



Hubungan Pola Asuh dan Tingkat *Alexithymia* pada Remaja di Kota Jakarta

Rudy Pratama¹, Greta Vidya Paramita²

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora, Universitas Bina Nusantara, Jakarta, Indonesia, rudy.pratama@binus.ac.id

²Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora, Universitas Bina Nusantara, Jakarta, Indonesia, gretavidya@binus.edu

Corresponding Author: rudy.pratama@binus.ac.id¹

Abstract: The goals of this research is to look at the relationship between parenting style and the alexithymia level among adolescents in Jakarta. This research used a quantitative approach with a correlational method. There were 115 participants in this study who were adolescents aged 11 to 18 years who lives in Jakarta. The Parenting Style variable was measured using The Parental Authority Questionnaire (PAQ) while the Alexithymia level variable was measured using the Toronto Alexithymia Scale (TAS – 20). Using the Spearman correlation test, it was found that there was a significant relationship between authoritarian and permissive parenting styles, both from the father's and mother's side, with the level of alexithymia. Whereas for authoritative parenting, either from the father's or mother's side, showed no significant relationship with the level of alexithymia.

Keywords: *Alexithymia, Parenting Style, Adolescents.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan melihat hubungan antara pola asuh orangtua dengan tingkat alexithymia remaja di kota Jakarta. Penelitian ini memanfaatkan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 115 partisipan yang merupakan remaja berusia 11 hingga 18 tahun yang berdomisili di kota Jakarta. Variabel Pola Asuh diukur menggunakan alat ukur *The Parental Authority Questionnaire* (PAQ) sedangkan variabel tingkat *Alexithymia* diukur menggunakan *Toronto Alexithymia Scale* (TAS – 20). Memanfaatkan uji korelasi Spearman, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola asuh otoriter dan permisif baik itu dari pihak ayah ataupun ibu dengan tingkat alexithymia, sedangkan untuk pola asuh otoritatif baik itu dari pihak ayah ataupun ibu tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat alexithymia.

Kata Kunci: *Alexithymia, Pola Asuh, Remaja.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan manusia yang merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dan berlangsung dari usia 11 hingga 18

tahun (Santrock, 2019). G. Stanley Hall (dalam Santrock, 2019) menyatakan bahwa masa remaja merupakan periode badai dan stress (*storm and stress*) yang artinya masa remaja ini penuh dengan kekacauan dan kebimbangan. Periode tersebut dapat disebabkan oleh berbagai perubahan yang terjadi pada remaja, mulai dari perubahan fisik, hormon, psikologis maupun sosial. Apabila orangtua remaja tersebut tidak memahami perubahan yang tengah dialami olehnya, maka hal ini dapat menyebabkan sulitnya terjalin hubungan antara remaja dan orangtua tersebut (Batubara, 2010).

Menurut teori perkembangan Erikson, remaja berada pada tahapan perkembangan *identity vs identity confusion*, yang artinya pada masa ini remaja sedang mencari identitas, jati diri ataupun tujuan mereka. Ditahapan ini, remaja akan aktif mencoba hal-hal baru. Apabila tahapan ini gagal dilewati maka remaja akan berpotensi mengalami krisis identitas, bingung akan jati dirinya dan apa yang diinginkannya. Untuk dapat melewati fase remaja dengan baik, remaja membutuhkan sosok figur yang dapat menjadi panutannya. Figur-firug ini tidak jarang berasal dari lingkungan sekitarnya, seperti teman sebaya ataupun keluarga.

Meskipun pada usia ini remaja cenderung lebih banyak bergaul dengan teman sebayanya, namun remaja tersebut tetap berada dalam pengawasan orangtuanya, dengan kata lain, peran keluarga dalam hidup anak yang memasuki usia remaja belum berakhir. Anindiyajati (dalam Putri, 2018) menyebutkan bahwa keluarga merupakan salah satu variabel dalam lingkungan yang memiliki kaitan yang erat dengan remaja, melalui komunikasi, dukungan keluarga serta gaya pengasuhan, sosok keluarga yang berperan menjadi figur ini dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap perkembangan remaja tersebut.

Gaya pengasuhan atau pola asuh dapat didefinisikan sebagai sebuah sistem atau bentuk yang berupaya untuk menjaga, merawat, mendidik serta membimbing anak-anak dengan harapan mereka akan dapat berdiri sendiri atau mandiri nantinya (Hasanah, 2017). Sistem atau bentuk ini sendiri bermacam-macam, dapat berupa aturan, pemberian hadiah, bagaimana cara orangtua memperlakukan anaknya, bagaimana orangtua merespon perilaku anaknya dan lain sebagainya. Menurut Supartini (dalam Sutisna, 2021) pola asuh dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia orangtua, keterlibatan ayah dalam mengasuh, tingkat pendidikan orangtua, pengalaman yang dimiliki oleh orangtua dalam mengasuh anak sebelumnya, tingkat stress pada orangtua dan hubungan antar suami-istri. Faktor-faktor inilah yang nantinya akan menyebabkan perbedaan pola asuh dalam setiap orangtua. Pola asuh orangtua sendiri menurut kajian teori Baumrind (1971, dalam Santrock, 2009) terbagi menjadi tiga tipe yaitu tipe otoriter, otoritatif, dan permisif.

Pola asuh tipe otoriter merupakan pola asuh yang memanfaatkan gaya hukuman yang ketat dan cenderung memaksa anak untuk mengikuti arahan dari orangtuanya. Dalam pola asuh ini, orangtua memegang kontrol dan secara tegas membatasi anaknya serta komunikasi yang terjadi cenderung sedikit. Apabila terjadi suatu masalah atau suatu hal, orangtua tipe ini biasanya ingin anaknya melakukan segala sesuatu sesuai dengan caranya dan apa yang dia inginkan. Gaya pola asuh otoriter dapat berdampak pada anak yang menyebabkan anak kurang memiliki keterampilan sosial, memiliki sifat inisiatif yang buruk, serta cenderung suka membandingkan diri mereka dengan orang lain.

Pola asuh tipe otoritatif adalah pola asuh yang mendorong anak-anak untuk menjadi mandiri, namun dalam prosesnya orangtua tetap memberikan kontrol dan batasan yang secukupnya. Pola asuh ini dinilai sebagai pola asuh yang lebih kolaboratif, artinya interaksi antara anak dan orangtua disini terjadi dengan kedua pihak saling terbuka dan memberi masukan satu sama lain. Dalam menghadapi masalah, biasanya orangtua dengan pola asuh ini cenderung dengan hangat merangkul anaknya dan memberikan nasihat, atau berdialog dengan anak mengenai permasalahan tersebut. Anak-anak yang orang tuanya otoritatif dinilai cenderung kompeten secara sosial, mandiri, dan bertanggung jawab secara sosial.

