



Parenting Styles and People Pleasing Tendencies Among Adolescents in Sidoarjo

Pola Asuh Orang Tua dan Kecenderungan People Pleaser pada Remaja di Sidoarjo

Irma Muslikhatul Khoiroh¹⁾, Nurfi Laili²⁾

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: (nurfilaili@umsida.ac.id)

Abstract. *his study aims to examine the relationship between parenting styles and people-pleasing tendencies among adolescents in Sidoarjo. Adolescence is a critical stage in a person's development that is heavily influenced by the environment, particularly the family. The way parents raise their children plays a role in shaping adolescentTs' tendency to always please others, even to the point of neglecting themselves. This study employs a quantitative approach with a correlational design. The study sample consists of 339 adolescents aged 13–24 years who still live with their parents. Data were collected via a questionnaire measuring parenting styles and people-pleasing tendencies. Data analysis was conducted using Spearman's correlation test. The results indicate that the majority of respondents fall into the moderate category of people-pleasing tendencies. Additionally, a significant relationship was found between parental parenting styles and adolescents' people-pleasing tendencies, with a correlation coefficient of 0.548 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). This relationship is positive, meaning that the higher the level of parenting received by adolescents, the higher their tendency to be people pleasers. It can be concluded that parenting styles play a significant role in shaping adolescents' tendency to please others. Therefore, a balanced parenting style is necessary so that adolescents can develop into individuals capable of valuing themselves.*

Keywords - parenting style, people pleaser, adolescents

Abstrak. *Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan kondisi people pleaser pada remaja di Sidoarjo. Masa remaja adalah tahap penting dalam perkembangan seseorang yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan, terutama keluarga. Cara orang tua mengasuh anak berperan dalam membentuk kecenderungan remaja untuk selalu menyenangkan orang lain, bahkan sampai mengabaikan dirinya sendiri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Subjek penelitian terdiri dari 339 remaja berusia 13–24 tahun yang masih tinggal bersama orang tua. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur pola asuh orang tua serta kecenderungan people pleaser. Analisis data dilakukan dengan statistic uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat people pleaser kategori sedang. Selain itu, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kecenderungan people pleaser pada remaja, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,548 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hubungan ini bersifat positif, artinya semakin tinggi pola asuh yang diterima remaja, maka semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk menjadi people pleaser. Dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kecenderungan remaja untuk menyenangkan orang lain. Oleh karena itu, diperlukan pola asuh yang seimbang agar remaja dapat berkembang menjadi individu yang mampu menghargai diri sendiri serta memiliki batasan yang sehat dalam berinteraksi sosial.*

Kata Kunci - pola asuh orang tua, people pleaser, remaja

OPEN ACCESS

ISSN 2541 2299 (online)

ISSN 2089 4155 (print)

Edited by:

Wanda Rahma Syanti

Reviewed by:

Dwi Nur Rachmah

IGA Novikayati

**Correspondence:*

Effy Wardati Maryam

effywardati@umsida.ac.id

Received: 04 February 2026

Accepted: 13 February 2026

Published: 24 February 2026

Citation:

Nur Hayati, Effy Wardati

Maryam (2026) Time Out

Reduces Hitting Tantrums in

Early Childhood

Psikologia : Jurnal Psikologi. 11i1.

10.21070/psikologia.v 10i2.2144

I. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak dan kedewasaan yang memiliki peran penting dalam kehidupan individu [1]. Santrock [1] mengklasifikasikan masa remaja menjadi tiga kategori usia, yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Remaja adalah individu yang masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan terdekat mereka, terutama keluarga dan orang tua sebagai figur dalam proses pertumbuhan dan perkembangan [2]. Pada masa ini, mereka mulai mengenal siapa diri mereka, bagaimana mereka dilihat oleh orang lain, serta mulai membentuk nilai-nilai keyakinan tentang bagaimana seharusnya bersikap dalam kehidupan sosial yang sedang mencari jati diri. Mereka mulai lebih aktif berinteraksi di luar lingkungan keluarga, seperti di sekolah dan komunitas sosial [3]. Namun, pola asuh yang mereka terima sejak kecil tetap menjadi dasar pembentukan konsep diri mereka [4]. Jika sejak dini mereka dibentuk untuk menjadi pribadi yang selalu berusaha menyenangkan orang lain atau merasa harus memenuhi ekspektasi orang lain agar diterima, maka pada masa remaja mereka akan semakin menunjukkan perilaku *people pleaser* [3]. *People pleaser* merupakan perilaku yang berdampak negatif bagi individu karena kecenderungan untuk terus menyenangkan orang lain, meskipun harus mengorbankan kebutuhan serta keinginannya sendiri. Menurut Merriam-Webster dan Susan Newman, *people pleaser* adalah individu yang berusaha melakukan berbagai hal demi kepuasan orang lain tanpa mempertimbangkan kepentingan dirinya sendiri [5]. Mereka selalu mencoba untuk menyenangkan hati orang lain sekalipun harus mengorbankan kepentingan dan keinginan diri sendiri [5]. Banyak remaja merasa takut menolak permintaan orang lain hal itu dapat mengakibatkan stres dan kecemasan [6]. Hal ini bisa berpengaruh besar terhadap cara mereka menjalani hubungan sosial, mengambil keputusan, hingga mengekspresikan diri secara otentik [3]. Remaja dengan perilaku *people pleaser* memiliki karakteristik, seperti memiliki ketakutan akan penolakan, memiliki kebutuhan dicintai dan diterima orang lain, serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah [7]. Berdasarkan teori *Need to Belong* oleh Baumeister dan Leary [8], perilaku *people pleaser* memiliki tiga aspek utama, yaitu ketergantungan pada penerimaan sosial, pengorbanan diri berlebihan, dan kesulitan menetapkan batasan diri. Menurut Baumeister dan

