

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG MASALAH

Anak adalah anugerah terindah yang Tuhan berikan. Kehadiran anak merupakan saat yang ditunggu-tunggu dan sangat menggembirakan bagi pasangan suami-istri dan keluarga. Kehadirannya bukan saja mempererat tali cinta pasangan suami-istri, tetapi juga sebagai penerus generasi yang sangat diharapkan oleh keluarga tersebut.

Masa perkembangan seorang anak akan melalui peralihan dari masa anak-anak ke remaja menuju dewasa. Masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak ke masa kehidupan orang dewasa, yang ditandai dengan perubahan psikologis dan biologisnya. Secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu sedangkan secara biologisnya yaitu perubahan dari fisik (Santrock, 2003).

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. (WHO, 2014).

Hurlock (1990) membagi fase remaja menjadi masa remaja awal dengan usia antara 13-17 tahun dan masa remaja akhir usia antara 17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir, menurut Hurlock memiliki karakteristik yang berbeda dikarenakan

pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati dewasa.

Menurut BPS Kota Medan Sumatera Utara menyatakan bahwa jumlah penduduk di kota Medan menurut umur dan jenis kelamin sebanyak 1.844.193 jiwa pada tahun 2022. Selain itu juga Badan Pusat Statistik memberitahukan jumlah remaja sebanyak 150719 remaja di kota Medan. Rentang usia 14 hingga 19 tahun. Dari jumlah tersebut, perempuan itu - 73173 dan laki-laki – 77546. Hasil tersebut sudah di kemukakan dan sudah ditetapkan oleh Badan Pusat Statistik Nasional. (Badan Pusat Statistik, 2022).

Menurut Desmita (2011) masa remaja ditandai dengan beberapa karakteristik tugas perkembangan yaitu pencapaian hubungan yang matang dengan teman sebayanya, dapat menerima diri, belajar untuk berperan sesuai jenis kelamin (laki-laki/perempuan), menerima keadaan fisik, mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, mengembangkan diri untuk kesiapan karir, mengembangkan perilaku intelektual, sikap positif, peran sosial dalam bertingkah laku dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Masa remaja adalah salah satu fase perkembangan manusia yang paling pesat. Perkembangan seorang anak sangat dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor orangtua. Hurlock (1996) mengatakan bahwa remaja yang terlambat matang disebabkan karena diperlakukan seperti kanak-kanak, mengakibatkan anak menjadi tidak membuka diri saat menghadapi dunia luar dan tidak bisa menjalankan tugas perkembangannya dan tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Pada situasi mana pun remaja berada, ia akan berhadapan dengan

harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhinya. Remaja memiliki kebutuhan, harapan, dan tuntutan di dalam dirinya, yang harus diselaraskan dengan tuntutan dari lingkungan. Bila remaja mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka dikatakan bahwa remaja tersebut mampu menyesuaikan diri.

Salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental remaja merupakan penyesuaian diri. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dalam kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan di dalam masyarakat pada umumnya. Tidak jarang pula ditemui bahwa anak remaja yang stress dan depresi disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi yang penuh dengan tekanan (Mu'tadin, 2002).

Menurut Sobur (2003) penyesuaian diri adalah kemampuan remaja untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dan lingkungan. Mencakup semua pengaruh kemungkinan dan kekuatan yang melindungi remaja, yang dapat mempengaruhi kegiatannya untuk mencapai ketenangan jiwa dan raga dalam kehidupan. Lingkungan di sini salah satunya adalah lingkungan sosial di mana remaja hidup, termasuk anggota-anggotanya, adat kebiasaannya dan peraturan-peraturan yang mengatur hubungan masing-masing remaja dengan remaja lain. Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri.

Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya (Desmita, 2009). (Mubarok, 2012) menyatakan penyesuaian diri dalam hal ini bisa diartikan sebagai kemampuan untuk mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan disekitar, atau pun sebaliknya, mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan diri individu tersebut. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh banyak faktor, secara garis besar faktor-faktor penyesuaian diri tersebut dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu, faktor internal dan eksternal (Soeparwoto dkk, 2004): Faktor internal meliputi; a) Faktor motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi. b) Faktor konsep diri remaja, yaitu bagaimana remaja memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, psikologis sosial maupun aspek akademik. c) Faktor persepsi remaja, yaitu pengamatan dan penilaian remaja terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu. d) Faktor sikap remaja yaitu kecenderungan remaja untuk berperilaku positif atau negatif. e) Faktor intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar, menganalisis, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Ditambah faktor minat, pengaruhnya akan lebih nyata, bila remaja telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.

Adapun faktor eksternal menurut (Soeparwoto dkk, 2004) meliputi; a) Faktor keluarga terutama pola asuh orang tua. Pada dasarnya pola asuh demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih memberikan peluang bagi remaja untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif. b) Faktor kondisi sekolah. Kondisi sekolah

yang sehat akan memberikan landasan kepada remaja untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis. c) Faktor kelompok sebaya. Hampir setiap remaja memiliki teman-teman sebaya dalam bentuk kelompok. d) Faktor prasangka sosial. Adanya kecenderungan sebagian masyarakat yang menaruh prasangka terhadap para remaja, misalnya memberi label remaja negatif, nakal, sukar diatur, suka menentang orang tua, dan lainlain. e) Faktor hukum dan norma sosial. Bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan memunculkan individu-individu yang baik.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan penulis dengan salah satu remaja, inisial R, mengenai penyesuaian dirinya pada orangtua yang *overprotective*, dikatakan:

“nyesuaikan diri sama mamak yang kadang over itu kadang tersurut emosi, menggerutu dan itu buat stress karna dirumah-rumah aja, ngeliat kawan-kawan main-main awak enggak, semisal awak mau pigi, main sama kawan awak lebih baik bohong biar di kasih izin, contohnya lah pura pura mau izin kerja kelompok ditempat kawan rupanya nongkrong, makanya ga banyaklah hal hal yang terlewatkan dan aku hanya dengar cerita kawan aja sehingga aku iri dan terbesit untuk kabur dari rumah walauun cumin dipikiran aja, ga betul betul dilakukan, ”

(Komunikasi Personal R(18), 07 Maret 2023)

Berdasarkan wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa remaja tersebut merasa tidak mampu menyesuaikan dirinya dalam lingkungan dan juga perkembangannya sebagai anak remaja yang seharusnya mandiri dan mampu memiliki peran sosial dalam hubungannya dengan lingkungan dan dirinya, dikarenakan perilaku orangtuanya yang *overprotective*.

