

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Adjustment merupakan proses menyesuaikan terhadap lingkungan sekitar, yang ditandai dengan rasa tanggung jawab terhadap misi seseorang dan kepuasan hidup.¹ *Adjustment* juga berarti upaya individu untuk menyesuaikan diri dengan standar, nilai, dan kebutuhan masyarakat melalui sarana seperti pengajaran, lokalitas tempat tinggal, tipe keluarga, kualifikasi pendidikan orang tua, dan pendapatan orang tua.² Tercapainya *adjustment* yang memadai membantu individu menghasilkan harapan positif tentang pencapaian masa depan mereka. Dalam perspektif perkembangan remaja yang positif, remaja yang mampu *self adjustment* dengan baik akan memiliki pandangan yang lebih optimis tentang pencapaian di masa depan.³

Pada usia remaja, individu mengalami fase perkembangan yang kritis di mana mereka mulai mengeksplorasi identitas dan mencari keseimbangan antara kemandirian dan hubungan sosial. *Self adjustment* menjadi aspek penting dalam navigasi kompleksitas perubahan ini. *Self adjustment* dalam psikologi yaitu kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dalam hidup, menghadapi tantangan, dan mengatasi

¹ Kyounghee Bark, Jung Hee Ha, dan Juliet Jue, "Examining the Relationships Among Parental Overprotection, Military Life Adjustment, Social Anxiety, and Collective Efficacy," *Frontiers in Psychology* 12 (11 Februari 2021): 613543, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.613543>.

² N Sasikumar dan P Nagooran, "Emotional Maturity and Social Adjustment among Adolescent Students in East Coast Region of Tamil Nadu, India," *American Journal of Applied Psychology* 9 (2021): 36–40, <https://doi.org/10.12691/ajap-9-1-5>.

³ Laura Verdugo dan Yolanda Sánchez-Sandoval, "Psychological and Social Adjustment as Antecedents of High School Students' Future Expectations," *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools* 32, no. 1 (Juni 2022): 39–53, <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.1>.

stres yang mungkin timbul. Hal ini mencakup kemampuan untuk memahami diri sendiri, mengatur emosi, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pada situasi yang berubah. Schneiders mengungkapkan bahwa *self adjustment* melibatkan respon mental dan tindakan individu sebagai tanggapan terhadap kebutuhan dan persyaratan yang ada dalam lingkungan.⁴

Dalam perspektif yang diungkapkan oleh Sobur, *self adjustment* pada remaja merupakan sebuah kemampuan yang melibatkan sejumlah aspek yang saling berhubungan. Secara esensial, *self adjustment* ini merujuk pada kemampuan remaja untuk membentuk relasi yang memuaskan antara diri mereka sendiri dengan lingkungan yang mereka hadapi sehari-hari. Ini tidak hanya mencakup keterlibatan dalam hubungan interpersonal yang sehat, tetapi juga melibatkan pemahaman dan pengaruh dari berbagai faktor yang dapat memberikan perlindungan kepada remaja.⁵

Self adjustment merupakan suatu elemen sentral dalam membentuk kesehatan mental dan kesejahteraan remaja. Proses ini melibatkan psikologis yang kompleks dimana individu harus memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka.⁶ Penting untuk menyadari bahwa usia remaja berada di fase perkembangan yang kritis dalam kehidupan mereka, di mana mereka menghadapi perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan sehingga mereka membutuhkan *self adjustment* yang cepat. *Self adjustment* sendiri mencakup penyesuaian internal seperti hormon dan perkembangan identitas, maupun

⁴ Alexander A. Schneiders, *Personality Dynamics and Mental Health Principles of Adjustment and Mental Hygiene* (Holt, Rinehart and Winston, Inc., 1965). h.24

⁵ Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka Setia, 2016). h.449

⁶ Norton Tulus Tampubolon dan Ervina M.R. Br Siahaan, "Gambaran Penyesuaian Diri Remaja yang Memiliki Orangtua yang Berperilaku Over Protective" 3 (2023).

yang bersifat eksternal seperti keluarga, sekolah, dan komunitas. *Self adjustment* juga melibatkan usaha aktif dalam mencapai keseimbangan, mengelola stres, dan memahami nilai serta tujuan yang berkontribusi pada pengembangan kepribadian maupun kesejahteraan psikologis.⁷

Dalam pandangan Schneiders tentang aspek *self adjustment* menekankan bahwa individu yang mampu mengatasi diri dengan baik umumnya tidak menunjukkan ekspresi emosional berlebihan, tidak terpaku pada mekanisme psikologis yang menghambat, dan tidak mengalami frustrasi personal yang signifikan. Keberhasilan dalam *self adjustment* melibatkan kemampuan untuk melakukan pertimbangan rasional, mengarahkan diri, dan memiliki kapasitas belajar yang baik. Penggunaan pengalaman masa lalu sebagai landasan untuk pengembangan diri menjadi salah satu aspek penting, bersama dengan adopsi sikap yang realistis dan objektif terhadap tantangan dan situasi kehidupan.⁸

Keluarga merupakan lingkungan yang memainkan peran sentral dalam membentuk perkembangan remaja, karena di sinilah remaja menerima pendidikan pertama kali, kasih sayang, dan arahan yang sangat penting dalam perkembangan mereka, serta merasakan kehangatan hubungan antar anggota keluarga. Maimun menyatakan bahwa keluarga berperan sebagai *socialization agent*, membantu remaja memahami berbagai aspek kehidupan, seperti norma sosial, nilai-nilai, dan ketrampilan interaksi.⁹ Anggota keluarga menjadi figur yang sangat penting dalam tahap awal kehidupan remaja, ketika karakter dan kepribadian mereka mulai berkembang, maka akan terbentuk landasan yang kuat untuk masa depan mereka. Ketika komunikasi antara orang tua dan

⁷ Moh Edy Musthofa, "Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa," *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 2 (1 Desember 2020): 242–66, <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.242-266>.

