

Overprotective Parents: Its Impact on Self-Adjustment and Social Interaction

Overprotective Orang Tua: Dampaknya pada Penyesuaian Diri dan Interaksi Sosial Siswa

Anisa Mutiara Zain¹

¹Program Studi Magister Psikologi,
Universitas Semarang, Indonesia
Email: anisamutiara1001@gmail.com

Hardani Widhiastuti²

²Program Studi Magister Psikologi,
Universitas Semarang, Indonesia
Email: dhani_fpsi@usm.ac.id

Margaretha Maria Shinta Pratiwi³

³Program Studi Magister Psikologi,
Universitas Semarang, Indonesia
Email: shinta@usm.ac.id

Correspondence:

Anisa Mutiara Zain

Magister Psikologi, Universitas Semarang
Email: anisamutiara1001@gmail.com

Abstract

Adolescence is a developmental stage marked by rapid changes in emotional and social aspects, where parental roles play a significant influence. Overprotective parenting, though based on affection, can hinder adolescents' autonomy and social competence. This study aimed to examine the influence of overprotective parenting on self-adjustment and social interaction abilities among 8th-grade students at SMP X in Bandar Lampung. Using a quantitative descriptive-correlational design, all 79 students were selected through total sampling. Data were collected using Likert-scale instruments measuring parental overprotection, self-adjustment, and social interaction, and analyzed using Pearson correlation and linear regression via SPSS 25. The findings showed that most students were in the moderate category for all variables, and the correlation between overprotective parenting and both self-adjustment and social interaction was negative but not significant ($r < 0.1$; $p > 0.05$). These results imply that parental overprotection alone does not substantially determine adolescents' adaptability or social competence. Therefore, parents and schools are encouraged to implement balanced guidance strategies that foster independence and healthy social development among adolescents.

Keywords : Overprotective Parenting, Self-Adjustment, Social Interaction Ability, Junior High School Students.

Abstrak

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan pesat pada aspek emosional dan sosial, di mana peran orang tua memiliki pengaruh yang besar. Pola asuh overprotective, meskipun dilandasi kasih sayang, dapat menghambat kemandirian dan kemampuan sosial remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh sikap overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri dan kemampuan interaksi sosial siswa kelas 8 di SMP X Bandar Lampung. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif-korelasional dengan total sampling pada 79 siswa. Data dikumpulkan melalui skala Likert yang mengukur sikap overprotective, penyesuaian diri, dan interaksi sosial, kemudian dianalisis dengan uji korelasi Pearson dan regresi linear menggunakan SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang untuk ketiga variabel, serta hubungan antara sikap overprotective dengan penyesuaian diri maupun interaksi sosial bersifat negatif namun tidak signifikan ($r < 0,1$; $p > 0,05$). Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya pola asuh yang seimbang antara kontrol dan kebebasan, agar orang tua dan sekolah dapat bersama-sama mendukung perkembangan sosial dan kemandirian remaja secara optimal.

Kata Kunci : Sikap Overprotective, Penyesuaian Diri, Kemampuan Interaksi Sosial, Siswa SMP.

Copyright (c) 2025 Anisa Mutiara Zain, Hardani Widhiastuti, Margaretha Maria Shinta Pratiwi

