



Tinjauan Literatur: Peran Gaya Pengasuhan terhadap Terjadinya Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak

¹ Maria Leony Rahajeng Firstyani, ² Andy Soemara

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

² Dokter Spesialis Psikiatri, Rumah Sakit Immanuel, Indonesia

Email Korespondensi : marialeony8@gmail.com

Article History :

Received date : 2025/07/21

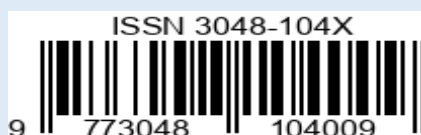
Revised date : 2025/08/14

Accepted date : 2025/09/09

Published date : 2025/10/12



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (BY NC) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).



ABSTRACT

Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak merupakan salah satu kondisi kesehatan mental yang paling umum dan melemahkan, yang secara signifikan mengganggu fungsi akademik, sosial, dan keluarga anak. Lingkungan keluarga, khususnya gaya pengasuhan yang diterapkan orang tua, diakui sebagai faktor fundamental dalam perkembangan psikososial anak. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis hubungan antara berbagai gaya pengasuhan dengan etiologi dan perkembangan Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak. Pembahasan didasarkan pada kerangka teoretis tipologi gaya pengasuhan Baumrind yang diperluas oleh Maccoby dan Martin, serta kriteria diagnostik untuk Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak (F.93.2) menurut *International Classification of Diseases, 10th Revision* (ICD-10) yang menjadi acuan bagi Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia (PPDGJ-III). Sintesis bukti-bukti dari berbagai tinjauan sistematis dan

meta-analisis secara konsisten menunjukkan bahwa gaya pengasuhan otoriter dan mengabaikan, yang ditandai oleh tingginya kontrol psikologis dan rendahnya kehangatan, secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya anxietas sosial. Sebaliknya, gaya pengasuhan otoritatif, yang menyeimbangkan tuntutan dengan responsivitas, berfungsi sebagai faktor protektif yang kuat. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi klinis yang berfokus pada keluarga dan menyoroti perlunya penelitian lebih lanjut yang mempertimbangkan moderasi budaya dan kontribusi diferensial dari ibu dan ayah dalam dinamika ini.

Kata Kunci: Gaya Pengasuhan, Anxietas Sosial, Gangguan Anxietas Masa Kanak, Pengasuhan Otoritatif, Pengasuhan Otoriter, Kontrol Psikologis

PENDAHULUAN

Latar Belakang: Signifikansi Klinis Ansietas Sosial pada Anak

Gangguan ansietas merupakan salah satu patologi yang paling umum terjadi pada populasi anak-anak dan remaja (García-López et al., 2017). Di antara spektrum gangguan tersebut, Gangguan Ansietas Sosial (juga dikenal sebagai fobia sosial) menonjol karena prevalensinya yang tinggi dan dampaknya yang melumpuhkan (American Psychiatric Association, 2013; Morrison & Heimberg, 2013). Kondisi ini ditandai oleh ketakutan yang intens dan persisten terhadap situasi sosial atau situasi performa di mana individu terpapar pada orang yang tidak dikenal atau kemungkinan pengawasan oleh orang lain (American Psychiatric Association, 2013). Inti dari gangguan ini adalah kekhawatiran akan bertindak dengan cara yang memalukan atau akan dievaluasi secara negatif, yang mengarah pada penghindaran situasi sosial atau menahannya dengan penderitaan yang signifikan (Schlenker & Leary, 1982).

Dampak gangguan ini sangat luas, menyebabkan hendaya (*impairment*) yang signifikan dalam berbagai area penting dalam kehidupan seorang anak, termasuk kinerja akademik, kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan dengan teman sebaya, serta partisipasi dalam aktivitas keluarga dan komunitas (American Psychiatric Association, 2013; Spence & Rapee, 2016). Jika tidak ditangani, Gangguan Ansietas Sosial cenderung bersifat kronis dan persisten, sering kali berlanjut hingga masa dewasa dan meningkatkan risiko komorbiditas dengan gangguan mental lain seperti depresi dan penyalahgunaan zat (García-López et al., 2017; American Psychiatric Association, 2013). Mengingat konsekuensi jangka panjang ini, pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor etiologis awal menjadi sangat krusial untuk pengembangan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif.

Peran Sentral Keluarga: Pengasuhan sebagai Faktor Pembentuk Perkembangan Psikososial

Keluarga merupakan lembaga pertama dan utama dalam kehidupan seorang anak, berfungsi sebagai konteks primer untuk sosialisasi dan perkembangan psikologis (Prasetyawati, 2010). Interaksi yang terjadi di dalam keluarga, terutama antara orang tua dan anak, meletakkan fondasi bagi pembentukan kepribadian, konsep diri, regulasi emosi, dan kompetensi sosial anak (Lestari, 2012). Dalam konteks ini, gaya pengasuhan (*parenting style*) muncul sebagai salah satu faktor lingkungan yang paling berpengaruh.

