

## The Role of Perceived Control as Mediator in Relationship between Parental Overprotection and Anxiety in Adolscent

### Peran Perceived Control sebagai Mediator dalam Hubungan antara Parental Overprotection dan Kecemasan pada Remaja

Tirza Febe Dama Nanie <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Magister Profesi Psikologi,  
Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia  
Email: [Tirzatsd@gmail.com](mailto:Tirzatsd@gmail.com)

Endang Widyorini <sup>2</sup>

<sup>2</sup> Magister Profesi Psikologi,  
Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia  
Email: [widyorini@unika.ac.id](mailto:widyorini@unika.ac.id)

#### Correspondence:

Tirza Febe Dama Nanie

Magister Profesi Psikologi, Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia  
Email: [Tirzatsd@gmail.com](mailto:Tirzatsd@gmail.com)

#### Abstract

Anxiety is a condition that often occurs in children, adolescents, and adults. The impacts arising from anxiety, both non-clinical and clinical, are enormous and varied for life. There are many factors that influence developmental anxiety. This study aims to look at the role of perceived control as a mediator in the relationship between parental overprotection and anxiety in adolescents. The population in this study were adolescents aged 12-17 years, attending school in the city of Semarang, and living with their parents with a sample of 55 people participating. The research method used is a correlational quantitative method with the use of scale as a data collection method. There are three scales used in this study, namely the short-form overprotection subscale of the Egnä Minnen Beträffande Uppfostran (s-EMBU), the Anxiety Control Questionnaire-Children Short Form (ACQ-C), and the anxiety subscale. Short version of the Revised Scale. Childhood Anxiety and Depression (RCADS). Data analysis using Regression Analysis Mediator F Hayes. The results obtained in this study are that there is a significant indirect relationship between parental overprotection and anxiety through perceived control (Bootstrap confidence interval range 0.779 to 1.546, not including a zero value) which means that perceived control is a mediator of the parental overprotection relationship to anxiety.

**Keyword :** Parental Overprotection, Perceived Control, Anxiety, Adolescent

#### Abstrak

Kecemasan merupakan kondisi yang banyak terjadi baik pada anak, remaja, maupun dewasa. Dampak yang timbul akibat kecemasan baik non klinis maupun klinis sangat besar dan bervariasi bagi kehidupan. Ada banyak faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran dari *perceived control* sebagai mediator dalam hubungan antara *parental overprotection* dan kecemasan pada remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 12-17 tahun, bersekolah di Kota Semarang, dan tinggal dengan orang tua dengan sampel yang berpartisipasi sebanyak 55 orang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional dengan penggunaan skala sebagai metode pengambilan data. Ada tiga skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sub skala *overprotection short-form of the Egnä Minnen Beträffande Uppfostran (s-EMBU)*, *Anxiety Control Questionnaire-Children Short Form (ACQ-C)*, dan sub skala kecemasan *Shortened version of the Revised Child Anxiety and Depression Scale (RCADS)*. Analisis data dengan menggunakan Analisis Regresi Mediator F Hayes. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah adanya hubungan tidak langsung yang signifikan antara *parental overprotection* dan kecemasan melalui *perceived control* (Bootstrap rentang interval kepercayaan 0,779 sampai 1,546, tidak mencakup nilai nol) yang artinya *perceived control* menjadi mediator dari hubungan *parental overprotection* terhadap kecemasan.

**Kata Kunci :** Parental Overprotection, Perceived Control, Kecemasan, Remaja

Copyright (c) Psikostudia: Jurnal Psikologi

Received 2023-07-24

Revised 2023-09-20

Accepted 2023-10-09



## LATAR BELAKANG

Kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum dan banyak ditemukan baik pada anak-anak maupun orang dewasa. Survey yang dilakukan oleh *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* pada tahun 2022 mengungkapkan bahwa dalam 12 bulan terakhir gangguan yang paling banyak dialami oleh remaja usia 10 sampai 17 tahun adalah gangguan kecemasan, yakni sekitar 26,7%. Lebih rinci disebutkan prevalensi kecemasan lebih tinggi dialami oleh remaja perempuan (28,2%) dibandingkan dengan remaja laki-laki (25,4%) (Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health, 2022). Fase transisi dari anak-anak ke dewasa membuat remaja menjadi kelompok yang rentan (Andini dan Pudjiati, 2021). Banyak masalah psikologis dan gangguan mental yang muncul dan bermanifestasi untuk pertama kalinya selama masa remaja (Rodhiyah dan Djuwita, 2023).

