

Dampak Pola Asuh Overprotektif Terhadap Perilaku Rasa Takut Anak Usia Dini: (System Rievew Literature)

**Asyifa Turrahmi¹, Faizatul Faridy²
Nisaul Fitria³, Radhiyatul Muna⁴, Rauzaton Maisura⁵**
Universitas Islam Negeri Ar-raniry Banda Aceh

Email: 230210021@student.ar-raniry.ac.id, faizatul.faridy@ar-raniry.ac.id,
230210060@student.ar-raniry.ac.id, 230210065@student.ar-raniry.ac.id,
230210010@student.ar-raniry.ac.id.

Abstrak

Pola asuh overprotektif merupakan salah satu gaya pengasuhan yang semakin banyak ditemukan di kalangan orang tua modern, khususnya di perkotaan. Gaya pengasuhan ini ditandai dengan perlindungan berlebihan, pengawasan intensif, dan intervensi yang tidak proporsional terhadap kehidupan anak. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji dan mensintesis berbagai hasil penelitian terdahulu mengenai dampak pola asuh overprotektif terhadap perilaku takut pada anak usia dini. Metode yang digunakan adalah tinjauan pustaka naratif dengan menganalisis 20 artikel ilmiah dari jurnal nasional yang terbit antara tahun 2021-2025. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa pola asuh overprotektif berdampak signifikan terhadap terbentuknya berbagai bentuk perilaku takut pada anak usia dini, meliputi separation anxiety, ketakutan sosial, keengganan mencoba hal baru, dan ketakutan berlebihan terhadap kegagalan. Dampak ini terjadi melalui mekanisme deprivasi pengalaman, transmisi kecemasan orang tua, hambatan regulasi emosi, pembentukan kelekatan cemas, dan penghambatan efikasi diri anak. Temuan ini menekankan pentingnya penerapan pola asuh yang seimbang antara perlindungan dan pemberian ruang bagi anak untuk berkembang secara mandiri.

Kata Kunci : *pola asuh overprotektif, perilaku takut, anak usia dini, tinjauan pustaka, perkembangan emosi*

PENDAHULUAN

Anak-anak usia dini berada dalam fase perkembangan yang sangat penting dan dasar. Para ahli menyatakan bahwa usia 0-6 tahun merupakan masa emas, di mana perkembangan otak anak berjalan dengan sangat cepat, dan pengalaman yang anak terima selama masa ini akan membentuk dasar bagi berbagai aspek pertumbuhan dan perkembangan mereka di masa mendatang (Elan & Handayani, 2023). Di tahap ini, anak tidak hanya mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, tetapi juga berkembang dalam aspek emosional serta kemampuan sosial. Perkembangan emosi yang baik pada usia ini sangat penting karena akan mempengaruhi kemampuan anak dalam menghadapi berbagai masalah dan tantangan dalam kehidupan di masa depan (Khalisha & Gustiana, 2024). Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang dikenal oleh anak, dan interaksi anak dengan orang tua dalam kehidupan sehari-hari secara langsung membentuk pola respons emosional anak (Dhiu & Fono, 2022). Orang tua yang memberi perhatian hangat, responsif, dan memberikan kesempatan untuk bereksplorasi secara cukup akan mendukung anak dalam membentuk rasa percaya diri yang baik serta kemampuan mengelola emosi secara sehat. Sebaliknya, cara

