

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu yang memasuki fase dewasa awal akan memiliki tuntutan serta tantangan hidup baru dari lingkungan sekitarnya. Setiap individu akan menunjukkan respon yang berbeda antara satu sama lain mengenai tuntutan dan tantangan tersebut.¹ Berdasarkan pernyataan dari Hurlock², masa dewasa awal merupakan suatu periode perkembangan yang mencakup adanya adaptasi terhadap beberapa pola kehidupan serta berbagai harapan sosial baru. Oleh karena itu, individu yang telah memasuki fase ini merupakan individu yang telah menyelesaikan pertumbuhan pada fase penyesuaian diri dengan peran sosial yang setara dengan individu dewasa lainnya dalam masyarakat.³ Fase ini merupakan periode peralihan dari perkembangan masa remaja ke dewasa. Pada fase peralihan ini individu juga akan melakukan eksplorasi terhadap dirinya sendiri secara mendalam. Beberapa wujud dari eksplorasi diri yang dilakukan antara lain yaitu eksplorasi mengenai pendidikan, karir yang akan dijalani, kehidupannya mandiri tanpa bantuan orang tua, serta mulai terjalinnya hubungan dengan lawan jenis. Eksplorasi yang dilakukan oleh individu tersebut

¹ Tanti Dini Lismawanti, Agustina Ekasari, and Alfiana Indah Muslimah, "Emotional Intelligence Dan Self Efficacy Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal" 14, no. 2 (2022): 41–55.

² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, ed. Max Ridwan Sijabat, 5th ed. (Jakarta: Erlangga, 1980).

³ Frezy Papatungan, "Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood," *Media Online) Journal of Education and Culture (JEaC)* 3, no. 1 (2023): 2986–1012.

akan membawanya pada berbagai perubahan hidup yang memunculkan rasa tidak nyaman sehingga dapat berakibat pula pada ketidakstabilan emosinya.⁴

Individu dengan *emotional intelligence* yang tinggi dapat menyesuaikan dirinya dengan kondisi yang penuh tekanan. Individu tersebut akan mampu menangani kondisi emosionalnya terutama ketika berada pada situasi stres karena tuntutan hidup. Individu dengan kondisi tersebut juga akan mampu mengenali, mengevaluasi serta menyampaikan kondisi emosinya secara efektif.⁵ Rendahnya tingkat *emotional intelligence* yang dimiliki oleh individu pada masa dewasa awal berkaitan juga dengan perilaku kriminal yang bisa terjadi dimasa yang akan datang. Perilaku kriminal tersebut dapat berupa tindakan kekerasan hingga tindakan pembunuhan. Pelaku dengan tindakan kekerasan cenderung memiliki tingkatan *emotional intelligence* yang lebih rendah dibandingkan dengan pelaku tindakan non- kekerasan.⁶

Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh *World Population Review* tahun 2024, rata-rata skor IQ masyarakat Indonesia berada pada angka 93,2 berdasarkan hasil *International IQ Test (IIT)*. Selain itu, menurut data Lynn dan Becker tahun 2019, Indonesia memiliki rata-rata IQ sebesar 78,5. Dalam pemeringkatan berdasarkan *Intelligence Capital Index (ICI)* tahun 2017,

⁴ Athaya Nugsria, Niken Titi Pratitis, and Isrida Yul Arifiana, "Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi?," *INNER: Journal of Psychological Research* 3, no. 1 (2023): 1–10.

⁵ Lismawanti, Ekasari, and Muslimah, "Emotional Intelligence Dan Self Efficacy Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal."

⁶ Alsethia Hanna Aisya and Imam Setyawan, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kekerasan Fan Pada Fan Sepak Bola The Jakmania Di Pasar Rebo Jakarta" 11, no. 05 (2022): 295–306.

