

## Pengaruh Pola Asuh Otoriter, Otoritatif, dan Permisif Terhadap Stres Akademik Pada Remaja

Nathavya Anne Catherine Sinuhaji, Winida Marpaung\*, Judith Aura Lin, Frans Immanuel Marbun, Alen Tabita Saragih, Putri Andika, Beby Astri Tarigan  
Universitas Prima Indonesia, Medan, Indonesia  
\*winidamarpaung@unprimdn.ac.id

### Abstract

*Academic stress among adolescents is a growing concern, with parenting style identified as one of its key external determinants. This study examined the effects of authoritarian, authoritative, and permissive parenting styles on academic stress among high school students in Medan. A quantitative approach with a correlational design and multiple linear regression analysis was employed. Participants were 198 students selected from a population of 462 students at Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan using disproportionate stratified random sampling. Data were collected using a parenting style scale based on Baumrind's theory and an academic stress scale based on Lazarus and Folkman's theory, both demonstrating adequate validity and reliability. The results showed that parenting styles simultaneously had a significant effect on academic stress ( $F = 63.020$ ;  $p < 0.05$ ;  $Adjusted R^2 = 0.486$ ). Partially, authoritarian and permissive parenting styles had a positive and significant effect, whereas authoritative parenting showed no significant effect. These findings suggest that controlling and autonomy-restrictive parenting tends to exacerbate adolescent academic stress, while warm and responsive parenting functions as a protective factor. This study underscores the critical role of parenting practices in shaping adolescents coping capacity toward academic demands.*

**Keywords:** Parenting Styles; Academic Stress; Adolescents

### Abstrak

Stres akademik pada remaja merupakan permasalahan yang semakin mendapat perhatian, dan pola asuh orang tua diidentifikasi sebagai salah satu faktor eksternal yang berperan penting dalam pembentukannya. Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh pola asuh otoriter, otoritatif, dan permisif terhadap stres akademik pada siswa sekolah menengah atas. Pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan analisis regresi linier berganda digunakan dalam penelitian ini. Partisipan berjumlah 198 siswa yang dipilih dari populasi 462 siswa SMA Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan menggunakan teknik *disproportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala pola asuh berdasarkan teori Baumrind dan skala stres akademik berdasarkan teori Lazarus dan Folkman, keduanya telah memenuhi standar validitas dan reliabilitas yang memadai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres akademik ( $F = 63,020$ ;  $p < 0,05$ ;  $Adjusted R^2 = 0,486$ ). Secara parsial, pola asuh otoriter dan permisif berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik, sedangkan pola asuh otoritatif tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pola asuh yang kontrolatif dan membatasi otonomi cenderung memperburuk stres akademik remaja, sementara pola asuh yang hangat dan responsif berfungsi sebagai faktor protektif. Penelitian ini menegaskan peran krusial pola asuh dalam membentuk kapasitas koping remaja terhadap tuntutan akademik.

**Kata Kunci:** Pola Asuh; Stres Akademik; Remaja

## Pendahuluan

Siswa sekolah menengah atas (SMA) berada pada fase remaja akhir, yaitu periode transisi perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, dan sosial-emosional yang signifikan (Marpaung et al., 2025; Ferdianto & Muhid, 2020). Pada fase ini, kondisi emosi yang cenderung fluktuatif menjadikan remaja rentan terhadap berbagai tekanan, termasuk tekanan yang bersumber dari lingkungan akademik (Natalia & Lestari, 2015; Khalda et al., 2023). Stres akademik, yakni respons psikologis yang muncul ketika tuntutan sekolah dipersepsikan melampaui kapasitas individu merupakan salah satu tantangan utama yang dihadapi remaja pada masa ini (Gusti et al., 2023; Trisnawati et al., 2024).

