

DIBESARKAN DALAM KEKANGAN, TUMBUH DENGAN KECEMASAN: STUDI TENTANG POLA ASUH OTORITER DAN KECEMASAN SOSIAL PADA MASA DEWASA AWAL

Husnul Khatimah¹, Santi Esterlita Purnamasari²

¹²Universitas Mercu Buana Yogyakarta

¹hsnullkhatimah28@gmail.com

¹²082210304248

Abstrak

Individu pada fase dewasa awal (18–25 tahun) kerap menghadapi tantangan dalam berinteraksi sosial yang dapat memicu munculnya kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada individu dalam fase tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasi spearman dari Charles Spearman. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 168 individu yang dipilih melalui teknik simple random sampling. Instrumen penelitian berupa skala psikologis dengan model Likert untuk mengukur pola asuh otoriter dan kecemasan sosial. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial. Hal ini berarti semakin tinggi pola asuh otoriter yang dialami individu, semakin tinggi pula kecenderungan individu mengalami kecemasan sosial. Meskipun kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori lemah, temuan ini menegaskan bahwa pola asuh otoriter memiliki kontribusi terhadap munculnya kecemasan sosial pada dewasa awal. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan pentingnya pola asuh yang lebih mendukung, terbuka, dan responsif untuk membangun komunikasi yang sehat dan memperkuat kelekatan emosional sejak dini guna mendukung perkembangan kepercayaan diri dan keterampilan sosial anak di kemudian hari agar dapat mengurangi potensi munculnya kecemasan sosial dan membantu individu dalam fase transisi menuju dewasa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang sehat.

Kata Kunci: pola asuh otoriter, kecemasan sosial, dewasa awal

Abstract

Individuals in the adulthood phase (18–25 years old) often face various challenges in social interactions that may trigger social anxiety. This study aims to examine the relationship between authoritarian parenting and social anxiety among individuals in this developmental stage. The research employed a quantitative approach using Spearman's rank correlation analysis developed by Charles Spearman. A total of 168 participants were selected through a simple random sampling technique. The research instruments consisted of psychological scales based on the Likert model to measure authoritarian parenting and social anxiety. The results revealed a significant positive relationship between authoritarian parenting and social anxiety. This indicates that the higher the level of authoritarian parenting experienced by an individual, the higher their tendency to experience social anxiety. Although the strength of the relationship was categorized as weak, the findings emphasize that authoritarian parenting contributes to the emergence of social anxiety in emerging adults. The study concludes that supportive, open, and responsive parenting plays a crucial role in fostering healthy communication and strengthening emotional attachment from an early age. Such parenting can help build children's self-confidence and social skills, thereby reducing the potential for social anxiety and supporting individuals in their transition to adulthood in developing healthy social interactions.

Keywords: authoritarian parenting, social anxiety, dewasa awal

Received: 31-08-2025	Revised: 4-11-2025	Accepted: 4-11-2025
-------------------------	-----------------------	------------------------

How to cite: Khatimah, C., Purnamasari, S. E. (2025). Dibesarkan dalam kekangan, tumbuh dengan kecemasan: Studi tentang pola asuh otoriter dan kecemasan sosial pada masa dewasa awal. *Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis*. 2(2), 1-11. doi: <https://doi.org/10.26486/jdp.v2i2.4848>

PENDAHULUAN

Fenomena kecemasan sosial pada masa dewasa awal menjadi perhatian serius dalam berbagai penelitian internasional. Survei lintas negara yang dilakukan di Brazil, China, Indonesia, Rusia, Thailand, Amerika Serikat, dan Vietnam terhadap lebih dari 6.800 individu dewasa awal menunjukkan bahwa sekitar 36 % memenuhi kriteria kecemasan sosial (Jefferies & Ungar, 2020). Meta-analisis global juga menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan sosial pada dewasa awal mencapai 17 % (Salari et al., 2024). Penelitian berbasis data dari *National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions-III* (NESARC-III) yang melibatkan 5.194 partisipan usia 18–25 tahun bahkan menunjukkan bahwa 1,10% individu pada fase ini mengalami kecemasan sosial (Single et al., 2024).