mendidik yang tidak tepat dapat menghambat pertumbuhan emosi anak dan menyebabkan berbagai masalah dalam perilaku mereka (Kurnia & Supriyadi, 2024). Salah satu bentuk cara mendidik yang mendapat perhatian banyak dalam beberapa tahun terakhir adalah pola asuh yang terlalu melindungi atau overprotektif (Choirunnisa et al., 2025). Pola asuh ini ditunjukkan oleh kecenderungan orang tua memberikan perlindungan yang terlalu berlebihan kepada anak, melebihi batas yang normal dan diperlukan sesuai dengan usia serta tahap perkembangan anak (Sutafti & Rasyid, 2022). Meskipun niat orang tua yang terlalu melindungi anak secara langsung bertujuan untuk melindungi mereka dari bahaya, berbagai penelitian menunjukkan bahwa cara pengasuhan ini dapat memberikan dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Salmin et al., 2021). Salah satu dampak yang sering terjadi adalah munculnya rasa takut yang berlebihan pada anak. Perilaku takut yang dimaksud bukan hanya rasa takut yang biasa dan alami dalam tumbuh kembang anak, tetapi merupakan ketakutan yang terus-menerus, berlebihan, dan tidak sebanding dengan situasi yang dihadapi, sehingga mengganggu fungsi serta aktivitas kehidupan sehari-hari anak (Arfensia et al., 2024). Meskipun penelitian mengenai dampak dari pola asuh yang terlalu melindungi sudah cukup banyak dilakukan di Indonesia, studi yang secara khusus dan terstruktur menghubungkan pola asuh tersebut dengan munculnya perilaku takut pada anak-anak usia dini masih sangat terbatas. Oleh karena itu, tinjauan pustaka ini bertujuan untuk mengupas tuntas mekanisme yang mendasari hubungan tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas, artikel tinjauan pustaka ini disusun dengan tujuan sebagai berikut: (1) mengkaji konsep dan karakteristik pola asuh overprotektif berdasarkan berbagai penelitian; (2) mengidentifikasi bentuk-bentuk perilaku takut yang terbentuk pada anak usia dini; (3) menganalisis dampak pola asuh overprotektif terhadap perilaku takut anak usia dini; dan (4) merumuskan rekomendasi penanganan yang tepat bagi orang tua dan pendidik PAUD.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan metode tinjauan pustaka naratif (narrative literature review) dengan pendekatan deskriptif analitis. Tinjauan pustaka naratif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk melakukan sintesis yang lebih mendalam dan fleksibel terhadap berbagai sumber literatur yang relevan, sehingga dapat menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai topik yang dikaji. Sumber literatur dicari melalui beberapa basis data dan portal jurnal ilmiah, antara lain Google Scholar, Portal Garuda, dan ResearchGate. Pencarian dilakukan menggunakan kata kunci: "pola asuh overprotektif", "perilaku takut anak usia dini", "kecemasan anak prasekolah", "overprotective parenting early childhood", serta berbagai kombinasi dari kata kunci tersebut.

Artikel yang dimasukkan dalam tinjauan ini harus memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut: (1) merupakan artikel jurnal ilmiah yang terbit antara tahun 2021-2025; (2) membahas secara langsung topik pola asuh overprotektif dan/atau perilaku takut atau kecemasan pada anak; (3) subjek penelitian mencakup anak usia dini atau orang tua/guru anak usia dini; (4) diterbitkan oleh jurnal nasional yang terverifikasi; dan (5) tersedia dalam bentuk teks lengkap (full text). Melalui proses pencarian dan seleksi yang ketat, diperoleh 20 artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dan digunakan sebagai sumber data utama. Analisis dilakukan dengan membaca secara mendalam, mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul, membandingkan dan mengontraskan temuan antarpenelitian, serta melakukan sintesis untuk menjawab tujuan penulisan artikel.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua dapat dipahami sebagai pola interaksi yang dibangun orang tua dalam kehidupan sehari-hari bersama anak, yang di dalamnya terkandung nilai, sikap, dan kebiasaan yang secara konsisten membentuk cara anak memandang dirinya dan dunia sekitarnya (Elan & Handayani, 2023). Klasifikasi pola asuh yang paling banyak dijadikan rujukan dalam penelitian adalah tipologi yang dikembangkan oleh Baumrind, yang membagi pola asuh ke dalam tiga kategori utama: pola asuh otoriter, demokratis, dan permisif (Sutafti & Rasyid, 2022). Seiring berkembangnya kajian tentang pengasuhan, para peneliti mengidentifikasi tipe keempat yang disebut pola asuh overprotektif. Berbeda dengan pola asuh demokratis yang tetap memberikan kebebasan terbimbing, pola asuh overprotektif justru cenderung menghalangi anak dari kesempatan untuk menghadapi dan mengatasi tantangan secara mandiri (Dhiu & Fono, 2022). Berbagai faktor turut membentuk pola asuh yang diterapkan orang tua, baik faktor internal (kepribadian orang tua, kecemasan) maupun eksternal (kondisi ekonomi, media, budaya) (Asiyani et al., 2023).