Leary [8], manusia memiliki kebutuhan dasar untuk diterima dan menjadi bagian dari kelompok sosialnya. Ketika kebutuhan ini berkembang secara berlebihan, individu menunjukkan ketergantungan pada penerimaan sosial dengan selalu berusaha disukai dan menghindari penolakan agar merasa berharga, yang menyebabkan mereka menyesuaikan diri secara berlebihan dan mengabaikan kebutuhan pribadi [8]. Beattie [5] menjelaskan melalui konsep *Codependency* bahwa individu yang cenderung *people pleaser* sering menempatkan kepentingan orang lain di atas dirinya sendiri, merasa bertanggung jawab atas kebahagiaan orang lain, serta mengorbankan waktu dan energi untuk mempertahankan hubungan yang harmonis. Individu menilai harga diri mereka berdasarkan berapa banyak mereka dapat membantu atau memberikan kebahagiaan kepada orang lain [5]. Menurut teori komuni tanpa batas oleh Fritz dan Helgeson [8] menggambarkan kecenderungan seseorang yang terlalu terobsesi dengan kebutuhan orang lain dan kehilangan kemampuan untuk menetapkan batasan pribadi yang tegas. Individu seperti itu merasa sulit untuk menolak permintaan, merasa bersalah ketika mereka mengatakan tidak, dan membiarkan orang lain melanggar batasan mereka untuk menjaga hubungan [8]. Kedua teori tersebut menunjukkan bahwa perilaku *people pleaser* merupakan mekanisme adaptif berlebihan yang berakar dari kebutuhan mendalam akan penerimaan sosial, berkembang menjadi pola hubungan yang tidak seimbang, dan akhirnya menyebabkan individu kehilangan keseimbangan antara kepedulian terhadap orang lain dan penghargaan terhadap diri sendiri.

Pada penelitian Pratama & Suharnan [9] menunjukkan bahwa individu dengan kecenderungan *people pleaser*, yang ditandai dengan konsep diri rendah, kebutuhan tinggi akan penerimaan sosial, serta kecenderungan untuk menghindari konflik, memiliki kerentanan lebih besar untuk menjadi korban *bullying*. Hasil penelitian Utami dan Fitriani [7] tentang perilaku *people pleaser* di kalangan remaja di Bandung dari segi rata-rata, hampir sebagian besar responden cenderung memiliki perilaku *people pleaser* yang sangat tinggi yang ditandai dengan mudahnya seseorang untuk mengiyakan permintaan, memiliki ketakutan untuk membuat orang lain merasa kecewa, dan memiliki keinginan yang cukup besar untuk diterima secara sosial. Herdyanti & Margaretha [4] mengemukakan bahwa remaja dengan konsep diri rendah secara signifikan lebih rentan mengalami perundungan di lingkungan sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki konsep diri *people pleaser* sering kali tidak mampu menegaskan batas pribadi. Individu

