

PERAN PARENTAL BONDING DALAM MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA ANAK USIA REMAJA

Elmanora^{1*)}, Alya Yunika Handriani¹, Ruthy Bernike Naomi¹, Puspa Aurelia¹,
Kezia Rosalinda Ganda¹, Hartian Pasla¹

¹Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta Timur 13220, Indonesia

^{*)} E-mail: elmanora@unj.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh parental bonding terhadap self-esteem pada anak usia remaja. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dan pendekatan kuantitatif asosiatif. Pengambilan data dilakukan pada tahun 2022 di wilayah Jakarta. Responden dalam penelitian ini adalah 81 orang anak usia remaja yang dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini mengumpulkan data karakteristik responden, parental bonding, dan self-esteem. Instrumen pengukuran variabel penelitian terdiri atas 25 butir untuk variabel parental bonding dan 10 butir untuk variabel self-esteem. Setiap pernyataan terdiri atas empat pilihan tanggapan, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan statistika deskriptif dan uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-esteem remaja termasuk dalam kategori sedang. Remaja juga memiliki tingkat kedekatan dengan orang tuanya dalam kategori sedang. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa parental bonding berpengaruh signifikan terhadap self-esteem remaja ($\beta=0,763$, $p<0,01$). Berdasarkan hasil tersebut, parental bonding dapat meningkatkan self-esteem pada anak usia remaja. Semakin dekat hubungan antara orang tua dengan anak usia remaja maka semakin baik self-esteem yang dimiliki oleh anak. Dengan demikian, peningkatan kedekatan antara orang tua dan anak dapat menjadi solusi untuk meningkatkan self-esteem pada anak, terutama anak usia remaja.

Kata kunci: *parental bonding*, remaja, *self-esteem*

Role of Parental Bonding in Improving Adolescent's Self Esteem

Abstract

This study aims to analyze the effect of parental bonding on self-esteem in adolescent children. This study used a cross-sectional design and an associative quantitative approach. Data collection be done in 2022 in the Jakarta area. Respondents in this study were 81 adolescents who were selected using a purposive sampling technique. This study collected data on respondent characteristics, parental bonding, and self-esteem. The research variable measurement instrument comprised 25 parental bonding items and ten self-esteem items variables. Each statement has four response options: strongly agree, agree, disagree, and strongly disagree. Data processing uses descriptive statistics and simple linear regression tests. The study results show that adolescent self-esteem is in the medium category. Teenagers also have a level of closeness with their parents in the medium category. The simple linear regression test results show that parental bonding significantly affects adolescent self-esteem ($\beta=0.763$, $p<0.01$). Based on these results, parental bonding can increase self-esteem in adolescent children. The closer the relationship between parents and adolescents, the better the child's self-esteem. Thus, increasing the closeness between parents and children can be a solution to increase self-esteem in children, especially teenagers.

Keywords: adolescent, parental bonding, self-esteem

PENDAHULUAN

Periode remaja merupakan salah satu periode kritis yang perlu diperhatikan di sepanjang rentang kehidupan. Graf et al. (2021) mengemukakan bahwa periode remaja merupakan salah satu periode kritis dalam perkembangan manusia. Usia remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju ke tahapan dewasa. Transisi dari masa remaja ke dewasa ditandai dengan peningkatan kemampuan kognitif tingkat tinggi dan penyempurnaan yang sesuai dari struktur dan fungsi daerah otak yang mendukungnya (Larsen & Luna, 2018). Perubahan yang terjadi ini berdampak pada munculnya berbagai tantangan yang harus dihadapi oleh anak yang masuk dalam usia remaja. Kwon et al. (2023) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan masa yang rentan dengan timbulnya perilaku beresiko. Febristi (2021) juga mengemukakan bahwa remaja merupakan masa kritis terjadinya perubahan pada periode fisik, permasalahan sosial, dan permasalahan psikologi.

Ada banyak permasalahan yang sering dialami atau dihadapi oleh anak yang berusia remaja. Diananda (2019) menyebutkan bahwa pertentangan dan pemberontakan sering dijumpai pada anak yang berusia remaja. De Luca et al. (2022) juga menyebutkan bahwa usia remaja rawan terhadap munculnya berbagai permasalahan, baik itu dengan diri sendiri, keluarga, teman sebaya, dan/atau masyarakat. Contoh dari perilaku bermasalah yang dilakukan oleh remaja adalah merasa kurang puas dengan diri sendiri, selisih pendapat dengan teman sebaya, memberontak terhadap orang tua, melanggar tata tertib sekolah, serta tindakan kriminal lainnya.