Gaya pengasuhan tidak hanya merujuk pada serangkaian praktik disiplin atau tindakan spesifik, tetapi lebih pada konstelasi sikap, keyakinan, dan perilaku orang tua yang menciptakan iklim emosional yang melingkupi interaksi orang tua-anak (Lestari, 2012; Darling & Steinberg, 1993). Iklim emosional ini, baik yang ditandai oleh kehangatan dan dukungan maupun oleh penolakan dan kontrol yang ketat, memiliki dampak yang mendalam dan luas terhadap hasil perkembangan anak, termasuk kerentanannya terhadap masalah internalisasi seperti kecemasan (Pinquart, 2017). Budaya secara pervasif membentuk keyakinan dan perilaku ini, yang pada gilirannya memengaruhi cara orang tua membesarkan anak-anak mereka untuk mempersiapkan mereka menghadapi situasi fisik dan psikososial yang khas dari budaya mereka (Bornstein, 2012).

Rumusan Masalah dan Tujuan Tinjauan Literatur

Mengingat peran sentral keluarga dalam perkembangan anak dan signifikansi klinis dari anxietas sosial, hubungan antara gaya pengasuhan dan gangguan ini menjadi area penelitian yang penting. Pertanyaan penelitian utama yang memandu tinjauan ini adalah: "Bagaimana peran gaya pengasuhan yang berbeda dalam etiologi dan perkembangan Gangguan Anxietas Sosial Masa Kanak?"

Untuk menjawab pertanyaan ini, tinjauan literatur ini memiliki beberapa tujuan spesifik:

1. Mendefinisikan dan membedakan gaya-gaya pengasuhan utama berdasarkan kerangka teoretis yang mapan.
2. Menjabarkan kriteria diagnostik untuk Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak (F.93.2) sesuai dengan sistem klasifikasi yang relevan.
3. Mensintesis bukti-bukti tingkat tinggi dari tinjauan sistematis dan meta-analisis yang menghubungkan gaya dan praktik pengasuhan spesifik dengan risiko ansietas sosial pada anak.
4. Mendiskusikan implikasi klinis dan arah penelitian masa depan berdasarkan temuan yang ada.

Struktur dan Alur Pembahasan

Tinjauan ini disusun secara sistematis untuk membangun pemahaman yang komprehensif. Bagian pertama akan menguraikan landasan teoretis mengenai gaya pengasuhan, termasuk definisi, dimensi, dan tipologinya. Bagian kedua akan berfokus pada definisi klinis dan kriteria diagnostik Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak, serta evolusinya dalam sistem klasifikasi diagnostik. Bagian ketiga akan menjadi inti dari tinjauan ini, di mana bukti-bukti empiris dari penelitian tingkat tinggi disintesis untuk mengelaborasi hubungan antara variabel-variabel tersebut. Terakhir, laporan ini akan ditutup dengan kesimpulan yang merangkum temuan-temuan utama serta diskusi mengenai implikasinya bagi praktik klinis dan penelitian di masa depan.

TINJAUAN LITERATUR

Konseptualisasi Gaya Pengasuhan: Sebuah Kerangka Teoretis

Definisi dan Dimensi Fundamental: Responsivitas dan Tuntutan

Gaya pengasuhan dapat didefinisikan sebagai keseluruhan cara perlakuan dan interaksi orang tua dengan anak yang diterapkan secara konsisten dari waktu ke waktu (Wahyuning & Jash, 2003; Palupi, 2013). Ini adalah sebuah proses berkelanjutan yang membentuk perilaku, pengetahuan, dan nilai-nilai anak dalam mencapai kedewasaan (Gunarsa, 2000; Prasetyawati, 2010). Kerangka kerja konseptual yang paling berpengaruh dalam memahami gaya pengasuhan dikembangkan oleh Diana Baumrind dan kemudian diperluas oleh Maccoby dan Martin. Kerangka ini didasarkan pada dua dimensi fundamental yang ortogonal (Pressley & McCormick, 2007; Maccoby & Martin, 1983).

1. **Responsivitas (Responsiveness/Warmth):** Dimensi ini merujuk pada sejauh mana orang tua bersikap hangat, suportif, menerima, dan sensitif terhadap kebutuhan emosional dan perkembangan anak (Lestari, 2012; Baumrind, 2005). Tingkat responsivitas yang tinggi ditandai dengan afeksi, keterlibatan, dan komunikasi yang terbuka.
2. **Tuntutan (Demandingness/Control):** Dimensi ini mengacu pada sejauh mana orang tua menetapkan harapan, aturan, dan standar perilaku bagi anak, serta melakukan pengawasan untuk memastikan kepatuhan (Widyarini, 2009; Baumrind, 2005). Ini mencakup upaya orang tua untuk mengintegrasikan anak ke dalam lingkungan sosial melalui pembatasan dan disiplin.

