

Hubungan Antara Kesehatan Mental Ibu dengan Pola Asuh Terhadap Anak

Teuku Andi Syahputra, Syahrizal, Ariza Farizca

Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh

ABSTRAK

Kata Kunci:

Kesehatan Menatal
Ibu,
Pola Asuh,
Anak,
DASS-21

Pola asuh orangtua sangat berperan besar terhadap perkembangan anak baik motorik kasar, motorik halus, perkembangan bahasa dan kemampuan sosial anak. Pola asuh terhadap anak yang diterapkan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk faktor kesehatan mental. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kesehatan mental ibu dengan pola asuh terhadap anak. Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* dengan menggunakan data primer. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner DASS-21 dan pola asuh anak. Data penelitian diuji menggunakan metode *Chi-Square*. Disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara depresi, kecemasan, dan stres dengan pola asuh terhadap anak. Anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami depresi akan beresiko 19,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama pengasuhan. Sebaliknya, anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami kecemasan akan beresiko 56 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama pengasuhan. Demikian juga, anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami stress akan beresiko 19,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama pengasuhan.

Korespondensi: syahrizalmedicine05@gmail.com (Syahrizal)

ABSTRACT

Keywords:

Maternal Mental Health,
Parenting,
Child,
DASS-21

Parenting patterns play a major role in the development of children, both gross motoric, fine motor, language development and children's social skills. Parenting applied to children can be influenced by many factors, including mental health factors. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between maternal mental health and parenting of children. This research is a cross sectional study using primary data. Data was collected using the DASS-21 questionnaire and parenting styles. The research data was tested using the Chi-Square method. It was concluded that there was a relationship between depression, anxiety, and stress with parenting of children. Children raised by mothers who experience depression will be at risk of 19.5 times to get a bad parenting pattern during parenting. On the other hand, children who are raised by mothers who experience anxiety will be at 56 times risk of getting bad parenting during parenting. Likewise, children raised by mothers who experience stress will be 19.5 times at risk for getting bad parenting patterns during parenting.

PENDAHULUAN

Pola asuh merupakan metode dari setiap orangtua atau pengasuh guna mendorong anak mencapai tujuan yang diinginkan. Penerapan pola asuh yang tepat diyakini dapat mengarahkan anak menjadi lebih baik, berupa rasa semangat saat kegiatan belajar dan memperoleh prestasi yang optimal.¹ Selain itu, pola asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar dan halus, perkembangan bahasa dan kemampuan sosial anak, sehingga penting bagi orangtua dalam menentukan jenis pola asuh yang diterapkan dalam kesehariannya.²

Salah satu fase tumbuh kembang pada anak memiliki ciri dan tugas perkembangan seperti ketrampilan motorik kasar, motorik halus, kemampuan bahasa dan sosial. Kemampuan tersebut tergambarkan dari tingkah laku anak seperti keinginan untuk bermain, rasa ingin berpetualang menjelajah dunia luar, dan berimajinasi menciptakan suatu tingkah laku.³

Dalam praktik sehari-hari, pola pengasuhan

anak masih menganggap bahwa ibu sebagai aktor dari pengasuh utama. Dalam hal ini, ibu berperan untuk menghabiskan waktu dalam mengasuh anak di rumah secara eksklusif. Peran perempuan dalam lingkungan keluarga sangat besar dan fundamental, perempuan ibarat lembaga pendidikan bagi seorang anak. Namun, di tengah gempuran teknologi dan modernisasi, saat ini banyak perempuan ikut berlomba dengan laki-laki untuk mendapat kemajuan baik dalam bidang ekonomi, industri, sosial dan ilmu pengetahuan. Bahkan mereka dapat bekerja di luar lingkungan keluarga secara terhormat sebagai wanita karir.⁴