Barlow (dalam Manley, 2017) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan mood negatif yang disertai dengan gejala tubuh seperti peningkatan denyut jantung, ketegangan otot, rasa tidak nyaman, dan ketakutan akan masa depan. Rasa takut dan cemas merupakan sesuatu yang wajar dan pasti dialami oleh setiap orang, namun perasaan ini dapat menjadi masalah apabila tidak berkurang seiring berjalannya waktu, mengganggu fungsi dan kualitas hidup kemudian dapat berkembang menjadi suatu gangguan klinis.

Ada banyak dampak negatif yang timbul akibat kecemasan tingkat tinggi pada anak, seperti masalah kesulitan akademis, gangguan dalam hubungan teman sebaya dan hubungan keluarga, serta masalah kesehatan mental di waktu yang akan datang (Manley, 2017). Huges, dkk. (dalam Novinta & Mastuti, 2023) dalam penelitiannya secara khusus menyebutkan kecerdasan emosional yang rendah dan kurang terampil dalam mengolah emosi adalah hal yang terjadi pada siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi sehingga membuat mereka lebih berisiko untuk mudah lelah dan menolak aktivitas belajar. Settiani dan Kendal (2013) dalam penelitiannya lebih rinci menyebutkan bahwa anak dengan gangguan kecemasan parah memiliki masalah sosial yang lebih banyak dan kompetensi sosial yang rendah. Meskipun gejala yang dimiliki tidak mencapai ambang batas untuk diagnosa klinis, namun anak dengan gejala kecemasan tinggi menghadapi tantangan yang sama dengan mereka yang terdiagnosis dengan gangguan kecemasan klinis dan sangat mungkin mengalami kesulitan dalam bidang akademis, fungsi sosial, dan perkembangan (Nanda, dkk., 2012).

Berbagai macam model etiologi muncul untuk memahami perkembangan kecemasan. Salah satu model yang banyak digunakan adalah model tiga kerentanan (*The Triple Vulnerability*) dari Barlow (1988; 2000, 2002) yang mengungkapkan bahwa perkembangan kecemasan muncul akibat adanya interaksi dari tiga tipe kerentanan, yaitu kerentanan biologis umum yang meliputi faktor turunan dan temperamen, kerentanan psikologis umum yang dikarakteristikan oleh keyakinan seseorang bahwa ia tidak memiliki kontrol terhadap kejadian/perasaan berkaitan

dengan kecemasan yang membuat ia menjadi rentan terhadap kecemasan pada umumnya yang berasal dari pengalaman di masa perkembangan awal, serta kerentanan psikologis spesifik yang dikarakteristikan dengan keyakinan tertentu yang membuat seseorang menjadi rentan terhadap gangguan kecemasan tertentu (Manley, 2017).

Model ini menyoroti peran dari kemampuan kontrol dan kurangnya kontrol yang dirasakan atas ancaman eksternal (kejadian, situasi, atau benda yang menimbulkan ketakutan) dan ancaman internal (gairah fisiologis, isyarat interseptif dari gairah) dalam etiologi dan ekspresi kecemasan. Keyakinan yang dipegang individu mengenai sifat dari kontrol terhadap faktor situasional dan kejadian disebut dengan istilah *perceived control*. Lebih rinci Adalbjarnardottir dan Rafnsson, dalam Hartatik (2020) mendeskripsikan *perceived control* sebagai keyakinan pada diri individu mengenai seberapa efektif ia mampu menangani suatu keadaan dan berapa banyak kemampuan yang ia miliki untuk menghasilkan sesuatu sesuai dengan keinginannya.