Perilaku orangtua kepada anak mempunyai peranan yang besar dalam perkembangan anak, karena pertama kali seorang anak bergaul adalah dengan orangtua, sehingga perilaku orangtua kepada anak menjadi penentu bagi perkembangan anak, baik perkembangan fisik maupun psikisnya. Pada umumnya ada orangtua yang bersikap memberikan kebebasan pada anak dengan alasan agar anak bisa mengembangkan potensi dirinya, namun ada pula orangtua yang memberi kebebasan namun dengan catatan mengontrol perilaku anak tersebut.

Namun ada juga orangtua yang bersikap dan berperilaku berlebihan dalam melindungi anak agar anak tersebut terhindar dari gangguan fisik dan psikologisnya sampai anak tidak memiliki kebebasan dan bergantung pada orangtua. Perilaku orangtua tersebut disebut dengan *overprotective*. Sikap bahkan perilaku yang ditampilkan oleh orangtua tersebut dengan alasan sangat menyayangi dan agar tidak mengalami hal hal yang celaka (Harlina, 2017). Setiap orangtua pasti pernah merasakan cemas terhadap anak-anaknya, apalagi bila anak tersebut telah memasuki masa remaja (Ariyanti, 2007).

Sejalan dengan survey online yang telah dilakukan penulis terhadap 34 remaja di kota Medan dengan rentang usia 14-19 tahun, sebanyak 64,7 % (22 orang) memiliki orangtua yang berperilaku *overprotective*, sebanyak 32,4% (11 orang) menjawab netral dan sebanyak 5,9% (2 orang) remaja tidak memiliki orangtua yang berperilaku *over protective*. Banyak dari remaja memiliki orangtua yang *overprotective* yang selalu menanyakan hal hal yang berulang-ulang kepada remaja, sebanyak 61,8% (21 orang). Banyak dari remaja yang merasa orangtua mereka terlalu berlebihan dalam memberi kasih sayang, seperti terlalu

memanjakan, memberi semua hal-hal yang sebenarnya tidak dibutuhkan remaja, terlalu ketat dalam memberi ruang dalam pertemanan dan tidak percaya dengan remaja tersebut.

Berdasarkan survey tersebut, dapat disimpulkan bahwa banyak remaja yang memiliki orangtua *overprotective* yang berlebihan memberi kasih sayang kepada anaknya sehingga membuat anak tidak mampu mandiri dan melakukan hal yang dia inginkan untuk dirinya sendiri demi menuruti keinginan orangtuanya.

Bagi anak yang baru memasuki awal remaja, yang mempunyai orangtua dengan bersikap *overprotective*, yaitu orangtua yang selalu menginginkan dekat dengan anak, memberi perawatan dan bantuan yang berlebihan mengawasi anak secara ketat dan membantu anak dalam menyelesaikan masalah-masalahnya (Gunawan, 2013).

Menurut Harlina (2017) mengatakan ada tiga ciri-ciri perilaku *overprotective* orangtua yaitu: (1) Memberikan perlindungan yang berlebihan agar anak terhindar dari berbagai kesulitan dengan memberikan berbagai perlindungan terhadap gangguan fisik dan psikisnya, (2) Kontrol atau pengawasan yang berlebihan pada anak, dengan memantau segala gerak-gerik tingkah laku sampai anak tidak bebas melakukan sesuatu yang diinginkan, (3) Pencegahan terhadap kemandirian dengan mencegah anak dalam melakukan pekerjaan yang bisa dilakukan dan sebenarnya belum tentu atau tidak membahayakan. Menurut Djamarah (2010) terdapat beberapa factor yang mempengaruhi orangtua bersikap *overprotective* yaitu: (1) Selalu menuruti keinginan anak. (2) Kesalahan dalam menempatkan kasih sayang.

(3) Pengawasan yang berlebihan terhadap anak. (4) Penerapan norma keluarga yang terlalu ketat. (5) Pencitraan yang keliru terhadap perkembangan anak.

Berdasarkan jurnal yang penulis analisis dengan judul “Sikap *Over Protective* Orangtua Terhadap Perkembangan Anak” oleh Harlina (2017) hasilnya adalah hubungan antara sikap *overprotective* orangtua terhadap perkembangan anaknya. Sikap orangtua yang selalu memanjakan anak dapat membuat anak menjadi tidak bisa mengekspresikan dirinya di lingkungan sosialnya. Anak pun jadi mempunyai kepribadian yang negatif serta remaja tersebut akan terlambat matang dalam menjalani tugas-tugas perkembangannya. Sikap orangtua tersebutlah yang akan merusak karakter anak.

Berdasarkan jurnal yang penulis analisis dengan judul “Perilaku *OverProtective* Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa” dari Mustofa (2020) terdapat hasil penelitian yaitu Tanggung jawab orang tua mencukupi kebutuhan anak guna mengembangkan keseluruhan eksistensinya, kebutuhan tersebut meliputi biologis maupun psikologis seperti rasa aman, dikasihi, dimengerti sebagai anak, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang kearah harmonis. Banyak orang tua yang dengan sengaja maupun tidak berperilaku *overprotective*. Metode deskriptif kuantitatif korelasional dengan skala perilaku *overprotective* orang tua memuat pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*.

