

HUBUNGAN PERILAKU *OVERPROTECTIVE* ORANG TUA DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA DI SMA X PADANG

Fitra Annisa, Rinaldi
Universitas Negeri Padang
Email: Fitraannisa34@gmail.com

Abstract: *The Relationship between parents' overprotective behavior and adaptation of adolescents in Senior High School X Padang. The purpose of this study was to determine the relationship between overprotective behavior of parents with adolescent adjustment in High School X Padang. This research uses quantitative research methods. The sampling technique in this study used simple random sampling with the criteria of class X students in SMA X Padang. The number of subjects of this study were 70 people. Data collection uses self-adjustment scale and scale of overprotective behavior of parents, the data is processed using product moment correlation techniques. Hypothesis test results are $r = - 0.434$, $p = 0.00$ ($p < 0.05$). This shows that there is a significant negative relationship between overprotective behavior of parents with adolescent adjustment in SMA X Padang.*

Keywords: *Overprotective behavior, parents, adjustment, adolescent*

Abstrak: Hubungan perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Pada penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling* dengan kriteria siswa kelas X di SMA X Padang. Jumlah subjek penelitian ini sebanyak 70 orang. Adapun teknik pengumpulan data didalam penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri remaja dan skala perilaku *overprotective* orang tua, data diolah dengan teknik korelasi *product moment*. Hasil dari uji hipotesis adalah $r = - 0,434$, $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat adanya suatu hubungan-negatif yang signifikan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang.

Kata kunci: Perilaku *overprotective*, orang tua, penyesuaian diri, remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan dan perkembangan yang dimulai dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang biasanya dimulai saat remaja memasuki usia 12 atau 13 tahun dan akan berakhir saat akhir belasan tahun atau akan berakhir pada usia awal dua puluh tahun (Andriyani, 2016). *Adolescence* berarti remaja merupakan arti dari bahasa latin yang memiliki arti tumbuh hingga dewasa atau bisa juga disebut berkembang ke arah yang lebih matang (Schneiders, 1964). Adapun pembagian jenjang pendidikan dibagi berdasarkan tingkatan pendidikan individu dibangku sekolah. Remaja awal duduk dibangku SMP, adapun remaja tengah atau remaja madya duduk dibangku SMA, dan remaja akhir duduk diperguruan tinggi (Ksdiyati & Lilim Halimah, 2011). Tugas perkembangan pada masa remaja adalah mampu menjalin hubungan sosial, mampu berperan sesuai dengan jenis kelamin, mampu mencapai kemandirian, mampu bertanggung jawab, mampu melakukan penyesuaian diri dan juga menghilangkan perilaku kekanak-kanakan (Jahja, 2011). Schneiders (1964) berpendapat bahwa yang dimaksud dengan penyesuaian diri adalah ketika individu mampu menyesuaikan respon mental dan perilakunya, dimana individu akan melakukan usaha-usaha guna

menghilangkan rasa tegang, rasa frustrasi, serta kebutuhan, dan juga masalah yang bersumber dari individu itu sendiri dengan lebih baik yang apabila individu tersebut mampu menyesuaikan antara tuntutan dari dirinya dengan dunia atau lingkungan tempat ia tinggal maka akan menghasilkan kesesuaian dalam dirinya.

Andriyani (2016) berpendapat bahwa yang di maksud dengan penyesuaian diri adalah sebagai sebuah upaya yang dilakukan individu agar tetap bisa merespon dan juga memberikan reaksi terhadap berbagai macam tuntutan yang berasal dalam dirinya baik itu tuntutan internal dan juga eksternal. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Usman (2018) menyatakan bahwa penyesuaian diri bukan sekedar mampu beradaptasi dengan kondisi dan situasi yang terjadi saja, tetapi penyesuaian diri disini juga bersifat dinamis serta berlangsung terus-menerus sepanjang individu tersebut menjalani hambatan atau rintangan yang ada dikehidupannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Harbeng & Masni, 2019) menyatakan bahwa jika remaja tidak mempunyai penyesuaian diri secara positif, maka remaja tersebut akan mengalami penyesuaian yang negatif. Penyesuaian diri yang bersifat negatif (buruk) dapat dilihat dari semua tingkah laku yang tidak beraturan, serbasalah, sembronoh,

emosional, bersikap yang kurang realistis, berperilaku agresif, dan juga sebagainya.

