

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mental yang sehat mencakup bahwa seseorang sedang berada pada keadaan yang baik-baik saja. Kondisi ini memungkinkan seseorang bisa untuk berpikir lebih jernih dan fokus pada setiap aktivitas yang dilakukan. Kondisi ini juga dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga memungkinkan untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Seseorang yang bermental sehat dapat menggunakan kemampuan atau potensi didalam dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup agar dapat menjalani kehidupannya yang lebih baik di masa yang akan datang. Seseorang yang bermental sehat juga mampu berinteraksi dengan sosialnya, sehingga dapat menimbulkan hubungan yang baik antar sesama manusia.

Seseorang yang mempunyai mental yang sehat mampu bangkit dari keterpurukannya, dia mampu berdamai dengan masalah yang sedang dia hadapi sehingga dengan mudahnya dia melakukan sesuatu apa yang dia inginkan. Seseorang yang memiliki Kesehatan mental yang baik juga dapat mengendalikan emosi dan amarahnya sehingga dia tidak akan merasa terganggu pada masalah yang terjadi di kehidupannya.

Sebaliknya, jika seseorang mempunyai mental yang tidak sehat pasti akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta dengan sulitnya untuk mengendalikan emosi sehingga pada akhirnya bisa mengarah pada perilaku yang buruk.

Seseorang yang mempunyai mental tidak sehat juga akan mempunyai hubungan yang tidak baik dengan orang lain bahkan memicu munculnya keinginan untuk melukai diri sendiri apabila sedang menghadapi masalah.

Menurut World Health Organization dalam artikel Inti Muda menjelaskan¹ seseorang mempunyai mental yang sehat apabila bisa menyesuaikan diri secara maksimal pada kenyataan meskipun kenyataan itu buruk baginya, dapat memperoleh kepuasan diri dari hasil jerih payah usahanya, merasa lebih puas memberi daripada menerima, secara relative dapat bebas dari rasa gelisah dan cemas, berhubungan baik dengan individu lain dengan cara tolong menolong dan saling memuaskan, menerima kekecewaan untuk dijadikan sebuah Pelajaran di masa yang akan datang, dan mempunyai rasa kasih sayang yang besar.

Pasangan yang baru menjalani hubungan pernikahan selama lima tahun juga mempunyai mental yang tidak stabil. Pernikahan yang berjalan selama lima tahun merupakan masa-masa kritis dan menjadi pusat pernikahan. Pada lima tahun pertama juga banyak dinamika baru terkait kehidupan pernikahan seperti masuknya seseorang dalam kehidupan pernikahan yaitu kehadiran anak pertama dan membesarkan anak pertama. Akibatnya, terkadang seorang istri sangat membutuhkan dukungan dan perhatian dari suami, keluarga dan teman-teman. Dukungan tersebut sangat penting dilakukan, namun berbeda pada pasangan yang tidak memberikan dukungan sama sekali, mental nya akan menjadi tidak sehat bahkan seorang istri lebih sering marah-marah,

¹ Muda, I. (2020). *Karakteristik Mental Yang Sehat Apa Aja Sih?* Retrieved from <https://intimuda.org/karakteristik-mental-yang-sehat-apa-aja-sih/>

kehadiran anak pertama juga membawa perubahan karena harus menyatukan pemikiran demi membesarkan sang buah hati dan harus saling bekerja sama dalam merawatnya agar seorang istri tidak terkena gangguan *Baby Blues Syndrom*.

Baby blues Syndrom dapat terjadi Ketika tidak adanya dukungan dari suami, keluarga dan teman-teman. *Baby Blues Syndrom* ini juga terjadi karena tidak ada kesiapan dari orang tua baru, seorang ibu dapat terganggu tidurnya karena sang anak nangis terus menerus. Berdasarkan hasil observasi awal menjelaskan bahwasanya informan di Perum Griya Andika Alfatindo mengalami gangguan *Baby Blues Syndrome* seperti bangun setiap tengah malam pukul 01.00- 03.00 Wib yang mengakibatkan sang ibu sering menangis karena kurangnya waktu tidur dan tidak adanya bantuan dari sang suami. Sang ibu juga harus memberi asi dan membuatkan susu formula agar sang anak tidak menangis. Hal ini sejalan dengan artikel Siloam Hospitals² yang menyatakan bahwa seorang ibu akan sering terbangun sehingga memiliki sedikit jam tidur pada saat malam hari. Seorang ibu yang mengalami *Baby Blues Syndrom* juga akan mengalami munculnya perubahan suasana hati seperti gundah dan sedih secara berlebihan. Hal ini sejalan dengan penelitian Mariani³ yang menyatakan bahwa ibu akan mengalami emosi yang berlebihan, merasa cemas dan khawatir serta tegangan setelah melahirkan.

