,001
		Deviation from Linearity	4159,162	38	109,452	,791	,769
	Within Groups		6229,258	45	138,428		
	Total		20343,412	84			

Dari tabel di atas dapat dijelaskan hasil *deviation from linearity* pada bagian signifikansinya sebesar 0,769. Hal ini berarti terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas yaitu pola asuh otoriter dengan variabel terikat yaitu perilaku *avoidant* dengan nilai $0,769 > 0,05$.

Uji linearitas hubungan dimaksudkan untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan uji linearitas, dapat diketahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini dapat atau tidak dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa antara variabel pola asuh otoriter mempunyai hubungan yang linear terhadap variabel perilaku *avoidant*.

Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan

Korelasi	F	Sig	Keterangan
X-Y	0.791	0.769	Linear

Keterangan :

X : Pola Asuh Otoriter

Y : Perilaku *Avoidant*

F : Koefisien Linearitas

Sig : Signifikansi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji linearitas diatas membuktikan bahwa antara variabel pola asuh otoriter dengan variabel perilaku *avoidant* terdapat hubungan yang linear dari nilai yang diperoleh yaitu = 0,791 dan nilai koefisien signifikansi $p = 0,769$. Hasil ini dapat diberi kesimpulan bahwa data pola asuh otoriter dan perilaku *avoidant* bersifat linear dan ada hubungan yang linear antara variabel pola asuh otoriter dengan variabel perilaku *avoidant*.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *Product Moment*, dapat diketahui bahwa pengaruh yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant*. Hal ini membuktikan dengan koefisien korelasi 0,700 dengan $\text{sig} < 0,001$. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Berikut tabel rangkuman perhitungan *r product moment*

Rangkuman Perhitungan <i>r Product Moment</i>					
Statistik	Koefisien(r_{xy})	Koef. Det (r^2)	Sig	BE %	Keterangan
X-Y	0,700	0,490	< 0,001	49,0%	S

Berdasarkan tabel diatas diketahui pola asuh otoriter memberikan hubungan terhadap perilaku *avoidant* sebesar 49,0%. Hal ini berarti masih terdapat 51% pengaruh dari faktor lain terhadap perilaku *avoidant* yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel Interval Koefisien

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat lemah
0,20- 0,399	Lemah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat

Berdasarkan tabel interval koefisien di atas, menunjukkan bahwa hubungan pola asuh otoriter dan perilaku *avoidant* di taraf hubungan kuat yaitu sebesar 0,700.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

- Terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,700$ dengan nilai signifikansi $p < 0,05$ sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.
- Tingkat hubungan antara pola asuh otoriter dengan perilaku *avoidant* berada pada kategori “kuat” yang menunjukkan bahwa pola asuh otoriter memiliki keterkaitan yang cukup besar terhadap munculnya perilaku *avoidant*.
- Pola asuh otoriter memberikan kontribusi sebesar 49,0% terhadap perilaku *avoidant*, sedangkan sisanya sebesar 51,0% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.
- Variabel perilaku *avoidant* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama tergolong dalam kategori cenderung tinggi berdasarkan hasil perhitungan nilai rata-rata mean diketahui bahwa mean empirik sebesar 157,65 lebih tinggi dibandingkan dengan mean hipotetik sebesar 130 namun tidak melebihi standar deviasi, yang menunjukkan adanya kecenderungan mahasiswa untuk menghindari interaksi sosial.
- Variabel pola asuh otoriter tergolong dalam kategori cenderung rendah, berdasarkan hasil mean empirik sebesar 67,12 yang lebih tinggi dibandingkan dengan mean hipotetik sebesar 60 namun selisihnya juga tidak melebihi nilai standar deviasi, yang menunjukkan bahwa secara umum Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama tidak terlalu banyak mengalami pola asuh yang bersifat otoriter, namun tetap memiliki pengaruh terhadap perilaku *avoidant*.

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan saran sebagai berikut:

- a. Bagi mahasiswa
Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam berinteraksi sosial serta mengurangi kecenderungan perilaku *avoidant* melalui pengembangan keterampilan sosial (*social skills*).
- b. Bagi orangtua
Orangtua diharapkan dapat mengurangi penerapan pola asuh yang bersifat otoriter dan mulai mengarah pola asuh yang lebih demokratis.
- c. Bagi institusi Pendidikan (universitas)
Diharapkan berperan aktif membantu mahasiswa mengurangi kecenderungan perilaku *avoidant* seperti layanan konseling, pelatihan keterampilan sosial dan seminar kesehatan mental.
- d. Bagi praktisi psikologi
Bagi konselor dan psikolog pendidikan dalam merancang intervensi untuk mengurangi perilaku *avoidant* mahasiswa melalui konseling, pelatihan interpersonal, dan CBT.
- e. Bagi peneliti selanjutnya
Disarankan menambah variabel, menggunakan metode lebih beragam, memperluas sampel, serta mengkaji faktor atau moderasi antara pola asuh otoriter dan perilaku *avoidant*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu serta memberikan informasi selama proses penelitian ini, sehingga penelitian dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam penelitian ini, sehingga sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Mohon maaf atas kesalahan yang mungkin ada, dan semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat serta menambah wawasan bagi pembaca.

