PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

GAMBARAN RESILIENSI POSITIF PADA DEWASA AWAL YANG TUMBUH *DENGAN EMOTIONALLY IMMATURE PARENTS*

Reggina Bunga Marshella[1], Yohana Wuri Satwika[2]
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya[1,2]
e-mail: regginabunga.23223@mhs.unesa.ac.id, yohanasatwika@unesa.ac.id

Diterima: *13/10/2026*; Direvisi: *20/10/2026*; Diterbitkan: *3/11/2026*

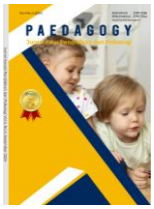
ABSTRAK

Sering kali ditemukan bahwa terdapat orang tua yang belum mampu memahami perannya secara tepat bagi anak. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa orang tua kerap hanya mampu hadir secara fisik, namun belum mampu mendampingi kebutuhan perkembangan emosional anak. Individu yang dibesarkan oleh figur orang tua dengan kondisi belum matang secara emosional (*emotionally immature parents*) tentu menghadapi berbagai tantangan perkembangan yang signifikan. Kendati demikian, sebagian individu justru berhasil mencapai proses resiliensi yang adaptif dari paparan pengalaman buruk di lingkungan keluarga tersebut. Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif studi kasus melalui wawancara terstruktur mendalam terhadap tiga partisipan berusia dewasa awal yang dibesarkan oleh *emotionally immature parents*. Pengolahan data dilakukan dengan analisis tematik berbasis teori resiliensi Wagnild dan Young serta konsep *emotionally immature parents* dari Gibson, yang dilengkapi dengan perspektif teori kelekatan Bowlby serta perkembangan psikososial Erikson. Hasil penelaahan menunjukkan bahwa setiap partisipan mengekspresikan kombinasi dimensi resiliensi yang khas, dengan dimensi *existential aloneness* hanya teridentifikasi pada satu partisipan. Studi ini menyumbangkan kontribusi teoritis melalui penguatan literatur mengenai *emotionally immature parents* di ranah psikologi perkembangan di Indonesia. Fokus kajian diarahkan pada dinamika resiliensi positif, sehingga memperluas cakrawala penelitian yang sebelumnya didominasi oleh evaluasi dampak patologis semata.
Kata Kunci: *Resiliensi Positif, Emotionally Immature Parents, Dewasa Awal*

ABSTRACT

We often find that there are parents who have not been able to understand their roles correctly for their children. Parents may only be physically present, but unable to be emotionally supportive of their children. Individuals who grow up with emotionally immature parents can experience distinct negative impacts on their development. However, some individuals are capable of developing positive resilience despite adverse experiences with their parents. The research method employed is a qualitative case study comprising in-depth interviews with three early adult participants from emotionally immature parenting backgrounds. Structured interviews and thematic data analysis were conducted based on Wagnild and Young's resilience theory and Gibson's emotionally immature parents framework, supplemented by Bowlby's attachment theory and Erikson's psychosocial developmental stages. The study revealed that each participant exhibited different dimensions of resilience, whereas the dimension of existential aloneness was observed in only one participant. This study contributes academically by exploring the framework of emotionally immature parents as an emerging construct in Indonesia. Furthermore, this research differs from others as it highlights adaptive development rather than focusing exclusively on psychopathological deficits.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464



PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Keywords: *Positive Resilience*, *Emotionally Immature Parents*, *Early Adulthood*

PENDAHULUAN

Kecerdasan mental dan emosional anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga. Orang tua dituntut mampu menciptakan iklim komunikasi yang suportif agar anak mampu mengembangkan kemandirian personal secara optimal (Ramadhania et al., 2019). Kombinasi pola asuh ayah dan figur ibu sangat berperan dalam menentukan pembentukan kapasitas resiliensi anak (Muhamad Andiyaman et al., 2022). Kendati demikian, tidak sedikit orang tua yang belum mencapai kematangan emosional dalam memenuhi kebutuhan afeksi anak. Gaya pengasuhan yang minim kepekaan emosional rentan memicu krisis kepercayaan diri, hambatan kemandirian, dan kesulitan bertanggung jawab karena anak tumbuh bersama *emotionally immature parents* (Singh & Khanam, 2023).

Resiliensi dipahami sebagai kapasitas psikologis seseorang untuk mengatasi stresor serta mengubah tekanan menjadi adaptasi positif (Wagnild & Young, 1993). Kemampuan ini menjadi fondasi utama bagi individu untuk bertahan sekaligus bangkit dari krisis yang sedang dihadapi (Utami & Helmi, 2017). Ketahanan dan kelenturan adaptasi dalam menghadapi krisis terbukti membantu individu mempertahankan kestabilan emosi secara terarah (Neviyarni & Netrawati, 2019). Konstruk resiliensi dibangun atas dua dimensi utama, yaitu *personal competence* dan *acceptance of self and life* (Wagnild & Young, 1993). Dimensi *personal competence* memuat aspek ketekunan (*perseverance*) dan kemandirian (*self-reliance*).