Hasil wawancara didapatkan peneliti lakukan di SMA X Padang dengan guru BK pada tanggal 11 November 2019, bahwa 43% yang melakukan pelanggaran di SMA X adalah siswa kelas sepuluh, dimana 28% dari masalah tersebut merupakan masalah penyesuaian diri. Menurut guru BK hal itu terjadi karena siswa kelas sepuluh sedang berada dititik atau masa perubahan dan juga penyesuaian dari (SMP) sekolah menengah pertama menuju (SMA) sekolah menengah atas. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan enam siswa, didapatkan tiga masalah besar yang dialami oleh siswa-siswa di SMA X Padang antara lain permasalahan yang berhubungan dengan akademik, kegiatan ekstrakurikuler dan malu tampil didepan umum.

Adapun penyebab remaja tidak mampu melakukan penyesuaian diri disebabkan oleh berbagai faktor yang tentunya memiliki pengaruh terhadap perilaku remaja diantaranya adalah keluarga terutama orang tua. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriyani (2016), didapatkan hasil bahwa lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor penting yang berperan signifikan dalam penyesuaian diri remaja, artinya lingkungan keluarga memberikan sumbangan relatif sebesar 59,2%. Harlina dan Desi (2018),

menyatakan bahwa perilaku *overprotective* merupakan terlibatnya orang tua dalam melindungi dan memberikan perlindungan terhadap gangguan serta ancaman terhadap anak yang dilakukan secara berlebihan, termasuk juga bahaya terhadap fisik remaja maupun bahaya yang akan timbul terhadap psikolis remaja, yang akan mengakibatkan remaja tidak mampu memiliki kebebasan dan tidak mampu mengambil keputusan sendiri serta akan terus mengandalkan bantuan dari orang tua.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh T.T (2018), perlindungan orang tua yang berlebihan atau perilaku *overprotective* orang tua mempengaruhi hubungan antara penghambatan perilaku anak dan gejala kecemasan anak. Menurut Yusuf (2016), dampak-dampak negatif jika orang tua berperilaku *overprotective* terhadap remaja diantaranya adalah memunculkan perasaan tidak aman, berperilaku agresif, merasa gugup, melarikan diri dari kenyataan, sangat mengandalkan bantuan orang lain, ingin diperhatikan, mudah kalah, memiliki *ego strength* yang lemah, ketidak mampuan dalam mengendalikan emosi, tidak bertanggung jawab, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, mudah mendapatkan pengaruh, tersinggung terhadap kritik, mementingkan diri sendiri (*selfish*), suka bertengkar, *troublemaker*, dan kesulitan dalam bergaul.

Hasil penelitian Klein dan Pierce (dalam Love, 2016) menunjukkan bahwa jika orang tua merespon anaknya dengan baik, dan perilaku *overprotective* orang tua yang lebih rendah ter kait dengan penyesuaian perguruan tinggi yang positif termasuk permasalahan yang lebih sedikit dibidang akademik, kecemasan, masalah interpersonal, depresi, harga diri, dan juga keluarga.

Hasil penelitian yang diperkuatoleh Aisyah dan Nevi (2018), mengatakan jika perilaku *overprotective* orang tua berhubungan signifikan dengan penyesuaian sosial remaja. Penelitian serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2017), yang didapatkan hasil bahwa terdapat pola asuh *overprotective* memberikan pengaruh yang signifikan dengan penyesuaian diri remaja didesa. Dari penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri pada remaja disebabkan karena pola asuh *overprotective* orang tua. Berdasarkan fenomena yang telah penulis uraikan diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang.

METODE

Desain penelitian yang peneliti gunakan adalah kuantitatif korelasional. Adapun penelitian ini dapat diolah

menggunakan metode-metode statistik yang menekankan terhadap data angka atau numerik. Penelitian kuantitatif akan memperoleh signifikan hubungan antar variabel atau perbedaan kelompok yang diteliti (Azwar, 2013). Menurut Yusuf (2005) adapun tipe penelitian yang melihat hubungan satu atau beberapa ubahan dengan ubahan lainnya adalah yang disebut dengan penelitian korelasional.