Received 04/07/2025

Revised 13/08/2025

Accepted 27/10/2025



LATAR BELAKANG

Anak merupakan bagian penting di dalam struktur sebuah keluarga dan kehadiran mereka sangat amat dinanti-nantikan oleh setiap orang tua. Sejak masa kehamilan hingga kelahiran, orang tua telah menaruh harapan agar anak bisa tumbuh dan juga berkembang secara optimal. Untuk mewujudkan hal ini, orang tua menerapkan cara-cara khusus dalam mendidik anak, dengan harapan dapat membentuk karakter dan masa depan yang baik. Dalam proses pengasuhan, orang tua tidak dapat bertindak sembarangan karena Tindakan dan perilaku mereka akan dapat mempengaruhi pertumbuhan pada anak, baik secara fisik maupun mental. Hal ini sejalan dengan pendapat Syaputri dan Afriza (2022) yang mengatakan bahwa interaksi awal seorang anak adalah dengan orang tuanya, dan relasi ini menjadi fondasi penting dalam perkembangan anak, baik secara jasmani maupun psikologis. Data dari BPS Kota Bandar Lampung menunjukkan bahwa kelompok usia 10–14 tahun yang merupakan fase awal remaja menjadi kelompok usia terbanyak dalam struktur penduduk daerah tersebut (± 99.847 jiwa) pada tahun awal 2025. Hal ini menunjukkan potensi besar jumlah remaja yang berada pada masa rentan terhadap dinamika psikososial, (Badan Pusat Statistik, 2025)

Masa remaja adalah tahap perkembangan yang dikenal sebagai masa transisi, di mana individu tidak lagi digolongkan sebagai anak-anak, tetapi juga belum mencapai kedewasaan penuh. Fase ini ditandai dengan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, serta mengalami perubahan besar dalam aspek biologis, kognitif, dan sosial (Musthofa, 2020). Adapun rentang usia remaja awal berkisar antara tiga belas hingga enam belas tahun, sedangkan remaja akhir antara enam belas hingga delapan belas tahun. Dalam upaya mendukung proses perkembangan ini, orang tua memainkan peran yang sangat signifikan. Menurut R.A. Kasnan (dalam Musthofa, 2020), remaja merupakan individu yang masih berada dalam promanjases perkembangan dan sangat mudah dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekitarnya.

Tiap orang tua memiliki pendekatan yang berbeda-beda dalam membimbing anak. Ada yang memberikan kebebasan sepenuhnya agar anak dapat mengeksplorasi potensinya, sementara yang lain tetap memberi kebebasan namun dengan pengawasan yang ketat. Di sisi lain, terdapat pula orang tua yang menunjukkan kecenderungan untuk memberikan perlindungan secara berlebihan atau disebut dengan perilaku *overprotective*. Perlakuan ini dilakukan dengan alasan untuk menjaga anak dari ancaman atau bahaya, baik yang bersifat fisik maupun psikologis. Namun, pendekatan yang terlalu melindungi ini dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan psikososial anak.

Fenomena yang terjadi di lapangan menguatkan temuan tersebut. Beberapa remaja menyampaikan perasaan tidak nyaman akibat perhatian yang berlebihan dari orang tua mereka. Seorang remaja mengaku merasa malu ketika orang tuanya mengikuti setiap aktivitas

bermain bersama teman-teman, sehingga merasa diperlakukan seperti anak kecil. Remaja lainnya mengatakan perilaku *overprotective* orang tua nya membuat mereka tidak percaya diri dan selalu bergantung pada bantuan orang lain. Perlakuan yang diberikan oleh orang tua tersebut dianggap membatasi ruang gerak mereka, menghambat pengembangan potensi diri, serta mengurangi kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan secara mandiri. Penelitian terdahulu yang dilakukan juga menunjukkan bahwa 61,9% anak yang dibesarkan dalam lingkungan *overprotective* cenderung mengalami kesulitan menghadapi tantangan, mengambil risiko dan mengembangkan keterampilan sosial (chairunnisa, Ramadhani, Syarifudin & Safitri, 2025). Ansaris (2024) mengatakan bahwa perilaku orang tua yang terlalu protektif dapat menurunkan kemampuan remaja untuk mengembangkan kemandirian dan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan sosial.