Pola asuh tipe permisif merupakan pola asuh dimana orangtua memberikan beberapa batasan pada perilaku anak. Orangtua dengan tipe pola asuh ini akan memberikan anaknya

kebebasan untuk melakukan apa yang dia inginkan, tapi kurang terlibat dalam mengatur anak tersebut. Orangtua memang terlibat komunikasi yang hangat dengan anaknya namun orangtua kurang tegas dalam membuat peraturan yang membatasi perilaku anaknya tersebut. Hal ini dapat berdampak pada anak menjadi cenderung manja dan bertindak sesuka hatinya. Anak-anak dengan orangtua yang permisif ini juga biasanya dinilai buruk dalam kompetensi sosial. Mereka cenderung manja, tidak bisa menghormati orang lain, suka memaksakan kehendaknya sendiri dan sulit dalam mengendalikan perilaku mereka.

Berdasarkan penjelasan beberapa pola asuh menurut Baumrind diatas, peneliti menyimpulkan bahwa orangtua memegang peranan yang penting dalam membentuk kepribadian anak-anaknya, termasuk munculnya beberapa *trait* kepribadian dalam diri anak tersebut. Salah satu contoh *trait* kepribadian tersebut adalah *alexithymia*. *Alexithymia* merupakan sebuah *trait* kepribadian dalam diri seseorang yang ditandai dengan kesulitan mengenali emosi dan mengekspresikan emosinya. Pola asuh otoriter dipercaya mampu menimbulkan *trait* kepribadian ini dalam diri seseorang dikarenakan terlalu kerasnya didikan dan doktrin dari orangtuanya, contohnya seperti anak yang sedari kecil mendapatkan doktrin dan dididik bahwa anak itu harus kuat dan tidak boleh menangis oleh orangtuanya. Padahal menangis adalah emosi yang wajar dirasakan oleh anak-anak. Doktrin tersebut dapat memberikan dampak anak menjadi kesulitan dalam mengenali emosinya sendiri dan sulit mengekspresikannya. Ini juga dapat membuat anak menjadi kurang berempati kepada sesamanya (Widyanti, 2020). Pernyataan bahwa pola asuh otoriter yang dipercaya mampu menimbulkan *trait alexithymia* ini didukung penelitian dari Singapura yang dilakukan oleh McErlean dan Lim pada tahun 2019, dimana hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara pola asuh otoriter baik itu dari pihak ayah ataupun ibu dengan *Alexithymia*.

Alexithymia sendiri bukanlah merupakan hal yang baru. *Alexithymia* pertama kali dikenalkan oleh Sifnos pada tahun 1972. Secara etimologi, *Alexithymia* diambil dari kata *a* yang memiliki makna tidak atau kekurangan, *lexis* yang memiliki makna kata, dan *thymos* yang memiliki makna emosi atau perasaan (Sifneos et al dalam Falianda, 2022). *Alexithymia* bukanlah sebuah diagnosis klinis, melainkan merupakan sebuah konstruk atau *trait* kepribadian pada individu. Hal ini sejalan dengan penjelasan Taylor, Bagby, dan Parker (dalam Harjanah, 2018) yang menjelaskan bahwa *Alexithymia* ini tidak dapat dikonsepkan sebagai sebuah fenomena pengelompokan, namun merupakan sebuah *trait* kepribadian yang terdistribusi normal di populasi secara umum. Beberapa penelitian terdahulu juga mendukung anggapan bahwa *Alexithymia* ini dikonsepkan dan dipandang sebagai sebuah *trait* kepribadian (Timoney & Holder, dalam Harjanah, 2018).

Bagby, Taylor, dan Parker (dalam McErlean & Lim, 2019) menggambarkan *Alexithymia* sebagai sebuah konstruk kepribadian yang ditandai dengan terganggunya kapasitas untuk berkomunikasi, mengidentifikasi emosi dan kecenderungan untuk terlibat dalam pemikiran yang berorientasi eksternal. Nemiah, Freyberger dan Sifneos; Taylor; Taylor, Bagby, dan Parker (dalam Rahmawati & Halim, 2018) mengungkapkan bahwa *Alexithymia* telah disepakati untuk didefinisikan sebagai 1. kesulitan dalam mengidentifikasi perasaan manusia dan kesulitan untuk membedakan perasaannya dengan sensasi tubuh akan gairah emosi. 2. Kesulitan individu untuk menjelaskan dan mengekspresikan perasaannya kepada orang lain. 3. Kemampuan berimajinasi yang terbatas, hal ini dapat terlihat dari kurangnya fantasi pada individu tersebut. 4. Pemikiran yang terlalu berorientasi akan stimulus eksternal.

Sesuai dengan penjelasan definisi *Alexithymia* di atas, individu dengan tingkat *alexithymia* yang tinggi akan merasa kesulitan dalam mengenali perasaan atau emosi apa yang sedang mereka rasakan. Individu dengan tingkat *Alexithymia* yang tinggi juga merasakan pengalaman emosi yang kuat, namun mereka tidak mengetahui apa alasan dibalik emosi yang mereka rasakan itu (Thompson dalam Harjanah, 2018).

Selain sulit mengenali perasaannya dan tidak mengetahui alasan dibalik perasaan atau emosi yang mereka rasakan, individu dengan tingkat *alexithymia* yang tinggi juga sulit untuk mengungkapkan dengan kata-kata perasaan yang mereka rasakan saat itu. Mereka juga sulit untuk mengekspresikan apa yang tengah mereka rasakan terhadap orang lain.

Thompson (dalam Harjanah, 2018) menjelaskan bahwa imajinasi adalah sebuah keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam menciptakan suatu gambaran mental di dalam kepalanya berdasarkan pengalaman konkret-sensori. Karakteristik ketiga dari individu dengan tingkat *alexithymia* yang tinggi adalah terbatasnya kemampuan individu dalam berimajinasi. Kemampuan imajinasi ini penting dalam urusan emosi, karena kemampuan imajinasi ini berkaitan erat dengan empati atau kemampuan individu untuk berempati.

Individu dengan tingkat *alexithymia* yang tinggi juga umumnya memiliki gaya kognitif yang berorientasi akan stimulus eksternal. Taylor dan Bagby (dalam Harjanah, 2018) menyebutkan bahwa karakteristik kemampuan berimajinasi yang terbatas dan pemikiran yang berorientasi akan stimulus eksternal ini sesuai dengan istilah “*La pensée opératoire*”. “*La pensée opératoire*” merupakan istilah yang dicetuskan oleh Marty dan de M’Uzan yang memiliki makna pemikiran operasional (Guttman & Laporte dalam Harjanah, 2018). Hasil observasi yang mereka lakukan terhadap pasien psikoterapi mereka yang memiliki gaya berpikir *La pensée opératoire* mengemukakan bahwa individu dengan gaya berpikir *La pensée opératoire* dalam menjelaskan suatu situasi atau kejadian cenderung dijelaskan secara detail dan panjang, tapi mereka sama sekali tidak menyinggung atau memberi penjelasan terkait dengan perasaan mereka (Sifneos; Taylor & Bagby dalam Harjanah, 2018). Dalam kehidupan dan komunikasi sehari-hari individu dengan tingkat *alexithymia* yang tinggi cenderung berbicara mengenai hal-hal eksternal atau hal-hal objektif saja dan mengabaikan perasaan internal mereka ataupun perasaan orang lain. (Guttman & Laporte dalam Harjanah, 2018).

