

## Dampak Kontrol Orang Tua yang Berlebihan terhadap Interaksi Sosial Usia Remaja

Najwa Dya Annisa<sup>1</sup> Yosefa Fras Viktorya Situmorang<sup>2</sup> Devina Dwi Puspita Harefa<sup>3</sup>  
Shena Pelicia Jovanca Situmorang<sup>4</sup> Citra Anita Lase<sup>5</sup> Hairani Siregar<sup>6</sup>

Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik, Universitas  
Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

Email: [najwadya@students.usu.ac.id](mailto:najwadya@students.usu.ac.id)<sup>1</sup> [yosefafiras@students.usu.ac.id](mailto:yosefafiras@students.usu.ac.id)<sup>2</sup>  
[devinadwi@students.usu.ac.id](mailto:devinadwi@students.usu.ac.id)<sup>3</sup> [shenapelicia@students.usu.ac.id](mailto:shenapelicia@students.usu.ac.id)<sup>4</sup>  
[citraanita@students.usu.ac.id](mailto:citraanita@students.usu.ac.id)<sup>5</sup> [hairani@usu.ac.id](mailto:hairani@usu.ac.id)<sup>6</sup>

### Abstrak

Pola asuh yang terlalu mengontrol berdampak pada perkembangan psikososial remaja, khususnya kemampuan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan menganalisis dampak kontrol orang tua yang berlebihan terhadap interaksi sosial remaja dalam konteks sosiologi keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan kuesioner berskala Likert dan pertanyaan terbuka, melibatkan 30 responden remaja berusia 13–22 tahun melalui teknik purposive sampling secara daring. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak kontrol berlebihan lebih bersifat psikologis daripada fisik. Sebanyak 60% responden tidak percaya diri mengambil keputusan mandiri, 47% memendam masalah, 40% takut berbicara jujur kepada orang tua, dan 66% pernah bertindak secara diam-diam. Meskipun 93% merasa bahagia di lingkungan keluarga, 33% mengalami hambatan mengekspresikan emosi secara terbuka. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kontrol berlebihan menghambat otonomi remaja dan mendorong pergeseran figur kepercayaan dari orang tua ke teman sebaya. Diperlukan transformasi pola pengasuhan menuju pendekatan yang berbasis dialog dan pemberdayaan.

**Kata Kunci:** Pola Asuh, Kontrol Berlebih, Interaksi Sosial, Remaja



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Dalam keluarga, orang tua memegang peran yang krusial sebagai *role model* dan agen sosialisasi di mana anak belajar banyak hal yang memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan emosional, perilaku, serta kemampuan sosial anak. Pola asuh orang tua merupakan bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak (Baumrind, 1991). Pola asuh orang tua akan menentukan bagaimana remaja dapat membangun identitas diri, berinteraksi dengan lingkungan, serta menjalankan fungsi di masyarakat. Oleh sebab itu, pola asuh menjadi salah satu faktor yang harus diperhatikan dalam perkembangan psikososial remaja. Pada zaman sekarang ini, orang tua kerap menerapkan pola asuh yang terlalu mengontrol anak sedari kecil hingga usia remaja, sehingga mengakibatkan berbagai hambatan pada perkembangan psikososial anak (Adeyola et al., 2024). Pada masa remaja, anak mengalami perubahan kognitif, sosial-emosional, dan interpersonal. Masa ini juga ditandai dengan meningkatnya kebutuhan untuk memperoleh kemandirian, membangun relasi sosial, dan penyesuaian diri dengan lingkungan di mana ia berada. Interaksi sosial adalah suatu hubungan antara dua individu atau lebih, di mana perilaku individu yang satu mempengaruhi, mengubah, dan memperbaiki perilaku individu yang lain atau sebaliknya (Halik, 2024). Interaksi sosial sangat dibutuhkan pada masa remaja untuk proses perkembangannya, karena pada usia remaja anak belajar bagaimana cara berkomunikasi, berteman, dan beradaptasi dengan setiap lingkungan baru yang ditemuinya (Argasiam, 2024). Penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis dampak kontrol orang tua yang berlebihan terhadap interaksi sosial usia remaja sebagai bagian dari perkembangan psikososial anak. Penelitian ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian kesejahteraan sosial, khususnya mengenai sosiologi keluarga dalam kesejahteraan sosial.

## METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena kontrol orang tua berlebihan, berdasarkan sudut pandang subjektif dari para responden. Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer didapatkan langsung dari jawaban para informan melalui kuesioner terbuka yang telah disebar. Disisi lain, penelitian ini juga memanfaatkan data sekunder sebagai sumber data pendukung untuk memperkuat dan melengkapi analisis. Data sekunder ini diperoleh dari studi literatur, jurnal ilmiah, dokumen resmi, atau arsip terkait topik penelitian. Subjek penelitian berjumlah 30 orang menggunakan *Purposive Sampling*, dengan kriteria remaja berusia 17 hingga 21 tahun yang bersedia menjadi partisipan penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terbuka (*Open-ended Questionnaire*) yang disebar secara *online*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Profil Responden

Penelitian ini melibatkan 30 responden remaja berusia 13 hingga 22 tahun. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang terdiri atas 30 butir pernyataan berskala Likert (Sangat Setuju, Setuju, Kurang Setuju, Tidak Setuju) serta 4 pertanyaan terbuka yang menggali pengalaman dan persepsi subjektif responden terhadap pola pengasuhan orang tuanya. Mayoritas responden berada pada rentang usia 18–19 tahun, yakni fase remaja akhir yang tengah aktif membangun identitas dan kapasitas sosialnya.

**Tabel 1. Distribusi Usia Responden**

Usia	Jumlah	Persentase
13 tahun	1	3,3%
16 tahun	1	3,3%
17 tahun	1	3,3%
18 tahun	10	33,3%
19 tahun	12	40,0%
20 tahun	4	13,3%
22 tahun	1	3,3%
Total	30	100%

### Hasil Penelitian

#### Dimensi Kontrol Orang Tua

Tujuh butir pernyataan pertama mengukur bentuk-bentuk kontrol otoriter orang tua, meliputi pengambilan keputusan sepihak, pelarangan pergaulan, pembatasan ekspresi diri, pengawasan privasi ponsel, pemberian hukuman keras, perbandingan sosial, serta ketiadaan kebebasan dalam hal-hal kecil.

**Tabel 2. Dimensi Kontrol Orang Tua**

Nomor Pertanyaan	Indikator Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
1	Orang tua menentukan semua keputusan tanpa meminta pendapat saya	0 (0%)	3 (10%)	11 (37%)	16 (53%)
2	Orang tua melarang bergaul dengan teman tertentu tanpa alasan jelas	1 (3%)	4 (13%)	6 (20%)	19 (63%)

3	Tidak diperbolehkan mengungkapkan pendapat yang berbeda dari orang tua	0 (0%)	5 (17%)	13 (43%)	12 (40%)
4	Orang tua mengawasi ponsel tanpa mempertimbangkan privasi pribadi	0 (0%)	0 (0%)	11 (37%)	19 (63%)
5	Orang tua memberi hukuman keras apabila saya melanggar aturan	1 (3%)	6 (20%)	12 (40%)	11 (37%)
6	Orang tua sering membandingkan saya dengan orang lain saat saya salah	2 (7%)	10 (33%)	11 (37%)	7 (23%)
7	Saya tidak memiliki kebebasan membuat keputusan sendiri hal kecil pun	0 (0%)	5 (17%)	12 (40%)	13 (43%)

Secara umum, tingkat kontrol ekstrem tidak mendominasi pengalaman responden. Pengawasan ponsel pada pertanyaan 4 dan pelarangan pergaulan pertanyaan 2 sama-sama ditolak oleh 63% responden. Namun perbandingan sosial dari pertanyaan 6 menjadi pengecualian menonjol, 7% menyatakan sangat setuju dan 33% menyatakan setuju, menjadikan total 40% responden yang mengakui menjadi angka tertinggi dalam dimensi kontrol. Rata-rata skor dimensi ini adalah 2,73 dari skala 5, menunjukkan intensitas kontrol berada pada kategori rendah hingga sedang.

### **Dimensi Komunikasi Orang Tua dengan Anak Remaja**

Dimensi ini mengeksplorasi keterbukaan komunikasi dalam keluarga, mencakup kesediaan orang tua mendengarkan, pemberian penjelasan atas aturan, penerimaan perbedaan pendapat, dan keberanian anak untuk berbicara jujur.