Interaksi antara tingkat tinggi dan rendah dari kedua dimensi ini menghasilkan sebuah tipologi empat gaya pengasuhan yang berbeda, yang masing-masing menciptakan iklim emosional yang unik dalam keluarga (Maccoby & Martin, 1983).

Tipologi Empat Gaya Pengasuhan Baumrind, Maccoby, dan Martin

Berdasarkan dua dimensi di atas, empat gaya pengasuhan utama dapat diidentifikasi, masing-masing dengan karakteristik dan dampak yang berbeda pada perkembangan anak (Baumrind, 2005; Maccoby & Martin, 1983; Santrock, 1995).

- **Gaya Otoritatif (Authoritative):** *Responsivitas Tinggi, Tuntutan Tinggi.* Gaya ini dianggap paling adaptif. Orang tua otoritatif menetapkan batasan yang jelas dan standar yang tinggi, namun melakukannya dalam konteks hubungan yang hangat, responsif, dan suportif. Mereka mendorong komunikasi dua arah, memberikan alasan di balik aturan yang mereka tetapkan, dan menghargai otonomi anak dalam batasan yang wajar (Setiono, 2011; Sumargi & Kristi, 2017; Syahrul & Nurhafizah, 2022).
- **Gaya Otoriter (Authoritarian):** *Responsivitas Rendah, Tuntutan Tinggi.* Orang tua otoriter sangat mengontrol dan menuntut, namun cenderung dingin, tidak responsif, dan sering kali menghukum. Aturan bersifat kaku dan mutlak, dengan penekanan pada kepatuhan tanpa pertanyaan. Komunikasi cenderung satu arah, dari orang tua ke anak, dan pendapat anak jarang dihargai (Dariyo, 2011; Widyarini, 2009; Aas, 2021).
- **Gaya Permisif (Permissive/Indulgent):** *Responsivitas Tinggi, Tuntutan Rendah.* Orang tua permisif sangat hangat dan menerima, namun gagal menetapkan batasan atau aturan yang konsisten. Mereka cenderung memanjakan, menuruti semua keinginan anak, dan menghindari konfrontasi. Mereka lebih berperan sebagai teman daripada figur otoritas (Dariyo, 2011; Pasaribu et al., 2013).
- **Gaya Mengabaikan (Neglectful/Uninvolved):** *Responsivitas Rendah, Tuntutan Rendah.* Gaya ini ditambahkan oleh Maccoby dan Martin dan dikaitkan dengan hasil perkembangan yang paling buruk. Orang tua yang mengabaikan tidak terlibat secara emosional maupun dalam penetapan aturan. Mereka acuh tak acuh terhadap kebutuhan anak dan cenderung membiarkan anak berkembang sendiri tanpa

bimbingan atau dukungan (Maccoby & Martin, 1983; Arnett, 2007).

Penting untuk dipahami bahwa dimensi "tuntutan" atau "kontrol" tidak bersifat monolitik. Literatur psikologi membedakan secara krusial antara dua jenis kontrol. *Kontrol perilaku (behavioral control)*, yang melibatkan pemantauan aktivitas anak dan penetapan aturan yang jelas, merupakan ciri dari pengasuhan otoritatif dan terbukti berhubungan dengan lebih sedikitnya masalah internalisasi (Pinquart, 2017). Sebaliknya, *kontrol psikologis (psychological control)*, yang merupakan ciri khas pengasuhan otoriter, melibatkan upaya memanipulasi keadaan emosional dan psikologis anak melalui rasa bersalah, rasa malu, atau penarikan cinta (Pinquart, 2017). Jenis kontrol inilah yang secara konsisten dan kuat dikaitkan dengan peningkatan risiko kecemasan dan depresi pada anak (García-López et al., 2017). Dengan demikian, bukan keberadaan kontrol itu sendiri yang bersifat patogenik, melainkan *sifat* dari kontrol yang diterapkan.

Tabel 1: Perbandingan Empat Gaya Pengasuhan Berdasarkan Dimensi Responsivitas dan Tuntutan

Gaya Pengasuhan	Tingkat Responsivitas	Tingkat Tuntutan	Contoh Perilaku Orang Tua	Dampak Umum pada Anak
Otoritatif	Tinggi	Tinggi	Menetapkan aturan yang jelas dengan penjelasan, komunikasi	Kompeten secara sosial, bertanggung jawab, memiliki harga

Gaya Pengasuhan	Tingkat Responsivitas	Tingkat Tuntutan	Contoh Perilaku Orang Tua	Dampak Umum pada Anak
			dua arah, hangat, dan mendukung otonomi.	diri tinggi, dan kesehatan mental yang baik.
Otoriter	Rendah	Tinggi	Aturan kaku, sering menggunakan hukuman, komunikasi satu arah, menuntut kepatuhan mutlak.	Cemas, menarik diri, kurang bahagia, rentan terhadap masalah perilaku eksternalisasi.
Permisif	Tinggi	Rendah	Sedikit aturan atau tuntutan, memanjakan, menghindari konfrontasi,	Impulsif, kurang memiliki kontrol diri, kesulitan dalam

Gaya Pengasuhan	Tingkat Responsivitas	Tingkat Tuntutan	Contoh Perilaku Orang Tua	Dampak Umum pada Anak
			bertindak sebagai teman.	hubungan sosial, egois.
Mengabaikan	Rendah	Rendah	Tidak terlibat, acuh tak acuh, tidak memberikan bimbingan emosional maupun struktural.	Masalah internalisasi dan eksternalisasi yang signifikan, kompetensi sosial rendah, masalah akademik.