Destinasi pertama anak dalam belajar merupakan rumah. Dalam hal ini, di rumah, orangtuanya sebagai guru pertama yang berperan dan bertanggung jawab dari setiap perilaku dan perkembangan anak. Anak yang dibesarkan dari ibu bekerja memiliki dampak negatif dan dampak positif terhadap perkembangan anak. Terdapat dampak negatif dari ibu yang bekerja, diantaranya berupa kurangnya dirasakan kehadiran orangtuanya dalam kegiatan dan kehidupan sehari-hari, sehingga kesempatan ibu untuk memberikan

motivasi dan stimulasi dalam anak melakukan tugas-tugas perkembangan motorik menjadi terbatas. Sebaiknya, juga terdapat dampak positif dari ibu bekerja terhadap perkembangan anak dapat dilihat dari efek yang didapat apabila anak memiliki interaksi sosial yang baik, perkembangan kognitif yang pesat, serta fisik yang lebih aktif.⁵

Dalam pengasuhan anak, domain stres secara keseluruhan berperan dalam hal mengasuh anak, memediasi hubungan antara keterikatan orang dewasa, penghindaran dan ikatan. Hasilnya dapat berimplikasi pada identifikasi awal ibu yang berisiko mengalami kesulitan bonding.⁶ Hal yang senada dari riset yang dilakukan Adelyn pada tahun 2019 yakni kesehatan mental ibu yang tidak baik berkorelasi dengan pola asuh dan perawatan anak-anak penderita diabetes selama rawatan.⁷ Pada riset lainnya, juga didapatkan bahwa peran kesehatan mental ibu penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa sekarang dan mendatang.⁸ Berdasarkan pentingnya masalah yang diangkat dan masih rendahnya penelitian yang membahas jenis gangguan mental apa yang paling berhubungan dengan jenis karakteristik pola asuh yang diterapkan keluarga membuat peneliti menjadi tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kesehatan mental ibu dengan pola asuh terhadap anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh pada Januari hingga Pebruari 2022. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 150 jiwa.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan purposive sampling, yakni yang dilibatkan adalah yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisisioner pola asuh, dan kesehatan mental

ibu. Dari setiap masing-masing variabel tersebut, kuesioner yang digunakan adalah kuesioner yang sudah tervalidasi, baku, dan sudah pernah digunakan untuk penelitian-penelitian lain dalam mengukur variabel yang sama. Analisa data dalam penelitian ini dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji bivariat menggunakan uji Chi-square untuk mengetahui hubungan kesehatan mental ibu dengan pola asuh terhadap anak.

HASIL PENELITIAN

Status Mental Ibu

Penelitian ini melibatkan 150 responden. Keseluruhan responden tersebut selanjutnya dikelompokkan berdasarkan status mental (depresi, kecemasan dan stres). Lebih lanjut, status mental tersebut dibagi menjadi: normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat (Tabel 1).

Pada tabel 1 terlihat bahwa umumnya, semua responden memiliki status mental yang normal. Namun, terdapat juga gangguan status mental pada ketiga kelompok, baik depresi, kecemasan, maupun stress. Pada kelompok depresi, umumnya gangguannya bersifat ringan (5,3%). Sebaliknya, pada kelompok responden yang mengalami kecemasan, umumnya mengalami kecemasan yang ringan (8,0%). Demikian juga, pada kelompok yang mengalami stress, umumnya mengalami stress yang ringan (14,7%).

Gambaran Pola Asuh

Pola asuh dibagi menjadi permisif, demokratis dan otoriter (Tabel 2). Terdapat gambaran pola asuh yang variatif. Dari semua jenis pola asuh yang diterapkan dari ibu yang menjadi sampel penelitian, didapatkan bahwa pola asuh dengan tipe demokratis adalah yang paling mendominasi, yaitu sebanyak 76,01%, disusul dengan pola asuh otoriter dan permisif masing-masing sebanyak 29 orang (9,8%) dan 12 orang (14,19%).