Aspek *perseverance* mencerminkan kegigihan individu untuk terus melanjutkan dinamika kehidupannya secara fungsional di tengah tekanan yang berat (Antoinette & Theresia, 2019). Sementara itu, aspek *self-reliance* menandai keyakinan teguh individu terhadap kapasitas diri serta batas kemampuan yang dimilikinya (Wagnild & Young, 1993). Dimensi kedua, yakni *acceptance of self and life*, mencakup aspek *equanimity*, *meaningfulness*, dan *existential aloneness*. Aspek *equanimity* merefleksikan ketenangan batin dalam memandang masa lalu dari perspektif yang seimbang. Aspek *meaningfulness* menunjukkan kesadaran bahwa hidup memiliki nilai esensial, sedangkan *existential aloneness* merujuk pada pengakuan atas keunikan alur hidup setiap manusia (Wagnild & Young, 1993). Sebagian individu yang tumbuh bersama *emotionally immature parents* berhasil mentransformasi pengalaman buruk tersebut menjadi instrumen pembelajaran hidup.

Pada fase dewasa awal, individu mulai mengarahkan minat relasional pada figur signifikan di lingkungan sosialnya (Hidayah et al., 2022). Mengacu pada lintasan perkembangan psikososial Erikson, fase dewasa awal berfokus pada dinamika penyelesaian krisis intimasi versus isolasi (Kamilla et al., 2022). Intimasi menuntut kesiapan individu untuk menjalin kedekatan emosional yang lekat dan mendalam bersama orang lain. Kegagalan menembus kedekatan interpersonal tersebut dapat mengantarkan individu pada rasa sepi serta penarikan diri dari relasi sosial atau isolasi (Sutanto & Muttaqin, 2021). Oleh sebab itu, kesiapan mental pada fase ini sangat ditentukan oleh bagaimana lingkungan pengasuhan awal memfasilitasi kebutuhan emosional anak.

Ketika memasuki fase intimasi yang mensyaratkan komitmen relasional, dewasa awal kerap terbentur oleh tuntutan kemandirian personal. Fenomena ini muncul seiring perluasan kebebasan yang diberikan orang tua kepada anak pada transisi usia dewasa (Santrock, 2018). Mutu afeksi keluarga di masa kanak-kanak berkorelasi kuat dengan pola pembentukan kelekatan individu terhadap pasangannya di masa dewasa (Febi & Meike, 2025). Mengacu pada teori kelekatan, kehadiran orang tua sebagai basis rasa aman (*secure base*) memungkinkan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

individu mengeksplorasi dunia secara mantap (Bowlby, 1988). Keterikatan emosional yang aman terbukti memperkuat regulasi afek positif dan memelihara keharmonisan relasi sosial di kemudian hari (Brandão et al., 2020).

Ketiadaan figur lekat yang suportif umumnya berakar dari karakter orang tua yang belum matang secara emosi (*emotionally immature parents*). Kematangan emosional tercermin dari kapasitas mengelola serta mengekspresikan emosi diri dan merespons kondisi afektif orang lain secara proporsional (Lestari et al., 2021). Orang tua yang matang emosi senantiasa menampilkan empati dan daya tanggap yang konsisten sepanjang pengasuhan anak (Valke & Fernandes, 2022). Minimnya kehangatan emosional keluarga memicu kehampaan batin yang membuat anak cenderung memendam perasaannya (Nisa & Islam, 2025). Kondisi pengasuhan yang tidak responsif ini menjadi ciri khas dari *emotionally immature parents* yang menghambat kematangan anak.

Gibson (2015) merumuskan empat tipe utama dari *emotionally immature parents*, yaitu *emotional parents*, *driven parents*, *passive parents*, dan *rejecting parents*. Orang tua tipe *emotional parents* menunjukkan ketidakstabilan regulasi afek dan menuntut kepatuhan mutlak anak tanpa toleransi (Hasanah, 2016). Tipe *driven parents* berorientasi pada capaian prestasi atau ambisi pekerjaan secara obsesif sehingga mengabaikan ruang perjumpaan afektif bersama keluarga (Azka & Ninin, 2023). Tipe *passive parents* mengambil sikap menghindari ketegangan keluarga dan membiarkan penelantaran peran pengasuhan berlangsung secara berulang (Asni et al., 2025). Sementara itu, tipe *rejecting parents* cenderung menjaga jarak, dingin, serta menolak keintiman relasi dengan melontarkan penolakan tajam kepada anak (Gibson, 2015). Pola penolakan ini dapat melahirkan perilaku penolakan relasional pada anak demi menghindari luka akibat penolakan serupa (Nasution, 2022).