Sumber: Disintesis dari Baumrind (2005), Maccoby & Martin (1983), dan Pinquart (2017).

Pengasuhan Ideal: Analisis Gaya Otoritatif dan Moderasinya dalam Konteks Lintas Budaya

Dalam literatur psikologi Barat, gaya pengasuhan otoritatif secara konsisten diidentifikasi sebagai gaya "ideal" yang paling kondusif bagi perkembangan anak yang sehat. Sejumlah besar penelitian, termasuk meta-analisis, mengaitkan gaya ini dengan

hasil positif seperti penyesuaian psikologis yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, kompetensi sosial yang unggul, dan tingkat masalah internalisasi (termasuk kecemasan dan depresi) yang lebih rendah (Pinquart, 2017; Sumargi & Kristi, 2017; Sroufe et al., 2005).

Namun, klaim universalitas gaya otoritatif sebagai yang terbaik perlu ditinjau secara kritis. Makna dan dampak dari praktik pengasuhan sangat dimoderasi oleh konteks budaya yang lebih luas, terutama nilai-nilai yang dianut oleh suatu masyarakat, seperti individualisme versus kolektivisme (Bornstein, 2012; Chen & French, 2008). Di budaya Barat yang cenderung individualistik, penekanan pada otonomi, ekspresi diri, dan kemandirian sejalan dengan prinsip-prinsip pengasuhan otoritatif (Zhou et al., 2024).

Sebaliknya, dalam beberapa budaya kolektif di Asia Timur, gaya pengasuhan otoriter, meskipun sering dikaitkan dengan stres psikologis, mungkin tidak dipandang se-negatif di Barat (Zhou et al., 2024). Dalam konteks ini, kontrol yang ketat dan penekanan pada kepatuhan sering kali diinterpretasikan sebagai bentuk kepedulian dan investasi orang tua untuk memastikan kesuksesan akademik dan kehormatan keluarga (Zhou et al., 2024; Rudy & Grusec, 2006). Sebagai contoh, penelitian di Cina dan Korea Selatan menunjukkan bahwa pengasuhan otoriter dapat berkorelasi dengan prestasi akademik yang tinggi, meskipun sering kali dengan "biaya" berupa tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi pada remaja (Zhou et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa "pengasuhan ideal" bukanlah konsep yang absolut, melainkan sebuah konstruksi yang dibentuk oleh nilai dan tujuan sosialisasi yang berlaku dalam suatu budaya (Bornstein, 2012).

Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak: Perspektif Diagnostik

2.2.1 Definisi, Epidemiologi, dan Manifestasi Klinis

Gangguan Ansietas Sosial adalah kondisi kesehatan mental yang ditandai oleh rasa takut atau cemas yang berlebihan dan konsisten dalam situasi sosial (American Psychiatric Association, 2013; Morrison & Heimberg, 2013). Ketakutan ini berpusat pada kekhawatiran akan penilaian negatif dari orang lain—takut dipermalukan, dihina, atau ditolak (American Psychiatric Association, 2013). Sebagai salah satu gangguan kecemasan yang paling umum, kondisi ini memengaruhi persentase yang signifikan dari populasi anak-anak dan remaja (American Psychiatric Association, 2013; García-López et al., 2017).

Pada anak-anak, manifestasi klinisnya bisa berbeda dari orang dewasa. Alih-alih melaporkan kekhawatiran kognitif, mereka mungkin menunjukkan kecemasan melalui perilaku seperti menangis, mengamuk (*tantrums*), membeku (*freezing*), melekat pada orang tua (*clinging*), atau menolak untuk berbicara dalam situasi sosial (mutisme selektif) (Schneider et al., 2011; MSD Manuals, 2023). Gejala fisik seperti muka memerah, berkeringat, gemetar, dan sakit perut juga umum terjadi saat dihadapkan pada situasi sosial yang ditakuti (American Psychiatric Association, 2013).

Kriteria Diagnosis Berdasarkan PPDGJ-III (ICD-10: F.93.2)

Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia (PPDGJ-III) merupakan adaptasi resmi dari *International Classification of Diseases, 10th Revision* (ICD-10) yang diterbitkan oleh WHO (Kementerian Kesehatan RI, n.d.; Yusuf et al., 2015). Meskipun materi PPDGJ-III yang terperinci sulit diakses, kriteria dari ICD-10 dapat digunakan sebagai acuan yang sangat akurat.