dengan kecenderungan *people pleaser* sering mengalami kecemasan yang mendalam, dipicu oleh pikiran negatif yang menguasai pikiran mereka dan berpotensi menyebabkan stres serta tingkat sensitivitas yang tinggi [10]. Dari beberapa permasalahan penelitian sebelumnya, dapat kita ketahui bahwa remaja tergolong masih banyak yang memiliki *people pleaser* yang tinggi. Selain berdasarkan kajian teoritis dan hasil penelitian terdahulu, fenomena perilaku *people pleaser* juga ditemukan secara langsung pada remaja di wilayah Sidoarjo. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan menggunakan skala *people pleaser*, survei ini dilakukan pada 20 responden remaja. Hasil survei awal menunjukkan bahwa kondisi perilaku *people pleaser* pada responden tergolong cukup tinggi. Berdasarkan hasil kategorisasi, sebanyak 12 responden (60%) termasuk dalam kategori *people pleaser* tinggi, 6 responden (30%) pada kategori sedang, dan 2 responden (10%) berada pada kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja menunjukkan kondisi perilaku *people pleaser*. Perilaku tersebut ditandai dengan kesulitan menolak permintaan orang lain, kebutuhan tinggi akan penerimaan sosial, serta kecenderungan mengesampingkan kebutuhan diri sendiri demi menjaga hubungan sosial. Karakteristik ini sejalan dengan teori *need to belong* dari Roy F. Baumeister dan Mark R. Leary yang menyatakan bahwa individu memiliki kebutuhan dasar untuk diterima dalam relasi sosial. Ketika kebutuhan tersebut menjadi lebih dominan, seseorang biasanya akan menyesuaikan dirinya secara berlebihan agar tidak mengalami penolakan. Selain itu, konsep *codependency* yang dikemukakan oleh Melody Beattie menjelaskan bahwa individu dengan kecenderungan *people pleaser* sering kali mengutamakan kepentingan orang lain dibandingkan dirinya sendiri demi menjaga hubungan tetap harmonis. [11].

Perilaku *People pleaser* terbentuk dari berbagai faktor psikologis dan sosial yang muncul serta berkembang seiring dengan pengalaman yang dialami oleh individu. Salah satu faktor utama adalah rendahnya batasan diri (*self boundaries*), di mana individu mengalami kesulitan untuk mengatakan “tidak” dan cenderung mengutamakan kebutuhan orang lain dibandingkan dirinya sendiri, yang terbukti memiliki hubungan signifikan dengan perilaku *people pleaser* [12]. Selain itu, gaya kelekatan emosional,

khususnya attachment cemas, juga berperan dalam meningkatkan kecenderungan *people pleasing* karena individu memiliki ketakutan akan penolakan dan kebutuhan tinggi akan penerimaan sosial [13].

Faktor lain yang turut memengaruhi adalah kelekatan dengan teman sebaya, di mana tekanan sosial untuk diterima dalam kelompok mendorong individu untuk menyesuaikan diri secara berlebihan [14]. Pengalaman kehidupan yang kurang menyenangkan, seperti konflik keluarga atau perceraian orang tua, juga dapat menurunkan penerimaan diri (*self-acceptance*), yang pada akhirnya meningkatkan kecenderungan individu untuk mencari validasi eksternal melalui perilaku *people pleasing* [15]. Berbagai faktor tersebut tidak terlepas dari peran lingkungan keluarga, terutama pola asuh orang tua, sebagai konteks awal pembentukan kepribadian dan regulasi emosi anak. Pola asuh orang tua memiliki peran penting dalam pembentukan kecenderungan *people pleaser* pada remaja, di mana pola asuh otoriter yang menekankan kepatuhan dan kontrol tinggi tanpa kehangatan dapat membuat anak terbiasa menekan kebutuhan diri demi memperoleh penerimaan, sehingga meningkatkan kecenderungan menyenangkan orang lain secara berlebihan [16].

Berdasarkan konteks pendidikan, orang tua memiliki berbagai gaya pola asuh tersendiri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), gaya pengasuhan mengacu pada pola, model, sistem, dan metode kerja, serta bentuk (struktur) yang konsisten. Sementara kalimat asuh dapat berarti menjaga (merawat dan mendidik), membimbing (membantu, melatih, dan sebagainya), dan memimpin. Lebih jelasnya kata asuh mencakup segala aspek yang berkaitan dengan pemilihan, perawatan, dukungan, dan bantuan sehingga remaja tetap berdiri dan menjalani hidupnya secara sehat [17]. Menurut Baumrind [5] tipe-tipe pola asuh orang tua dapat diklasifikasikan menjadi tiga, meliputi pola asuh *authoritative*, pola asuh ini memberikan perlakuan hangat di dalam kehidupan sehari-harinya namun tegas dalam menegakkan aturan di dalam keluarga melalui perlakuan *responsiveness* dan *demandingness* yang tinggi dalam area emosional, interpersonal, kognisi, dan sosial untuk mengatur dirinya sendiri, serta mengatasi masalah remaja. Orang tua yang menggunakan pola asuh *authoritative* bersedia untuk mendengarkan, menghibur, dan melihat sudut pandang anak mereka. Orang tua terlibat dalam diskusi dan perdebatan dengan anak mereka; Pola asuh *authoritarian*, pola asuh ini menampilkan sedikit kehangatan dan penuh dengan pengendalian.

