

## Hubungan antara Konsep Diri dan Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja

Radiatul Adawiyah, Erny Hidayati\*

Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

[erny.hidayati@psy.uad.ac.id](mailto:erny.hidayati@psy.uad.ac.id)

### ABSTRACT

*This study aims to examine the relationship between self-concept and parents' over protective behavior on adolescent adjustment. The sample in this study were 157 teenagers from SMA Negeri 4 Kota Ternate. Quantitative research methods. The scale used in this study is the self-concept scale, the parental over protective behavior scale, and the self-adjustment scale. The sampling technique used is cluster random sampling. The data analysis used is multiple linear regression analysis. The results showed that the calculation of the correlation coefficient obtained was  $R = (0.736 p < 0.01)$  which means that there is a relationship between self-concept and parents' over protective behavior towards adolescent self-adjustment. The results of the first minor hypothesis analysis obtained a correlation coefficient of  $R = 0.735 p < 0.01$ , which means that there is a positive relationship between self-concept and adolescent self-adjustment. The results of the second minor hypothesis analysis obtained a correlation coefficient of  $R = (-0.136 p > 0.05)$  which means that there is a negative relationship between parents' over protective behavior and adolescent adjustment but not significant. Self-concept and overprotective behavior of parents make an effective contribution of 54.2% to self-adjustment, the rest is a contribution from other factors and also research errors.*

**Keywords:** *adjustment, over protective behaviour, self-concept*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara konsep diri dan perilaku over protective orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Sampel dalam penelitian ini adalah 157 remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala konsep diri, skala perilaku over protective orang tua, dan skala penyesuaian diri. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan perhitungan koefisien korelasi yang diperoleh sebesar  $R = (0,736 p < 0,01)$  yang artinya ada hubungan antara konsep diri dan perilaku over protective orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Hasil analisis hipotesis minor pertama diperoleh koefisien korelasi sebesar  $R = 0,735 p < 0,01$  yang artinya ada hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri remaja. Hasil analisis hipotesis minor kedua diperoleh koefisien korelasi sebesar  $R = (-0,136 p > 0,05)$  yang artinya ada hubungan negatif antara perilaku over protective orang tua dengan penyesuaian diri remaja namun tidak signifikan. Konsep diri dan perilaku over protective orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 54,2% terhadap penyesuaian diri, sisanya merupakan sumbangan dari faktor lain dan juga error penelitian.

**Kata kunci:** konsep diri, penyesuaian diri, perilaku over protective

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa terjadinya proses pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja dikenal sebagai masa badai dan tekanan, disamping tuntutan penyesuaian dengan kondisi dirinya, remaja juga harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang perkembangannya semakin pesat belakangan ini, karena posisinya yang sudah bukan anak-anak lagi, akan tetapi juga belum dewasa. Remaja dituntut untuk menyesuaikan diri dengan peran barunya tersebut. Apabila remaja tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai tuntutan yang ada, maka remaja akan mengalami kegagalan atau ketidak mampuan penyesuaian diri yang mengakibatkan remaja akan melakukan penyesuaian diri yang salah (Yuniarti, 2009). Hurlock (2003) membagi fase remaja menjadi 3 fase yaitu masa remaja awal dengan usia antara 12 -15 tahun, masa pertengahan 15-18 dan masa akhir usia antara 18-21 tahun. Pada masa remaja, biasanya terjadi perkembangan baik fisik, psikologi, dan intelektual. Ia menjadi bagian masa perkembangan manusia. Namun, kenyataannya masih banyak remaja yang mengalami masalah penyesuaian diri (Diananda, 2019).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon *mental behavioral* yang diperjuangkan oleh individu agar dapat berhasil dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan, internal, ketegangan, frustrasi dan konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada (Ali & Ansori, 2012).

Menurut Kumalasari & Ahyani (2012) Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja, banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya akibat kurangnya kemampuan dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pada kenyataannya masih banyak ditemukan remaja yang kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kartono (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya (Mu'tadin, 2002).

Beberapa aspek penyesuaian diri menurut Fatimah (2006) yaitu aspek penyesuaian pribadi meliputi aspek afektif emosional antara lain: perasaan aman, percaya diri, semangat, perhatian, tidak menghindar, mampu memberi dan menerima cinta, berani, dan aspek perkembangan intelektual atau kognitif antara lain: kemampuan untuk memahami diri dan orang lain, kemampuan berkomunikasi, kemampuan untuk melihat kenyataan hidup, dan aspek penyesuaian sosial yaitu antara lain: mengembangkan potensi, mandiri, partisipatif dan bekerja sama.

