



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 234-241

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Helicopter Parenting dengan Anxiety Pada Remaja Akhir

Ahmad Hanafi Rusdi¹, Dewi Trihandayani^{2✉}, Muhammad Abdul Halim Sani³

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

Email: dewi_trihandayani@uhamka.ac.id^{2✉}

Abstrak

Helicopter parenting merupakan suatu keterlibatan orangtua kepada anak. Misalnya ikut campur dalam urusan anak, membuat keputusan untuk anak hingga menjauhi suatu hambatan yang anak hadapi, sehingga sang anak menjadi sulit untuk menghadapi segala macam dalam kehidupannya karena orangtua terlalu ikut campur dalam kehidupannya sehingga anak tersebut menjadi anak yang tidak mandiri. Siswa dengan pola asuh orang tua helikopter memiliki sebuah tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dan lebih cenderung menggunakan narkoba, antidepresan, atau obat-obatan untuk mengurangi kecemasan. Kecemasan adalah kondisi sebuah perasaan yang khawatir dan merasa akan terjadi sesuatu yang buruk, selain itu kecemasan adalah campuran emosi yang terjadi ketika seseorang merasa tertekan secara emosional atau mengalami konflik internal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara helicopter parenting dengan anxiety pada remaja akhir. Penelitian ini menggunakan alat ukur Helicopter Parenting Instrumen (HPI) dikembangkan oleh Odenweller et al (2014) untuk mengukur pola asuh orang tua helikopter dan Depression Anxiety Stress Scales (DASS) dikembangkan oleh P. F. Lovibond and S. H. Lovibond (1995) digunakan untuk mengukur kecemasan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara Helicopter Parenting dengan Anxiety sebesar $0.256 < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan yang positif antara Helicopter Parenting dengan Anxiety. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 236 responden yang merupakan remaja akhir. Terdiri dari 236 mahasiswa berusia 18-21 tahun, sebanyak 78 orang berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 158 orang yang berjenis perempuan.

Kata Kunci: *Kecemasan, Pola Asuh Helikopter, Remaja Akhir*

Abstract

Helicopter parenting is the involvement of parents in their children. For example, interfering in the child's affairs, making decisions for the child and staying away from obstacles faced by the child, so that the child finds it difficult to face everything in his life because the parents interfere too much in his life so that the child becomes a child who is not independent. Students with helicopter parenting have lower levels of happiness and are more likely to use drugs, antidepressants, or medication to reduce anxiety. Anxiety is a condition of feeling worried and feeling that something bad will happen. Apart from that, anxiety is a mixture of emotions that occurs when someone feels emotionally stressed or experiences internal conflict. This research aims to determine whether there is a relationship between helicopter parenting and anxiety in late adolescents. This research uses the Helicopter Parenting Instrument (HPI) measurement tool developed by Odenweller et al (2014) to measure helicopter parenting patterns and the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) developed by P. F. Lovibond and S. H. Lovibond (1995) to measure anxiety. The results of this research show that there is a relationship between Helicopter Parenting and Anxiety of $0.256 < 0.05$, which means there is a positive relationship between Helicopter Parenting and Anxiety. The sample used in this research was 236 respondents who were late teenagers. Consisting of 236 students aged 18-21 years, 78 were male and 158 were female.

Keywords: *Anxiety, Helicopter Parenting, Late Teens*

PENDAHULUAN

Pola asuh yang ditanamkan pastinya berbeda-beda di dalam keluarga, hal itu tergantung dari pengalaman orang tua atau sudut pandang orang tua yang akhirnya mengajarkan atau memberitahu tentang sesuatu yang diketahui dan mengajarkan sesuatu yang menurutnya baik atau pilihannya yang tepat (Sriwongo, Raja & Willy, 2022).

Odenweller mengatakan *helicopter parenting* merupakan suatu keterlibatan orangtua kepada anak. Misalnya ikut campur dalam urusan anak, membuat keputusan untuk anak hingga menjauhi suatu hambatan yang anak hadapi, sehingga sang anak menjadi sulit untuk menghadapi segala macam dalam kehidupannya karena orangtua terlalu ikut campur dalam kehidupannya sehingga anak tersebut menjadi anak yang tidak mandiri (Odenweller et al 2014).