Orang tua yang menggunakan pola asuh ini memiliki kedisiplinan yang ketat, mempunyai batasan, hukuman, dan bersikeras bahwa anak mereka harus mengikuti aturan orang tua. Orang tua authoritarian tidak terlibat dalam diskusi dengan anak remaja mereka.

Orang tua yang otoriter percaya bahwa anak harus menerima tanpa mempertanyakan peraturan yang mereka terapkan; Pola asuh permissive, pola asuh ini sangat hangat namun bebas. Mereka memanjakan dan pasif dalam pengasuhannya, dan percaya bahwa cara untuk menunjukkan rasa cinta mereka yaitu dengan cara membebaskan apa yang ingin dilakukan oleh anak mereka. Orang tua permisif tidak ingin mengatakan tidak atau tidak ingin anak mereka kecewa. Akibatnya, remaja diperbolehkan untuk membuat atau mengambil banyak keputusan penting dalam hidup mereka tanpa ada kontrol dari orang tua [18].

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti akan mengkaji dari beberapa penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan antara pola asuh dengan perilaku people pleaser pada remaja. Meskipun beberapa penelitian telah meneliti people pleaser, masih terbatas penelitian yang mengkaji pola asuh dengan people pleaser. Perbedaan dari penelitian ini, penelitian dilakukan dalam konteks remaja di wilayah Sidoarjo bukan sekolah tertentu seperti pada penelitian sebelumnya. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi hubungan antara pola asuh dengan kondisi people pleaser pada remaja yang diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif dan mendukung perkembangan konsep diri yang positif pada anak, sehingga mereka mendapat tumbuh menjadi individu yang seimbang dan mandiri. Manfaat penelitian ini memberikan gambaran mengenai kondisi people pleaser pada remaja berdasarkan pola asuh orang tua. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu orangtua dan pihak terkait dalam memahami faktor pengasuhan dan berkaitan dengan Kondisi people pleaser, sehingga dapat mendukung perkembangan remaja yang lebih positif, seimbang, dan mandiri.

II. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menggambarkan pola asuh orang tua people pleaser melalui uji statistik Hubungan untuk menguji persial tiap pola asuh pada variable people pleaser. Menurut Sugiyono[19], Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang

bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variable . Penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial untuk menginterpretasikan data yang diperoleh dari instrumen terstruktur berupa kuesioner. Subjek penelitian ini adalah remaja usia 13-24 tahun di Sidoarjo yang masih tinggal bersama orang tua, dengan karakteristik ketergantungan sosial, pengorbanan diri, dan kesulitan batasan. Jumlah subjek yang digunakan sebanyak 339 responden dipilih untuk representasi deskriptif yang memadai. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Snowball Sampling. teknik sampling Snowball Sampling dimulai dari responden kecil yang kemudian mereferensikan orang lain, sehingga bertambah seperti salju menggelinding, cocok untuk populasi tersembunyi. Sugiyono [19] menyatakan: "Snowball sampling" adalah teknik pengambilan sampel sumber data, yang pada awalnya jumlahnya sedikit, lama-lama menjadi besar". Instrumen pertama, skala pola asuh, mengadopsi teori Baumrind yang mengklasifikasikan gaya pengasuhan menjadi otoritatif, otoriter, dan permisif berdasarkan dimensi warmth dan control. Instrumen kedua, skala people pleaser, didasarkan pada need to belong Baumeister & Leary [11] sebagai motivasi dasar manusia untuk attachment interpersonal, codependency (Beattie) [20], dan unmitigated communion di mana individu mengabaikan kebutuhan diri demi orang lain. Reliabilitas pada skala people pleaser berdasarkan uji Cronbach's Alpha yang menunjukkan nilai $\alpha = 0,924$. Sedangkan Reliabilitas pada skala polah asuh berdasarkan uji Cronbach's Alpha yang menunjukkan nilai $\alpha = 0,768$, yang menandakan bahwa skala memiliki konsistensi internal yang tinggi dan layak digunakan untuk penelitian psikologi. Metode penelitian ini mencakup pengujian awal validitas dan reliabilitas instrumen menggunakan SPSS, diikuti dengan analisis statistik korelasional untuk menggambarkan pola asuh orang tua dan karakteristik konsep diri people pleaser. Analisis mencakup perhitungan mean, standar deviasi, frekuensi distribusi, serta persentase kategori skor dari kedua skala, sesuai definisi Sugiyono [19] yang menyatakan bahwa statistik deskriptif bertujuan "memberikan gambaran data secara apa adanya melalui ukuran pemusatan dan penyebaran". Penelitian sebelumnya yang menjadi fondasi kuat untuk teknik sampling dan relevansi teori adalah studi Herdyanti dan Margaretha, yang menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional serta purposive sampling untuk menggambarkan hubungan antara konsep diri rendah dengan kerentanan people pleaser pada remaja. Studi tersebut menyimpulkan bahwa konsep diri lemah berkaitan dengan sensitivitas tekanan sosial, termasuk kondisi people pleaser, sebagaimana dikutip: "remaja dengan self-concept rendah lebih rentan terhadap tekanan peer group" [21].

III. Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

Penelitian ini dilakukan pada remaja pada bulan Desember 2025 memulai penyebaran skala People pleaser dan, Pola asuh kepada responden kemudian melakukan perhitungan. Skala People pleaser terdiri atas 15 aitem dan, skala polah asuh terdiri dari 30 aitem. Tahap perhitungan dimulai dari melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji Homogenitas.

Data deskriptif

Berdasarkan karakteristik pada karakteristik responden pada Tabel 1, menunjukkan bahwa responden perempuan lebih mendominasi dibandingkan responden laki-laki. Dari total 339 responden, sebanyak 201 responden (59,29%) berjenis kelamin perempuan, sedangkan responden laki-laki berjumlah 138 orang (40,71%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan.

Tabel 1. Gambaran Deskriptif Responden (N=339)

Data yang dikumpulkan akan dianalisis untuk melihat distribusinya guna menentukan metode analisis yang tepat. Oleh karena itu, selanjutnya adalah melakukan kategorisasi skor ke dalam dua kategori yaitu sedang, dan tinggi. Dalam melakukan kategorisasi skor, ditetapkan normal sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Skor Kategorisasi atau

menghapus perilaku yang tidak diinginkan. Di antara Berdasarkan tabel kategorisasi skor variabel people pleaser, diketahui bahwa responden dengan kategori sedang merupakan kelompok terbanyak, yaitu sebanyak 291 orang (85,87%). Sementara itu, responden dengan kategori rendah berjumlah 48 orang (14,13%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori people pleaser sedang.

Tabel 3. Kategorisasi Skor People pleaser

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Gambar 1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil visualisasi histogram skor pola asuh, dapat diketahui bahwa distribusi data menunjukkan pola yang mendekati distribusi normal. Hal tersebut dapat dilihat dari bentuk histogram yang cenderung simetris dan menyerupai kurva lonceng (bell-shaped), yang dimana sebagian besar skor

responden di sekitar nilai rata-rata (Mean = 165,89). Sebaran data ke kiri dan ke kanan dari nilai tengah juga relatif seimbang, tanpa terlihat adanya kemencengan (skewness) yang berlebihan maupun pencilan (outlier) yang mencolok. Kondisi ini menunjukkan bahwa data tidak mengalami penyimpangan distribusi yang berarti. Secara visual data pola asuh dapat dianggap memenuhi asumsi normalitas dan layak digunakan untuk analisis statistik parametrik pada tahap berikutnya.

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Tabel 4. Uji Homogenitas

Berdasarkan hasil uji homogenitas varians menggunakan Levene's Test, diperoleh nilai signifikansi Based on Mean sebesar 0,831. Nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data pola asuh otoritatif, otoriter, dan permisif bersifat homogen.

Uji Hubungan

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, perilaku temper tantrum dapat dipahami sebagai ledakan emosi yang tak terkontrol yang dialami oleh individu, dan hal ini seringkali mengganggu aktivitas orang-orang di sekelilingnya. Karena masalah tersebut, peneliti ingin menurunkan perilaku tantrum subjek. ZAA, seorang anak laki-laki berusia 3,8 tahun yang merupakan subjek dalam penelitian ini. Pada permasalahan ini subjek menunjukkan perilaku temper tantrum setiap harinya, yaitu memukul pengasuh, orang tua, dan orang lain disekitarnya.

Tabel 5. Uji Hubungan

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan kondisi people pleaser pada remaja di wilayah Sidoarjo. Berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar responden berada pada kategori people pleaser sedang, yaitu sebanyak 291 responden (85,87%), sedangkan 48 responden (14,13%) berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku menyenangkan orang lain merupakan karakteristik yang cukup umum dialami oleh remaja. Berdasarkan hasil uji korelasi spearman, didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,548 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara pola asuh dengan people pleaser. Artinya, semakin tinggi pola asuh yang diterima oleh remaja, maka semakin besar pula kecenderungan mereka untuk terus menyenangkan orang lain. Kekuatan hubungan yang berada apa tingkat sedang mengindikasikan bahwa pola asuh memiliki peran yang cukup penting, tetapi bukan satu satunya faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku people pleaser.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Need to Belong [11] yang menyatakan individu memiliki kebutuhan dasar untuk diterima dalam hubungan sosial.

