

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Orang tua bertanggung jawab untuk membimbing anak dalam lingkungan keluarga. Dalam perkembangan dan kemajuan anak, orang tua menjadi komponen utama dalam keluarga yang bertanggung jawab akan hal tersebut. Keluarga, yang merupakan lingkungan sosial terkecil dari masyarakat, memiliki komponennya tersendiri. Komponen keluarga terdiri dari ayah dan ibu, yang terikat secara sah oleh ikatan pernikahan, yang dapat membentuk sebuah keluarga (Ruli, 2020).

Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh serta membimbing anak-anaknya guna mencapai kesuksesan ketika mereka terjun ke lingkungan sosial yang lebih luas, yakni lingkungan masyarakat. Dalam lingkungan keluarga, orang tua harus mampu memberi pengasuhan yang layak pada anak-anaknya. Hidayati (2016) membahas bahwa orang tua memiliki fungsi dasar keluarga yang berperan sebagai pengasuh (*the nurture role*) dan sebagai pembangun struktur (*the structure role*) anak-anaknya. Sebagai pengasuh, orang tua berperan memenuhi kebutuhan dasar anak-anaknya, meliputi makanan, perawatan medis, tempat tinggal, pakaian, dan sebagainya. Sedangkan ketika berperan sebagai pembangun struktur, orang tua mengajarkan kedisiplinan dan membatasi apa saja yang tidak boleh dilakukan oleh anaknya.

Harter (2012) menjelaskan bahwa orang tua berperan secara tidak langsung dalam pengembangan konsep diri pada remaja ketika berperan sebagai pengasuh. Namun, pemahaman remaja tentang diri sendiri seringkali penuh dengan kontradiksi. Kontradiksi tersebut terjadi secara bersama dengan pengakuan remaja yang berkembang bahwa kepribadian dan perilaku mereka dapat berubah tergantung dengan siapa mereka berada atau di mana mereka berada. Dalam hal ini, remaja tampak lebih terbuka akan diri mereka sendiri ketika bersama teman-teman sebayanya ketimbang ketika mereka bersama dengan orang tuanya. Hal tersebut menunjukkan bahwa interaksi antara orang tua dengan anak remajanya cenderung lebih tertutup dan terbatas (Lally & Valentine-French, 2019).

Orang tua tidak dapat sepenuhnya mengawasi dan mengontrol perilaku dari remaja dikarenakan remaja menghabiskan lebih sedikit waktu dengan orang tua mereka meskipun mereka tetap akur ketika berinteraksi dengan orang tua mereka (Smetana, 2011). Penurunan waktu yang dihabiskan bersama keluarga ini dapat menjadi cerminan dari keinginan remaja yang lebih besar untuk mandiri. Mungkin sulit bagi banyak orang tua untuk mengatasi keinginan otonomi ini. Namun, sangat memungkinkan adaptasi bagi remaja akan semakin menjauhkan diri mereka dari orang tuanya dan menjalin hubungan di luar keluarga dalam rangka persiapan untuk menjadi dewasa. Ini berarti bahwa baik orang tua maupun remaja perlu mencapai keseimbangan antara otonomi, sambil tetap menjaga hubungan keluarga yang dekat dan mendukung. Namun, remaja menuntut kontrol yang lebih besar dalam pengambilan keputusan yang mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka dalam upayanya memperoleh otonomi dari orang tuanya. Hal ini dapat meningkatkan

konflik antara orang tua dan anak remajanya seiring bertambahnya usia remaja, sehingga *psychological well-being* orang tua menjadi rendah (Lally & Valentine-French, 2019).

Sebagian besar orang tua memiliki *psychological well-being* yang rendah ketika konflik-konflik dalam menjalankan perannya sebagai pengasuh untuk anak muncul. Hal ini didukung oleh penelitian Nomaguchi (2012) yang mengkaji hubungan antara usia anak-anak dan *psychological well-being* orang tua dari usia di bawah sekolah hingga dewasa muda awal, termasuk depresi, kebahagiaan secara menyeluruh, harga diri, dan efikasi diri. Ia menemukan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan usia di bawah lima tahun melaporkan *psychological well-being* yang lebih tinggi terhadap hubungan mereka dengan anak-anaknya, harga diri yang lebih tinggi, efikasi diri yang lebih tinggi, dan depresi yang lebih sedikit daripada orang tua yang anaknya berusia sekolah atau remaja. Jadi, orang tua yang memiliki anak remaja justru memiliki *psychological well-being* yang lebih rendah ketimbang orang tua yang memiliki anak berusia di bawah lima tahun.