Rapee (dalam Ollendick dan Grills, 2016) mengungkapkan bahwa *perceived control* yang rendah terhadap ancaman eksternal dan internal memiliki kaitan dengan tingkat kecemasan yang tinggi. Penelitian-penelitian yang ada sampai saat ini mendukung anggapan bahwa *perceived control* merupakan faktor risiko yang penting di seluruh gangguan kecemasan. Wadsworth dan Hayes-Skelton (2020) dalam penelitiannya mengungkapkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *perceived control* dan kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Gallagher, dkk. (2014) yang mengemukakan adanya hubungan negatif yang besar antara *perceived control* terhadap kecemasan secara umum maupun gangguan kecemasan spesifik.

Chorpita dan Barlow (dalam Gallagher, dkk., 2014) menjelaskan bahwa kurangnya *perceived control* dikemukakan sebagai faktor kerentanan psikologis umum yang berkembang karena pengalaman awal. Orang tua merupakan lingkungan pertama bagi anak yang memberikan kontribusi besar dalam kehidupan anak (Salim dkk., 2023). Lingkungan keluarga yang mengendalikan selama masa kanak-kanak sehingga membuat anak gagal mengembangkan kemandirian. Hal ini membuat anak memandang dunia sebagai tempat yang berbahaya dan ia tidak memiliki kontrol terhadap semua yang terjadi di dalamnya, termasuk tidak memiliki kontrol terhadap kejadian maupun perasaan yang berkaitan dengan kecemasan.

Perasaan tidak mampu mengontrol ini muncul dari pola pengasuhan yang tidak baik atau lingkungan yang traumatis (Sohail, 2022). Dengan kata lain pola pengasuhan dan lingkungan berkontribusi dalam munculnya gaya kognitif dan keyakinan tertentu pada individu terkait dengan kontrol terhadap kecemasan. Yap et al (2014) yang dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor orang tua menjadi salah satu faktor resiko bagi peningkatan depresi dan kecemasan, yang meliputi kurangnya kehangatan, banyaknya konflik antar orang tua, keterlibatan berlebihan dan permusuhan, serta kurangnya pemberian otonomi pada anak dan pemantauan. Secara khusus Nanda, dkk. (2012) mengungkapkan bahwa parental kontrol dan *overprotection*

memiliki hubungan yang lebih konsisten dengan kecemasan masa kecil. Gaya pengasuhan yang terlalu mengontrol dan terlalu membatasi pengembangan kemandirian dan keahlian anak berkontribusi terhadap perkembangan gangguan kecemasan pada anak (Al-Biltagi & Sarhan, 2016).

*Parental..overprotection..dikonseptualisasikan* sebagai perilaku yang melibatkan tingkat regulasi, pengawasan, dan intervensi yang tinggi dari orang tua terhadap anak sehingga cenderung melemahkan kemampuan dan keinginan anak dalam menyelesaikan masalah secara mandiri (Huijsduijnen, 2021). *Parental overprotection* telah dihipotesiskan berkontribusi dalam perkembangan kecemasan setidaknya melalui dua cara besar, yaitu: pertama, pola pengasuhan seperti itu secara tidak langsung menyampaikan kepada anak bahwa ada ancaman terus menerus yang menyebabkan munculnya kewaspadaan dan ketakutan berlebihan pada anak. Ini juga menyampaikan kepada anak bahwa ancaman dan bahaya selalu ada dan itu semua mungkin berada di luar kendali mereka.