Sedangkan di Indonesia sendiri yang membahas secara spesifik prevalensi kecemasan sosial pada kelompok usia dewasa awal belum banyak ditemukan, beberapa penelitian menunjukkan adanya kecemasan komunikasi dalam interaksi sosial, serta *fear of negative evaluation* pada individu usia 18–25 tahun (Damri, 2024; Wigati & Nurhayati, 2022). Hasil penelitian ini memperkuat bahwa kelompok usia dewasa awal menghadapi tingkat kecemasan sosial yang berpotensi tinggi dalam kehidupan sosial sehari-hari (Damri, 2024; Wigati & Nurhayati, 2022).

Tingginya kecemasan sosial berimplikasi negatif pada individu, mulai dari gejala fisik seperti jantung berdebar, keringat dingin, dan tubuh gemetar, hingga gejala psikologis seperti rendahnya kepercayaan diri, mudah tersinggung, kaku dalam berteman, dan perasaan tidak memiliki arah hidup (Sari et al., 2022). Devinda mengemukakan bahwa apabila kecemasan sosial yang tengah dirasakan individu sudah sangat mengganggu, sudah dialami dalam kurun waktu yang sangat lama, dan tidak segera ditangani oleh ahli atau profesional maka akan memunculkan gejala depresi (Nida, 2024).

Masa dewasa awal sendiri merupakan periode antara usia 18 sampai dengan 25 tahun yang dikenal sebagai fase transisi dari remaja menuju masa dewasa (Arnett, 2000). Fase ini ditandai dengan adanya proses eksplorasi identitas dalam berbagai domain kehidupan, seperti pendidikan, karir, relasi sosial, dan nilai-nilai pribadi (Arnett, 2000; Simanjuntak & Theresia, 2025). Hal ini yang kemudian akan mewadahi dewasa awal dalam membentuk keterampilan sosial (Gmelin et al., 2024). Keterampilan sosial ini mencakup kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik, memahami perasaan serta sudut pandang orang lain, menunjukkan empati, bekerja secara kolaboratif dalam kelompok, menangani konflik secara efektif, serta menjalin hubungan yang sehat dan saling mendukung (Erikson, 1968).

Namun, pada kenyataannya sebagian individu pada fase ini mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya sehingga menimbulkan pola berpikir yang disfungsional

misalnya individu cenderung menyendiri dan sangat takut akan kritik, sehingga menyebabkan munculnya emosi yang negatif seperti merasa tidak tenang, gelisah, dan ketakutan ketika dihadapkan dengan orang lain (Alfiroh & Pramadi, 2023; Cheng & Yang, 2022; Nisa & Purwaningrum, 2023). Adanya perasaan tidak tenang, gelisah, dan ketakutan yang dirasakan individu ketika dihadapkan dengan orang lain disebut sebagai istilah kecemasan sosial (Izzah, 2024). Berdasarkan pada penjelasan yang telah dikemukakan oleh La Greca dan Lopez (1998) kecemasan sosial merupakan suatu keadaan dimana individu merasa sangat ketakutan apabila dirinya hendak di hina, diamati, dan di permalukan oleh individu lain ketika berada pada lingkungan sosial yang sama.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial dapat dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu faktor pribadi dan faktor sosial (Najich et al., 2024). Faktor pribadi terdiri dari efikasi diri, harga diri, dan konsep diri. Sedangkan, faktor sosial terdiri dari dukungan sosial dan pola asuh otoriter (Najich et al., 2024). Salah satu faktor sosial yang paling berpengaruh adalah pola asuh otoriter yang ditandai dengan kontrol dominan, aturan ketat, dan minimnya ruang untuk berdiskusi. Ketika seseorang tumbuh dalam pola asuh otoriter, di mana kontrol orang tua begitu dominan, aturan diberlakukan secara ketat, dan ruang untuk berdiskusi hampir tidak diberikan maka akan muncul perasaan terbatas dan tidak punya kuasa atas pilihan hidupnya sendiri (Baumrind dalam Alhazmi, 2024). Seiring berjalannya waktu, tekanan ini mengendap menjadi hambatan psikologis yang menghalangi individu untuk mengambil keputusan secara mandiri (Shah, Szwedo, & Allen, 2023). Akibatnya, muncul pola pikir negatif, seperti merasa tidak cukup baik, takut melakukan kesalahan, dan kekhawatiran akan penolakan sosial (Alhazmi, 2024).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chen et al. (2024) mengungkapkan bahwa gaya pengasuhan otoriter secara signifikan dapat meningkatkan kecenderungan penghindaran sosial pada dewasa awal. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Fadhilah (2021) mengungkap bahwa semakin tinggi pola asuh otoriter maka semakin tinggi pula kecemasan sosial pada individu. Selain itu, penelitian dari Ayun (2017) menunjukkan bahwa pola asuh otoriter sangat identik dengan perilaku orang tua yang kasar- dan cenderung diskriminatif. Dampaknya, anak dapat tumbuh menjadi individu dengan tingkat kecemasan yang tinggi dan memiliki kemungkinan besar mengalami serangan panik ketika berada dalam situasi sosial serupa (Louw & Rahmatulloh, 2024).