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh banyak faktor, secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri tersebut dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu, faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: faktor motif, faktor konsep diri remaja, faktor persepsi remaja, faktor sikap remaja, faktor intelegensi, minat serta kepribadian dan faktor eksternal meliputi: faktor keluarga terutama pola asuh orang tua, faktor kondisi sekolah, faktor kelompok sebaya, faktor prasangka sosial, faktor hukum, norma sosial dan *over protective* (Haqqi, 2020).

Menurut Soenarto (2008) faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain: pengaruh rumah dan keluarga, hubungan orang tua dan anak : menerima diri, menghukum dan disiplin berlebihan, memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan (*over protective*),

penolakan. Hubungan saudara, masyarakat dan sekolah. *Over protective* merupakan cara orang tua mendidik anak dengan terlalu melindungi, kurang memberi kesempatan kepada anak untuk mengurus keperluan-keperluan sendiri, membuat rencana, menyusun alternatif, mengambil keputusan sendiri serta bertanggungjawab kepada keputusannya (Malau & Nasution, 2021).

Hal ini sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Yusuf (2006) bahwa perilaku *over protective* orang tua dapat mengakibatkan anak merasa tidak aman jika jauh dari orang tua, dengki, sangat tergantung atau tidak mampu mandiri, lemah hati, kurang mampu mengendalikan emosi, kurang percaya diri, suka bertengkar, sulit dalam bergaul dan mengalami "homesick", hal tersebut dikarenakan anak sering dibantu orang tua dalam berbagai hal dan tidak dibiasakan bisa mandiri.

Yusuf (2005) mengatakan perilaku *over protective* terdiri dari empat aspek, yaitu a. Kontak yang berlebihan kepada anak, orang tua menginginkan selalu dekat dengan anak, b. Perawatan atau pemberian bantuan kepada anak yang terus-menerus, meskipun anak sudah mampu merawat dirinya sendiri orang tua tetap membantu, c. Mengawasi kegiatan anak secara berlebihan, orang tua senantiasa mengawasi aktifitas-aktifitas yang dilakukan anak, d. Memecahkan masalah anak, orang tua tidak membiasakan anak agar belajar memecahkan masalah, selalu membantu memecahkan masalah-masalah pribadi anak, meskipun masalah yang dialami bisa diatasi sendiri oleh anak.

Menurut Sunarto dan Hartono (2008) bahwa kebiasaan orang tua yang selalu memanjakan anak, anak tidak bisa mempertanggung jawabkan apa yang dilakukan, pada umumnya anak menjadi tidak mampu mandiri, tidak percaya dengan kemampuannya, merasa ruang lingkungannya terbatas. Seorang remaja yang orang tuanya *over protective* 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 di lingkungannya, maka wajar saja jika remaja mengalami masalah dalam menyesuaikan diri.

Peran keluarga sangat penting bagi anak-anak ataupun remaja yang sedang mengalami perubahan fisik dan psikis, dengan demikian orang tua berkewajiban untuk menyediakan fasilitas dan sarana kepada anak-anak mereka untuk mengenal dunia secara luas. Sebagai individu yang mengalami pertumbuhan, seorang anak terutama yang sedang memasuki masa remaja sangat memerlukan perhatian dan bimbingan orang tua, agar perkembangannya mengarah kepada hal yang positif. *Over protective* cenderung dari pihak orang tua 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 orang tua dan perlu memahami konsep diri (Polli, 2019).