Data empiris menunjukkan prevalensi stres akademik yang mengkhawatirkan. Laporan *Organisation for Economic Co-operation and Development* OECD (2019) terhadap sekitar 540.000 remaja usia 15 tahun di 72 negara mengungkapkan bahwa 66% siswa menganggap nilai ujian rendah sebagai sumber stres utama, 59% merasa cemas saat ujian sulit, dan 55% mengalami kecemasan ujian secara umum. Gejala stres akademik meliputi aspek fisiologis (sakit kepala, gangguan tidur), emosional (kecemasan, *burnout*), kognitif (kesulitan konsentrasi, pikiran negatif), dan perilaku (mudah marah, perubahan interaksi sosial) menurut Lazarus & Folkman dalam (Trisnawati et al., 2024; Shobbriti et al., 2023).

Fakta ini menegaskan bahwa stres akademik bukan persoalan individual semata, melainkan fenomena sistemik yang memerlukan pemahaman menyeluruh terhadap faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Santrock (2021) mengidentifikasi stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal (kepribadian, proses kognitif) dan eksternal (lingkungan, sosial-budaya). Di antara faktor eksternal, pengasuhan orang tua menempati posisi strategis sebab keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk regulasi diri, kontrol emosi, dan kemampuan koping anak (Afandi et al., 2023; Khalda et al., 2023).

Dukungan emosional, keterlibatan dalam pendidikan, serta suasana rumah yang kondusif terbukti berkorelasi negatif dengan stres akademik, sehingga keluarga berperan sebagai faktor protektif (Windayani & Putra, 2021; Marpaung et al., 2025). Pola asuh orang tua merujuk pada pola sikap dan perilaku dalam membimbing, mendisiplinkan, serta memberikan dukungan emosional kepada anak Papalia et al., (2023) diklasifikasikan oleh Baumrind dalam Afandi et al., (2023) berdasarkan dua dimensi utama: *responsiveness* (kehangatan dan penerimaan) dan *demandingness* (tuntutan dan disiplin). Kombinasi kedua dimensi ini menghasilkan tiga tipe pola asuh: otoriter (tinggi tuntutan, rendah kehangatan), otoritatif (tinggi kehangatan dan tuntutan), serta permisif (tinggi kehangatan, rendah tuntutan).

Secara teoritis, pola asuh otoriter berisiko menghambat pengendalian diri anak, pola asuh otoritatif berkaitan dengan kematangan dan kemampuan mengelola stres yang lebih baik, sedangkan pola asuh permisif dapat berdampak pada rendahnya kontrol diri (Syaibani et al., 2024; Windayani & Putra, 2021). Artinya, masing-masing tipe pola asuh memiliki implikasi yang berbeda terhadap kapasitas remaja dalam menghadapi tekanan akademik. Sejumlah penelitian empiris memperkuat hubungan tersebut. Shobbriti et al., (2023) menemukan hubungan yang signifikan antara pola asuh dan tingkat stres pada 196 siswa SMA ( $p = 0,000 < 0,05$ ), sedangkan Syachfitri et al., (2023) melalui kajian terhadap 37 artikel menyimpulkan bahwa pola asuh orang tua berperan dalam membentuk respons anak terhadap tuntutan akademik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya hanya meneliti satu atau dua tipe pola asuh, menggunakan desain korelasional sederhana, dan belum secara spesifik mengkaji konteks sekolah swasta berbasis keagamaan di Kota Medan.

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar dan justifikasi penelitian ini. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan menguji secara simultan dan parsial pengaruh pola asuh otoriter, otoritatif, dan permisif terhadap stres akademik pada siswa SMA Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan.