Kemampuan menyesuaikan diri menjadi aspek penting dalam kehidupan remaja. Penyesuaian diri yang baik merupakan bekal utama agar individu dapat hidup berdampingan dan berfungsi secara efektif dalam masyarakat, serta menjadi indikator dari kesehatan mental dan emosional. Peran pola asuh dalam membentuk regulasi emosi dan keterampilan sosial remaja tidak hanya ditentukan oleh gaya otoriter atau permisif, melainkan juga oleh konsistensi orang tua dalam memberikan dukungan emosional dan batasan yang jelas (Handayani & Nurohman, 2021). Namun dalam realitasnya, tidak sedikit remaja yang merasa tidak bahagia karena mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan seperti keluarga, sekolah, maupun masyarakat secara luas. Keadaan ini dapat menimbulkan berbagai masalah psikologis seperti rendahnya harga diri, kecenderungan menarik diri (*introversi*), hingga perasaan tidak percaya diri. Kondisi tersebut menyebabkan remaja merasa malu saat berada di lingkungan baru dan kesulitan dalam menjalin relasi sosial.

Sobur (2016) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan salah satu aspek yang penting dalam dinamika kehidupan manusia. Sementara itu, menurut Haber dan Runyon (dalam Rufaidah & Kustanti, 2017), penyesuaian diri bukan merupakan kondisi yang statis, melainkan suatu proses adaptif yang terus berkembang sepanjang waktu. Hal ini menjadi penting, terutama bagi remaja yang sedang aktif membangun relasi sosial di lingkungan luar rumah, baik itu di lingkungan sekolah dan juga masyarakat.

Kemampuan menjalin interaksi sosial juga merupakan bagian dari keterampilan hidup (*life skills*) yang sangat dibutuhkan oleh remaja. Interaksi sosial dipahami sebagai bentuk hubungan timbal balik yang terjadi antara individu dan juga dengan individu lainnya atau antar kelompok (Pratiwi, 2017). Hubungan hal ini dapat terjadi di berbagai tempat, termasuk di lingkungan sekolah seperti antara siswa dengan teman sebaya ataupun dengan guru. Menurut Zagoto, Yarni, dan Dakhl (2019), interaksi sosial merupakan hubungan sosial yang dinamis dan juga dapat memengaruhi pembentukan identitas serta perilaku sosial individu. Kemampuan interaksi sosial pada masa remaja

dapat berkembang optimal bila didukung oleh kelekatan emosional yang positif dengan orang tua, di mana anak merasa diterima dan dihargai (Andriani & Rahmawati, 2022).

Dalam proses pembentukan kepribadian anak, orang tua mempunyai atau memiliki tanggung jawab besar untuk mendidik dan juga membimbing anak-anak mereka menjadi individu yang mandiri dan memberikan manfaat bagi lingkungan. Meski dilandasi oleh kasih sayang, pola asuh yang terlalu melindungi anak (overprotective) justru dapat menghambat perkembangan tersebut. Orang tua yang terlalu khawatir terhadap kemungkinan bahaya yang menimpa anaknya cenderung mengambil alih semua keputusan, membatasi kebebasan anak, dan mencegah mereka belajar dari pengalaman.

Menurut Kartono (2015), perilaku orang tua yang terlalu melindungi adalah ketika orang tua melindungi dan menghindar kan anak dari masalah sehari-hari dan juga selalu membantunya. Akibatnya, anak-anak menjadi tidak bisa mandiri, tidak percaya pada kemampuannya, merasa ruang lingkungannya terbatas, dan tidak dapat bertanggung jawab atas keputusan yang mereka buat. Akibatnya, mereka menghadapi kesulitan untuk menyesuaikan diri.

Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian terhadap pola asuh overprotective semakin meningkat, terutama karena pengaruhnya yang signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja di era digital. Teknologi, kekhawatiran orang tua terhadap paparan media sosial, serta dinamika sosial pasca pandemi, menjadi pemicu meningkatnya gaya asuh protektif. Gaya pengasuhan yang terlalu mengontrol dapat menyebabkan remaja kehilangan kemandirian dan kepercayaan sosialnya (Fajriani & Marlina, 2020; Rachmawati & Nugrahani, 2021).