2. Pola Asuh Overprotektif

Pola asuh overprotektif merujuk pada gaya pengasuhan di mana orang tua memberikan perlindungan yang jauh melampaui apa yang sesungguhnya dibutuhkan anak pada tahap usianya (Salmin et al., 2021). Dalam literatur berbahasa Inggris, fenomena ini sering diistilahkan sebagai *helicopter parenting* sebuah metafora yang menggambarkan bagaimana orang tua terus-menerus berputar di atas kehidupan anak. Dari berbagai penelitian yang telah dikaji, setidaknya terdapat lima karakteristik yang paling menonjol dari pola asuh ini: (1) pengawasan yang tidak mengenal batas; (2) kecenderungan untuk langsung menyelesaikan masalah anak; (3) pelarangan berbagai aktivitas fisik maupun sosial yang sebetulnya wajar; (4) kebiasaan mengambil alih pengambilan keputusan; dan (5) kekhawatiran yang terus-menerus terhadap ancaman bahaya yang bahkan mungkin tidak pernah benar-benar terjadi (Sutafti & Rasyid, 2022).

Beberapa kondisi mendorong munculnya pola asuh ini: orang tua dengan tingkat kecemasan tinggi, yang hanya memiliki sedikit anak, yang terpapar berita-berita negatif seputar keselamatan anak, serta yang merasa tertekan untuk tampil sebagai orang tua ideal di hadapan lingkungan sosial (Choirunnisa et al., 2025). Di Indonesia, dimensi budaya turut memperparah kecenderungan ini, karena kuatnya nilai kolektivisme terkadang diterjemahkan sebagai justifikasi untuk terlibat secara berlebihan dalam kehidupan anak (Zakiya & Hariyadi, 2022).

3. Perilaku Takut pada Anak Usia Dini

Rasa takut pada dasarnya merupakan bagian alami dari sistem emosi manusia yang berfungsi sebagai mekanisme perlindungan diri. Pada anak usia dini, munculnya rasa takut tertentu yang sesuai dengan fase perkembangan adalah hal yang sepenuhnya normal dan tidak perlu dikhawatirkan secara berlebihan (Dhiu & Fono, 2022). Perlu dibedakan antara ketakutan sebagai bagian dari proses perkembangan biasa dengan fobia yang memerlukan penanganan, terutama jika ketakutan tersebut mulai menghambat fungsi adaptif anak (Adam & Yudiarso, 2022). Perilaku takut bermasalah pada anak usia dini hadir dalam beberapa bentuk: (1) *separation anxiety*: kepanikan berlebihan ketika anak harus terpisah dari orang tua;

(2) fobia sosial: ketidakmampuan anak untuk berinteraksi dengan orang asing tanpa kecemasan intens; (3) novelty fear: keengganan mencoba aktivitas atau lingkungan yang belum dikenal; dan (4) ketakutan terhadap kegagalan yang mendorong anak menghindari tugas-tugas sulit (Khamim, 2021).

4. Perkembangan Emosi Anak Usia 5-6 Tahun

Periode usia 5-6 tahun merupakan fase yang sangat krusial dalam perjalanan perkembangan emosi anak. Erikson (dalam Elan) menempatkan anak pada usia ini dalam tahap initiative vs. guilt, sebuah fase di mana anak sangat membutuhkan kesempatan untuk mengambil inisiatif dan menjelajahi dunia di sekitarnya. Ketika lingkungan mendukung dorongan ini, anak akan tumbuh dengan kepercayaan diri dan semangat berinisiatif yang kuat. Namun, bila setiap langkah anak dibatasi dan setiap kesalahan direspons dengan hukuman, anak akan berkembang dengan membawa beban rasa bersalah dan ketakutan. Perspektif lain berasal dari teori kelekatan Bowlby, yang menyatakan bahwa dasar keamanan emosional anak sangat bergantung pada kualitas ikatan yang dibentuknya dengan pengasuh utama. Anak yang mengalami kelekatan aman akan berani menjelajahi dunia; sebaliknya, anak dengan kelekatan tidak aman lebih rentan terhadap kecemasan dan ketakutan (Novera & Setiawati, 2023). Bandura (dalam Utami & Lis Prasetyo, 2021) menambahkan bahwa orang tua yang secara konsisten menampilkan kekhawatiran dan kecemasan secara tidak langsung mengajarkan anak untuk merespons situasi dengan cara yang serupa, termasuk rasa takut yang berlebihan. Berdasarkan proses seleksi literatur yang telah dilakukan, berikut adalah ringkasan 20 artikel-artikel yang digunakan sebagai sumber tinjauan

