

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa

1. Definisi Mahasiswa

Mahasiswa terdiri dari dua kata yakni “maha” yang berarti besar dan “siswa” yang berarti orang yang sedang melakukan pembelajaran, sehingga mahasiswa dapat diartikan sebagai orang yang menjalani pendidikan di jenjang yang lebih tinggi dari siswa. Berdasarkan Peraturan Pemerintah RI No. 60 Tahun 1999, mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Sarwono (dalam Panjaitan, dkk, 2018) menyatakan bahwa mahasiswa adalah setiap orang di usia 18-30 tahun yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pembelajaran di perguruan tinggi. Morgan dan King (1986) menyatakan bahwa menjadi mahasiswa (*youth*) merupakan suatu periode yang disebut masa belajar (*studenthood*) yang mana masa ini hanya terjadi pada individu yang menempuh pendidikan pasca sekolah menengah (*post secondary school*) dan sebelum masuk dunia kerja yang tetap. Menurut Knopfemacher (dalam Panjaitan, dkk, 2018), mahasiswa merupakan calon-calon sarjana yang dididik di perguruan tinggi dan diharapkan menjadi calon-calon intelektual.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah orang-orang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang nantinya diharapkan dapat menjadi calon-calon intelektual dan kelak berguna bagi nusa, bangsa serta negara.

2. Peran Mahasiswa

Mahasiswa adalah generasi muda yang diharapkan mampu membawa perubahan untuk negara (Sari, 2023). Adapun peran-peran mahasiswa, yaitu:

a. Iron Stuck

Mahasiswa diharuskan memiliki kepribadian yang baik dan akhlak yang terpuji sebab nantinya akan melanjutkan masa depan negara Indonesia.

b. Agent of Change

Mahasiswa merupakan agen pengubah yang positif bagi masa depan bangsa dengan cara mengajak masyarakat untuk melakukan perubahan dengan ilmu, gagasan, dan pengetahuan yang dimiliki tanpa memandang lapisan masyarakat atau status ekonomi dari setiap warga negara.

c. Moral Force

Mahasiswa dituntut untuk memiliki moral yang baik dan dapat menjadi acuan dalam berperilaku di masyarakat. Moral terbaik yang muncul sebagai hasil dari pendidikan yang ditempuh mahasiswa diharapkan dapat mendukung terwujudnya kehidupan bangsa yang beradab.

d. Social Control

Mahasiswa berperan dalam mengontrol hal-hal yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan masyarakat dengan cara menjadikan dirinya sebagai jembatan antara masyarakat dan pemerintah melalui pemberian kritik dan saran serta solusi atas permasalahan sosial yang terjadi.

3. Ciri-ciri Mahasiswa

Menurut Kartono dan Kartini (dalam Hartono, 2020), seseorang dapat dikatakan sebagai mahasiswa jika memiliki ciri-ciri berikut:

- a. Mahasiswa memiliki kemampuan dan kesempatan untuk mengeyam pendidikan tinggi sehingga dapat dikategorikan ke dalam golongan intelektual.
- b. Mahasiswa diharapkan dapat bertindak sebagai pemimpin yang terampil baik di berbagai tingkatan masyarakat maupun dunia kerja.
- c. Mahasiswa diharapkan dapat menjadi faktor penggerak yang dinamis dalam suatu proses modernisasi.
- d. Mahasiswa diharapkan mampu memasuki dunia kerja dan menjadi tenaga kerja yang berkualitas dan profesional.

B. Hardiness

1. Definisi Hardiness

Hardiness adalah konstelasi karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber perlawanan dalam menghadapi peristiwa hidup yang menekan (Kobasa, dkk, 1982). *Hardiness* memungkinkan individu untuk tetap sehat secara psikologis dan fisik meskipun menghadapi situasi atau keadaan yang rentan menyebabkan stres. Sejalan dengan itu, Sarafino dan Smith (2006) mengungkapkan bahwa *hardiness* adalah kepribadian yang membantu orang untuk tetap sehat saat berada di bawah tekanan. Sementara dalam *American Psychological Association* (2018), *hardiness* didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan mudah terhadap perubahan tidak terduga yang diperlukan dengan memiliki

tujuan dalam kehidupan sehari-hari dan kendali pribadi atas apa yang terjadi dalam hidup. Kepribadian *hardiness* terdiri dari kombinasi tiga sikap, yaitu komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*) (Maddi, 2006).

Hardiness bekerja dengan cara mengurangi efek negatif dari stres yang dihadapi seseorang dan dapat menjadi faktor pelindung terhadap penyakit psikologis yang disebabkan oleh stres sehingga membuat peristiwa yang penuh tekanan menjadi tidak begitu berarti, membebani dan tidak diinginkan. Tartasky (dalam Bissonnette, 1998) menjelaskan bahwa *hardiness* mengubah dua komponen penilaian, yaitu mengurangi penilaian seseorang terhadap suatu ancaman dan meningkatkan harapan bahwa upaya penanggulangan yang dilakukan akan berhasil.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* adalah karakteristik kepribadian yang memungkinkan seseorang untuk tetap sehat baik secara fisik maupun psikologis saat berhadapan dengan stres yang dialami dalam hidup.

2. Aspek-aspek *Hardiness*

Menurut Kobasa, dkk (1982), *hardiness* terdiri dari kombinasi tiga sikap, yaitu komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*).

a. Komitmen (*commitment*)

Komitmen adalah kecenderungan seseorang untuk melibatkan diri dalam segala hal yang dilakukan dalam hidup terlepas dari tekanan yang dirasakan.