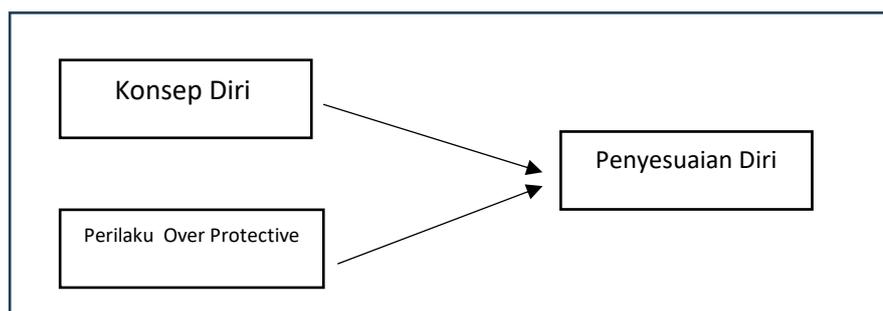
Remaja yang mampu melakukan penyesuaian diri, kehidupannya baik di sekolah, pekerjaan, maupun masyarakat akan lebih sukses dibandingkan dengan yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri. Kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh salah satu faktor selain perilaku *over protective* yaitu konsep diri (Mutmainah, 2014). Menurut Calhoun dan Acocella (1990) konsep diri adalah pandangan seseorang terhadap dirinya yang terdiri dari pengetahuan tentang diri kita, pengharapan bagi diri kita, dan penilaian terhadap diri kita. Dalam perkembangannya konsep diri terbagi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Lingkungan yang memberikan dukungan positif mempermudah individu untuk membentuk konsep diri positif. Sebaliknya, lingkungan yang memberikan dukungan negatif akan membentuk konsep diri negatif. Lingkungan akan menghasilkan stigma dan persepsi yang dapat mempengaruhi seseorang dalam membentuk konsep diri. Seseorang yang mampu membentuk konsep diri positif akan mudah menerima dan berdamai dengan dirinya sendiri maupun masa lalunya. Hal tersebut tentu berpengaruh ke perilaku seseorang. Selain itu, konsep diri juga dibentuk dari pengalaman, perilaku diri, dan penilaian orang lain terhadap individu. Maka dari

itu, penting bagi kita untuk menilai pengalaman dan lingkungan agar konsep diri yang kita bentuk benar dan positif (Nua, 2022).

Menurut Calhoun dan Acocella (1990) ada beberapa aspek konsep diri yaitu a). Pengetahuan : pengetahuan adalah pemahaman individu tentang kekuatan dan kelemahan yang dimiliki. Pemahaman ini termasuk apa yang diketahui tentang diri sendiri, dalam hal ini jenis kelamin, suku, pekerjaan, umur, dan sebagainya, b). Harapan : harapan yaitu pandangan individu tentang apa yang mungkin terjadi di masa depan. Setiap harapan dari individu dapat menciptakan kekuatan pendorong untuk mencapai harapan itu di masa depan, c). Penilaian : penilaian merupakan komponen yang sangat penting dalam pembentukan konsep diri. Penilaian meliputi evaluasi yaitu seberapa besar individu menyukai dirinya sendiri. Semakin besar kesenjangan antara citra diri ideal dan aktual, semakin rendah harga diri individu tersebut. Sebaliknya, orang yang memiliki harga diri tinggi akan menyukai siapa dirinya, apa yang dilakukannya dan sebagainya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan sikap keluarga terutama orang tua menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada remaja, yang berarti bahwa jika individu memiliki konsep diri positif maka individu tersebut mampu mempunyai penyesuaian diri yang baik, dan apabila individu memiliki konsep diri yang negatif maka mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik. Konsep diri akan berperan dalam setiap hubungan sosial yang dilakukan oleh seseorang, begitu juga ketika seseorang dituntut untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya konsep diri akan menjadi petunjuk bagaimana seseorang berperilaku.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Berdasarkan tujuan tersebut, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Selain itu, terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri remaja, dan peran negatif antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja namun tidak signifikan.



Gambar 1. Kerangka teoritis penelitian (font Candara bold ukuran 10)

## Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode kuantitatif menggunakan tiga skala. Skala penyesuaian diri yang terdiri dari 20 aitem, skala konsep diri terdiri dari 24 aitem dan skala perilaku *over protective* orang tua 24 aitem. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate dengan subjek penelitian berjumlah 157. Teknik pengumpulan data menggunakan Teknik

*cluster random sampling*. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi linier berganda

## Hasil

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menguji hubungan antara konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Berdasarkan analisis data terhadap hipotesis penelitian ini, maka diperoleh :

**Tabel 1.** Hasil Uji Hipotesis Mayor

Variabel	R	Signifikansi (p)	Keterangan
Konsep Diri dan Intensitas Perilaku <i>over protective</i> Orang Tua Terhadap Penyesuaian Diri	0,736	0,000	Hipotesis diterima

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri adalah sebesar 0,736 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Analisis tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dan perilaku *over protective* terhadap penyesuaian diri pada remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate, artinya hipotesis mayor diterima.