⁸ Schneiders, *Personality Dynamics and Mental Health Principles of Adjustment and Mental Hygiene*. h.40

⁹ Dr H Maimun dan M Pd, "Psikologi Pengasuhan," t.t.

remaja berjalan lancar, remaja cenderung mematuhi aturan orang tua dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

Terdapat beberapa jenis pola asuh orang tua menurut Yusuf, yaitu pola asuh *over protective* yang ditandai dengan perlindungan terhadap remaja yang berlebihan, pola asuh *permissiveness* yang memberikan kebebasan kepada remaja, pola asuh *rejection* atau penolakan di mana orang tua kurang peduli terhadap kesejahteraan remaja, pola asuh *acceptance* atau penerimaan di mana orang tua memberikan perhatian dan kasih sayang yang tulus kepada remaja, pola asuh *domination* atau dominasi di mana orang tua mendominasi remaja dan mengontrol penuh aspek kehidupan remaja, pola asuh *submission* atau penyerahan di mana orang tua selalu memenuhi permintaan anak, dan pola asuh *punitiveness* atau pemberian hukuman di mana orang tua mendidik anak dengan keras dan sering memberi hukuman¹⁰

Sedangkan menurut Baumrind terdapat tiga macam pola asuh orang tua yaitu pola asuh otoriter ditandai dengan sikap orang tua yang terlalu mengontrol, suka menghukum secara fisik, bersikap mengomando, kaku, dan emosional. Pola asuh permisif ditandai dengan sikap orang tua yang memberikan kebebasan kepada remaja untuk menyatakan keinginannya. Serta pola asuh autoritatif ditandai dengan sikap orang tua yang penerimaan dan kontrolnya tinggi, responsif terhadap kebutuhan remaja, dan sikap terbuka kepada remaja.¹¹

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Rr Dian Mulyani Kusumastuti mengemukakan bahwa perilaku *over protective* orang tua berkaitan dengan pola asuh otoriter. Pola asuh otoriter merupakan bentuk pengasuhan yang keras, bersikap kaku,

¹⁰ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya, 2019). h.51

¹¹ *Ibid*, h.52.

cenderung emosional, menuntut disiplin, dan komunikasi hanya satu arah. Sedangkan *over protective* merupakan bentuk perlindungan orang tua yang berlebihan karena kekhawatiran yang mendalam.¹²

Bentuk kekhawatiran orang tua terhadap remaja digambarkan pada QS. Yusuf ayat 13 sebagai berikut:

قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنَّ تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذِّبُّ وَأَنْتُمْ عَنْهُ غَافِلُونَ

Artinya: “Berkata Yaqub, Sesungguhnya aku akan merasa sedih jika kamu pergi membawanya, dan aku khawatir dia akan dimakan serigala, sedang kamu lengah daripadanya.”¹³

Ayat ini menggambarkan kekhawatiran Nabi Yaqub terhadap Nabi Yusuf, ketika saudara-saudaranya meminta izin untuk membawa Yusuf keluar. Dalam konteks pola asuh, bisa diartikan sebagai bentuk proteksi orang tua terhadap remaja. Meskipun kekhawatiran Nabi Yaqub adalah wajar, namun jika diimplementasikan secara berlebihan dalam pengasuhan sehari-hari dapat menyebabkan remaja merasa terkurung dan kurang mandiri. Jadi, ayat ini mengingatkan akan pentingnya keseimbangan dalam pola asuh, di mana kekhawatiran harus didasarkan pada alasan yang rasional dan tidak berlebihan sehingga remaja tetap memiliki kesempatan untuk belajar dan berkembang secara mandiri.

Remaja yang merasa bahwa orang tua mereka *over protective* cenderung memiliki tingkat masalah internalisasi yang lebih tinggi dan menunjukkan lebih banyak perilaku antisosial. Perasaan dilindungi secara berlebihan juga dikaitkan dengan rendahnya

¹² Rr Dian Mulyani kusumastuti, “Pola Asuh Orang Tua Di Lingkungan Keluarga Untuk Menstimulasi Perkembangan Anak Usia Dini Di RT02 RW09 Kelurahan Sumampir Kecamatan Purwokerto Utara” (UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022).