Orang tua yang memiliki anak remaja memiliki *psychological well-being* yang lebih rendah dapat dipengaruhi oleh stres. Crnic dan Low (2002) menjelaskan bahwa dalam menjalankan peran-perannya, yaitu mendidik, mengasuh serta membimbing anak-anaknya, orang tua dapat merasakan stres pengasuhan. Tantangan dan tuntutan yang banyak dan berfluktuasi dari orang tua membuat mengasuh anak menjadi pengalaman yang penuh tekanan, setidaknya sampai tingkat tertentu. Bagaimana anak remaja memiliki keinginan untuk mandiri, cenderung lebih dekat kepada teman-teman sebayanya ketimbang orang tuanya

menjadi salah satu tantangan dan tuntutan bagi orang tua dalam menjalankan perannya untuk membentuk konsep diri pada remaja (Lally & Valentine-French, 2019). Hal ini juga dijelaskan dalam penelitian Putnick et al. (2008) yang mengkaji apakah stres pengasuhan dengan pengasuhan anak secara tidak langsung berhubungan dengan konsep diri remaja melalui perilaku pengasuhan. Hasilnya, stres pengasuhan dapat memberikan efek pada konsep diri remaja secara tidak langsung. Dengan begitu, bagaimana orang tua mengasuh, stres pengasuhan yang dirasakan, akan berpengaruh pada pembentukan konsep diri remaja secara tidak langsung.

Untuk melihat hubungan antara stres pengasuhan dan *psychological well-being* orang tua, penelitian Muniroh (2022) telah menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* pada ibu yang bekerja. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingginya stres pengasuhan dan rendahnya *psychological well-being* ibu yang bekerja yang membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara kedua variabel tersebut.

Swati, Kumari, dan Manisha (2020) juga menjelaskan bagaimana hubungan antara stres pengasuhan dengan *psychological well-being* orang tua. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengkaji stres pengasuhan, *psychological well-being* dan dukungan sosial pada ibu dari anak retardasi mental dan ibu dari anak dengan kontrol normal. Penelitian tersebut menemukan bahwa ibu dari anak-anak dengan keterbelakangan mental merasakan stres pengasuhan yang tinggi serta

psychological well-being yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu dari anak-anak dengan kontrol normal.

Penelitian terbaru dari Aramburu et al. (2022) turut menjelaskan bagaimana keterkaitan antara stres pengasuhan dengan *psychological well-being*. Dari penelitian tersebut, kebanyakan orang tua dapat memelihara kestabilan emosi, pribadi, perkawinan, dan keluarga yang baik. Namun, para ibu tunggal yang memiliki anak dengan gangguan mental tidak dapat menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan keluarga secara signifikan terkait dengan tekanan psikologis yang lebih besar.

Dengan uraian di atas, sangat penting untuk terus meneliti *psychological well-being* pada keluarga, sehingga baik pemerintah maupun otoritas kesehatan masyarakat dapat menawarkan sumber daya kepada keluarga yang rentan terhadap gejala-gejala psikologis. Pada penelitian-penelitian sebelumnya, cukup banyak yang telah membahas tentang hubungan stres pengasuhan dan *psychological well-being* pada orang tua. Di Indonesia, belum ditemukan oleh peneliti yang telah meneliti secara khusus terkait pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* orang tua. Oleh karena itu, peneliti melihat pentingnya untuk meneliti mengenai “Pengaruh Stres Pengasuhan terhadap *Psychological Well-Being* pada Orang Tua yang Memiliki Anak Remaja”. Adapun tujuan dari penelitian ini ialah untuk melihat pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, peneliti ingin melihat bagaimana pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* orang tua yang memiliki anak remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan pengembangan di bidang psikologi mengenai pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat nantinya, yaitu:

- a. Bagi penulis, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan dampak yang positif serta dapat berguna untuk di masa mendatang
- b. Bagi orang tua, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang pengaruh stres pengasuhan terhadap *psychological well-being* pada orang tua yang memiliki anak remaja
- c. Bagi masyarakat, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan terhadap *psychological well-being* yang dipengaruhi oleh stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak remaja di lingkungannya.