

Hubungan antara Perilaku *Overprotective* Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama di Yogyakarta

Beauty Cesyia Mutiara

Anwar

Martaria Rizky Rinaldi

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Abstract. This study aims to determine the relationship between overprotective parental behavior with adjustment in first-year overseas students in Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between overprotective behavior of parents with adjustment to the first-year overseas students in Yogyakarta. The subjects in this study were 60 first-year overseas students in Yogyakarta. The data collection in this study used the overprotective behavior scale and the Adjustment scale. The data analysis technique used is the product moment correlation from Karl Person. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient $r = -0.226$, ($p < 0.050$), indicating there is a negative relationship to overprotective parental behavior with the adjustment of overseas students. The overprotective behavior variable contributed 5.1% to the low adjustment and the remaining 94.9% was influenced by other factors.

Keywords: overprotective behavior, adjustment, overseas students

Pendahuluan

Yogyakarta merupakan salah satu kota yang dituju oleh mahasiswa rantau. Banyaknya mahasiswa rantau yang datang ke Yogyakarta menimbulkan dinamika pelajar yang semakin kompleks karena terdapat pelajar dari berbagai daerah dari Sabang sampai Merauke yang melanjutkan pendidikan di Yogyakarta (Devita, Hidayah & Hendrastomo, 2015).

Mahasiswa yang berpindah tempat dari tempat tinggal asal ke suatu daerah untuk menempuh pendidikan akan dihadapkan tantangan perbedaan lingkungan sosial dan budaya. Hal ini menuntut

Korespondensi Penulis

Martaria Rizky Rinaldi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: martariarizky@mercubuana-yogya.ac.id

mahasiswa baru untuk beradaptasi. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang berasal dari luar daerah mengalami kesulitan penyesuaian diri karena perbedaan bahasa dan budaya (Wijarnoko & Syafiq, 2013).

Mahasiswa baru cenderung akan dituntut untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi kondisi yang baru. Tak jarang, mahasiswa baru merasa khawatir untuk menghadapi lingkungan baru (Listyasari, 2013). Dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik pada mahasiswa baru agar mampu bertahan menghadapi perubahan yang ada selama masa perpindahan dari pendidikan sebelumnya dan lokasi yang berbeda.

Penyesuaian diri merupakan proses sepanjang hidup. Seorang individu harus mampu menemukan, mengatasi suatu tekanan yang terjadi dalam kehidupan agar mampu menjadi pribadi yang baik dan mampu untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya (Listyasari, 2013). Menurut Semiun (2006), penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan suatu respon mental dan perilaku yang membuat suatu pribadi berusaha menangani kebutuhan-kebutuhan, konflik-konflik, tegangan-tegangan dan frustrasi-frustrasi batin serta menyeimbangkan tuntutan-tuntutan batin dengan tuntutan-tuntutan yang diberikan oleh dunia tempat setiap individu melangsungkan kehidupan.

Penyesuaian diri terdiri dari beberapa aspek. Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) antara lain: a) Penyesuaian pribadi yang merupakan penerimaan yang dilakukan oleh individu untuk dapat menerima dirinya sendiri agar mampu menciptakan suatu hubungan yang harmonis terhadap diri sendiri dan lingkungan. Penyesuaian diri pribadi ini meliputi: penyesuaian diri fisik dan emosi, penyesuaian diri seksual, dan penyesuaian diri moral dan religious. b) Penyesuaian sosial yang merupakan penyesuaian diri dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam penyesuaian ini, terjadi proses yang mempengaruhi satu sama lain secara terus menerus dan terus berganti. Hal ini menandakan bahwa individu dengan lingkungannya akan saling mempengaruhi dalam aspek psikososial. Penyesuaian diri sosial ini meliputi: penyesuaian diri terhadap rumah tangga dan keluarga, penyesuaian diri terhadap sekolah, penyesuaian diri terhadap masyarakat.

Berdasarkan hasil penelusuran literatur terdahulu, terdapat data yang menunjukkan tingkat penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas X di Malang. Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 65 mahasiswa rantau (64,4%) dalam kategori sedang, 21 mahasiswa rantau (20,8%) dalam kategori tinggi, dan 15 mahasiswa rantau (14,9%) dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian mahasiswa rantau didominasi pada kategori sedang (Larassati, 2018).