Populasi merupakan seluruh individu yang akan digunakan untuk diteliti dan akan diberi generalisasi (Wunarsunu, 2012). Menurut Sugiono (2013), populasi merupakan sebuah wilayah yang digeneralisasi dan mempunyai kriteria tertentu untuk, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi-siswa kelas sepuluh SMA X Padang. Sampel merupakan bagian dari semua jumlah dari karakteristik yang berasal dari populasi (Sugiono, 2013). Menurut Wunarsunu (2012), sampel merupakan sebagian kecil yang akan digunakan menjadi wakil dalam penelitian. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* dilakukan dengan cara mengambil anggota sampel yang bersumber dari populasi yang akan dilakukan dengan cara acak tanpa ada perbedaan strata yang ada pada populasi (Sugiono, 2013). Jumlah subjek pada penelitian kali ini berjumlah 70 subjek.

Item-item skala terdiri dari *favorable* dan *unfavorable*, tujuannya adalah untuk menghindari *stereotype* jawaban. Pernyataan *favorable* adalah untuk mendukung objek penelitian, sedangkan *unfavorable* merupakan pernyataan-pernyataan yang aspek-aspek dari Coenegracht (2018), yang berjumlah 20 item dengan tingkat realibilitas sebesar 0,829 dan indeks daya diskriminasi 0,312 – 0,523.

Percobaan normalitas data penelitian perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang menyatakan bahwa nilai pada variabel penyesuaian diri diperoleh dari nilai $K-SZ=0,804$ dan $p>0,05$ ($p=538$), serta variabel perilaku *overprotective* diperoleh dari nilai $K-SZ=0,801$ dan $p>0,05$ ($p=543$). Adapun Hasil dari pengujian normalitas dari dua variabel terlihat hasil yang normal. Nilai linearitas perilaku *overprotective* orang tua dan penyesuaian diri remaja sebesar $F = 18,797$ dengan nilai $p= 0,000$ ($p<0,05$),

tidak mendukung terhadap objek penelitian. Skala penyesuaian diri remaja menggunakan aspek-aspek yang didasarkan dari Schneiders (1964), yang berjumlah 40 item dengan tingkat realibilitas sebesar 0,901 dan indeks daya diskriminasi 0,302 - 0,555.

Berdasarkan uji tersebut berarti asumsi linearitas dalam penelitian ini telah terpenuhi. Berdasarkan hasil dari pengujian korelasi, didapatkan nilai koefisien dari perilaku *overprotective* dengan penyesuaian diri sebesar -0,434 dengan signifikansi $p= 0,00$ ($p<0,05$) berdasarkan hasil pengujian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *overprotective* dengan penyesuaian diri remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Subjek yang digunakan didalam penelitian ini berjumlah 70 orang siswa SMA X Padang yang duduk dikelasX.

Tabel 1. Kategori skor subjek perilaku *overprotective* N=70

No	Rumus	Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Presentasi
1	$(\mu, + 1,5 \sigma) \leq X$	$79,995 \leq X$	Sangat Tinggi	20	28,57 %.
2	$(\mu, + 0,5 \sigma) \leq X < (\mu + 1,5)$	$66,665 \leq X < 79,995$	Tinggi	41	58,57 %.
3	$(\mu, - 0,5 \sigma) \leq (\mu + 0,5) \leq$	$53,335 \leq X < 66,665$	Sedang	7	10%.

4	$\mu, - 1,5 \sigma) \leq X$ < $(\mu - 0,5)$	$40,005 \leq X$ < $53,335$	Rendah	2	2,85 %.
5	$X, < (\mu - 1,5 \sigma)$	$X \leq 40,005$	Sangat Rendah	0	0%.
Jumlah				70	100 %.

Dilihat dari tabel pada kategori diatas, secara umum skor subjek berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 41 subjek dengan presentasi 58,57%, kategori sangat tinggi sebanyak 20 subjek dengan presentasi 28,27%, kategori sedang sebanyak 7 subjek dengan presentasi 10%, kategori rendah sebanyak 2 subjek dengan presentasi 2,85% dan kategori sangat rendah

sebanyak 0 subjek dengan presentasi 0%. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku overprotective orang tua di SMA X Padang secara umum berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 58,57%. Deskripsi mengenai perilaku overprotective dapat dilihat berdasarkan aspek yang akan dijelaskan pada tabel berikut :