Kajian yang secara spesifik mengaitkan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada individu dalam fase dewasa awal masih tergolong terbatas, khususnya di Indonesia padahal fase ini merupakan periode kritis dalam perkembangan identitas dan keterampilan sosial individu (Jensen et al., 2024). Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada masa dewasa awal. Semakin tinggi pola asuh otoriter

maka semakin tinggi pula kecemasan sosial begitupun sebaliknya semakin rendah pola asuh otoriter maka semakin rendah juga kecemasan sosialnya. Berdasarkan penjelasan yang sudah diuraikan di atas maka dirumuskan masalah apakah ada hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada masa dewasa awal?

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis data korelasi *spearman* dari Charles Spearman. Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *simple random sampling* dengan kriteria inklusi meliputi individu berusia 18–25 tahun, berdomisili di Indonesia, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, dan bersedia menjadi partisipan dengan mengisi kuesioner secara lengkap melalui tautan yang disediakan. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi partisipan yang mengisi kuesioner secara tidak lengkap, memberikan jawaban tidak konsisten, dan partisipan yang sebelumnya sudah pernah mengisi kuesioner penelitian ini.

Selanjutnya, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah melalui skala psikologi yang terdiri dari skala pola asuh otoriter dan skala kecemasan sosial. Skala pola asuh otoriter pada penelitian ini disusun berdasar pada aspek yang dikemukakan oleh Baumrind (1991) yang terdiri dari *high demandingness* dan *low responsiveness*. Skala ini terdiri dari 16 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,937, yang artinya skala tersebut sangat dapat diandalkan. Kemudian, skala kecemasan sosial pada penelitian ini diukur menggunakan *Social Anxiety for Adolescents* (SAS-A). Meskipun awalnya instrumen ini dikembangkan untuk remaja, sejumlah penelitian telah membuktikan bahwa SAS-A juga layak digunakan untuk menilai kecemasan sosial pada individu berusia 18–25 tahun (Alam et al., 2021; Brook & Willoughby, 2015; Najwa Rahmah & Hatta, 2024; Yulianti et al., 2020). Skala ini terdiri dari 18 aitem yang terdiri dari 3 aspek yaitu ketakutan akan evaluasi negatif, penghindaran sosial dan perasaan tertekan di lingkungan sosial baru, dan penghindaran sosial dan perasaan tertekan secara umum. Dengan demikian, SAS-A dinilai tepat digunakan untuk mengukur kecemasan sosial dalam kelompok usia dewasa awal.