Saat ini peneliti sedang melakukan program magang di salah satu Sekolah Dasar (SD) di Jakarta Barat, yang di dalamnya juga terdapat Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Peneliti telah melihat beberapa perilaku dari siswa-siswi yang ada di sini, salah satu perilaku yang menarik untuk peneliti lihat adalah ketika ada anak usia sekolah dasar yang terkena kasus, tapi saat dirinya terkena kasus, dia sama sekali tidak takut akan kena hukuman atau menunjukkan perasaan apapun selayaknya anak usia sekolah dasar yang biasanya akan menangis jika terkena kasus dan dibawa ke ruang kepala sekolah. Dan ternyata, peneliti mengetahui dari guru lain bahwa anak tersebut adalah anak yang berasal dari keluarga *broken home* dan ibunya sendiri cenderung keras dalam mendidik dan ketat akan nilai akademik anak tersebut.

Melihat dari kasus tersebut, peneliti akhirnya penasaran, apakah sifat anak tersebut itu yang bahkan tidak menangis saat terkena kasus itu berarti bahwa anak tersebut tidak merasakan emosi sedih, marah atau gejolak lainnya? atau dia merasakan emosi tersebut namun tidak mengetahui bagaimana cara mengekspresikan emosi tersebut? Dan apakah hal tersebut disebabkan oleh keluarganya yang *broken home*, didikan orangtuanya yang keras, ataukah kedua hal tersebut?

Peneliti akhirnya pergi ke unit SMP, dan sempat berbincang dengan empat siswa siswi disana. Peneliti melakukan wawancara singkat dengan dua pertanyaan. Pertanyaan pertama menanyakan bagaimana menurut mereka orangtua mereka dalam mendidik mereka. Sedangkan pertanyaan kedua menanyakan apakah mereka pernah merasa bingung akan perasaan apa yang mereka rasakan. Adapun keempat siswa-siswi tersebut terdiri dari dua anak perempuan dan dua anak laki-laki dengan tiga siswa dari kelas 8 dan satu siswa dari kelas 9. Keempat siswa-siswi tersebut masing-masing memiliki rentang usia antara 13 hingga 15 tahun dan memiliki inisial K(14), B (13), R (14), dan T (15).

Untuk pertanyaan pertama, menurut R, orang tuanya tidak terlalu terlibat dalam hidupnya dan cenderung lebih sibuk bekerja dibanding di rumah. Sedangkan untuk B, K dan

T, menurut mereka orangtua mereka cenderung keras pada mereka dan cukup memberikan batasan. Bahkan B mengatakan bahwa dirinya pernah dimarahi dan dilarang menangis, karena menurut ayahnya seorang laki-laki tidak boleh menangis. Sehingga dari jawaban keempat siswa tersebut, dapat disimpulkan bahwa menurut persepsi mereka masing-masing, orang tua R lebih condong menggunakan pola asuh permisif, sedangkan untuk B, K, dan T menggunakan pola asuh otoriter.

Sedangkan untuk pertanyaan kedua, B, K dan R mengaku pernah merasakan kondisi dimana mereka bingung akan perasaan mereka sendiri. B mengatakan bahwa terkadang dia bingung harus melakukan apa saat sedang menghadapi masalah, dia bingung apakah harusnya dia marah, atau sedih atau bagaimana. Sedangkan untuk T, dia sendiri merasa belum pernah merasakan perasaan tersebut.

Hasil dari wawancara tersebut menunjukkan terdapat tiga anak yang menurut persepsi singkat mereka memiliki orangtua dengan pola asuh otoriter dimana orangtua cenderung memaksakan kehendaknya kepada anak tersebut sedangkan satu anak lainnya memiliki orangtua dengan pola asuh permisif dimana orangtuanya cenderung membiarkan anaknya, seperti jarangnya terdapat komunikasi antar anak dan orang tua dalam rumah anak tersebut. Lalu, tiga anak juga mengaku pernah merasa bingung akan perasaan mereka sendiri yang merupakan salah satu ciri dari *alexithymia*, sedangkan satu anak lainnya mengaku belum pernah merasakan hal tersebut.

Berdasarkan jawaban dari kedua pertanyaan tersebut, disimpulkan bahwa dua dari tiga partisipan yang memiliki pola asuh dominan otoriter pernah merasa kebingungan akan perasaannya. Namun, hal tersebut juga dirasakan oleh partisipan yang memiliki pola asuh dominan permisif. Dari paparan hasil wawancara tersebut peneliti berasumsi bahkan mungkin saja terdapat hubungan antara pola asuh orangtua terkait dengan tingkat *alexithymia* pada remaja tersebut.

Di Indonesia sendiri terdapat beberapa penelitian yang meneliti terkait *alexithymia*. Cindy dan Ambarini (2018) dalam penelitiannya terhadap 206 remaja mengemukakan bahwa dari 206 partisipan, terdapat 57 individu (27,7%) yang tidak atau memiliki skor *alexithymia* rendah, 51 individu (24,8%) memiliki skor *alexithymia* ambang, dan 98 individu (47,6%) memiliki skor *alexithymia* tinggi. Lalu pada penelitian yang dilakukan Falianda (2022) terhadap 385 partisipan remaja di Surabaya mengemukakan bahwa terdapat 51 individu (13,25%) yang memiliki skor *alexithymia* rendah, 275 individu (71,43%) dengan skor *alexithymia* sedang dan 59 individu (15,32%) individu dengan skor *alexithymia* tinggi. Gambaran tingkat *alexithymia* di Indonesia selanjutnya dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Pangestuti, Adiningtyas, dan Astuti (2021) terhadap 49 partisipan berusia 12 hingga 16 tahun. Dari 49 partisipan tersebut terdapat 10 individu (20,4%) yang memiliki skor *alexithymia* rendah, 30 individu (61,2%) memiliki skor *alexithymia* sedang, dan 9 individu (18,4%) memiliki skor *alexithymia* tinggi. Dari ketiga penelitian tersebut, dapat terlihat bahwa tingkat *alexithymia* remaja di Indonesia berada pada rentang menengah atau sedang. Namun, meski begitu kondisi *alexithymia* pada remaja ini perlu mendapatkan perhatian khusus, karena menurut paparan Rahmawati dan Halim (2018) tingkat *alexithymia* yang tinggi berpotensi menimbulkan gangguan psikologis lainnya. Hal ini sendiri menjadi salah satu urgensi dari penelitian ini.