Penelitian empiris mendukung temuan tersebut. Studi oleh Sagala dan Yarni (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara perilaku overprotective pada orang tua dengan kemampuan interaksi sosial remaja di Nagari Maninjau. Penelitian Musthofa (2020) pun mendapatkan hasil bahwa terdapat korelasi sedang antara pola asuh overprotective dengan kemampuan penyesuaian diri remaja. Selanjutnya, hasil penelitian Rachin, Aktiv Aditya, dan Thalib (2023) mengungkapkan adanya hubungan yang kuat antara pola asuh overprotective dan penyesuaian diri siswa SMA di Makassar dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,891. Rachmawati dan Nugrahani (2021) menyebutkan bahwa pola asuh overprotective berkontribusi terhadap minimnya kepercayaan diri anak. Fajriani dan Marlina (2020) menyatakan bahwa remaja dalam lingkungan keluarga overprotektif cenderung mengalami kesulitan dalam membentuk relasi sosial yang sehat. Putri dan Mufidah (2023) menambahkan bahwa sikap protektif berlebihan dapat menghambat kemandirian. Nugroho dan Sari (2022) mengungkapkan bahwa gaya asuh terlalu protektif menimbulkan rasa cemas dan mengurangi keberanian anak untuk mengambil risiko. Yulianti dan Damayanti (2021) menyarankan pola asuh demokratis sebagai alternatif yang lebih sehat secara psikososial.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh sikap overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri dan kemampuan interaksi sosial siswa kelas 8 di SMP. Keterbaruan penelitian ini terletak pada konteks sosial remaja masa kini yang dihadapkan pada perubahan pola asuh akibat kemajuan teknologi dan peningkatan kekhawatiran orang tua, yang mendorong munculnya perilaku overprotective dalam keluarga. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengaruh pola asuh overprotective terhadap perkembangan psikososial remaja serta menjadi dasar bagi upaya sekolah dan orang tua dalam menerapkan pola asuh yang seimbang antara kontrol dan kebebasan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan dan juga pengaruh antara variabel independen, yaitu sikap overprotective orang tua, terhadap dua variabel dependen, yaitu penyesuaian diri dan kemampuan interaksi sosial pada siswa SMP.

Jenis penelitian pada penelitian ini yaitu menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Menurut Sugiyono (2017), metode kuantitatif berlandaskan pada paradigma positivistik dan digunakan untuk dapat meneliti populasi atau sampel tertentu, dengan menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan instrumen dan juga analisis data yang bersifat statistik guna menguji hipotesis yang sudah dirumuskan. Sementara itu, pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antarvariabel dalam suatu populasi. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independent yaitu sikap overprotective orang tua dan variabel dependen yaitu penyesuaian diri dan kemampuan interaksi sosial.

Menurut Sugiyono (2017), populasi yaitu area generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang dapat ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian diambil kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMP X Kelas 8 Di Bandar Lampung. Menurut Sugiyono (2017), sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini, sampel diambil dengan menggunakan teknik total sampling, di mana seluruh siswa kelas 8 SMP X yang berjumlah 79 orang dijadikan sebagai subjek penelitian.

Peneliti menggunakan Skala Overprotective dengan jumlah aitem 31 dan setelah di Uji validitas aitem tersisa 17 dengan menggunakan batasan $>0,25$ dan hasil Uji Reliabilitas nya dengan menggunakan Cronbach Alpha dengan hasil 0,850. Selanjutnya menggunakan Skala Penyesuaian Diri dengan jumlah aitem 28 dan setelah di Uji Validitas aitem tersisa 16 dengan menggunakan batasan $>0,25$ dan hasil Uji Reliabilitas nya dengan menggunakan Cronbach Alpha dengan hasil 0,832. Dan skala yang terakhir yaitu Skala Interaksi Sosial dengan jumlah aitem 18 tidak ada aitem yang gugur dan hasil Uji Reliabilitas nya dengan

menggunakan Cronbach Alpha dengan hasil 0,921. Ketiga Skala tersebut menggunakan model Skala Likert. Skala likert adalah alat yang digunakan untuk menilai sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Pengumpulan data dilakukan secara online dengan menggunakan Google Form, di mana responden mengisi skala secara mandiri. Hal ini dipilih untuk menjangkau seluruh siswa secara efisien dan mempermudah proses pengumpulan data. Teknik analisis data didalam penelitian ini yaitu menggunakan uji korelasi yang bertujuan untuk dapat mengetahui tingkat hubungan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Analisis dilakukan dengan bantuan program statistik yaitu SPSS 25. Teknik analisis ini di gunakan untuk dapat melihat kekuatan hubungan dan juga pengaruh pada variabel independen terhadap masing-masing variabel dependen.