Berdasarkan hasil penelitian lainnya dari Fatoni (2019) yang berjudul “Hubungan Antara Perilaku *OverProtective* Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Remaja” Kebiasaan orang tua yang selalu melindungi anak secara berlebihan,

menyebabkan anak tidak bisa mempertanggungjawabkan apa yang dilakukan, pada umumnya menjadi tidak mampu mandiri, tidak percaya dengan kemampuannya, merasa ruang lingkungannya terbatas. Seorang remaja yang orang tuanya *overprotective* jarang mengalami konflik, karena sering mendapat perlindungan dari orang tuanya, dengan situasi tersebut maka remaja kurang mendapat kesempatan untuk mempelajari macam-macam tata cara atau sopan santun pergaulan dilingkungkannya, maka wajar saja jika mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Hal tersebut juga sesuai dengan yang ditemukan oleh peneliti di lapangan, yakni pada beberapa remaja di Kota medan yang penulis wawancarai dalam bentuk diskusi, peneliti melihat bahwa sering remaja sulit dalam mengambil keputusan tanpa persetujuan atau perintah dari orangtua. Seperti remaja yang peneliti wawancarai yakni:

“apa yang ku lakukan itu kan bang, harus sesuai dengan perintah mama bang. Kalau enggak pasti kena marah, kadang juga kuat suara mama karna ga ku ikuti apa yang dibilang mama. Apa yang mau ku lakukan selalu harus ku Tanya dulu ke mama, bisa apa enggak, boleh apa engga, itu sih bang. Aku ga bisa melawan juga, mungkin karna dia sayang atau gimana, ya jadi aku ngikuti ajalah, ya walau kadang jadi ga bisa kemana-mana, ga bisa milih apa yang ku suka, semua di atur sama orangtua, kadang ya aku juga bilangnyanya apa yang ku mau, tapi ya tetap ga nya di ikuti, jadi ya percuma, cuman selalu dibilang lah apa yang mama buat dan papa ini yang terbaik buatmu, itulah gitulah dijawab bang. “

R (16) 16 November 2022

“ karena aku anak terakhir dan perempuan juga bang, jadi orangtua ku itu sangat ketat mengawasi aku bang sehingga kadang itu membuat aku kurang nyaman dalam melakukan aktivitas diluar, jadi sekarang aku lebih sering memilih berdiam diri di rumah dan nonton tv, kadang main game, dan aku jadi susah untuk berkawan dengan orang sekitar ku karena orangtua ku terutama mama sangat selektif dalam membiarkan aku berkawan dengan orang lain terutama kawan cowok kalau dibantah nanti dimarahi bang, jadi dibandingkan berdebat lebih baik aku ngalah dan ngikuti aja, namanya juga orangtua kan bang. “

M (14) 18 November 2022

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh penulis ditemukan bahwa, subjek R(16) terganggu terhadap lingkungannya dikarenakan subjek sulit dalam mengambil keputusan dalam bersosial di lingkungan rumah dikarenakan adanya perilaku *overprotective* yang diberikan orang tua, yang mengakibatkan subjek tidak bisa mandiri dan bergantung pada orangtua, begitu juga dengan narasumber M(14) bahwa remaja tersebut tidak bisa bergaul dengan banyak teman teman dan hanya bisa berdiam diri dirumah ,dibanding-bandingkan jika tidak mengikuti apa kata orangtua yang mengakibatkan remaja dimarahi oleh orangtua.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penulis memperoleh gambaran bahwa ada perbedaan penyesuaian diri remaja yang memiliki orangtua yang berperilaku dan bersikap *overprotective*. Penulis ingin menggali lebih lanjut terkait dengan fenomena ini, sehingga mengangkat penelitian berjudul “Gambaran Penyesuaian Diri Remaja Yang Memiliki Orangtua Yang Berperilaku *OverProtective*”

1.2. RUMUSAN MASALAH PENELITIAN

Dari latar belakang di atas, selanjutnya rumusan masalah yang akan diteliti adalah:

1. Bagaimana Penyesuaian Diri Remaja pada Orangtua yang memiliki perilaku *Overprotective* .

1.3. TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguji dan mengetahui Penyesuaian Diri Remaja pada Orangtua yang memiliki perilaku *Overprotective*.

1.4. MANFAAT PENELITIAN

A. Bagi Remaja Kota Medan

Sebagai pedoman dan juga sebagai materi dalam mengelola penyesuaian diri bagi yang memiliki orang tua berperilaku *overprotective*.

B. Bagi Orangtua

Untuk memperluas pengetahuan tentang Penyesuaian Diri Remaja pada Orang tua yang memiliki perilaku *Overprotective*.

C. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk memperoleh gambaran serta perbandingan akan peningkatan atau penurunan Penyesuaian Diri Remaja pada Orangtua yang memiliki perilaku *Overprotective*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Penyesuaian Diri

2.1.1. Defenisi Penyesuaian *Diri*

Schneider (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses ketika individu berusaha untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustasi, dan konflik, dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana ia tinggal dengan tuntutan didalam diri sendiri. Menurut Sobur (2016). Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan pada dirinya dalam memenuhi kebutuhan yang sesuai dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan pada dirinya dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan suatu proses psikologis sepanjang hidup dan individu berupaya untuk menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup agar mencapai pribadi yang sehat (Fatimah, 2012). Pendapat lain juga menyatakan, bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diusahakan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, frustasi, konflik, ketegangan serta untuk menghasilkan kualitas dan keselarasan antar tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungannya (Ali & Asrori 2015).

Berdasarkan beberapa pengertian penyesuaian diri diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan individu dalam merespon (mental dan perilaku) setiap perubahan yang ada pada dirinya maupun lingkungannya agar dapat berhasil dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, yakni: frustrasi, konflik, dan ketegangan sehingga terwujud tingkat keselarasan antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

2.1.2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri yang dilakukan oleh seseorang mencakup tujuh aspek sebagai berikut:

1. Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan.

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya gejala emosi berlebih dari individu. Individu yang memiliki kontrol emosi yang baik akan mampu mengatasi dan menghadapi kondisi yang menekan dengan baik dan sebaliknya.

2. Kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri

Keterbukaan dan kejujuran terhadap adanya masalah ataupun konflik yang dihadapi individu akan terlihat dengan ditunjukkannya reaksi normal ketika menghadapi tekanan-tekanan maupun tuntutan-tuntutan.

3. Kemampuan mengurangi rasa frustrasi

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya gejala depresi ataupun stress dalam menghadapi berbagai kesulitan ataupun masalah.

Individu cenderung bersikap dan bereaksi secara wajar serta tidak menunjukkan perilaku yang menyimpang.

4. Pola pikir rasional dan kemampuan mengarahkan diri

Kemampuan kognitif individu dalam mempertimbangkan konsekuensi-konsekuensi yang akan dihadapi dalam pengambilan keputusan dapat mengarahkan individu dalam bertindak. Individu yang mampu berpikir rasional dapat menghindarkan dirinya dari tindakan ataupun perilaku-perilaku menyimpang.