Rahmawati dan Halim (2018) menyatakan bahwa tingkat *alexithymia* yang tinggi dapat berpotensi menimbulkan gangguan psikologis yang lain. Hal ini didukung juga dengan studi literatur yang dilakukan oleh Runcan pada tahun 2020 yang memaparkan bahwa *alexithymia* khususnya pada remaja sering diasosiasikan dengan berbagai gangguan psikologis lainnya seperti perilaku antisosial, kecemasan, depresi, gangguan makan, dan berbagai gangguan lainnya. Mereka yang kesulitan mengungkapkan perasaannya dapat mengakibatkan kurangnya empati. Hal ini menyebabkan munculnya emosi negatif seperti cemas, stres, ataupun depresi saat mereka dihadapkan dengan situasi harus berkomunikasi

secara langsung. Individu dengan tingkat *alexithymia* tinggi juga mengalami kesulitan menjalin hubungan persahabatan dan cenderung kurang aktif dalam kehidupan bermasyarakat, hal ini membuat mereka memiliki hubungan interpersonal yang buruk (Lestari et al dalam Pangestuti, Adiningtyas, & Astuti, 2021).

Hasil penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa kegagalan kelekatan (*attachment*) dan ikatan (*bonding*) dapat berdampak pada munculnya karakteristik *Alexithymia* pada seseorang (Monteboracci et al., 2004). Irwanti (2021) menyatakan bahwa *Attachment Style* menjadi salah satu faktor penyebab *alexithymia*. Hal ini terjadi karena gaya interaksi yang dikembangkan individu dengan sosok pengasuhnya dari kecil akan turut mempengaruhi bagaimana cara individu tersebut dalam berkomunikasi, merespon percakapan serta menyesuaikan emosi. Rahmawati dan Halim (2018) dalam penelitiannya juga didapatkan hasil bahwa gaya kelekatan yang aman memiliki korelasi yang negatif dengan *alexithymia*, sedangkan gaya kelekatan yang tidak aman memiliki korelasi positif dengan *alexithymia*. Hal ini semakin membuktikan bahwa keluarga terutama orang tua atau pengasuh memegang peran dan berkontribusi terhadap munculnya ciri kepribadian *alexithymia* dalam diri individu. Kelekatan dan pola asuh sendiri merupakan dua hal yang berbeda, namun dua hal ini masih memiliki kemiripan yaitu berlatar di lingkungan keluarga. Kelekatan telah dikatakan menjadi faktor penyebab *alexithymia* di berbagai sumber referensi. Sedangkan untuk pola asuh sendiri, masih belum dapat dikatakan dengan pasti bahwa dapat menyebabkan *alexithymia* atau berhubungan langsung dengan *alexithymia*. Oleh karena itu, peneliti dalam penelitian ini memilih untuk melakukan penelitian korelasional antara *alexithymia* dengan pola asuh dikarenakan adanya kesamaan berlatar di lingkungan keluarga.

McErlean dan Lim (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa lingkungan masa kecil keluarga individu juga dapat berkontribusi dalam mengembangkan ciri kepribadian *Alexithymia*. Lemche, Klann-Delius, Koch, dan Joraschky; Pellerone, Formica, Lopez, Migliorisi, dan Grana (dalam McErlean & Lim, 2019) menyatakan bahwa lingkungan keluarga yang positif membantu mengembangkan strategi regulasi emosi yang positif. Lingkungan dimana anak dapat mengekspresikan perasaannya dan orangtua yang sering berkomunikasi membantu mengembangkan kemampuan untuk menyampaikan emosi yang dirasakan oleh anak tersebut. Pada penelitian yang sama juga, dinyatakan bahwa pengasuhan yang keras atau yang dikenal juga sebagai pola asuh otoriter, dimana anak-anak kurang berkesempatan untuk mengeksplorasi dan mengkomunikasikan emosinya menunjukkan kemampuan memahami emosi yang kurang, mengurangi kemampuan untuk meregulasi emosi, serta berpotensi mengembangkan *Alexithymia*.

McErlean dan Lim (2019) dalam penelitiannya mengenai pola asuh, *alexithymia* dan agresi pada dewasa awal menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara pola asuh otoriter baik itu dari pihak ayah ataupun ibu dengan *Alexithymia*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bukti bahwa adanya hubungan positif antara pola asuh dengan *Alexithymia* pada dewasa awal, artinya tingginya nilai pola asuh otoriter memiliki hubungan dengan peningkatan tingkat *alexithymia* pada individu. Namun, penelitian tersebut secara spesifik meneliti hubungan antara pola asuh otoriter saja dengan *alexithymia*, dan penelitian ini juga dilakukan di luar Indonesia sehingga peneliti tidak dapat menyimpulkan bahwa di Indonesia sendiri hal yang sama juga berlaku. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kepada sejumlah remaja di Jakarta untuk melihat apakah pola asuh memiliki hubungan dengan tingkat *Alexithymia*. Pola asuh di penelitian ini tidak hanya otoriter saja, namun, mengacu pada ketiga pola asuh yang telah dipaparkan oleh peneliti diatas.

Dari hasil wawancara serta dukungan literasi atau penelitian sebelumnya, terutama penelitian yang dilakukan McErlean dan Lim (2019) yang menyatakan bahwa masa kecil keluarga individu juga dapat berkontribusi dalam mengembangkan ciri kepribadian *Alexithymia*, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian untuk melihat apakah *alexithymia* ini sendiri memiliki hubungan dengan pola asuh. Dikarenakan dalam penelitian

tersebut dipaparkan bahwa lingkungan keluarga yang positif sendiri akan membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi. seperti dengan rutin berkomunikasi dengan anaknya, yang mana termasuk dalam contoh pola asuh otoritatif, pola asuh yang dinilai paling baik diantara kedua pola asuh lainnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola asuh dengan tingkat *alexithymia* pada remaja di kota Jakarta. Penelitian ini bermanfaat untuk menambah kajian atau referensi ilmiah untuk ilmu Psikologi, terutama yang berkaitan dengan pola asuh dan *alexithymia*. Selain itu, menurut penjelasan Rahmawati dan Halim (2018) di atas, peneliti berpendapat bahwa penelitian ini dapat menjadi sumber refleksi dan informasi untuk masyarakat, khususnya untuk orang tua mengenai betapa pentingnya pola asuh dalam kehidupan anak-anak khususnya remaja.