Hipotesis mayor menyatakan bahwa pola asuh secara simultan berpengaruh terhadap stres akademik. Secara parsial, dirumuskan tiga hipotesis minor: (1) pola asuh otoriter berpengaruh positif terhadap stres akademik; (2) pola asuh otoritatif berpengaruh negatif terhadap stres akademik; dan (3) pola asuh permisif berpengaruh positif terhadap stres akademik. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dan implikasi praktis bagi orang tua, pendidik, maupun konselor sekolah dalam merancang intervensi yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan menguji pengaruh pola asuh orang tua terhadap stres akademik remaja. Sumber data penelitian bersifat primer, diperoleh langsung dari siswa SMA Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan yang berjumlah 462 orang sebagai populasi. Sampel ditentukan menggunakan rumus Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 198 siswa sebagai partisipan penelitian. Penentuan sampel dilakukan melalui teknik *disproportionate stratified random sampling* guna memastikan keterwakilan yang proporsional dari setiap tingkatan kelas. Pengumpulan data menggunakan dua instrumen berbentuk skala Likert, yaitu skala stres akademik yang disusun berdasarkan empat aspek dari teori Lazarus dan Folkman meliputi aspek fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku. Kemudian terdapat skala pola asuh yang disusun berdasarkan tiga dimensi teori Baumrind, yaitu otoriter, otoritatif, dan permisif. Skala stres akademik terdiri dari 42 aitem dengan 32 aitem dinyatakan valid, sedangkan skala pola asuh terdiri dari 42 aitem dengan 29 aitem valid ( $r \geq 0,30$ ). Uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* menghasilkan koefisien reliabilitas 0,890 untuk skala stres akademik dan 0,860 untuk skala pola asuh, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel ( $\geq 0,70$ ). Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu uji asumsi klasik (uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas), diikuti uji regresi linier berganda untuk menguji pengaruh simultan, serta uji korelasi parsial untuk menguji pengaruh masing-masing tipe pola asuh terhadap stres akademik.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Pelaksanaan Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden

		Count	Column N%
Jenis Kelamin	Laki-laki	92	46.5%
	Perempuan	106	53.5%
Usia	14	7	3.5%
	15	65	32.8%
	16	74	37.4%
	17	49	24.7%
	18	2	1.0%
	19	1	0.5%
Suku	Batak	9	4.5%
	Batak-Tionghoa	1	0.5%
	Betawi	1	0.5%
	Nias	1	0.5%

Tionghoa	183	92.4%
Tionghoa-Jawa	1	0.5%
Tionghoa-Aceh	1	0.5%
Tionghoa-Batak	1	0.5%

Sumber: Data Penelitian, 2025

Sesuai dengan tabel 1, penelitian ini melibatkan 198 siswa SMA Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan dengan komposisi laki-laki sebanyak 92 orang (46,5%) dan perempuan 106 orang (53,5%). Berdasarkan usia, mayoritas berusia 16 tahun (37,4%), diikuti 15 tahun (32,8%) dan 17 tahun (24,7%). Ditinjau dari suku, 92,4% responden berasal dari etnis Tionghoa, mencerminkan karakteristik demografis komunitas sekolah tersebut.

## 2. Statistik Deskriptif dan Uji Asumsi

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

	<i>Descriptive Statistics</i>				
	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Otoriter	198	11.00	40.00	23.4444	6.71194
Otoritatif	198	7.00	28.00	16.5455	4.34262
Permisif	198	12.00	45.00	26.1566	7.85469
Stres Akademik	198	47.00	128.00	81.6768	16.06827
Valid N (listwise)	198				

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Analisis statistik deskriptif terhadap 198 responden disajikan pada Tabel 2. Variabel stres akademik memiliki rentang skor empirik 47-128 ( $M = 81,68$ ;  $SD = 16,07$ ). Nilai *mean* empirik (81,68) berada sedikit di atas titik tengah teoritis skala (80,00), yang mengindikasikan bahwa rata-rata tingkat stres akademik responden cenderung sedang. Standar deviasi yang relatif besar (16,07) mencerminkan adanya variasi yang cukup tinggi antar individu dalam mengalami stres akademik. Variabel pola asuh otoriter memiliki rentang skor 11-40 ( $M = 23,44$ ;  $SD = 6,71$ ).

Nilai *mean* empirik (23,44) berada di bawah titik tengah teoritis skala (25,00), yang menunjukkan bahwa secara rata-rata intensitas pola asuh otoriter yang dipersepsikan responden tergolong sedang cenderung rendah. Variabel pola asuh otoritatif memiliki rentang skor 7-28 ( $M = 16,55$ ;  $SD = 4,34$ ). Nilai *mean* empirik (16,55) berada sedikit di bawah titik tengah teoritis skala (17,50), mengindikasikan persepsi responden terhadap pola asuh otoritatif rata-rata berada pada kategori sedang, dengan sebaran jawaban yang relatif homogen ( $SD = 4,34$ ).