5. Kemampuan untuk belajar

Belajar merupakan proses kognitif yang sejatinya berlaku sepanjang hayat dan proses belajar yang dilakukan adalah untuk memecahkan masalah baik yang sedang ataupun akan dihadapi nantinya.

6. Pemanfaatan pengalaman masa lalu

Individu dianggap belajar apabila mampu mengambil pelajaran dari setiap apa yang dialaminya di masa lalu, serta kemampuan individu untuk toleran terhadap traumatiknya.

7. Sikap realitas dan objektif.

Aspek ini berhubungan dengan orientasi individu terhadap realitas yang ada. Penyesuaian ini ditandai dengan pola pikir dan obyektivitas individu dalam menilai sesuatu, individu mampu bertindak menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan.

Berdasarkan penjelasan tentang aspek penyesuaian diri diatas, aspek-aspek dalam penelitian ini akan menggunakan aspek-aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders (1964), yang mana penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya gejala emosi berlebih dari individu, keterbukaan dan kejujuran terhadap adanya masalah ataupun konflik yang dihadapi individu, tidak adanya gejala depresi ataupun stress dalam menghadapi berbagai kesulitan ataupun masalah, mampu berpikir rasional dapat menghindarkan dirinya dari tindakan ataupun perilaku-perilaku menyimpang, mampu memecahkan masalah baik yang sedang ataupun akan dihadapi nantinya, mampu mengambil pelajaran dari setiap apa yang dialaminya di masa lalu, serta individu mampu bertindak menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan.

2.1.3. Faktor-faktor Penyesuaian *Diri*

Menurut Schneiders (1964) menyatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Berikut adalah faktor-faktornya:

1. Kondisi fisik

Kondisi fisik individu merupakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan tubuh yang baik merupakan syarat bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik. Adanya cacat fisik dan penyakit kronis akan melatarbelakangi adanya hambatan pada individu dalam melaksanakan penyesuaian diri.

2. Perkembangan dan kematangan

Bentuk-bentuk penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Seiring dengan perkembangannya, individu akan meninggalkan perilaku kekanak-kanakan dalam merespon lingkungannya. Hal tersebut bukan karena proses pembelajaran semata, melainkan karena individu menjadi lebih matang. Kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral dan emosi mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.

3. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustrasi, kecemasan, dan cacat mental akan memicu munculnya hambatan dalam penyesuaian diri. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya.

4. Kondisi lingkungan

Keadaan lingkungan yang baik, damai, tenteram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan kepada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Sebaliknya apabila individu tinggal di lingkungan yang tidak tenteram, tidak damai, dan tidak aman, maka individu tersebut akan mengalami gangguan dalam melakukan

proses penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang dimaksud mencakup mencakup lingkungan sekolah, rumah, dan keluarga.

5. Keadaan kultur dan agama

Religiusitas merupakan faktor yang memberikan suasana psikologis yang dapat digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lain. Religiusitas memberi nilai dan keyakinan sehingga individu memiliki arti, tujuan, dan stabilitas hidup yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri meliputi kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, kondisi lingkungan, serta keadaan budaya dan agama. Peran lingkungan turut berperan penting bagi individu sebagai bentuk respon yang nyata untuk dapat menyesuaikan diri. Dalam hal ini dukungan sosial yang berarti sikap atau tindakan yang diberikan seseorang dalam memberikan bantuan kepada orang lain yang bersifat mendukung dan tindakan yang mengarahkan individu bahwa mereka diperhatikan, dicintai dan dihargai oleh orang lain. Hal ini berarti hubungan dari dukungan sosial mencakup faktor kondisi lingkungan dari penyesuaian diri individu, dimana individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial akan mengalami gangguan dalam melakukan proses penyesuaian diri.

2.2. Perilaku *Over Protective*

2.2.1. Pengertian Perilaku *Over Protective*

Overprotective merupakan kecenderungan dari pihak orangtua untuk melindungi anak secara berlebihan, dengan memberikan perlindungan terhadap gangguan dan bahaya fisik maupun psikologis, sampai sebegitu jauh sehingga anak tidak mencapai kebebasan atau selalu tergantung pada orangtua (Chaplin,2000). Menurut Kartono (2003) *overprotective* memberi perhatian yang sangat berlebihan terhadap seorang anak. Mappiare (1982) *overprotective* merupakan cara orangtua mendidik anak dengan terlalu melindungi, kurang memberi kesempatan kepada anak untuk mengurus keperluan-keperluannya sendiri, membuat rencana, menyusun alternatif, mengambil keputusan sendiri serta bertanggungjawab terhadap keputusannya. Kartono (1989) *overprotective* merupakan kasih sayang orangtua yang berlebihan kepada anak, pada umumnya oleh orangtua anak terlalu banyak dilindungi, ditolong dan dihindarkan dari kesulitan-kesulitan kecil setiap harinya. *Overprotective* merupakan perlakuan orangtua yang terlalu banyak melindungi aktifitas-aktifitas anaknya, orangtua cenderung mencegah anak-anaknya melakukan pekerjaan yang sebenarnya belum tentu membahayakan (Gunarsa;1989)

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan perilaku *overprotective* orangtua di mana selalu melindungi remaja terhadap gangguan fisik maupun psikologis secara berlebihan, kurang memberi kesempatan kepada remaja untuk membuat rencana, menyusun alternatif, mengurus keperluan-keperluannya sendiri dan mengambil keputusan. Orangtua menghindarkan remaja dari kesulitan-kesulitan kecil setiap hari, mencegah remaja melakukan pekerjaan yang sebenarnya belum

tentu membahayakan, orangtua memberikan kontrol secara berlebihan sehingga remaja tidak bebas melakukan tindakan yang sebenarnya ingin dilakukan.

2.2.2. Ciri-ciri Perilaku *Overprotective*

Menurut Mappiare (1982) mengatakan ada empat ciri-ciri pola asuh *overprotective* orang tua, yaitu:

1. Orang tua ingin selalu memiliki kontak yang berlebihan kepada seorang remaja.
2. Perawatan atau pemberian bantuan kepada seorang remaja yang terus menerus, meskipun remaja sudah mampu merawat dirinya sendiri orang tua tetap membantu.
3. Mengawasi kegiatan remaja secara berlebihan, orang tua senantiasa mengawasi aktifitas-aktifitas yang dilakukan remaja.
4. Memecahkan masalah remaja, orang tua tidak membiasakan remaja agar belajar memecahkan masalah, selalu membantu memecahkan masalah-masalah pribadi remaja, meskipun masalah yang dialami bisa diatasi sendiri oleh anak.