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha₁: Terdapat hubungan antara pola asuh otoriter ayah dengan tingkat *alexithymia*

Ha₂: Terdapat hubungan antara pola asuh otoritatif ayah dengan tingkat *alexithymia*

Ha₃: Terdapat hubungan antara pola asuh permisif ayah dengan tingkat *alexithymia*

Ha₄: Terdapat hubungan antara pola asuh otoriter ibu dengan tingkat *alexithymia*

Ha₅: Terdapat hubungan antara pola asuh otoritatif ibu dengan tingkat *alexithymia*

Ha₆: Terdapat hubungan antara pola asuh permisif ibu dengan tingkat *alexithymia*

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk menganalisis hubungan antara pola asuh dan tingkat *alexithymia*. Etika penelitian dalam studi ini dilakukan dengan menyertakan lembar informed consent melalui *Google Forms* sebelum partisipan mengisi instrumen penelitian, yang berisi pengukuran pola asuh dan tingkat *alexithymia*. Partisipan diberi kebebasan penuh untuk menyetujui atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa paksaan, dengan peneliti menjaga agar tidak terjadi bias melalui penjelasan yang tidak terlalu rinci. Peneliti juga telah melakukan pra-registrasi penelitian di *Open Science Framework* (OSF) untuk menjamin transparansi. Populasi penelitian adalah remaja usia 11–18 tahun di DKI Jakarta, dengan teknik pengambilan sampel *non-probability sampling (convenience sampling)* sehingga diperoleh 115 partisipan yang memenuhi kriteria. Data demografis yang dikumpulkan mencakup inisial, jenis kelamin, domisili, usia, nomor telepon, dan layanan e-money, dengan distribusi terbanyak pada remaja perempuan (53,9%), berdomisili di Jakarta Barat (43,5%), dan berusia 18 tahun (40,9%). Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) untuk mengukur pola asuh berdasarkan teori Baumrind, yang terdiri dari 30 item yang mencakup tiga dimensi: otoriter, otoritatif, dan permisif yang dibagi menjadi dua versi untuk ayah dan ibu, serta *Toronto Alexithymia Scale* (TAS-20) untuk mengukur tingkat *alexithymia*. Prosedur penelitian dilaksanakan secara daring dengan *Google Forms* yang terdiri dari enam bagian, yakni informed consent, data demografis, PAQ untuk ayah, PAQ untuk ibu, TAS-20, serta penutup berisi ucapan terima kasih dan kontak peneliti, di mana partisipan tetap memiliki hak untuk menghentikan partisipasi kapan saja dengan menutup halaman formulir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics								
	Alexithymia	Otoriter	Ayah	Otoritatif	Permisif	Otoriter	Otoritatif	Permisif
			Ayah	Ayah	Ayah	Ibu	Ibu	Ibu
Valid	115	46	34	33	48	35	32	
Missing	0	68	80	82	67	80	83	
Mode	^a 67.000	30.000	45.000	34.000	30.000	39.000	38.000	
Median	66.000	35.000	41.000	39.000	35.000	40.000	38.000	

Descriptive Statistics							
	Alexithymia	Otoriter Ayah	Otoritatif Ayah	Permisif Ayah	Otoriter Ibu	Otoritatif Ibu	Permisif Ibu
Mean	65.991	34.766	40.686	39.091	35.958	40.029	38.219
Std. Deviation	11.542	7.179	5.619	5.144	5.395	5.210	5.785
Shapiro-Wilk	0.986	0.943	0.964	0.885	0.957	0.971	0.927
P-value of Shapiro-Wilk	0.288	0.024	0.303	0.002	0.078	0.473	0.032
Minimum	40.000	10.000	25.000	33.000	25.000	29.000	30.000
Maximum	100.000	47.000	50.000	50.000	47.000	50.000	50.000

^a More than one mode exists, only the first is reported

Tabel di atas berisi pemaparan statistik deksriptif terhadap penelitian yang dilakukan kepada 115 partisipan. Untuk variabel pola asuh, data partisipan yang akan digunakan adalah partisipan yang telah dikelompokkan pada pola asuhnya masing-masing, sehingga terdapat jumlah partisipan yang berbeda pada setiap sub-variabel. Dimana terdapat 46 partisipan yang memiliki pola asuh ayah otoriter, 35 partisipan dengan pola asuh ayah otoritatif, 34 partisipan dengan pola asuh ayah permisif, 48 partisipan dengan pola asuh ibu otoriter, 35 partisipan dengan pola asuh ibu otoritatif, dan 32 partisipan dengan pola asuh ibu permisif. Pengelompokan pola asuh ini dilakukan dengan cara mengubah skor mentah ke *Z-score*, lalu melihat nilai tertinggi dari *Zscore* tersebut.

Pada penelitian ini, peneliti berencana memanfaatkan teknik analisis korelasi Pearson. Namun, karena uji korelasi Pearson merupakan salah satu uji parametrik dan syarat untuk melakukan uji parametrik adalah data harus berdistribusi normal, maka peneliti melakukan uji normalitas dengan memanfaatkan *Shapiro Wilk* pada aplikasi JASP. Dapat dilihat bahwa nilai *P-Value of Shapiro Wilk* untuk variabel dan sub-variabel *Alexithymia*, otoritatif ayah, otoriter ibu, dan otoritatif ibu memiliki nilai lebih besar dari α (0.05) yang berarti bahwa untuk *alexithymia* dan otoritatif ibu memenuhi uji asumsi normalitas dan data berdistribusi normal. Namun, untuk pola asuh otoriter ayah, permisif ayah, dan permisif ibu memiliki nilai *P-Value of Shapiro Wilk* lebih kecil dari α (0.05) sehingga dapat dikatakan untuk variabel ini tidak memenuhi uji asumsi normalitas atau data tidak berdistribusi normal. Hal ini berarti bahwa penelitian ini tidak dapat dilanjutkan menggunakan uji korelasi Pearson. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti menggunakan alternatif lain berupa uji korelasi Spearman, dimana uji korelasi Spearman ini merupakan uji non-parametrik yang tidak mengharuskan data berdistribusi normal.

Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara 2 variabel. Uji korelasi dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman karena terdapat data yang tidak berdistribusi normal. Penentuan kekuatan korelasi dapat dilakukan dengan melihat nilai dari Spearman's rho, dimana nilai <0.1 memiliki kekuatan korelasi yang sangat lemah, $0.1 - 0.3$ memiliki kekuatan korelasi yang lemah, $0.3 - 0.5$ berarti memiliki kekuatan korelasi sedang, dan nilai >0.5 memiliki kekuatan korelasi kuat (Goss-Sampson, 2019).