¹³ “Surat Yusuf Ayat 13,” *NU Online*, diakses 23 Agustus 2024, <https://quran.nu.or.id/yusuf/13>.

prestasi akademis, setelah mempertimbangkan faktor kehangatan dan penolakan dari orang tua.¹⁴ Menurut penjelasan Hamidah perilaku *over protective* yaitu sikap orang tua yang menunjukkan perlindungan berlebih dengan menempatkan harapan yang tinggi pada remaja, menggunakan pengawasan, dan aturan ketat tanpa memberikan ruang bagi remaja untuk mengungkapkan masalah mereka.¹⁵ Yusuf berpendapat terdapat beberapa aspek perilaku *over protective* orang tua yaitu kontak yang berlebihan dengan remaja, perawatan atau pemberian bantuan kepada remaja yang terus menerus, mengawasi kegiatan remaja dengan berlebihan, dan ikut memecahkan masalah yang dihadapi remaja.¹⁶

Mengenai pemahaman perilaku *over protective* orang tua dapat memunculkan berbagai reaksi dan penilaian yang beragam di kalangan remaja karena tiap individu memiliki persepsi yang berbeda terhadap pola asuh yang menonjolkan perhatian, kasih sayang, dan perlindungan berlebihan, serta penghambatan terhadap kemandirian. Orang tua perlu memiliki pemahaman yang mendalam terhadap perkembangan psikologis remaja pada setiap tahap pertumbuhan mereka. Dalam mengasuh anak, sebaiknya para orang tua memperhatikan sifat bawaan (*child's nature*). Hal ini bertujuan agar remaja menjadi lebih mandiri dengan cara memberikan kesempatan pada remaja mengikuti ide-ide mereka sendiri.¹⁷ Menghadapi remaja dengan perilaku *over protective* dapat menghasilkan reaksi emosi yang kuat sehingga remaja akan cenderung menjadi emosional.

¹⁴ Ildeniz B. Arslan dkk., "When Too Much Help is of No Help: Mothers' and Fathers' Perceived Overprotective Behavior and (Mal)Adaptive Functioning in Adolescents" 52 (4 Juni 2022): 1010–23, <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01723-0>.

¹⁵ Hamidah Sulaiman, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja Pengasuhan Anak Lintas Budaya* (Bandung: remaja rosdakarya, 2020). h.214

¹⁶ Yusuf, *Psikologi Perkembangan*. h.50

¹⁷ Ardhea Rizka Mumtadzah, Deni Febrini, Dan Fatrica Syafri, "Hubungan Antara Perilaku Overprotective Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikologis Pada Anak Usia Dini" 6, no. 2 (2021).

Pola asuh yang *over protective* dapat menghambat perkembangan otonomi normatif dan kemandirian sosial remaja, serta mendorong ketergantungan secara berlebihan pada orang tua. Meskipun niatnya positif untuk menjaga keselamatan remaja, fokus berlebihan dalam menghindari bahaya dapat membatasi peluang remaja untuk mengembangkan kemandirian yang sehat dan ketrampilan psikososial. Sikap ini dapat memperkuat penghindaran, mengurangi kesempatan bersosialisasi, dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis, terutama kecemasan.¹⁸

Perilaku *over protective* orang tua terjadi saat mereka berupaya memberikan perlindungan berlebihan kepada remaja. Perlindungan ini meliputi penghindaran segala potensi gangguan dan bahaya, baik yang bersifat fisik maupun psikologis. Dalam upaya menjaga keamanan remaja, orang tua dapat melampaui batas dalam pengasuhan sehingga remaja merasa kesulitan dalam mencapai kemandirian. Dampak dari perilaku ini adalah remaja akan cenderung bergantung pada orang tua, yang akhirnya dapat berpengaruh dalam perkembangan dan kemandirian remaja dalam aspek kehidupan.¹⁹

Pada masa perkembangan remaja tentu memerlukan peran orang tua karena mereka adalah sumber dukungan emosional, panduan, dan juga pembatas yang diperlukan. Peran orang tua sangat signifikan dalam membimbing anak di masa remaja, karena mereka dapat membantu menghadapi berbagai tantangan yang muncul seiring berjalannya waktu. Dengan memberikan dukungan moral dan emosional, serta menetapkan batasan yang sehat, orang tua dapat membantu remaja merasa aman dan terlindungi. Namun tidak ada pendekatan pengasuhan yang satu ukuran cocok untuk semua anak. Pengasuhan *over protective* dari orang tua justru akan menghambat

¹⁸ Niki Yuen Fen Bruysters dan Pamela D. Pilkington, "Overprotective Parenting Experiences and Early Maladaptive Schemas in Adolescence and Adulthood: A Systematic Review and Meta-analysis," *Clinical Psychology & Psychotherapy* 30, no. 1 (Januari 2023): 10–23, <https://doi.org/10.1002/cpp.2776>.

¹⁹ Safriani Aisyah, "Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang," t.t.

kemampuan remaja untuk mengambil keputusan sendiri dan mengembangkan ketrampilan hidup yang penting untuk bekal masa depan.²⁰

Remaja yang dibesarkan dengan pola asuh *over protective* sering kali mengandalkan disregulasi untuk mengatasi kecemasan mereka. Akibatnya, mereka cenderung merasa kewalahan dan kesulitan saat menghadapi perasaan cemas. Gejala *social anxiety* juga lebih banyak dialami oleh remaja yang merasa orang tuanya *over protective*.²¹ Ketika seorang remaja diberi batasan yang berlebihan oleh orang tua dan juga mendapat pandangan negatif dari orang lain terhadap remaja tersebut, hal ini dapat menghambat kemampuan mereka dalam mengembangkan kemampuan interaksi sosial dan *adjustment* di lingkungan baru.²² Orang tua yang berlebihan dalam melindungi anaknya memperkirakan lebih banyak gejala kecemasan di kalangan remaja.²³

Remaja yang diasuh secara *over protective* dengan kepatuhan yang lebih kompulsif cenderung merasa lebih frustrasi dan menginternalisasi tekanan serta agresi. Akibatnya, mereka terjebak dalam situasi sulit, tidak mampu melepaskan diri dari keterlibatan orang tua yang mengganggu. Hal ini menyebabkan tingkat frustrasi dan tekanan yang mereka rasakan semakin tinggi.²⁴

²⁰ Yana Priyana, "Hubungan antara Perilaku *Overprotective* Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja: Tinjauan Faktor-faktor Mediasi dan Moderasi," *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 1, no. 03 (30 Juni 2023): 145–52, <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i03.426>.