Helicopter parenting pada dasarnya merupakan kecenderungan karakteristik pola asuh yang sesungguhnya dilakukan dengan sebuah niat yang baik (seperti halnya memberi dukungan dan memberi kasih sayang), tetapi seringkali orang tua menganggapnya di luar batas wajar (LeMoyne & Buchanan, 2011). Banyak penelitian yang telah dilakukan mengenai pola asuh helikopter, beberapa di antaranya mengungkap dampak negatif pola asuh helikopter terhadap tumbuh kembang anak. Misalnya, LeMoyne

dan Buchanan (2011) menemukan bahwa siswa dengan pola asuh orang tua helikopter memiliki sebuah tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dan lebih cenderung menggunakan narkoba, antidepresan, atau obat-obatan untuk mengurangi kecemasan.

Kecemasan adalah kondisi sebuah perasaan yang khawatir dan merasa akan terjadi sesuatu yang buruk, selain itu kecemasan adalah campuran emosi yang terjadi ketika seseorang merasa tertekan secara emosional atau mengalami konflik internal, kecemasan yang timbul pada diri seseorang timbul karena beberapa akibat, adapula rasa takut karena adanya sebuah bahaya yang mengancam seseorang, merasa cemas karena melihat benda tertentu, merasa cemas karena merasa bersalah atau melakukan hal yang tidak sesuai dengan kata hatinya, kurangnya rasa kasih sayang orang tua semasa kecil, macam-macam tersebut yang membuat orang memiliki rasa cemas (Oktamarina dkk, 2022).

Menurut Nevid (dalam Oktamarina dkk, 2022), kecemasan merupakan keadaan ketakutan atau kekhawatiran yang mengeluhkan akan terjadi sesuatu yang buruk dan juga perasaan tidak nyaman yang disertai perasaan gelisah atau tegang serta perasaan tidak jelas atau tidak menentu sehingga menimbulkan perasaan tidak aman dan cemas sampai ketakutan. Oleh karena itu, kecemasan adalah sebuah respon yang tepat pada suatu ancaman. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan diantaranya yaitu lingkungan keluarga dan sosial. Lingkungan keluarga yang keadaan rumahnya penuh dengan pertengkaran akan menimbulkan kecemasan pada anak. Lingkungan sosial dapat berdampak bagi kecemasan (Musfir, 2005).

Salah satu jenis kecemasan menurut Suyantini dalam (Mukholil, 2018) yaitu kecemasan disebabkan oleh perasaan bersalah. Seperti halnya seseorang melakukan suatu hal yang tidak sesuai hati nurani atau keyakinannya. Seorang siswa menyontek saat pengawas lewat dengan keringat dingin karena takut ketahuan, cemas karena penglihatan dan kesadaran akan bahaya yang mengancam dirinya. Rasa takut sebenarnya merupakan suatu tindakan yang wajar atau alami jika ada sesuatu yang menakutkan dan seimbang.

Menurut bidang psikologi, banyak ahli yang menjelaskan kecemasan sebagai sebuah ketakutan yang tidak nyata, perasaan terancam ketika dihadapkan pada sesuatu hal yang sebetulnya tidak menakutkan. Berbeda dengan rasa takut yang bersifat realistis, sebenarnya karena ada yang perlu ditakutkan. Sigmund Freud menjelaskan bahwa kecemasan yang tidak realistis merupakan gejala ketakutan yang lebih dalam. Hal ini seringkali dikaitkan dengan alam bawah sadar mengenai dorongan seksual atau agresif. Perasaan atau tekanan yang tertekan ini kemudian mematahkan kendali ego, menuntut

kepuasan, dan akhirnya menimbulkan rasa takut yang ekstrim dalam diri individu. Jadi, kecemasan merupakan suatu gangguan jiwa yang menyebabkan seseorang merasakan sebuah kekhawatiran pada sesuatu hal yang belum tentu akan terjadi. Akibatnya penderita akan merasa takut, tidak aman, gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, panik, stres, kebingungan, dan sulit berkonsentrasi (Saufa, 2015).

Dari yang sudah dijelaskan diatas serta beberapa penelitian yang mengatakan bahwa adanya sebuah hubungan antara helicopter parenting dengan kecemasan. Seperti pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Luebbe et al (2016) mengatakan bahwa terdapat hubungan antara helicopter parenting dengan kecemasan. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Hong & Ming (2019) yang mengatakan bahwa helicopter parenting kedua orang tua berhubungan dengan kecemasan. Berbeda dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Schiffrin et al (2014), tidak ditemukannya hubungan antara perilaku helikopter dan peningkatan kecemasan. Peneliti tertarik untuk meneliti hubungan helikopter parenting dengan anxiety pada remaja akhir.