Indonesia memperoleh nilai D+ dengan skor ICI sebesar 23,7, yang menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan intelektual penduduk Indonesia masih berada di bawah rata-rata global.⁷ Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak yang dicatat sejak Januari sampai November 2023 terdapat sejumlah 15.120 kasus kekerasan terhadap anak.⁸ Pada tahun 2018 Kementerian Kesehatan Indonesia menyatakan bahwa terdapat sebanyak 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun di Indonesia telah mengalami gangguan emosional seperti stres, kecemasan dan depresi yang berujung dengan tindakan bunuh diri.⁹ Sebagian besar dari orang dewasa awal tidak menyadari gejala yang dialaminya serta tidak mengetahui tindakan pertolongan seperti apa yang diambil ketika mengalami gangguan psikologis.¹⁰

Berdasarkan pernyataan diatas, maka adanya *emotional intelligence* dalam diri individu terutama pada masa dewasa awal itu sangatlah penting untuk diperhatikan. Hurlock¹¹ menyatakan bahwa masa dewasa awal didefinisikan sebagai suatu fase yang berisikan adaptasi diri terhadap berbagai

⁷ "Average IQ by Country 2025," *World Population Review*, last modified 2025, accessed June 11, 2025, <https://worldpopulationreview.com/country-rankings/average-iq-by-country>.

⁸ biro Hukum Dan Humas, Kementerian Pemberdayaan Perempuan, And Dan Perlindungan Anak, "Kolaborasi Berkelanjutan Lintas Sektor Dan Regional, Kunci Atasi Kasus Kekerasan Terhadap Anak," last modified 2024, accessed November 10, 2024, www.kemenpppa.go.id.

⁹ Rokom, "Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa Di Indonesia," *Biro Komunikasi Dan Pelayanan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI*, accessed November 9, 2024, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>.

¹⁰ Azmeta Chowdhary et al., "How Do Mental Health First Aid TM Interventions Influence Patient Help-Seeking Behaviours? An Opportunity for Pharmacists as Mental Health First Aid Responders.," *Research in Social & Administrative Pharmacy* (2018), <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2018.02.010>.

¹¹ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (1980).

pola kehidupan baru serta berbagai harapan sosial baru. Masa dewasa awal berada dalam rentang usia 18-40 tahun.¹² Pada masa dewasa awal seharusnya individu telah mampu mengelola emosi dengan baik serta mampu mengubahnya menjadi kekuatan yang lebih positif.¹³ Akan tetapi, pada kenyataannya masih terdapat kasus kejahatan yang diakibatkan oleh rendahnya *emotional intelligence* seseorang. Adanya respon dari emosi negatif pada diri individu tersebut apabila terus berlanjut dalam kurun waktu yang lama maka dapat menimbulkan dampak buruk pada kehidupannya. Dampak tersebut dapat berupa adanya permasalahan secara psikologis misalnya gangguan pada emosi, timbulnya perilaku yang agresif, dan turunnya kesejahteraan psikologis dimasa dewasa awal.¹⁴

Peneliti mengangkat judul penelitian ini berdasarkan beberapa pengalaman yang telah dialami oleh klien dan telah disampaikan pada saat menjalani *intake interview*. *Intake interview* dilakukan pada sejumlah 5 orang klien dewasa awal. Klien yang berada pada masa dewasa awal ini kebanyakan memiliki kesulitan dalam mengendalikan emosi yang muncul dalam dirinya. Ketika digali lebih mendalam, mereka menyatakan bahwa hal ini bersangkutan dengan pengalaman mereka pada masa kanak-kanak. Orang tua dari beberapa

¹² Paputungan, "Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood."

¹³ Santoso Safitri Luthfiana, "Kematangan Emosi Pada Dewasa Awal Dalam Upaya Mengatasi Kecenderungan Self Injury Di Kota Bekasi," *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam* VIII, no. I (2023): 1–19.

¹⁴ F Abubakar, I Noviekayati, and ..., "Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Perilaku Agresif Pada Mahasiswa," *JIWA: Jurnal Psikologi ...*, no. 1 (2023): 215–221, <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/view/9833%0Ahttps://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/download/9833/6206>.

klien tersebut rata-rata memiliki pola pengasuhan yang menerapkan banyak peraturan yang mengekang pada anaknya. Orang tua klien juga senantiasa memberikan tuntutan kedewasaan diluar batas kemampuan klien. Berbagai tekanan yang telah dialami oleh klien dimasalalu membuat klien tidak mampu mengekspresikan emosi yang ada pada dirinya dengan baik. Klien seringkali akan menyalahkan dan menyakiti dirinya sendiri. Ketika menginjak masa dewasa awal, beberapa klien tersebut baru menyadari bahwa terdapat kendala pada pengelolaan emosi dalam dirinya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai hubungan pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence* seseorang yang berfokuskan pada masa dewasa awal.