Sebagaimana penilaian kognitif, orang yang berkomitmen memiliki tujuan yang memungkinkan individu untuk mengidentifikasi dan menemukan

makna dalam suatu peristiwa, hal, atau orang-orang yang ada di lingkungannya. Sementara dari sisi tindakan, orang yang berkomitmen menempatkan diri dan hubungannya dengan konteks sosial sehingga individu tidak akan mudah menyerah di bawah tekanan. Secara singkat, hubungan orang yang berkomitmen dengan diri dan lingkungan melibatkan keaktifan dan pendekatan daripada kepasifan dan penghindaran.

b. Kontrol (*control*)

Kontrol adalah kecenderungan seseorang untuk merasa dan bertindak seakan dirinya berpengaruh terhadap berbagai kemungkinan yang terjadi dalam hidup daripada merasa tidak berdaya. Hal ini menunjukkan persepsi diri sendiri sebagai orang yang memiliki pengaruh melalui penggunaan imajinasi, pengetahuan, keterampilan, dan pilihan dalam hidup. Kontrol meningkatkan ketahanan terhadap stres secara persepsi atas suatu peristiwa sebagai hasil alami dari tindakan individu dan bukan sesuatu yang asing, tidak terduga, dan luar biasa.

c. Tantangan (*challenge*)

Tantangan adalah keyakinan bahwa perubahan adalah hal yang normal dalam hidup dan bahwa mengantisipasi perubahan merupakan insentif yang menarik untuk bertumbuh, bukan suatu ancaman. Tantangan mengurangi stres secara persepsi dengan mewarnai peristiwa yang dialami sebagai stimulus yang membangkitkan semangat, terutama karena peristiwa tersebut merupakan perubahan yang memerlukan penyesuaian ulang. Dalam perilaku coping, tantangan akan mengarahkan seseorang pada upaya

untuk mengubah diri sendiri, menumbuhkan keterbukaan dan fleksibilitas, serta memungkinkan suatu penilaian yang efektif bahkan terhadap peristiwa yang tidak masuk akal.

Maddi (2006) menjelaskan bahwa kombinasi tiga sikap (*hardy attitudes*) di atas memberikan keberanian, motivasi, dan strategi bagi seseorang untuk bekerja keras dalam mengubah situasi yang menimbulkan stres dari potensi kerugian menjadi kesempatan untuk berkembang. Individu dengan kepribadian *hardiness* selalu berkomitmen dalam melakukan suatu pekerjaan atau aktivitas, percaya bahwa segala peristiwa dalam hidup dapat dikontrol, serta berpandangan bahwa perubahan merupakan sesuatu yang menarik dan menantang daripada sesuatu yang mengancam.

3. Faktor-faktor yang memengaruhi *Hardiness*

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi berkembangnya *hardiness* menurut Bissonnette (1998), di antaranya:

a. Penguasaan pengalaman

Perasaan menguasai atau memiliki kendali dihasilkan oleh ketidakpastian antara tindakan dan hasil yang dialami sebelumnya. Pencapaian tugas dan penguasaan pengalaman dapat meningkatkan harga diri dan efikasi diri yang pada gilirannya menjadikan seseorang tangguh.

b. Harga diri dan efikasi diri yang tinggi

Pandangan yang positif tentang diri sendiri dan keyakinan bahwa individu dapat mengatasi masalah dengan berhasil walaupun dihadapkan pada

kesulitan berkorelasi dengan ketahanan individu saat mengalami peristiwa hidup yang menekan.

c. Pola asuh orang tua

Hubungan dengan orang tua yang hangat, penuh perhatian dan kasih sayang akan menyebabkan individu tumbuh menjadi orang dengan perasaan layak dicintai dan berharga. Cara orang tua memperlakukan anak, termasuk pemberian penghargaan dan dorongan, menentukan harga diri dan perasaan positif individu. Selain itu, meningkatkan keterampilan membuat keputusan dan memperbolehkan anak untuk memahami tujuan dari adanya peraturan dengan menyertakannya dalam pembuatan beserta konsekuensinya apabila tidak dipatuhi berkontribusi pada keyakinan bahwa seseorang memiliki kontrol atas apa yang terjadi dalam hidupnya.

d. Makna dalam hidup

Individu akan semakin hancur saat mengalami kegagalan apabila hanya percaya dan bergantung pada keberhasilan diri sendiri serta merasa bahwa tidak ada yang benar-benar penting selain dirinya.

4. Dinamika Terbentuknya *Hardiness*

Menurut Maddi (2013), hidup pada hakikatnya penuh tekanan (*stressful*) bagi semua orang. Sejak dilahirkan, manusia dihadapkan pada tekanan terus-menerus yang dipicu oleh kebutuhan perkembangan dan perubahan zaman yang begitu cepat. Peningkatan stres menyebabkan peningkatan ketegangan yang merupakan reaksi tubuh terhadap ancaman yang dirasakan. Peningkatan

ketegangan yang berlanjut akan menguras sumber daya tubuh yang dapat mengakibatkan berbagai jenis kerusakan pada tubuh. Maddi (2013) menjelaskan bahwa individu harus memperlakukan keadaan yang penuh tekanan ini sebagai kesempatan belajar untuk tumbuh agar terus berkembang, bukan sebagai beban yang merusak diri. Hal ini yang disebut oleh para eksistensialis sebagai memilih masa depan daripada masa lalu (*choosing for the future instead of the past*) yang melibatkan pembelajaran dan perubahan daripada berpegang teguh pada apa yang sudah diketahui. Memilih masa depan melibatkan proses berkelanjutan untuk mengubah keyakinan dan perilaku individu terkait stres sebagai inti dari kehidupan.