METODE PENELITIAN

Desain

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian bersifat kuantitatif, desain penelitian ini adalah korelasi.

Partisipan

Partisipan Pada penelitian ini, memiliki subjek yang merupakan remaja akhir yang berusia dari 18-21 tahun. Sampel yang digunakan sebanyak 236 responden, dimana responden ini merupakan remaja akhir, dan terdiri dari 236 mahasiswa. Dimana subjek laki-laki sebanyak 78 orang, sedangkan subjek perempuan sebanyak 158 orang. Lalu pendapatan orang tua dalam partisipan penelitian ini berkisar sekitar 100 juta sampai 2 Miliar.

Instrumen

Digunakannya 2 alat ukur, yaitu Helicopter Parenting Instrument atau disebut dengan (HPI). Alat ukur selanjutnya guna meneliti anxiety peneliti menggunakan alat ukur Depression Anxiety Stress Scales atau disebut dengan (DASS). Helicopter Parenting dikembangkan oleh Odenweller et all (2014) untuk mengukur sebuah pola asuh orang tua helikopter. Helicopter Parenting Intrument atau disebut dengan (HPI) memiliki realibilitas sebesar 0.858 dan memiliki 15 item yang dapet dikatakan valid.

Lalu Depression Anxiety Stress Scales atau disebut dengan (DASS) yang dikembangkan oleh P. F. Lovibond and S. H. Lovibond (1995) digunakan untuk mengukur kecemasan dan depresi yang akan mencakup seluruh gejala inti kecemasan dan depresi, memenuhi standar psikometri yang tinggi, dan memberikan diskriminasi yang maksimal antara kedua skala tersebut. Dimensi anxiety dalam alat ukur Depression Anxiety Stress Scales memiliki sebuah reliabilitas sebesar 0,848 serta memiliki dari 7 item pernyataan yang dapat dikatakan valid.

Teknik Analisa Data

Manganalisis data dengan pendekatan kuantitatif, dalam penelitian ini teknik Analisa data dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Analisis Data Helicopter Parenting

Jumlah Sampel	Mean	Skor		Standar Deviasi
		Minimum	Maksimum	
236	56.28	27	75	8.52

Pada tabel diatas merupakan hasil analisis data dari variabel *helicopter parenting*, nilai mean sebesar 56.28. Lalu skor minimum pada variabel ini sebesar 27 dan nilai maksimum sebesar 75 dengan sebuah standar deviasi sebesar 8.52. Dari hasil tersebut peneliti menggunakannya menjadi standar yang menentukan kategorisasi skor, hal tersebut terbagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, serta tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Helicopter Parenting

Kategorisasi Helicopter Parenting	
Rendah	$X < 49.76$
Sedang	$49.76 \leq X < 66.8$
Tinggi	$X > 66.8$

Tabel diatas merupakan kategorisasi dari *helicopter parenting*, Variabel *helicopter parenting* ini terdapat sebanyak 44 orang yang masuk didalam kategori rendah, lalu 165 orang masuk dalam kategori sedang, dan 27 orang masuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan dari data kategori tersebut bisa dapat disimpulkan bahwa subjek pada

penelitian ini memiliki sebuah rata-rata tingkat *helicopter parenting* yang masuk ke dalam kategori sedang.

Tabel 3. Hasil Analisis Data Anxiety Pada Depression Anxiety Stress Scale (DASS)

Jumlah Sampel	Mean	Skor		Standar Deviasi
		Minimum	Maksimum	
236	8.30	0	21	4.58

Pada tabel diatas merupakan hasil analisis dari variable *depression anxiety stress* memiliki sebuah nilai mean sebanyak 8.30. Skor minimum sebesar 0 dan nilai maksimum sebesar 21 dengan sebuah standar deviasi sebesar 4.58. Pada data tersebut peneliti menggunakannya untuk standar menentukan kategori yaitu rendah, sedang, serta tinggi

Tabel 4. Kategorisasi Anxiety Pada Depression Anxiety Stress Scale (DASS)

Kategorisasi Anxiety	
Rendah	$X < 3.72$
Sedang	$3.72 \leq X < 12.88$
Tinggi	$X > 12.88$

Tabel diatas merupakan kategorisasi dimensi *anxiety* pada variabel *depression anxiety stress* ini terdapat sebanyak 35 orang yang masuk didalam kategori rendah, lalu 159 orang masuk ke dalam kategori yang sedang, dan 42 orang masuk ke dalam kategori yang tinggi. Berdasarkan dari data kategori tersebut bisa disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki sebuah rata-rata tingkat *anxiety* yang masuk dalam kategori sedang.