²¹ Louise Mathijs, "Overprotective parenting and social anxiety in adolescents: The role of emotion regulation," *Journal of Social and Personal Relationships* 0, no. 0 (2023): 1–22, <https://doi.org/10.1177/02654075231173722>.

²² Hirdayani Sagala dan Linda Yarni, "Pengaruh Perilaku *Overprotective* Orangtua Terhadap Interaksi Sosial Remaja," *Educativo: Jurnal Pendidikan* 2, no. 1 (10 Januari 2023): 57–64, <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.106>.

²³ Stijn Van Petegem dkk., "Putting Parental Overprotection into a Family Systems Context: Relations of Overprotective Parenting with Perceived Coparenting and Adolescent Anxiety," *Family Process* 61, no. 2 (Juni 2022): 792–807, <https://doi.org/10.1111/famp.12709>.

²⁴ Nele Flamant dkk., "To Endure or to Resist? Adolescents' Coping with Overprotective Parenting," *Journal of Applied Developmental Psychology* 82 (Juli 2022): 101444, <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2022.101444>.

Dari keterangan di atas, disimpulkan adanya keterkaitan antara perilaku *over protective* orang tua dan *self adjustment* pada remaja. Jika orang tua terbiasa mengekang, membatasi kebebasan remaja dalam hal bersosialisasi, dan mencegah remaja mengeksplor hal baru menyebabkan remaja tidak memiliki kesempatan untuk belajar dan mengatasi tantangannya sendiri. Sehingga ketika remaja ditempatkan di lingkungan baru, ia akan kesulitan menyesuaikan diri karena ia terbiasa bergantung pada orang tuanya.

Berdasarkan pendapat Bowlby bahwa interaksi antara orang tua dengan remaja memiliki peranan penting, karena melalui interaksi tersebut, perkembangan sosial dan ikatan emosional yang kuat dapat terbentuk. Teori kelekatan membantu orang tua menyadari bahwa ikatan emosional terbentuk dengan individu penting dalam hidup mereka. Pengasuhan orang tua kepada remaja membentuk harapan bagaimana dunia akan memperlakukan mereka di masa depan. Kelekatan juga bergantung pada kualitas hubungan orang tua-anak, yang dapat berubah seiring perkembangan lingkungan atau jika kualitas hubungan tersebut terganggu.²⁵ Oleh karena itu, orang tua bertanggung jawab untuk membimbing remaja memahami lingkungan sosialnya, menyadari peran sosial, dan mengembangkan kemampuan *self adjustment*.

Teori *attachment* dari John Bowlby terbentuk melalui beberapa aspek, yaitu komunikasi (*communication*), kepercayaan (*trust*), dan keterasingan (*alienation*). *Attachment* dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal melibatkan keturunan, di mana remaja cenderung meniru perilaku orang tua dalam membentuk ikatan emosional. Pengalaman masalah, terutama pada masa bayi dan anak-anak, juga memainkan peran signifikan dalam bagaimana individu membentuk *attachment* ketika remaja. Pengasuhan yang tidak tepat baik secara fisik maupun

²⁵ Maimun dan Pd, "Psikologi Pengasuhan." h.23

emosional dapat menghambat masa perkembangan remaja. Faktor eksternal seperti peristiwa yang terjadi di keluarga contohnya perceraian, meninggalnya orang tua, dan *overprotective parenting*.²⁶

Bowlby menguraikan tiga pola *attachment* yang dapat memengaruhi perkembangan remaja, yaitu,²⁷ *Secure attachment* (kelekatan aman) terbentuk melalui interaksi orang tua yang sensitif, responsif, penuh cinta, dan kasih sayang. Remaja merasa aman pada orang tua yang selalu siap mendampingi, membantu, dan memberikan perlindungan, menciptakan dasar kepercayaan dan aman. *Resistant attachment* (kelekatan melawan/ambivalen) muncul ketika remaja merasa tidak pasti terhadap respon dan ketersediaan orang tua. Hal ini dapat mengakibatkan ketidakpastian, kecemasan berpisah, dan ketergantungan yang berlebihan pada orang tua. Kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain dapat timbul akibat respon yang tidak konsisten. *Avoidant attachment* (kelekatan menghindar) remaja cenderung menolak atau menghindari orang tua ketika orang tua secara konsisten menghindari interaksi dengan anak-anaknya. Remaja yang mengalami pola ini mungkin tidak memiliki kepercayaan diri, mencari kasih sayang tanpa bantuan orang tua, dan cenderung menyembunyikan ketidakamanannya.