Dalam ICD-10, Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak diklasifikasikan dengan kode **F93.2**. Gangguan ini berada di bawah kategori yang lebih luas, yaitu **F93: Gangguan Emosional dengan Onset Khas pada Masa Kanak** (WHO, 1992; gesund.bund.de, n.d.). Kriteria diagnostik utamanya meliputi adanya rasa takut yang persisten atau berulang terhadap orang asing, yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Rasa takut atau penghindaran terhadap situasi sosial yang melibatkan orang-orang yang tidak dikenal harus terjadi dalam lingkungan teman sebaya, bukan hanya dalam interaksi dengan orang dewasa (Schneider et al., 2011; WHO, 1992). Kecemasan tersebut harus menyebabkan penderitaan (*distress*) yang signifikan secara klinis atau hendaya (*impairment*) dalam fungsi sosial, akademik, atau area penting lainnya, dan berlangsung setidaknya selama 6 bulan untuk individu di bawah 18 tahun (American Psychiatric Association, 2013).

Evolusi Diagnostik: Implikasi Perubahan dari ICD-10 ke ICD-11

Sistem klasifikasi diagnostik terus berkembang seiring dengan kemajuan pemahaman ilmiah. Salah satu perubahan paling signifikan dalam transisi dari ICD-10 ke ICD-11 adalah restrukturisasi gangguan kecemasan. Dalam ICD-11, blok F93 ("Gangguan Emosional dengan Onset Khas pada Masa Kanak") telah dihapus (Gaebel et al., 2021; Reed et al., 2019).

Akibatnya, "Gangguan Ansietas Sosial Masa Kanak" (F93.2) tidak lagi menjadi kategori diagnostik yang terpisah. Sebaliknya, gangguan ini telah digabungkan ke dalam satu kategori tunggal yang berlaku sepanjang rentang kehidupan, yaitu "**Gangguan Ansietas Sosial**" (kode **6B04**) (Gaebel et al., 2021; WHO, 2022). Perubahan ini mencerminkan pergeseran paradigma dalam psikiatri, dari melihat gangguan masa kanak-kanak sebagai entitas yang terpisah menjadi mengakui kontinuitas perkembangan gangguan mental. Pendekatan *lifespan* ini menggarisbawahi bahwa Gangguan Ansietas Sosial pada dasarnya adalah kondisi yang sama, baik pada anak-anak maupun orang

dewasa, meskipun manifestasi gejalanya dapat bervariasi sesuai dengan tahap perkembangan (Gaebel et al., 2021; Reed et al., 2019). Implikasinya adalah bahwa gejala anxietas sosial pada masa kanak-kanak tidak boleh dianggap sebagai "fase" yang akan berlalu, melainkan sebagai manifestasi awal dari kondisi yang berpotensi kronis dan memerlukan intervensi dini.

Sintesis Penelitian Empiris: Kaitan antara Gaya Pengasuhan dan Anxietas Sosial

Temuan Kunci dari Tinjauan Sistematis dan Meta-Analisis

Bukti dari penelitian tingkat tinggi, seperti tinjauan sistematis dan meta-analisis, secara konsisten menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara gaya pengasuhan dengan perkembangan gangguan kecemasan pada anak dan remaja (Yaffe, 2021). Temuan-temuan ini dapat dikategorikan ke dalam faktor protektif dan faktor risiko.

- **Faktor Protektif (Berkaitan dengan Tingkat Anxietas yang Lebih Rendah):**
Gaya pengasuhan otoritatif secara konsisten muncul sebagai faktor protektif yang kuat. Praktik-praktik yang menjadi ciri khas gaya ini—seperti kehangatan orang tua (parental warmth), afeksi, penerimaan (acceptance), dan responsivitas—berkorelasi negatif dengan tingkat kecemasan dan gejala internalisasi lainnya (García-López et al., 2017; Pinquart, 2017; Sroufe et al., 2005). Lingkungan yang suportif dan penuh kasih sayang ini tampaknya membekali anak dengan rasa aman dan harga diri yang lebih tinggi, yang berfungsi sebagai penyangga terhadap perkembangan kecemasan.
- **Faktor Risiko (Berkaitan dengan Tingkat Anxietas yang Lebih Tinggi):**
Sebaliknya, beberapa gaya dan praktik pengasuhan secara konsisten diidentifikasi sebagai faktor risiko. Gaya pengasuhan otoriter, mengabaikan (neglectful), dan yang bersifat terlalu protektif (overprotective) sangat terkait dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi (Yaffe, 2021; Pinquart, 2017). Praktik-praktik spesifik

yang terbukti paling merusak meliputi penolakan (rejection), kontrol psikologis, kontrol orang tua yang berlebihan, keterlibatan berlebih (over-involvement), disiplin yang kaku, dan kontrol yang bermusuhan (hostile control) (García-López et al., 2017).