Peneliti juga telah melakukan survei berupa wawancara kepada 7 ketua RW. Berdasarkan hasil yang diperoleh diketahui bahwa sebagian besar orang tua masih menerapkan pola asuh otoriter dalam mendidik anak-anak mereka. Pola asuh otoriter yang masih diterapkan, ditandai dengan kontrol yang tinggi, komunikasi satu arah, serta penekanan pada kepatuhan tanpa memberikan ruang bagi anak untuk mengemukakan pendapat. Selain itu, terdapat pernyataan dari beberapa narasumber yang menyatakan bahwa penggunaan perintah tegas tanpa penjelasan serta pemberian hukuman secara fisik atau verbal merupakan bentuk kedisiplinan. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh otoriter masih diterapkan oleh beberapa orang tua pada desa tersebut.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan, diketahui bahwa faktor terpenting dalam pembentuk *emotional intelligence* yang baik pada individu berasal dari orang terdekatnya yaitu pada lingkungan keluarga. Akan tetapi, pada kenyataannya tidak semua anak memiliki keberuntungan dalam konteks tersebut.¹⁵ Orang tua akan menerapkan pola pengasuhan yang berbeda - beda dalam mengasuh anaknya. Disamping itu, masih terdapat orang tua yang memiliki pola pengasuhan otoriter yang akan menjadi racun bagi perkembangan anak terutama dalam *emotional intelligence*. Adanya pola asuh otoriter ini tentu sangat berpengaruh terhadap perkembangan *emotional intelligence* pada anak¹⁶. Ketika anak tersebut telah memasuki masa dewasa awal dengan segala tuntutan hidup yang ada, maka dirinya akan berpeluang mengalami rendahnya *emotional intelligence*. Rendahnya *emotional intelligence* pada masa dewasa awal akan berdampak pada perilaku agresi dalam kehidupan kedepannya.¹⁷

Pada tiap keluarga tentu akan menerapkan pola pengasuhan yang berbeda antara satu keluarga dengan keluarga yang lain. Pola pengasuhan yang didapatkan dari orang tua akan berpengaruh pada tingkah laku maupun karakter anak.¹⁸ Terdapat banyak dampak yang mampu disebabkan oleh pola pengasuhan

¹⁵ Windiarti Ananda and Wuri Satwika, "Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja," *Pharmacognosy Magazine* 75, no. 17 (2021): 399–405.

¹⁶ Erlandia Erlandia et al., "Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Kelas VII SMP N 01 Rao Selatan Universitas Islam Negeri Sjech M . Djamil Djambek Bukittinggi," *Jurnal Nakula: Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Ilmu Sosial* 2, no. 2 (2024): 68–80.

¹⁷ Kurnia Ersami and Wisnu Wardana, "Pengaruh Toxic Parenting Bagi Kesehatan Mental Anak: Literature Review Effects of Toxic Parenting on Children's Mental Health: Literature Review," *Jurnal Promotif Preventif* 6, no. 2 (2023): 324–334, <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>.

¹⁸ Yenny Hizbadini Risyda, "Studi Pemikiran Dr. Aisah Dahlan Tentang Parenting Dalam Buku Maukah Jadi Orang Tua Bahagia (Relevansi Bimbingan Konseling Keluarga Islam)" (2023).

dari keluarga. Hal ini tentu berpengaruh juga dalam proses perkembangan anak salah satunya yaitu pada perkembangan sosial emosionalnya. Proses perkembangan sosial emosional anak dapat terbentuk dari adanya lingkungan keluarga atau lingkungan anak sejak kecil.¹⁹ Pola asuh sendiri dapat dimaknai sebagai suatu cara ataupun metode dalam mengasuh anak yang diterapkan oleh orang tua dengan tujuan supaya anak mereka dapat bertumbuh menjadi individu yang dewasa secara sosial.²⁰