Namun, peneliti melakukan perubahan pada struktur aitem dengan menyeimbangkan jumlah aitem *favourable* dan *unfavourable*. Perubahan ini dilakukan untuk mengurangi kemungkinan bias jawaban seperti kecenderungan menjawab “setuju” terhadap aitem. Dengan adanya keseimbangan antara pernyataan yang bersifat positif dan negatif, responden didorong untuk membaca dan mempertimbangkan isi setiap aitem dengan lebih saksama sebelum memberikan jawaban. Proses adaptasi ini dibantu oleh *professional judgment* untuk memastikan bahwa makna setiap aitem tetap terjaga dan dapat dipahami dengan baik oleh subjek. Setelah dilakukan uji coba skala penelitian didapatkan bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dengan nilai

Correlated Item-Total Correlation sebesar 0,341 sampai dengan 0,604 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,869, yang artinya skala kecemasan sosial dapat diandalkan.

Skala tersebut disertai empat pilihan jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Item pada skala ini terbagi menjadi dua jenis pernyataan. Pernyataan yang bersifat mendukung atau positif (*favorable*) diberi skor tertinggi 4 untuk jawaban SS, skor 3 untuk S, skor 2 untuk TS, dan skor terendah 1 untuk STS. Sebaliknya, pernyataan yang bersifat tidak mendukung atau negatif (*unfavorable*) diberi skor terbalik, yakni 1 untuk SS, 2 untuk S, 3 untuk TS, dan skor tertinggi 4 untuk STS.

Lokasi penelitian dilakukan melalui *platform daring* dengan menyebarkan tautan link Google Formulir di berbagai *platform* media sosial seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, dan Telegram. Hal ini dilakukan dengan cara membuat status, mengirimkan pesan pribadi maupun pesan diberbagai grup dan menghasilkan sebanyak 215 partisipan. Setelah itu, data yang sudah terkumpulkan di Google Formulir di pindahkan ke Google Spreadsheet untuk memudahkan proses analisis. Jumlah awal partisipan yang berhasil mengisi kuesioner adalah sebanyak 215 orang. Namun, sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, peneliti melakukan proses skrining untuk memastikan bahwa seluruh partisipan memenuhi kriteria inklusi dan tidak melanggar kaidah penelitian, termasuk validitas partisipan.

Saat proses verifikasi data oleh pihak biro skripsi, peneliti baru menyadari bahwa terdapat 47 partisipan yang sebelumnya telah mengisi kuesioner saat uji coba skala, namun kembali mengisi pada saat pengambilan data utama. Hal ini tentu dapat menimbulkan bias dalam data karena partisipan tersebut telah terpapar dengan item skala sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti melakukan proses pemisahan secara manual, yaitu dengan mencocokkan identitas dan jejak pengisian dari kedua tahap tersebut secara teliti. Setelah proses penyaringan dan verifikasi tersebut, jumlah partisipan akhir yang memenuhi syarat dan dapat dianalisis lebih lanjut dalam penelitian ini berjumlah 168 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data penelitian ini diawali dengan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, yang digunakan untuk menentukan kelayakan teknik analisis lebih lanjut. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecemasan Sosial	.058	168	.200*	.989	168	.241
Pola Asuh Otoriter	.109	168	.000	.973	168	.002

p > 0.05 data berdistribusi normal

Hasil uji Kolmogorov–Smirnov pada variabel kecemasan sosial menunjukkan nilai KS-Z sebesar 0,058 dengan signifikansi $p = 0,200$, yang mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal. Sedangkan, hasil uji pada variabel pola asuh otoriter menunjukkan nilai KS-Z sebesar 0,109 dengan $p = 0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada variabel ini tidak berdistribusi normal. Karena uji Kolmogorov–Smirnov pada salah satu variabel pola asuh otoriter tidak menunjukkan data yang normal, maka analisis selanjutnya menggunakan analisis nonparametrik yang tidak mensyaratkan data berdistribusi normal (Hadi, 2023). Hal ini juga diperkuat oleh Pallant (dalam Muhammad Shadiqi, 2023) mengemukakan bahwa tidak normalnya data bukan masalah yang besar jika melihat sampel penelitian melebihi 30-40 orang. Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel pola asuh otoriter dan kecemasan sosial diperoleh nilai F sebesar 14,619 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,050$), yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat linear.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