Tabel 1. Sumber Tinjauan

No.	Judul dan Penulis	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Topik
1	Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini Elan & Handayani (2023)	Studi Literatur	Peran pola asuh dalam pembentukan karakter AUD	Pola asuh berpengaruh signifikan terhadap karakter; overprotektif menghambat kemandirian dan kepercayaan diri anak pada fase emas 0–6 tahun	Landasan teoritis fase emas perkembangan & urgensi pola asuh seimbang
2	Pengaruh Layanan Bermain Bersama Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Khalisha & Gustiana (2024)	Kuantitatif Eksperimental	Bermain bebas & perkembangan sosial emosional AUD	Bermain bebas meningkatkan sosial emosional anak; pembatasan bermain akibat overprotektif menghambat regulasi emosi	Bukti eksperimental bahwa fobia sosial bukan bawaan terbentuk dari deprivasi pengalaman bermain

No.	Judul dan Penulis	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Topik
				dan keberanian sosial	
3	Kesalahan Umum dalam Pola Asuh Anak dan Dampaknya terhadap Perkembangan Putri, Ismaniar & Putri (2025)	Studi Literatur	Kesalahan pola asuh & dampak perkembangan anak	Overprotektif adalah kesalahan pola asuh paling umum; berdampak jangka panjang berupa kecemasan kronik dan ketergantungan emosional	Menegaskan overprotektif sebagai sumber utama perilaku takut berlebihan pada AUD
4	Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Dhiu & Fono (2022)	Studi Literatur	Tipologi pola asuh & perkembangan sosial emosional	Overprotektif menghalangi anak mengatasi tantangan mandiri; memunculkan novelty fear dan fobia sosial akibat ketiadaan pengalaman	Dasar diferensiasi overprotektif vs. pola asuh sehat; mekanisme terbentuknya ketakutan sosial
5	Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Emosional Anak Kurnia & Supriyadi (2024)	Studi Literatur	Pengaruh pola asuh terhadap perkembangan emosi	Overprotektif menyebabkan ketidakstabilan emosi, rendahnya toleransi frustrasi, dan hambatan regulasi emosi pada anak	Mendukung mekanisme hambatan regulasi emosi sebagai jembatan overprotektif perilaku takut
6	Overprotective Parenting Patterns and Their Influence on Children's Mental Health Choirunnisa et al. (2025)	Studi Literatur	Overprotektif & kesehatan mental anak	Overprotektif meningkatkan risiko kecemasan, depresi, separation anxiety, dan fobia sosial pada anak usia dini	Referensi utama yang menghubungkan langsung overprotektif dengan berbagai manifestasi perilaku takut
7	Pengaruh Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak	Kuantitatif	Overprotektif & kemampuan penyesuaian diri AUD	Overprotektif berpengaruh negatif signifikan terhadap penyesuaian diri; anak kesulitan adaptasi di	Bukti empiris defisit penyesuaian diri sebagai manifestasi ketakutan sosial akibat overprotektif

No.	Judul dan Penulis	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Topik
	Sutafti & Rasyid (2022)			lingkungan baru (ketakutan sosial)	
8	The Effect of Overprotective Parental Attitudes on Children's Development Hukma dkk. (2021)	Studi Literatur	Dampak komprehensif sikap overprotektif terhadap anak	Deprivasi pengalaman menjadi mekanisme utama perilaku takut; overprotektif menghambat kemandirian, kepercayaan diri, dan kemampuan sosial	Melandasi konsep deprivasi pengalaman sebagai mekanisme primer terbentuknya perilaku takut
9	Perilaku Overprotektif Orangtua dan Penyesuaian Diri Remaja yang Merantau Hetharia & Huwae (2022)	Kuantitatif Korelasional	Overprotektif & penyesuaian diri remaja	Korelasi negatif signifikan; remaja dengan riwayat overprotektif mengalami kecemasan tinggi di lingkungan baru	Menegaskan dampak jangka panjang; ketakutan sosial AUD berlanjut ke masa remaja
10	Efektifitas Pola Asuh Terhadap Sifat Kepribadian Orang Tua dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan AUD Asiyani, Afandi & Asiah (2023)	Studi Literatur	Kepribadian orang tua, pola asuh, dan kualitas pendidikan AUD	Kecemasan orang tua sebagai faktor internal utama pendorong overprotektif; media dan budaya sebagai faktor eksternal	Menjelaskan asal-usul overprotektif; relevan untuk memahami transmisi kecemasan orang tua kepada anak
11	Perkembangan Kepribadian Anak dengan Pola Asuh Permisif, Overprotektif, dan Otoritatif Khamim (2021)	Studi Literatur	Perkembangan kepribadian berdasarkan tipologi pola asuh	Overprotektif menghasilkan novelty fear, ketakutan kegagalan, dan fobia sosial; berbeda dari dampak pola asuh lain	Referensi inti klasifikasi empat bentuk perilaku takut akibat overprotektif
12	Terapi Interaksi Orang Tua-Anak untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan	Studi Kasus	Gangguan kecemasan anak & intervensi terapeutik	Overprotektif berkontribusi pada gangguan kecemasan; terapi interaksi orang tua-anak efektif	Dasar rekomendasi intervensi terapeutik berbasis perbaikan pola interaksi orang tua-anak