Mekanisme Risiko: Peran Kontrol Psikologis, Penolakan, dan Keterlibatan Berlebih (Over-involvement)

Untuk memahami mengapa gaya pengasuhan tertentu meningkatkan risiko anxietas sosial, penting untuk melihat mekanisme spesifik yang mendasarinya.

- **Kontrol Orang Tua:** Di antara berbagai dimensi pengasuhan, kontrol orang tua muncul sebagai prediktor yang paling kuat untuk kecemasan pada anak, dengan ukuran efek yang lebih besar dibandingkan dengan kurangnya kehangatan (Yaffe, 2021). Seperti yang telah dibahas, *kontrol psikologis*—yang memanipulasi pikiran dan perasaan anak—adalah bentuk kontrol yang paling berbahaya. Praktik ini menghambat perkembangan otonomi dan rasa percaya diri anak, membuat mereka merasa tidak mampu dan terus-menerus bergantung pada validasi eksternal, yang merupakan inti dari kecemasan sosial (Pinquart, 2017).
- **Penolakan dan Rendahnya Kehangatan:** Anak-anak yang mengalami penolakan atau kurangnya kehangatan dari orang tua cenderung mengembangkan skema kognitif negatif tentang diri mereka sendiri dan dunia (Yaffe, 2021). Mereka mungkin menginternalisasi keyakinan bahwa mereka tidak berharga atau tidak layak dicintai, dan memandang dunia sosial sebagai tempat yang mengancam dan kritis. Kerentanan kognitif ini menjadi dasar bagi ketakutan akan evaluasi negatif yang menjadi ciri khas anxietas sosial.
- **Keterlibatan Berlebih/Terlalu Protektif:** Orang tua yang terlalu terlibat atau terlalu protektif, meskipun mungkin berniat baik, secara tidak langsung mengirimkan pesan kepada anak bahwa dunia adalah tempat yang berbahaya dan

bahwa anak tidak memiliki kapasitas untuk menghadapinya sendiri (García-López et al., 2017; Yaffe, 2021). Dengan menghalangi anak dari pengalaman menghadapi tantangan sosial secara mandiri, orang tua ini mencegah pengembangan keterampilan sosial dan resiliensi. Hal ini menumbuhkan kerentanan psikologis terhadap kecemasan, di mana anak belajar bahwa mereka tidak memiliki kontrol atas lingkungan mereka (Chorpita & Barlow, 1998).

Kontribusi Diferensial Orang Tua: Menganalisis Peran Unik Ayah dan Ibu

Penelitian modern telah bergerak melampaui konsep "pengasuhan" sebagai variabel tunggal dan mulai menggunakan metodologi statistik yang canggih, seperti *Meta-Analytic Structural Equation Modeling* (MASEM), untuk memisahkan kontribusi unik dari ibu dan ayah. Temuan dari analisis ini menunjukkan gambaran yang lebih bernuansa.

- **Peran Kehangatan:** Kehangatan dan penerimaan dari **kedua orang tua** (baik ibu maupun ayah) secara unik berkontribusi dalam mengurangi gejala anxiety sosial pada remaja (Howard et al., 2025). Ini menunjukkan bahwa afeksi dari kedua figur orang tua adalah faktor protektif yang penting.
- **Peran Kontrol:** Gambaran menjadi lebih kompleks ketika menganalisis peran kontrol. Meta-analisis terbaru yang menggunakan MASEM menemukan bahwa ketika kontribusi ibu dan ayah dianalisis secara bersamaan, **kontrol psikologis dari ibu** sering kali muncul sebagai prediktor unik yang lebih kuat terhadap peningkatan gejala kecemasan, sementara efek unik dari kontrol ayah menjadi tidak signifikan (Howard et al., 2025).
- **Peran Unik Ayah:** Di sisi lain, beberapa penelitian menunjukkan bahwa ayah mungkin memiliki peran khusus dalam membentuk **kepercayaan diri sosial** anak. Dalam situasi sosial yang ambigu, perilaku percaya diri yang ditunjukkan oleh ayah dapat memiliki pengaruh yang lebih besar pada anak yang sangat cemas secara

sosial dibandingkan dengan perilaku ibu (Bögels & Perotti, 2011). Hal ini mengisyaratkan bahwa ayah mungkin memainkan peran penting dalam mengajarkan anak cara menghadapi ketidakpastian sosial dengan lebih berani, mungkin melalui interaksi bermain yang lebih menantang dan mendorong eksplorasi (Bögels & Perotti, 2011).

Secara keseluruhan, bukti ini menunjukkan adanya interaksi yang kompleks di mana ibu dan ayah memiliki peran yang berbeda namun sama-sama penting dalam perkembangan (atau pencegahan) anxietas sosial pada anak.