Kedua, gaya pengasuhan seperti itu membatasi kesempatan bagi anak untuk menjelajahi lingkungan mereka secara alami dan menghasilkan bukti yang meyakinkan dan atau belajar untuk mengatasi sendiri situasi yang mengancam, sehingga membuat anak memiliki tingkat efikasi diri yang rendah (Ollendick & Grills, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Verhoeven, dkk. (2012) yang mengungkapkan bahwa tingkat kontrol berlebihan yang dilakukan baik oleh ayah maupun ibu memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan pada anak. Dampak dari kontrol berlebihan ini bahkan lebih besar dibandingkan dengan penolakan dan pemberian otonomi orang tua terhadap anak. Penelitian yang dilakukan oleh McLeod menunjukkan bahwa kecemasan pada masa kanak-kanak lebih jelas terkait dengan gaya pengasuhan kontrol tinggi dibandingkan dengan gaya pengasuhan kehangatan rendah (Pereira, Barros, Mendonca, & Muris, 2014).

Chorpita (dalam Manley, 2017) memprediksi adanya hubungan antara kontrol dalam lingkungan keluarga dan afek negatif anak yang dimediasi oleh *perceived control*. Mereka juga melakukan analisis terhadap prediksi mereka dan hasilnya menunjukkan bahwa *perceived control* bertindak sebagai mediator dari hubungan antara lingkungan keluarga (*overprotection*) dan gejala kecemasan. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Nanda, dkk. (2012) yang menjelaskan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol psikologis orang tua dengan munculnya gejala kecemasan. Hasil penelitian lebih lanjut mengindikasikan bahwa hubungan tersebut secara penuh dimediasi oleh persepsi mengenai seberapa banyak kontrol yang mereka miliki atas kejadian-kejadian dalam hidup mereka.

Penelitian dari Allen, dkk. (2016) sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyimpulkan bahwa pemberian otonomi orang tua dan kontrol yang dirasakan anak (*perceived control*) memainkan peran penting dalam pengalaman emosional sehari-hari pada anak dengan kecemasan klinis (Allen, dkk., 2016). Bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan peran

*perceived control* sebagai mediator bagi kontrol orang tua dengan kecemasan pada anak, penelitian yang dilakukan oleh Muris, dkk (dalam Pienkowski, 2012) tidak mendukung peran *perceived control* sebagai mediator, melainkan sebagai moderator. Penelitian yang dilakukan oleh Pienkowski (2012) mengungkapkan bahwa *perceived control* tidak memiliki peran mediator maupun moderator dalam hubungan antara 4 pola pengasuhan termasuk *parental overprotection* dengan kecemasan. Lebih jauh diungkapkan bahwa *perceived control* tidak secara signifikan memprediksi kecemasan.

Berdasarkan penjelasan diatas, disimpulkan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang banyak terjadi baik pada anak, remaja, maupun dewasa. Dampak yang timbul akibat kecemasan non klinis maupun klinis juga besar dan bervariasi bagi kehidupan. Hal ini membuat peneliti terdorong untuk meneliti mengenai hubungan antara *parental overprotection* dan *perceived control* dengan kecemasan pada remaja, untuk memahami tentang kecemasan lebih mendalam dari berbagai aspek agar dapat meminimalisir munculnya kecemasan dan mencari solusi dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kecemasan.

Kurangnya penelitian di Indonesia berkaitan dengan hubungan antara *parental overprotection* dan *perceived control* dengan kecemasan serta adanya perbedaan hasil penelitian mengenai peran *perceived control* dalam hubungan antara *parental overprotection* dengan kecemasan pada anak juga menjadi salah satu alasan peneliti untuk meneliti topik ini. sehingga tujuan dari penelitian ini untuk melihat peran dari *perceived control* sebagai mediator dari hubungan antara *parental overprotection* dan kecemasan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah *perceived control* memediasi hubungan antara *parental overprotection* dengan kecemasan remaja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terganggu. Variabel terganggu yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecemasan remaja ( $Y$ ), variabel bebas yang digunakan adalah *parental overprotection* ( $X$ ), dan variabel mediator adalah *perceived control* ( $M$ ).

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana sampel diambil berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan karakteristik. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja dengan kriteria berusia 12 sampai 17 tahun yang bersekolah di Kota Semarang dan masih memiliki dan tinggal dengan orang tua. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 55 orang. Penelitian ini menggunakan skala dalam pengumpulan data penelitian.