**Tabel 2.** Hasil Uji Hipotesis Minor

No	Variabel	$r_{xy}$	Sig (p)	Keterangan
1	Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri	0,735	0,000	Hipotesis diterima
2	Perilaku <i>over protective</i> orang tua terhadap Penyesuaian Diri	-0,136	0,495	Hipotesis ditolak

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada konsep diri terhadap penyesuaian diri diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,735 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ), berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis diterima, artinya ada hubungan positif antara konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate. Semakin tinggi konsep diri individu, maka semakin positif penyesuaian diri-nya. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri individu, maka semakin negatif penyesuaian diri-nya.

Selanjutnya, hipotesis minor yang kedua dalam penelitian ini adalah pada variabel perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,136 dengan taraf signifikansi 0,495 ( $p > 0,05$ ) yang berarti hipotesis ditolak. Artinya hasil yang diperoleh menunjukkan hubungan yang berbalik arah, karena hasilnya terdapat hubungan negatif dan tidak signifikan.

## Pembahasan

Konsep diri merupakan suatu bagian penting dalam setiap perkembangan kepribadian manusia karena melalui konsep diri manusia memiliki sifat yang unik yang dapat membedakan antara manusia satu dengan lainnya. Calhoun dan Acocella (Hidayat & Bashori, 2016) telah menjelaskan bahwa konsep diri merupakan bagian yang ada dan sangat mempengaruhi setiap aspek yang terdapat dalam diri seseorang baik itu pikiran, pengalaman persepsi, emosi serta perilaku. Jika konsep diri negatif terbentuk dalam diri seseorang individu, maka individu tersebut akan merasa tidak percaya diri, kurang penerimaan diri, menarik diri dari pergaulan, pesimis, harga diri rendah, tidak aman dan sangat peka terhadap kritikan, sehingga sangat penting bagi seseorang untuk memiliki konsep diri yang positif agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Yasinta, 2007).

Salah satu aspek yang harus dimiliki dalam penyesuaian diri seseorang yaitu penyesuaian pribadi. Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya sendiri dengan lingkungan sekitarnya. Individu menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangan dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dirinya. Seseorang dengan konsep diri yang baik akan memiliki pandangan serta penilaian yang jelas tentang siapa dirinya, potensinya, serta mampu mengenali kekuatan dan kelemahan yang dimiliki (Septiani, 2017)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Semaraputri dan Rustika (2018) yang membuktikan bahwa konsep diri memberikan sumbangan sangat signifikan untuk menjelaskan penyesuaian diri pada remaja. Individu yang memiliki konsep diri tinggi berarti konsep dirinya semakin positif, konsep diri memiliki peran yang berpengaruh pada penyesuaian diri. Peneliti lain juga membuktikan bahwa konsep diri dengan penyesuaian diri terdapat hubungan positif yang sangat signifikan. Annisa (2012) menunjukkan bahwa semakin tinggi konsep diri istri maka semakin tinggi juga penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya. Hasil temuan penelitian lain menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri (Churniyawati, 2017). Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada remaja, yang berarti bahwa jika individu memiliki konsep diri positif maka individu tersebut mempunyai penyesuaian diri yang baik, dan apabila individu memiliki konsep diri yang negatif maka mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik.

Selanjutnya, hipotesis minor yang kedua dalam penelitian ini adalah pada variabel perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,136 dengan taraf signifikansi 0,495 ( $p > 0,05$ ) yang berarti hipotesis ditolak. Artinya hasil yang diperoleh menunjukkan hubungan yang berbalik arah, karena hasilnya terdapat hubungan negatif dan tidak signifikan. Hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Syarafina dan Sugiasih (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *over protective* orangtua dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII MTS Negeri Pemalang. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan beberapa penelitian sebelumnya yaitu hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif namun tidak signifikan antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja. Artinya terdapat faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja seperti faktor dukungan sosial, kelompok teman sebaya, kepercayaan diri, prasangka sosial, dan sikap remaja.