Sejalan dengan data di atas, peneliti juga melakukan wawancara pada 30 mahasiswa rantau tahun pertama Yogyakarta di bulan April 2020. Kesimpulan dari hasil wawancara adalah mahasiswa cenderung merasa sulit menyesuaikan diri dengan cuaca yang ada di Yogyakarta yang terkadang berubah-ubah, mahasiswa rantau juga sulit untuk menyesuaikan diri dengan beberapa penjual atau lingkungan di Yogyakarta karena menggunakan bahasa Jawa ataupun istilah-istilah dalam bahasa Jawa. Beberapa mahasiswa rantau juga belum dapat beradaptasi dengan tata krama yang ada di

Yogyakarta, seperti besar kecilnya volume saat berkomunikasi, penggunaan sapaan yang sopan, serta etika-etika di lingkungan kos yang harus disesuaikan. Beberapa dari mahasiswa rantau juga belum dapat menyesuaikan ekspresi emosi dengan budaya Yogyakarta, yang terkadang dipersepsi melukai perasaan teman dalam satu kos. Hal di atas menunjukkan fenomena bahwa ada permasalahan terkait penyesuaian diri mahasiswa rantau pada umumnya dan mahasiswa rantau di Yogyakarta pada khususnya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Menurut Soeparwoto (2004), faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain ialah: a) faktor eksternal yang meliputi faktor keluarga, faktor lingkungan atau kondisi sekolah, faktor kelompok sebaya, faktor hukum, faktor norma sosial, dan faktor prasangka sosial. b) faktor internal yang meliputi faktor motif, faktor konsep diri, faktor persepsi, faktor sikap, faktor intelegensi, minat dan kepribadian.

Salah satu faktor keluarga adalah perilaku orang tua yang *overprotective*. *Overprotective* adalah suatu sikap, perilaku atau tindakan yang dilakukan oleh orang tua untuk melindungi anaknya secara berlebihan. Orang tua dakan memberikan perlindungan terhadap gangguan dan bahaya fisik maupun psikologis secara berlebihan sehingga anak tidak dapat mencapai kebebasan dan selalu bergantung pada orang tua (Gunarsa, 2008). Perilaku *overprotective* direpresentasikan dalam beberapa aspek, Yusuf (2011) mengemukakan bahwa *overprotective* terdiri dari empat aspek yakni: a) kontak yang berlebih kepada anak. b) Pemberian bantuan kepada anak secara terus menerus. c) mengawasi kegiatan anak secara berlebihan. d) memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh anak.

Perilaku *overprotective* yang dilakukan oleh orang tua akan berdampak pada rendahnya rasa percaya diri anak, sehingga anak tidak dapat melakukan suatu hal atau menghadapi suatu hal dengan mandiri (Hermawan, 2017). Anak yang memiliki orang tua dengan perilaku *overprotective* jarang menghadapi suatu konflik karena selalu mendapatkan perlindungan dari orang tuanya. Hal ini melemahkan rasa tanggung jawab anak dan tidak percaya pada kemampuannya (Soenarto & Hartono, 2005).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku *overprotective* orang tua berkaitan dengan *bullying*, semakin tinggi perilaku *overprotective* orang tua maka semakin tinggi perilaku *bullying* (Astarini, 2013). Penelitian juga telah menunjukkan mengenai keterkaitan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja SMA yang menunjukkan korelasi negatif (Musthofa, 2020). Malau dan Nasution (2021) juga menemukan korelasi negatif antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri pada remaja di Universitas Y. Penelitian mengenai perilaku *overprotective* orang tua dan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tingkat pertama belum ditemukan oleh peneliti padahal mahasiswa rantau tahun pertama memiliki tuntutan penyesuaian diri yang sedemikian kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau tahun pertama di Yogyakarta?

Metode Penelitian

Varibel terikat dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri dan variabel bebas dalam penelitian ini adalah perilaku *overprotective*. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 60 mahasiswa rantau di Yogyakarta. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan dua skala yaitu skala penyesuaian diri dan skala perilaku *overprotective*.

