

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi merupakan fase krusial dalam perkembangan individu, di mana mahasiswa tidak hanya dituntut untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi, namun juga menghadapi berbagai tantangan adaptasi sosial, emosional, dan psikologis (Hasan & Wahyudi, 2019). Dalam menghadapi kompleksitas ini, *Mental Well-being* mahasiswa menjadi isu yang semakin mendesak untuk diperhatikan. *Mental Well-being* mencakup kondisi emosional, psikologis, dan sosial yang positif, memungkinkan individu untuk berfungsi secara optimal dan menghadapi tekanan hidup dengan efektif (Keyes, 2002, dalam Ryff & Singer, 2008). Sayangnya, fenomena yang terlihat saat ini menunjukkan adanya peningkatan prevalensi masalah *Mental Well-being* di kalangan mahasiswa, mulai dari stres akademik, kecemasan, depresi, hingga burnout (Putri & Sujarwoto, 2020). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada performa akademik, tetapi juga pada kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan, bahkan memengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi dunia kerja setelah lulus.

Berbagai faktor internal dan eksternal disinyalir berkontribusi terhadap kondisi *Mental Well-being* mahasiswa. Salah satu faktor eksternal yang memiliki pengaruh mendalam dan berkelanjutan adalah pola asuh yang diterima individu sejak masa kanak-kanak hingga remaja, khususnya pola asuh dari orang tua (Baumrind, 1991). Pola asuh didefinisikan sebagai seperangkat perilaku orang tua dalam berinteraksi dengan anak-anak mereka, termasuk cara mereka mengkomunikasikan nilai-nilai, ekspektasi, dan batasan (Darling & Steinberg, 1993). Dari berbagai tipologi pola asuh, pola asuh otoritatif (*authoritative parenting*) secara konsisten ditemukan memiliki korelasi positif dengan berbagai indikator perkembangan psikososial yang sehat pada anak dan remaja (Maccoby & Martin, 1983).

Pola asuh otoritatif dicirikan oleh tingkat kehangatan dan dukungan emosional yang tinggi, diiringi dengan harapan yang jelas dan batasan yang

tegas. Orang tua dengan pola asuh ini cenderung responsif terhadap kebutuhan anak, namun tetap menuntut kemandirian dan tanggung jawab. Mereka mendorong komunikasi terbuka, mendiskusikan alasan di balik aturan, dan menghargai pandangan anak (Baumrind, 1991). Dalam konteks keluarga Indonesia, peran ibu seringkali menjadi sentral dalam pengasuhan anak. Ibu seringkali menjadi figur utama yang bertanggung jawab dalam memberikan kasih sayang, membentuk karakter, dan menanamkan nilai-nilai pada anak (Setiadi & Kolip, 2011). Oleh karena itu, pola asuh yang diterapkan oleh ibu memiliki potensi besar untuk membentuk fondasi *Mental Well-being* anak sejak dini. Pengasuhan ibu yang otoritatif, dengan kombinasi kehangatan, dukungan, dan penetapan batas yang jelas, diyakini dapat menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, kemampuan regulasi emosi, dan keterampilan pemecahan masalah pada anak (Steinberg, 2001).

Selain itu, kehangatan emosional dan dukungan yang konsisten dari ibu otoritatif membentuk rasa keamanan pada anak. Rasa aman ini penting untuk mengembangkan resiliensi dan self-efficacy. Resiliensi membantu mahasiswa bangkit dari kegagalan akademik atau sosial, sedangkan self-efficacy keyakinan akan kemampuan diri untuk berhasil mendorong mereka untuk menghadapi tugas-tugas sulit dengan optimisme. Ketika mahasiswa menghadapi tekanan berat, mereka yang memiliki fondasi *Mental Well-being* yang kuat dari pola asuh otoritatif cenderung lebih efektif dalam mencari dukungan sosial, menggunakan strategi coping yang adaptif, dan menjaga perspektif positif terhadap tantangan yang dihadapi (Santrock, 2011).

Lingkungan kampus yang dinamis dengan berbagai tekanan mulai dari tuntutan akademik yang tinggi, persaingan, hingga tantangan sosial dan adaptasi di lingkungan baru membutuhkan individu yang tidak hanya cerdas secara kognitif, tetapi juga tangguh secara emosional dan psikologis. Pola asuh ibu otoritatif, dengan penekanannya pada komunikasi terbuka dan pemecahan masalah bersama, melatih anak untuk berpikir kritis, mengambil keputusan yang tepat, dan mengelola emosi mereka secara sehat. Keterampilan ini sangat relevan bagi mahasiswa yang harus menavigasi kompleksitas kehidupan kampus, termasuk memilih jurusan, mengelola waktu, berinteraksi dengan

teman sebaya dan dosen, serta merencanakan masa depan mereka setelah lulus (Darling & Steinberg, 1993).

Fenomena yang menarik untuk diamati adalah bagaimana pola asuh otoritatif yang diterapkan oleh ibu selama masa perkembangan, dapat mempengaruhi *Mental Well-being* mahasiswa. Mahasiswa yang dibesarkan dengan pola asuh otoritatif kemungkinan besar telah internalisasi keterampilan-keterampilan penting seperti resiliensi, kemampuan adaptasi, dan self-efficacy, yang merupakan modal berharga dalam menghadapi tuntutan kehidupan kampus (Santrock, 2011). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai pola asuh otoritatif yang diterapkan oleh ibu dan pengaruhnya terhadap *Mental Well-being* mahasiswa.

1.2. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, pada penelitian ini peneliti ingin melihat apakah terdapat pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap *Mental Well-being* mahasiswa.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, peneliti memberikan batasan ruang lingkup dari penelitian yang dilakukan. Peneliti membatasi permasalahan pada ibu yang menerapkan pola asuh otoritatif terhadap anak-anak mereka yang telah menjadi seorang mahasiswa.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah yang dijabarkan dalam latar belakang di atas, rumusan masalah adalah ingin mengetahui apakah ada pengaruh pola asuh otoritatif ibu dengan *Mental Well-being* pada mahasiswa?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh orang tua otoritatif ibu terhadap *Mental Well-being* mahasiswa.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini ditujukkann menambahkan pengetahuan dan wawasan menyangkut hal-hal yang berkaitan dengan pola asuh otoritatif ibu dan juga pengaruh *Mental Well-being* yang dialami oleh mahasiswa.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi untuk penelitian berikutnya.

1.6.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

- a. Bagi peneliti
Dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti akan mengetahui lebih jauh tentang pengaruh pola asuh otoritatif ibu terhadap *Mental Well-being* yang dirasakan oleh mahasiswa.
- b. Bagi Ibu
Diharapkan ibu dapat menerapkan pola asuh yang tepat dalam membimbing anak mereka sehingga anak dapat melalui perkembangan dengan baik.
- c. Bagi mahasiswa
Hasil penelitian akan memberikan wawasan komprehensif tentang bagaimana pengasuhan di masa lalu, khususnya dari ibu, dapat memengaruhi *Mental Well-being* di fase mahasiswa.