Hubungan Depresi Ibu dengan Pola Asuh

Dalam penelitian ini dianalisis tingkat depresi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Mental Ibu dan Pola Asuh

No	Status Mental Ibu	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Depresi:		
	• Normal	136	90,7
	• Ringan	8	5,3
	• Sedang	6	4,0
	• Berat	0	0
2	Kecemasan:		
	• Normal	138	92,0
	• Ringan	12	8,0
	• Sedang	0	0
	• Berat	0	0
3	Stres:		
	• Normal	121	80,7
	• Ringan	22	14,7
	• Sedang	7	4,7
	• Berat	0	0

Tabel 2. Jenis Pola Asuh Terhadap Anak

Jenis Pola Asuh	Jumlah (n)	Persentase (%)
1 Permisif	18	12,0
2 Demokratis	119	79,3
3 Otoriter	13	8,7
Jumlah	150	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Depresi Ibu dan Pola Asuh Anak

Depresi Ibu	Pola Asuh Terhadap Anak						Total		p-value, OR (95%CI)
	Permisif		Demokratis		Otoriter		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Normal	15	11,0	116	85,3	5	3,7	136	100	0,0001 19,5 (4,1-92,7)
Ringan	2	25,0	2	25,0	4	50,0	8	100	
Sedang	1	16,7	1	16,7	4	66,7	6	100	
Total	18	12,0	119	79,3	13	8,7	150	100	

ibu (normal dan ringan) sebagai pengasuh terhadap pola pengasuhan terhadap anak (permisif, demokratis dan otoriter) (Tabel 3).

Pada Tabel 3 terlihat bahwa terdapat hubungan tingkat depresi ibu dengan pola asuh terhadap anak (p-value sebesar 0,0001 dan OR=19,5). Anak yang

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu dan Pola Asuh Anak

Kecemasan Ibu	Pola Asuh Terhadap Anak						Total		p-value, OR (95%CI)
	Permisif		Demokratis		Otoriter		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Normal	15	10,9	0,0001	85,5	5	3,6	138	100	0,0001 56,1 (6,8-462,2)
Ringan	3	25,0	1	8,3	8	66,7	12	100	
Total	18	12,0	119	79,3	13	8,7	150	100	

dibesarkan dengan ibu yang mengalami depresi akan berisiko 19,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan.

Hubungan Kecemasan Ibu dengan Pola Asuh

Dalam penelitian ini dianalisis tingkat kecemasan ibu (normal dan ringan) terhadap pola pengasuhan terhadap anak (permisif, demokratis dan otoriter) (Tabel 4).

Pada Tabel 4 yang memperlihatkan hubungan kecemasan ibu dengan pola asuh terhadap anak. Dari tabulasi tersebut didapatkan hasil p-value sebesar 0,0001. Artinya, terdapat hubungan antara kecemasan ibu dengan pola asuh terhadap anak. Anak yang dibesarkan dengan ibu yang mengalami kecemasan akan berisiko 56,1 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan. Sehingga hal ini tentu dapat berefek negatif bagi si anak yang diasuhnya.

Hubungan Tingkat Stres Ibu dengan Pola Asuh Anak

Dalam penelitian ini dianalisis tingkat stres

ibu (normal dan ringan) terhadap pola pengasuhan terhadap anak (permisif, demokratis dan otoriter) (Tabel 5).

Pada Tabel 5 memperlihatkan bahwa terdapat hubungan stres ibu dengan pola asuh terhadap anak (p-value sebesar 0,0001 dan OR =3,5). Artinya, terdapat hubungan antara stres ibu dengan pola asuh terhadap anak. Anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami stres akan berisiko 3,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan.

DISKUSI

Kesehatan mental ibu yang tidak baik berkorelasi dengan pola asuh dan perawatan anak.⁷ Pada sejumlah riset disebutkan bahwa peran kesehatan mental ibu penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak di masa saat ini dan mendatang.⁸ Temuan tersebut diharapkan menjadi bahan kajian dalam menentukan kebijakan dan manajemen bagaimana seorang ibu tersebut

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Stres Ibu dan Pola Asuh Anak