Berdasarkan data kekerasan emosional yang dirilis Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2024), prevalensi kekerasan verbal-emosional di lingkup keluarga tercatat sebesar 43,45% pada laki-laki dan 47,04% pada perempuan rentang usia 13–17 tahun. Pada kelompok usia 18–24 tahun, angka ini bertahan tinggi di angka 53,04% pada laki-laki dan 47,92% pada perempuan (KemenPPPA, 2024). Bentuk perlakuan salah tersebut mencakup intimidasi, bentakan, hingga pengabaian afeksi secara berkelanjutan. Tingginya angka insiden kekerasan emosional memperlihatkan mendesaknya perhatian terhadap dampak psikologis jangka panjang yang dialami korban hingga beranjak dewasa.

Kepercayaan diri individu berkorelasi positif dengan mutu penerimaan dan jalinan komunikasi bersama keluarga (Pangestu et al., 2020). Kendati demikian, kajian empiris yang membedah resiliensi positif pada dewasa awal yang dibesarkan oleh figur *emotionally immature parents* masih sangat terbatas. Mayoritas penelitian terdahulu lebih memusatkan perhatian pada disfungsi klinis keluarga bercerai, keluarga retak, maupun kekerasan fisik secara umum (Rochayah, 2026). Dampak negatif seperti kerentanan efikasi diri (*self-efficacy*) dan isolasi sosial kerap mendominasi literatur yang ada. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi struktur resiliensi positif pada dewasa awal dengan latar belakang *emotionally immature parents* melalui pendekatan dimensi Wagnild dan Young (1993).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus intrinsik guna memperoleh kedalaman eksplorasi fenomena resiliensi subjek secara komprehensif. Pendekatan kualitatif menitikberatkan pada pemaknaan pengalaman riil individu di dalam latar

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

sosial yang alamiah (Azwar, 2017). Pemilihan desain studi kasus intrinsik didasari oleh ketertarikan peneliti untuk mengeksplorasi secara spesifik keunikan proses pembentukan resiliensi pada kasus yang diteliti (Septiana et al., 2024). Metode ini memungkinkan peneliti menelaah batas pengalaman hidup partisipan secara kontekstual dan sistematis.

Kriteria partisipan dalam penelitian ini meliputi individu berusia dewasa awal (18–25 tahun), tumbuh dalam keluarga dengan indikasi *emotionally immature parents*, serta menunjukkan kapasitas keberfungsian hidup yang resilien. Walaupun proses penjaringan awal tidak membatasi identitas gender, seluruh subjek yang berhasil lolos kriteria seleksi kebetulan berjenis kelamin perempuan. Penetapan kriteria ketat ini bertujuan memastikan bahwa subjek benar-benar memiliki kapasitas pengolahan pengalaman masa lalu menjadi pertumbuhan positif. Seluruh partisipan menyatakan kesediaannya secara sukarela dalam menandatangani lembar persetujuan penelitian (*informed consent*).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dengan merujuk pada indikator *emotionally immature parents* dari Gibson (2015) serta dimensi resiliensi Wagnild dan Young (1993). Wawancara langsung digunakan sebagai instrumen utama dalam menggali narasi personal subjek secara terperinci (Rahmawati et al., 2024). Sesi wawancara dilaksanakan dalam kurun waktu Januari hingga Maret 2024. Seluruh sesi wawancara bertempat di ruang privat di area Surabaya guna menjaga kerahasiaan dan kenyamanan emosional subjek, dengan sebagian sesi lanjutan dilakukan melalui panggilan video daring. Seluruh data rekaman audio ditranskrip secara verbatim sebelum dianalisis lebih lanjut.

Teknik analisis data mengacu pada tahapan analisis tematik guna mengidentifikasi pola tema yang bermakna (Tae et al., 2019). Peneliti mengawali proses dengan pembacaan berulang terhadap transkrip, penyusunan kode awal, serta abstraksi kumpulan tema inti (Wahyu Sitasari, 2022). Keabsahan temuan diverifikasi melalui uji *member checking*, yaitu proses verifikasi balik kesesuaian transkrip dan interpretasi data bersama partisipan (Husnullail et al., 2024). Tahapan triangulasi sumber data dan ketelitian pencatatan juga diterapkan guna menjamin reliabilitas temuan kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Wawancara mendalam terhadap tiga partisipan dewasa awal membuahkan pemetaan komprehensif terkait dinamika pertumbuhan resiliensi mereka. Analisis tematik menghasilkan empat tema utama yang mengilustrasikan perjalanan psikologis partisipan, yaitu dinamika keluarga, dampak psikologis, strategi koping (*coping*), dan respon terhadap *emotionally immature parents*. Gambaran tematik mengenai pengalaman ketiga subjek disajikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1 merangkum perbandingan narasi ketiga partisipan pada keempat tema utama penelitian. Matriks ini memperlihatkan variasi pola disfungsi pengasuhan serta perbedaan mekanisme pertahanan diri yang dibentuk oleh masing-masing individu.