No.	Judul dan Penulis	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Topik
	Adam & Yudiarso (2022)			mengurangi kecemasan dan perilaku takut	
13	Pengaruh Secure Attachment Ibu terhadap Kemandirian Anak Usia Dini Novera & Setiawati (2023)	Kuantitatif	Kelekatan aman & kemandirian/perkembangan emosi AUD	Overprotektif menciptakan anxious attachment; separation anxiety muncul karena anak tidak pernah berlatih menghadapi perpisahan	Menjelaskan mekanisme kelekatan cemas sebagai jalur terbentuknya separation anxiety
14	Peran Lingkungan dan Pola Asuh Orang Tua terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Dini Annisak et al. (2023)	Studi Literatur	Peran lingkungan & pola asuh dalam pembentukan karakter AUD	Overprotektif yang membatasi eksplorasi lingkungan menghambat pembentukan karakter berani dan mandiri	Pembatasan eksplorasi lingkungan menghambat keberanian dan ketahanan psikologis anak
15	Identifikasi Pola Asuh Orangtua di Kota Pontianak Sukamto & Fauziah (2021)	Kuantitatif Deskriptif	Prevalensi tipologi pola asuh di perkotaan Indonesia	Overprotektif ditemukan di perkotaan; orang tua yang menerapkannya umumnya tidak menyadari dampak negatifnya	Data empiris prevalensi overprotektif di Indonesia; memperkuat urgensi kajian ini
16	Dampak Dari Sikap Overprotective Orang Tua Terhadap Anak Usia Dini Shafia (2024)	Studi Literatur	Dampak overprotektif terhadap AUD secara komprehensif	Overprotektif berdampak negatif terhadap kemandirian, kepercayaan diri, dan perkembangan sosial-emosional; anak takut menghadapi dunia	Referensi paling komprehensif yang mengintegrasikan seluruh dampak overprotektif termasuk pembentukan perilaku takut
17	Hubungan Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak	Kuantitatif Korelasional	Overprotektif & kemandirian anak TK	Hubungan negatif signifikan; rendahnya kemandirian berkaitan erat	Bukti empiris berbasis TK (konteks AUD langsung); overprotektif → takut di lingkungan sekolah

No.	Judul dan Penulis	Metode	Fokus Kajian	Temuan Utama	Relevansi dengan Topik
	di TK Al Ishlah Tasikmalaya Rahayu (2024)			dengan meningkatnya perilaku takut anak di sekolah	
18	Program Intervensi pada Anak dengan Separation Anxiety Disorder Nurfitriyanie & Kurniawati (2023)	Studi Kasus	Separation Anxiety Disorder AUD & intervensi	Overprotektif menjadi faktor risiko utama SAD; intervensi bermain + edukasi orang tua efektif mengurangi SAD di TK	Spesifik membahas SAD sebagai bentuk perilaku takut; menguatkan hubungan kausal overprotektif-SAD
19	Perilaku Over Protektif Orang Tua: Pengalaman Anak dan Dampak yang Ditimbulkan Wardana dkk. (2023)	Kualitatif Fenomenologi	Pengalaman subjektif anak dengan orang tua overprotektif	Anak melaporkan keterbatasan eksplorasi, takut mengambil keputusan mandiri, dan takut menghadapi risiko	Perspektif langsung dari anak; perilaku takut terbentuk dari pengalaman dibatasi, bukan bawaan
20	Pengaruh Pola Asuh terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini Asy-syamsa & Zulfa (2022)	Studi Literatur	Pola asuh & perkembangan emosi AUD	Overprotektif menghambat regulasi emosi; anak tidak dapat memoderasi respons ketakutan secara proporsional	Menguatkan mekanisme hambatan regulasi emosi dalam jalur overprotektif → perilaku takut