Melihat fenomena yang terjadi saat ini, ternyata masih terdapat penerapan pola asuh yang membatasi kebebasan anak.²¹ Pola asuh tersebut biasanya diterapkan atas dasar pengalaman orang tua dimasalalu.²² Orang tua dengan pola asuh demikian senantiasa menggunakan kekuasaan, kontrol, menerapkan berbagai peraturan serta bersikap memaksa anak untuk mematuhi segala perintahnya.²³ Pola asuh otoriter akan cenderung membuat anak merasa kurang nyaman, kurang bertanggung jawab, tidak mandiri, terkekang, dan dapat menyebabkan anak bersikap agresif.²⁴ Pola asuh otoriter dapat menjadi pemicu

¹⁹ Akhmad Syah Roni Amanullah and Devi Khavita Kharisma, "Perkembangan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Emosi Anak Dan Remaja," *Almurtaja: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2022): 1–7.

²⁰ Yana Mahara, "Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan," *Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kepercayaan Diri Siswa/I Smp Swasta Terpadu Darussadah Kecamatan Bener Kelipah* (2021).

²¹ Silvia Bella Anissa and Fitri Dwi Arini, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini," *Learning Community Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* 04 (2024): 118–123, <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JLC/article/download/34391/11885/>.

²² Rahmat Syaibani, Rodia Afriza, and Putri Chintya Sari, "Dampak Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Kehidupan Sosial Anak Di Dusun Rejo Mulyo Aceh Tamiang" 1, no. 3 (2024): 96–101.

²³ Dede Aas, "Dampak Pola Asuh Otoriter Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini (Studi Kasus Kelompok A Di RA Attaqwa Padaringan, Kabupaten Ciamis)," *Tarbiyah al-Aulad* / 6, no. 1 (2021): 2021, <http://riset-iaid.net/index.php/TA>.

²⁴ Silvie Mil and Anis Setia Ningsih, "Pengaruh Pola Asuh Otoriter Terhadap Perilaku Agresif Anak," *Aulad: Journal on Early Childhood* 6, no. 2 (2023): 219–225.

permasalahan psikologis pada diri individu. Pola asuh otoriter yang telah dialami mempengaruhi perkembangan emosional anak seperti adanya rasa kurangnya kepercayaan diri, rasa takut yang berlebihan, serta berbagai kondisi psikologis lainnya dapat memberikan dampak negatif bagi anak, baik pada masa kanak-kanak maupun dalam perkembangan mereka di masa depan.²⁵

Permasalahan psikologis ini mampu memberikan dampak yang buruk bagi individu tersebut karena dapat memunculkan berbagai konflik intrapersonal dan reaksi emosional yang merugikan. Emosi negatif tersebut dapat berupa perasaan kecewa terhadap kondisi sekitar yang tidak sesuai dengan harapan, kecemasan, serta kurangnya kepuasan terhadap dirinya sendiri.²⁶ Emosi negatif pada masa dewasa awal mampu memicu kecenderungan dalam mengkritik serta menyalahkan diri sendiri karena merasa tidak pantas. Oleh karena itu, belas kasih diri (*self compassion*) berperan penting dalam mengatasi emosi negatif yang muncul.²⁷

Self-compassion adalah sikap penuh kasih terhadap diri sendiri ketika menghadapi kesulitan, disertai dengan penerimaan atas penderitaan, kekurangan, dan kegagalan sebagai bagian dari pengalaman hidup manusia.

²⁵ Sherina Riza Chairunnisa, *Pengaruh Toxic Parenting Terhadap Perilaku Emosional Anak Usia Dini Di Kecamatan Pondok Aren Tahun 2021*, Skripsi, 2021.

²⁶ Irine Sofi Aulia, Yohana Wuri Satwika, and Aiko Susanto, "Hubungan Antara Pola Asuh Authoritative Dengan Self-Compassion Pada Individu Dewasa Awal The Relationship between Authoritative Parenting Style and Self-Compassion in Early Adulthood," *Jurnal Character: Psikologi* 10, no. 01 (2022): 845–860, <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/Formatif/article/view/2228>.

²⁷ Fahada Bagas Karinda, "Belas Kasih Diri (Self Compassion) Pada Mahasiswa," *Cognicia* 8, no. 2 (2020): 234–252.