Dalam menjalankan proses mengubah keyakinan dan perilaku ini, seseorang memerlukan keberanian eksistensial (*existential courage*) atau yang disebut oleh para eksistensialis sebagai *hardiness* yang merupakan pola sikap dan strategi yang bersama-sama memfasilitasi perubahan keadaan yang penuh tekanan dari potensi yang merugikan diri menjadi peluang untuk pertumbuhan (Maddi, 2013). Selanjutnya Maddi mengungkapkan bahwa *hardiness* terdiri dari tiga sikap, yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge* (3C). Seseorang yang kuat di *challenge* akan menerima bahwa hidup pada dasarnya penuh tekanan dan melihat perubahan yang penuh tekanan sebagai kesempatan untuk tumbuh dalam kebijaksanaan diri dan kemampuan dari apa yang dipelajari dengan mencoba mengubahnya menjadi keuntungan. *Commitment* berarti keyakinan bahwa penting untuk tetap melibatkan diri pada keadaan apapun termasuk yang dirasa merugikan. *Control* membuat individu percaya untuk terus berusaha mengubah tekanan yang dialami dari potensi bencana menjadi peluang pertumbuhan. Individu dapat benar-benar

mengekspesikan keberanian eksistensial hanya jika memiliki 3C tersebut. Seseorang yang kuat dalam semua 3C memiliki beberapa kecenderungan, (1) melihat hidup sebagai fenomena yang terus berubah sehingga mendorong untuk belajar dan tumbuh (*challenge*), (2) berpikir bahwa melalui proses perkembangan, individu dapat menghadapi perubahan dengan cara mengubahnya menjadi pengalaman yang memuaskan (*control*), dan (3) berbagi upaya dan pembelajaran ini dengan cara yang mendukung dengan orang-orang dalam hidupnya (*commitment*). Oleh sebab itu, ketiga C harus kuat sebagai pembentuk keberanian eksistensial dan motivasi untuk bekerja keras mengubah peristiwa penuh tekanan menjadi keuntungan.

Hardiness atau ketangguhan adalah proses yang berakar pada interaksi antara individu dan lingkungannya, terutama pada masa perkembangan. Maddi (2006) mengemukakan bahwa *hardiness* adalah pola sikap yang dipelajari dan akan lebih baik jika pembelajaran terjadi sejak dini melalui interaksi dengan orang tua dan mentor lainnya. *Commitment* terhadap orang dan keadaan berkembang jika orang tua penuh kasih sayang dan mendukung anak, mendorong anak secara bebas berinteraksi dengan orang tua dan orang lain yang diiringi dorongan dan penerimaan. *Control* dalam upaya mencapai tujuan terbentuk saat orang tua memastikan bahwa hal yang dikerjakan anak lebih sulit daripada yang dapat dilakukan dengan mudah sehingga akan ada rasa pencapaian atau penguasaan. *Challenge* berkembang dengan bantuan orang tua yang mengarahkan anak untuk melihat perubahan sebagai hal yang penting dengan pengaruh positif untuk belajar dan memanfaatkannya sebaik mungkin.

Orang tua memiliki peranan yang sangat besar dalam perkembangan anak-anak. Brooks dan Goldstein (2001) menyajikan secara rinci pola pikir dan perilaku praktis bagi orang tua yang dapat diaplikasikan untuk mengembangkan anak menjadi individu yang resilien, termasuk dalam hal ini memiliki sikap *commitment*, *control* dan *challenge* yang berarti anak memiliki komponen pembentuk ketangguhan. Pertama, dalam mengembangkan *commitment*, salah satu pendekatannya adalah dengan menjadwalkan waktu spesial yang berbeda pada setiap anak sehingga orang tua dapat memberikan attensi yang tidak terbagi dan memiliki kesempatan untuk menunjukkan kepercayaan pada anak. Orang tua harus memberikan cinta tanpa syarat sehingga anak akan merasa dicintai dan dihargai. Hal ini berarti jika anak melakukan kesalahan, orang tua tetap menerima dan mencintainya. Berkaitan dengan hal itu, para orang tua harus menyadari bahwa anak terlahir dengan temperamen yang unik dan berbeda satu sama lain. Orang tua perlu untuk menerima anak apa adanya dan menyesuaikan perlakuan yang diberikan dengan tempramen yang dimiliki anak tersebut. Menerima anak apa adanya terlepas dari perbedaan tempramen yang dimiliki berarti orang tua memahami perilaku anak dan membantu untuk mengubahnya dengan cara yang tidak menurunkan harga diri dan martabat anak. Kedua, agar anak mengembangkan *control* atas hidupnya, orang tua dapat membantu anak untuk belajar bagaimana membuat keputusan dan menyelesaikan permasalahannya secara mandiri dengan arahan orang tua. Ketika anak mengembangkan rencana perilaku sendiri, rasa kepemilikan dan kontrol atas hidupnya akan menguat. Ini juga mengajarkan tanggung jawab dan membantu anak untuk memahami bahwa tindakannya

memiliki konsekuensi. Ketiga, *challenge* dapat berkembang jika anak melihat perubahan dan kesalahan sebagai kesempatan untuk belajar dan terus tumbuh, bukan akhir dari segalanya. Hal ini berarti orang tua harus berkata dan berperilaku yang mengomunikasikan kepercayaan bahwa anak dapat belajar dari kesalahan.

C. Pola Asuh Otoritatif

1. Definisi Pola Asuh Otoritatif

Pola asuh otoritatif adalah pola asuh yang ditandai dengan orang tua yang menuntut anak untuk mematuhi serangkaian aturan yang wajar dan secara bersamaan responsif terhadap kebutuhan anak, menghormati serta mendukung otonomi dan individualitas anak (Bornstein & Zlotnik, 2008). Berdasarkan *American Psychological Association* (2017), orang tua yang menerapkan pola asuh otoritatif bersikap mengasuh, responsif, dan mendukung anak, tetapi tetap menetapkan batasan yang tegas bagi anak-anaknya. Orang tua yang otoritatif berusaha mengendalikan perilaku anak dengan menjelaskan aturan, berdiskusi, dan berargumen dengan anak. Anak didorong untuk memberikan masukan dalam menetapkan tujuan dan harapan sehingga menumbuhkan komunikasi yang terbuka, sering, dan tepat antara orang tua dan anak (Sanvictores & Mendez, 2022). Orang tua mendengarkan sudut pandang anak tetapi tidak selalu menerimanya. Menurut Baumrind (dalam Muraco, dkk, 2020), orang tua dengan pola asuh otoritatif mendukung dan menunjukkan minat pada aktivitas anak serta membiarkan anak membuat kesalahan yang membangun.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoritatif adalah pola asuh yang menekankan keseimbangan antara tuntutan dan responsivitas orang tua terhadap anak. Orang tua yang menerapkan pola asuh ini memiliki harapan dan aturan yang jelas pada anak, tetapi juga menghormati dan mendukung otonomi serta individualitas anak.