Tabel 5. Uji Korelasi antara Helicopter Parenting dengan Depression Anxiety Stress

Pearson Coreelation	.256
Sig. (2-tailed)	.000
N	236

Peneliti mendapatkan hasil uji korelasi yang sudah dilakukan sebesar 0.256 serta sebuah nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ yang berarti bisa dikatakan bahwa helikopter parenting ada hubungannya dengan anxiety, sebesar 0.256 artinya memiliki hubungan yang positif yaitu semakin tinggi helicopter parenting maka semakin tinggi tingkat anxiety pada remaja akhir. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Luebbe et al (2016) mengatakan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara helicopter parenting

dengan kecemasan. Sejalan juga dengan penelitian Hong & Ming (2019) yang mengatakan bahwa helicopter parenting kedua orang tua berhubungan dengan kecemasan.

SIMPULAN

Bisa disimpulkan bahwa tingkat rata-rata *helicopter parenting* pada remaja akhir dalam penelitian ini ada pada tingkat kategori yang sedang, hal tersebut serupa dengan *anxiety* yang juga termasuk tingkat kategori yang sedang. Dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *helicopter parenting* dengan *anxiety*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Luebbe et al, 2016) yang mengatakan terdapat hubungan antara helicopter parenting dengan kecemasan. Sejalan juga dengan penelitian (Hong & Ming, 2019) yang mengatakan helicopter parenting kedua orang tua berhubungan dengan kecemasan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0.256 artinya memiliki hubungan yang positif yaitu semakin tinggi *helicopter parenting* maka semakin tinggi juga tingkat *anxiety*, begitupun sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aizid, Rizem. (2015). Melawan Stres & Depresi. Saufa
- Az-Zahrani, M. (2005). Konseling Terapi. Depok: Gema Insani
- Hong, P., And Cui, M. (2019). Helicopter Parenting And College Students'psychological Maladjustment: The Role Of Self-Control And Living Arrangement. J. Child Fam. Stud. 29, 338–347. Doi: 10.1007/S10826-019-01541-2.
- Lemoyne, Terri & Tom Buchanan. (2011). Does "Hovering" Matter? Helicopter Parenting And Its Effect On Well-Being, Sociological Spectrum, 31:4, 399-418, Doi: 10.1080/02732173.2011.574038
- Lovibond, P. F & S. H. Lovibond. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (Dass) With The Beck Depression And Anxiety Inventories, Behaviour Research And Therapy, 33 (3), 335-345.
- Luebbe, A. M., Mancini, K. J., Kiel, E. J., Spangler, B. R., Semlak, J. L., And Fussner, L. M. (2018). Dimensionality Of Helicopter Parenting And Relations To Emotional, Decision-Making, And Academic Functioning In Emerging Adults. Assessment 25, 841–857. Doi: 10.1177/1073191116665907
- Mukholil. (2018). Kecemasan Dalam Proses Belajar. Jurnal Eksponen, 8 (1), 1-8.

- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating Helicopter Parenting, Family Environments, And Relational Outcomes For Millennials. *Communication Studies*, 65(4), 407-425.
- Oktamarina, L., Fika, K., Maratus, S., Silpa, N., Sri, W.O., Sukmawati & Tantri, A. (2022). Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumb.* 2 (1). 119-134.
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-Mclean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., And Tashner, T. (2014). Helping Or Hovering? The Effects Of Helicopter Parenting On College Students' Well-Being. *J. Child Fam. Stud.* 23, 548–557. Doi: 10.1007/S10826-013-9716-3
- Sriwongo, Leonardo., Raja Oloan Tumanggor & Willy Tasdin. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kemandirian Pada Anak Remaja. *Jurnal Pemberdayaan dan Perlindungan Konsumen di Era Ekonomi Digital*, 423-426.