			Kecemasan Sosial	Pola Asuh Otoriter
Spearman's rho	Kecemasan Sosial	Correlation Coefficient	1.000	.242**
		Sig. (1-tailed)	.	.001
		N	168	168
	Pola Asuh Otoriter	Correlation Coefficient	.242**	1.000
		Sig. (1-tailed)	.001	.
		N	168	168

$p < 0.05$ hubungan yang signifikan

Berdasarkan hasil analisis korelasi spearman menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dan kecemasan sosial pada individu dalam masa dewasa awal. Dengan demikian, hipotesis penelitian dinyatakan diterima. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar $r = 0,242$ mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori lemah. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,076 menunjukkan bahwa pola asuh otoriter memberikan kontribusi sebesar 7,6% terhadap kecemasan sosial, sementara sisanya sebesar 92,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini sejalan dengan teori pola asuh yang dikemukakan oleh Baumrind (1991), yang menyebutkan bahwa gaya pengasuhan otoriter yang dicirikan dengan kontrol tinggi dan dukungan emosional rendah cenderung menghambat perkembangan kemandirian dan kepercayaan diri anak. Ketika individu berada pada fase dewasa awal, kebutuhan akan kemandirian dan pengambilan keputusan sosial meningkat, sehingga latar belakang pengasuhan yang mengekang dapat menjadi faktor risiko kecemasan sosial.

Secara empirik, hasil ini konsisten dengan studi Putri dan Satwika (2023), yang menemukan bahwa individu usia 18–25 tahun dengan pengalaman pola asuh otoriter menunjukkan kecenderungan lebih tinggi mengalami distress psikologis, termasuk kecemasan sosial. Studi internasional oleh Jensen et al. (2024) juga menunjukkan bahwa dewasa awal yang melaporkan gaya pengasuhan “very authoritarian” dari orangtua memiliki tingkat distress dan mood negatif yang lebih tinggi dibanding kelompok dengan pola asuh yang lebih mendukung. Menariknya, dalam konteks Indonesia, kecenderungan pola asuh otoriter masih cukup tinggi di banyak keluarga karena norma kolektivistik dan budaya hierarkis, yang dapat memperkuat tekanan sosial dan ketergantungan terhadap otoritas keluarga. Khususnya perempuan yang menghadapi tekanan ganda selain harus memenuhi tuntutan akademik atau individu, perempuan sering dibebankan ekspektasi untuk selalu menjaga adab sopan santun, menjaga citra, dan tidak menimbulkan konflik. Hal ini sejalan dengan penelitian di Solo Raya menemukan bahwa wanita melaporkan tingkat kecemasan lebih tinggi dibanding laki-laki (Sulistiyani & Hertinjung, 2024).

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang menguji hubungan antara pola asuh otoriter dan kecemasan sosial pada dewasa awal di Indonesia, sebuah kombinasi variabel yang masih jarang diteliti secara bersamaan. Sebagian besar penelitian terdahulu di Indonesia cenderung menyoroti dampak pola asuh terhadap remaja atau siswa sekolah (Fadhillah, 2021; Khasanah, 2016; Louw & Rahmatulloh, 2024) sementara penelitian yang melibatkan kelompok usia dewasa awal masih terbatas pada aspek psikologis lain seperti tekanan emosional atau psychological distress (Ningtias & Andriani, 2022). Selain itu, studi mengenai dinamika keluarga pada individu dewasa awal di Indonesia lebih banyak menekankan pada faktor resiliensi atau hambatan keluarga dibandingkan kecemasan sosial (Ediati et al., 2020). Dengan demikian, penelitian ini memperluas pemahaman teoretis dengan mengkaji bagaimana pola asuh otoriter yang dialami pada masa sebelumnya dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap fungsi sosial dan emosional individu pada fase transisi menuju kedewasaan. Temuan ini juga mengisi kesenjangan literatur nasional dengan memberikan perspektif baru mengenai kontribusi pengalaman pengasuhan terhadap munculnya kecemasan sosial dalam konteks budaya Indonesia yang masih sarat dengan nilai-nilai kolektivistik dan hierarkis.