Tabel 1 Temuan Tema Resiliensi Partisipan

Tema	Partisipan I (AS)	Partisipan II (DGA)	Partisipan III (NSW)
Dinamika Keluarga	Ibu sering melakukan agresi verbal dan fisik; ayah mengabaikan	Orang tua sibuk bekerja dan tidak komunikatif; afeksi bersyarat pada	Orang tua fokus bekerja sehingga minim kehadiran afektif; relasi

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

	perasaan anak; relasi berorientasi materi.	capaian prestasi akademik semata.	emosional minim komunikasi terbuka.
Dampak Psikologis	Takut terbuka pada keluarga; kesulitan menjalin relasi sosial dan hambatan konsentrasi akademik.	Kesulitan mengekspresikan emosi asli; meyakini penerimaan diri hanya diperoleh lewat capaian prestasi.	Menutup diri dari jejaring pertemanan; menekan luapan emosi; enggan meminta pertolongan pihak lain.
Strategi *Coping*	Menonton tayangan reflektif spiritual Buddha guna meredakan dorongan bunuh diri.	Mengubah kecenderungan mogok makan dan menyakiti diri (*self-harm*) ke arah konseling profesional.	Menerapkan pemecahan masalah (*problem solving*) mandiri, liburan personal, dan waktu refleksi diri.
Respon EIP	Memaknai krisis sebagai fase pembentukan diri; mandiri dalam penyelesaian kendala walau masih ragu diri.	Menyadari emosi negatif bersifat normal; mandiri dan percaya diri akibat terbiasa hidup sendiri.	Memandang trauma masa kecil sebagai bahan pembelajaran; memiliki ketenangan batin dan hidup bermakna.

Data pada Tabel 1 memperlihatkan lintasan psikologis yang berbeda namun bermuara pada tujuan adaptasi yang sejalan pada seluruh partisipan. Meskipun diawali dengan trauma pengabaian afektif dari orang tua, ketiga subjek tidak terjebak dalam disfungsi berkepanjangan. Narasi komparatif di atas mengonfirmasi bahwa pertumbuhan resiliensi berlangsung secara bertahap seiring bertambahnya usia kematangan.

Dinamika Keluarga

Data penelitian mengungkap bahwa seluruh partisipan tumbuh di dalam struktur keluarga yang dingin dan minim kepekaan emosional. Partisipan memiliki orang tua yang hadir secara fisik di rumah, namun gagal menjalankan fungsi dukungan afeksi secara matang. Kondisi ketiadaan dialog hangat tercermin dari penuturan partisipan DGA:

“mereka berdua itu kebiasaan kerja dari dulu, jadi nggak ada- bukan nggak ada sih, aku merasa mereka berdua sama-sama nggak mau melepas kerjaannya gitu” (S2, W1, KB10).

Orang tua DGA juga cenderung mengalihkan atau menghindari percakapan ketika partisipan berupaya mengutarakan beban perasaan yang sedang dialami. Respon orang tua yang menyepelekan kesedihan terlihat jelas dari pernyataan DGA:

“mereka berdua itu bakal mikir yang kayak ya kamu ngapain nyedihin hal kayak gitu, nggak usah dibawa kepikiran yang haruasnya kamu cari itu solusi dari masalahnya” (S2, W1, Kb150).

Ketiadaan koneksi emosional serupa dilaporkan oleh partisipan NSW. Kesibukan orang tua dalam rutinitas kerja membuat waktu kebersamaan di rumah kehilangan makna afektif:

“Sehari-hari itu kita itu dihabiskan dengan kegiatannya sendiri-sendiri kayak saya dengan kegiatan saya sendiri kayak main” (S3, W1, KB15).

Pola asuh yang dingin dan tidak responsif tersebut membatasi ruang dialog sehat bagi anak di rumah. Iklim relasi yang kaku membuat anak rentan menginternalisasi perasaan bersalah serta merasa tidak berharga di hadapan keluarganya (Ernawati & Khariroh, 2021). Kondisi ini membentuk jarak relasional yang nyata antara anak dan orang tua.

Dampak Psikologis

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tema kedua menggarisbawahi dampak psikologis berupa kecenderungan menutup diri dan rendahnya evaluasi diri. Partisipan AS merasakan hambatan sosial dan krisis kepercayaan diri yang terbawa hingga ke jenjang perguruan tinggi:

"Pengaruh keluargaku itu sangat buruk gitu di apalagi kayak di perkuliahan itu kayak aku ngerasa jadi kayak aku kurang banget gitu, kaya aku merasa nggak bisa berpendapat" (S1, W1, Kb135).

Partisipan NSW juga memilih membungkam ekspresi afeknya akibat pengalaman penolakan yang konsisten dari orang tuanya. Pengabaian verbal yang diterima NSW diilustrasikan melalui pengakuannya:

"Kalau saya nangis karena hal lain gitu hal yang nggak menguntungkan mereka pasti mereka marah balik. Jadi respon mereka kalau saya kayak berekspresi berlebihan gitu mostly ini sih mereka cenderung diam dan acuh tak acuh" (S3, W1, KB30).

"Sehari-hari itu saya memilih untuk menyembunyikan perasaanku gitu" (S3, W1, KB35).