Pola *attachment* yang sehat memiliki hubungan positif dengan kualitas hubungan antara remaja dengan teman sebayanya. Remaja dengan *attachment* aman cenderung menunjukkan interaksi positif yang didasari oleh dukungan emosional dan komunikasi yang lancar dari orang tua.²⁸ Orang tua perlu membimbing remaja untuk mengidentifikasi karakter teman tanpa menghakimi dan menciptakan lingkungan yang mendukung

²⁶ Driya Pranata, Herlan Pratikto, dan Suhadianto, "Penyesuaian diri pada remaja: Bagaimana peranan kelekatan orang tua?," November 2022, <https://aksiologi.org/index.php/inner>.

²⁷ John W. Santrock, *Life Span Development*, 13 ed. (Jakarta: Erlangga, 2011). h.221

²⁸ Elena Delgado dkk., "Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 3 (18 Januari 2022): 1064, <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>.

sehingga remaja merasa nyaman berbicara tentang masalah dengan orang tua. Kesadaran orang tua terhadap keinginan alami remaja untuk memiliki teman menjadi kunci, terutama ketika memasuki usia remaja yang ditandai dengan upaya mereka untuk menunjukkan kemandirian dan mengambil keputusan sendiri. Orang tua yang membatasi dan terlalu mengontrol urusan pribadi remaja, bahkan sampai menghakimi, dapat menyebabkan rendahnya rasa percaya diri pada remaja dan merusak hubungan kelekatan antara orang tua dan remaja. Untuk itu sebagai orang tua, sebaiknya memberikan dukungan pada keputusan anak, memberi kebebasan untuk bereksplorasi, dan membangun komunikasi yang baik, sehingga remaja dapat mengalami proses *self adjustment* pada masa perkembangannya dengan baik.²⁹

Penelitian tentang perilaku *over protective* orang tua dan *self adjustment* memang telah banyak dilakukan. Namun, dari penelitian-penelitian terdahulu korelasi antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri secara umum hasilnya belum ada konsensus. Seperti pada penelitian sebelumnya, Sutafti dan Harun Al-Rasyid menemukan bahwa perilaku *over protective* orang tua memiliki dampak signifikan terhadap penyesuaian diri anak.³⁰ Penelitian Moh. Edy Musthofa juga menunjukkan adanya korelasi sedang antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja.³¹ Namun, penelitian Eunike dan Arthur menemukan bahwa tidak ada pengaruh

²⁹ Pranata, Pratikto, dan Suhadianto, "Penyesuaian diri pada remaja: Bagaimana peranan kelekatan orang tua?"

³⁰ Sutafti Sutafti dan Harun Al Rasyid, "Pengaruh Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 5 (15 April 2022): 4128–38, <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2509>.

³¹ Musthofa, "Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa."

signifikan dari perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja perantauan.³²

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan mengenai perilaku *over protective* dan *self adjustment*, penelitian ini memiliki keunikan dengan memfokuskan pada santri di pondok pesantren. Pemilihan subjek ini dilakukan karena pada santri baru di pondok pesantren memerlukan penyesuaian diri yang khusus. Selain harus bersosialisasi dengan teman baru, santri baru diwajibkan mematuhi peraturan yang berlaku di pondok pesantren dan harus terbiasa dengan rutinitas baru, mulai dari bangun pagi untuk menunaikan sholat tahajud, mengaji, menghafal, setoran hafalan, dan kebiasaan mengantri. Apabila mereka melanggar peraturan, tentu terdapat konsekuensi yang harus mereka bayar, yaitu berupa takziran. Oleh karena itu, tidak semua santri baru merasa mudah menyesuaikan diri. Banyak kasus di pondok pesantren, santri baru yang mengaku tidak betah, menangis meminta untuk dipulangkan bahkan sampai nekat kabur dari pondok pesantren karena merasa tidak bisa menyesuaikan diri. Hal itu yang membuat peneliti tertarik untuk mengambil subjek santri di pondok pesantren karena belum terdapat penelitian *over protective* orang tua dan *self adjustment* yang melibatkan subjek santri.

Ketika seseorang berada di lingkungan baru, tentu mereka akan belajar menyesuaikan diri, terutama bagi santri yang baru memasuki pondok pesantren. Mereka akan dituntut untuk belajar menjadi lebih mandiri, berinteraksi dengan orang-orang baru, menaati peraturan yang berbeda dari yang berlaku di rumah, dan memenuhi kebutuhan

³² Eunike Claudia Pingkan Hetharia dan Arthur Huwae, "Perilaku Overprotektif Orangtua dan Penyesuaian Diri Remaja yang Merantau," *Philanthropy: Journal of Psychology* 6, no. 2 (15 November 2022): 140, <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i2.5002>.

mereka sendiri. Oleh sebab itu, penting bagi santri untuk mengoptimalkan potensi yang dimilikinya dan mengaplikasikan potensi tersebut.³³

Pendidikan di pondok pesantren esensialnya mirip dengan pendidikan di madrasah atau sekolah umum, yang membedakan adalah penekanannya lebih pada pelajaran agama. Sebagian besar santri tinggal di asrama yang disediakan oleh pesantren, membentuk suatu lingkungan yang memfasilitasi pengalaman kehidupan beragama yang mendalam. Selain itu, di era modern, pondok pesantren juga berperan penting dalam mengatur perubahan nilai-nilai masyarakat dengan memastikan nilai-nilai agama yang ditanamkan dalam hati santri, sehingga menciptakan generasi yang kuat dalam keyakinan dan moral.³⁴

Sebutan “Santri” merujuk kepada pelajar yang tinggal di lingkungan pondok pesantren. Umumnya, mereka berada pada usia remaja, di mana sebelumnya mereka tinggal bersama orang tua. Perbedaan lingkungan tempat tinggal ini memerlukan *adjustment* dari para santri, khususnya bagi mereka yang baru pertama kali tinggal di pondok pesantren, karena mereka akan mengalami perubahan signifikan dalam kehidupan pesantren. Bagi santri yang tidak terbiasa jauh dari orang tua dan mengandalkan orang tua di segala urusan akan sulit menyesuaikan diri, terutama pada tahun pertama.³⁵

³³ Khusnul Khotimah, “Penyesuaian Diri Santriwati di Pondok Pesantren Fathul Ulum Manggis Tanggul” (IAIN Jember, 2020).