**Tabel 3. Dimensi Komunikasi Orang Tua dengan Anak Remaja**

Nomor Pertanyaan	Indikator Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
8	Orang tua bersedia mendengarkan pendapat dan perasaan saya	10 (33%)	14 (47%)	3 (10%)	3 (10%)
9	Saya merasa takut untuk berbicara jujur kepada orang tua	5 (17%)	7 (23%)	13 (43%)	5 (17%)
10	Orang tua selalu memberi penjelasan atas setiap aturan yang dibuat	6 (20%)	19 (63%)	4 (13%)	1 (3%)
11	Saya sering memendam masalah karena tidak berani bercerita ke orang tua	6 (20%)	8 (27%)	10 (33%)	6 (20%)
12	Orang tua menerima dan menghargai perbedaan pendapat saya	6 (20%)	17 (57%)	5 (17%)	2 (7%)
13	Orang tua langsung memarahi tanpa mendengar penjelasan saya terlebih dahulu	1 (3%)	5 (17%)	18 (60%)	6 (20%)

Dimensi komunikasi memperlihatkan gambaran yang relatif positif dengan rata-rata skor 3,64/5 hal ini tertinggi dalam penelitian ini. Sebanyak 33% sangat setuju dan 47% setuju bahwa orang tua bersedia mendengarkan pada soal pertanyaan 8 serta 20% sangat setuju dan 63% setuju bahwa orang tua selalu memberi penjelasan atas aturan. Di sisi lain, terdapat temuan yang perlu dicermati, yaitu 20% sangat setuju dan 27% setuju bahwa mereka sering memendam masalah karena tidak berani bercerita, serta 17% sangat setuju dan 23% setuju bahwa mereka masih merasa takut berbicara jujur kepada orang tua. Kesenjangan ini menunjukkan bahwa keterbukaan formal orang tua tidak selalu sejalan dengan rasa aman psikologis yang dirasakan anak.

### Dimensi Respons Emosional dan Perilaku

Dimensi ini mengukur reaksi remaja terhadap tekanan atau aturan orang tua, mencakup dorongan melanggar aturan, rasa frustrasi, perilaku diam-diam, kecenderungan membantah, dan kepatuhan berbasis rasa takut.

**Tabel 4. Dimensi Respons Emosional dan Perilaku**

Nomor Pertanyaan	Indikator Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
14	Ingin melakukan hal yang dilarang ketika tekanan orang tua terlalu berat	1 (3%)	5 (17%)	10 (33%)	14 (47%)
15	Saya sering merasa marah atau frustrasi terhadap aturan orang tua	0 (0%)	5 (17%)	13 (43%)	12 (40%)
16	Pernah melakukan sesuatu secara diam-diam tanpa sepengetahuan orang tua	4 (13%)	16 (53%)	8 (27%)	2 (7%)
17	Membantah adalah satu-satunya cara agar pendapat saya didengar orang tua	1 (3%)	6 (20%)	16 (53%)	7 (23%)
18	Mematuhi aturan hanya karena takut dihukum, bukan karena paham alasannya	0 (0%)	6 (20%)	11 (37%)	13 (43%)

Temuan paling signifikan pada dimensi ini adalah pada pertanyaan 16 sebanyak 13% responden sangat setuju dan 53% setuju bahwa mereka pernah bertindak secara diam-diam tanpa sepengetahuan orang tua dan total 66% responden mengakui perilaku ini. Angka ini merupakan yang tertinggi pada seluruh dimensi bertanda negatif dalam penelitian ini. Sebaliknya, rasa frustrasi terbuka yang terdapat pada pertanyaan 15 dan dorongan melanggar aturan pada pertanyaan 14 diakui oleh 17% responden, mengindikasikan bahwa mayoritas remaja memilih perlawanan pasif daripada konfrontasi terbuka.

### Dimensi Kondisi psikologis

Dimensi ini mengukur dampak pola pengasuhan terhadap kondisi emosional dan psikologis remaja dalam lingkungan keluarga.

**Tabel 5. Dimensi Kondisi Psikologis**

Nomor Pertanyaan	Indikator Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
21	Saya sering merasa cemas, tertekan, atau tidak nyaman di lingkungan rumah	1 (3%)	3 (10%)	8 (27%)	18 (60%)
22	Saya merasa diri saya tidak dihargai sebagai individu oleh orang tua	1 (3%)	2 (7%)	6 (20%)	21 (70%)
23	Saya kesulitan mengekspresikan emosi secara terbuka karena takut penilaian orang tua	4 (13%)	6 (20%)	12 (40%)	8 (27%)
24	Saya merasa bahagia dan aman berada di lingkungan keluarga	13 (43%)	15 (50%)	2 (7%)	0 (0%)
25	Tekanan dari orang tua membuat saya merasa tidak mampu atau tidak berharga	0 (0%)	5 (17%)	11 (37%)	14 (47%)