Variabel pola asuh permisif memiliki rentang skor 12-45 ( $M = 26,16$ ;  $SD = 7,85$ ). Nilai *mean* empirik (26,16) berada di bawah titik tengah teoritis skala (30,00), menunjukkan bahwa pola asuh permisif yang dipersepsikan responden secara rata-rata juga tergolong sedang. Di antara ketiga tipe pola asuh, pola asuh permisif memiliki nilai *mean* dan standar deviasi tertinggi, mengindikasikan bahwa tipe pengasuhan ini paling beragam dipersepsikan oleh responden.

### a. Uji Normalitas

Priyatno (2019) sebelum pengujian hipotesis dilakukan, empat uji asumsi klasik dilaksanakan untuk memastikan kelayakan model regresi. Adapun hasil pengujiannya ditampilkan sebagai berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas  
*One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		198
<i>Normal Parameters<sup>a,b</sup></i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	11.43501864
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.059
	<i>Positive</i>	.059
	<i>Negative</i>	-.048
<i>Test Statistic</i>		.059
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.096 <sup>c</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Uji normalitas dengan metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* = 0,096 (> 0,05), sehingga residual dinyatakan terdistribusi normal.

#### b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk menguji apakah model regresi terdapat adanya korelasi yang tinggi antara variabel independent. Hasil pengujian disajikan sebagai berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinearitas

Model	<i>Coefficients<sup>a</sup></i>				<i>Collinearity Statistics</i>	
	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>t</i>	<i>Sig.</i>	<i>Toleranc e</i>	<i>VIF</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>				
1 (Constant)	39.116	10.111	3.869	.000		
Otoriter	.904	.242	3.740	.000	.256	3.905
Otoritatif	.035	.330	.107	.915	.329	3.041
Permisif	.795	.150	5.286	.000	.483	2.069

a. *Dependent Variable: Stres Akademik*

Sumber: Olah Data SPSS 2025

Uji multikolinearitas menunjukkan nilai VIF pada pola asuh otoriter (3,905), otoritatif (3,041), dan permisif (2,069) seluruhnya di bawah 10, dengan nilai *Tolerance* masing-masing di atas 0,1, sehingga model bebas dari multikolinearitas.

#### c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah model regresi memiliki ketidaksamaan varian dari residual pada satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Adapun hasil pengujiannya sebagai berikut.

Tabel 5. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
	1 (Constant)	15.876	6.458		
Otoriter	-.179	.154	-.163	-1.160	.247
Otoritatif	-.298	.211	-.176	-1.415	.159
Permisif	.076	.096	.081	.789	.431

a. *Dependent Variable:* Abs\_RES

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Uji heteroskedastisitas dengan metode Glejser menghasilkan nilai signifikansi untuk pola asuh otoriter (0,247), otoritatif (0,159), dan permisif (0,431) yang seluruhnya di atas 0,05, sehingga tidak ditemukan heteroskedastisitas.

#### d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi digunakan untuk mengetahui keadaan dimana pada model regresi apakah terdapat korelasi antara residual pada periode t dengan residual pada periode sebelumnya. Hasil pengujian tersebut disajikan sebagai berikut.

Tabel 6. Hasil Uji Autokorelasi

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.703 <sup>a</sup>	.494	.486	11.52309	2.021

a. *Predictors:* (Constant), Otoriter, Otoritatif, Permisif.

b. *Dependent Variable:* Stres Akademik.

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Uji autokorelasi dengan metode *Durbin-Watson* menghasilkan nilai DW = 2,021 yang berada pada rentang  $Du < DW < 4-Du$  ( $1,7982 < 2,021 < 2,2018$ ), sehingga model dinyatakan bebas dari autokorelasi. Keseluruhan hasil uji asumsi klasik menunjukkan bahwa model regresi dalam penelitian ini memenuhi prasyarat untuk dilanjutkan ke tahap pengujian hipotesis.