Sikap ini mencerminkan kemampuan individu untuk mengenali dan merespons rasa sakit baik yang dialami sendiri maupun oleh orang lain tanpa menghakimi atau menarik diri dari pengalaman tersebut. *Self-compassion* juga mencakup niat untuk memberikan kebaikan terhadap diri sendiri sebagai respons atas penderitaan yang dialami, sehingga individu dapat mengelola emosi negatif dengan cara yang lebih konstruktif dan positif.²⁸

Pengelolaan emosi yang dialami oleh individu dalam *self compassion* tersebut merupakan salah satu bentuk dari perkembangan *Emotional Intelligence* yang baik. Perkembangan *Emotional Intelligence* merupakan suatu perkembangan yang mencakup adanya pengontrolan, pengendalian serta pengolahan emosi supaya mampu memberikan respon yang positif.²⁹ Kemampuan individu dalam mengelola emosi tersebut merupakan suatu kemampuan dalam menanggapi perasaannya sehingga dapat terungkap dengan tepat. Mayer & Salovey³⁰ menyatakan bahwa *emotional intelligence* berupa kemampuan pemantauan perasaan sosial, kemampuan dalam memilih serta kemampuan dalam mengambil segala informasi untuk mengontrol pemikiran sekaligus tindakan individu. *Emotional intelligence* juga dapat diartikan sebagai suatu kemampuan individu dalam mengenali segala emosi yang muncul, mampu mengontrol emosi yang muncul, memberikan motivasi dalam diri,

²⁸ Maria Monica and Denrich Suryadi, "Hubungan Self-Compassion Dengan Loneliness Pada Perempuan Lajang Di Usia Dewasa Awal," *Journal of Social and Economics Research* 5, no. 2 (2023): 1104–1113.

²⁹ Chairunnisa, *Pengaruh Toxic Parenting Terhadap Perilaku Emosional Anak Usia Dini Di Kecamatan Pondok Aren Tahun 2021*.

³⁰ Peter Salovey and John D Mayer, "Emotional Intelligence," *Management for Professionals Part F531* (1990): 21–30.

mengetahui bentuk emosi yang berasal dari individu lain serta dapat menjalin relasi dengan individu lain.³¹

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Masa dewasa awal merupakan suatu tahap perkembangan yang mencakup berbagai tuntutan adaptasi secara emosional, sosial, maupun kognitif. *Emotional intelligence* menjadi salah satu faktor penting dalam menunjang kemampuan individu dalam menghadapi tantangan tersebut. Akan tetapi, tidak keseluruhan individu dewasa awal memiliki *emotional intelligence* yang optimal. Hal ini dapat dikarenakan oleh berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *emotional intelligence*. Salah satunya faktor penting dari *emotional intelligence* yaitu pola asuh dari orang tua yang telah diterima individu semasa kecil. Individu yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter akan cenderung mengalami tekanan psikologis yang dapat memengaruhi perkembangan emosinya. Di sisi lain, *self-compassion* atau kemampuan untuk berbelas kasih kepada diri sendiri juga berperan dalam *emotional intelligence*. Oleh karena itu, perlu ditelusuri bagaimana hubungan antara pola asuh otoriter dan *self-compassion* dengan *emotional intelligence* pada individu dewasa awal di Kelurahan Tugurejo.

Berdasarkan pada pernyataan tersebut maka studi ini memiliki beberapa batasan masalah antara lain yaitu subjek penelitian hanya difokuskan pada

³¹ Ghesya Athira Hasna'ul Fauzyah, Luthfi Hamdani Maula, and Iis Nurasih, "Pengaruh Pendampingan Orang Tua Pada Pembelajaran Daring Terhadap Kecerdasan Emosional," *Jurnal Pendidikan Dasar* 11, no. 02 (2021): 197–206.

individu dengan rentang usia dewasa awal yaitu usia 18–40 tahun. Subjek penelitian juga hanya berfokuskan pada individu yang berdomisili di Kelurahan Tugurejo. Pola asuh yang dikaji dalam penelitian ini hanya terbatas pada pola asuh otoriter yang berdasarkan dari persepsi individu terhadap pengalaman masa kecilnya. Selain itu, *self-compassion* yang diteliti merujuk pada dimensi-dimensi yang terdapat dalam teori Kristin Neff. Sedangkan, *emotional intelligence* pada subjek diukur berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Daniel Goleman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk melihat hubungan antara pola asuh otoriter dan *self-compassion* terhadap *emotional intelligence*.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa pernyataan yang disajikan diatas, maka peneliti memiliki rumusan masalah pada penelitian yang akan dilakukan kali ini yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh dengan *emotional intelligence*?
2. Apakah terdapat hubungan antara *self compassion* dan *emotional intelligence*?
3. Apa terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence* dimasa dewasa awal?