Tabel 2. Kategori skor subjek berdasarkan aspek perilaku *overprotective*

No	Aspek	Skor	Kategorisasi	F	Presentasi
1	Minimalisasi bahaya	$43,995 \leq X$	Sangat tinggi	20	28,57%
		$36,665 \leq X < 43,995$	Tinggi	29	41,42%
		$29,355 \leq X < 36,665$	Sedang	16	22,85%
		$22,005 \leq X < 29,335$	Rendah	3	4,28%
		$X \leq 22,005$	Sangat rendah	2	2,85%
2	Ketertarikan	$36 \leq X$	Sangat tinggi	30	42,85%
		$30 \leq X < 36$	Tinggi	30	42,85%
		$24 \leq X < 30$	Sedang	9	12,85%
		$18 \leq X < 24$	Rendah	1	1,42%
		$X \leq 18$	Sangat rendah	0	0%

Dari kategori subjek berdasarkan 2 aspek perilaku *overprotective*, dapat diketahui bahwa skor subjek berada pada kategori tinggi secara umum. Pada aspek ketertarikan sebanyak 30 subjek masuk kategori tinggi dengan presentasi 42,85 %, pada kategori sangat tinggi 30 subjek dengan presentasi 42,85 %. Pada aspek

minimalisasi bahaya sebanyak 29 subjek masuk kategori tinggi dengan presentasi 41,42%. Dengan demikian, dari data diatas dapat digambarkan bahwa secara umum subjek penelitian (N=70) memiliki perilaku overprotective orang tua yang tinggi pada setiap aspeknya.

Tabel 3. Kategori skor subjek penyesuaian diri (N=70)

No	Rumus	Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Presentasi
1	$(\mu, + 1,5 \sigma) \leq X$	$160,005 \leq X$	SangatTinggi	0	0%
2	$(\mu, + 0,5 \sigma) \leq X < (\mu + 1,5)$	$133,335 \leq X < 160,005$	Tinggi	12	17,14 %
3	$(\mu, - 0,5 \sigma) \leq (\mu + 0,5) \leq X$	$106,665 \leq X < 133,335$	Sedang	22	31,42%
4	$\mu, - 1,5 \sigma) \leq X < (\mu - 0,5)$	$79,995 \leq X < 106,665$	Rendah	34	48,57%
5	$X, < (\mu - 1,5 \sigma)$	$X \leq 79,995$	SangatRendah	2	2,85%
Jumlah				70	100 %

Berdasarkan tabel diatas, secara umum skor subjek berada pada kategori rendah dengan frekuensi berjumlah 34 subjek dengan presentasi 48,57%. Selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 22 subjek dengan presentasi 31,42%, kategori tinggi sebanyak 12 subjek dengan presentasi 17,14%, kategori rendah sebanyak 2 subjek dengan presentasi 2,85% dan kategori sangat tinggi sebanyak 0 subjek dengan presentasi 0%. Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri remaja di SMA X Padang secara umum berada pada kategori rendah dengan 34 orang (48,57%) dari 70 orang subjek penelitian. Deskripsi mengenai penyesuaian diri dapat dilihat berdasarkan aspek yang dijelaskan pada tabel dibawah:

Dapat dilihat bahwa skor subjek secara umum berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 5 aspek, aspek frustrasi personal yang berlebihan sebanyak 31 subjek dengan presentasi 44,28%, aspek pemanfaatan pengalaman masa lalu sebanyak 30 subjek dengan presentasi 42,85%, aspek mengontrol emosi yang berlebihan sebanyak 26 dengan presentasi 37,14%, aspek bersikap objektif dan realistis sebanyak 25 subjek dengan presentasi 35,71%, aspek mengatasi mekanisme psikologis sebanyak 20 subjek dengan presentasi 28,57%. Dan 2 aspek berada pada kategori sedang yaitu pada aspek berpikir rasional dan mengarahkan diri sebanyak 23 subjek dengan presentasi 32,29.