2. Karakteristik Pola Asuh Otoritatif

Menurut Bornstein dan Zlotnik (2008), beberapa karakteristik dari pola asuh otoritatif, yaitu:

a. Kontrol (*control*)

Orang tua dengan pola asuh otoritatif menerapkan kendali yang tegas pada anak, mengharapkan kedewasaan anak, dan menetapkan pedoman yang wajar untuk dipatuhi anak. Orang tua dengan pola asuh ini membuat keputusan disiplin dengan mengintegrasikannya dengan sudut pandang anak. Orang tua otoritatif menggunakan alasan dan kontrol dalam mendisiplinkan anak sehingga anak mengetahui alasan di balik adanya suatu peraturan. Dalam cara pendisiplinan, orang tua yang otoritatif berhati-hati untuk tidak menerapkan hukuman yang keras atau membatasi otonomi anak.

b. Komunikasi (*communication*)

Orang tua yang otoritatif menerapkan komunikasi terbuka pada anak yang berarti terjadi dialog timbal balik di antara keduanya. Orang tua dengan pola asuh ini terbuka pada pendapat anak dan di saat yang sama mengungkapkan sudut pandangnya sendiri sehingga perasaan dan pemikiran kedua belah pihak dapat diketahui dan didukung.

c. Kehangatan (*nurturance*)

Orang tua yang otoritatif menunjukkan kehangatan, cinta, dan penerimaan pada anak, mendorong anak untuk mandiri, otonom, serta menekankan individualitas anak.

3. Aspek-aspek Pola Asuh Otoritatif

Baumrind (dalam Himmah, 2020) berpendapat bahwa pola asuh otoritatif memiliki lima aspek:

a. Kehangatan

Kehangatan merupakan cara orang tua menunjukkan kasih sayang kepada anak melalui interaksi yang intens sebagai bentuk kepedulian orang tua terhadap anak sehingga anak merasa dicintai dan dikasihi.

b. Kedisiplinan

Kedisiplinan terlihat dari adanya aturan dan kontrol yang diberlakukan orang tua kepada anak dalam batas wajar dengan mempertimbangkan usia anak.

c. Kebebasan

Orang tua memberikan sedikit kebebasan kepada anak untuk memilih apa yang diinginkan dan dikehendaki. Selain itu, orang tua juga memberikan kebebasan bagi anak untuk membuat keputusan dengan tetap memantau apa yang dilakukan anak.

d. Hadiah dan hukuman yang rasional

Orang tua memberikan anak hadiah jika anak dapat berperilaku baik dan sebaliknya, orang tua memberikan hukuman pada anak jika anak berperilaku buruk.

e. Penerimaan

Orang tua menyadari kemampuan dan potensi anak serta sadar akan perbedaan kemampuan yang dimiliki setiap anak.

Sementara menurut Tridhonanto (2014), aspek-aspek dari pola asuh otoritatif atau demokratis yaitu:

1. Orang tua bersikap menerima dan mengontrol tinggi.
2. Orang tua bersikap responsif terhadap kebutuhan anak.
3. Orang tua mendorong anak untuk menyatakan pendapat atau pertanyaan.
4. Orang tua memberikan penjelasan tentang dampak perbuatan yang baik dan yang buruk.
5. Orang tua bersikap realistik terhadap kemampuan anak.
6. Orang tua memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih dan melakukan suatu tindakan.
7. Orang tua menjadikan dirinya sebagai model panutan bagi anak.
8. Orang tua berlaku hangat dan berupaya membimbing anak.
9. Orang tua melibatkan anak dalam membuat keputusan.
10. Orang tua berwenang untuk mengambil keputusan akhir.
11. Orang tua menghargai disiplin anak.

4. Faktor-faktor yang memengaruhi Pola Asuh Otoritatif

Tridhonanto (2014) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pola asuh, yakni:

a. Usia orang tua

Undang-Undang Perkawinan sebagai salah satu upaya yang memungkinkan setiap pasangan untuk siap baik secara fisik maupun psikososial untuk membentuk rumah tangga dan menjadi orang tua. Meskipun demikian, terdapat rentang usia yang baik untuk menjalankan peran pengasuhan karena hal ini memerlukan kekuatan fisik dan psikososial. Apabila terlalu muda atau tua, peran-peran tersebut tidak akan dapat dijalankan secara optimal.

b. Keterlibatan orang tua

Hubungan ayah dan anak sama pentingnya dengan hubungan ibu dan anak sehingga dalam proses perkembangan, ayah juga sangat berperan.

c. Pendidikan orang tua

Pendidikan dan pengalaman orang tua dalam perawatan anak akan berpengaruh pada kesiapan orang tua menjalankan peran pengasuhan. Orang tua harus siap menjalankan peran pengasuhan seperti terlibat aktif dalam pendidikan anak, mengamati segala sesuatu dengan berorientasi pada masalah anak, menjaga kesehatan anak, memberikan nutrisi yang baik, memperhatikan keamanan dan melaksanakan praktik pencegahan kecelakaan, menyediakan waktu untuk anak, serta menilai perkembangan fungsi keluarga dalam perawatan anak.

d. Pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak

Orang tua yang telah mempunyai pengalaman sebelumnya dalam merawat anak akan lebih siap dan tenang dalam menjalankan peran pengasuhan.

e. Stres orang tua

Stres yang dialami oleh salah satu atau kedua orang tua akan memengaruhi kemampuan orang tua dalam menjalankan peran sebagai pengasuh, terutama dalam kaitannya dengan strategi menghadapi permasalahan yang ada.