Menurut Djamarah, (2014) mengatakan ada tiga ciri-ciri perilaku *overprotective* orangtua yaitu:

- (1) Memberikan perlindungan yang berlebihan agar anak terhindar dari berbagai kesulitan dengan memberikan berbagai perlindungan terhadap gangguan fisik dan psikisnya.

- (2) Kontrol atau pengawasan yang berlebihan pada anak, dengan memantau segala gerak-gerik tingkah laku sampai anak tidak bebas melakukan sesuatu yang diinginkan.
- (3) Pencegahan terhadap kemandirian dengan mencagah anak dalam melakukan pekerjaan yang bisa dilakukan dan sebenarnya belum tentu atau tidak membahayakan.

Berdasarkan pendapat-pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa sikap orangtua yang *overprotective* dapat membawa dampak tersendiri bagi anak mereka. Kontak yang berlebih kepada anak, perawatan atau pemberian bantuan kepada anak yang terus-menerus, mengawasi kegiatan anak secara berlebihan dan memecahkan masalah anak.

2.2.3. Faktor-faktor Perilaku *Over Protective*

Menurut Purwanto (1993) hal-hal yang dapat menyebabkan orangtua memberikan perlindungan yang berlebihan kepada anak-anak mereka antara lain :

- a. Karena ketakutan yang berlebihan dari orangtua akan bahaya yang mungkin mengancam anak mereka. Dalam hal yang demikian orangtua akan selalu berusaha melindungi anaknya dari segala sesuatu yang mengundang bahaya.
- b. Keinginan yang tidak disadari untuk selalu menolong dan memudahkan kehidupan anak mereka.
- c. Karena orangtua takut akan kesukaran, segan bersusah-susah ingin mudahnya dan anaknya saja. Orangtua takut kalau-kalau anak mereka

bertingkah atau membandel dan terus merengek jika kehendaknya tidak dituruti.

- d. Karena kurangnya pengetahuan orangtua. Kebanyakan orangtua, baik yang tidak terpelajar sekalipun mengetahui apa yang dibolehkan dan apa yang harus dilarang, orangtua tidak mengetahui bahwa anak mereka harus dibiasakan akan ketertiban, berlaku menurut peraturan-peraturan yang baik untuk bekal hidupnya nanti dalam masyarakat.

2.3. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan jurnal yang penulis analisis dengan judul “Sikap *Over Protective* Orangtua Terhadap Perkembangan Anak” oleh Harlina (2017) hasilnya adalah hubungan antara sikap *overprotective* orangtua terhadap perkembangan anaknya. Sikap orangtua yang selalu memanjakan anak dapat membuat anak menjadi tidak bisa mengekspresikan dirinya di lingkungan sosialnya. Anak pun jadi mempunyai kepribadian yang negatif serta remaja tersebut akan terlambat matang dalam menjalani tugas-tugas perkembangannya. Sikap orangtua tersebutlah yang akan merusak karakter anak.

Berdasarkan jurnal yang penulis analisis dengan judul “Perilaku *Over Protective* Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa” dari Mustofa (2020) terdapat hasil penelitian yaitu Tanggung jawab orang tua mencukupi kebutuhan anak guna mengembangkan keseluruhan eksistensinya, kebutuhan tersebut meliputi biologis maupun psikologis seperti rasa aman, dikasihi, dimengerti sebagai anak, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang kearah harmonis. Banyak orangtua yang dengan sengaja maupun tidak berperilaku

overprotective. Metode deskriptif kuantitatif korelasional dengan skala perilaku *overprotective* orang tua memuat pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*.

Berdasarkan hasil penelitian lainnya dari Harun (2022) Pengaruh Perilaku *Overprotective* Orangtua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak, Kemampuan penyesuaian diri anak sejak usia dini perlu dikembangkan agar anak memiliki kemandirian. Oleh karena itu, orangtua diharapkan tidak berperilaku *overprotective* kepada anak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh perilaku *overprotective* orangtua terhadap kemampuan penyesuaian diri anak. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Jumlah sampel penelitian sebanyak 72 orangtua siswa kelompok B TK ABA Kebondalem Lor Prambanan Klaten. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga semua siswa dijadikan sampel penelitian Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa perilaku *over protective* orang tua berpengaruh signifikan terhadap kemampuan penyesuaian diri anak, yang dibuktikan oleh hasil uji t sebesar -6,481 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ (tingkat kesalahan 5%).

Selain penelitian nasional terdapat juga penelitian internasional yang terkait dengan judul yang dilakukan peneliti. Salah satunya adalah penelitian Flamant (2022) yang menemukan hasil penelitian para sarjana biasanya menganggap *overprotective* orang tua sebagai jenis pengasuhan maladaptif dengan dampak negatif untuk penyesuaian psikososial remaja, dengan frustrasi kebutuhan

psikologis remaja berfungsi sebagai mekanisme yang mendasarinya. Dalam studi ini, kami meneliti peran moderat dari empat strategi koping (yaitu kepatuhan kompulsif, pembangkangan oposisi, negosiasi dan akomodasi). Dalam studi ini, kami meneliti peran moderat dari empat strategi koping (yaitu kepatuhan kompulsif, pembangkangan oposisi, negosiasi dan akomodasi) menggunakan model mediasi yang dimoderasi berdasarkan data cross-sectional dari 382 remaja Belgia (Mage = 17,1 tahun, 44,5% laki-laki), hasil penelitian menunjukkan bahwa penanggulangan remaja dengan pengasuhan yang terlalu protektif mengubah sampai batas tertentu kekuatan hubungan antara pengasuhan yang terlalu protektif dan masalah perkembangan.

Penelitian lainnya, yaitu Darmayanti (2020) berjudul *The Comparison Of Adolescents Self-Concepts Assessed From Parenting Style*, berisi deskripsi analitis tentang konsep diri remaja dalam hal gaya pengasuhan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian konseptual dan empiris di bidang psikologi sosial, parenting dan sosiologi tentang konsep diri yang dikembangkan oleh gaya pengasuhan. Temuan artikel ini mengungkapkan perbandingan konsep diri remaja berdasarkan tentang gaya pengasuhan. Ini dapat digunakan sebagai dasar untuk memahami konsep diri, di mana otoritatif gaya pengasuhan dapat mengembangkan konsep diri remaja yang positif.