Dalam penelitian ini validitas yang digunakan adalah korelasi *part-whole* dan uji reliabilitas menggunakan alpha cronbach's dengan menggunakan SPSS 23.0. Teknik analisis data menggunakan PROCESS uji regresi mediasi F Hayes.

**Skala parental overprotection : sub skala overprotection short-form of the Egna Minnen Beträffande Uppfostran (s-EMBU)**

Penelitian ini menggunakan sub skala overprotection short-form of the Egna Minnen Beträffande Uppfostran (s-EMBU) milik Li, Wang, dan Zhang (2012). Skala ini memiliki 1 aitem unfavorable dan 6 aitem favorable.

**Skala perceived control : Anxiety Control Questionnaire-Children Short Form (ACQ-C)**

Skala Anxiety Control Questionnaire-Children Short Form (ACQ-C) milik Weems (2005) yang terdiri dari dua aspek, yaitu reaksi internal dan ancaman eksternal. Skala ini terdiri dari 10 aitem.

**Skala kecemasan: sub skala kecemasan Shortened version of the Revised Child Anxiety and Depression Scale (RCADS)**

Penelitian ini menggunakan subskala kecemasan Shortened version of the Revised Child Anxiety and Depression Scale (RCADS) milik Ebesutani, dkk. (2012). Skala ini mengukur dimensi kecemasan yaitu reaksi tubuh, perasaan tidak nyaman, dan ketakutan akan masa depan. Skala ini terdiri dari 15 aitem.

**HASIL PENELITIAN**

**Gambaran umum partisipan**

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 55 orang. Rentang usia partisipan berkisar pada usia 12 sampai dengan 17 tahun.

**Tabel 1. Data Demografis Partisipan**

Karakteristik partisipan	Jumlah	Presentase
<b>Usia</b>		
12	11	20%
13	5	9.09%
14	7	12.7%
<b>Karakteristik Partisipan</b>		
<b>Usia</b>		
15	6	10.9%
16	18	32.7%
17	8	14.5%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	30	54.5%
Laki-laki	25	45.5%

**Uji Asumsi**

**Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test menunjukkan nilai 0,20 pada nilai residu asymp, sig. (2-tailed) yang artinya  $p > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang ada terdistribusi normal.

**Uji Linieritas**

Hasil uji linearitas pada variabel parental overprotection terhadap kecemasan menunjukkan nilai sig 0,00 dimana  $p < 0,05$  sehingga dapat dikatakan bahwa parental overprotection dan kecemasan memiliki hubungan yang linear. Pada variabel perceived control dengan

kecemasan, diperoleh nilai sig 0,00 yang artinya  $p < 0,05$ , hal ini mengungkapkan bahwa perceived control juga memiliki hubungan yang linear dengan kecemasan.

**Uji Multikolinieritas**

Uji multikolinieritas menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh atau keterkaitan satu sama lain, hal ini terlihat dari nilai tolerance  $> 0,10$  dan Vif  $< 10,0$ .

**Uji Heteroskedasitas**

Hasil uji heteroskedasitas menunjukkan nilai signifikan 0,571 untuk variabel parental overprotection dan nilai signifikan 0,869 untuk variabel perceived control. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan tidak terjadi gejala heteroskedasitas dalam model regresi.

**Uji Hipotesis**

**Uji hipotesis Regresi F Heyes**

Berdasarkan uji hipotesis regresi yang telah dilakukan diperoleh hasil yang menyatakan parental overprotection (X) secara signifikan memiliki hubungan negatif dengan perceived control (M), dengan nilai koefisien  $\beta = -1,157$  ( $p < 0,05$ ). Dengan kata lain semakin tinggi parental overprotection maka akan semakin rendah perceived control yang dimiliki.

Selanjutnya untuk variabel perceived control dengan kecemasan, diperoleh nilai koefisien  $\beta = -0,938$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel, dimana semakin tinggi perceived control maka semakin rendah kecemasan.