HASIL PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 8 di SMP X Bandar Lampung yang berjumlah 79 orang. Hasil analisis data kemudian dilakukan untuk melihat pengaruh sikap overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri dan kemampuan interaksi sosial siswa kelas 8 di SMP X Bandar Lampung. Analisis ini mencakup tiga tahapan utama, yaitu analisis statistik deskriptif, uji asumsi (normalitas dan linearitas), serta uji hipotesis menggunakan teknik korelasi Pearson. Berikut disajikan deskripsi hasil analisis data yang mencakup nilai rata-rata, nilai tertinggi, nilai terendah, dan standar deviasi untuk masing-masing variabel: Overprotective, Penyesuaian Diri, dan Interaksi Sosial.

Tabel 1. Deskriptif Data Penelitian

Variabel	XMin	Xmax	Mean	SD
Overprotective	15	75	59,46	6,54
PenyesuaianDiri	28	140	84-66	18,36
Interaksi Sosial	18	90	54,96	17,94

Setelah memperoleh hasil dari deskripsi data penelitian, maka selanjutnya dilakukan kategorisasi skor variabel. Kategorisasi variabel overprotective.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi yang telah dilakukan, maka mayoritas siswa (50 dari 79 responden atau 63,3%) mengalami pola asuh orang tua yang tergolong sedang, yaitu orang tua memberikan pengawasan cukup namun tidak berlebihan. Sebanyak 16 siswa (20,3%) tergolong tinggi, menunjukkan adanya perlakuan overprotective, dan 13 siswa (16,5%) termasuk rendah, di mana orang tua cenderung memberikan kebebasan yang lebih luas tanpa kontrol ketat.

Tabel 2. Kategorisasi Overprotective

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Presentase(%)
Rendah	$X \leq 35$	13	16,5%
Sedang	$36 \leq X \leq 55$	50	63,3%
Tinggi	$X \geq 56$	16	20,3%
Total		79	100%

Berdasarkan hasil uji kategorisasi yang telah dilakukan, sebagian besar siswa (63,3%) berada dalam kategori sedang, yang mencerminkan kapasitas adaptasi yang cukup dalam menghadapi tuntutan sosial dan akademik. 21,5% siswa memiliki kemampuan penyesuaian diri tinggi, dan 15,2% siswa berada di kategori rendah, menunjukkan potensi kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

Tabel 3. Uji Kategorisasi Penyesuaian Diri

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Presentase(%)
Rendah	$X \leq 65$	12	15,2%
Sedang	$66 \leq X \leq 104$	50	63,3%
Tinggi	$X \geq 105$	17	21,5%
Total		79	100%

Berdasarkan hasil uji kategorisasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa 59,5% siswa tergolong sedang, dengan kemampuan relasi sosial yang cukup untuk menjalin kerja sama dan komunikasi. 21,5% siswa berada dalam kategori tinggi, menandakan kompetensi sosial yang baik dan aktif. Sementara itu, 19,0% siswa berada dalam kategori rendah, mengindikasikan adanya hambatan sosial seperti malu, pasif, atau kurang percaya diri dalam interaksi.

Tabel 4. Uji Kategorisasi Interaksi Sosial

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Presentase(%)
Rendah	$X \leq 37$	15	19,0%
Sedang	$38 \leq X \leq 72$	47	59,5%
Tinggi	$X \geq 73$	17	21,5%
Total		79	100%

Berdasarkan Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa ketiga variabel memiliki nilai signifikan lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti data dari masing-masing variabel berdistribusi normal, sehingga memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis parametrik seperti uji korelasi Pearson.