Kondisi psikologis responden secara keseluruhan terbelang positif. Pada pertanyaan 24 mencatat angka tertinggi sepanjang kuesioner, yakni 43% sangat setuju dan 50% setuju bahwa mereka merasa bahagia dan aman di lingkungan keluarga sebanyak total 93% responden. Perasaan tidak dihargai ditolak oleh 70% responden, dan rasa cemas di rumah ditolak oleh 60% responden. Namun catatan penting muncul pada pertanyaan 23, sebanyak 13% sangat setuju dan 20% setuju bahwa mereka kesulitan mengekspresikan emosi karena takut dinilai orang

tua, menjadikan total 33% responden mengalami hambatan emosional ini meski secara keseluruhan merasa aman di rumah.

### **Dimensi Interaksi Sosial dan Kepercayaan Diri**

Dimensi terakhir mengukur dampak pola pengasuhan terhadap kemampuan remaja dalam bersosialisasi dan kepercayaan dirinya.

**Tabel 6. Dimensi Interaksi Sosial dan Kepercayaan Diri**

Nomor pertanyaan	Indikator Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
19	Lebih nyaman menceritakan masalah kepada teman daripada orang tua	7 (23%)	6 (20%)	8 (27%)	9 (30%)
20	Tidak percaya diri mengambil keputusan sendiri tanpa persetujuan orang tua	5 (17%)	13 (43%)	4 (13%)	8 (27%)
26	Kesulitan berteman atau bersosialisasi karena banyak pembatasan orang tua	2 (7%)	4 (13%)	7 (23%)	17 (57%)
27	Merasa minder dibanding teman yang memiliki lebih banyak kebebasan	3 (10%)	3 (10%)	11 (37%)	13 (43%)
28	Lebih bebas dan nyaman berekspresi di luar rumah dibanding di dalam rumah	3 (10%)	8 (27%)	12 (40%)	7 (23%)
29	Aturan ketat orang tua menghambat pengembangan potensi dan bakat saya	1 (3%)	4 (13%)	11 (37%)	14 (47%)
30	Teman-teman lebih memahami saya dibandingkan orang tua saya sendiri	4 (13%)	4 (13%)	8 (27%)	14 (47%)

Temuan paling mencolok adalah pertanyaan 20, yakni sebanyak 17% sangat setuju dan 43% setuju bahwa mereka tidak percaya diri mengambil keputusan tanpa persetujuan orang tua dengan total 60% responden. Angka ini mengindikasikan bahwa ketergantungan pada otoritas orang tua dalam pengambilan keputusan merupakan dampak yang paling luas dirasakan. Selain itu, 23% sangat setuju dan 20% setuju bahwa mereka lebih nyaman bercerita kepada teman, menandakan pergeseran figur kepercayaan. Di sisi lain, hambatan sosialisasi langsung tidak dominan, hanya 7% sangat setuju dan 13% setuju pada pertanyaan 26, serta 3% sangat setuju dan 13% setuju pada pertanyaan 29.

### **Pembahasan**

#### **Pola Asuh Otoriter dan Dampaknya terhadap Kompetensi Remaja: Perspektif Teori Baumrind**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang dialami oleh sebagian besar responden tidak berada pada titik otoriter yang ekstrem, sebagaimana tampak dari rata-rata skor dimensi kontrol yang hanya mencapai 2,73. Namun demikian, kehadiran bentuk-bentuk kontrol yang lebih halus terutama adanya perbandingan sosial yang dialami diakui oleh 40% responden menunjukkan bahwa unsur-unsur pola asuh otoriter masih beroperasi secara signifikan dalam relasi orang tua dan anak. Baumrind (1991) mengklasifikasikan pola asuh ke dalam tiga tipologi utama, yaitu otoriter (*authoritarian*), otoritatif (*authoritative*), dan permisif (*permissive*). Pola asuh otoriter ditandai oleh tuntutan kepatuhan tinggi tanpa memberikan ruang bagi anak untuk berdialog, menjelaskan alasan di balik aturan, atau berpartisipasi dalam pengambilan keputusan. Baumrind (1991) menegaskan bahwa pola asuh otoriter berkorelasi negatif dengan kompetensi sosial remaja, kepercayaan diri, dan kemampuan pengambilan keputusan secara mandiri. Temuan penelitian ini sejalan dengan pandangan tersebut. Meskipun 83% responden mengakui orang tua selalu memberi penjelasan atas aturan yang mengindikasikan elemen otoritatif dan terdapat kontradiksi nyata berupa 60% responden