³⁴ Kanzul Atiyah, Abd. Mughni, dan Nur Ainiyah, “Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja,” *Maddah: Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam* 2, no. 2 (4 Agustus 2020): 42–51, <https://doi.org/10.35316/maddah.v2i2.844>.

³⁵ Dewi Nurlaily Haiffahningrum, “Pengalaman Penyesuaian Diri bagi Santri Baru di Lingkungan Pesantren X : Studi Fenomenologi” 9, no. 7 (2022).

Ketidakseimbangan dalam pemenuhan kebutuhan santri oleh orang tua atau pengalaman frustrasi akibat perubahan lingkungan yang signifikan dapat berkontribusi pada perilaku negatif, seperti penarikan diri, ketidakpuasan, atau perilaku agresif di pondok pesantren. Oleh karena itu, penting bagi pondok pesantren dan orang tua untuk bekerja sama guna menciptakan lingkungan yang mendukung *self adjustment* santri baru dan menghindari dampak negatif yang mungkin terjadi.³⁶

Dalam pandangan islam, *self adjustment* telah tertuang dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 11 sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بَقِيَ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ
مِن وَّالٍ

Artinya: *Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.*³⁷

Dalam konteks *self adjustment*, ayat ini menegaskan bahwa perubahan yang signifikan dalam kehidupan seseorang atau sekelompok orang tidak akan terjadi tanpa adanya usaha dari dalam mereka sendiri. Ini mencerminkan prinsip bahwa untuk mencapai keadaan yang lebih baik, baik secara fisik, mental, maupun spiritual, seseorang harus berusaha mengubah sikap, perilaku, dan pola pikir mereka.³⁸ Ayat ini juga menjelaskan untuk mencapai kesejahteraan dan ketenangan batin, seseorang harus mampu menghadapi proses *self adjustment* dengan situasi dan kondisi yang dihadapinya.

³⁶ Neila Nabila dan Hermien Laksmiwati, "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo," . . *Character* 06 (2019).

³⁷ "Surat Ar-Ra'd Ayat 11," *NU Online*, diakses 23 Agustus 2024, <https://quran.nu.or.id/ar-ra'd/11>.

³⁸ "Tafsir Ar-Ra'd Ayat 11," *NU Online*, t.t., diakses 23 Agustus 2024.

Namun, ini tidak berarti pasrah tanpa usaha, melainkan usaha aktif untuk melakukan perubahan yang lebih baik.

Pentingnya *self adjustment* sangat terlihat dalam konteks pendidikan di pondok pesantren. Dalam upaya mengejar kesuksesan di lingkungan pondok, setiap santri membutuhkan kesiapan pribadi yang kuat. *Self adjustment* menjadi aspek penting dalam mengelola perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan yang muncul dari dorongan kebutuhan untuk menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, serta dalam usaha untuk menyeimbangkan hubungan individu dengan realitas sekitarnya.³⁹ Dalam hal ini, kemampuan *self adjustment* menjadi kunci utama bagi santri untuk berhasil menghadapi tantangan kehidupan dan pendidikan di pondok pesantren.

Lokasi penelitian ini bertempat di pondok pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare di mana pondok tersebut merupakan pondok induk yang memiliki banyak santri dengan latar belakang yang beragam. Pesantren ini memiliki program wajib yaitu program tahfidz di mana tiap santri diwajibkan menghafal al-quran dan tidak semua pondok pesantren memiliki program wajib tersebut. Selain itu, ditemukan beberapa kasus berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari pengurus Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare, terdapat beberapa santri yang cenderung pendiam, suka menyendiri, bahkan berniat untuk kabur dari pondok terutama para santri baru.⁴⁰ Kemungkinan hal ini disebabkan oleh kebutuhan mereka dalam proses *self adjustment* di tempat baru yang kurang maksimal.

³⁹ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: ArRuzz, 2010). h.49

⁴⁰ Wawancara dengan Dinda Sofia, di Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare, 27 Oktober 2023.

Dari keterangan pengurus, salah satu alasan mereka tidak betah di pondok adalah karena merasa kurang bebas. Mereka mengeluh bahwa sejak tinggal di rumah, mereka selalu dikekang oleh orang tuanya dan ketika di pondok mereka merasa sulit bersosialisasi, sehingga merasa tidak memiliki teman.⁴¹ Hal ini yang menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Persepsi Perilaku Over Protective Orang Tua dan Self Adjustment pada Santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare*”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat persepsi perilaku *over protective* orang tua pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare?
2. Bagaimana tingkat proses *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare?
3. Apakah terdapat hubungan signifikan antara persepsi perilaku *over protective* orang tua dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Pare?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat persepsi perilaku *over protective* orang tua pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.
2. Untuk mengetahui tingkat proses *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

⁴¹ Wawancara dengan Kharidatul Bahiyah, di Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare, 27 Oktober 2023

3. Untuk mengetahui hubungan signifikan antara persepsi perilaku *over protective* orang tua dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini akan melengkapi pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi, serta mendorong penelitian lebih lanjut di bidang tersebut.