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Rangkuman Temuan Utama: Menegaskan Hubungan Kausal yang Kompleks

Tinjauan literatur ini menegaskan adanya hubungan yang kuat dan konsisten antara gaya pengasuhan orang tua dan risiko perkembangan Gangguan Anxietas Sosial pada masa kanak-kanak. Bukti-bukti dari berbagai meta-analisis dan tinjauan sistematis secara meyakinkan menunjukkan bahwa gaya pengasuhan otoritatif, yang ditandai oleh keseimbangan antara kehangatan dan kontrol perilaku yang wajar, berfungsi sebagai faktor protektif yang signifikan (Pinquart, 2017; Sroufe et al., 2005). Sebaliknya, gaya pengasuhan otoriter dan mengabaikan, yang dicirikan oleh kontrol psikologis yang tinggi, penolakan, dan kurangnya responsivitas, merupakan faktor risiko yang kuat (García-López et al., 2017; Yaffe, 2021). Mekanisme yang mendasari hubungan ini melibatkan terhambatnya perkembangan otonomi, pembentukan skema kognitif negatif, dan kegagalan dalam mengembangkan keterampilan sosial yang adaptif. Hubungan ini bersifat kompleks, dimoderasi oleh konteks budaya (Bornstein, 2012; Zhou et al., 2024), dan dipengaruhi oleh kontribusi unik dan diferensial dari ibu dan ayah (Howard et al., 2025).

Implikasi untuk Praktik Klinis dan Intervensi Keluarga

Temuan yang disajikan dalam tinjauan ini memiliki implikasi penting bagi praktik klinis.

1. **Pelibatan Keluarga dalam Terapi:** Mengingat peran sentral dinamika keluarga, intervensi untuk anxietas sosial pada anak tidak boleh hanya berfokus pada anak secara individual. Pelibatan orang tua dan keluarga dalam proses terapi adalah suatu keharusan (García-López et al., 2017).
2. **Target Intervensi Spesifik:** Praktisi klinis harus melakukan asesmen terhadap gaya pengasuhan dan praktik-praktik spesifik dalam keluarga. Intervensi harus menargetkan pengurangan praktik maladaptif seperti kontrol psikologis, kritik yang berlebihan, dan keterlibatan berlebih, sambil secara aktif mengajarkan dan mendorong praktik-praktik pengasuhan otoritatif, seperti komunikasi yang hangat, penetapan batasan yang konsisten dengan penjelasan, dan dukungan terhadap otonomi anak.
3. **Pendekatan Terapi Berbasis Bukti:** Pendekatan seperti *Parent-Child Interaction Therapy* (PCIT) dan program pelatihan orang tua lainnya yang bertujuan untuk memodifikasi pola interaksi maladaptif dan meningkatkan kualitas hubungan orang tua-anak menunjukkan potensi yang besar dalam mengurangi gangguan kecemasan pada anak (Wibowo et al., 2022).
4. **Sensitivitas Budaya:** Intervensi harus dirancang dan disampaikan dengan kepekaan terhadap latar belakang budaya keluarga. Praktisi harus memahami nilai-nilai dan keyakinan keluarga mengenai pengasuhan untuk dapat memberikan rekomendasi yang relevan dan dapat diterima (Bornstein, 2012).

Arah Penelitian di Masa Depan: Menuju Pemahaman yang Lebih Nuansawi

Meskipun pemahaman kita telah berkembang pesat, beberapa area masih memerlukan penelitian lebih lanjut.

1. **Desain Longitudinal:** Sebagian besar penelitian yang ada bersifat korelasional. Studi longitudinal prospektif diperlukan untuk memperkuat kesimpulan kausal, yaitu untuk menunjukkan secara lebih definitif bahwa gaya pengasuhan tertentu mendahului dan memprediksi timbulnya anxiety sosial.
2. **Metodologi Lanjutan:** Penggunaan metodologi statistik yang lebih canggih, seperti MASEM, harus dilanjutkan untuk terus memisahkan dan memahami peran unik dan interaktif dari ibu dan ayah (Howard et al., 2025).
3. **Penelitian Lintas Budaya:** Diperlukan lebih banyak penelitian berkualitas tinggi yang dilakukan di luar konteks budaya Barat untuk memahami bagaimana norma dan nilai budaya memoderasi hubungan antara pengasuhan dan hasil perkembangan anak (Zhou et al., 2024).
4. **Interaksi Gen-Lingkungan:** Penelitian di masa depan harus mengeksplorasi interaksi kompleks antara faktor pengasuhan dengan faktor risiko lainnya, seperti temperamen bawaan anak (misalnya, inhibisi perilaku) dan kerentanan genetik, untuk membangun model etiologi yang lebih komprehensif (Pinquart, 2017; Yaffe, 2021).

Dengan melanjutkan penelitian di area-area ini, kita dapat memperdalam pemahaman tentang bagaimana lingkungan keluarga membentuk kesehatan mental anak dan mengembangkan intervensi yang lebih efektif dan bertarget untuk mencegah dan mengobati Gangguan Anxiety Sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Aas, D. (2021). Dampak Pola Asuh Otoriter Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini (Studi Kasus Kelompok A di RA Attaqwa Padaringan, Kabupaten Ciamis). *Tarbiyat al-Aulad: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 6(1), 13-26.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).