yang tidak percaya diri mengambil keputusan tanpa restu orang tua. Kontradiksi ini mengisyaratkan bahwa penjelasan atas aturan tidak serta-merta disertai pemberian ruang bagi anak untuk berlatih mengambil keputusan secara mandiri. Adeyola et al. (2024) dalam kajiannya tentang pola asuh *strict parents* mengemukakan bahwa kontrol yang berlebihan, kendati disertai penjelasan verbal, tetap dapat menghambat tumbuhnya kompetensi dan kemandirian remaja apabila tidak diiringi oleh kepercayaan yang nyata kepada anak. Dengan demikian, temuan ini mempertegas bahwa kadar dan kualitas kontrol bukan semata ada tidaknya penjelasan yang menentukan dampaknya terhadap perkembangan remaja.

### **Krisis Identitas dan Hambatan Otonomi: Perspektif Teori Perkembangan Psikososial Erikson**

Mayoritas responden (73,3%) berada pada rentang usia 18–19 tahun, yang dalam teori perkembangan psikososial Erik Erikson merupakan fase *identity vs role confusion*. Pada tahap ini, tugas perkembangan utama individu adalah membangun identitas diri yang koheren mencakup keyakinan, nilai, dan pilihan hidup melalui eksplorasi aktif terhadap berbagai peran sosial (Kamilla et al., 2022). Erikson menekankan bahwa eksplorasi tersebut hanya dapat berlangsung optimal dalam lingkungan yang memberi remaja kebebasan untuk mencoba, gagal, dan belajar (Kamilla et al., 2022). Namun data penelitian ini menunjukkan kondisi yang bertentangan dengan prasyarat tersebut. Sebanyak 60% responden mengaku tidak percaya diri mengambil keputusan mandiri, dan 33% mengalami hambatan dalam mengekspresikan emosi secara terbuka. Hambatan ekspresi diri dan ketergantungan dalam pengambilan keputusan merupakan indikator yang mengarah pada stagnansi perkembangan identitas, yaitu kondisi di mana remaja tidak memiliki cukup ruang eksplorasi untuk membentuk gambaran diri yang stabil dan otonom (Argasiam, 2024). Kondisi ini diperparah oleh temuan bahwa 47% responden cenderung memendam masalah. Dalam kerangka Erikson, kemampuan mengkomunikasikan kegelisahan dan menyelesaikan konflik internal merupakan bagian integral dari proses pembentukan identitas. Remaja yang terbiasa memendam persoalan berisiko memasuki fase dewasa awal dengan identitas yang belum terkonsolidasi. Kondisi ini oleh Erikson disebut sebagai *identity diffusion*, yang berdampak pada kesulitan membentuk relasi bermakna dan komitmen terhadap peran sosial (Kamilla et al., 2022). Dengan demikian, kontrol orang tua yang membatasi ruang ekspresi dan eksplorasi remaja secara tidak langsung menghambat salah satu tugas perkembangan paling krusial dalam perjalanan hidup individu (Kamilla et al., 2022; Argasiam, 2024).

### **Dinamika Interaksi Sosial dan Pembentukan Diri: Perspektif Interaksionisme Simbolik Mead**

Menurut George Herbert Mead dalam teori interaksionisme simbolik, diri (*self*) terbentuk dan berkembang melalui interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Proses tersebut terjadi melalui kemampuan individu untuk memahami dan mengambil perspektif orang lain (*taking the role of the other*) sehingga seseorang dapat membentuk konsep dirinya dalam kehidupan sosial (Halik, 2024). Mead membedakan dua aspek diri: "*I*" sebagai respons spontan dan kreatif individu, serta "*Me*" sebagai internalisasi ekspektasi sosial dari lingkungan (Halik, 2024). Pembentukan "*Me*" yang sehat mensyaratkan adanya ruang interaksi yang memungkinkan individu untuk bereksperimen dengan berbagai respons sosial tanpa rasa takut dihakimi. Temuan penelitian ini memberikan gambaran yang relevan terhadap konsep tersebut. Sebanyak 66% responden mengaku pernah bertindak secara diam-diam tanpa sepengetahuan orang tua, dan 43% lebih nyaman berbagi cerita dengan teman daripada dengan orang tua.