### 3. Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis mayor menggunakan analisis regresi linier berganda menghasilkan nilai  $F = 63,020$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan  $Adjusted R^2 = 0,486$ . Temuan ini menunjukkan bahwa pola asuh otoriter, otoritatif, dan permisif secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres akademik, dan secara bersama-sama mampu menjelaskan 48,6% variansi stres akademik siswa; sehingga hipotesis mayor diterima. Adapun hasilnya dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 7. Pengaruh Pola Asuh Terhadap Stres Akademik

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	25103.662	3	8367.887	63.020	.000 <sup>b</sup>
	Residual	25759.651	194	132.782		
	Total	50863.313	197			

a. *Dependent Variable:* Stres Akademik

b. *Predictors:* (Constant), Otoriter, Otoritatif, Permisif

Sumber: Olah Data SPSS 2025

Tabel 8. Sumbangan Efektif

<i>Model Summary<sup>b</sup></i>				
<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.703 <sup>a</sup>	.494	.486	11.52309

a. *Predictors: (Constant), Otoriter, Otoritatif, Permisif*  
b. *Dependent Variable: Stres Akademik*

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Pengujian hipotesis minor menggunakan analisis korelasi parsial menghasilkan tiga temuan. Hipotesis minor pertama diterima: pola asuh otoriter memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik ( $B = 0,904$ ;  $\beta = 0,378$ ;  $t = 3,740$ ;  $p = 0,000$ ). Hipotesis minor kedua ditolak: pola asuh otoritatif tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik ( $B = 0,035$ ;  $\beta = 0,010$ ;  $t = 0,107$ ;  $p = 0,915$ ). Hipotesis minor ketiga diterima: pola asuh permisif memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik ( $B = 0,795$ ;  $\beta = 0,388$ ;  $t = 5,286$ ;  $p = 0,000$ ), bahkan dengan nilai koefisien beta tertinggi di antara ketiga prediktor.

Tabel 9. Hasil Uji Analisis Korelasi

<i>Model</i>	<i>Coefficients<sup>a</sup></i>						
	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>	<i>Collinearity Statistics</i>	
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>			<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>
1 ( <i>Constant</i> )	39.116	10.111		3.869	.000		
Otoriter	.904	.242	.378	3.740	.000	.256	3.905
Otoritatif	.035	.330	.010	.107	.915	.329	3.041
Permisif	.795	.150	.388	5.286	.000	.483	2.069

a. *Dependent Variable: Stres Akademik*

Sumber: Olah Data SPSS, 2025

Hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa pola asuh orang tua secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres akademik remaja ( $F = 63,020$ ;  $p < 0,05$ ;  $Adjusted R^2 = 0,486$ ). Temuan ini sejalan dengan perspektif ekologis Bronfenbrenner yang menempatkan keluarga sebagai *microsystem* paling berpengaruh dalam perkembangan psikologis anak. Meskipun demikian, nilai  $Adjusted R^2 = 0,486$  juga mengindikasikan bahwa 51,4% variansi stres akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar pola asuh, seperti kepribadian individu, relasi sebaya, dan tekanan institusional sekolah.

Temuan ini menegaskan bahwa pola asuh merupakan prediktor penting, tetapi tidak tunggal, dalam pembentukan stres akademik remaja. Pola asuh otoriter terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik ( $\beta = 0,378$ ;  $p = 0,000$ ), artinya semakin tinggi intensitas pola asuh otoriter yang dipersepsikan anak, semakin tinggi pula tingkat stres akademiknya. Temuan ini konsisten dengan penelitian Ayunda & Affandi (2023) yang menemukan korelasi positif antara pola asuh otoriter dan kecenderungan stres akademik pada siswa SMK. Secara mekanistik, pola asuh otoriter yang ditandai oleh tuntutan kepatuhan tinggi, kontrol ketat, dan minimnya dukungan emosional dapat menghambat perkembangan regulasi diri anak (Marpaung et al., 2025).