D. Tujuan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat tujuan yaitu untuk mengetahui serta menggali informasi mengenai rumusan permasalahan diatas yaitu:

1. Mengetahui adanya hubungan antara pola asuh dengan *emotional intelligence*.

2. Mengetahui hubungan antara *self compassion* dan *emotional intelligence*.
3. Mengetahui adanya hubungan antara pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence* dimasa dewasa awal.

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ini diharapkan akan mampu menyajikan hasil yang diinginkan serta mampu memberi manfaat secara teoritis maupun praktisnya, antara lain seperti:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Adanya penelitian yang telah dilakukan ini memiliki harapan supaya dapat memberi informasi baru, pembelajaran baru, hasil penemuan yang baru serta perspektif dibidang Psikologi khususnya yang akan berkaitan dengan pembahasan mengenai pola asuh otoriter, *self compassion* dan *emotional intelligence*.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi subjek, dengan adanya penelitian yang telah dilakukan ini diharapkan akan mampu membantu dirinya dalam mengetahui penyebab dari gangguan *emotional intelligence* yang dialaminya serta subjek juga akan mengetahui langkah yang akan dipilih dalam mengupayakan untuk bangkit dari kondisinya tersebut.
 - b. Bagi peneliti, penelitian ini dapat memberikan saran serta pemikiran baru mengenai strategi dari proses dalam mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence*.

- c. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan sekaligus mampu memberikan gambaran mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence* khususnya pada individu yang sedang berada pada masa dewasa awal.
- d. Bagi Pembaca, penelitian yang telah dilakukan ini akan mampu menyajikan informasi baru mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dan *self compassion* terhadap *emotional intelligence* pada masa dewasa awal.
- e. Bagi Peneliti lain, adanya penelitian ini mampu digunakan sebagai rujukan dalam menggali informasi mengenai pola asuh otoriter, *self compassion* serta *emotional intelligence*.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada upaya untuk memahami hubungan antara pola asuh otoriter dan *self-compassion* terhadap *emotional intelligence* pada individu dewasa awal yang berdomisili di Kelurahan Tugurejo Kecamatan Ngasem Kabupaten Kediri. Ruang lingkup penelitian ini mencakup beberapa batasan untuk memperjelas fokus permasalahan, agar penelitian tetap terarah dan tidak melebar pada berbagai aspek di luar tujuan utama. Pertama, subjek pada penelitian dibatasi pada individu yang berada pada tahap dewasa awal yang berada dalam rentang usia 18 hingga 40 tahun. Hal ini sesuai dengan adanya kriteria dewasa awal berdasarkan teori perkembangan psikologi dari

Elizabeth Bergner Hurlock³². Pemilihan usia ini bertujuan agar hasil penelitian relevan dengan dinamika perkembangan emosi dan identitas diri yang khas pada masa dewasa awal. Kedua, jenis pola asuh yang diteliti dibatasi pada pola asuh otoriter saja, yang ditinjau berdasarkan persepsi responden terhadap pengalaman masa kecil mereka dengan orang tua. Pola asuh lain seperti permisif dan otoritatif tidak termasuk dalam ruang lingkup penelitian ini. Ketiga, penelitian ini juga membatasi kajian *self-compassion* pada konsep yang dikembangkan oleh Kristin Neff, yang terdiri dari enam dimensi utama: *self-kindness, self-judgment, common humanity, isolation, mindfulness, dan over-identification*. Keempat, *emotional intelligence* dalam penelitian ini mengacu pada model yang dikemukakan oleh Daniel Goleman, yang meliputi aspek kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kelima, secara geografis, penelitian hanya dilakukan di Kelurahan Tugurejo, sehingga generalisasi hasil tidak berlaku secara luas untuk populasi di luar wilayah tersebut. Terakhir, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, sehingga hasil penelitian difokuskan pada pengujian hubungan antar variabel, bukan pada eksplorasi mendalam mengenai pengalaman individu secara kualitatif.