Dalam kerangka Mead, peralihan arena interaksi dari keluarga ke teman sebaya ini merupakan konsekuensi logis dari terbatasnya ruang dialog yang aman dalam keluarga. Ketika orang tua tidak mampu berfungsi sebagai "*significant other*" yang responsif, yakni figur yang memberikan umpan balik positif dan menerima ekspresi diri anak remaja akan mencari figur tersebut di lingkungan pertemanan (Halik, 2024). Pergeseran ini tidak sepenuhnya patologis; teman sebaya memang menjadi "*generalized other*" yang semakin penting pada fase remaja. Namun menjadi bermasalah ketika pergeseran tersebut dipicu bukan oleh proses alami pendewasaan, melainkan oleh rasa tidak aman dalam relasi keluarga. Data pada menunjukkan bahwa 40% responden masih merasa takut untuk berbicara jujur kepada orang tua, yang menandakan bahwa interaksi di dalam keluarga tidak mampu menyediakan kondisi yang diperlukan bagi remaja untuk membentuk dan mengujicobakan identitas sosialnya. Kondisi ini pada akhirnya berisiko mempersempit kualitas interaksi sosial remaja: alih-alih belajar menavigasi perbedaan perspektif dalam relasi yang beragam, remaja cenderung hanya merasa aman di lingkungan yang homogen dan tidak menantang (Agustina & Appulembang, 2017).

### **Perilaku Sembunyi-Sembunyi sebagai Adaptasi Sosial dalam Keterbatasan Ruang Dialog**

Temuan bahwa 66% responden pernah melakukan sesuatu secara diam-diam tanpa sepengetahuan orang tua merupakan salah satu hasil yang paling signifikan dalam penelitian ini. Dalam konteks ketiga teori yang digunakan, perilaku ini dapat dipahami secara berlapis. Dari perspektif Baumrind (1991), perilaku tersebut merupakan konsekuensi dari pola asuh yang tidak memberikan ruang negosiasi yang cukup ketika anak tidak memiliki kanal yang sah untuk menyuarakan keinginan, ia akan menciptakan kanal alternatif yang tersembunyi. Adeyola et al. (2024) menyebutkan bahwa remaja yang diasuh dengan pola asuh yang terlalu ketat cenderung mengembangkan perilaku yang secara permukaan tampak patuh, namun di baliknya menyimpan agenda pribadi yang tidak dapat disampaikan secara terbuka. Dari sudut pandang Erikson, perilaku tersembunyi ini mencerminkan upaya remaja untuk tetap menjalankan tugas perkembangannya, yakni mengeksplorasi dunia dan membangun identitas dalam kondisi yang tidak kondusif. Erikson dalam Kamilla et al. (2022) menegaskan bahwa represi yang berlebihan terhadap dorongan eksplorasi remaja tidak menghilangkan dorongan tersebut, melainkan mengalihkannya ke bentuk-bentuk yang lebih tersembunyi dan berpotensi lebih berisiko. Sedangkan dari perspektif Mead, tindakan diam-diam tersebut dapat dipahami sebagai upaya "*I*" untuk merespons kebutuhan internal yang tidak dapat diakomodasi oleh norma-norma keluarga yang diinternalisasikan sebagai "*Me*". Tegangan antara kedua aspek diri inilah yang melahirkan perilaku adaptif berupa tindakan tersembunyi sebagai jalan tengah (Halik, 2024).

### **Harapan Remaja sebagai Cerminan Kebutuhan Perkembangan yang Belum Terpenuhi**

Analisis terhadap pertanyaan terbuka menghasilkan dua tema utama yang berulang secara konsisten: kebutuhan untuk didengar dan diakui sebagai individu yang berpendapat, serta kebutuhan akan kepercayaan dan kebebasan yang bertanggung jawab. Kedua tema ini tidak sekadar mencerminkan preferensi personal, melainkan merupakan ekspresi dari kebutuhan perkembangan yang fundamental. Dalam perspektif Baumrind (1991), gambaran orang tua ideal yang dikemukakan responden sangat mendekati karakteristik pola asuh otoritatif, yaitu hangat secara emosional, konsisten dalam aturan, namun juga responsif terhadap kebutuhan dan perspektif anak. Pola asuh otoritatif telah terbukti secara konsisten menghasilkan luaran perkembangan yang lebih positif, termasuk kompetensi sosial, harga diri, dan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik pada remaja (Agustina & Appulembang, 2017). Harapan responden terhadap orang tua yang mampu "*memantau tanpa mengekang*" sejalan persis dengan prinsip inti pola asuh otoritatif tersebut. Dari perspektif Erikson (dalam Kamilla