5. Dampak-dampak Pola Asuh Otoritatif

Menurut Baumrind (dalam Cherry, 2023), dampak dari penerapan pola asuh otoritatif pada perkembangan anak, yaitu:

- a. Anak menjadi percaya diri atas kemampuannya untuk belajar hal-hal baru.
- b. Anak akan mengembangkan kemampuan sosial yang baik.
- c. Anak memiliki kemampuan mengontrol emosi yang baik.
- d. Anak cenderung memiliki disposisi yang lebih bahagia.

Dikutip dari laman LM Psikologi UGM (2020), dampak pola asuh otoritatif, yaitu:

1. Anak tumbuh menjadi seseorang yang dapat mengendalikan diri, ceria dan berorientasi prestasi karena menganggap dirinya berharga.
2. Anak menjadi pribadi yang lebih ramah dan dapat bekerja sama karena terbiasa melakukan komunikasi dua arah dengan orang tuanya.
3. Anak lebih terlibat dalam aktivitas prososial.
4. Anak memiliki kecenderungan yang lebih sedikit untuk berperilaku menyimpang seperti agresi, kekerasan, penggunaan narkoba, dan minum minuman keras.

D. Optimisme

1. Definisi Optimisme

Optimisme adalah sudut pandang bahwa hal-hal yang baik akan terjadi dalam hidup (Sarafino & Smith, 2006). Optimisme adalah kecenderungan seseorang untuk mengharapkan sesuatu yang baik di masa mendatang (Conversano, dkk, 2010). Menurut Carver, dkk (2010), optimisme adalah perbedaan individu yang mencerminkan sejauh mana orang memiliki harapan yang menguntungkan masa depan mereka. Definisi lain dari Carver dan Scheier (2014) yaitu optimisme adalah konstruksi kognitif yang berhubungan dengan harapan terkait hasil yang positif di masa depan. Orang yang optimis akan mengerahkan segala upaya yang dapat dilakukan, sedangkan orang yang pesimis akan melepaskan diri dari usaha yang berarti.

Menurut Abramson, dkk (dalam Bissonette, 1998), konsep optimisme dan pesimisme berakar dari teori gaya penjelasan (*explanatory style*) Seligman yang menyatakan bahwa cara individu menjelaskan penyebab suatu keadaan yang terjadi dalam hidupnya memengaruhi bagaimana individu tersebut bereaksi, beranggapan, atau terpengaruh oleh peristiwa eksternal. Gaya penjelasan berasal dari pandangan seseorang terkait tempatnya di dunia, apakah individu merasa bermilai dan pantas, atau tidak bermilai dan tidak memiliki harapan (Seligman, 2006). Hal ini yang menjadi ciri khas seseorang dikatakan optimis atau pesimis. Orang yang optimis akan dapat lebih efektif dalam menghadapi stres seperti dengan menggunakan *problem focused coping*, mencari dukungan sosial, dan melihat sisi positif dari

masalah yang dialami, sehingga hal ini menurunkan resiko terjadinya penyakit (Taylor, 1995).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa optimisme adalah kecenderungan atau sudut pandang positif individu dalam menghadapi hidup, di mana individu yakin bahwa hal-hal baik akan terjadi di masa depan. Orang yang optimis memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi stres karena cenderung menggunakan strategi coping yang efektif, mencari dukungan sosial dan melihat sisi positif dari suatu masalah. Hal ini dapat menurunkan risiko terjadinya penyakit. Selain itu, orang yang optimis juga lebih termotivasi untuk berusaha mencapai tujuannya karena individu yakin akan mendapatkan hasil yang positif.

2. Aspek-aspek Optimisme

Seligman (2006) mengemukakan bahwa optimisme terdiri dari tiga aspek, yaitu:

a. *Permanence*

Permanence berkaitan dengan waktu (permanen atau sementara). Orang yang optimis percaya bahwa kejadian buruk yang dialami hanya berlaku sementara, sedangkan kejadian baik bersifat permanen. Sebaliknya, orang yang pesimis berpandangan bahwa kemalangan yang dialami akan tetap berlangsung dan selalu memengaruhi kehidupannya.

b. Pervasiveness

Pervasiveness berkaitan dengan ruang (universal atau spesifik). Orang yang optimis menjelaskan permasalahan yang dialami secara spesifik artinya saat mengalami kegagalan di satu bagian kehidupan, individu tetap berjuang di bagian lain dalam hidupnya, sedangkan kegagalan yang dialami orang yang pesimis akan berpengaruh secara universal atau pada seluruh bagian hidupnya sehingga membuatnya menyerah pada segala hal. Penjelasan yang universal menimbulkan ketidakberdayaan pada berbagai situasi dan penjelasan yang spesifik hanya menimbulkan ketidakberdayaan pada daerah yang tertimpa masalah saja.

c. Personalization

Personalization berhubungan dengan sumber penyebab dari suatu masalah (internal atau eksternal). Orang yang optimis cenderung menyalahkan hal-hal di luarnya (eksternal) saat mengalami kejadian buruk. Di sisi lain, individu percaya bahwa dirinya adalah penyebab kejadian baik yang dialami (internal). Sebaliknya, orang yang pesimis cenderung menyalahkan diri sendiri (internal) saat ditimpa kemalangan dan menjelaskan bahwa kejadian baik yang dialami adalah akibat dari hal-hal di luar dirinya (eksternal). Individu yang menyalahkan diri sendiri saat ditimpa kegagalan membuat harga dirinya rendah, sedangkan individu yang menyalahkan kejadian eksternal tidak kehilangan rasa harga diri saat ditimpa kegagalan.