Beberapa hasil penelitian mengemukakan bahwa salah satu masalah yang terjadi pada anak usia remaja adalah *self-esteem* yang rendah (Febrina et al., 2018; Febristi, 2021). *Self-esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu untuk mempertahankan segala sesuatu yang berkenaan dengan dirinya yang diekspresikan dalam sikap setuju atau tidak setuju serta keyakinan dirinya untuk menjadi mampu, penting, berhasil dan berharga (Güler et al., 2022). Ada banyak faktor yang menyebabkan rendahnya *self-esteem* pada remaja. Menurut Febrina, Suharso dan Saleh (2018), rendahnya *self-esteem* remaja disebabkan oleh adanya pemikiran distorsi dalam diri remaja dan kurangnya dukungan, kehangatan, harapan/ekspektasi, dan pola asuh yang berbeda dari keluarga, serta label negatif dari guru dan teman di sekolah inilah yang menguatkan remaja menilai negatif dirinya sehingga mengakibatkan remaja memiliki *self-esteem* yang rendah

Self-esteem merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh remaja. *Self-esteem* yang tinggi mampu memprediksi kesuksesan dan kesejahteraan kehidupan remaja di masa dewasanya kelak (Hadori et al., 2020). *Self-esteem* yang tinggi akan mendorong remaja dalam mencapai kesuksesan dan kesejahtraannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* berpengaruh positif terhadap *academic engagement* (Zhao et al., 2021), *psychological well-being* (Rippon et al., 2022). Artinya, *self-esteem* mampu membuat remaja memiliki keterlibatan yang tinggi di bidang akademik dan juga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja. Hasil penelitian Minev et al. (2018) juga mengemukakan bahwa *self-esteem* berhubungan signifikan dengan *academic achievement* dan *mental health*. Semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki remaja maka akan semakin tinggi pula prestasi akademik dan kesehatan mental dari remaja tersebut.

Rendahnya *self-esteem* pada remaja menjadi salah satu tantangan yang harus dihadapi oleh keluarga yang memiliki anak usia remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada banyak faktor yang dapat mendorong rendahnya *self-esteem* pada remaja, diantaranya berasal dari faktor keluarga. Kualitas lingkungan keluarga berperan penting dalam membangun kualitas anak, termasuk juga anak usia remaja. Krauss et al (2019) mengatakan bahwa lingkungan keluarga membentuk perkembangan *self-esteem* selama akhir masa kanak-kanak dan remaja.

Beberapa hasil kajian menyebutkan pentingnya peran orang tua dalam meningkatkan *self-esteem* anak usia remaja. Orang tua berperan penting dalam membangun *self-esteem* anak (Baharuddin, 2022). Orang tua harus mampu membangun komunikasi, kelekatan, serta pola asuh yang baik untuk anak. Komunikasi dan kelekatan antara orang tua dan anak remaja berpengaruh signifikan positif terhadap *self-esteem* remaja (Hadori et al., 2020). Amri et al (2021) juga mengemukakan hasil penelitian bahwa pola asuh orang tua berhubungan signifikan dengan *self-esteem* remaja.

Self-esteem remaja juga berkaitan dengan kedekatan dari remaja dengan orang tuanya atau dikenal dengan istilah *parental bonding*. *Parental bonding* adalah cara terbaik untuk mencegah masalah yang berkaitan dengan perkembangan perilaku remaja dan dinilai sangat efektif dalam membentuk remaja yang positif (Dolati et al., 2021). Kelekatan hubungan yang baik antara remaja dengan orang tua dan teman sebayanya akan membantu remaja membangun *self-esteem*nya dan membantu remaja untuk tumbuh menjadi remaja yang sehat. Hasil penelitian Kecaj et al (2021) menemukan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara *parental/peers attachment* dengan *self-esteem*.

Self-esteem pada anak usia remaja merupakan topik yang menarik untuk dikaji. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, ada banyak faktor yang berkaitan dengan *self-esteem* remaja, Salah satunya adalah *parental bonding*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *parental bonding* terhadap *self-esteem* pada anak usia remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* yaitu penelitian yang dilakukan dalam satu waktu. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif asosiatif yaitu penelitian yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh *parental bonding* terhadap *self-esteem* pada anak usia remaja. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2022 di Jakarta Timur. Penelitian ini melibatkan 81 orang anak yang berusia remaja.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri atas data karakteristik remaja, *parental bonding*, dan *self-esteem* pada remaja. Karakteristik remaja yang dikumpulkan adalah data mengenai usia, jenis kelamin, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dan pendapatan keluarga.

Instrumen yang digunakan dalam mengukur *parental bonding* dan *self-esteem* mengacu pada instrumen yang dikembangkan oleh Bahr dan Fanning (2018). Pengukuran *parental bonding* dilakukan untuk menilai kedekatan hubungan antara remaja dengan orangtuanya. Instrumen ini terdiri atas 25 butir pernyataan dengan empat pilihan tanggapan, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pengukuran *self-esteem* dilakukan untuk menilai perasaan yang dirasakan oleh remaja. Instrumen ini terdiri atas 10 butir pernyataan dengan empat pilihan tanggapan, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Instrumen penelitian telah valid dan reliabel dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,835 (*parental bonding*) dan 0,872 (*self-esteem*).