et al., 2022), harapan tersebut juga mencerminkan kebutuhan remaja akan lingkungan yang mendukung *psychosocial moratorium* yakni ruang dan waktu yang cukup untuk mengeksplorasi identitas tanpa konsekuensi yang menghukum. Sementara itu, dari perspektif Mead, harapan untuk didengar dan dihargai perbedaan pendapatnya merupakan harapan akan hadirnya "*significant other*" yang berfungsi sebagai cermin perkembangan diri yang konstruktif bukan cermin yang hanya memantulkan standar dan ekspektasi eksternal (Halik, 2024). Beberapa ekspresi representatif responden yang menggambarkan hal tersebut antara lain: "*Orang tua yang ideal adalah yang mengerti karakter anaknya, mau terus belajar menjadi orang tua yang baik, bukan semata-mata menuntut anak yang harus baik, paham sistem feedback, dan memantau anak tanpa harus mengekang.*" "*Yang bikin kita ngerasa cukup disayang di rumah, jadi nantinya kita tidak ngasal nyari kasih sayang dari orang lain cuma karena merasa kurang di rumah.*" Narasi kedua di atas secara implisit menegaskan proposisi yang dikemukakan oleh Argasiam (2024) bahwa keluarga berfungsi sebagai basis afeksi primer yang apabila tidak mampu memenuhi kebutuhan emosional remaja, akan mendorong remaja mencari pemenuhan tersebut dari sumber-sumber lain yang tidak selalu aman atau konstruktif. Kondisi ini menegaskan urgensi transformasi pola pengasuhan dari pendekatan kontrol menuju pendekatan yang berpusat pada dialog, kepercayaan, dan penghargaan terhadap otonomi remaja sebagai individu yang sedang dalam proses menjadi.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa dampak kontrol orang tua yang berlebihan terhadap interaksi sosial remaja tidak termanifestasi melalui pembatasan fisik yang eksplisit, melainkan bekerja melalui mekanisme psikologis yang lebih halus. Sebanyak 60% responden mengalami erosi kepercayaan diri dalam pengambilan keputusan mandiri, 66% mengembangkan perilaku tersembunyi sebagai strategi adaptasi, 47% memendam masalah, dan 43% mengalami pergeseran figur kepercayaan dari orang tua ke teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas pola asuh tidak ditentukan semata oleh ada tidaknya penjelasan verbal atas aturan, melainkan oleh sejauh mana orang tua mampu menciptakan ruang yang aman bagi remaja untuk mengeksplorasi identitas dan berlatih mengambil keputusan secara mandiri. Oleh sebab itu, orang tua disarankan untuk menggeser pendekatan pengasuhan dari kontrol satu arah menuju komunikasi dialogis yang memberi ruang bagi remaja untuk menyampaikan pendapat, mengambil keputusan, dan belajar dari kesalahan dalam batas yang aman.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adeyola, A. P., Septriani, T., & Haryati, A. (2024). Analisis pola asuh strict parents terhadap anak remaja di lingkungan keluarga. *DAWUH: Da'wah & Education Journal*, 5(1), 27–35. <https://siducat.org/index.php/dawuh>
- Agustina & Appulembang, Y. A. (2017). Pengaruh pola asuh terhadap kualitas hidup siswa pelaku tawuran. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(1), 210–215.
- Argasiam, B. (2024). *Psikologi perkembangan: Mosaik kehidupan dan perkembangan manusia sepanjang hidup*. Unaki Press.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Halik. (2024). Pendidikan sebagai arena simbolik: Telaah konseptual interaksionisme simbolik George H. Mead. *Jurnal Ilmiah Guru Madrasah (JIGM)*, 3(1), 27–41. <https://jigm.lakaspia.org>
- Kamilla, K. N., Saputri, A. N. E., Fitriani, D. A., Az Zahrah, S. A., Andryana, P. F., Ayuningtyas, I., & Firdausia, I. S. (2022). Teori perkembangan psikososial Erik Erikson. *ECJ: Early Childhood Journal*, 3(2), 77–87. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>