Stres Ibu	Pola Asuh Terhadap Anak						Total		p-value, OR (95%CI)
	Permisif		Demokratis		Otoriter		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Normal	16	13,2	0,0001	86,0	1	0,8	121	100	0,0001 3,5 (1,8-7,0)
Ringan	1	4,5	12	54,5	9	40,9	22	100	
Sedang	1	14,3	3	42,9	3	42,9	7	100	
Total	18	12,0	119	79,3	13	8,7	150	100	

disiapkan dalam kaitannya dengan persiapan pengasuhan anak, tidak terkecuali dari kematangan kesehatan mentalnya. Dengan demikian, anak yang memiliki ibu dengan kesehatan mental yang baik, tentu akan berdampak baik terhadap pola asuh terhadap anaknya. Dengan demikian, harapan besar dari pengasuhan tersebut adalah terpenuhinya kebutuhan asah, asih, asuh yang menjadi peran penting dalam menunjang tatanan pertumbuhan dan perkembangan anak akan berdampak dari perbaikan generasi selanjutnya.⁴

Permasalahan pada kesehatan mental ibu yang didapatkan pada penelitian dengan riset-riset lainnya juga berbanding lurus dengan apa yang terjadi di lapangan. Dari setiap item-item kesehatan mental seorang ibu yang meliputi depresi, kecemasan, dan stres ibu masing-masing diartikan memiliki hubungan dengan jenis pola asuh terhadap anak. Sementara itu, ada bukti bahwa depresi ibu secara signifikan terkait dengan fungsi perilaku dan emosional anak-anak. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk lebih memahami efek moderasi untuk berbagai subkelompok anak-anak.¹¹ Menurut beberapa literatur, didapatkan bahwa status kesehatan mental ibu mempunyai hubungan dengan pola asuh terhadap anak. Misalnya, dengan pola asuh yang otoriter akan mengurangi paparan anak untuk menstimulasi dunia luar dan menghambat daya pikir kreatif anak. Hal ini selanjutnya yang mensinyalir cikal bakal dari keadaan psikososial yang buruk pada anak.¹¹

Perkiraan menunjukkan bahwa terdapat 10-20 persen ibu memiliki prevalensi depresi. Angka ini jauh lebih tinggi untuk ibu di rumah tangga berpenghasilan rendah. Karena kesenjangan sosial ekonomi dalam depresi ibu berimplikasi terhadap perkembangan anak, maka depresi ibu dianggap sebagai faktor yang berkontribusi terhadap siklus kemiskinan antar generasi.⁹

Untuk anak-anak, konsekuensi dari depresi ibu termasuk gangguan perkembangan saraf dan biologis lainnya serta kesulitan psikologis dan perilaku. Depresi ibu pasca melahirkan secara khusus telah dikaitkan dengan jalur neurobiologis yang membentuk regulasi emosional, fungsi kognitif.

Sistem respons stres fisiologis merupakan fungsi dan sistem penting untuk memastikan perkembangan optimal.¹⁰ Pusat Perkembangan Anak di Universitas Harvard menerbitkan makalah tentang efek depresi ibu terhadap pola asuh anak. Didapatkan hasil bahwa depresi kronis dapat bermanifestasi dalam dua jenis pola pengasuhan bermasalah yang mengganggu interaksi “melayani dan merespon”. Hal ini penting untuk perkembangan otak yang sehat seperti perilaku bermusuhan atau mengganggu, dan melepaskan diri atau menarik diri.^{9,10}

Anak-anak yang ibunya mengalami depresi di awal kehidupan anak dapat memiliki dampak yang bertahan lama pada arsitektur otak anak dan gangguan terus-menerus dari sistem respons stres dari anak tersebut. Disamping itu, depresi pada ibu selanjutnya juga dapat mempengaruhi perkembangan otak pada janin meskipun anak belum lahir.^{8,9}

Peran serta keluarga sangat penting dalam menentukan perkembangan anak. Sebab, dalam sebuah riset didapatkan bahwa anak yang dibesarkan oleh orangtua yang kesehariannya disibukkan dengan aktivitas luar akibat bekerja memiliki kesempatan yang kurang untuk berinteraksi dengan anak. Tentu hal ini dapat dengan serta merta akan mempengaruhi proses stimulasi, rangsangan, yang mestinya dibutuhkan anak dalam setiap proses tumbuh kembang anak.⁵ Secara keseluruhan, domain stres dalam pengasuhan berperan dalam hal pengasuhan anak, memediasi hubungan antara keterikatan orang dewasa, penghindaran dan ikatan.⁶