Ketidakmampuan mengekspresikan emosi tersebut merupakan mekanisme pertahanan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak. Partisipan belajar bahwa menampakkan kerapuhan di depan orang tua yang tidak matang emosinya justru mendatangkan konsekuensi penolakan. Akibatnya, pola penekanan emosi ini terbawa dalam interaksi sosial yang lebih luas.

Strategi *Coping*

Strategi koping (*coping*) menjadi tema ketiga yang krusial dalam dinamika transisi partisipan. Koping didefinisikan sebagai upaya kognitif dan perilaku individu dalam mengelola tuntutan situasi yang menekan (Fadlillah & Husniati, 2021). Partisipan AS menemukan ketenangan pikiran melalui internalisasi nilai spiritual:

"Kebanyakan ngelihat memengaruhi yang di agama Buddha itu menarik sih buatku, jadi kayak terlalu membenci diri sendiri itu malah banyak proble gitu" (S1, W1, KB240).

Sebelum mencapai pemaknaan spiritual tersebut, AS sempat mengalami distres berat yang memicu keputusasaan hidup:

"Aku pernah di tahap pengen bunuh diri" (S1, W1, KB165).

Pengalaman destruktif serupa juga dilalui oleh partisipan DGA yang sempat menyalurkan tekanan batinnya melalui perilaku melukai diri sendiri (*self-harm*):

"Aku itu orangnya kalau sedih bakal stop makan, nah paling parah yang akan aku lakuin aku pasti akan self harm" (S2, W1, KB185).

Seiring bertambahnya wawasan kematangan, DGA berhasil mengalihkan perilaku menyimpang tersebut menuju pemulihan lewat bantuan tenaga ahli:

"Cuma kalau sekarang tuh aku jadi yang kayak oke gagal, nggak apa-apa tapi kita konseling kayak gitu, kasarannya gitu" (S2, W1, KB190).

Di sisi lain, partisipan NSW memperlihatkan mekanisme koping yang lebih mandiri dan adaptif sejak awal:

"karena saya tahu orangnya gimana, jadi ya udah saya maklumi saja, saya fokus untuk kebahagiaan saya sendiri, saya fokus untuk healing. Jadi cara untuk mengatasinya ya rutin healing sih jujur" (S3, W1, KB175).

Transformasi strategi koping dari destruktif menuju konstruktif menandai titik balik resiliensi subjek. Partisipan membuktikan bahwa pola koping dapat diperbaiki seiring meningkatnya kesadaran diri dan kemauan mencari bantuan. Proses ini menjadi landasan kokoh bagi keberfungsian psikologis mereka.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Respon terhadap *Emotionally Immature Parents*

Meskipun menghadapi pengasuhan yang tidak suportif, seluruh partisipan mampu melepaskan dendam masa lalu secara bertahap. Partisipan AS mengekspresikan proses penerimaan diri dan pengampunan terhadap orang tuanya:

"Aku sekarang udah nggak membenci orang-orang yang telah menyakitiku itu kayak di tahap aku udah nerima" (S1, W1, KB245).

Partisipan DGA mengimbangi masa lalunya dengan memusatkan kendali pada tindakan nyata di masa kini:

"Udah nggak ada yang bisa dilakuin, toh udah lewat, yang bisa aku kontrol kan sekarang. Gimana aku jalanin hari esoknya aja, jadi aku lebih banyak ya udah sedih nggak apa-apa nih tapi besok nggak usah disedihin lagi kayak gitu" (S2, W1, KB220).

Sikap reflektif serupa diungkapkan oleh partisipan NSW yang mengambil hikmah pertumbuhan dari masa kecilnya:

"Saya memaknai masa kecil itu sebagai ya udah pengalaman hidup aja, anggap aja masa-masa itu tuh ajang untuk aku belajar tumbuh dengan lebih baik, jadi saya nggak mau ini sih kaya ambil buruk-buruknya aja gitu. Kalau gitu kan nanti kayak berdampak negatif ke saya juga gitu. Jadi, diambil baik-baiknya aja kayak ya udah atas pengalaman ini tuh saya jadi gini, saya bisa punya versi diri saya yang sekarang ini" (S3, W1, KB245).

Pernyataan di atas menggarisbawahi kemampuan kognitif subjek dalam menyusun ulang makna atas penderitaan masa lalu. Pemaknaan positif tersebut membebaskan mereka dari rasa kepahitan berkepanjangan. Kedewasaan afektif ini menjadi bukti terbentuknya kapasitas resiliensi yang kokoh.

Pembahasan

Perseverance

Aspek *perseverance* mencerminkan keteguhan individu untuk terus melangkah maju terlepas dari rintangan yang mengadang (Sudarji & Juniarti, 2020). Individu yang resilien mampu mempertahankan orientasi masa depan dan menuntaskan persoalan hidup demi meraih tujuan yang bermakna (Rahmanisa et al., 2021). Pada diri AS dan DGA, ketekunan ini tampak dari keberhasilan mereka melepaskan mekanisme koping maladaptif menuju strategi hidup yang lebih fungsional. Kecenderungan menyakiti diri (*self-harm*) pada masa remaja merupakan bentuk distres emosional yang membutuhkan pemulihan sistematis (Anugrah et al., 2023). Keteguhan partisipan untuk keluar dari jerat keputusasaan membuktikan adanya aspek *perseverance* yang kuat sesuai konstruksi Wagnild dan Young (1993).