Skala penyesuaian diri disusun oleh peneliti yang mengacu pada aspek penyesuaian diri dari Schneiders (2008). Skala ini menggunakan format skala likert dengan menggunakan 4 pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Skala ini terdiri dari 60 aitem yang telah diuji coba oleh peneliti dengan reliabilitas 0,977. Skala perilaku *overprotective* disusun oleh peneliti yang mengacu pada aspek perilaku *overprotective* dari Yusuf (2011). Skala ini menggunakan format skala likert dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Skala ini terdiri dari 40 aitem yang telah diujicoba dengan skor reliabilitas 0,914.

Pada kedua skala, aitem *favorable* akan diberi skor empat untuk pilihan sangat setuju dan satu untuk pilihan sangat tidak setuju, aitem *unfavorable* akan diberi skor satu untuk pilihan sangat setuju dan empat untuk pilihan sangat tidak setuju.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa dari 60 responden, 37 (61,67%) menunjukkan penyesuaian diri pada kategori tinggi dan 23 (38,33%) pada kategori sedang. Pada variabel perilaku *overprotective* orang tua didapatkan hasil bahwa 28 (46,67%) pada kategori tinggi, 30 (50%) sedang, dan 2 (3,33%) rendah.

Berdasarkan hasil analisis data dengan teknik korelasi *Product Moment*, diperoleh $r = -0,226$, ($p < 0,050$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yakni terdapat hubungan yang negatif antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama. Penelitian mengenai hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatoni (2006) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2017) mendapatkan hasil yang sama dengan penelitian sebelumnya yaitu menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif signifikan antara *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri.

Terdapat empat aspek perilaku *overprotective* menurut Yusuf (2011) yaitu kontak yang berlebihan

kepada anak, pemberian bantuan kepada anak secara terus menerus, mengawasi kegiatan anak secara berlebihan, dan memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh anak. Saat perilaku *overprotective* orang tua terjadi pada mahasiswa rantau, mahasiswa akan sulit bergaul ketika orang tua melakukan kontak berlebih karena waktu akan lebih banyak dihabiskan dengan komunikasi bersama orang tua. Selain itu, saat mahasiswa rantau tahun pertama selalu mendapatkan bantuan dan penyelesaian masalah dari orang tua, maka mahasiswa rantau akan kesulitan untuk menyelesaikan masalah secara mandiri dan bertanggung jawab akan perbuatannya. Saat orang tua selalu mengawasi kegiatan anak secara berlebihan, maka dalam hal ini mahasiswa rantau akan mengalami kesulitan bebas berinteraksi dengan sekitar dan mencoba hal baru dalam upaya menyesuaikan dirinya.

Perilaku *overprotective* yang dilakukan oleh orang tua akan berdampak terhadap rendahnya rasa percaya diri mahasiswa, sehingga mahasiswa tidak dapat melakukan suatu hal atau menghadapi suatu hal dengan mandiri (Hermawan, 2017). Mahasiswa yang memiliki orang tua dengan perilaku *overprotective* jarang menghadapi suatu konflik yang terjadi pada dirinya baik permasalahan dengan lingkungan ataupun diri sendiri karena selalu mendapatkan perlindungan dari orang tuanya, sehingga mahasiswa menjadi kurang dapat menyesuaikan dirinya dengan situasi dan kondisi yang terjadi (Astarini, 2013). Selain itu, menurut Sunarto dan Hartono (2008) bahwa kebiasaan orang tua yang selalu memanjakan anak menjadikan anak tidak dapat bertanggung jawab dengan apa yang dilakukannya, tidak mampu untuk mandiri, tidak percaya dengan potensi yang dimiliki, merasa ruang lingkungannya terbatas yang pada akhirnya membuat anak kesulitan beradaptasi atau menyesuaikan diri.