KONTRIBUSI TEORITIS DAN PRAKTIS

Hasil penelitian ini menambah wawasan baru bagi pengembangan teori tentang kecemasan sosial pada dewasa awal yang sebelumnya belum banyak dikaji. Temuan ini mengonfirmasi dan memperluas proposisi La Greca & Lopez (1998), dengan menambahkan dimensi otoritas orang tua sebagai prediktor yang relevan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi orang tua, dan peneliti selanjutnya dalam mengidentifikasi pola asuh yang

berpotensi meningkatkan kecemasan sosial pada individu dewasa awal. Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan, pertama penggunaan instrumen yang telah melalui tahap uji coba dan terbukti memiliki validitas serta reliabilitas yang baik, sehingga dapat meningkatkan akurasi dalam mengukur variabel yang diteliti. Selain itu, jumlah partisipan yang diperoleh memenuhi syarat minimal ukuran sampel untuk analisis statistik yang digunakan, sehingga hasil penelitian dapat dipercaya dan dianalisis secara lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, ditemukan bahwa pola asuh otoriter memiliki hubungan positif dengan kecemasan sosial pada dewasa awal. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi pola asuh otoriter maka semakin tinggi kecemasan sosial dewasa awal. Sebaliknya semakin rendah pola asuh otoriter, maka semakin rendah juga kecemasan sosial dewasa awal. Meskipun kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut tidak begitu kuat, namun tetap bermakna secara statistik. Adapun beberapa saran yang dapat diberikan untuk kalangan usia dewasa awal yaitu agar mulai meningkatkan kesadaran terhadap pengaruh pola asuh yang diterima di masa lalu terhadap kondisi psikologis saat ini, khususnya dalam hal kecemasan sosial. Dengan mengenali pola relasi masa lalu, diharapkan mampu mengembangkan strategi koping yang adaptif, memperluas pengalaman sosial secara bertahap, serta membangun kepercayaan diri melalui lingkungan yang mendukung dan aman secara emosional.

Disarankan agar orang tua menghindari penerapan pola asuh otoriter dan mulai mengedepankan pendekatan yang lebih mendukung, terbuka, serta responsif terhadap kebutuhan emosional anak. Pola pengasuhan yang penuh tekanan, kontrol berlebihan, dan minimnya dialog dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan kecemasan sosial anak ketika memasuki masa dewasa awal. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk membangun komunikasi yang sehat dan memperkuat kelekatan emosional sejak dini guna mendukung perkembangan kepercayaan diri dan keterampilan sosial anak di kemudian hari. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berpotensi mempengaruhi kecemasan sosial. Selain itu, kondisi tempat tinggal partisipan juga penting untuk diperhatikan, khususnya terkait apakah partisipan masih tinggal bersama orang tua atau sudah hidup mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ala, N., Ahmed, O., Naher, L., & Hiramoni, F. A. (2021). The psychometric properties of Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A) short form-Bangla. *Heliyon*, 7(8), e07801. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07801>
- Alfiroh, A. C., & Pramadi, A. (2023). Empty chair therapy untuk menurunkan gejala generalized anxiety disorder pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 18(2), 85–96.