Berdasarkan kajian yang melibatkan 20 artikel ilmiah, teridentifikasi adanya konsistensi signifikan terkait karakteristik pola asuh yang bersifat overprotektif. (Salmin et al., 2021) Ada lima ciri utama yang menjadi ciri khasnya: pengawasan tanpa batas terhadap setiap aktivitas anak, keinginan untuk menyelesaikan masalah anak sebelum mereka mendapat kesempatan untuk berusaha, larangan terhadap aktivitas fisik dan sosial yang normal, pengambilan alihan keputusan yang seharusnya diambil oleh anak, serta kekhawatiran berkelanjutan terhadap ancaman yang mungkin tidak nyata. (Choirunnisa et al., 2025) Mengonfirmasi bahwa fenomena ini semakin meningkat di kalangan orang tua di perkotaan Indonesia yang memiliki akses yang luas terhadap informasi tentang bahaya. (Sukanto & Fauziah, 2020) Menemukan bahwa orang tua yang menerapkan pola pengasuhan overprotektif sering kali tidak menyadari efek negatif yang ditimbulkannya. (Zakiya & Hariyadi, 2022) Menambahkan bahwa nilai-nilai kolektivisme di Indonesia kadang-kadang menjadi alasan bagi orang tua untuk terlibat secara berlebihan dalam kehidupan anak. (Wardana et al., 2023) Pendekatan fenomenologi mengungkapkan bahwa anak-anak melaporkan adanya keterbatasan dalam eksplorasi, perasaan ketidakberdayaan, dan rendahnya rasa percaya diri sejak usia dini. (Khamim, 2021) Mengidentifikasi empat

bentuk utama dari perilaku takut yang muncul akibat perlindungan berlebihan: (1) kecemasan perpisahan, yang ditandai dengan perasaan panik berlebihan ketika anak harus terpisah dari orang tua; (2) fobia sosial, di mana anak merasa sulit untuk berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal tanpa merasakan kecemasan yang besar; (3) ketakutan terhadap hal-hal baru, yang menghalangi anak untuk mencoba aktivitas baru; dan (4) ketakutan akan kegagalan. (Shafia, 2024) Menekankan bahwa semua bentuk ketakutan ini saling berhubungan dan saling memperkuat. (Novera & Setiawati, 2023) Mengaitkan kecemasan perpisahan dengan teori keterikatan Bowlby; perlindungan berlebihan mengarah pada keterikatan yang cemas karena anak tidak memperoleh cukup pengalaman menghadapi perpisahan sementara. (Nurfitriyanie & Kurniawati, 2023) Menegaskan bahwa perlindungan berlebihan menjadi salah satu faktor risiko utama untuk Separation Anxiety Disorder (SAD) di lingkungan taman kanak-kanak. (Khalisha & Gustiana, 2024) Menunjukkan melalui percobaan bahwa ketika anak diberikan kesempatan bermain secara bebas, keterampilan sosial dan regulasi emosional mereka meningkat secara signifikan.