Data *parental bonding* dan *self-esteem* yang telah dikumpulkan dijumlahkan dan dikonversikan dalam bentuk indeks. Berdasarkan indeks, *parental bonding* dan *self-esteem* pada anak usia remaja dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu: rendah (indeks<60), sedang (indeks 60-80), dan tinggi (indeks>80). Analisis data yang digunakan adalah statistika deskriptif dan statistika inferensia. Statistika deskriptif digunakan untuk menghitung kategori, nilai maksimum, nilai minimum, nilai rata-rata, dan standar deviasi. Statistika inferensia yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana. Uji regresi ini dilakukan untuk menjawab tujuan penelitian yang mana *parental bonding* sebagai *independent variable* dan *self-esteem* sebagai *dependent variable*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Remaja

Remaja yang terlibat dalam penelitian ini termasuk dalam kategori remaja akhir. Berdasarkan jenis kelamin, remaja yang terlibat dalam penelitian ini terdiri atas remaja perempuan (72,8%) dan remaja laki-laki (27,2%). Selain karakteristik remaja, data yang juga dikumpulkan adalah karakteristik orang tua, yaitu jumlah anggota keluarga, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dan juga pendapatan keluarga. Jumlah anggota keluarga berada pada rentang 3-9 orang dengan rata-rata sebesar 4 orang. Artinya, sebagian besar Keluarga termasuk Keluarga kecil dengan jumlah anggota Keluarga rata-rata sebesar 4 orang. Sebagian besar orang tua telah menamatkan pendidikan pada jenjang sekolah menengah atas (ayah: 59,3%, ibu: 60,5%). Orang tua dari remaja juga bekerja. Sebagian besar ayah bekerja sebagai karyawan swasta, sedangkan ibu bekerja sebagai ibu rumah tangga. Untuk pendapatan keluarga, sebagian besar keluarga memiliki pendapatan yang lebih kecil dari garis kemiskinan.

Parental Bonding

Setiap keluarga menginginkan anak untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. Untuk mencapai perkembangan yang optimal, orang tua harus mampu membangun *bonding* dengan anaknya terutama pada usia remaja. *Parental bonding* menggambarkan kedekatan hubungan antara remaja dengan orang tuanya. Parental bonding adalah prediktor yang relevan yang membantu dalam memahami hubungan antara orang tua dan anak (Trautmann-Villalba et al., 2023). Gambaran *parental bonding* berdasarkan butir disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran *parental bonding* antara remaja dengan orang tuanya

No	Pernyataan	Tanggapan Responden (%)				Total
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju	
1	Berbicara dengan suara yang hangat dan bersahabat.	2,5	14,8	48,1	34,6	100
2	Membantu saya ketika saya sangat membutuhkannya.	8,6	12,3	22,2	56,8	100
3	Membiarkan saya untuk melakukan hal yang saya sukai.	3,7	9,9	54,3	32,1	100
4	Tampak hangat secara emosional kepada saya.	3,7	13,6	38,3	44,4	100
5	Mengerti dengan masalah dan kekhawatiran saya	6,2	32,1	40,7	21,0	100
6	Menyayangi saya	1,2	0,0	22,2	76,5	100
7	Mendukung saya untuk membuat keputusan sendiri.	1,2	7,4	44,4	46,9	100
8	Ingin saya tumbuh dewasa.	1,2	2,5	17,3	79,0	100
9	Mencoba untuk tidak mengontrol segala hal yang saya lakukan.	11,1	30,9	33,3	24,7	100
10	Memberikan ruang privasi bagi saya.	3,7	9,9	33,3	53,1	100
11	Menikmati berbicara banyak hal dengan saya.	3,7	16,0	43,2	37,0	100
12	Sering tersenyum kepada saya.	3,7	13,6	43,2	39,5	100
13	Cenderung tidak memanjakan saya.	7,4	23,5	40,7	28,4	100
14	Terlihat mengerti apa yang saya butuhkan atau inginkan.	6,2	21,0	37,0	35,8	100

No	Pernyataan	Tanggapan Responden (%)				Total
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju	
15	Membiarkan saya mengambil keputusan sendiri.	4,9	16,0	44,4	34,6	100
16	Membuat saya merasa diinginkan.	1,2	6,2	17,3	75,3	100
17	Membuat saya merasa lebih baik ketika saya gelisah.	17,3	18,5	40,7	23,5	100
18	Banyak berbicara dengan saya.	9,9	12,3	28,4	49,4	100
19	Mencoba untuk membuat saya mandiri (tidak bergantung dengan mereka)	3,7	13,6	39,5	43,2	100
20	Merasa saya bisa menjaga diri sendiri ketika saya tidak berada di sekitar mereka	9,9	21,0	28,4	40,7	100
21	Memberikan batasan pada saya	14,8	33,3	32,1	19,8	100
22	Tidak membiarkan saya pergi sesering yang saya inginkan.	8,6	29,6	38,3	23,5	100
23	Melindungi saya.	7,4	28,4	33,3	30,9	100
24	Memuji saya.	4,9	8,6	28,4	58,0	100
25	Memperhatikan cara saya berpakaian	21,0	50,6	16,0	12,3	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua banyak berbicara dengan anak, berbicara dengan suara yang hangat dan bersahabat dengan anak, dan juga orang tua menikmati berbicara banyak hal dengan anak. Berbicara dengan anak merupakan hal yang baik untuk dilakukan. Berbicara dengan anak dapat meningkatkan kedekatan antara orang tua dan anak. Zapf et al (2022) mengemukakan bahwa komunikasi mampu mendekatkan hubungan antara orang tua dan anak. Selain itu, Hoegler et al (2022) juga menyatakan bahwa komunikasi keluarga dibutuhkan untuk membangun ikatan yang kuat antara remaja dengan orang tuanya.