Koefisien determinansi R^2 pada penelitian ini sebesar 0,051, menunjukkan bahwa perilaku *overprotective* berkontribusi menjelaskan 5,1% variasi penyesuaian diri. Sumbangan perilaku *overprotective* sebesar 5,1%. Hal ini disebabkan karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama. Hal ini dapat dilihat berdasarkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatoni (2006) bahwa sumbangan perilaku *overprotective* orang tua sebesar 25,7% selebihnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, misalnya konsep diri, persepsi, intelegensi, kepribadian, kondisi sekolah, dan teman sebaya. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa rantau tahun pertama adalah konsep diri.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya mengenai hubungan negatif antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri (Musthofa, 2020; Malau & Nasution, 2021; Fatoni, 2006). Penelitian ini memberikan kontribusi khususnya terkait populasi yang lebih spesifik yakni mahasiswa rantau tingkat pertama, melengkapi dari penelitian sebelumnya yang lebih banyak pada remaja. Selain kontribusinya, terdapat keterbatasan dalam penelitian ini di antaranya adalah jumlah sampel yang terbatas yang belum mewakili populasi.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau tahun pertama di Yogyakarta. Hal ini menunjukkan semakin tinggi perilaku *overprotective* orang tua, semakin rendah penyesuaian diri mahasiswa rantau tahun pertama, begitu juga sebaliknya. Perilaku *overprotective* orang tua memiliki kontribusi sebanyak 5.1% dalam menjelaskan variasi penyesuaian diri mahasiswa rantau tahun pertama di Yogyakarta, sisanya yakni 94,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, peneliti menyarankan pada orang tua selaku orang yang paling dekat dengan anaknya (mahasiswa) untuk dapat memperhatikan dan memberikan perlindungan yang sewajarnya. Memberikan kepercayaan kepada anak untuk dapat hidup secara mandiri akan dapat membantu proses penyesuaian diri anak. Orang tua perlu terbuka dengan menempatkan diri sebagai sahabat untuk anak sebagai wujud motivasi kepada anak untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik dan hidup mandiri.

Selanjutnya, bagi peneliti yang tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai penyesuaian diri hendaknya memperhatikan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan penyesuaian diri yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti jarak asal tempat tinggal dengan kota tujuan pendidikan, hubungan sosial dan dukungan sosial. Selain itu, peneliti juga perlu menambah jumlah subjek agar penelitian topik ini dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.

Daftar Acuan

- Astarini, K. 2013. Hubungan perilaku *overprotective* orang tua dan bullying pada siswa sekolah dasar. *Educational Psychology Journal*, 2(1), 30-34.
- Devita, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. 2015. Fenomena *culture shock* (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosilogi*, 5(3), 1-15.
- Fatoni, R. 2006. Hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja. (Skripsi Tidak Diterbitkan). Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Gunarsa, S. D. 2008. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: BPK Gunung Mulia.
- Hermawan, A. 2017. Hubungan kematangan anak dengan perilaku orang tua yang *overprotective* di Dau kabupaten Malang. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(2), 103-114.
- Larassati, M.A. 2018. Hubungan antara motivasi belajar dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas Islam Negeri (UIN) Mualana Malik Ibrahim Malang. (Skripsi Tidak

- Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negri Malang, Malang.
- Listyasari, D. 2013. Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2(1), 33-36.
- Malau, R.Y. & Nasution, F.Z. (2021). Hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di Universitas Potensi Utama. *Jurnal FPsi*, 2(1), 62-7.
- Musthofa, M.E. (2020). Perilaku *overprotective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 242- 266.
- Pratiwi, I. 2017. Hubungan antara pola asuh overprotektif dengan penyesuaian diri pada remaja di Desa Bandar Khalifah. (*Skripsi Tidak Diterbitkan*). Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Medan.
- Schneiders, A. A. 1964. *Personal adjusment and mental health*. New York: Rinehart and Winston.
- Semiun, Y. 2006. *Kesehatan mental 1*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Soenarto & Hartono, A. 2008. *Perkembangan peserta didik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Soeparwoto. 2004. *Psikologi perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Wijarnoko, E & Syafiq, M. 2013. Studi pengalaman penyesuaian diri mahasiswa Papua di Surabaya. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, 3(2), 79-92.
- Wijaya, P., Pratitis, T. 2012. Efikasi diri akademik, dukungan sosial orang tua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. *Jurnal Persona*, 3(2), 40-52.
- Yusuf, S. 2011. *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.