(Salmin et al., 2021) serta (Dhiu & Fono, 2022) Menyatakan bahwa anak-anak yang sering dihindarkan dari tantangan tidak memformulasikan kemampuan psikologis untuk menghadapi ketakutan. Kedua, transmisi kecemasan dari orang tua: (Asy-syamsa & Zulfa, 2022) menjelaskan bahwa melalui pengamatan, anak-anak menyerap reaksi cemas orang tua sebagai respons 'yang benar' terhadap situasi. Ketiga, hambatan dalam regulasi emosi: (Kurnia & Supriyadi, 2024) Menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengatur emosi berkembang melalui pengalaman; perlindungan berlebihan menghilangkan kesempatan untuk berlatih ini. Keempat, pembentukan kelekatan yang cemas: (Novera & Setiawati, 2023) Menjelaskan sebuah paradoks bahwa perlindungan berlebihan dapat menghasilkan kelekatan tidak aman (anxious attachment), di mana anak mengembangkan rasa takut yang berlebihan terhadap situasi yang memisahkan mereka dari orang tua. Kelima, penghambatan efikasi diri: (Sutafti & Rasyid, 2022) Menjelaskan bahwa dengan selalu menyelesaikan masalah untuk anak, orang tua secara tidak langsung menyampaikan pesan bahwa anak tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan sendiri. Ketakutan yang muncul pada fase AUD cenderung berkembang menjadi isu psikologis yang lebih rumit apabila tidak mendapatkan penanganan. (Hetharia & Huwae, 2022) Secara empiris, ditemukan bahwa remaja yang mengalami pengasuhan berlebihan cenderung mengalami tingkat kecemasan tinggi saat beradaptasi dengan lingkungan baru. (Arfensia et al., 2024) Lebih jauh membuktikan bahwa ketakutan pada masa kanak-kanak yang tidak ditangani bisa meluas menjadi gangguan fobia spesifik pada usia dewasa awal. (Rahayu, 2024) Mengonfirmasi di konteks TK bahwa anak-anak dengan orang tua yang terlalu melindungi menunjukkan tingkat ketakutan yang lebih tinggi di sekolah. Meskipun demikian, (Adam & Yudiarso, 2022) Menunjukkan harapan: terapi yang melibatkan interaksi antara orang tua dan anak yang mengubah pola pengasuhan terbukti efektif dalam mengurangi gejala kecemasan. (Nurfitriyanie & Kurniawati, 2023) juga membuktikan bahwa intervensi berbasis bermain sangat berhasil dalam menangani SAD pada AUD. Program pendidikan orang tua yaitu dengan berbasis bukti fundamental. (Putri et al., 2025) Menekankan bahwa kesalahan dalam pola asuh sering kali disebabkan oleh ketidaktahuan, oleh karena itu perlu dirancang program parenting yang dapat membantu orang tua membedakan antara perlindungan yang sehat dan perilaku overprotektif. Kedua, para pendidik PAUD harus memiliki kemampuan untuk mendeteksi gejala perilaku takut yang muncul akibat pola asuh yang berlebihan. (Khamim, 2021) mengungkapkan bahwa tanda-tanda perilaku takut biasanya pertama kali muncul di lingkungan sekolah, sehingga guru PAUD berada dalam posisi yang baik untuk melakukan deteksi awal. Ketiga, kolaborasi antara orang tua dan pendidik menjadi faktor kunci dalam efektivitas intervensi. Keempat, sensitivitas terhadap budaya harus dipertimbangkan dalam setiap langkah intervensi di Indonesia, mengingat nilai-nilai kolektivisme yang kuat (Zakiya & Hariyadi, 2022).

KESIMPULAN

Tinjauan pustaka ini menyimpulkan bahwa pola asuh overprotektif memiliki dampak signifikan dan multidimensional terhadap terbentuknya perilaku takut pada anak usia dini. Dampak tersebut terjadi melalui lima mekanisme yang saling memperkuat: deprivasi pengalaman, transmisi kecemasan orang tua, hambatan regulasi emosi, pembentukan kelekatan cemas, dan penghambatan efikasi diri. Manifestasinya meliputi separation anxiety, fobia sosial, novelty fear, dan ketakutan terhadap kegagalan yang kesemuanya berpotensi berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius jika tidak ditangani sejak dini. Temuan ini menekankan pentingnya implementasi pola asuh yang seimbang: memberikan perlindungan yang memadai sambil tetap memberi ruang bagi anak untuk bereksplorasi, gagal, dan belajar secara mandiri. Intervensi yang melibatkan orang tua, pendidik PAUD, dan mempertimbangkan konteks budaya Indonesia merupakan strategi yang paling menjanjikan. Penelitian longitudinal berbasis populasi AUD di Indonesia dengan desain yang lebih ketat sangat diperlukan untuk memperkuat basis bukti ilmiah dalam bidang ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, N. F. J., & Yudiarso, A. (2022). Parent-Child Interaction Therapy untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan. *Analitika*, 14(1), 14–21. <https://doi.org/10.31289/analitika.v14i1.6447>
- Arfensia, D. S., Ramadhia, U., & Utami, G. (2024). Dinamika Psikologis Individu Dewasa Awal dengan Gangguan Fobia Spesifik (Ketakutan Terhadap Cacing). *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 10(1), 33. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.91056>
- Asiyani, G., Afandi, N. K., & Asiah, S. N. (2023). Efektivitas Pola Asuh Terhadap Sifat Kepribadian Orang Tua Dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Anak Usia Dini. *Journal of Instructional and Development Researches*, 3(3), 131–138. <https://doi.org/10.53621/jider.v3i3.235>
- Asy-syamsa, W. D., & Zulfa, E. S. (2022). Pengaruh Pola Asuh Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *ATTAQWA: Jurnal Pendidikan Islam dan Anak Usia Dini*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.58355/attaqwa.v1i1.5>
- Choirunnisa, I., Ramadhani, F. E., Syarifuddin, S., & Safitri, S. (2025). Overprotective Parenting Patterns and Its Influence on Children's Mental Health. *Progres Pendidikan*, 6(1), 74–81. <https://doi.org/10.29303/prospek.v6i1.1225>
- Dhiu, K. D., & Fono, Y. M. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *EDUKIDS: Jurnal pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 306–312. <https://doi.org/10.51878/edukids.v2i1.1328>
- Elan, E., & Handayani, S. (2023). Pentingnya peran pola asuh orang tua untuk membentuk karakter anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2951–2960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.2968>