Tabel 4. skor subjek berdasarkan aspek penyesuaian diri

No	Aspek	Skor	Kategorisasi	F	Presentasi
1	Mengontrol emosi yang berlebihan	$16,005 \leq X$	Sangat tinggi	6	8,57%
		$13,335 \leq X < 16,005$	Tinggi	12	17,14%
		$10,665 \leq X < 13,335$	Sedang	18	25,71%

		$7,995 \leq X < 10,665$	Rendah	26	37,14%
		$X \leq 7,995$	Sangat rendah	8	11,42%
2	Mampu mengatasi mekanisme psikologis	$16,005 \leq X$	Sangat tinggi	8	11,42%
		$13,335 \leq X < 16,005$	Tinggi	17	24,28
		$10,665 \leq X < 13,335$	Sedang	16	22,85%
		$7,995 \leq X < 10,665$	Rendah	20	28,57%
		$X \leq 7,995$	Sangat rendah	9	12,85%
3	Frustrasi personal yang berlebihan	$25,245 \leq X$	Sangat tinggi	3	4,28%
		$20,415 \leq X < 25,245$	Tinggi	16	22,85%
		$15,585 \leq X < 20,415$	Sedang	13	18,57%
		$10,755 \leq X < 15,775$	Rendah	31	44,28%
		$X \leq 10,755$	Sangat rendah	7	10%
4	Berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri	$25,245 \leq X$	Sangat tinggi	3	4,28%
		$20,415 \leq X < 25,245$	Tinggi	18	25,71%
		$15,585 \leq X < 20,415$	Sedang	23	32,85%
		$10,755 \leq X < 15,775$	Rendah	19	27,14%
		$X \leq 10,755$	Sangat rendah	7	10%
5	Kemampuan untuk belajar	$31,995 \leq X$	Sangat tinggi	5	7,14%
		$26,665 \leq X < 31,995$	Tinggi	21	30%
		$21,335 \leq X < 26,665$	Sedang	22	31,42%
		$16,005 \leq X < 21,335$	Rendah	17	24,28%
		$X \leq 18$	Sangat rendah	5	7,14%
6	Pemanfaatan pengalaman masa lalu	$25,245 \leq X$	Sangat tinggi	2	2,85%
		$20,415 \leq X < 25,245$	Tinggi	15	21,42%
		$15,585 \leq X < 20,415$	Sedang	21	30%
		$10,755 \leq X < 15,775$	Rendah	30	42,85%
		$X \leq 10,755$	Sangat rendah	2	2,85%
7	Bersikap objektif dan realistis	$25,245 \leq X$	Sangat tinggi	0	0%
		$20,415 \leq X < 25,245$	Tinggi	13	18,57%
		$15,585 \leq X < 20,415$	Sedang	22	31,42%
		$10,755 \leq X < 15,775$	Rendah	25	35,71%
		$X \leq 10,755$	Sangat rendah	10	14,28%

Hasi uji normalitas sebaran variabel penyesuaian diri diperoleh dari nilai $K - SZ = 0,804$ dgn $p > 0,05$ ($p=538$), pada variabel perilaku *overprotective* diperoleh dari nilai $K - SZ=0,801$ dan $p > 0,05$ ($p=543$). Adapun

hasil dari pengujian normalis uji normalitas dari dua variabel menunjukkan hasil yang normal. Hasil uji nilai linearitas perilaku *overprotective* orang tua dan penyesuaian diri remaja sebesar $F = 18,797$ dengan nilai

$p = 0,000$ ($p < 0,05$), berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan berarti asumsi uji linearitas pada penelitian ini terpenuhi. Berdasarkan hasil pengujian korelasi, didapatkan hasil nilai koefisien dari perilaku *overprotective* dengan penyesuaian diri sebesar $-0,434$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Dari hasil uji hipotesis terdapat hubungan yang negatif signifikan terhadap perilaku *overprotective* dengan penyesuaian diri. Dengan hasil tersebut dapat disimpulkan, H_0 pada penelitian ini ditolak dan H_a diterima. Dimana semakin rendah perilaku *overprotective* orang tua maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada remaja, dan sebaliknya semakin tinggi perilaku *overprotective* orang tua maka semakin rendah penyesuaian diri remaja di SMA X Padang.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan terhadap hubungan perilaku *overprotective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja di SMA X Padang menunjukkan hubungan negatif yang signifikan. Dengan demikian dapat diartikan semakin rendah perilaku *overprotective* orangtua, maka akan semakin tingginya tingkat kepercayaan diri pada remaja, dan sebaliknya semakin tinggi perilaku *overprotective* orangtua maka juga akan semakin rendah terhadap penyesuaian diri remaja. Berdasarkan hasil analisis maka

(H_a) atau hipotesis alternatif pada penelitian ini yang mengatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *overprotective* orangtua terhadap penyesuaian diri remaja pada siswa di SMA X Padang dalam penelitian ini diterima.