G. Penegasan Variabel

1. Pola Asuh Otoriter

a. Penegasan Konseptual

³² Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*(1980).

Pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang memiliki ciri yaitu adanya dominasi yang tinggi dari orang tua, komunikasi yang bersifat satu arah, dan sedikit memberi ruang bagi anak untuk menyampaikan pendapat. Orang tua dengan pola asuh ini biasanya menuntut ketaatan mutlak, menerapkan disiplin keras, dan cenderung tidak responsif terhadap kebutuhan emosional anak.³³

b. Penegasan Operasional

Pola asuh otoriter merupakan sebuah pola asuh yang memberikan tekanan kepada anak berupa peraturan- peraturan yang mengekang dan berpotensi memunculkan permasalahan ataupun kendala dalam diri anak. Hal tersebut dapat dirasakan dampaknya oleh anak dimasa depan. Orangtua yang menerapkan pola asuh ini merasa bahwa dirinya selalu benar serta mereka akan cenderung memaksa anak, memberikan hukuman berupa kekerasan bila anak membangkang dan tidak sesuai keinginannya. Orang tua dengan pola asuh ini juga akan memberikan berbagai tindakan kepada anak tanpa memikirkan dampak yang akan dirasakan oleh anak di masa depan.

Pada penelitian ini, pola asuh otoriter diukur berdasarkan persepsi subjek terhadap pola pengasuhan orang tua yang mereka alami semasa kecil. Pengukuran dilakukan menggunakan skala pola asuh otoriter yang disusun berdasarkan indikator seperti kontrol tinggi, hukuman keras,

³³ Diana Baumrind, "Baumrind 1991.Pdf," *Sage Journals*, 1991, <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/02724316911111004>.

kurangnya kehangatan emosional, dan minimnya komunikasi dua arah. Responden memberikan penilaian terhadap sejumlah pernyataan dalam bentuk skala Likert.

2. *Self-Compassion*

a. Penegasan Konseptual

Self-compassion adalah sikap seseorang yang memiliki sikap welas asih terhadap diri sendiri, terutama ketika menghadapi kegagalan, penderitaan, atau kesulitan. Konsep ini dikembangkan oleh Kristin Neff dan mencakup enam aspek antara lain yaitu: *self-kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, *isolation*, *mindfulness*, dan *over-identification*.³⁴

b. Penegasan Operasional

Emosi negatif yang muncul pada masa dewasa awal akan membuat individu memberikan penilaian negative serta menyalahkan dirinya sendiri karena merasa tidak pantas. Oleh karena itu, belas kasih diri (*self compassion*) memiliki peran yang penting dalam mengatasi emosi negatif yang muncul. *Self compassion* ini lebih terfokuskan pada penderitaan, kegagalan maupun kekurangan yang dialami oleh individu sebagai bagian dari kehidupan pada umumnya. Hal ini mencakup adanya pengakuan pada diri sendiri bahwa kelemahan dan kekecewaan

³⁴ Kristin Neff, "Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself," *Self and Identity* 2, no. 2 (2003): 85–101.

yang sedang dirasakan saat ini merupakan suatu pengalaman yang akan dialami oleh seluruh individu. Oleh karena itu, individu juga pantas menerima belas kasihan terutama dari dirinya sendiri.

Pada penelitian ini, *self-compassion* diukur menggunakan skala *self-compassion* berdasarkan teori Neff, yang telah disesuaikan dan divalidasi. Responden diminta menjawab pernyataan terkait sikap mereka terhadap diri sendiri saat mengalami kegagalan atau tekanan, menggunakan skala Likert dari sangat tidak setuju sampai sangat setuju.