Orang tua juga tampak hangat secara emosional, sering tersenyum kepada anak, menyayangi anak, melindungi anak, memuji anak, dan membuat anak merasa diinginkan. Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa orang tua membantu ketika anak sangat membutuhkannya, orang tua terlihat mengerti apa yang dibutuhkan atau diinginkan oleh anak, orang tua mengerti dengan masalah dan kekhawatiran anak, serta orang tua buat saya merasa lebih baik ketika saya gelisah. Sikap yang ditunjukkan tersebut merupakan bagian dari kehangatan. Kehangatan yang diberikan oleh orang tua sangat bermanfaat bagi kesejahteraan anak remaja. Menurut Bülow et al (2022), *parental warmth* dapat mendukung kesejahteraan remaja. *Parental warmth* juga dapat menurunkan resiko terjadinya stress dan depresi pada remaja (Butterfield et al., 2021). *Parental warmth* juga dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental pada remaja (Luo et al., 2021).

Orang tua ingin anak tumbuh menjadi individu dewasa dengan sikap yang baik. Sebagian orang tua juga memberikan ruang privasi bagi anak, cenderung tidak memanjakan anak, mendukung anak untuk membuat keputusan sendiri. Orang tua mencoba untuk tidak mengontrol segala hal yang dilakukan anak dan membiarkan anak untuk melakukan hal yang disukai, namun masih dengan pengawasan orang tua. Menurut Bi et al (2018), kontrol orang tua yang terlalu tinggi pada anak dapat meningkatkan frekuensi terjadinya konflik antara orang tua dan anak. Kontrol orang tua yang terlalu tinggi tanpa diiringi dengan pemberian kasih sayang juga dapat meningkatkan stres remaja. Oleh karenanya, orang tua perlu mencoba untuk tidak mengontrol segala hal yang dilakukan anak. Orang tua juga mencoba untuk membuat anak mulai untuk mandiri (tidak bergantung dengan mereka) dan merasa yakin

bahwa anak bisa menjaga diri sendiri ketika orang tua tidak berada di sekitar mereka. Pemberian kepercayaan pada anak itu perlu dilakukan oleh orang tua. Kepercayaan ini menjadi modal penting dalam komunikasi antara orang tua dan remaja (Clarke et al., 2020). Kepercayaan juga menjadi bagian penting dalam membangun hubungan yang baik antara orang tua dan remaja. Menurut Marbell-Pierre et al (2019), memberikan kebebasan kepada anak untuk menentukan tujuan hidupnya serta bertanggungjawab atas pilihannya merupakan bentuk pembinaan dari orang tua untuk anak remaja. Orang tua juga dapat menyadarkan anak bahwa keluarga tidak selamanya mendampingi anak.

Orang tua memberikan batasan pada anak. Batasan yang diberikan juga sudah disepakati antara orang tua dan anak tentang hal-hal yang boleh dan tidak boleh untuk dilakukan. Pembuatan kesepakatan antara orang tua dan remaja dapat mengurangi peluang terjadinya konflik. Konflik akan meningkat jika kontrol orang tua terlalu tinggi tanpa diiringi dengan pemberian kasih sayang (Bi et al., 2018). Orang tua memberikan izin untuk bepergian dengan teman, namun frekuensinya juga tidak terlalu sering. Selain itu, orang tua juga memperhatikan cara anak berpakaian. Biasanya, orang tua akan menegur anak yang menggunakan pakaian yang tidak sopan. Seorang remaja dalam berpakaian tentunya sangat membutuhkan pembinaan dari orang tua (Ceballos & Bejarano, 2018).