Penelitian ini didukung oleh Pratiwi (2017) mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan negatif signifikan terhadap perilaku *overprotective* orang tua dengan perilaku penyesuaian diri remaja di Desa. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Herlina, et al., (2015), dimana saat orang tua terlalu turut serta memberikan bantuan kepada remaja maka remaja tersebut akan mengalami keterlambatan dalam menjalani tugas-tugas perkembangan remaja, dimana salah satunya adalah penyesuaian diri remaja. Dari banyak faktor yang memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri remaja, faktor yang sangat penting adalah faktor lingkungan keluarga, hal ini dikarenakan keluarga adalah media sosial bagi remaja. Proses sosial serta interaksi sosial merupakan jendela pertama bagi remaja dalam lingkungan keluarga (Enung, 2006). Menurut Ali dan Asrori, (2004) penyesuaian diri remaja disebabkan salah satunya oleh adalah perilaku *overprotective* dari orang tua, perilaku *overprotective* secara sepintas akan membuat remaja merasa aman, namun secara psikologis justru dapat menimbulkan perasaan ancaman dan ketidak nyamanan terhadap

remaja, dan juga sifat lainnya seperti mudah cemburu, mudah gugup, tidak percaya diri, dan juga hal lainnya yang memiliki hubungan dengan proses penyesuaian diri.

Hurlock (1990) berpendapat seharusnya orang tua harus dapat memperlakukan remaja sesuai dengan perkembangannya, hal ini diperlukan agar remaja bisa mempersepsikan dengan baik perlakuan yang diberikan kepadanya sehingga akan membantu remaja dalam mengembangkan penyesuaian dirinya. Perlakuan orang tua juga akan memberikan pengaruh kepada bagaimana remaja menyikapi masalah, menilai, juga mempengaruhi sikap remaja tersebut terhadap orang lain serta mempengaruhi kualitas hubungan yang berkembang di dalam lingkungannya.

Schneiders (1964), setiap individu memiliki perbedaan masing-masing dalam melakukan penyesuaian diri, individu dapat terhindar dari tekanan, kegoncangan jiwa, dan akan memiliki kemampuan untuk bisa menghadapi ketidak mampuannya dengan cara yang objektif dan juga akan dapat menikmati hidup dengan lebih tenang, aman dan juga damai serta berprestasi jika individu tersebut mampu melakukan penyesuaian diri yang positif. Sebaliknya jika remaja tersebut memiliki penyesuaian diri yang rendah maka akan memberikan efek negatif kepada diri remaja, penyesuaian diri yang negatif akan terlihat dari berbagai

tingkah laku seperti, serba salah, tidak terarah, mudah marah dan tidak mengontrol emosi, sikap tidak realistis, agresif, dan sebagainya (Masni, 2019).

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, didapatkan hasil bahwa subjek pada penelitian tersebut secara umum memiliki penyesuaian diri yang rendah. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa subjek pada penelitian yang dilakukan ini mempunyai gambaran penyesuaian diri yang rendah. Pada penelitian yang dilakukan ini, penyesuaian diri diukur menggunakan tujuh aspek dari Schneiders (1964), yaitu kontrol emosi yang berlebih, adanya menggunakan mekanisme pertahanan diri yang minimal, memiliki frustrasi personal yang minimal, mampu berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, serta memiliki sikap realitas dan objektif.

Dengan keseluruhan aspek pada umumnya berada pada kategori rendah. Skor subjek penelitian memiliki tingkat penyesuaian diri rendah dengan *mean* empiris yang lebih kecil dibandingkan *mean* hipotetiknya. Hal ini memberikan hasil bahwa subjek penelitian yang dilakukan ini berada pada tingkat penyesuaian diri lebih rendah dari dugaan penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri di SMA X Padang cenderung berada pada kategori rendah. Hal ini dikarenakan ketidakmampuan subjek

dalam mengontrol emosi, tidak belajar dari pengalaman masa lalu, tidak bersikap objektif, memiliki frustrasi personal yang tinggi dan tidak mampu menghadapi masalah dengan lebih tenang sehingga mengakibatkan subjek kesulitan melakukan penyesuaian diri secara positif. Sesuai dengan wawancara yang dilakukan bahwa subjek mengalami masalah penyesuaian diri disekolah, seperti tidak menaati peraturan sekolah, tidak percaya diri, terlibat perkelahian, tidak dapat menahan emosi negatif, kurang sopan kepada teman dan guru dan sebagainya.