3. Faktor-faktor yang memengaruhi Optimisme

Menurut Seligman (2006), beberapa faktor yang berpotensi menyebabkan seseorang menjadi individu yang optimis atau pesimis, yaitu:

a. Gaya penjelasan ibu

Cara ibu berkomunikasi dengan anak sangat berpengaruh terhadap gaya penjelasan anak yang kemudian akan menentukan individu menjadi pribadi yang optimis atau pesimis saat dewasa. Anak-anak kecil mendengarkan apa yang dikatakan pengasuh mereka tentang berbagai hal dan anak cenderung mengadopsinya menjadi gaya penjelasan diri sendiri. Tingkat optimisme ibu dan anak sangat mirip, baik pada anak laki-laki maupun perempuan.

b. Kritik orang dewasa (guru dan orang tua)

Saat anak melakukan kesalahan, hal yang dikatakan guru dan orang tua akan memengaruhi anak tersebut menjadi pribadi yang optimis atau pesimis. Anak mendengarkan dengan seksama bukan hanya apa yang dikatakan pada mereka, tetapi juga bagaimana orang mengatakannya pada mereka. Hal ini terutama berlaku untuk kritik. Anak-anak memercayai kritik yang diterima dan kemudian menggunakan untuk membentuk gaya penjelasannya.

c. Krisis kehidupan anak

Anak-anak menyaring gaya penjelasannya dari krisis besar yang dialami dalam hidup. Realitas krisis yang dialami anak-anak di masa kecil akan membentuk optimismenya saat dewasa.

Menurut Carver, dkk (2010), terdapat enam faktor yang dapat memengaruhi optimisme seseorang, yaitu:

1. *Subjective well-being*

Pengaruh optimisme dan pesimisme adalah pada perasaan orang ketika menghadapi masalah. Ketika individu menghadapi kesulitan dalam hidupnya, muncul berbagai macam emosi seperti antusiasme, kemarahan, kecemasan, dan depresi. Perbedaan di antara perasaan-perasaan tersebut berkaitan dengan perbedaan dalam optimisme. Orang optimis mengharapkan hasil yang baik bahkan dalam keadaan sulit, sedangkan orang pesimis mengharapkan hasil yang buruk. Semakin banyak masalah yang dialami individu akan memengaruhi *well-being* dan memunculkan pesimisme. Sebaliknya, semakin sedikit masalah yang dihadapi individu akan meningkatkan *well-being* dan memunculkan optimisme.

2. *Coping*

Setiap orang memiliki cara coping yang berbeda dalam mengatasi masalah. coping adalah strategi yang digunakan individu untuk melepaskan stres dalam menghadapi permasalahan. Perbedaan coping saat menghadapi suatu masalah dapat mempengaruhi optimisme individu. Individu yang memiliki coping konstruktif cenderung lebih optimis, sedangkan individu yang memiliki coping destruktif cenderung lebih pesimis.

3. Kesehatan fisik

Stres dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik seseorang. Individu dengan keterbatasan fisik cenderung kurang optimis dalam menghadapi masalah dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki keterbatasan fisik.

4. Status sosial dan ekonomi

Optimisme seseorang dipengaruhi oleh status sosial ekonominya, yang ditentukan oleh tingkat pendidikan dan kondisi keuangan. Individu dengan tingkat pendidikan dan ekonomi yang lebih baik cenderung lebih optimis, sementara mereka yang kurang beruntung dalam pendidikan dan ekonomi cenderung lebih pesimis.

5. Jaringan sosial

Luasnya jaringan sosial seseorang dapat memengaruhi kemampuannya mengatasi kesulitan. Individu dengan jaringan sosial yang luas cenderung lebih optimis dalam menghadapi masalah karena mereka memiliki lebih banyak sumber daya dan dukungan. Sebaliknya, individu yang kesulitan membangun dan memperluas jaringan sosial cenderung lebih pesimis dalam menghadapi masalah.

6. Budaya

Perbedaan budaya yang dimiliki setiap individu turut membentuk nilai dan moral yang mereka anut. Hal ini pada akhirnya memengaruhi cara mereka memandang masa depan.

E. Hubungan Antara Pola Asuh Otoritatif dan *Hardiness* dengan Optimisme sebagai Mediator Pada Mahasiswa

Bangsa Indonesia memerlukan generasi muda yang tangguh, tidak rapuh, tidak mudah stres, apalagi depresi untuk mendukung kemajuan negara. Saat ini hingga beberapa tahun ke depan, Indonesia didominasi oleh generasi muda yang

produktif salah satunya adalah kelompok yang berada di bangku perkuliahan yaitu mahasiswa. Sebagaimana peran mahasiswa yang diharapkan memiliki kepribadian dan akhlak yang baik sebab masa depan bangsa tergantung pada golongan ini, mahasiswa perlu untuk memiliki ketangguhan atau *hardiness*.

Mahasiswa adalah orang-orang yang sedang berada pada masa belajar di antara sekolah menengah dan dunia kerja yang nantinya diharapkan dapat menjadi calon-calon intelektual yang berguna bagi nusa, bangsa dan negara. Seorang mahasiswa dituntut untuk memiliki kepribadian yang baik dan akhlak yang terpuji sebab akan menjadi penentu masa depan negara (Sari, 2023). Ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Kasali (2017) bahwa jika ingin melihat masa depan suatu negara, lihat generasi mudanya. Apabila melihat kenyataan hari ini dimana generasi muda cenderung memiliki tingkat stres dan depresi yang tinggi, maka yang diperlukan oleh seorang mahasiswa adalah ketangguhan atau *hardiness* dalam istilah psikologis. *Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang dapat membuat seseorang tetap sehat secara fisik dan psikologis saat dihadapkan pada situasi yang menyebabkan stres.