Uji hipotesis ini juga melihat hubungan langsung yang ada antara variabel parental overprotection dengan variabel kecemasan, dimana diperoleh nilai koefisien  $\beta = 0,378$  dengan  $p > 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tidak signifikan. Sedangkan untuk hubungan tidak langsung antara variabel parental overprotection dengan kecemasan diperoleh nilai koefisien tidak langsung sebesar 1,0859 dengan interval kepercayaan level bawah BootLLCI = 0,779 dan interval kepercayaan level atas BootULCI = 1,546, karena rentang interval kepercayaan level bawah dan level atas tidak mencakup nilai nol (0), sehingga dapat disimpulkan adanya efek mediasi yang signifikan.

**Tabel 2. Total effect, direct effect, dan indirect effect pada pengaruh parental overprotection terhadap kecemasan**

Hubungan	Effect	p	Keterangan
Total Effect	1,464	0,000	Signifikan
Direct Effect	0,378	0,08	Tidak Signifikan
Indirect Effect	1,086	-	Signifikan

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menemukan adanya hubungan positif tidak langsung yang signifikan antara parental overprotection dan kecemasan melalui perceived control dengan nilai koefisien 1,086 dan rentang level bawah BootLLCI = 0,779 dan interval kepercayaan level atas

BootULCI = 1,546 dimana tidak terdapat angka nol didalamnya. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, dimana *perceived control* berperan sebagai mediator bagi hubungan *parental overprotection* dengan kecemasan. Semakin tinggi *parental overprotection* yang dirasakan maka semakin rendah *perceived control* yang dimiliki, dan semakin tinggi kecemasan yang dirasakan oleh remaja.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manley (2017) yang menemukan bahwa *perceived control* memediasi hubungan antara *parental overprotection* dan kecemasan. Kecemasan dikaitkan dengan kurangnya penguasaan terhadap lingkungan. Tingkat kontrol yang tinggi dari orang tua yang merupakan karakteristik dari *parental overprotection* di masa perkembangan awal dianggap mengurangi *perceived control* pada anak. Penerapan *parental overcontrol* mencegah anak untuk mengembangkan perilaku dan batasan yang sesuai dengan umurnya. Hal ini membuat mereka merasa bahwa mereka kurang atau tidak mampu mengontrol situasi atau masalah yang ada, kurang menguasai lingkungan sekitar mereka, dan kurang mandiri, yang kemudian memicu munculnya emosi negatif pada anak termasuk kecemasan.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *parental overprotection* dengan *perceived control*, dengan nilai  $\beta = -1,157$  dengan signifikansi  $p < 0,05$ . Hal ini berarti semakin tinggi *parental overprotection* maka semakin rendah *perceived control* yang dimiliki.

*Perceived control* merupakan keyakinan yang dipegang individu mengenai sifat dari kontrol terhadap faktor situasional dan kejadian yang mengancam (Manley, 2017). Konteks dan pengalaman dimasa kecil dan remaja merupakan dasar dalam membentuk *perceived control*. Chorpita dan Barlow (dalam Allen, dkk., 2016) mengungkapkan bahwa pengalaman di masa awal yang didalamnya terdapat kontrol yang tinggi dari orang tua menurunkan tingkat *perceived control* yang dimiliki anak. Orang tua yang mengontrol lingkungan dan emosi anak, gagal dalam menyediakan kesempatan bagi anak untuk mengeksplor lingkungannya dan belajar mengembangkan kemampuan dalam mengatasi masalah yang mungkin akan dihadapi. Saat anak tidak memiliki kemampuan dalam menghadapi masalah, anak akan mengembangkan rasa ketidakmampuan dalam mengontrol apa yang terjadi di sekitarnya, termasuk mengontrol peristiwa, situasi, dan objek yang mungkin membahayakan. Sebaliknya saat orang tua mengajari anak untuk mandiri melakukan sesuatu untuk diri sendiri dan tidak membatasi anak atau melakukan segala sesuatu untuk anak, maka orang tua mendukung perkembangan *perceived control* pada anak (Infurna & Infurna, 2017).