Tabel 5. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig	Distribusi
Overprotective	0,643	Normal
Penyesuaian Diri	0,431	Normal
Interaksi Sosial	0,328	Normal

Pada Hasil uji linearitas, diperoleh nilai signifikan deviation from linearity sebesar 0,490 dan 0,542 untuk masing-masing hubungan. dikarenakan kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat mempunyai kesimpulan bahwa hubungan antara variabel-variabel yang diuji bersifat linier. Ini menandakan bahwa dapat kecenderungan hubungan antara sikap overprotective orang tua dengan penyesuaian diri dan interaksi sosial siswa.

Tabel 6. Uji Linieritas

Hubungan antar Variabel	Sig.Dev	Kesimpulan
Overprotective-Penyesuaian Diri	0,490	Linier
Overprotective-Interaksi sosial	0,542	Linier

Berdasarkan kepada hasil uji korelasi pearson ditemukan bahwa hubungan antara sikap overprotective orang tua dengan kedua variabel yakni penyesuaian diri dan interaksi sosial, bersifat negative dan sangat lemah, serta tidak signifikan secara statistik. Nilai koefisien korelasi yang rendah ($r < 0,1$) dan signifikansi ($p > 0,05$) pada semua hubungan menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang nyata antara sikap overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri maupun interaksi sosial siswa kelas 8. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa meskipun sikap protective orang tua muncul dalam kehidupan remaja, faktor tersebut bukan satu-satunya penentu keberhasilan adaptasi dan hubungan sosial pada masa remaja.

Pada Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa sikap overprotective orang tua tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri maupun interaksi sosial siswa kelas 8. Meskipun secara teoritis pola asuh overprotective dikaitkan dengan peningkatan kecemasan, ketergantungan dan keterbatasan kemampuan sosial anak, namun temuan dalam konteks penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh tersebut sangat lemah.

Hal ini membuka kemungkinan bahwa remaja pada masa sekarang telah mengembangkan mekanisme koping tertentu. Baik melalui relasi sebaya, akses informasi digital, maupun peran sekolah dalam membangun kemandirian dan kepercayaan diri. Dengan demikian, sikap overprotective orang tua tidak serta-merta menimbulkan dampak negative yang signifikan terhadap perkembangan psikososial remaja.

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Pearson

Hub Antar Variabel	r (Pearson)	Sig	Interpretasi
Overprotective-Penyesuaian Diri	-0,065	0,567	Tidak Signifikan, sangat lemah
Overprotective-Interaksi Sosial	-0,013	0,912	Tidak Signifikan, sangat lemah

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat lemah dan tidak signifikan antara sikap overprotective orang tua dengan penyesuaian diri ($r = -0,065$; $p = 0,567$), serta antara sikap overprotective dengan kemampuan interaksi sosial siswa ($r = -0,013$; $p = 0,912$). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat sikap overprotective yang diberikan orang tua kepada anak tidak memiliki kontribusi yang berarti terhadap kemampuan anak dalam menyesuaikan diri maupun berinteraksi sosial di lingkungan sekolah.

Temuan penelitian ini tidak sejalan dengan beberapa

studi sebelumnya yang menegaskan adanya pengaruh negatif dari sikap overprotective terhadap perkembangan remaja. Misalnya, Musthofa (2020) menemukan korelasi sedang antara pola asuh overprotective dan penyesuaian diri remaja, sementara Rachim, Aditya, dan Thalib (2024) melaporkan adanya hubungan kuat antara sikap overprotective orang tua dan penyesuaian diri siswa SMA. Penelitian Fajriani dan Marlina (2020) juga memperlihatkan bahwa remaja dengan pola asuh overprotective mengalami hambatan dalam menjalin relasi sosial.