Tabel 2. Uji Korelasi Spearman

Spearman's Correlations		
	Spearman's rho	p
Alexithymia - Otoriter Ayah	0.412	0.004
Alexithymia - Otoritatif Ayah	-0.060	0.730
Alexithymia - Permisif Ayah	0.528	0.001
Alexithymia - Otoriter Ibu	0.420	0.003
Alexithymia - Otoritatif Ibu	0.259	0.139

Spearman's Correlations		
	Spearman's rho	p
Alexithymia - Permisif Ibu	0.433	0.013

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman pada tabel 16 di atas diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Hubungan Pola Asuh Otoriter Ayah dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0.412. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang sedang. Nilai P yang diperoleh 0.004 dimana nilai ini lebih kecil dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 ditolak dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Otoriter Ayah dengan *Alexithymia*.
2. Hubungan Pola Asuh Otoritatif Ayah dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar -0.060. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang sangat lemah. Nilai P yang diperoleh 0.730 dimana nilai ini lebih besar dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 diterima dengan kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Otoritatif Ayah dengan *Alexithymia*.
3. Hubungan Pola Asuh Permisif Ayah dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0.528. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang kuat. Nilai P yang diperoleh 0.001 dimana nilai ini lebih kecil dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 ditolak dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Permisif Ayah dengan *Alexithymia*.
4. Hubungan Pola Asuh Otoriter Ibu dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0.420. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang sedang. Nilai P yang diperoleh 0.003 dimana nilai ini lebih kecil dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 ditolak dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Otoriter Ibu dengan *Alexithymia*.
5. Hubungan Pola Asuh Otoritatif Ibu dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0.259. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang lemah. Nilai P yang diperoleh 0.139 dimana nilai ini lebih besar dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 diterima dengan kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Otoritatif Ibu dengan *Alexithymia*.
6. Hubungan Pola Asuh Permisif Ibu dengan *Alexithymia* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0.433. Koefisien tersebut termasuk ke dalam kategori tingkat hubungan yang sedang. Nilai P yang diperoleh 0.013 dimana nilai ini lebih kecil dari α (0,05), maka dari itu diperoleh keputusan H_0 ditolak dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pola Asuh Permisif Ibu dengan *Alexithymia*.
7. Untuk analisis tambahan, peneliti telah melakukan tabulasi silang antara masing-masing pola asuh dengan tingkat *alexithymia*. Namun, karena hasil tabulasi silang tersebut menunjukkan bahwa semua pola asuh baik itu dari pihak ayah dan ibu memiliki tingkat *alexithymia* sedang, maka hasil tabulasi silang tersebut tidak dapat menunjukkan hasil yang menonjol. Hasil yang didominasi oleh tingkat *alexithymia* sedang tersebut kemungkinan didapatkan dari penggunaan skala *likert* yang memiliki 5 opsi pilihan, dan partisipan akan memiliki kecenderungan untuk memilih nilai netral. Hasil dari tabulasi silang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Tabulasi Silang

		Pola Asuh Orangtua							
		Pola Asuh Ayah			Total	Pola Asuh Ibu			Total
		Otoriter	Otoritatif	Permisif		Otoriter	Otoritatif	Permisif	
Alexithymia	Tinggi (%)	7 (21.2%)	2 (15.7%)	7 (22.7%)		10 (23.7%)	3 (18.6%)	3 (16.6%)	
	Sedang	37	23	22		33	22	27	

Pola Asuh Orangtua								
Pola Asuh Ayah				Pola Asuh Ibu				
	Otoriter	Otoritatif	Permisif	Total	Otoriter	Otoritatif	Permisif	Total
(%)	(75.7%)	(65.7%)	(65.9%)		(68.4%)	(64.3%)	(72.2%)	
Rendah	2	10	5		5	10	2	
(%)	(3%)	(18.6%)	(11.4%)		(7.9%)	(17.1%)	(11.1%)	
Total	46	35	34	115	48	35	32	115

Pembahasan

Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa pola asuh orangtua secara keseluruhan, pola asuh orangtua otoriter dan pola asuh orangtua permisif memiliki hubungan positif dan signifikan dengan tingkat *alexithymia* pada remaja di kota Jakarta. Sedangkan untuk pola asuh orangtua otoritatif tidak memiliki hubungan signifikan dengan tingkat *alexithymia*. Artinya kesimpulan yang dapat peneliti tarik dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara pola asuh orangtua dengan tingkat *alexithymia* pada remaja di kota Jakarta.

Untuk hasil dari pola asuh otoriter dan *alexithymia* ini sendiri sejalan dengan penelitian terdahulu oleh McErlean dan Lim (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara pola asuh otoriter dengan *alexithymia*. Mengutip kembali pernyataan dari Anindyajati (dalam Putri, 2018) yang menyebutkan bahwa keluarga merupakan salah satu variabel dalam lingkungan yang memiliki kaitan yang erat dengan remaja, melalui komunikasi, dukungan keluarga serta gaya pengasuhan, sosok keluarga yang berperan menjadi figur ini dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap perkembangan remaja tersebut. Dengan demikian peneliti mengasumsikan bahwa pola asuh merupakan salah satu faktor besar yang mempengaruhi terbentuknya pribadi seorang anak.

Menurut Hurlock (dalam Setiadi, 2018) pola asuh dengan kualitas paling rendah dan buruk adalah pola asuh otoriter, sedangkan pola asuh permisif dinilai memiliki kualitas satu tingkat di atas pola asuh otoriter, dan pola asuh otoritatif sendiri dinilai sebagai pola asuh dengan kualitas paling baik. Alasan pola asuh otoriter disebut memiliki kualitas paling rendah adalah karena pada pola asuh ini anak-anak dituntut untuk menuruti segala perintah orangtua mereka, hal ini menyebabkan anak tumbuh ketakutan dan tidak dapat bebas mengekspresikan diri mereka. Hal ini memberikan dampak negatif berupa kondisi anak yang menjadi tertekan, anak menjadi pasif, kehidupan sosial anak menjadi terganggu, tingkat agresivitas anak meningkat di luar rumah, anak terjerumus ke pergaulan bebas, sifat egois yang tinggi, dan lainnya. Efek dari pola asuh otoriter ini membuat anak tumbuh dalam ketakutan dan tidak dapat mengekspresikan emosi mereka secara bebas, bahkan saat anak menangis, orangtua dengan tipe pola asuh ini sering memaksa anaknya berhenti menangis dengan disertai ancaman atau bahkan hukuman fisik. Hal tersebut membuat anak menjadi takut untuk mengekspresikan apa yang mereka rasakan dan cenderung memilih untuk patuh pada orangtuanya saja. Emosi yang dipendam oleh anak-anak ini sendiri dapat menyebabkan anak menjadi kesulitan untuk mengatur emosi mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara pola asuh otoriter baik itu dari pihak ayah ataupun ibu dengan tingkat *alexithymia*, hasil ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Retnowati, Widhiarso, dan Rohmani (2003) yang menyatakan bahwa pola asuh yang represif dan otoriter akan menimbulkan pengalaman yang traumatis bagi anak. Pengalaman traumatis merupakan salah satu penyebab individu menjadi kesulitan memahami emosi mereka. Sejalan dengan hasil penelitian ini, pola asuh otoriter memiliki hubungan dengan tingkat *alexithymia*, yaitu melalui pengalaman traumatis yang merupakan hasil dari pola asuh otoriter. Hal ini diperkuat dengan studi longitudinal oleh Hodgins (2000, dalam Retnowati, Widhiarso, dan Rohmani, 2003) yang memaparkan bahwa terdapat keterkaitan antara trauma individu dengan keterbatasan kosa kata emosi, serta rendahnya pemahaman individu akan emosi. Jika mengacu pada definisi *alexithymia*, keterbatasan kosa kata emosi akan menyebabkan terganggunya kapasitas untuk menjelaskan perasaannya

kepada orang lain. Hal ini menyebabkan gangguan dalam berkomunikasi yang merupakan salah satu definisi dari *alexithymia*. Rendahnya pemahaman akan emosi ini membuat individu kesulitan untuk mengidentifikasi emosi yang dirasakannya. Kesulitan mengidentifikasi emosi ini merupakan salah satu dari empat definisi *alexithymia*.