Equanimity

Aspek *equanimity* diwujudkan melalui pandangan hidup yang tenang dan kemampuan mengevaluasi dinamika krisis secara rasional (Stephano & Yolanda, 2017). Partisipan AS dan DGA mampu memperluas sudut pandangnya dengan melihat trauma masa kecil sebagai proses kehidupan biasa, bukan beban yang melumpuhkan. Ketenangan batin ini memampukan mereka menerima kenyataan tanpa kepahitan emosional yang berlebihan. Pada diri NSW, stabilitas *equanimity* telah terbangun stabil sejak awal melalui kesadaran mengelola stres secara sehat. Kapasitas ini memfasilitasi integrasi emosional yang utuh antara trauma masa lalu dan tujuan hidup saat ini.

Self-Reliance

Aspek *self-reliance* berkaitan dengan keyakinan diri dalam mengambil keputusan mandiri serta kesadaran akan batas kapasitas pribadi (Anggayani et al., 2019). Kemandirian ini dapat mewujud dalam bentuk kemandirian yang sehat maupun kemandirian defensif yang kaku

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

(Bowlby, 1988). Partisipan DGA dan NSW menampilkan kemandirian yang matang, sedangkan AS condong pada bentuk kemandirian defensif (*compulsive self-reliance*). Pola kemandirian defensif ini mendorong individu memaksakan penyelesaian segala persoalan sendiri karena ketidakpercayaan pada orang lain (Malta, 2022). Ketakutan mencari pertolongan sosial tersebut berakar dari pola kelekatan cemas-menghindar di lingkungan keluarga masa lalu (Newman-Taylor et al., 2021).

Meaningfulness

Aspek *meaningfulness* merefleksikan keberadaan tujuan hidup yang bermakna dan keyakinan bahwa setiap perjuangan memiliki nilai berharga (Hidayah et al., 2022). Seluruh partisipan menunjukkan arah hidup yang jelas di tengah bayang-bayang luka pengasuhan masa lalu. Partisipan AS termotivasi mengejar kemandirian ekonomi, DGA memusatkan energinya pada penyelesaian studi secara terarah, sementara NSW menikmati kenyamanan versi diri yang baru. Pengalaman pengasuhan bersama *emotionally immature parents* pada akhirnya tidak memadamkan orientasi hidup para partisipan. Dorongan untuk menemukan kebermaknaan hidup inilah yang menjaga integritas psikologis mereka.

Existential Aloneness

Aspek *existential aloneness* merupakan pemahaman mendalam bahwa setiap individu mengarungi lintasan hidup yang unik dan memiliki tanggung jawab atas dirinya sendiri (Buana, 2023). Dimensi ini tampak paling lemah pada AS dan DGA, tetapi terefleksi kuat pada kepribadian partisipan NSW. NSW sepenuhnya menyadari bahwa orang lain memiliki keterbatasan dalam memahami penderitaannya, sehingga ia tidak bergantung pada validasi eksternal. Kesadaran eksistensial ini sejalan dengan temuan bahwa dewasa awal mampu menemukan ruang pemulihan batin (*existential place to rest*) secara mandiri sebelum menautkan kepercayaan pada orang lain (Lundvall et al., 2022). Sebaliknya, AS dan DGA masih berjuang menyeimbangkan kebutuhan akan koneksi interpersonal dengan ketakutan ditolak.

Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Detta & Abdullah (2017) dan Rochayah (2026) terkait resiliensi pada anak yang tumbuh dalam keluarga *broken home.* Penelitian ini turut membuktikan bahwa resiliensi sifatnya berkembang tergantung individu itu sendiri. Setiap subjek mampu memaknai setiap permasalahan yang ada secara positif. Meskipun kedua penelitian ini tidak sepenuhnya sama karena menggunakan konsep *broken home*, akan tetapi kedua penelitian tersebut mampu mendukung landasan pemikiran bahwa kurangnya peran orang tua tidak menjadi penghalang bagi anak untuk mencapai resiliensi secara positif.

KESIMPULAN

Resiliensi terbukti bukan merupakan sifat bawaan yang statis, melainkan proses perkembangan kapasitas psikologis yang berlangsung secara dinamis (Luthar et al., 2000). Ketiga partisipan dewasa awal yang tumbuh bersama *emotionally immature parents* mengonfirmasi pembentukan resiliensi dengan variasi dimensi yang unik. Partisipan AS paling menonjol pada aspek *perseverance*, DGA memperlihatkan aspek *self-reliance* yang dominan, sementara NSW menampilkan keunggulan pada aspek *existential aloneness*. Di samping variasi tersebut, aspek *equanimity* dan *meaningfulness* berhasil dicapai secara merata oleh seluruh partisipan sebagai jangkar kestabilan hidup mereka.