Namun demikian, hasil penelitian ini justru menampilkan realitas yang berbeda. Pertama, adanya mekanisme koping adaptif yang telah dimiliki oleh remaja saat ini. Generasi remaja modern cenderung memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi, media sosial, dan komunitas sebaya yang mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka secara mandiri. Kedua, peran sekolah sebagai lingkungan kedua setelah keluarga juga sangat penting. Dukungan dari guru dan teman sebaya, serta kegiatan ekstrakurikuler, dapat mendukung remaja dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri meskipun dalam pengasuhan yang overprotektif. Kemungkinan lain adalah bahwa overprotective parenting tidak berdampak homogen pada semua individu. Pola pengasuhan ini bisa jadi memberikan rasa aman bagi sebagian remaja, namun sebaliknya menjadi hambatan bagi yang lain, tergantung pada kepribadian, struktur keluarga, dan konteks lingkungan sosial yang lebih luas (Putri & Mufidah, 2023; Nugroho & Sari, 2022).

Kemungkinan lain adalah bahwa overprotective parenting tidak berdampak homogen pada semua individu. Pola pengasuhan ini bisa jadi memberikan rasa aman bagi sebagian remaja, namun sebaliknya menjadi hambatan bagi yang lain, tergantung pada kepribadian, struktur keluarga, dan konteks lingkungan sosial yang lebih luas (Putri & Mufidah, 2023; Nugroho & Sari, 2022). Selain itu, faktor internal lain seperti kepercayaan diri, harga diri, dan regulasi emosi juga memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan penyesuaian dan kemampuan interaksi sosial siswa (Rachmawati & Nugrahani, 2021; Yulianti & Damayanti, 2021). Pola asuh yang terlalu membatasi eksplorasi anak akan berdampak pada ketidakmatangan dalam regulasi emosi, yang pada gilirannya dapat mengganggu kemampuan adaptasi sosial remaja (Nurhayati & Nursalim, 2020).

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas siswa berada pada kategori sedang untuk ketiga variabel sikap overprotective, penyesuaian diri, dan interaksi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum siswa SMP X memiliki pengalaman pengasuhan yang relatif seimbang, dengan kemampuan adaptasi dan relasi sosial yang cukup baik. Temuan ini didukung oleh meta analisis yang menyebut bahwa variabel moderator seperti usia, konteks budaya, jenis kelamin orang tua, dan desain studi dapat memperkuat atau memperlemah dampak overparenting terhadap kesehatan mental remaja, (Liu, Zhang dan Chen 2024). Selain itu, studi Mathijs et al. (2024) menunjukkan bahwa regulasi emosi menjadi mediator dalam hubungan

antara overprotective parenting dan kecemasan sosial, yang bermakna bahwa siswa dengan regulasi emosi yang baik mungkin tidak terlalu terdampak oleh pola asuh protektif.

Selain itu, pengasuhan yang negatif terbukti berpengaruh terhadap kemampuan adaptasi melalui mekanisme kognitif berupa kepercayaan irasional (Zhang & Sun, 2022). Dengan demikian, meskipun sikap overprotective tidak berpengaruh signifikan, hasil ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan faktor mediasi seperti dukungan sosial dan regulasi emosi dalam memahami penyesuaian diri remaja secara lebih menyeluruh (Liu, Zhang, & Chen, 2024).