Selanjutnya didapatkan hasil yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *perceived control* dengan kecemasan, dengan nilai  $\beta = -0,938$  dengan signifikansi  $p < 0,05$  yang mengungkapkan semakin tinggi *perceived control* yang dimiliki semakin rendah kecemasan yang dialami. Hasil ini senada dengan penelitian yang

dilakukan oleh Pereira, dkk (2012) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *perceived control* dan gejala kecemasan. Gallagher, dkk (2014) dalam penelitiannya menjabarkan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara *perceived control* dengan sifat dari kecemasan baik pada populasi dewasa maupun anak muda. Sehingga dapat dikatakan *perceived control* terhadap peristiwa yang menonjol dan pengalaman emosional menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan dari kecemasan. Chorpita dan Barlow (dalam Gallagher, dkk., 2014) mengungkapkan rendahnya *perceived control* berkontribusi dalam munculnya kecemasan langsung dan juga kecemasan jangka panjang.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *perceived control* memiliki peran sebagai mediator dalam hubungan antara *parental overprotection* dan kecemasan pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan bagi orang tua untuk memberi perhatian khusus dalam pemilihan pola pengasuhan yang diterapkan kepada anak, mengingat besarnya peran pengasuhan terhadap kehidupan anak saat ini dan di masa selanjutnya. Diharapkan orang tua dapat memberi kesempatan bagi anak untuk bisa mengeksplorasi lingkungan mereka secara alami dan mengembangkan kemampuan dalam mengatasi dan menghadapi situasi ataupun masalah yang akan dihadapi.

Selain itu, peran kognitif dalam hal ini *perceived control* cukup besar dalam perkembangan dari kecemasan, sehingga diharapkan remaja dapat lebih *aware* terhadap kondisinya. Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi para praktisi maupun profesional untuk mempertimbangkan aspek kognitif dalam mengatasi masalah kecemasan yang dihadapi oleh remaja.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas ragam dan karakteristik sampel seperti meninjau dari segi gender, membandingkan kelompok responden klinis dan non klinis, maupun menambahkan dengan variabel lainnya sehingga didapatkan hasil yang lebih jelas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Biltagi, M., & Sarhan, E. A. (2016). Anxiety Disorder in children : Review. *Journal of Paediatric Care Insight Vol 1 (1)*, 18-28. <https://doi.org/10.24218/jpci.2016.05>.
- Allen, K. B., Silk, J., Meller, S., Tan, P., Ladouceur, C., Sheeber, L., Ryan, N. (2016). Parental autonomy granting and child perceived control: effects on the everyday emotional experience of anxious youth. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 57:7, 835-842. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12482>
- Andini, M., & Pudjiati, S. R. (2021). Gambaran Psikologis Siswa-Siswi SMA Selama Sekolah dari Rumah Akibat Pandemi COVID-19 di Indonesia. *Psikostudia, Jurnal Psikologi Vol 10 No.3*, 217-225. DOI: 10.30872/psikostudia
- Ebesutani Et Al. (2012 ). The Revised Child Anxiety and Depression Scale-Short Version: Scale Reduction via Exploratory Bifactor Modeling of the Broad Anxiety Factor. *Psychological Assessment Vol 24 No.4*, 833-845. DOI: [10.1037/a0027283](https://doi.org/10.1037/a0027283)
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health. (2022). *Indonesia –*