Penelitian ini memperkaya literatur psikologi perkembangan dengan mengeksplorasi wujud positif dari penanganan dampak *emotionally immature parents* berbasis teori Gibson (2015). Penelitian ini memiliki keterbatasan pada potensi bias ingatan retrospektif (*recall bias*)

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

akibat penggunaan desain studi kasus berbasis wawancara ingatan masa lalu partisipan. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melakukan penelaahan longitudinal terkait faktor-faktor protektif yang mempercepat kematangan dimensi resiliensi.

DAFTAR PUSTAKA

Andiyaman, M., Rakhmawati, D., & Widiharto, C. A. (2022). Hubungan pola asuh orang tua milenial dengan resiliensi siswa kelas VII SMP Negeri 33 Semarang. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *7*(1), 130–136. https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i01.4384

Anggayani, L., Made, I. G., & Hartawan, D. (2019). The relationship between self reliance, proactive attitude, and optimism with coping stress. *BISMA: The Journal of Counseling*, *3*(2), 74–81. https://doi.org/10.23887/bisma.v3i2.2172

Antoinette, J., & Theresia, E. (2019). Grit dan self-control pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Humanitas*, *3*(2), 141–154. https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2172

Anugrah, M. F., Karima, K., Puspita, N. M. S. P., Amir, N. A. B., & Mahardika, A. (2023). Self harm and suicide in adolescents. *Jurnal Biologi Tropis*, *23*(1), 1–9. https://doi.org/10.29303/jbt.v23i1.4582

Asni, A., Muliana, A., Aziz, M., Marhamah, A., & Herman. (2025). Gaya komunikasi orang tua dan dampaknya bagi perkembangan anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *11*(4), 250–258. https://doi.org/10.5281/zenodo.110250

Azka, F. A., & Ninin, R. H. (2023). Persepsi remaja dengan kedua orang tua yang bekerja mengenai keberfungsian keluarga. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, *5*(1), 1–18. https://doi.org/10.36269/psyche.v5i1.928

Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Brandão, T., Matias, M., Ferreira, T., Vieira, J., Schulz, M. S., & Matos, P. M. (2020). Attachment, emotion regulation, and well-being in couples: Intrapersonal and interpersonal associations. *Journal of Personality*, *88*(4), 748–761. https://doi.org/10.1111/jopy.12523

Buana, D. N. (2023). Komunikasi pengungkapan diri (self disclosure) sebagai resiliensi mahasiswa broken home (Studi fenomenologi proses resiliensi mahasiswa broken home di Surabaya). *The Commercium*, *6*(2), 29–38. https://doi.org/10.26740/thecommercium.v6i2.2938

Detta, B., & Abdullah, S. M. (2017). Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home. *Insight Jurnal Ilmiah Psikologi*, *19*(2), 71–86. https://doi.org/https://doi.org/10.26486/psikologi.v19i2.600

Ernawati, & Khariroh, S. (2021). Pengaruh pola asuh (demokratis, permisif, otoriter dan cuek) terhadap sibling rivalry pada anak prasekolah. *Jurnal Menara Medika*, *4*(1), 106–111. https://doi.org/10.31869/mm.v4i1.2845

Fadlillah, A. M., & Husniati, R. (2021). Coping stres pada ibu rumah tangga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *4*(2), 82–89. https://doi.org/10.36341/jpm.v4i2.1720

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

Febi, A., & Meike, A. (2025). Hubungan antara attachment anak dan orang tua dengan keintiman dalam berpacaran pada dewasa awal. *Jurnal Riset Psikologi*, *4*(3), 12–21. https://doi.org/10.29313/jrp.v4i3.4121

Gibson, L. C. (2015). *Adult children of emotionally immature parents: How to heal from distant, rejecting, or self-involved parents*. New Harbinger Publications.

Hasanah, U. (2016). Pola asuh orangtua dalam membentuk karakter anak. *Jurnal Elementary*, *2*(2), 72–82. https://doi.org/10.31764/elementary.v2i2.7282

Hidayah, A. M., Wulandari, D., Putri, F. A., Khotijah, S., Sulistiawati, S., & Ariyanti, W. (2022). Perkembangan pada anak menurut Santrock. *Early Childhood Journal*, *3*(2), 88–101. https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4856

Husnullail, M., Risnita, Jailani, M. S., & Asbui. (2024). Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam riset ilmiah. *Journal Genta Mulia*, *15*(2), 70–78. https://doi.org/10.61290/gm.v15i2.570

Kamilla, K. N., Saputri, A. N. E., Fitriani, D. A., Zahrah, S. A. A., Andryana, P. F. I. A., & Firdausia, I. S. (2022). Teori perkembangan psikososial Erik Erikson. *Early Childhood Journal*, *3*(2), 77–87. https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2024). *Survei nasional pengalaman hidup anak dan remaja (SNPHAR)*. KemenPPPA.