Dengan demikian, pola asuh overprotective tidak secara signifikan memengaruhi penyesuaian diri maupun kemampuan interaksi sosial siswa SMP X. Oleh karena itu, disarankan agar orang tua menerapkan pola asuh yang lebih seimbang antara kontrol dan kebebasan, serta pihak sekolah dapat memberikan ruang pembinaan sosial bagi siswa. Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat akademik, tetapi juga memiliki peran dalam membentuk otonomi, keterampilan sosial, dan identitas diri siswa secara positif, terutama bila lingkungan keluarga cenderung overprotektif (Hidayat & Wahyuningsih, 2021).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara sikap overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri maupun kemampuan interaksi sosial siswa SMP kelas 8. Meskipun terdapat hubungan negatif, kekuatan korelasinya sangat lemah dan tidak bermakna secara statistik. Dengan demikian, sikap overprotective orang tua bukanlah faktor dominan yang menentukan penyesuaian diri dan interaksi sosial siswa dalam konteks penelitian ini. Penelitian selanjutnya disarankan mempertimbangkan variabel mediasi seperti kelekatan anak dan dukungan sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriza, R., & Syaputri, E. (2022). Peran orang tua dalam tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus (autisme). *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 559–564. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.78>
- Andriani, A., & Rahmawati, F. (2022). Hubungan antara dukungan orang tua dengan kemampuan sosial remaja. *Psikodimensia: Jurnal Psikologi*, 21(2), 78–86. <https://doi.org/10.24167/psiko.v21i2.4305>
- Ansaris, F. (2024). Hubungan perilaku overprotective orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. *Jurnal Psikologi Mawas Diri*, 6(1), 22–30.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin*, Kota Bandar Lampung 2025. <https://bandarlampungkota.bps.go.id>
- Chairunisa, A., Ramadhani, N., Syarifudin, I., & Safitri, F. (2025). Overprotective parenting patterns and its influence on children's mental health. *Imtiyaz: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 9(1), 55–67. <https://doi.org/10.29303/prospek.v6i1.1225>
- Fajriani, A., & Marlina, L. (2020). Pola asuh overprotektif terhadap interaksi sosial remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(3), 234–242. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.3451>
- Handayani, D. S., & Nurohman, M. (2021). Pola asuh orang tua dan dampaknya terhadap perkembangan psikososial remaja. *Jurnal Konseling Religi*, 12(1), 45–54. <https://doi.org/10.21043/konseling.v12i1.10841>
- Hidayat, T., & Wahyuningsih, S. (2021). Peran sekolah dalam menumbuhkan kemandirian siswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1), 13–22. <https://doi.org/10.24854/jpu.v8i1.5631>
- Kartono, K. (2015). *Psikologi remaja*. Mandar Maju.
- Liu, Y., Zhang, J., & Chen, L. (2024). Associations between overparenting and offspring's mental health: A meta-analysis of multiple moderators. *Behavioral Sciences*, 15(9), 1235. <https://doi.org/10.3390/bs15091235>
- Musthofa, M. (2020). Perilaku overprotective orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 242–266. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.242-266>
- Nugroho, A., & Sari, T. (2022). Overprotective parenting dan kecemasan remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(3), 198–205. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i3.4789>
- Nurhayati, S., & Nursalim, M. (2020). Pengaruh pola asuh terhadap regulasi emosi remaja. *Jurnal Persona*, 9(2), 107–116. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.4567>
- Pratiwi, I. (2017). Hubungan antara perilaku overprotective dengan penyesuaian diri pada remaja di Desa Bandar Khalifah. *Jurnal Edukasi*, 3(2), 23–40.
- Putri, L. A., & Mufidah, N. (2023). Dampak overprotective parenting pada kemandirian siswa SMP. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 12(2), 122–130. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i2.5168>
- Rachim, N. A., Aditya, M. A., & Thalib, T. (2024). Perilaku overprotective orang tua dan penyesuaian diri siswa SMA. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 93–97. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.3517>
- Rachmawati, R., & Nugrahani, R. (2021). Pola asuh dan kepercayaan diri remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 45–53. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.4103>
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 217–222.
- Sagala, H., & Yarni, L. (2023). Pengaruh perilaku overprotective orang tua terhadap interaksi sosial remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 57–64. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.106>
- Sobur, A. (2016). *Psikologi umum*. Pustaka Setia.

- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Yulianti, A., & Damayanti, F. (2021). Perbandingan pola asuh demokratis dan overprotective terhadap perilaku sosial remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(4), 321–328.
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i4.4376>
- Zagoto, M. M., Yarni, N., & Dakhi, O. (2019). Perbedaan individu dari gaya belajarnya serta implikasinya dalam pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 2(2), 259–265.
<https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.48>
- Zhang, H., & Sun, L. (2022). Effects of parenting mode on student adaptability: The mediating effects of irrational beliefs. *BMC Psychiatry*, 22(1), 4222.
<https://doi.org/10.1186/s12888-022-04222-5>