Kondisi ini menciptakan lingkungan pengasuhan yang penuh tekanan, di mana anak tidak memiliki ruang untuk mengembangkan strategi koping yang adaptif. Akibatnya, ketika menghadapi tuntutan akademik, anak yang terbiasa dengan pengasuhan otoriter lebih rentan mengalami respons stres yang intens karena tidak terlatih untuk mengelola tekanan secara mandiri. Berbeda dari hipotesis awal, pola asuh otoritatif tidak terbukti berpengaruh signifikan terhadap stres akademik dalam penelitian ini ( $\beta = 0,010$ ;

$p = 0,915$ ). Temuan ini perlu dibaca secara kritis dan tidak serta-merta diinterpretasikan sebagai bukti bahwa pola asuh otoritatif tidak relevan bagi kesejahteraan psikologis remaja. Secara statistik, tidak signifikannya pengaruh ini kemungkinan disebabkan oleh dua hal. Pertama, nilai *mean* pola asuh otoritatif (16,55) yang relatif homogen ( $SD = 4,34$ ) mengindikasikan variasi skor yang terbatas di antara responden, sehingga kekuatan prediksi variabel ini menjadi tereduksi. Kedua, efek protektif pola asuh otoritatif terhadap stres akademik kemungkinan bersifat tidak langsung dimediasi oleh variabel seperti efikasi diri, regulasi emosi, atau kelekatan orang tua-anak yang tidak tertangkap dalam desain penelitian ini.

Interpretasi ini lebih konsisten dengan data dibandingkan menyimpulkan adanya hubungan negatif langsung yang tidak didukung hasil uji statistik. Kajian Sari & Sulistyaningsih (2023) melalui *systematic mapping study* serta tinjauan literatur oleh Syachfitri et al., (2023) mengindikasikan bahwa dukungan, bimbingan, dan komunikasi yang bersahabat dalam pola asuh otoritatif membantu anak menghadapi tuntutan akademik tanpa merasa tertekan, sehingga risiko stres akademik relatif lebih rendah. Dengan demikian, implikasi dari temuan ini bukan bahwa pola asuh otoritatif tidak bermanfaat, melainkan bahwa pengaruhnya terhadap stres akademik bersifat kondisional dan memerlukan variabel antara untuk dapat teramati secara langsung.

Pola asuh permisif terbukti merupakan prediktor terkuat terhadap stres akademik dalam penelitian ini ( $\beta = 0,388$ ;  $p = 0,000$ ), bahkan melampaui pola asuh otoriter. Temuan ini menarik secara teoritis karena tampak kontradiktif dengan asumsi bahwa pola asuh yang penuh kehangatan akan bersifat protektif. Pola asuh permisif memang menyediakan kehangatan emosional, tetapi disertai rendahnya kontrol, tuntutan, dan struktur pengasuhan yang konsisten. Akibatnya, anak tumbuh tanpa panduan yang memadai dalam menghadapi konsekuensi dari tuntutan kehidupan, sehingga ketika berhadapan dengan tekanan akademik yang membutuhkan disiplin dan ketekunan, mereka cenderung lebih tidak siap.

Temuan Hidayanti et al., (2023) pada 189 siswa SMA Negeri 1 Boja yang menunjukkan korelasi positif antara pola asuh permisif dan tingkat stres berat memperkuat argumen ini. Secara kontekstual, nilai beta pola asuh permisif yang lebih tinggi dari pola asuh otoriter dalam penelitian ini dapat dijelaskan oleh karakteristik sampel: mayoritas responden adalah etnis Tionghoa (92,4%) yang secara kultural memiliki ekspektasi akademik tinggi. Orang tua yang permisif dalam konteks budaya tersebut kemungkinan gagal menyediakan struktur dan dukungan instrumental yang dibutuhkan anak untuk memenuhi ekspektasi tersebut, sehingga justru memperparah kerentanan terhadap stres akademik.

## Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa pola asuh orang tua secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres akademik siswa SMA Perguruan Buddhis Bodhicitta Medan ( $F = 63,020$ ;  $p < 0,05$ ;  $Adjusted R^2 = 0,486$ ), sehingga ketiga tipe pola asuh bersama-sama mampu menjelaskan 48,6% variansi stres akademik, sedangkan 51,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Secara parsial, pola asuh otoriter ( $\beta = 0,378$ ;  $p < 0,05$ ) dan pola asuh permisif ( $\beta = 0,388$ ;  $p < 0,05$ ) terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres akademik, sementara pola asuh otoritatif tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan ( $\beta = 0,010$ ;  $p = 0,915$ ); temuan yang patut digarisbawahi adalah bahwa pola asuh permisif merupakan prediktor terkuat, mengindikasikan bahwa minimnya struktur dan panduan pengasuhan berdampak sama besarnya bahkan lebih dibandingkan pengasuhan yang terlalu kontrolatif terhadap tekanan akademik remaja. Hasil ini memiliki implikasi praktis bagi orang tua, pendidik,