Studi kualitatif yang dilakukan oleh Sirait dan Minauli (2015) pada wanita dewasa mendapatkan hasil bahwa pola asuh orang tua memengaruhi berkembangnya kepribadian *hardiness*. Penerapan pola asuh orang tua menentukan tumbuh kembang dan memengaruhi perkembangan karakter anak yang akan dibawa hingga dewasa. Hal ini sesuai dengan teori ekologi yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner (1986) yaitu lingkungan memengaruhi perkembangan kepribadian manusia dan keluarga berfungsi sebagai subsistem paling utama untuk seseorang

dikarenakan orang tua berperan sebagai pendidik utama (Dharma, 2022). Di antara pola asuh otoritatif, pola asuh otoriter dan pola asuh permisif, pola asuh otoritatif adalah jenis pola asuh yang paling mendukung terbentuknya sikap *commitment*, *control*, dan *challenge* pada diri seseorang dikarenakan orang tua dengan pola asuh otoritatif menunjukkan kehangatan dan penerimaan melalui kasih sayang, sehingga anak merasa dicintai dan dihargai. Perasaan tersebut menumbuhkan komitmen dalam diri anak. Selain itu, pola asuh ini menekankan kedisiplinan dengan menetapkan aturan dan kontrol dalam batas yang wajar, sekaligus memberikan kebebasan kepada anak untuk mengambil keputusan di bawah pengawasan. Dengan begitu, anak dapat mengembangkan perilaku sendiri dan karenanya, rasa tanggung jawab dan kepemilikan atas hidupnya akan menguat sehingga terbentuk kontrol dalam diri anak. Lebih jauh, orang tua otoritatif juga memberikan dukungan, menunjukkan minat terhadap aktivitas anak, serta membiarkan anak belajar dari kesalahan. Perilaku ini membuat anak memahami bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya, melainkan bagian dari proses pembelajaran. Dari sinilah sikap berani menghadapi tantangan dapat terbentuk. Ini dibuktikan dalam penelitian terdahulu dari Salsabila (2021) yang mendapatkan hasil bahwa pola demokratis berkontribusi paling besar terhadap *hardiness* pada santri daripada pola asuh otoriter dan permisif. Penelitian dari Khailia (2021) juga menemukan adanya pengaruh yang signifikan dari pola asuh demokratis pada *hardiness* mahasiswa perantau.

Selain pola asuh orang tua, *hardiness* dipengaruhi oleh optimisme. Optimisme merupakan kecenderungan seseorang untuk berpandangan positif dalam

menjalani kehidupannya. Berdasarkan pendapat Sweetman, dkk (dalam Paul, dkk, 2006), optimisme merupakan faktor protektif yang berfungsi untuk mendorong dan meningkatkan kepribadian *hardiness* pada individu. Orang yang optimis cenderung terlibat dalam perilaku yang berhubungan dengan *hardiness* seperti menerima keadaan, aktif melakukan pemecahan masalah, dan mencari dukungan. Maddi (2013) menjelaskan bahwa kerja keras individu dalam mengubah peristiwa yang penuh tekanan menjadi keuntungan melibatkan *hardy coping*, *hardy social interaction*, dan *hardy self-care*. *Hardy coping* menyangkut identifikasi yang jelas terkait keadaan yang membuat stres, analisis apa yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan dan mengubahnya menjadi keuntungan pertumbuhan, dan melaksanakan langkah-langkah yang dihasilkan dari identifikasi dan analisis ini. *Hardy social interaction* menyangkut pemberian dan penerimaan dukungan sosial dari orang-orang penting di sekitar (*significant others*). *Hardy self-care* menyangkut perlindungan fungsi tubuh dengan menjalankan gaya hidup yang sehat. Keterkaitan antara optimisme dan *hardiness* ini didukung oleh penelitian sebelumnya dari Hasanah dan Pratama (2024) yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara optimisme dan *hardiness* pada mahasiswa yang berarti semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi pula *hardiness*. Penelitian selanjutnya dari Dewi, dkk (2019) yang dilakukan pada dokter muda mendapatkan hasil serupa yakni terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara optimisme dan *hardiness*.