Lalu ada pola asuh permisif, pola asuh yang dinilai lebih baik dari pola asuh otoriter. Pola asuh ini dinilai lebih baik karena pada pola asuh ini orangtua cenderung membebaskan anaknya tanpa memberikan batasan. Santrock (2009) menyebutkan bahwa pola asuh ini dapat membuat anak menjadi manja, tidak dapat diatur, tidak bisa menghormati orang lain, suka memaksakan kehendaknya, dan tidak dapat mengontrol perilakunya. Hasil dari penelitian ini memaparkan bahwa pola asuh permisif juga memiliki hubungan positif dengan *alexithymia*. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Khan dan Shabbir (2019) yang juga menyebutkan bahwa pola asuh permisif memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan *alexithymia*. Pola asuh ini cenderung memberikan anak terlalu banyak kebebasan, orangtua terlalu memanjakan anak dengan menurutnya dan jarang memberi batasan atau mengatur anaknya. Ketika anak sering dibiasakan bebas, maka anak akan menjadi sulit mengatur perilakunya dan bersifat semena-mena. Tak jarang anak yang masih kecil akan cenderung tantrum apabila keinginannya tidak dituruti, hal ini dapat berdampak hingga usia remaja. Samuel dan Ehrenreich (dalam Khan dan Shabbir, 2019) menyebutkan bahwa orangtua yang menerapkan pola asuh permisif dapat membuat anak menjadi lebih agresif, hal ini dipercaya dapat terjadi karena orangtua tidak mengawasi anaknya dan tidak mendidik anaknya mengenai perilaku dan perbuatan salah anaknya yang menyebabkan anak menjadi sulit memahami apa kesalahan yang dilakukannya. Dalam pola asuh ini juga tak jarang ditemui orangtua yang menelantarkan anaknya. Penelantaran tersebut bisa saja terjadi karena orangtua yang terlalu sibuk bekerja atau faktor lainnya. Hal ini menyebabkan kurang terjalannya komunikasi antara orangtua dan anak, sehingga menyebabkan anak tidak memiliki sarana untuk mengekspresikan perasaan dan emosinya di lingkungan keluarga. Suatu hal yang bagus jika anak dapat menemukan wadah lain untuk mengekspresikan emosinya di luar lingkungan keluarga, namun apabila anak tersebut tidak mampu menemukan wadah lain tersebut, maka sama seperti pola asuh otoriter, anak dengan pola asuh permisif juga akan memendam perasaannya. Peneliti menyimpulkan bahwa perasaan yang terpendam, dan juga faktor orangtua yang terlalu membebaskan anaknya sehingga anak tidak memahami kesalahan dan perbuatannya sehingga membuat mereka tidak memiliki kemampuan kontrol diri yang baik serta membuat anak tersebut menjadi kebingungan akan perasaan yang dirasakannya.

Jika melihat kembali hasil dari penelitian ini, pola asuh permisif ayah merupakan pola asuh yang memiliki nilai koefisien korelasi paling tinggi, yaitu berada pada angka 0.528, dimana angka ini termasuk dalam korelasi kuat. Jika dibandingkan dengan nilai koefisien korelasi antara pola asuh permisif ayah dan ibu, maka dapat terlihat bahwa pola asuh permisif ayah lebih tinggi dibandingkan nilai korelasi pola asuh permisif ibu dengan tingkat *alexithymia* yang berada di angka 0.420 dan berada di kategori sedang. Peneliti berasumsi bahwa alasan kenapa pola asuh permisif ayah ini memiliki nilai korelasi yang tinggi dengan tingkat *alexithymia* disebabkan karena anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh permisif, memiliki kemampuan mengatasi tekanan dan stress yang buruk. Terlebih jika pola asuh ini diterapkan dari pihak ayah. Anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh permisif ini cenderung tumbuh menjadi anak yang bertindak sesuka hati, manja, dan memiliki kompetensi yang buruk. Orangtua terbiasa memberikan atau mengikuti kemauan anaknya, hal tersebut membuat anak menjadi terbiasa mendapatkan apapun yang dia mau. Hal ini membuat mereka menjadi rentan stress saat menghadapi masalah di lingkungan sosial, baik itu dalam dunia pertemanan, sekolah ataupun lainnya. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Khan dan Shabbir (2019) yang menyatakan bahwa stress, pengalaman stress, kecemasan dan *burnout* juga menjadi faktor yang mempengaruhi kecenderungan munculnya *alexithymia*. Dengan kata

lain, sosok ayah yang terbiasa mengabulkan dan mengikuti permintaan anaknya, memanjakan anaknya, dapat membuat sang anak tumbuh menjadi pribadi yang manja, dan memiliki kemampuan menghadapi stress yang rendah karena sudah terbiasa mendapatkan apa saja yang dia inginkan. Akhirnya ketika anak tersebut menghadapi tekanan dan masalah diluar lingkungan rumah akan membuat anak tersebut rentan stress, stress yang muncul tersebut berpotensi besar memuncul ciri kepribadian *alexithymia*, hal ini sendiri sangat sesuai dengan hasil penelitian ini yang menyebutkan bahwa pola asuh permisif ayah memiliki hubungan yang kuat dan signifikan dengan tingkat *alexithymia*.

Terakhir ada pola asuh otoritatif yang dinilai sebagai pola asuh yang kualitasnya paling baik. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua otoritatif dengan tingkat *alexithymia*. Hal ini berarti bahwa pola asuh otoritatif yang dinilai sebagai pola asuh yang paling baik ini tidak memiliki hubungan dengan *alexithymia*. Artinya, apabila dalam keluarga ada orang tua yang menerapkan pola asuh ini, kemungkinan tingkat *alexithymia* anak tersebut bisa tinggi, bisa sedang, atau bisa juga rendah. Berdasarkan kajian teori dan penelitian sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa hasil yang tidak berhubungan ini bisa terjadi dikarenakan beberapa faktor, seperti adanya kemungkinan trauma, pengabaian, dan tekanan dari orang tua. Melihat dari pembahasan pola asuh otoriter diatas, disebutkan bahwa pengalaman traumatis dan tekanan dari orang tua baik itu ayah atau ibu yang menerapkan pola asuh otoriter berhubungan dengan tingkat *alexithymia*, sedangkan pada pola asuh permisif, pengabaian terhadap anak tersebut berpotensi menimbulkan kontrol diri dan regulasi emosi yang buruk. Namun, pada pola asuh otoritatif ini, pola asuh yang diterapkan merupakan pola asuh yang tidak terlalu memberi tekanan yang keras kepada anak dan menjalin hubungan komunikasi yang baik antar anak dan orangtua, sehingga anak akan terhindar dari pengalaman traumatis, tekanan dan pengabaian dari keluarganya. Peneliti menyimpulkan bahwa ketiga faktor tersebut memiliki berpengaruh terhadap hasil penelitian ini.