dan konselor sekolah untuk tidak hanya menyasar pola asuh otoriter, tetapi juga pola asuh permisif, dengan mendorong penerapan pengasuhan yang seimbang antara kehangatan emosional dan struktur yang konsisten; penelitian selanjutnya disarankan mengeksplorasi variabel mediator seperti regulasi emosi atau efikasi diri guna menjelaskan mekanisme pengaruh pola asuh otoritatif terhadap stres akademik.

### Daftar Pustaka

- Afandi, L. P., Aisha, D., & Dimala, C. P. (2023). Pengaruh Resiliensi Dan Pola Asuh Otoritatif Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Di Karawang Barat. *Empowerment: Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(3).
- Ayunda, E. A., & Affandi, R. G. (2023). Peranan Self-Efficacy Dan Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Kecenderungan Stres Akademik Pada Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 369-379.
- Baumrind, D. (1971). Current Patterns Of Parental Authority. *Developmental Psychology*, 4(2), 1-103.
- Ferdiyanto, F., & Muhid, A. (2020). Stres Akademik Pada Siswa: Menguji Peranan Iklim Kelas Dan School Well-Being. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 140-156.
- Gusti, K. R., Saputera, D. M., & Chris, A. (2023). Gambaran Stres Secara Umum Pada Siswa/i SMA di Jakarta. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 3(1), 22-29.
- Hidayanti, D., Febriana, B., & Setyowati, E. W. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Stres Pada Siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2(1), 393-401.
- Khalda, A., Herlina, H., & Ihsan, H. (2023). Pengaruh Keterlibatan Orang Tua Dan Grit Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*, 7(1), 39-52.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. New York City: Springer.
- Marpaung, W., Silalahi, J. N. B., Lorenza, L., Sianturi, H. P., & Elvinawanty, R. (2025). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Dan *Self-Esteem* Terhadap Munculnya Perilaku Agresif Pada Siswa SMP Swasta Sultan Iskandar Muda Medan. *Riwayat: Educational Journal of History and Humanities*, 8(3).
- Natalia, C., & Lestari, M. D. (2015). Hubungan Antara Kelekatan Aman Pada Orang Tua Dengan Kematangan Emosi Remaja Akhir Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 78-88.
- OECD. (2019). *PISA 2018 Results: What School Life Means For Students' Lives*. Paris: OECD Publishing.
- Papalia, D. E., Martorell, G., & Feldman, R. D. (2023). *Experience Human Development*. Columbus: McGraw-Hill Education.
- Priyatno, D. (2019). *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa Dan Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence*. Columbus: McGraw-Hill Education.
- Sari, K. U., & Sulistyaningsih, R. (2023). Parenting Style To Reduce Academic Stress In Early Childhood During The New Normal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 82-93.
- Shobbriti, P. A., Wibisono, A. Y. G., & Faridah, I. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja Di SMAN 6 Kota Tangerang. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(3), 125-127.

- Syachfitri, L., Fadhiya, R., & Rahman, S. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Stres Akademik Pada Remaja. *Journal on Teacher Education Research & Learning in Faculty of Education*, 4(3), 532-540.
- Syaibani, R., Afriza, R., & Sari, C. P. (2024). Dampak Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Kehidupan Sosial Anak Di Dusun Rejo Mulyo Aceh Tamiang. *Nusantara Mengabdikan Kepada Negeri*, 1(3), 96-101.
- Trisnawati, A. N., Damopoli, P. R. M., Pratama, R. H., & Abdillah, R. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 4(3), 41-50.
- Windayani, N. P., & Putra, I. P. (2021). Dampak Pola Asuh Authoritative Terhadap Regulasi Emosi Remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 6(2), 101-110.