Arnett, J. J. (Ed.). (2007). *International encyclopedia of adolescence*. Routledge.

Baumrind, D. (2005). Pattern of parental authority and adolescent autonomy. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2005(108), 61-69.

Bögels, S. M., & Perotti, L. P. (2011). Parenting and social anxiety: Fathers' versus mothers' influence on their children's anxiety in ambiguous social situations. *Cognitive Therapy and Research*, 35(2), 122-132.

Bornstein, M. H. (2012). Cultural approaches to parenting. *Parenting: Science and Practice*, 12(2-3), 212-221.

Chen, X., & French, D. C. (2008). Children's social competence in cultural context. *Annual Review of Psychology*, 59, 591-616.

Chorpita, B. F., & Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: The role of control in the early environment. *Psychological Bulletin*, 124(1), 3-21.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.

Dariyo, A. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Refika Aditama.

Gaebel, W., Stricker, J., & Kerst, A. (2021). Changes from ICD-10 to ICD-11 and future directions in psychiatric classification: a systematic review. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 271(1), 1-11.

García-López, L. J., et al. (2017). The relationship between parenting styles or parenting practices, and anxiety in childhood and adolescence: A systematic review. *Revista Española de Pedagogía*, 75(267), 269-288.

gesund.bund.de. (n.d.). *ICD-Code F93.2: Social anxiety disorder of childhood*. Diakses dari <https://gesund.bund.de/en/icd-code-search/f93-2>

Gunarsa, S. D. (2000). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. BPK Gunung Mulia.

Howard, C. J., Oshri, A., & Card, N. (2025). Perceived Mother and Father Parenting and Adolescent Social Anxiety Symptoms: A Meta-Analysis. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*.

Kementerian Kesehatan RI. (n.d.). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa*.

Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Kencana Prenada Media Group.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (pp. 1-101). Wiley.

Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 249-274.

MSD Manuals. (2023). *Gangguan Kecemasan Sosial pada Anak-Anak dan Remaja*. Diakses dari <https://www.msdmanuals.com/id/home/masalah-kesehatan-anak/gangguan-kesehatan-mental-pada-anak-anak-dan-remaja/gangguan-kecemasan-sosial-pada-anak-anak-dan-remaja>

Palupi, D. H. (2013). *Hubungan antara pola asuh orang tua dengan kemandirian anak usia prasekolah*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pasaribu, R.M., Hastuti, & Alfiasari. (2013). Gaya pengasuhan permisif dan rendahnya sosialisasi nilai dalam keluarga berisiko terhadap penurunan karakter remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 6(3), 163-171.

Pinquart, M. (2017). Associations of parenting styles and dimensions with academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 29(3), 475-493.

Prasetyawati, E. (2010). *Hubungan antara pola asuh orang tua dengan prestasi belajar siswa*. Universitas Sebelas Maret.

Pressley, M., & McCormick, C. B. (2007). *Child and adolescent development for educators*. Guilford Press.

Reed, G. M., et al. (2019). Innovations and changes in the ICD-11 classification of mental, behavioural and neurodevelopmental disorders. *World Psychiatry*, 18(1), 3-19.

Rudy, D., & Grusec, J. E. (2006). Authoritarian parenting in individualist and collectivist groups: Associations with maternal emotion and cognition and children's self-esteem. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 68–78.

Santrock, J. W. (1995). *Children*. Brown & Benchmark Publishers.

Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92(3), 641–669.

Schneider, S., et al. (2011). Anxiety disorders in children and adolescents. *Deutsches Ärzteblatt International*, 108(46), 775–784.

Setiono, K. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Widya Padjadjaran.

Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*, 86, 50-67.

Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Guilford Press.

Sumargi, A. M., & Kristi, A. N. (2017). Well-being orangtua, pengasuhan otoritatif, dan perilaku bermasalah pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 44(3), 185-197.

Syahrul, S., & Nurhafizah, N. (2022). Analisis Pola Asuh Demokratis terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6400-6408.

Wahyuning, C., & Jash, A. (2003). *Pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap pembentukan kepribadian anak*. Universitas Kristen Petra.

Wibowo, A. S., et al. (2022). Parent-Child Interaction Therapy untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan: Sebuah Meta-Analisis. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 14(1), 1-12.

Widyarini, N. (2009). *Buku ajar psikologi perkembangan*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

World Health Organization. (1992). *The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders: Clinical descriptions and diagnostic guidelines*.

World Health Organization. (2022). *International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11)*.

Yaffe, Y. (2021). A narrative review of the relationship between parenting and anxiety disorders in children and adolescents. *Journal of Family Theory & Review*, 13(4), 502-518.

Yusuf, A.H., R, & Nihayati, E. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Salemba Medika.

Zhou, Y., et al. (2024). A Cross-Cultural Review of Parenting Styles: Examining the Universality and Cultural Specificity of Authoritative and Authoritarian Approaches. *ResearchGate*.