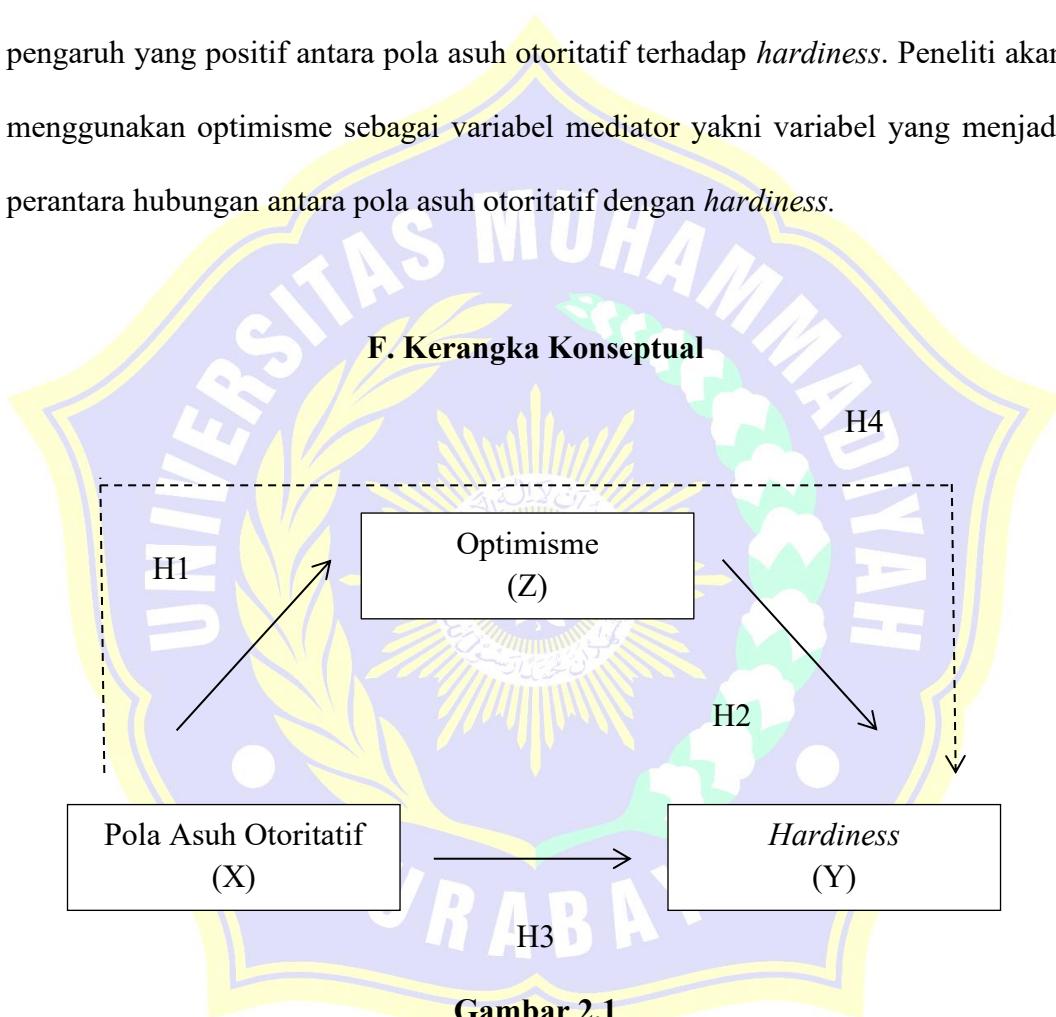
Sifat optimis seseorang tidak muncul dengan sendirinya, tetapi diwariskan dari cara komunikasi orang tua dan interaksi sehari-hari antara orang tua dan anak.

Menurut Seligman (2006), tingkat optimisme antara orang tua, terutama ibu, dan anak sangat mirip baik pada anak laki-laki maupun perempuan. Bagaimana cara seorang ibu menyampaikan dan mengomunikasikan sesuatu pada anak akan didengar dan diinternalisasikan oleh anak yang kemudian menentukan apakah anak akan tumbuh menjadi pribadi yang optimis atau pesimis dalam perkembangannya. Sama seperti pola asuh otoritatif yang merupakan jenis pola asuh paling berpengaruh terhadap *hardiness*, pola asuh otoritatif juga merupakan jenis pola asuh yang paling berpengaruh terhadap optimisme seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ozpehriz (2020) terkait pola asuh jenis apa yang paling berpengaruh terhadap tingkat optimisme, terbukti bahwa pola asuh otoritatif yang berpengaruh secara positif dan signifikan. Adapun penelitian dari Gul, dkk (2023) juga menunjukkan hubungan yang positif antara pola asuh otoritatif dengan optimisme, sedangkan pola asuh otoriter dan permisif berpengaruh secara negatif dengan optimisme.

Pola asuh otoritatif menciptakan lingkungan yang hangat tetapi terstruktur, dan menumbuhkan optimisme melalui pengalaman sosial positif. Optimisme ini menjadi jembatan yang memungkinkan anak mengembangkan *hardiness* (komitmen, kontrol, tantangan). Penjelasan ini sejalan dengan teori sosial kognitif Robert Sears (dalam Grusec, 1992) yang menekankan peran orang tua dalam mendorong internalisasi dengan berfokus pada ciri-ciri perilaku orang tua yang memfasilitasi atau menghambat proses tersebut. Karakteristik ini mencakup variabel hubungan umum seperti kehangatan dan permisivitas orang tua, serta

perilaku spesifik seperti hukuman dalam bentuk penarikan kasih sayang, penegasan kekuasaan, dan penalaran.

Berdasarkan uraian di atas, ditemukan hubungan di antara ketiga variabel penelitian. Pola asuh otoritatif berpengaruh positif terhadap optimisme dan optimisme berpengaruh positif terhadap *hardiness*. Di sisi lain, terdapat juga pengaruh yang positif antara pola asuh otoritatif terhadap *hardiness*. Peneliti akan menggunakan optimisme sebagai variabel mediator yakni variabel yang menjadi perantara hubungan antara pola asuh otoritatif dengan *hardiness*.



Gambar 2.1
Kerangka Konseptual Penelitian

Keterangan:

→ : Hubungan Langsung

→ : Hubungan Tidak Langsung

G. Hipotesis

Menurut Azwar (2017), hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara (masih perlu diuji kebenarannya) terhadap pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya berdasarkan teori yang digunakan untuk menjelaskan hubungan diantara variabel-variabel penelitian. Adapun berdasarkan hubungan antara varibel dalam kerangka konseptual, maka hipotesis penelitian ini, yaitu:

- H1 : Terdapat hubungan langsung dan signifikan antara Pola Asuh Otoritatif dan Optimisme pada Mahasiswa
- H2 : Terdapat hubungan langsung dan signifikan antara Optimisme dan *Hardiness* pada Mahasiswa
- H3 : Terdapat hubungan langsung dan signifikan antara Pola Asuh Otoritatif dan *Hardiness* pada Mahasiswa
- H4 : Terdapat hubungan tidak langsung dan signifikan antara Pola Asuh Otoritatif dan *Hardiness* melalui Optimisme sebagai mediator pada Mahasiswa