3. *Emotional Intelligence*

a. Penegasan Konseptual

Emotional intelligence adalah Kemampuan personal dalam mengenal, memahami, mengendalikan, dan menyampaikan perasaan diri sendiri dan orang lain secara efisien. Goleman³⁵ mengemukakan bahwa *emotional intelligence* mencakup lima aspek: kesadaran diri (*self-awareness*), pengendalian diri (*self-regulation*), motivasi (*motivation*), empati (*empathy*), dan keterampilan sosial (*social skills*).³⁶

³⁵ Goleman (1995)

³⁶ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence, Sustainability (Switzerland)*, Vol. 11 (Bantam Dell A Division Of Random House, Inc. New York, New York, 2005), [Http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0Ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://Www.Researchgate.Net/Publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari](http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0Ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://Www.Researchgate.Net/Publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari).

b. Penegasan Operasional

Emotional intelligence merupakan kemampuan individu dalam mengetahui perasaan yang muncul serta perasaan yang sedang dirasakan oleh orang disekitar. *Emotional intelligence* juga mampu membangkitkan diri individu tersebut serta mampu mengelola emosi negatif yang dialami menjadi emosi yang lebih positif. *Emotional intelligence* yang tinggi dapat membantu individu dalam menghadapi masa dewasa awal yang akan terdapt banyak antangan dan tuntutan hidup dari sekitarnya. *Emotional intelligence* ini pening bagi individu dimasa dewasa awal karena dapat berguna untuk mengarahkan pikiran dan tindakannya dalam penyesuaian diri dimasa peralihannya tersebut.

Pada penelitian ini, *emotional intelligence* diukur menggunakan skala yang mengacu pada lima aspek yang dikembangkan oleh Goleman. Setiap aspek dikaji melalui sejumlah item pernyataan yang mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola emosi, membangun relasi, dan memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain. Penilaian dilakukan dengan menggunakan skala Likert.

H. Sistematika Penulisan

1. Bab 1 Pendahuluan

Bab ini memuat latar belakang masalah yang dipaparkan secara ringkas namun dapat mencangkup permasalahan yang diambil dari penelitian. Selain itu, terdapat identifikasi masalah serta batasan pada

penelitian yang berisikan penguraian dari latar belakang dan urgensi dari permasalahan yang diambil. Kemudian, pada bab ini juga berisikan mengenai rumusan masalah dan tujuan penelitian yang manfaat penelitian secara teoritis dan praktis, menyajikan ruang lingkup penelitian, penegasan dari variabel yang diteliti dan juga sistematika dalam penulisan skripsi.

2. Bab II Landasan Teori

Bab ini menjelaskan teori-teori yang relevan dengan variabel penelitian yaitu pola asuh otoriter, *self-compassion*, dan *emotional intelligence*. Selain itu, dijelaskan pula hubungan antar variabel pada penelitian ini berdasarkan dengan hasil penelitian terdahulu. Selain itu, pada bab ini juga terdapat kerangka teori serta hipotesis penelitian yang berisikan dugaan sementara mengenai permasalahan yang akan diuji kebenarannya.

3. Bab III Metode Penelitian

Bab ini berisikan mengenai uraian tentang pendekatan dan jenis dari penelitian yang dilakukan, lokasi penelitian yang diambil serta variabel dan pengukuran penelitian. Selain itu, pada bab ini juga berisikan populasi, *sampling* dan sampel penelitian, kemudian instrumen penelitian termasuk validitas dan reliabilitas alat ukur serta teknik pengumpulan data. Selanjutnya, bab ini juga berisikan teknik analisis data serta pembabaran mengenai tahapan penelitian.

4. Bab IV Hasil Penelitian

Bab ini memuat hasil dari analisis data yang berupa deskriptif maupun inferensial. Selain itu, pada bab ini juga menyajikan pengujian hipotesis berdasarkan hasil dari temuan penelitian pada masing- masing variabel.

5. Bab V Pembahasan

Bab ini memberikan berisikan mengenai penjelasan serta penguatan terhadap temuan yang telah dieperoleh pada masing masing variabel.

6. Bab VI Penutup

Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian, saran-saran yang bersifat praktis dan teoritis, serta keterbatasan penelitian dan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya. Bagian akhir skripsi dilengkapi dengan daftar pustaka dan lampiran, seperti instrumen penelitian, tabel data, dan dokumentasi pendukung lainnya.