

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam membentuk perkembangan anak, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun mental. Ibu sebagai pengasuh utama memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan stimulasi, perhatian, serta kasih sayang yang menjadi dasar pembentukan karakter dan kesehatan mental anak usia dini. Namun dalam menjalankan peran tersebut, tidak sedikit ibu yang mengalami tekanan psikologis atau yang dikenal dengan istilah *parenting stress*, yaitu kondisi stres yang muncul ketika tuntutan dalam mengasuh anak dirasakan melebihi kemampuan dan sumber daya yang dimiliki oleh orang tua (Abidin, 2022).

*Parenting stress* dapat dikategorikan sebagai bentuk tekanan psikologis yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan kapasitas pengasuh. Berbagai faktor dapat menjadi penyebab munculnya stres pengasuhan, seperti kondisi ekonomi keluarga yang kurang stabil, peran ganda ibu sebagai pekerja sekaligus pengasuh anak, perilaku anak yang sulit diatur, minimnya dukungan dari pasangan atau lingkungan sosial, hingga ekspektasi terhadap pola asuh ideal yang terlalu tinggi (Putri & Andriani, 2020). Ketika ibu berada dalam tekanan pengasuhan yang berat, respons emosional negatif seperti kelelahan, mudah marah, dan frustrasi dapat muncul sehingga mengganggu hubungan

emosional antara ibu dan anak. Keadaan ini dapat menyebabkan terganggunya interaksi yang hangat, yang berimplikasi pada munculnya perilaku anak yang lebih mudah cemas, menarik diri, atau bahkan agresif (Rahmawati, 2021).

*Parenting stress* telah menjadi isu global yang mendapatkan perhatian serius di berbagai tingkat. Secara internasional, laporan World Health Organization (WHO, 2021) menunjukkan bahwa lebih dari 40% ibu di dunia mengalami stres pengasuhan yang disebabkan oleh tekanan sosial dan ekonomi yang meningkat. Di tingkat nasional, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2022) mencatat sekitar 45% ibu di Indonesia mengalami tekanan psikologis dalam menjalankan peran pengasuhan, khususnya pada anak usia di bawah enam tahun. Sementara di Provinsi Jawa Timur, hasil survei Dinas Kesehatan (2023) menunjukkan bahwa sekitar 38% ibu mengeluhkan stres pengasuhan akibat beban kerja ganda dan rendahnya dukungan sosial.

Pada tingkat kabupaten, khususnya di Kabupaten Jember, permasalahan ini juga cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan penelitian di Desa Jatisari, Kecamatan Jenggawah, dari 118 ibu yang disurvei menggunakan *Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF)*, ditemukan bahwa Sebanyak (76,3%) mengalami stres pengasuhan sedang, (13,6%) mengalami stres tinggi, dan hanya ibu (10,1%) yang mengalami stres rendah (Fatkuriyah, 2022). Berdasarkan hasil dari survei pendahuluan Di Tk Desa Curahkalong Kabupaten Jember ,sebanyak (75,3%) ibu mengalami Parenting stress rendah, (14,6%) ibu parenting tinggi,dan (10,1%) ibu

*parenting stress* rendah. Temuan ini menegaskan bahwa mayoritas ibu menghadapi tekanan emosional dalam mengasuh anak, sehingga *parenting stress* merupakan persoalan kompleks yang memerlukan perhatian lintas sektor dan kebijakan yang tepat untuk mengatasinya.

Secara perkembangan, peningkatan *parenting stress* dapat dikaitkan dengan perubahan struktur sosial dan ekonomi masyarakat modern. Di masa lalu, sistem pengasuhan lebih bersifat kolektif dengan dukungan kuat dari keluarga besar dan komunitas sekitar. Namun, perkembangan zaman dan meningkatnya mobilitas sosial telah menyebabkan banyak keluarga hidup secara mandiri, sehingga beban pengasuhan lebih terfokus pada ibu. Selain itu, tuntutan ekonomi yang semakin tinggi membuat banyak ibu berperan ganda sebagai ibu rumah tangga dan pekerja, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stres pengasuhan (Hidayati, 2019). Bila stres pengasuhan ini tidak ditangani, maka akan berdampak pada munculnya pola asuh negatif seperti sikap keras, mudah marah, atau pengabaian terhadap kebutuhan emosional anak (Maslim, 2020). Oleh karena itu, penting bagi setiap keluarga dan lembaga sosial untuk memahami dinamika *parenting stress* sebagai faktor utama yang berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan anak.

Kondisi *parenting stress* juga tampak nyata di wilayah pedesaan seperti di Desa Curahkalong, di mana banyak ibu harus menjalankan peran ganda sebagai ibu rumah tangga sekaligus pekerja di sektor pertanian atau perdagangan. Kondisi tersebut menyebabkan waktu dan energi ibu untuk mendampingi anak menjadi terbatas, yang pada akhirnya memicu

munculnya stres pengasuhan (Astuti, 2021). Berdasarkan pengamatan awal di TK Desa Curahkalong, ditemukan beberapa anak menunjukkan tanda-tanda kecemasan, kurang percaya diri, dan kesulitan berinteraksi sosial. Fenomena ini memberikan indikasi bahwa tingkat stres pengasuhan ibu dapat berhubungan langsung dengan kondisi kesehatan mental anak usia dini.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa *parenting stress* bukan hanya persoalan individu, melainkan juga berkaitan dengan dinamika sosial dan ekonomi yang memengaruhi pola interaksi ibu dan anak. Kondisi ini menegaskan pentingnya menelaah keterkaitan antara tingkat stres pengasuhan ibu dan kesehatan mental anak usia dini, mengingat lingkungan emosional keluarga memiliki peran sentral dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak. Indikator hubungan tersebut dapat dilihat melalui perilaku anak yang sering menunjukkan kecemasan berlebihan, mudah menangis, sulit beradaptasi, kurang percaya diri, dan mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Hal ini menguatkan dugaan bahwa tekanan pengasuhan yang dialami ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental anak usia dini (Sari & Wulandari, 2020).