- Hetharia, E. C. P., & Huwae, A. (2022). Perilaku Overprotektif Orangtua dan Penyesuaian Diri Remaja yang Merantau. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 6(2), 140. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i2.5002>
- Khalisha, F. N., & Gustiana, A. D. (2024). Pengaruh Layanan Bermain Bersama Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak di Rumah Anak SIGAP Kecamatan Koroncong. *PAUDIA : Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(1), 127–139. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i1.17220>
- Khamim, N. (2021). Perkembangan Kepribadian Anak Dengan Pola Asuh Permisif, Overprotektif dan Otoritatif. *Journal of Education and Religious Studies*, 01(01), 28–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.57060/jers.v1i01.6>
- Kurnia, N., & Supriyadi. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Emosional Anak. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora (AJSH)*, 4(3), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.57250/ajsh.v4i3.961>
- Novera, W. R., & Setiawati, F. A. (2023). Pengaruh Secure Attachment Ibu terhadap Kemandirian Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2059–2068. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3665>
- Nurfitriyanie, N., & Kurniawati, F. (2023). Program Intervensi pada Anak dengan Separation Anxiety Disorder. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 439–454. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.2415>
- Putri, A. S., Ismaniar, & Putri, L. D. (2025). Kesalahan Umum dalam Pola Asuh Anak dan Dampaknya terhadap Perkembangan. *Tsaqofah*, 6(1), 1099–1116. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v6i1.8463>
- Rahayu, R. S. (2024). Hubungan Perilaku Overprotective Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak di TK Al Ishlah Tasikmalaya. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 18, 281–284. <https://doi.org/10.30595/pssh.v18i.1276>
- Salmin, H., Nasrudin, A., Hidayat, M. S., & Winarni, W. (2021). The Effect of Overprotective Parental Attitudes on Children's Development. *Jurnal BELAINDIKA (Pembelajaran dan Inovasi Pendidikan)*, 3(1), 15–16. <https://doi.org/10.52005/belaindika.v3i1.63>
- Shafia, K. (2024). Dampak dari Sikap Overprotective Orang Tua terhadap Anak Usia Dini. *GURUKU : Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 2(4), 208–209. <https://doi.org/https://doi.org/10.59061/guruku.v2i4.809>
- Sukamto, R. N., & Fauziah, P. (2020). Identifikasi Pola Asuh di Kota Pontianak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 923–930. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.638>
- Sutafti, S., & Rasyid, H. Al. (2022). Pengaruh Perilaku Overprotective Orang Tua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal*

- Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4128–4138.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2509>
- Utami, F., & Lis Prasetyo. (2021). Pengasuhan Keluarga terhadap Perkembangan Karakter Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1777–1779. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985>
- Wardana, A. M., Rahmita, D. N. H., Aqila, N., Musthofa, M. H., & Faruq, F. (2023). Perilaku Overprotective Orang Tua: Pengalaman Anak Dan Dampak Yang Ditimbulkan. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 10(2), 127–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JKKP.102.01>
- Zakiya, N., & Hariyadi, S. (2022). Nilai Budaya Konstruktivisme dan Perilaku Asertif pada Suku Jawa. *Journal of Sosial and Industrial Psychology*, 2(1), 79–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/sip.v1i1i2.64788>