Perilaku orang tua memiliki peran yang penting pada perkembangan anak secara fisik dan psikis. Perilaku orang tua yang *over protective* merupakan sikap yang terlalu berlebihan dalam memberikan perlindungan pada anak, dan memberikan pertolongan dalam segala hal. Dampaknya membuat anak menjadi selalu bergantung pada orang tua, tidak percaya diri dengan kemampuan yang di milikinya, tidak mampu mandiri, menjadi keras kepala, merasa tertekan

karena tidak dapat mencapai kebebasan pada umumnya, tidak dapat bertanggung jawab akan keputusan, dan ruang lingkungannya sangat terbatas. Hal ini berkaitan dengan aspek penyesuaian pribadi, jika orang tua terus bertindak secara *over protective* kepada anak seperti selalu memperlakukan sesuka hati, dan terlalu melindungi. Hal ini berarti orang tua melemahkan anak dalam mengatasi rintangan dunia luar. Akibatnya terjadi gap antara anak dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya. Gap inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya.

Hasil pada penelitian ini menunjukkan sumbangan efektif total pada kedua variabel bebas yaitu konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja adalah sebesar 54,2%. Artinya masih ada sekitar 45,8% sumbangan efektif dari variabel lainnya yang tidak ada dalam penelitian ini terhadap penyesuaian diri. Berdasarkan hasil sumbangan efektif yang dihitung menggunakan rumus  $SE = \text{Beta} \times r(\text{zero order}) \times 100\%$ , sumbangan efektif yang diberikan konsep diri sebesar 55% dan sumbangan efektif yang diberikan perilaku *over protective* orang tua sebesar -0,5%. Dari pemaparan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel konsep diri memberikan sumbangan efektif lebih besar dibandingkan dengan variabel perilaku *over protective* orang tua.

Uraian di atas menunjukkan bahwa konsep diri memberikan sumbangan efektif lebih besar, sehingga subjek dalam penelitian ini lebih menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangan, dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dirinya. Seperti diketahui bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki konsep diri yang cukup tinggi sehingga perlu dipertahankan dalam memandaang dan menghargai dirinya. Selain itu, perilaku *over protective* orang tua terutama dalam hal melindungi anak secara berlebihan dapat menyebabkan anak tidak percaya dengan kemampuan dirinya sendiri sehingga remaja mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel penyesuaian diri pada 157 remaja penelitian ini menunjukkan bahwa 48 remaja yang memiliki penyesuaian diri kategori tinggi, 105 remaja yang memiliki penyesuaian diri kategori sedang, dan 4 remaja yang memiliki penyesuaian diri kategori rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate berada dalam kategori sedang sehingga penyesuaian diri yang dimiliki baik.

Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel konsep diri yang dilakukan pada 157 remaja, penelitian ini menunjukkan bahwa 11 remaja yang memiliki konsep diri dalam kategori rendah, 143 remaja berada pada kategori sedang dan 3 subjek memiliki konsep diri pada kategori tinggi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar konsep diri remaja berada dalam kategori sedang sehingga konsep diri yang dimiliki remaja cukup baik, namun masih bisa ditingkatkan lagi.

Hasil kategorisasi variabel perilaku *over protective* orang tua pada 157 remaja penelitian ini menunjukkan bahwa 55 remaja yang memiliki perilaku *over protective* orang tua kategori tinggi, 100 perilaku *over protective* orang tua kategori sedang, dan 2 remaja yang memiliki perilaku *over protective* orang tua kategori rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar perilaku *over protective* orang tua remaja SMA Negeri 4 Kota Ternate berada dalam kategori sedang sehingga perilaku *over protective* orang tua yang dimiliki cukup tinggi.

Dalam pelaksanaan penelitian ditemukan beberapa kendala selama penelitian berlangsung. Adapun kendala pada penelitian ini adalah proses pengumpulan data yang memerlukan waktu cukup lama dikarenakan penyebaran kuesioner yang dilakukan secara *online* menggunakan *google form* yang disebar melalui *whatsapp group* ke beberapa kelas, namun karena bertepatan dengan libur sekolah sehingga pengisian kuesioner lebih sulit dimonitor sehingga peneliti harus menghubungi satu - satu untuk meminta kesediaan siswa mengisi *google form*.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja. Selain itu, terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri remaja, dan hubungan negatif antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja namun tidak signifikan. Sumbangan efektif variabel bebas konsep diri sebesar 54,684 dan variabel bebas perilaku *over protective* orang tua sebesar -0,5168.