<https://doi.org/10.26905/jpt.v18i2.11190>

- Alhazmi, R. (2024). The association between social anxiety disorder and parenting style among nursing students. *BMC Nursing*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02584-7>
- Alnemr, L., Salama, A. H., Abdelrazek, S., Alfakeer, H., Alkhateeb, M. A., & Torun, P. (2024). Prevalence of social anxiety disorder and its associated factors among foreign-born undergraduate students in Türkiye: A crosssectional study. *PLOS Global Public Health*, 4(7), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003184>
- Arnett, J. J. (2000). Dewasa awal: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Ayun, S. (2017). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 112–121.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas* (ed.4, cetakan v). Pustaka Pelajar.
- Baumrind, D. (1991). Baumrind 1991.Pdf. In *Sage Journals* (Vol. 11, Issue 1, pp. 56–95). <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/02724316911111004>
- Brook, C. A., & Willoughby, T. (2015). The Social Ties That Bind: Social Anxiety and Academic Achievement Across the University Years. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(5), 1139–1152. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0262-8>
- Chen, Y., Xia, Y., Ren, M., Zheng, W., Wang, X., & Gao, F. (2024). The Relationship Between Overparenting and Social Avoidance Among Emerging Adults: Mediating Role of Peer Attachment and Gender Differences. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 1499–1514. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S373292>
- Cheng, X., & Yang, Y. (2022). The Causes of Social Anxiety Disorder in the Different Developmental Stages. *Proceedings of the 2021 International Conference on Public Art and Human Development (ICPAHD 2021)*, 638(Icpahd 2021), 329–334. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220110.064>
- Damri, R. (2024). Penerimaan Diri Sebagai Prediktor Fear of Negative Evaluation Pada Dewasa awal di Indonesia. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 24(1), 79–88. <https://doi.org/10.31599/89tz4250>
- Ediati, A., Salma, S., & Kaloeti, D. V. S. (2020). Perceptions of Family Hurdles Among Emerging Adults: a Preliminary Study About Resilience in the Indonesian Family. *Jurnal Psikologi*, 19(1), 15–25. <https://doi.org/10.14710/jp.19.1.15-25>
- Erikson, E. H. (1968). Identity, youth, & crisis. *Identity, Youth, & Crisis*, 338. https://books.google.com/books/about/Identity_Youth_and_Crisis.html?id=v3XWH2PDLewC
- Fadhillah, N. D. (2021). Hubungan Pola Asuh Otoriter Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir Di JABODETABEK. *Sarjana Thesis, Universitas Negeri Jakarta*, 2.
- Fadhillah, R. N. (2021). *Pengaruh pola asuh otoriter terhadap kecemasan sosial remaja di SMA Negeri 1 Pekanbaru*. Pekanbaru: Universitas Riau.
- Gmelin, J. H., de Jonge, P., & Kunnen, E. S. (2024). “I’m Totally Different”-Developmental Processes Underlying the Recurrent Construction of Identity Content Within Everyday Interactions. *Dewasa awal*. <https://doi.org/10.1177/21676968241308746>