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki *parental bonding* termasuk dalam kategori sedang (66,7%). Artinya, sebagian besar remaja merasa memiliki hubungan yang cukup dekat dengan orang tuanya. Sebaran remaja berdasarkan kategori *parental bonding* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Sebaran responden berdasarkan kategori *parental bonding*

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	1	1,2
Sedang	54	66,7
Tinggi	26	32,1
Total	81	100,0
Nilai Minimum-Nilai Maksimum	51-97	
Nilai rata-Rata \pm Standar Deviasi	77,4 \pm 8,04	

Remaja merupakan periode transisi dan salah satu periode kritis yang memerlukan perhatian khusus. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja menilai jika mereka memiliki hubungan yang cukup dekat dengan orang tuanya. Hasil ini mengindikasikan bahwa *parental bonding* masih perlu ditingkatkan. Hal ini menjadi penting untuk dilakukan karena hasil penelitian menunjukkan bahwa *parental bonding* berpengaruh positif dalam berbagai aspek perkembangan remaja. Menurut Roo et al (2022), kurangnya perhatian orang tua dan pemberian perlindungan berlebihan terhadap anak berkaitan dengan munculnya gejala depresi dan masalah kepribadian, seperti self-esteem yang rendah, introversi, tekanan, dan ketidakstabilan emosi. Sebaliknya, perhatian orang tua yang tinggi berkaitan dengan meningkatnya kepercayaan diri, lebih sedikit tekanan dan gejala depresi yang lebih sedikit pada anak. Piquart dan Gerke (2019) juga mengemukakan hasil yang sama bahwa kehangatan orang tua dapat meningkatkan *self-esteem* anak.

Self-Esteem

Self-esteem merupakan hal yang penting yang harus dimiliki oleh seorang anak, terutama anak usia remaja. *Self-esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu untuk mempertahankan segala sesuatu yang berkenaan dengan dirinya yang diekspresikan dalam sikap setuju atau tidak setuju serta keyakinan dirinya untuk menjadi mampu, penting, berhasil dan berharga (Güler et al., 2022). Gambaran *self-esteem* berdasarkan butir remaja disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Gambaran *self-esteem* remaja

No	Pernyataan	Tanggapan Responden (%)				Total
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju	
1	Secara keseluruhan, saya merasa puas dengan diri sendiri	7,4	19,8	53,1	19,8	100
2	Saya berpikir bahwa saya baik dalam banyak hal	18,5	43,2	28,4	9,9	100
3	Saya merasa memiliki beberapa kemampuan yang baik	1,2	11,1	55,6	32,1	100
4	Saya bisa melakukan banyak hal sebaik yang orang lain lakukan	2,5	14,8	51,9	30,9	100
5	Saya merasa punya banyak hal yang bisa dibanggakan	12,3	27,2	35,8	24,7	100
6	Saya selalu merasa berguna	8,6	16,0	29,6	45,7	100
7	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga, setidaknya sederajat dengan yang lain	4,9	9,9	51,9	33,3	100
8	Saya mampu menghargai diri saya sendiri	66,7	29,6	2,5	1,2	100
9	Secara keseluruhan, saya cenderung merasa bahwa saya berhasil	8,6	21,0	38,3	32,1	100
10	Saya bersikap baik atau positif terhadap diri saya sendiri	1,2	8,6	53,1	37,0	100

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan pada Tabel 3, diketahui bahwa sebagian remaja merasa puas dengan diri sendiri, merasa memiliki beberapa kemampuan yang baik, mampu melakukan banyak hal sebaik yang dilakukan oleh orang lain, serta memiliki banyak hal yang dibanggakan. Sebagian remaja juga merasa berguna, merasa berharga, merasa sudah berhasil, serta telah bersikap baik atau positif terhadap dirinya sendiri. Akan tetapi, sebagian remaja belum merasa baik dalam banyak hal dan juga masih belum mampu menghargai diri sendiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa penerimaan diri pada remaja masih rendah dan belum optimal. Oktaviani (2019) menyebutkan bahwa penerimaan diri itu berhubungan signifikan positif dengan harga diri (*self-esteem*) pada remaja. Semakin tinggi penerimaan diri pada remaja maka semakin baik *self-esteem* remaja tersebut. Orang tua perlu untuk memahami, menyayangi, mengapresiasi karya anak, menerima atau mendengar anak. Sikap orang tua yang baik pada anak dapat meningkatkan rasa berharga anak dalam dirinya. Sebaliknya, apabila orang tua yang tidak peduli sama anak, suka marah pada anak, tidak bisa memahami perasaan anak maka anak mengalami harga diri yang rendah (Ayhan & Beyazit, 2021).

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki *self-esteem* termasuk dalam kategori sedang (51,9%). Artinya, sebagian besar remaja merasa puas dengan dirinya. Sebaran remaja berdasarkan kategori *self-esteem* disajikan pada Tabel 4. Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 4, sebagian besar remaja memiliki *self-esteem* pada kategori sedang, bahkan satu dari empat remaja memiliki *self-esteem* yang rendah. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa masalah yang dihadapi oleh remaja adalah rendahnya *self-esteem* (Febrina et al., 2018; Febristi, 2021). Hasil ini mengindikasikan bahwa perlu adanya upaya yang dilakukan untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja.