2. Secara Praktis

- a) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengalaman baru, terutama mengenai hubungan antara persepsi *over protective* orang tua dan *self adjustment* pada santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare. Selain itu, diharapkan peneliti dapat mengaplikasikan konsep-konsep teoritis yang telah dipelajari selama masa studi di perguruan tinggi.

- b) Bagi Santri dan Orang Tua

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan santri dengan memahami hubungan *over protective* orang tua dan *self adjustment* serta meningkatkan interaksi sehat antara orang tua dan santri.

c) Bagi peneliti selanjutnya

Adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk pengembangan penelitian sebelumnya mengenai mengenai hubungan antara persepsi *over protective* orang tua dan *self adjustment* pada santri.

E. Penelitian Terdahulu

1. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Tingkat Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa*” oleh Moh. Edy Musthofa tahun 2020. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan apakah ada korelasi antara dua variabel atau untuk mengukur sejauh mana korelasi tersebut. Analisis data menggunakan data numerik yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sedang antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri pada remaja, ditunjukkan oleh koefisien korelasi (r) sebesar $-0,433$, berada dalam rentang $0,40-0,599$. Ini mengindikasikan bahwa perilaku *over protective* orang tua memiliki dampak sedang pada penyesuaian diri remaja. Selain itu, kontribusi efektif perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri remaja kelas 2 SMA Negeri 1 Wiradesa sebesar $18,8\%$, sedangkan $1,2\%$ sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.⁴² Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek siswa kelas 2 di SMA, sedangkan peneliti menggunakan subjek santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

⁴² Musthofa, “Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Negeri 1 Wiradesa.”

2. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di Universitas Potensi Utama*” oleh Rohani Yosefina malau, dan Fenty Zahra Nasution pada tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri remaja di Universitas Potensi Utama Medan. Analisis data menggunakan metode *statistic korelasi product moment* dengan hasil menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri remaja, dengan koefisien korelasi xy sebesar $-0,463$, dan nilai signifikansi kurang dari $0,010$. Hasil ini mengindikasikan bahwa perilaku *over protective* orang tua cenderung tinggi (mean empirik $114.544 >$ mean hipotetik 100), sementara penyesuaian diri remaja cenderung rendah (mean empirik $127.55 <$ mean hipotetik 130). Ditemukan bahwa perilaku *over protective* orang tua memengaruhi penyesuaian diri remaja sebesar $21,4\%$, sementara $78,6\%$ lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.⁴³ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek remaja di Universitas Potensi Utama Medan, sedangkan peneliti menggunakan subjek santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.
3. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua terhadap Penyesuaian Diri Remaja: Tinjauan Faktor-Faktor Mediasi dan Moderasi*” oleh Devi Ayu Ariska, dan Yana Priyana pada tahun

⁴³ Rohani Yosefina Malau dan Fenty Zahara Nasution, “Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di Universitas Potensi Utama (The Relationship Between Over Protective Behavior of Parents and Adolescent Self-Adjustment At The University Of Main Potential).” 2 (2021).

2023. Penelitian ini memiliki tujuan menginvestigasi hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri remaja di Sukabumi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dan informasi diperoleh melalui penyebaran kuesioner survei kepada 400 remaja. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *over protective* orang tua dengan berbagai aspek penyesuaian diri remaja, termasuk aspek kesejahteraan emosional, kemampuan sosial, dan prestasi akademik. Remaja yang mengalami *over protective* dari orang tua mereka melaporkan tingkat kesejahteraan emosional yang lebih rendah, kemampuan sosial yang lebih rendah, dan prestasi akademik yang buruk. Hasil ini menyoroti dampak negatif dari pola asuh yang berlebihan dalam mendukung perkembangan remaja, serta menekankan pentingnya mendorong pendekatan pengasuhan yang seimbang yang memungkinkan anak-anak memiliki otonomi sambil tetap mendapatkan dukungan dan bimbingan. Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian remaja, sedangkan peneliti menggunakan subjek santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

4. Skripsi: Penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua terhadap Penyesuaian Diri Remaja*” oleh Gloria Yohana Poli pada tahun 2019. Penelitian ini menggunakan dua skala untuk mengukur *over protective* dan penyesuaian diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif signifikan antara *over protective* dan penyesuaian diri remaja di SMA N 5 Balikpapan. Tingkat *over protective* siswa tergolong rendah dengan

rata-rata 52,26, sementara tingkat penyesuaian diri tergolong sedang dengan rata-rata subjek sebesar 76,29.⁴⁴ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian siswa di SMA N 5 Balikpapan sedangkan peneliti menggunakan subjek penelitian santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

5. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Rantau*” oleh Beauty Cesy Mutiara, Anwar, dan Martaria Rizky Rinaldi pada tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dan tingkat penyesuaian diri mahasiswa luar negeri tahun pertama di Yogyakarta. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *korelasi product moment*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dengan koefisien korelasi $r = -0,226$ ($p < 0,050$), yang mengindikasikan hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa luar negeri. Variabel perilaku *over protective* menjelaskan sekitar 5,1% dari rendahnya penyesuaian diri, sementara faktor lainnya yang mempengaruhi sebanyak 94,9%.⁴⁵ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian mahasiswa rantau, sedangkan peneliti menggunakan subjek penelitian santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

⁴⁴ Gloria Yohana Polii, “Hubungan Antara Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Penyesuaian Diri Remaja Di Sma N 5 Balikpapan” (Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2019).