KESIMPULAN

Penelitian yang melibatkan 150 responden ini secara keseluruhan dikelompokkan berdasarkan dalam beberapa kondisi status mental (depresi, kecemasan dan stres). Keseluruhan status mental tersebut tersebut dibagi menjadi: normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. Pada umumnya, responden yang dilibatkan dalam penelitian ini mempunyai status mental yang normal. Responden yang

dilibatkan, umumnya sebagian mengalami depresi ringan (8%), kecemasan ringan (12%) dan stress ringan (22%). Dalam kaitannya dengan pola asuh (permisif, demokratis dan otoriter), umumnya responden menerapkan pola asuh yang demokratis dalam pengasuhan anaknya (79,3%). Dalam penelitian ini, didapatkan bahwa terdapat hubungan tingkat depresi ibu dengan pola asuh terhadap anak (p-value sebesar 0,0001 dan OR=19,5). Anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami depresi akan berisiko 19,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan. Pada aspek yang lain, juga didapatkan hubungan kecemasan ibu dengan pola asuh terhadap anak (p-value sebesar 0,0001 dan OR=56,1). Anak yang dibesarkan dengan ibu yang mengalami kecemasan akan berisiko 56,1 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan. Demikian juga dengan tingkat stres yang dialami ibu, disimpulkan bahwa terdapat hubungan stres ibu dengan pola asuh terhadap anak (p-value sebesar 0,0001 dan OR =3,5). Artinya, terdapat hubungan antara stres ibu dengan pola asuh terhadap anak. Anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami stres akan berisiko 3,5 kali untuk mendapatkan pola asuh yang tidak baik selama proses pengasuhan. Keseluruhan gangguan status mental ibu akan berdampak negatif bagi si anak yang diasuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Lestari E. dan Auliana R. Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Prestasi Belajar Siswa Konsentrasi Patiseri SMK Negeri 1 Sewon, Bantul. *J Pendidik*. Published online 2019;1-6.
2. Budiarnawan, K.A., Antari, N.N.M., dan Rati N. Hubungan Antara Konsep Diri Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD Di Desa Selat. *J Pendidik*. Published online 2014.
3. Sumiyati., dan Yuliani DR. Relationship Of Stimulation With Development Of Children Aged 4-5 Years In The Village Karangtengah Baturraden Distrik Of Banyumas. *J Pendidik*. Published online 2016.
4. Prabowo, E.W. Ishartono. dan MB. *Pola Asuh Anak Oleh Ibu Usia Dini*. Prosiding KS Riset; 2016.
5. Taju, C.M., Amatus, Y.I., dan Abram B. Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Perkembangan Motorik Halus dan Kasar Anank Usia PraSekolah Di Paud GMIM Bukit Hermon Dan TK Idhata Kecamatan Malalayang Kota Manado. *J Public health Res*. 2015.
6. Nordahl D, Rognmo K, Bohne A, et al. Adult attachment style and maternal-infant bonding: The indirect path of parenting stress. *BMC Psychol*. 2020;8(1):1-11. doi:10.1186/s40359-020-00424-2
7. Cohen LA, Limbers CA. Mental health and parenting stress in mothers of children with diabetes treated in a patient-centred medical home. *Fam Pract*. 2019;36(4):486-492.
8. Phua DY, Kee MZL, Meaney MJ. Positive Maternal Mental Health, Parenting, and Child Development. *Biol Psychiatry*. 2020;87(4):328-337.
9. Reeves, R. V. and EK. The effects of maternal depression on early childhood development and implications for economic mobility. *Psychol Addict Behav*. Published online 2019.
10. Drury, S. S., L. Scaramella and CHZ. The neurobiological impact of postpartum maternal depression: Prevention and intervention approaches. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*. 2016.
11. Goodman, S. H. and JG. Evidence-based interventions for depressed mothers and their young children. *Child Dev*. 2017.