Ketika kebutuhan tersebut berkembang secara berlebihan, individu akan cenderung menyesuaikan diri secara berlebihan demi memperoleh penerimaan sosial. Selain itu, teori attachment

dari John Bowlby [22] menjelaskan bahwa hubungan emosional awal dengan orang tua akan membentuk pola relasi interpersonal individu di masa remaja, termasuk kecenderungan untuk mencari validasi dari orang lain. Pola interaksi dalam keluarga menjadi dasar bagaimana individu memahami penerimaan, penolakan, serta cara membangun hubungan sosial. Selain dipengaruhi oleh pola asuh orang tua secara umum, kecenderungan perilaku *people pleaser* pada remaja juga dapat dijelaskan melalui dampak psikologis dari pola asuh tertentu, khususnya pola asuh otoriter. Penelitian yang dilakukan oleh Louw dan Rahmatulloh [23] menunjukkan bahwa pola asuh otoriter memiliki hubungan dengan meningkatnya kecemasan sosial pada remaja. Kecemasan sosial tersebut membuat individu lebih sensitif terhadap penilaian orang lain dan cenderung berusaha menyesuaikan diri agar dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Hal ini sejalan dengan karakteristik *people pleaser* yang cenderung menghindari konflik dan berusaha menyenangkan orang lain. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Khatimah dan Purnamasari [24] juga menemukan bahwa individu yang dibesarkan dalam pola asuh otoriter cenderung mengalami kecemasan dalam hubungan sosial hingga masa dewasa awal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengaruh pola asuh tidak hanya terjadi dalam jangka pendek, tetapi juga berlanjut sepanjang proses perkembangan individu. Kecemasan sosial yang dialami kemudian dapat mendorong munculnya perilaku *people pleaser* sebagai cara beradaptasi agar terhindar dari penolakan. Selain itu, penelitian Moctar dan Kahina [25] pola asuh otoriter terbukti berkaitan erat dengan munculnya rasa tidak aman atau *insecure* pada siswa. Saat seseorang merasa kurang percaya diri, mereka biasanya jadi sangat bergantung pada pengakuan orang lain. Dampaknya, mereka cenderung "cari aman" dengan cara terlalu menyesuaikan diri demi menjaga pertemanan atau hubungan sosial. Temuan ini juga sejalan dengan hasil riset yang dilakukan oleh Furi dan Rachmawati. [26] Penelitian tersebut menjelaskan kalau pola asuh yang terlalu mengekang (otoriter) bikin siswa jadi sulit menerima diri apa adanya. Karena mereka merasa "kurang" di mata sendiri, akhirnya mereka jadi haus validasi dan sangat bergantung pada penilaian orang lain. Inilah yang memicu perilaku *people pleaser* atau hobi menyenangkan orang lain demi rasa aman. Kalau kita bedah dari sisi motivasi dan kebutuhan psikis, teori dari Deci, Olafsen, dan Ryan juga menyebutkan hal serupa [27] menjelaskan individu memiliki kebutuhan dasar akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan *self-determination theory*. Jika kebutuhan otonomi tidak terpenuhi, remaja cenderung bergantung pada penilaian eksternal sebagai sumber penghargaan diri. Hal tersebut membuat individu lebih rentan untuk menyesuaikan perilaku demi mendapatkan penerimaan dari orang lain, yang merupakan ciri khas perilaku *people pleaser*. Faktor harga diri (*self-esteem*) juga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku *people pleaser*. Penelitian Yuladi dan Mardianto [28] menunjukkan individu dengan *self-esteem* rendah cenderung memiliki ketergantungan dalam hubungan interpersonal, seperti

kecenderungan *codependency*. Individu dengan kondisi ini cenderung mengutamakan kebutuhan orang lain dibandingkan dirinya sendiri, yang merupakan salah satu perilaku *people pleaser*. Lebih lanjut, penelitian Fadhila [18] menunjukkan bahwa dinamika psikologis individu, termasuk pengalaman dalam keluarga, dapat memengaruhi cara individu dalam menjalin hubungan sosial. Pengalaman tersebut membentuk perilaku individu dalam berinteraksi, termasuk kecenderungan untuk mencari penerimaan sosial. Hal ini diperkuat oleh penelitian Lavy dan Mikulincer [29] yang menunjukkan bahwa individu dengan sensitivitas interpersonal yang tinggi cenderung lebih memperhatikan hubungan sosial dan berusaha mempertahankannya, bahkan dengan cara menyenangkan orang lain secara berlebihan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku *people pleaser* pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh secara langsung, tetapi juga melalui berbagai mekanisme psikologis seperti kecemasan sosial, rasa tidak aman (*insecure*), rendahnya penerimaan diri, serta *self-esteem* yang rendah. Seluruh faktor tersebut saling berkaitan dan memperkuat kecenderungan individu untuk mencari penerimaan sosial dengan cara menyenangkan orang lain.