- National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS):Laporan Penelitian. Indonesia: Pusat Kesehatan Reproduksi.
- Hartatik, F. Y. (2020). HOPE DAN PERCEIVED CONTROL PADA NARAPIDANA (Studi pada Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kab. Banyuwangi). Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Huijsduijnen, A. H. (2021). *Parental overprotection as a predictor for an increase in adolescents' externalizing behavior problems and the moderating effect of family socioeconomic status and adolescents' gender*. Netherlands:..Utrecht..University. <https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/436>
- Infurna, F. J., & Infurna, C. J. (2017). The Development of Perceived Control. *Personality Development Across the Lifespan*, 243-256. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00015-6>
- Li, Z., Wang, L., & Zhang, L. (2012). Exploratory and Confirmatory Factor Analysis of A Short-Form of the EMBU Among Chinese Adolescents. *Psychological Reports* 210, 263-275. <https://doi.org/10.2466/02.08.09.21.pro.110.1.263-275>
- Manley, S. (2017). *Parental overprotection and Child Anxiety Symptoms: The Mediating Role of Perceived control of Anxiety*. Ohio: The University..of..Toledo. [http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc\\_num=toledo1513245816809\\_24](http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=toledo1513245816809_24)
- Nanda, M. M., Kotchick, B. A., & Grover, R. L. (2012). Parental Psychological Control and Childhood Anxiety: The Mediating Role of Perceived Lack of Control. *Journal Children Family..Study*, 637-645. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9516-6>
- Novinta, D. N., & Mastuti, E. (2023). Apakah Rational-Emotive Behaviour Therapy (REBT) Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas? *Psikostudia, Jurnal Psikologi* Vol 12 No.1., 123-131. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i1>
- Ollendick, T. H., & Grills, A. E. (2016). Perceived control, Family Environment, and the Etiology of Child Anxiety - Revisited. *Behavior Therapy*, 47(5), 633-642. DOI: [10.1016/j.beth.2016.01.007](https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.01.007)
- Pereira, I. A., Barros, L., Mendonça, D., & Muris, P. (2014). The Relationships Among Parental Anxiety, Parenting, and Children's Anxiety: The Mediating Effects of Children's Cognitive Vulnerabilities. *Journal of Child and Family Studies*, 399-409. DOI: [10.1007/s10826-013-9767-5](https://doi.org/10.1007/s10826-013-9767-5)
- Pienkowski, M. (2012). *The Role of Perceived control in the Relation Between Parental Control and Anxiety among Anxious Youth*. Florida: Florida International University Electronic Theses and Dissertations. DOI: [10.25148/etd.F112041110](https://doi.org/10.25148/etd.F112041110)
- Rodhiyah, Isyah., & Djuwita, Efriyani. (2023). Kesulitan Regulasi Emosi sebagai Prediktor Gejala Depresi Remaja. *Psikostudia, Jurnal Psikologi* Vol 12 No.2, 218-223. DOI: <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i2>
- Salim, J. C., Hartati, M., Yuliana., Tandra, R. L., Hartini, S., Tarigan, E. (2023). Pola Asuh Demokratis Ditinjau Dari Konsep Diri Siswa Siswi Suku Tionghua. *Psikostudia, Jurnal Psikologi* Vol 12 No.2, 168-175. DOI: <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i2>
- Settipani, C. A., & Kendall, P. C. (2013). Social Functioning in Youth with Anxiety Disorders: Association with Anxiety Severity and Outcomes from Cognitive Behavioral Therapy. *Child Psychiatry Hum Dev* 44, 1-18. DOI: [10.1007/s10578-012-0307-0](https://doi.org/10.1007/s10578-012-0307-0)
- Sohail, M. (2022, september 27). *Blog: The Psychology SQUARE*. Retrieved from The Psychology..SQUARE: <https://www.thepsychologysquare.com/anxiety-and-the-triple-vulnerability-theory>
- Verhoeven, M., Bogels, S. M., & Van Der Bruggen, C. C. (2012). Unique Roles of Mothering and Fathering in Child Anxiety; Moderation by Child's Age and Gender. *Journal Child Fam Stud* , 331-343. doi: [10.1007/s10826-011-9483-y](https://doi.org/10.1007/s10826-011-9483-y)
- Wadsworth, L. P., & Hayes-Skelton, S. A. (2020). Exploring perceived control, a low-control task, and a brief acceptance intervention in a low and high transdiagnostic anxiety sample. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 35,1-9. <https://doi.org/10.1016/j.npbr.2019.11.001>
- Weems, C. F. (2005). *The anxiety control questionnaire for children-Short Form*. New Orleans, LA: University of New Orleans. DOI:[10.13140/RG.2.2.21172.04487](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.21172.04487)