Lestari, F. A., Sagala, H. H., & Nurrohman, W. (2021). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap akhlak siswa. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(3), 392–399. https://doi.org/10.56832/edu.v1i3.392

Lundvall, M., Palmér, L., Hörberg, U., Carlsson, G., & Lindberg, E. (2022). Finding an existential place to rest: Enabling well-being in young adults. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, *17*(1), 1–11. https://doi.org/10.1080/17482631.2022.2109812

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, *71*(3), 543–562. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164

Malta. (2022). The concept of self-reliance. *International Journal of Humanities and Social Science*, *12*(1), 2003–2006. https://doi.org/10.30845/ijhss.v12n1p5

Nasution, E. S. (2022). Gambaran kelekatan anak dengan orangtua. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, *10*(1), 13–20. https://doi.org/10.37010/jppp.v10i1.613

Neviyarni, & Netrawati. (2019). Resilience of teenagers of orphanage in adjustment and facing the reality of life. *Jurnal Neo Konseling*, *1*(4), 1–5. https://doi.org/10.24036/00191kons2019

Newman-Taylor, K., Sood, M., Rowe, A. C., & Carnelley, K. B. (2021). The impact of repeated attachment priming on paranoia, mood and help-seeking intentions in an analogue sample. *Brain Sciences*, *11*(10), 1–15. https://doi.org/10.3390/brainsci11101257

Nisa, I. R., & Islam, A. F. (2025). Pengembangan psikometri alat ukur assessing emotionally immature parents. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, *5*(1), 49–65. https://doi.org/10.20473/brpkmv5i1.72622

Pangestu, C., Sujati, H., & Herwin, H. (2020). Pengaruh self efficacy dan pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri siswa. *Foundasia*, *11*(1), 35–42. https://doi.org/10.21831/foundasia.v11i1.32600

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464

Rahmanisa, Rahmat, H. K., Cahaya, I., Annisa, O., & Pratiwi, S. (2021). Strategi mengembangkan resiliensi individu di tengah masa pandemi COVID-19 menggunakan Islamic art therapy. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, *1*(1), 39–52. https://doi.org/10.35316/jcic.v1i1.3952

Rahmawati, A., Halimah, N., Karmawan, & Setiawan, A. A. (2024). Optimalisasi teknik wawancara dalam penelitian field research melalui pelatihan berbasis participatory action research. *Jurnal Abdimas Prakasa Dakara*, *4*(1), 135–142. https://doi.org/10.37640/japd.v4i1.135

Ramadhania, A. A., Adzhariaha, I., A., W. S., & A., J. S. (2019). Peran orang tua dalam membangun kemandirian anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *3*(1), 1–8. https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.123

Rochayah, S. (2026). Dinamika resiliensi pada individu dengan latar belakang keluarga broken home: Studi kasus kesehatan mental. *Pandalungan: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling dan Multikultural*, *4*(2), 45–55. https://doi.org/10.51878/pandalungan.v4i2.8455

Santrock, J. W. (2018). *Life-span development: Perkembangan masa-hidup* (Edisi ke-13). Erlangga.

Septiana, N. N., Khoiriyah, Z., & Shaleh. (2024). Metode penelitian studi kasus dalam pendekatan kualitatif. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, *10*(4), 112–120. https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i4.1120

Singh, M. M., & Khanam, A. (2023). A study of impact of perceived parenting style on emotional maturity in young adults. *International Journal of Creative Research Thoughts*, *11*(6), 907–917. https://doi.org/10.56726/ijcrt.v11i6.907

Sitasari, N. W. (2022). Mengenal analisa konten dan analisa tematik dalam penelitian kualitatif. *Forum Ilmiah*, *19*(1), 77–84. https://doi.org/10.47007/fi.v19i1.4876

Stephano, A., & Yolanda, D. (2017). Resiliensi penderita keluhan gangguan nyeri yang menggunakan upacara tradisional sebagai sarana pengobatan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *5*(1), 138–144. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i1.4318

Sudarji, S., & Juniarti, F. (2020). Perbedaan grit pada mahasiswa perantau dan bukan perantau di Universitas "X". *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, *2*(1), 15–26. https://doi.org/10.36269/psyche.v2i1.152

Sutanto, M. A., & Muttaqin, D. (2021). Dimensi pembentukan identitas dan intimasi pada masa dewasa awal. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *13*(2), 101–112. https://doi.org/10.15294/intuisi.v13i2.28910

Tae, L. F., Ramdani, Z., & Shidiq, G. A. (2019). Analisis tematik faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam pembelajaran sains. *Indonesian Journal of Educational Assessment*, *2*(1), 79–102. https://doi.org/10.26499/ijea.v2i1.21

Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, *25*(1), 54–65. https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419

Valke, M., & Fernandes, E. (2022). Perceived parenting style and its relationship to locus of control and emotional maturity among emerging adults. *The International Journal of Indian Psychology*, *10*(2), 148–167. https://doi.org/10.25215/1002.015

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, *1*(2), 165–178. https://doi.org/10.1891/1061-3749.1.2.165

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16464