IV Simpulan

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kondisi *people pleaser* pada remaja di wilayah Sidoarjo. Berdasarkan analisis menggunakan korelasi Spearman, diketahui bahwa ketiga jenis pola asuh, yaitu otoritatif ($r = 0,554$), otoriter ($r = 0,566$), dan permisif ($r = 0,552$), sama-sama memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kondisi *people pleaser* ($p < 0,01$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi penerapan masing-masing pola asuh tersebut dalam kehidupan remaja, maka semakin tinggi pula kecenderungan remaja untuk berperilaku menyenangkan orang lain, bahkan dalam beberapa situasi berpotensi mengesampingkan kebutuhan dirinya sendiri. Secara deskriptif, hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *people pleaser* tingkat sedang, dengan persentase mencapai 85,87%. Temuan ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk menyenangkan orang lain bukanlah hal yang jarang, melainkan cukup umum terjadi pada remaja. Kondisi ini dapat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan sosial remaja, di mana mereka mulai membangun relasi dengan lingkungan dan berusaha mendapatkan penerimaan dari orang lain. Penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh orang tua memiliki peran yang cukup besar dalam membentuk karakteristik psikologis remaja, khususnya dalam hal sensitivitas terhadap orang lain, kecenderungan untuk patuh, serta kemampuan dalam menetapkan batasan diri. Ketiga aspek tersebut sangat berkaitan dengan munculnya perilaku *people pleaser*. Dengan kata lain, bagaimana orang tua membimbing, mengarahkan, serta memberikan respon terhadap anak akan turut memengaruhi cara remaja memandang dirinya sendiri dan berinteraksi dengan orang lain. Temuan ini menekankan pentingnya penerapan pola asuh yang seimbang, yaitu yang mampu menggabungkan kehangatan emosional dengan ketegasan dalam menetapkan batasan. Pola asuh yang seperti ini diharapkan dapat membantu remaja berkembang secara lebih sehat, baik dari segi emosional maupun

sosial, sehingga mereka tidak hanya mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, tetapi juga tetap memiliki penghargaan diri serta batasan yang jelas dalam setiap interaksi sosialnya.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada remaja di wilayah sidoarjo yang telah bersedia meluangkan waktunya serta berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Partisipasi yang diberikan sangat membantu kelancaran proses penelitian serta tercapainya tujuan penelitian ini