REFERENSI

- [1] Aditaputri, T. I., Novita, S., & Abidin, F. A. (2024). Relationship Between Perceived Parental Support and Subjective Well-Being of Emerging Adults in Indonesia. *Emerging Adulthood*, 12(3), 333–345. <https://doi.org/10.1177/21676968241234125>
- [2] Akram, A. R., Abidin, F. A., & Lubis, F. Y. (2022). *Parental Autonomy Support and Psychological Well-Being in University Students During the COVID-19 Pandemic: The Role of Autonomy Satisfaction Abstract*: 15. <https://doi.org/10.18743501>
- [3] Arnett, J. J. (2014). Presidential Address: The Emergence of Emerging Adulthood: A Personal History. *Emerging Adulthood*, 2(3), 155–162. <https://doi.org/10.1177/2167696814541096>
- [4] Arsi, A. (2021). Langkah-Langkah Uji Validitas Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss. *Validitas Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss*, 1–8.
- [5] Baumrind, D. (1991). Baumrind1991. In *Journal of Early Adolescence* (Vol. 11, Nomor 1, hal. 56–95).
- [6] Bishop, H. K. D., Claxton, S. E., & H.M., M. (2019). The romantic relationships of those who have experienced adoption or foster care: A meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 105, 104407. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104407>
- [7] Carollo, A., De Marzo, S., & Esposito, G. (2024). Parental care and overprotection predict worry and anxiety symptoms in emerging adult students. *Acta Psychologica*, 248(July), 104398. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104398>
- [8] Darlow, V., Norvilitis, J. M., & Schuetze, P. (2017). The Relationship between Helicopter Parenting and Adjustment to College. *Journal of Child and Family Studies*, 26(8), 2291–2298. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0751-3>

- [9] Dewi, C., Kamilah, R., Varoriz, Z., Siti, A., & Mutiara, Z. (2024). Kajian Literatur Sistematis: Pola Asuh Otoriter dan Keputusan Childfree Pada Perspektif Gen Z. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 10(2), 340. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i2.17477>
- [10] Helen, Satiadarma, M. P., & Koesma, R. E. (2019). *Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Avoidance Dalam Gad Pada Dewasa Awal Yang Bekerja*. 3(2), 520–531. <https://doi.org/10.24912>
- [11] Lampe, L., & Malhi, G. S. (2018). Avoidant personality disorder: Current insights. *Psychology Research and Behavior Management*, 11, 55–66. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S121073>
- [12] Mardiana, N. S. (2020). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Orang Tua terhadap Interaksi Anak Usia Dini. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 20(1), 22. <https://doi.org/10.24036/pedagogi.v20i1.801>
- [13] Qomarudin, A. (2021). Hilangnya Kesadaran Diri Mahasiswa Untuk Kuliah (Konsep Conscientizacao (Kesadaran) Sebagai Tujuan Pendidikan Paulo Freire). *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(April), 1–13.
- [14] Ridha, A. R., Sudarto, & Ghifari, F. Al. (2025). *Reliabilitas Alat Ukur, Jenis-Jenis, Cara Pengukuran Dan Faktor-Faktor*. 4(1), 121–131.
- [15] Rizki, P. H., Balqhis, A. N., & Mardiyah, A. (2025). *Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Gaya Interaksi Sosial Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam A Semester 6 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara*. 2(6), 978–987. <https://doi.org/10.62335>
- [16] Santrock, J. W. (2012). Life Span Development : Perkembangan. In S. Novietha I (Ed.), *Boston: Mac Graw-Hill* (13 ed.). Penerbit Erlangga.
- [17] Shabrina, B., & Kurniawan, A. (2024). Psychological Dynamics of Individuals Who Have Comorbid Avoidant Personality Disorder with Dysthymia. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(1), 103. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i1> p-ISSN
- [18] Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). *Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar*. 42(2), 141–156.
- [19] Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Sutopo (Ed.); 2 Ed.). Alfabeta Cv.
- [20] Taib, B., & Ummah, D. M. (2020). Analisis Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Moral Anak. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(1), 128–137. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.2090>
- [21] Tanghana, M. S., Mage, M. Y. C., & Ratu, F. (2025). Pengaruh Attachment Style Terhadap Kecenderungan Perilaku People Pleasing pada Mahasiswa di Kota Kupang. *Psikodimensia Kajian Ilmiah Psikologi*, 24(1), 73–83. <https://doi.org/10.24167/psidim.v24i1.13639>
- [22] Weinbrecht, A., Schulze, L., Boettcher, J., & Renneberg, B. (2016). Avoidant Personality Disorder: a Current Review. *Current Psychiatry Reports*, 18(3), 1–8. <https://doi.org/10.1007/s11920-016-0665-6>
- [23] Xu, C., & Yan, W. (2022). Negative parenting styles and social adjustment of university students: a moderated chain mediation model. *Current Psychology*, 42(31), 27719–27732. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03809-1>