Dan yang terakhir yaitu penelitian mengenai “*The Relationship between Maternal Overprotection, Adolescent Internalizing and Externalizing Problems, and Psychological Need Frustration: A Multi-Informant Study Using Response Surface Analysis*” oleh Petegem (2020). Orangtua dan remaja mungkin memiliki pandangan

yang berbeda tentang perilaku orangtua, yang mungkin terkait dengan ketidaksesuaian remaja. Tujuan dari penyelidikan ini adalah untuk memeriksa hubungan antara pengasuhan yang terlalu protektif dan masalah internalisasi dan eksternalisasi remaja dan frustrasi kebutuhan psikologis mereka (untuk otonomi, keterkaitan dan kompetensi), sehingga mempertimbangkan kesesuaian dan ketidaksesuaian dalam laporan remaja dan ibu tentang pengasuhan yang terlalu protektif. Sampel kami terdiri dari 402 dyad ibu-remaja (usia remaja $M = 16,8$ tahun, 63% perempuan), yang melaporkan pola asuh ibu yang terlalu protektif. Selain itu, remaja mengisi kuesioner yang menilai masalah internalisasi dan eksternalisasi mereka dan frustrasi kebutuhan psikologis. Data dianalisis menggunakan regresi polinomial dengan analisis permukaan respons. Hasil penelitian menunjukkan bukti untuk hubungan linier dan aditif antara laporan remaja dan ibu tentang pengasuhan yang terlalu protektif, dan gejala internalisasi dan eksternalisasi remaja serta keterkaitan dan frustrasi kompetensi. Artinya, skor yang lebih tinggi dalam peringkat remaja dan ibu tentang pengasuhan yang terlalu protektif dikaitkan dengan lebih banyak maladjustment dan lebih banyak kebutuhan frustrasi. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidaksesuaian antara laporan remaja dan ibu terkait dengan masalah yang lebih eksternalisasi dan lebih banyak otonomi dan frustrasi keterkaitan, dan ini terutama terjadi ketika remaja merasakan tingkat perlindungan berlebih yang lebih tinggi daripada yang dilaporkan oleh ibu.

BAB III

METODE PENELITIAN

3. 1. Identifikasi Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2012) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Menurut Sudjana dan Ibrahim (2004:64) penelitian deskriptif adalah “penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang”. Untuk pendekatan kuantitatif dijelaskan oleh Arikunto (2013:12) bahwa pendekatan dengan menggunakan kuantitatif karena menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya.

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Pendekatan ini juga dihubungkan dengan variabel penelitian yang memfokuskan pada masalah-masalah terkini dan fenomena yang sedang terjadi pada saat sekarang dengan bentuk hasil penelitian berupa angka-angka yang memiliki makna.

3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam merespon (mental dan perilaku) setiap perubahan yang ada pada dirinya maupun lingkungannya agar dapat berhasil dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, yakni: frustrasi, konflik, dan ketegangan sehingga terwujud tingkat keselarasan antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Dalam penelitian ini Penyesuaian Diri akan diukur dengan skala Penyesuaian diri terdiri dari tujuh aspek, menurut (Schneider 1964) yaitu Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, Kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri, Kemampuan mengurangi rasa frustrasi, Pola pikir rasional dan kemampuan mengerahkan diri, Kemampuan untuk belajar, Pemanfaatan pengalaman masa lalu, dan Sikap realitas dan objektif.

3.3. Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah remaja yang berkisar antara 14 sampai 19 tahun. Hal ini dimaksudkan pada remaja yang berdomisili di kota Medan.

3.4. Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Bungin (2005), mengatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya. Dari populasi ini maka diambil

contoh atau sampel yang diharapkan dapat mewakili populasi. Populasi yang diambil ialah remaja berumur 14-19 tahun yang berada di kota Medan.

Menurut Badan Pusat Statistik (2023) data terakhir diupdate di website resmi Badan Pusat Statistik dimana remaja di kota Medan dengan kisaran usia 14–19 tahun yakni berjumlah **150719** remaja, dengan demikian kisaran populasi dalam penelitian ini yakni sekitar 150.000 –an.

3.4.2. Sampel

Menurut Arikunto (2006) sampel adalah sebagian atau populasi yang diteliti. Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang diambil dihitung dengan rumus sampel Isaac dan Michael. Hal ini didasarkan pada pertimbangan bahwa jumlah populasi relatif besar dan tidak dapat teridentifikasi dengan pasti. Karena jumlah populasi masih dalam ukuran perkiraan dengan jumlah yang tak pasti, maka peneliti menggunakan penentuan populasi dengan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan jumlah populasi tak terhingga.

**TABEL PENENTUAN JUMLAH SAMPEL ISAAC DAN
MICHAEL DARI POPULASI TERTENTU DENGAN TARAF
KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%**