- Hadi Sutrisno. (2023). *Statistik Jilid 1*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Belajar.
- Izzah, N. mukhlisshotul. (2024). *Pengaruh negative body image terhadap kecemasan sosial pada dewasa awal dimoderasi oleh kebersyukuran*.
- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS ONE*, 15(9 September), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.023913>
- Jensen, M., Navarro, J. L., Chase, G. E., Wyman, K., & Lippold, M. A. (2024). Parenting Styles in Dewasa awal. *Youth*, 4(2), 509–524. <https://doi.org/10.3390/youth4020035>
- Khasanah, M. (2016). *Hubungan Pola Asuh Otoriter Dan Kecemasan Sosial Pada Siswa Smp N 2 Donorojo* (Issue 30701601909).
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety Scale for Children-Revised: Factor Structure and Concurrent Validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(1), 17–27. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2201_2
- Louw, J., & Rahmatulloh, A. (2024). *Efek pola asuh otoriter terhadap perkembangan psikologis anak usia remaja*. Jakarta: Lembaga Psikologi Terapan Indonesia.
- Najich, M. A., Rahman, D. H., & Atmoko, A. (2024). Analisis Faktor yang Berkontribusi terhadap Kecemasan Sosial pada Siswa: A Systematic Literature Review. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(3), 1653–1662. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i3.1182>
- Najwa Rahmah, & Hatta, M. I. (2024). Pengaruh Kecemasan Sosial terhadap Smartphone Addiction pada Emerging Adulthood di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 4(2), 912–920. <https://doi.org/10.29313/bcps.v4i2.12904>
- Nida, F. K. (2024). *Penanganan Kasus Kecemasan Sosial Remaja dalam Bimbingan dan Konseling (Studi Kasus di Aplikasi Online My Counselor IAIN Kudus)* (Doctoral dissertation, IAIN Kudus).
- Ningtias, R. P., & Andriani, F. (2022). Pengaruh Perceived Parental Expectation terhadap Psychological Distress pada Emerging Adulthood di Indonesia. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 37–48. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31744>
- Nisa, A. R., & Purwaningrum, D. (2023). Pengaruh Terapi Sayyidul Istighfar Terhadap Ketenangan Jiwa. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 1(1), 41–45. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v1i1.740>
- Putri, N. Q. T. H., & Satwika, Y. W. (2023). Dinamika Psikososial pada Dewasa Awal yang Menerima Pola Asuh Otoriter. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 744–760.
- Salari, N., Heidarian, P., Hassanabadi, M., Babajani, F., Abdoli, N., Aminian, M., & Mohammadi, M. (2024). Global Prevalence of Social Anxiety Disorder in Children, Adolescents and Youth: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Prevention*, 45(5), 795–813. <https://doi.org/10.1007/s10935-024-00789-9>
- Sari, W. K., Jannah, N., & Afriyanti, V. (2022). Identifikasi Permasalahan Kecemasan Sosial dan Penanggannya Pada Remaja di Panti Asuhan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 204–208. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.177>
- Shadiqi, M. A. (2023). *Statistik untuk penelitian psikologi dengan SPSS* (Cetakan ke-4). Depok: Rajawali Persada.

- Shah, E. N., Szewedo, D. E., & Allen, J. P. (2023). Parental Autonomy Restricting Behaviors During Adolescence as Predictors of Dependency on Parents in Dewasa awal. *Dewasa awal*, 11(1), 15–31. <https://doi.org/10.1177/21676968221121158>
- Simanjuntak, E. J., & Theresia, A. (2025). *Peran Kesepian dalam Memediasi Mattering to Family dan Self-esteem pada Dewasa Awal di Indonesia. Abstract*. 18(2), 134–147.
- Single, A., Alcolado, G., Keough, M. T., & Mota, N. (2024). Cannabis use and social anxiety disorder in dewasa awal: Results from a nationally representative sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 101(November 2023), 102808. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102808>
- Sulistiyani, M. N., & Hertinjung, W. S. (2024). Memahami Kecemasan Mahasiswa di Solo Raya: Kontribusi Kepribadian, Dukungan Sosial, dan Gender. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 9(3), 230. <https://doi.org/10.36722/sh.v9i3.3454>
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial dan Agama) dan Implikasinya pada Pendidikan. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6), 1956–1963. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.664>
- Suwanda, N., Musni, R., Amin, S., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., Jl, U. M., Nie, C. T., Batu, M., & Indonesia, A. U. (2024). *Gambaran Kecemasan Sosial pada Mahasiswa Perantauan di Universitas Malikussaleh Description of Social Anxiety in Overseas Students at Malikussaleh University*. 2(3), 448–456.
- Wigati, D. G., & Nurhayati, S. R. (2022). Pengaruh Kecemasan Komunikasi Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Individu Di Usia Dewasa awal. *Acta Psychologia*, 3(1), 46–51. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40038>.
- Yulianti, K. Y., Wijayanti, Y., & Ramdhani, N. (2020). Konseling Daring Pendukung Siswa Cerdas (KDPSC): A Preliminary Evaluation of iCBT Treatments for Indonesian Freshmen with Social Anxiety. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.54888>