Saran bagi peneliti selanjutnya adalah sebaiknya lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri selain konsep diri dan perilaku *over protective* orang tua misalnya, faktor dukungan sosial, kelompok teman sebaya, kepercayaan diri, sikap remaja, prasangka sosial, dan lain sebagainya. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk melakukan penelitian secara langsung dengan membagikan kuesioner berbentuk *hard file* kepada subjek agar proses pengambilan data dapat lebih efektif dibandingkan menggunakan *google form*.

Bagi remaja diharapkan untuk mempertahankan konsep diri yang telah dimilikinya dengan belajar lebih tekun dan sungguh-sungguh lagi agar mempunyai wawasan lebih luas dan prestasi akademik lebih bagus. Selain itu juga dengan meningkatkan *soft skill* yang dimiliki melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah maupun di luar sekolah. Dan bagi orang tua hendaknya tidak terlalu memanjakan anak atau mengekang anak yang terlalu berlebihan. Sebaiknya orang tua menghargai kebebasan anak tetapi tetap dalam bimbingan dan untuk hal-hal yang baik. Orang tua juga dapat mengikuti pelatihan psikoedukasi *pareting* agar dapat meningkatkan kualitas dalam pengasuhan anak.

## Daftar Pustaka (APA 7<sup>th</sup> Edition)

- Acocella, J. R. & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship* (3th ed). New York: McGraw-Hill.
- Adityas, E. W., Kurniawati, L., & Mustofa, A. (2017). Karakteristik marmalade jeruk sunkist (*caridina cf propinqua*) - nanas (*ananas comosus*) dengan Variasi Penambahan Gula. *Jurnal Jitipari*. Vol 4, 104-111.
- Ahyani, L. N. & Kumalasari, F. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR, Universitas Muria Kudus*. 1 (1), 19-28
- Ajeng H., Yasinta. (2007). Hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas X SMU 2 Bantul Yogyakarta. *Skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*: Tidak diterbitkan.
- Amita Diananda. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya, *Journal Istigna*, Vol. 1 (1), 116-133
- Anissa, N. (2012). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri yang tinggal bersama keluarga suami. *Jurnal Psikologi*, Vol.1(1), 61-62.
- A Septiani and N Y Rustaman. (2017). Implementation of performance assessment in STEM (Science, Technology, Engineering, Mathematics) Education to detect process skill. *IOP Conf. Series: Journal of Physics: Conf. Series* 812 (2017) 012052 1-6 doi:10.1088/1742-6596/812/1/012052
- Hurlock, Elizabeth B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Churniyawati, R. (2017). Hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X MAN 3 Sleman Yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- 
- Haqqi, A., Nur Aini, N., & Permana Wicaksono, A. (2020). Analisis faktor penyebab keterlambatan pengembalian berkas rekam medis rawat Inap Di Rs Universitas Airlangga. *J-REMI : Jurnal rekam medik dan informasi kesehatan*, 1(4), 492–501.
- Malau, R. Y., & Nasution, F. Z. (2021). Hubungan antara perilaku over protective orang tua dengan penyesuaian diri remaja di Universitas Potensi Utama. *Jurnal Mahasiswa Fakultas Psikologi*, 2(1), 62-71.
- Mutmainah & Siti Wardani Bakri Katti. (2014). Analisis pengaruh motivasi kualitas, biaya pendidikan, lama studi terhadap minat mahasiswa akuntansi untuk mengikuti PPAK. *Ekomaks Vol 3 (2)*. 107-120.
- Rice, D., Nijs, J., Kosek, E., Wideman, T., Hasenbring, M. I., Koltyn, K., ... & Polli, A. (2019). Exercise-induced hypoalgesia in pain-free and chronic pain populations: state of the art and future directions. *The Journal of Pain*, 20(11), 1249-1266.
- Semraputri, S. A. K. T., & Rustika, I. M. (2018). Peran problem focused coping dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja akhir yang menjadi pengurus organisasi kemahasiswaan di fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 35-47.
- Soenarto, (2008). Penelitian pengembangan research & development (R&D) sebagai upaya peningkatan kualitas pembelajaran. Makalah disajikan dalam sarasehan metodologi penelitian, di program PascaSarjana UNY.
- Sunarto, H., & Hartono, A. (2008). Student development. *Jakarta: PT. RinekaCipta*.
- Syarafina, N. P., & Sugiasih, I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan perilaku over protective orang tua dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTs Negeri Pemalang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*.
- Yuniarti & Pratiwi. 2009. Penggunaan konseling rasional emotif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. *jurnal. UNESA*.