| N | s | | | N | s | | | N | s | | |
|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|---------|-----|-----|-----|
| | 1% | 5% | 10% | | 1% | 5% | 10% | | 1% | 5% | 10% |
| 10 | 10 | 10 | 10 | 280 | 197 | 155 | 138 | 2800 | 537 | 310 | 247 |
| 15 | 15 | 14 | 14 | 290 | 202 | 158 | 140 | 3000 | 543 | 312 | 248 |
| 20 | 19 | 19 | 19 | 300 | 207 | 161 | 143 | 3500 | 558 | 317 | 251 |
| 25 | 24 | 23 | 23 | 320 | 216 | 167 | 147 | 4000 | 569 | 320 | 254 |
| 30 | 29 | 28 | 27 | 340 | 225 | 172 | 151 | 4500 | 578 | 323 | 255 |
| 35 | 33 | 32 | 31 | 360 | 234 | 177 | 155 | 5000 | 586 | 326 | 257 |
| 40 | 38 | 36 | 35 | 380 | 242 | 182 | 158 | 6000 | 598 | 329 | 259 |
| 45 | 42 | 40 | 39 | 400 | 250 | 186 | 162 | 7000 | 606 | 332 | 261 |
| 50 | 47 | 44 | 42 | 420 | 257 | 191 | 165 | 8000 | 613 | 334 | 263 |
| 55 | 51 | 48 | 46 | 440 | 265 | 195 | 168 | 9000 | 618 | 335 | 263 |
| 60 | 55 | 51 | 49 | 460 | 272 | 198 | 171 | 10000 | 622 | 336 | 263 |
| 65 | 59 | 55 | 53 | 480 | 279 | 202 | 173 | 15000 | 635 | 340 | 266 |
| 70 | 63 | 58 | 56 | 500 | 285 | 205 | 176 | 20000 | 642 | 342 | 267 |
| 75 | 67 | 62 | 59 | 550 | 301 | 213 | 182 | 30000 | 649 | 344 | 268 |
| 80 | 71 | 65 | 62 | 600 | 315 | 221 | 187 | 40000 | 663 | 345 | 269 |
| 85 | 75 | 68 | 65 | 650 | 329 | 227 | 191 | 50000 | 655 | 346 | 269 |
| 90 | 79 | 72 | 68 | 700 | 341 | 233 | 195 | 75000 | 658 | 346 | 270 |
| 95 | 83 | 75 | 71 | 750 | 352 | 238 | 199 | 100000 | 659 | 347 | 270 |
| 100 | 87 | 78 | 73 | 800 | 363 | 243 | 202 | 150000 | 661 | 347 | 270 |
| 110 | 94 | 84 | 78 | 850 | 373 | 247 | 205 | 200000 | 661 | 347 | 270 |
| 120 | 102 | 89 | 83 | 900 | 382 | 251 | 208 | 250000 | 662 | 348 | 270 |
| 130 | 109 | 95 | 88 | 950 | 391 | 255 | 211 | 300000 | 662 | 348 | 270 |
| 140 | 116 | 100 | 92 | 1000 | 399 | 258 | 213 | 350000 | 662 | 348 | 270 |
| 150 | 122 | 105 | 97 | 1100 | 414 | 265 | 217 | 400000 | 662 | 348 | 270 |
| 160 | 129 | 110 | 101 | 1200 | 427 | 270 | 221 | 450000 | 663 | 348 | 270 |
| 170 | 135 | 114 | 105 | 1300 | 440 | 275 | 224 | 500000 | 663 | 348 | 270 |
| 180 | 142 | 119 | 108 | 1400 | 450 | 279 | 227 | 550000 | 663 | 348 | 270 |
| 190 | 148 | 123 | 112 | 1500 | 460 | 283 | 229 | 600000 | 663 | 348 | 270 |
| 200 | 154 | 127 | 115 | 1600 | 469 | 286 | 232 | 650000 | 663 | 348 | 270 |
| 210 | 160 | 131 | 118 | 1700 | 477 | 289 | 234 | 700000 | 663 | 348 | 270 |
| 220 | 165 | 135 | 122 | 1800 | 485 | 292 | 235 | 750000 | 663 | 348 | 270 |
| 230 | 171 | 139 | 125 | 1900 | 492 | 294 | 237 | 800000 | 663 | 348 | 271 |
| 240 | 176 | 142 | 127 | 2000 | 498 | 297 | 238 | 850000 | 663 | 348 | 271 |
| 250 | 182 | 146 | 130 | 2200 | 510 | 301 | 241 | 900000 | 663 | 348 | 271 |
| 260 | 187 | 149 | 133 | 2400 | 520 | 304 | 243 | 950000 | 663 | 348 | 271 |
| 270 | 192 | 152 | 135 | 2600 | 529 | 307 | 245 | 1000000 | 663 | 348 | 271 |
| | | | | | | | | | 664 | 349 | 272 |

Maka jumlah responden berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan kesalahan 5% adalah 347 orang (Arikunto, 2006). Oleh karena itu, responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 347 remaja usia 14-19 tahun yang berdomisili di kota Medan dengan cara mensurvey 347 remaja yang memiliki memiliki orangtua berperilaku *overprotective* dan selanjutnya dari 347 remaja tersebut didapat sampel yang memiliki orangtua *overprotective* dan dilakukan pengukuran dengan menggunakan skala penyesuaian diri.

3.4.2.1. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah

diketahui sebelumnya. Oleh karena itu sampel penelitian disesuaikan dengan kriteria yang sudah ditetapkan, yaitu remaja usia 14-19 tahun yang berdomisili dikota medan.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya. Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2008) Skala psikologi yang digunakan adalah skala Penyesuaian diri yang memiliki Orangtuayang Berperilaku *Overprotective*.

3.5.1. Skala Penyesuaian Diri Remaja yang Memiliki Orangtua

Overprotective

Pengukuran Penyesuaian Diri Remaja yang Memiliki Orangtua *Overprotective* menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspekPenyesuaian Diri Remajamenurut Schneiders (1964) Skala Likert dalam pengukuran Penyesuaian Diri Remajamemiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

**Tabel 3.1 Tabel Distribusi Skor Jawaban Responden
Pada Skala Penyesuaian Diri Remaja**

| Pilihan Jawaban | Bentuk Pernyataan | |
|---------------------|-------------------|--------------------|
| | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
| Sangat Setuju | 4 | 1 |
| Setuju | 3 | 2 |
| Tidak Setuju | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Setuju | 1 | 4 |

3.5.2 Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua tahap yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan.

3.5.2.1. Persiapan Penelitian

Penelitian ilmiah merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapat data yang akurat peneliti membutuhkan instrument yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat untuk menyusun instrument penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian.

3.5.2.2. Pembuatan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Skala Penyesuaian Diri Remaja disusun berdasarkan aspek Penyesuaian Diri Remaja Schneiders (1964) yaitu, kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri, kemampuan mengurangi rasa frustrasi, pola pikir rasional

dan kemampuan mengerahkan diri, kemampuan untuk belajar, pemanfaatan pengalaman masa lalu, dan sikap realitas dan objektif.