Referensi

- [1] J.W. Santrock, *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga, 2012.
- [2] H. Hendri, "Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Konsep Diri Pada Anak," -Taujih Bimbing. Dan Konseling Islam," *Taujih Bimbing Dan Konseling Islam*, vol. 2 (2), 2019, doi: 10.22373/taujih.v2i2.6528.
- [3] R. R. Alfahmi, S. R. Fateha, W. P. Syarifatul Millah, F. Lestari, dan S. Hamidah, "Kajian Mendalam Mengenai People Pleaser dan Dampak Psikologis Pada Pelakunya".
- [4] F. Herdyanti dan M. Margaretha, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecenderungan Menjadi Korban Bullying Pada Remaja Awal," *J Psikol Undip*, vol. 15, no. 2, 2017, doi: 10.14710/jpu.15.2.92-98.
- [5] S. Newman, *The Book of No: 250 Ways to Say It and Mean It—and Stop People-Pleasing Forever*. New York: McGraw-Hill.
- [6] Merriam-Webster, "People pleaser," *Merriam-Webster.com Dictionary*. [Daring]. Tersedia pada: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/people%20pleaser>
- [7] A. R. D. Utami dan F. Fitriani, "Hubungan antara people pleaser dan perilaku bullying pada remaja," *Univ. Pendidik. Indones.*, [Daring]. Tersedia pada: <https://repository.upi.edu/70607/>
- [8] R. F. Baumeister and M. R. Leary, "The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation," *Psychol. Bull.*, vol. 117.
- [9] B. D. Pratama dan S. Suharnan, "Hubungan Antara Konsep Diri Dan Internal Locus Of Control Dengan Kematangan Karir Siswa SMA," *Psikol Indones.*, vol. 3, no. 3, 2015, doi: 10.30996/persona.v3i03.411.
- [10] L. F. Seltzer, "The People-Pleaser's Dilemma: Why You Can't Say 'No'," *Psychology Today*. [Daring]. Tersedia pada: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/evolution-the-self/202107/the-people-pleasers-dilemma-why-you-cant-say-no>
- [11] R. F. Baumeister dan M. R. Leary, "Fundamental Human Motivation," *Psychol. Bull.*, vol. 117, no. 3, hlm. 497–552, 1995.
- [12] F. R. Zalika dan A. T. Nisa, "The Relationship between Self Boundaries and People Pleaser Behavior in Islamic Guidance and Counseling Students at UIN Raden Mas Said Surakarta," vol. 12, no. 2, 2024.
- [13] N. D. Aulia dan A. Fitriani, "Hubungan antara Anxiety Attachment dengan People Pleaser pada Siswa SMA X di Kota Semarang," vol. 01, no. 01, 2025.
- [14] R. Muhana, "Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya Dengan Perilaku People Pleaser Pada Mahasiswa di UNISSULA," vol. 02, no. 03.
- [15] N. A. Devina dan S. Murdiana, "THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ACCEPTANCE AND PEOPLE PLEASER IN LATE ADOLESCENTS WHO EXPERIENCED PARENTAL DIVORCE".
- [16] S. Yousaf, "The Relation between Self-esteem, Parenting Style and Social Anxiety in Girls," 2015.
- [17] "‘Setiap anak dilahirkan di atas fitrah...’ hadis riwayat Nabi Muhammad SAW," *Shahih al-Bukhari dan Shahih Muslim*.
- [18] A. S. Fadhila, "Pola Asuh Orang Tua, dan Parental Attachment pada Kemandirian Emosional Santri Pondok Pesantren X," *Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta*.
- [19] "Sugiyono."
- [20] K. H. Grobman, "Parenting Styles - Original to Contemporary Research and Applications".
- [21] F. Herdyanti dan M. Margaretha, "HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECENDERUNGAN MENJADI KORBAN BULLYING PADA REMAJA AWAL," *J. Psikol. Undip*, vol. 15, no. 2, hlm. 92, Mei 2017, doi: 10.14710/jpu.15.2.92-98.
- [22] "437-Article Text-1115-1-10-20160425."
- [23] N. Nabila Louw dan A. R. Rahmatulloh, "Orang Tua vs Anak: Kajian Pola Asuh Otoriter Orang Tua terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja," *J. Integrasi Ris. Psikol.*, vol. 2, no. 1, hlm. 14–19, Jan 2024, doi: 10.26486/intensi.v2i1.3835.
- [24] H. Khatimah dan S. E. Purnamasari, "DIBESARKAN DALAM KEKANGAN, TUMBUH DENGAN KECEMASAN: STUDI TENTANG POLA ASUH OTORITER DAN KECEMASAN SOSIAL PADA MASA DEWASA AWAL," E.
- [25] D. R. F. F. Moctar dan D. I. Kahina, "Hubungan Pola Asuh Otoriter Orang Tua Dengan Sikap Insecure Pada Siswa," *PUBLIK Publ. Layanan Bimbing. Dan Konseling Islam*, vol. 1, no. 2, hlm. 10–18, Jun 2022, doi: 10.47945/publik.v1i2.729.
- [26] Faidatul Aulia Ratna Furi dan I. Rachmawati, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Otoriter Terhadap Penerimaan Diri Siswa SMP," *Teach. Learn. Dev.*, vol. 3, no. 1, hlm. 36–41, Apr 2025, doi: 10.62672/telad.v3i1.41.
- [27] E. L. Deci, A. H. Olafsen, dan R. M. Ryan, "Self-Determination Theory in Work Organizations: The State of a Science," *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.*, vol. 4, no. 1, hlm. 19–43, Mar 2017, doi: 10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108.

[28] A. Yuladi dan M. Mardianto, “Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Codependency dalam Pertemanan Dekat di Kalangan Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Padang,” TSAQOFAH, vol. 5, no. 6, hlm. 6753–6765, Nov 2025, doi: 10.58578/tsaqofah.v5i6.7884.

[29] “Penelitian Lavy dan Mikulincer (2020).”

Test of Homogeneity of Variances

		Levene			
		Statistic	df1	df2	Sig.
VAR00	Based on Mean	.185	2	1101	.831
001	Based on Median	.208	2	1101	.812
	Based on Median and with adjusted df	.208	2	1097.087	.812
	Based on trimmed mean	.197	2	1101	.821

Tabel 1. Gambaran Deskriptif Responden (N=339)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	138	40,71%
Perempuan	201	59,29%
Total	339	100%

Tabel 2. Norma Skor Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD \leq X \leq M + 1 SD$

Tabel 3. Kategorisasi Skor People pleaser

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	48	14,13%
Sedang	291	85,87%
Total	339	100%

Tabel 4. Uji Homogenitas

Correlations

		POLA ASUH	PEOPLE PLEASER
Spearman's rho	POLA ASUH	1.000	.548**
	PEOPLE PLEASER	.548**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000
	N	339	339

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 5. Uji Hubungan

Gambar 1. Uji Normalitas