Penelitian ini sendiri masih sangatlah jauh dari kata sempurna, penelitian ini sendiri tentu memiliki beberapa keterbatasan, yaitu rentang usia partisipan yang terlalu luas. Pola berpikir remaja berusia 11 tahun dengan pola berpikir remaja berusia 18 tahun tentu saja memiliki perbedaan yang cukup mencolok dikarenakan rentang umurnya yang terlalu luas, sehingga seharusnya peneliti memusatkan penelitian ini pada populasi dengan rentang usia yang lebih kecil, misalnya seperti remaja awal saja atau remaja akhir saja. Selain itu, peneliti juga tidak dapat mengendalikan faktor-faktor lain yang mungkin saja dapat mempengaruhi hasil pengisian kuesioner partisipan, seperti suasana hati partisipan, kejujuran partisipan dan kondisi lainnya.

Jumlah partisipan dan penyebaran domisili partisipan yang tidak merata, seperti kebanyakan partisipan yang berdomisili di Jakarta Barat dan hanya sedikit sekali yang berpartisipasi dari Jakarta Utara, lalu penyebaran usia partisipan yang juga tidak merata dimana mayoritas remaja yang mengisi adalah dari kelompok remaja akhir dan jumlah partisipan yang paling sedikit kuesioner tersebut berasal dari kelompok remaja awal, sehingga hal tersebut bisa menjadi faktor yang mempengaruhi penelitian ini serta menjadi batasan dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Alexithymia* dengan Pola asuh ayah otoriter, pola asuh ibu otoriter, pola asuh ayah permisif dan pola asuh ibu permisif.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Alexithymia* dengan pola asuh ayah otoritatif dan pola asuh ibu otoritatif.

REFERENSI

Batubara, J.R. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12, (1), 21-29.

Buri, J.R. (1991). Parental Authority Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57, (1), 110-119.

Cindy, V., & Ambarini, T.K. (2021). Hubungan antara Kecenderungan Alexithymia dengan Agresivitas pada Usia Remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1, (1), 687-694.

Fatmawati, E., Ismaya, E.A., & Setiawan, D. (2021). Pola Asuh Orang Tua dalam Memotivasi Belajar Anak pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Educatio*, 7, (1), 104-110.

Falianda, S.F. (2022). *Hubungan antara Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di kota Surabaya* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya.

Feist, J., Feist, G.J., & Roberts, T. (2018). *Theories of Personality, Ninth Edition*. New York: McGraw-Hill Education.

Gravetter, F.J., & Forzano, L.B. (2018). *Research Methods for the Behavioral Sciences. Sixth Edition*. USA: Cengage Learning.

Goss-Sampson, M. A. (2019). *Statistical Analysis in JASP 0.10: A Guide for Students*. University of Greenwich.

Harjanah, T. W. (2018). *Hubungan antara Level Alexithymia dengan Perilaku Prosozial Dewasa Muda* (Skripsi). Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Hasanah, U. (2017). Pola Asuh Orangtua dalam Membentuk Karakter Anak. *Elementary: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 2, (2), 72-82.

Irwanti, R.U., & Haq, A.H.B. (2021). Alexithymia pada Generasi Milenials. *Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia*, 1, (1), 61-66.

Khan, M.A., & Shabbir, Z. (2019). Parenting Styles, Aggression and Alexithymia among Young Pakistani Adults. *Pakistan Journal of Professional Psychology: Research and Practice*, 10, (2), 17-33.

King, L.A. (2020). *The Science of Psychology: An Appreciative View, Fifth Edition*. New York: McGraw-Hill Education.

Leising, D., Grande, T., & Faber, R. (2009). The Toronto Alexithymia Scale (TAS-20): A Measure of General Psychological Distress. *Journal of Research in Personality*, 43, (4), 707-710.

McErlean, A.B.J., M., & Lim, L.X.C., (2019). Relationship Between Parenting Style, Alexithymia and Aggression in Emerging Adults. *Journal of Family Issues*.

Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult Attachment Style and Alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 36, (3), 449-507.

Nada, Y.N. (2019). *Pengaruh Pola Asuh, Konformitas Teman Sebaya, Jenis Kelamin, dan Usia Terhadap Agresivitas pada Remaja Pemain Games Berkonten Kekerasan* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.

Pellerone, M., Tomasello, G., & Migliorisi, S., (2017). Relationship Between Parenting, Alexithymia and Adult Attachment Styles: A Cross-sectional Study on a Group of Adolescents and Young Adults. *Clinical Neuropsychiatry*, 14, 125-134.

Putri, L.A. (2018). *Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kecenderungan Perilaku Delinkuen pada Remaja* (Diploma Thesis). UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Rahmawati, I.K., & Halim, M.S. (2018). Alexithymia pada Sampel Non Klinis: Keterkaitannya dengan Gaya Kelekatan. *Jurnal Psikologi*, 45, 200-217.

Retnowati, S., Widhiarso, W., & Rohmani, K.W. (2003). Peranan Keberfungsi Keluarga pada Pemahaman dan Pengungkapan Emosi. *Jurnal Psikologi*, (2), 91-104.

Rizawati (2018). Pola Asuh Orangtua dan Konformitas Teman Sebaya serta Pengaruhnya Terhadap Kenakalan Remaja. *Jurnal Manajemen & Bisnis Aliansi*, 13, (1), 131-141.

Runcan, R. (2020). Alexithymia in Adolescents: A Review of Literature. *1/2020*. 20-28.

Santrock, J.W. (2019). *Life-span Development, Seventeenth Edition*. New York: McGraw-Hill Education.

Setiadi, D.O. (2018). *Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dan Perilaku Prososial Remaja di JABODETABEK* (Skripsi). Universitas Bina Nusantara, Jakarta.

Sutisna, I. (2021). *Mengenal Model Pola Asuh Baumrind*.

Syafutra, N. (2022). *Peran Alexithymia Memprediksi Pemikiran Menyakiti Diri Sendiri Tanpa Ada Keinginan untuk Mati* (Skripsi). Universitas Bina Nusantara, Jakarta.