Penyusunan skala ini dilakukan dengan membuat *blue print* dan kemudian dioperasionalkan dalam bentuk item-item pernyataan. Skala Penyesuaian Diri Remajasendiri terdiri atas 34 item. Item-item pernyataan tersebut kemudian disusun menjadi instrument uji coba. Sebaran uji coba skala Penyesuaian Diri Remajatersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.2 Tabel Blueprint Uji Coba Skala Penyesuaian Diri

| No | Aspek | Indikator | Item | |
|----|--|---|-----------|-------------|
| | | | Favorable | Unfavorable |
| 1 | Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan. | 1. Mampu mengatasi dan menghadapi kondisi yang menekan dengan baik | 1 | 2 |
| | | | 3 | 4 |
| 2 | Kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri | 1. Mampu menunjukkan reaksi normal ketika menghadapi berbagai masalah/kesulitan | 5 | 6 |
| | | | 7 | 8 |
| 3 | Kemampuan mengurangi rasa frustrasi | 1. Tidak ada gejala depresi saat ditekan oleh orangtua | 9 | 10 |
| | | 2. Tidak menunjukkan perilaku menyimpang | 11 | 12 |
| 4 | Pola pikir rasional dan kemampuan mengerahkan diri | 1. Mampu berfikir rasional | 13 | 14 |
| | | | 15 | 16 |
| | | | 17 | 18 |
| | | 2. Mampu mengambil keputusan sendiri | 19 | 20 |
| 5 | Kemampuan untuk belajar | 1. Mampu menyelesaikan masalah baik yang sedang atau akan di hadapi | 21 | 22 |
| | | | 23 | 24 |
| 6 | Pemanfaatan pengalaman masa lalu | 1. mampu mengelola trauma masa lalu | 25 | 26 |

| | | | | |
|---|------------------------------|---|----|----|
| | | 2. Mampu untuk toleran terhadap traumatic | 27 | 28 |
| 7 | Sikap realitas dan objektif. | 1. Mampu menerima kenyataan sesuai dengan realita | 29 | 30 |
| | | 2. Mampu menilai kenyataan sesuai dengan realita | 31 | 32 |
| | | | 33 | 34 |

3.5.2.3. Uji Coba Alat Ukur

Setelah alat ukur disusun, maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba alat ukur. Uji coba alat ukur dilakukan untuk menguji apakah validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian nantinya. Peneliti melakukan uji coba alat ukur pada tanggal 02 Juni-10 Juni 2023 pada remaja usia 14-19 tahun sebanyak 102 orang. Penelitian ini dilakukan peneliti dengan memberikan skala secara *online* dalam bentuk *google form* kepada subjek.

Setelah peneliti melakukan uji coba alat ukur, hasil uji coba tersebut dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya melalui *SPSS Statistics 24 for windows*. Berdasarkan uji reliabilitasitem diperoleh nilai Cronbach Alpha 0,710 > 0,6 yang menyatakan bahwa nilai Cronbach Alpha lebih besar dari r table, sehingga ditemukan 10 item yang gugur sedangkan 24 item sah. Setelah diketahui item-item yang gugur, maka kemudian peneliti menyusun item-item yang sah menjadi alat ukur yang disajikan dalam skala penelitian, yang terdiri dari 24 skala Penyesuaian Diri.

3.5.2.4. Revisi Alat Ukur

Setelah peneliti melakukan uji coba alat ukur, hasil uji coba tersebut dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya melalui *SPSS Statistics 24 for windows*. Berdasarkan estimasi uji daya beda item diperoleh nilai korelasi item-item Penyesuaian Diri yang bergerak dari -0,419 sampai 0,495 sehingga ditemukan 10 item yang gugur sedangkan 24 item sah. Setelah diketahui item-item yang gugur, maka kemudian peneliti menyusun item-item yang sah menjadi alat ukur yang disajikan dalam skala penelitian, yang terdiri dari 24 skala Penyesuaian Diri.

Tabel 3.3 Tabel Blueprint Hasil Uji Coba Skala Penyesuaian Diri

| No. | Aspek | Indikator | Item | | Total |
|-----|---|--|-----------|-------------|----------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| 1. | Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan. | 1. Mampu mengatasi dan menghadapi kondisi yang menekan dengan baik | 1,3 | 2,4 | 4 |
| 2. | Kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri | 1. Mampu menunjukkan reaksi normal ketika menghadapi berbagai masalah/kesulitan | - | 5 | 1 |
| 3. | Kemampuan mengurangi rasa frustrasi | 1. Tidak ada gejala depresi saat ditekan oleh orangtua 2. Tidak menunjukkan perilaku menyimpang | 6 | 7,8 | 3 |

| | | | | | |
|--------------|--|---|-----------|------------|-----------|
| 4. | Pola pikir rasional dan kemampuan mengerahkan diri | 1. Mampu berfikir rasional 2. Mampu mengambil keputusan sendiri | 10,12,14 | 9,11,13,15 | 7 |
| 5. | Kemampuan untuk belajar | 1. Mampu menyelesaikan masalah baik yang sedang atau akan di hadapi | 16,18 | 17 | 3 |
| 6. | Pemanfaatan pengalaman masa lalu | 1. mampu mengelola trauma masa lalu 2. Mampu untuk toleran terhadap traumatic | 20 | 19,21 | 3 |
| 7. | Sikap realitas dan objektif. | 1. Mampu menerima kenyataan sesuai dengan realita 2. Mampu menilai kenyataan sesuai dengan realita | 22 | 23,24 | 3 |
| Total | | | 10 | 14 | 24 |

3.6.. Pelaksanaan Penelitian

Proses pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan skala secara *online* yang disusun melalui *google form*. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada 15 Juni-21 Juli 2023

3.7. Analisa Data.

Pada penelitian ini setelah memperoleh jawaban responden dari hasil penyebaran angket, maka tahap selanjutnya adalah mendeskripsikan data. Dengan

mendeskrripsikan data untuk mengetahui seberapa besar tingkat persentase penyesuaian diri remaja yang memiliki perilaku *overprotective* orangtua. Uji normalitas diperlukan untuk menguji apakah data menggambarkan kondisi umum kehidupan dan untuk mendapatkan kepastian apakah data mempersyaratkan distribusi normal sehingga dapat ditetapkan dengan teknik statistik. Uji normalitas menggunakan alat uji satu sampel Kolmogorov Smirnov (K-S) merupakan uji Goodness of Fit yang dilaksanakan dengan membandingkan serangkaian data pada sampel dan dilakukan untuk mengetahui kenormalan distribusi beberapa data tertentu dengan aplikasi SPSS Statistics 24. Uji Kolmogorov Smirnov (K-S) menetapkan apakah skor-skor dalam sampel dapat dianggap berasal dari populasi yang sama dengan distribusi teoritis tertentu.