⁴⁵ Beauty Cesy Mutiara, Anwar, dan Martaria Rizky Rinaldi, “Hubungan antara Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama di Yogyakarta.” 2 (2021).

6. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Pengaruh Perilaku Over Protective Orang Tua terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri pada Anak Usia Dini*” oleh Sutafti dan Harun Al Rasyid pada tahun 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi dampak perilaku *over protective* orang tua pada kemampuan anak dalam penyesuaian diri. Analisis data dilakukan dengan metode analisis deskriptif serta analisis regresi linier sederhana. Penelitian menyimpulkan bahwa perilaku *over protective* dari orang tua memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan penyesuaian diri dengan hasil yang diperoleh uji t sebesar -6,481 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000, lebih kecil dari 0,05 (tingkat kesalahan 5%).⁴⁶ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian anak usia dini, sedangkan peneliti menggunakan subjek penelitian santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.
7. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Perilaku Over Protective Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja yang Merantau*” oleh Eunika Claudia Pingkan Hetharia, dan Arthur Huwae pada tahun 2022. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah perilaku *over protective* orang tua berhubungan dengan penyesuaian diri remaja yang merantau. Metode penelitian kuantitatif dengan 85 partisipan usia 15-18 tahun yang merantau, hasil uji korelasi tidak menunjukkan hubungan (koefisien -0,105, sig. = 0,341) antara kedua faktor ini. Jadi, perilaku *over protective* orang tua tidak berperan dalam penyesuaian diri remaja

⁴⁶ Sutafti dan Rasyid, “Pengaruh Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak.”

perantauan.⁴⁷ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian remaja umur 15-18 tahun yang merantau, sedangkan peneliti menggunakan subjek santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

8. Jurnal: Penelitian yang berjudul “*Hubungan Perilaku Over Protektif Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA X Padang*” oleh Fitra Annisa, dan Rinaldi pada tahun 2020. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang. Analisis data menggunakan teknik *korelasi product moment*. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri remaja di SMA X Padang, dengan nilai korelasi (r) sebesar -0,434 dan signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,005$).⁴⁸ Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan variabel X dan Y yang sama, perbedaannya adalah pada subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian subjek penelitian siswa SMA X Padang, sedangkan peneliti menggunakan subjek penelitian santri Pondok Pesantren Tahfidhil Quran Sirojul Ulum Pare.

Dari beberapa penjelasan penelitian sebelumnya yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan diteliti memiliki keunikan tersendiri yaitu pada subjek yang akan diteliti. Peneliti memilih subjek santri baru di pondok pesantren dikarenakan santri baru akan mengalami proses

⁴⁷ Hetharia dan Huwae, “Perilaku Overprotektif Orangtua dan Penyesuaian Diri Remaja yang Merantau.”

⁴⁸ Fitra Annisa, “Hubungan Perilaku Overprotective Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA X Padang,” T.T.

menyesuaikan diri yang lebih ekstra saat berada di lingkungan pesantren. Tentu tidak semua santri baru merasa mudah menyesuaikan diri di lingkungan baru dan asing menurut pengalaman mereka. Sedangkan pada penelitian terdahulu pada umumnya menggunakan subjek siswa dan mahasiswa. Belum terdapat penelitian yang melibatkan subjek santri.

F. Definisi Operasional

1. Perilaku *Over Protective*

Perilaku *over protective* orang tua merupakan suatu pola perilaku dimana orang tua cenderung terlalu melibatkan diri dalam kehidupan remaja melebihi batas yang sehat seperti tindakan-tindakan yang bertujuan untuk melindungi remaja secara berlebihan tanpa memberikan cukup ruang bagi remaja untuk mengatasi tantangan dan belajar dari pengalaman sendiri. Keinginan orang tua untuk menjaga keselamatan dan kesejahteraan remaja bisa berubah menjadi *overcontrolling*. Perilaku ini memiliki dampak negatif pada perkembangan remaja karena orang tua membatasi kemampuan remaja untuk mengambil inisiatif, dan tidak di beri kesempatan untuk belajar dari kesalahan.

2. *Self Adjustment*

Self adjustment merujuk pada kemampuan individu untuk mengatasi tantangan, stres, dan perubahan dalam kehidupan mereka. Hal ini melibatkan proses mental dan perilaku yang memungkinkan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan baik dalam berbagai situasi. *Self Adjustment* mencakup kemampuan untuk mengelola emosi, mengatasi konflik, menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan, dan mencapai kesejahteraan psikologis.

3. Santri

Santri merupakan sebutan untuk pelajar atau murid kyai yang tinggal di pondok pesantren. Santri mendalami ilmu agama guna memperkuat keyakinan, dan menghargai keragaman. Dari segi makna, santri adalah individu yang mendalami agama islam dengan kyai atau ulama dan menunjukkan dedikasi dalam beribadah serta berperilaku baik dalam lingkup pesantren maupun diluar lingkup pesantren.