Tabel 4. Sebaran responden berdasarkan kategori *self-esteem*

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	21	25,9
Sedang	42	51,9
Tinggi	18	22,2
Total	81	100,0
Nilai Minimum-Nilai Maksimum	28-100	
Nilai rata-Rata ± Standar Deviasi	70,03 ± 13,94	

Pengaruh *Parental Bonding* terhadap *Self-Esteem* Anak Usia Remaja

Pengaruh *parental bonding* terhadap *self-esteem* anak usia remaja dianalisis dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Model persamaan regresi yang disusun memiliki koefisien determinasi sebesar 0,183. Artinya, 18,3 persen varian *self-esteem* dapat dijelaskan oleh perubahan variabel yang terdapat dalam model. Hasil uji regresi disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil uji regresi

Variabel Bebas	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
(Constant)	11,011	13,646	0,807	0,422
<i>Parental Bonding</i>	0,763	0,175	4,348	0,000
F				18,905
Sig.				0,000
R				0,439
R Square				0,193
Adjusted R Square				0,183

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 5, diketahui bahwa *parental bonding* berpengaruh signifikan dan positif terhadap *self-esteem* pada anak usia remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *parental bonding* dapat meningkatkan *self-esteem* pada anak usia remaja. Semakin dekat hubungan antara orang tua dengan anak usia remaja maka semakin baik *self-esteem* yang dimiliki oleh anak. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya, seperti Rezaei-Dehaghani et al (2015), Miconi et al. (2017), Shi et al. (2017), dan Curcio et al (2018). Hasil penelitian Rezaei-Dehaghani et al (2015) mengemukakan bahwa kondisi keluarga itu berhubungan signifikan positif dengan *self-esteem* anak. Alasannya, keluarga memiliki peran yang krusial dalam membangun *self-esteem* anak. Semakin baik keluarga menjalankan fungsinya maka semakin baik pula *self-esteem* remaja yang terbentuk. Shi, et al. (2017) juga mengemukakan hal yang sama. Kondisi keluarga akan menentukan *self-esteem* anak. Keharmonisan dalam keluarga memberikan pengaruh yang positif juga bagi *self-esteem* anak. Menurut Dolati et al (2021), penguatan *parental bonding* menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah perilaku negatif pada remaja.

Hasil penelitian lainnya juga telah membuktikan peran kelekatan antara orang tua dan anak. Menurut Miconi et al. (2017), kualitas kelekatan antara orang tua dan anak menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *self-esteem* pada remaja. Anak yang memiliki kelekatan yang baik dengan orang tuanya juga akan membantu mereka membangun *self-esteem* yang positif. Tidak hanya *self-esteem* saja, kelekatan antara orang tua dan anak juga akan membantu membangun aspek perkembangan lain pada remaja. Kelekatan antara orang tua dan anak juga dapat membantu remaja dalam menurunkan gejala depresi. Kecaj et al (2021) juga menguatkan pentingnya kelekatan dengan orang tua dan juga teman sebaya dalam membangun *self-esteem* remaja yang positif. Temuan lain juga mendukung bahwa hubungan antara orang tua dan anak itu memiliki peran yang positif bagi kehidupan remaja. Pengasuhan yang hangat dan penuh kasih sayang serta pemberian otonomi dari orang tua dapat membantu

anak dalam mengatasi berbagai masalah dalam kehidupannya dengan cara dan hasil yang positif (Izzaty & Ayriza, 2021). Sebaliknya, *parental bonding* yang buruk justru berdampak negatif bagi remaja. Parental bonding yang buruk berdampak pada rendahnya *self-esteem* dan menyebabkan tekanan psikologis pada anak (Curcio et al., 2018). Zanta et al (2023) juga menyebutkan bahwa kurangnya perhatian orang tua dapat mendorong munculnya masalah kepribadian, seperti *self-esteem* yang rendah, stres, dan juga ketidakstabilan emosi.

Rezaei-Dehaghani et al (2015) dan Shi et al. (2017) menyebutkan bahwa untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja, hal yang dapat dilakukan adalah memperbaiki dan meningkatkan keberfungsian keluarga. Keluarga yang mampu menjalankan fungsinya dengan baik akan mampu membangun anak dengan *self-esteem* yang baik pula. Orang tua harus mampu membuat anak merasa bebas, dicintai, dan juga dilindungi (Kullberg et al., 2020). Persepsi remaja mengenai kedekatan atau ikatan dengan orang tua menentukan perasaan remaja atas kesejahteraannya (Sasikala & Relton, 2017). Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memperhatikan strategi dan teknik pengasuhan yang tepat untuk anak usia remaja.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* remaja termasuk dalam kategori sedang. Remaja juga memiliki tingkat kedekatan dengan orang tuanya dalam kategori sedang. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *parental bonding* berpengaruh signifikan terhadap *self-esteem* remaja. Berdasarkan hasil tersebut, *parental bonding* dapat meningkatkan *self-esteem* pada anak usia remaja. Semakin dekat hubungan antara orang tua dengan anak usia remaja maka semakin baik *self-esteem* yang dimiliki oleh anak. Dengan demikian, peningkatan kedekatan antara orang tua dan anak dapat menjadi solusi untuk meningkatkan *self-esteem* pada anak, terutama anak usia remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada seluruh anak usia remaja yang terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih atas kesediaannya dalam memberikan informasi yang dibutuhkan seperti data karakteristik, data mengenai perasaan sendiri dan juga data mengenai kedekatan dengan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, K., Sukatno, S., & Haryanti, Z. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Self-esteem Remaja Kelas XI TKJ di SMK Darul Falah Sungai Tanang Nigari Kasik Putih Kecamatan Sungai Aur Kabupaten Pasaman Barat. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 6(1). <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2021.v6i1.120-124>
- Ayhan, A. B., & Beyazit, U. (2021). The Associations between Loneliness and Self-Esteem in Children and Neglectful Behaviors of their Parents. *Child Indicators Research*, 14(5). <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09818-z>
- Baharuddin, B. (2022). Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Self-Esteem Anak. *An Nisa' /an Nisa'*, 15(1), 18–28. <https://doi.org/10.30863/an.v15i1.3544>
- Bahr, K., & Fanning, A. (2018). *Stop Hovering Over Me! The Effects of Helicopter Parenting on the Millennial Generation*.
- Bi, X., Yang, Y., Li, H., Wang, M., Zhang, W., & Deater-Deckard, K. (2018). Parenting styles and parent–adolescent relationships: The mediating roles of behavioral autonomy and parental authority. *Frontiers in Psychology*, 9(9). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02187>