Hasil penelitian lainnya yang mendukung penelitian ini menurut (Fitria 2013), bahwa pengasuhan orang tua merupakan satu dari banyaknya faktor yang memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri pada remaja, dimana jika orangtua memberikan otonomi dan kepercayaan kepada remaja maka remaja akan dapat menyesuaikan diri dengan baik. Seperti halnya perilaku *overprotective* yang diberikan kepada remaja akan membuat remaja merasa terbatas dan tidak memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan serta akan memberikan batasan terhadap otonomi remaja sehingga remaja akan bergantung dan mengandalkan bantuan orang tua untuk menyelesaikan pekerjaan dan permasalahan yang dialami.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan, subjek dalam

penelitian kali ini secara umum mempunyai perilaku *overprotective* orang tua yang pada umumnya memiliki tingkat kategori yang tinggi, dengan keseluruhan aspek pada umumnya berada pada kategori tinggi. Skor subjek penelitian memiliki tingkat perilaku *overprotective* yang tinggi dengan *mean* empirik yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan hasil *mean* hipotetiknya. Hal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat perilaku *overprotective* yang lebih berada pada tingkat tinggi dibandingkan terhadap hasil dari dugaan penelitian.

Hal tersebut dikarenakan remaja diberikan proteksi dan juga perlindungan yang berlebihan dari orang tua. Kecenderungan perilaku *overprotective* yang tinggi terlihat dari perilaku orang tua seperti mengawasi kegiatan anak, membantu anak memecahkan masalah anak, dan menghubungi anak secara berlebihan. Kebiasaan yang dilakukan orang tua yang memberikan perlindungan yang diberikan perlindungan berlebihan akan memberikan efek negatif terhadap anak diantaranya: kesulitan mempertanggung jawabkan perilaku yang dilakukan, secara umumkan menjadikan remaja tidak mampu untuk mandiri, tidak memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya, akan merasa jika ruang lingkupnya sangat terbatas. Remaja yang orangtuanya berperilaku *overprotective* akan membuat remaja tersebut jarang

mengalami konflik, karena sering mendapat perlindungan dan diberikan perasaan aman dari orang tuanya, dengan situasi tersebut akan membuat remaja tidak mendapat kesempatan untuk mampu mempelajari semua tata cara atau rasa sopan santun pada pergaulan yang ada dilingkungannya, dan akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri (Yusuf, 2016). Sesuai dengan wawancara dengan siswa yang menyatakan bahwa mereka cenderung diberikan perlindungan berlebihan yang diberikan oleh orangtua serta orangtua juga mengawasi kegiatan yang mereka lakukan.

Perilaku *overprotective* orang tua diukur menggunakan aspek dari Clarke, (2013), mengungkapkan bahwa perilaku *overprotective* meliputi dua aspek sebagai berikut: minimalisasi bahaya dan ketertarikan. Secara umum kedua aspek ini berada pada kategori yang sangat tinggi jika dilihat dari aspek-aspek perilaku *overprotective*.

Menurut Clarke (2013), aspek minimalisasi bahaya yaitu saat orang tua melampaui apa yang dibutuhkan remaja untuk melindungi anaknya, dengan menghibur dan menunjukkan kepedulian tentang keadaan emosi remaja, seperti tetap dekat dengan remaja ketika remaja tidak mengalami kesusahan, atau memberi tahu remaja untuk tidak khawatir selama ia memiliki tugas agar remaja tidak berjuang atau menunjukkan kesusahan. Sedangkan

aspek kedua yaitu ketertarikan adalah saat orang tua membatasi otonomi remaja atau arahan yang tidak tepat dan ikut membantu dalam kegiatan remaja, termasuk gangguan verbal seperti memberi tahu remaja apa yang harus dilakukan dan membuat keputusan untuk remaja dan gangguan fisik seperti mengambil alih tugas dari remaja sehingga remaja akan lebih mengandalkan bantuan dari orang tua saat menyelesaikan permasalahan kecil sekalipun, tidak mandiri, dan kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Dengan demikian, dari paparan yang telah dijelaskan diatas dapat diketahui bahwa secara umum tingkat perilaku *overprotective* yang tinggi menyebabkan tingkat penyesuaian diri yang rendah pada siswa kelas X di SMA X Padang. Artinya, siswa memiliki perilaku *overprotective* yang tinggi sehingga tingkat penyesuaian dirinya pun rendah pada siswa kelas X di SMA X Padang. Hal ini berarti terdapat hubungan negatif perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri pada remaja di SMA X Padang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan :

1. Penyesuaian diri siswa di SMA X Padang tergolong dalam kategori rendah.
2. Perilaku *overprotective* orang tua di SMA X Padang tergolong dalam kategori tinggi.
3. Terdapat hubungan yang negatif signifikan antara perilaku *overprotective* orangtua dengan penyesuaian diri pada remaja di SMA X Padang.

Saran

Berdasarkan hasil yang didapatkan dalam penelitian ini, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi orang tua untuk dapat meningkatkan penyesuaian diri remaja dengan memberikan kepercayaan dan otonomi kepada remaja agar penyesuaian diri remaja bisa meningkat.
2. Bagi siswa untuk dapat meningkatkan penyesuaian diri

dengan mengontrol emosi negatif dan mampu bereaksi sesuai dengan stimulus yang muncul, bersikap realistis dan objektif serta mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada didalam diri remaja.

3. Bagi guru dan sekolah agar dapat memberikan kegiatan-kegiatan dan media yang dapat meningkatkan penyesuaian diri remaja dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler yang menarik.
4. Bagi peneliti selanjutnya, hasil ini dapat menjadi acuan dalam peneliti menentukan konstruk terkait perilaku *overprotective* orang tua maupun penyesuaian diri.

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi remaja perkembangan peserta anak didik*. Jakarta: Bumi aksara.
- Aisyah, S. ,& Nevi, S. (2018). Hubungan perilaku *overprotective* terhadap penyesuaian sosial remaja MAN 2 Padang. *Jurnal ilmiah dikdaya sekolah*, 1(14), 1-6.
- Andriyani, J. (2016). Penyesuaian diri remaja. *Jurnal penelitian guru indonesia*, 2(2), 1-13.
- Azwar, S. (2004). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Jaya.

- Clarke, (2013). The parental overprotection scale: associations with child and parental anxiety. *Plos one*, 12(5). doi./10.1020/.2013.0707.
- Enung, F.(2006). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Refika Aditama.
- Fitria, L. (2013). Hubungan antara pengasuhan orangtua dengan penyesuaian diri siswa terhadap peraturan sekolah. *Jurnal ilmiah Konseling*, 1(1), 1-13.
- Harbeng, M. (2019). Problematika anak dalam penyesuaian diri. *Jurnal ilmiah dikdaya sekolah*, 3(1),1-12.
- Harlina & Desi. (2018). Sikap over protective orangtua terhadap perkembangan anak. *Jurnal aplikasi ilmuilmu agama*, 17(1), 1-10.
- Hurlock, & Elizabeth B. (1990). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang-kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, & Elizabeth B.(1996). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang - kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahjha, & Yudri, (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kusdiwati, & Sulisworo (2011). Penyesuaian diri dilingkungan sekolah pada siswa kelas XI SMAPasundan 2 Bandung. *Jurnal pendidikan anak usia dini*, 9(1), 39-43.
- Love, Hayley. (2016). A new approach to measuring helicopter parenting: the multidimensional helicopter scale. *Research Gate*, 12(2), 12-32. doi: 10.1080/01926180802534247.
- Pratiwi, I. (2017). Hubungan antara perilaku overprotective dengan penyesuaian diri pada remaja di desa Bandar Khalifah. *Jurnal Edukasi*, 3(2), 23-40.
- Santrock, W, J. (2002). *Live span development*. Jakarta : Erlangga.
- Schneiders. (1964). *Personal adjusmant and mental health*. New York: Holt, Reinhart, Winston Inc.
- Sugiono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif*. Bandung: PT. Alfabeta.
- T.T, Coenegracht. (2018). Moderating role of parental overprotection. *Procedia -social and behavioral sciences*, 190(15), 459 – 464. doi: 10.1016.
- Usman.(2018). Profil penyesuaian diri siswa di SMA pembangunan laboratorium UNP Padang. *Jurnal Edukasi*, 2(2),1-15.
- Wunarsunu, & Tulus. (2012). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: Citra Budiman.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S & Nurihsan, J. (2005). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.