Masalah kesehatan mental kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang positif, menunjukkan rasa percaya diri, serta berperilaku adaptif dalam kegiatan sehari-hari (WHO, 2022). Anak yang sehat secara mental umumnya menunjukkan indikator perilaku positif, seperti mampu menenangkan diri ketika marah, mudah berinteraksi dengan teman sebaya, memiliki rasa ingin tahu tinggi, dan

menunjukkan ekspresi emosional yang wajar. Sebaliknya, anak dengan kondisi kesehatan mental yang terganggu sering menampilkan indikator negatif, seperti mudah menangis tanpa sebab, sulit fokus, cepat marah, enggan bergaul, dan menunjukkan rasa takut berlebihan (Desmita, 2018).

Berdasarkan berbagai fenomena tersebut, diperlukan adanya upaya sinergis antara keluarga, masyarakat, dan lembaga pendidikan anak usia dini dalam memberikan dukungan terhadap kesejahteraan emosional ibu. Lembaga pendidikan dapat berperan penting melalui penyelenggaraan *parenting program*, pelatihan regulasi emosi, serta peningkatan komunikasi efektif antara guru dan orang tua (Wulandari, 2023). Pendekatan ini diharapkan mampu membantu ibu mengurangi tingkat *parenting stress* dan menciptakan lingkungan pengasuhan yang lebih sehat secara emosional. Dengan demikian, keseimbangan psikologis antara ibu dan anak dapat terjaga, yang pada akhirnya menjadi dasar terbentuknya anak-anak yang sehat secara mental dan emosional di masa depan.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Masa usia dini merupakan periode penting dalam perkembangan emosional, perilaku, dan sosial anak. Pada fase ini anak mulai belajar mengenali emosi, membangun hubungan dengan teman sebaya, serta mengembangkan kemampuan prososial. Permasalahan kesehatan mental pada anak usia prasekolah dapat muncul dalam bentuk gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, kesulitan dalam hubungan dengan teman sebaya, serta hambatan perilaku prososial. Kondisi tersebut dipengaruhi

oleh berbagai faktor, salah satunya lingkungan pengasuhan di rumah dan pengalaman pengasuhan yang dialami ibu sebagai pengasuh utama.

*Parenting stress* merupakan tekanan fisik maupun emosional yang dirasakan ibu selama menjalankan peran pengasuhan. *Parenting stress* dapat muncul dalam bentuk beban pengasuhan, kelelahan emosional, stres terhadap perilaku anak, rendahnya kepuasan menjalankan peran sebagai ibu, maupun kualitas makna dan ikatan emosional ibu dengan anak. Tingkat *Parenting stress* yang tinggi dapat memengaruhi kualitas interaksi ibu dan anak sehingga berpotensi memengaruhi kondisi psikologis anak. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara *Parenting stress* ibu dengan masalah kesehatan mental anak usia prasekolah.

## 2. **Pertanyaan Masalah**

- a. Bagaimanakah *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember?
- b. Bagaimanakah masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember?
- c. Apakah terdapat hubungan antara *parenting stress* ibu dengan masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember?
- d. Apakah terdapat hubungan antara masing-masing dimensi *Parenting Stress* ibu dengan dimensi masalah kesehatan mental usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

- a. Mengetahui hubungan *parenting stress* pada ibu dengan Masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember?

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi Masalah kesehatan mental anak usia dini beserta dimensinya yang meliputi gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas dan kurang perhatian, hubungan dengan teman sebaya, serta perilaku prososial di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan antara skor total *parenting stress* pada ibu dengan skor total Masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.
- d. Menganalisis hubungan antara masing masing dimensi *parenting stress* pada ibu dengan masing-masing dimensi Masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi

terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi perkembangan anak dan ilmu pendidikan anak usia dini, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara stres pengasuhan (*parenting stress*) dan masalah kesehatan mental anak usia dini.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat teori-teori yang telah ada mengenai pengaruh lingkungan keluarga dan kondisi emosional orang tua terhadap pembentukan karakter serta kesehatan mental anak. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain dalam melakukan kajian lanjutan mengenai faktor-faktor psikososial dalam pengasuhan anak.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Ibu dan Keluarga**

Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi bagi para ibu dalam memahami pentingnya pengelolaan stres selama menjalankan peran pengasuhan. Dengan mengetahui dampak stres terhadap kesehatan mental anak, ibu diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dalam menjaga stabilitas emosional dan menerapkan pola asuh yang lebih positif dan empatik.

### **b. Bagi Lembaga Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pihak sekolah dalam menyusun program bimbingan dan konseling anak usia dini, serta kegiatan *parenting education* untuk membantu orang tua mengatasi *Parenting stress* dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

c. Bagi Tenaga Pendidik dan Guru TK

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada pendidik tentang bagaimana kondisi emosional orang tua dapat memengaruhi perilaku anak di sekolah, sehingga guru dapat lebih tepat dalam memberikan pendekatan pembelajaran yang bersifat individual dan empatik.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar empiris dan bahan perbandingan untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara *Parenting stress*, masalah kesehatan mental anak, serta faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh seperti pola asuh, status ekonomi, dan dukungan sosial keluarga.