- Bülow, A., Neubauer, A. B., Soenens, B., Boele, S., Denissen, J. J. A., & Keijsers, L. (2022). Universal ingredients to parenting teens: parental warmth and autonomy support promote adolescent well-being in most families. *Scientific Reports*, 12(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-022-21071-0>
- Butterfield, R. D., Silk, J. S., Lee, K. H., Siegle, G. S., Dahl, R. E., Forbes, E. E., Ryan, N. D., Hooley, J. M., & Ladouceur, C. D. (2020). Parents still matter! Parental warmth predicts adolescent brain function and anxiety and depressive symptoms 2 years later. *Development and Psychopathology*, 33(1), 1–14. <https://doi.org/10.1017/s0954579419001718>
- Ceballos, L. M., & Bejarano, M. (2018). Value segmentation of adolescents: a performance of appearance. *International Journal of Fashion Design, Technology and Education*, 11(2), 148–159. <https://doi.org/10.1080/17543266.2017.1352039>
- Clarke, A., Meredith, P. J., & Rose, T. A. (2020). Exploring mentalization, trust, communication quality, and alienation in adolescents. *Plos One*, 15(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234662>
- Curcio, A. L., Mak, A. S., & George, A. M. (2018). Maternal and Paternal Bonding and Self-Esteem as Predictors of Psychological Distress Among Male and Female Adolescents. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 29(01), 54–68. <https://doi.org/10.1017/jgc.2018.14>
- De Luca, L., Giletta, M., Menesini, E., & Prinstein, M. J. (2022). Reciprocal associations between peer problems and non-suicidal self-injury throughout adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(12). <https://doi.org/10.1111/jcpp.13601>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Dolati, S., Sadeghi Afjeh, Z., & Kouchak Entezar, R. (2021). Predicting Adolescent Positive Development Based on Self-Regulation, Social Competence and Parental Bonding with Mediating Role of Perception of School Climate. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 4(1), 95–104. <https://doi.org/10.52547/ijes.4.1.95>
- Febrina, D. T., Suharso, P. L., & Saleh, A. Y. (2018). Self Esteem Remaja Awal: Temuan Baseline dari Rencana Program Self-Instructional Training Kompetensi Diri. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 43–56. <https://doi.org/10.17509/insight.v2i1.11922>
- Febristi, A. (2021). Faktor Pengasuh dengan Self Esteem (Harga Diri) pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(2), 64–72. <https://doi.org/10.36590/jika.v3i2.131>
- Graf, G. H.-J., Biroli, P., & Belsky, D. W. (2021). Critical Periods in Child Development and the Transition to Adulthood. *JAMA Network Open*, 4(1). <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.33359>
- Güler, A., Bankston, K., & Smith, C. R. (2022). Self-esteem in the context of intimate partner violence: A concept analysis. *Nursing Forum*, 57(6). <https://doi.org/10.1111/nuf.12798>
- Hadori, R., Hastuti, D., & Puspitawati, H. (2020). Self-Esteem Remaja pada Keluarga Utuh dan Tunggal: Kaitannya dengan Komunikasi dan Kelekatan Orang Tua-Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(1). <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.49>
- Hoegler, S., Mills, A. L., Feda, A., & Cummings, E. M. (2022). Randomized preventive intervention for families: Adolescents' emotional insecurity and attachment to fathers. *Journal of Family Psychology*, 37(1). <https://doi.org/10.1037/fam0001042>
- Izzaty, R. E., & Ayriza, Y. (2021). Parental bonding as a predictor of hope in adolescents. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 77–90. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.7981>

- Kecaj, M., Rapti, E., & Andersons, A. (2021). The Influence of Parental and Peer Attachment on Self-Esteem at Late Adolescence. In *Proceedings of CBU in Social Sciences* (pp. 195–199).
- Krauss, S., Orth, U., & Robins, R. W. (2019). Family environment and self-esteem development: A longitudinal study from age 10 to 16. *Journal of Personality and Social Psychology*, *119*(2). <https://doi.org/10.1037/pspp0000263>
- Kullberg, M.-L., Maciejewski, D., van Schie, C. C., Penninx, B. W. J. H., & Elzinga, B. M. (2020). Parental bonding: Psychometric properties and association with lifetime depression and anxiety disorders. *Psychological Assessment*, *32*(8), 780–795. <https://doi.org/10.1037/pas0000864>
- Kwon, S.-J., Flannery, J. E., Turpyn, C. C., Prinstein, M. J., Lindquist, K. A., & Telzer, E. H. (2023). Behavioral and Neural Trajectories of Risk Taking for Peer and Parent in Adolescence. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *35*(5), 1–14. https://doi.org/10.1162/jocn_a_01974
- Larsen, B., & Luna, B. (2018a). Adolescence as a neurobiological critical period for the development of higher-order cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *94*(1), 179–195. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.09.005>
- Larsen, B., & Luna, B. (2018b). Adolescence as a neurobiological critical period for the development of higher-order cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *94*(1), 179–195. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.09.005>
- Luo, H., Liu, Q., Yu, C., & Nie, Y. (2021). Parental Warmth, Gratitude, and Prosocial Behavior among Chinese Adolescents: The Moderating Effect of School Climate. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(13), 7033. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137033>
- Marbell-Pierre, K. N., Grolnick, W. S., Stewart, A. L., & Raftery-Helmer, J. N. (2019). Parental Autonomy Support in Two Cultures: The Moderating Effects of Adolescents' Self-Concepts. *Child Development*, *90*(3). <https://doi.org/10.1111/cdev.12947>
- Miconi, D., Moscardino, U., Ronconi, L., & Altoè, G. (2017). Perceived Parenting, Self-Esteem, and Depressive Symptoms in Immigrant and Non-Immigrant Adolescents in Italy: A Multigroup Path Analysis. *Journal of Child and Family Studies*, *26*(2), 345–356. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0562-y>
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self-esteem and depression in adolescents. *Trakia Journal of Science*, *16*(2), 119–127. <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.008>
- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *7*(4). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4832>
- Pinquart, M., & Gerke, D.-C. (2019). Associations of Parenting Styles with Self-Esteem in Children and Adolescents: A Meta-Analysis. *Journal of Child and Family Studies*, *28*(8), 2017–2035. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01417-5>
- Rezaei-Dehaghani, A., Paki, S., & Keshvari, M. (2015). The relationship between family functioning and self-esteem in female high school students of Isfahan, Iran, in 2013–2014. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, *20*(3), 371–377.
- Rippon, D., Shepherd, J., Wakefield, S., Lee, A., & Pollet, T. V. (2022). The role of self-efficacy and self-esteem in mediating positive associations between functional social support and psychological wellbeing in people with a mental health diagnosis. *Journal of Mental Health*, 1–10.

- Roo, M., Veenstra, R., & Kretschmer, T. (2022). Internalizing and externalizing correlates of parental overprotection as measured by the EMBU: A systematic review and meta-analysis. *Social Development, 31*(4). <https://doi.org/10.1111/sode.12590>
- Sasikala, S., & Relton, A. (2017). Parental Bonding and Self Esteem of Higher Secondary School Students in Tiruchirappalli District. *Research on Humanities and Social Sciences, 7*(17), 132–135.
- Shi, J., Wang, L., Yao, Y., Su, N., Zhao, X., & Chen, F. (2017). Family Impacts on Self-Esteem in Chinese College Freshmen. *Frontiers in Psychiatry, 8*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00279>
- Trautmann-Villalba, P., Davidova, P., Kalok, M., Essel, C., Ahmed, F. B., Kingeter, Y., Leutritz, A. L., Reif, A., Bahlmann, F., & Kittel-Schneider, S. (2023). Paternal bonding is influenced by prenatal paternal depression and trait-anxiety. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 1–15*. <https://doi.org/10.1080/02646838.2023.2223608>
- Zanta, N. C., Assad, N., & Suchecki, D. (2023). Neurobiological mechanisms involved in maternal deprivation-induced behaviours relevant to psychiatric disorders. *Frontiers in Molecular Neuroscience, 16*. <https://doi.org/10.3389/fnmol.2023.1099284>
- Zapf, H., Boettcher, J., Haukeland, Y., Orm, S., Coslar, S., Wiegand-Grefe, S., & Fjermestad, K. (2022). A Systematic Review of Parent–Child Communication Measures: Instruments and Their Psychometric Properties. *Clinical Child and Family Psychology Review, 26*(1). <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00414-3>
- Zhao, Y., Zheng, Z., Pan, C., & Zhou, L. (2021). Self-Esteem and Academic Engagement Among Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology, 12*(12). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.690828>