² Hospitals, T. M. (2023, September Selasa). *Mengenal Apa Itu Baby Blues Syndrome Dan Cara Mengatasinya*. Retrieved from Siloam Hospitals: <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-baby-blues-syndrome>

³ Mariani. (2021). *Peran Keluarga Dalam Mencegah Baby Blues Syndrome Di Desa Tinggi Raja Kecamatan Tinggi Raja Kabupaten Asahan*. Skripsi IAIN Padang Sidempuan.

Peran suami harus lebih menonjol seperti dengan memberikan perhatian yang lebih contohnya dengan membuatkan susu, hal ini dapat membuat perasaan ibu merasa dirinya lebih dipedulikan dan terhibur dengan perhatian kecil tersebut.

Pada hakikatnya, menjadi orang tua bukan suatu pekerjaan yang mudah. Orang tua memiliki cara dan pola asuh tersendiri dalam mengasuh dan membimbing anak, sehingga pola tersebut tentu akan berbeda pada setiap orang tua. Pola asuh yang baik akan berperan penting dalam membantu anak tumbuh menjadi individu yang sehat dan Bahagia. Hal ini sejalan dengan penelitian Qurrota Ayun⁴ yang menjelaskan bahwa jika pola asuh yang diterapkan oleh orang tua itu positif maka dampak yang akan muncul pada anak pun akan menjadi positif, akan tetapi sebaliknya jika pola asuh yang diterapkan negative maka dampak pada perkembangan emosional anak pun akan menjadi negative. Pada dasarnya orang tua pasti menginginkan anaknya menjadi yang terbaik dari anak-anak yang lain.

Keluarga yang mengalami broken home akan mengalami kendala tersendiri dalam mengurus anak karena segala macam kebutuhan yang diperlukan oleh anak hanya ditopang oleh satu pihak saja. Pola asuh pada keluarga yang broken home sangat berpengaruh pada perkembangan anak, hal ini sejalan dengan penelitian Sari dan Pratiwi⁵ yang menjelaskan bahwa anak yang mengalami broken home akan mengalami perkembangan fisik

⁴ Ayun, Q. (2017, Januari-Juni). Pola Asuh Orang Tua Dan Metode Pengasuhan Dalam Membentuk Kepribadian Anak. *IAIN Salatiga*, 5 (1), 103-122.

⁵ Sari, S. P., & Pratiwi, P. H. (2014, Desember). *Pola Asuh Keluarga Broken Home Dalam Proses Perkembangan Anak Di Desa Sumberejo, Kecamatan Madiun, Kabupaten Madiun*. Thesis Universitas Negeri Yogyakarta.

yang cenderung kekurangan nutrisi dan menurunnya Kesehatan dikarenakan stress akibat tekanan dari orang tua, perkembangan fisik anak juga mengalami kendala karena kurangnya asupan nutrisi dengan baik. Selain anak mengalami kekurangan nutrisi anak akan terlihat kurang dalam kebersihannya, hal ini disebabkan karena orang tua yang cenderung cuek terhadap kondisi anak. Pola asuh pada anak yang broken home juga akan menyebabkan perkembangan psikis anak menjadi introvert dan membentuk pikiran belum bisa bertanggung jawab terhadap dirinya, pola asuh dari anak broken home juga mengakibatkan anak menjadi anak yang nakal, susah diatur dan tidak mempunyai tujuan hidup. Serta, pola asuh dari anak yang broken home akan mengalami sulit bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

Anak yang mengalami broken home juga akan merasa kehilangan peran penting dari keluarganya, hal ini sejalan dengan penelitian Burhanuddin dan Thohiroh⁶ yang menjelaskan bahwa anak yang mengalami broken home akan mengalami stress, tertekan, hingga merasa dirinya yang menjadi penyebab perpisahan kedua orang tuanya. Anak yang mengalami broken home memiliki pola asuh yang tidak teratur, kehidupannya menjadi terlantar, melakukan Tindakan kekerasan dan kriminalitas, tak terurus sehingga terjerumus pada pergaulan bebas.

Berbeda dengan anak yang berasal dari keluarga yang harmonis pastinya akan memiliki keselarasan dan keserasian dalam menjalani kehidupan. Pada keluarga yang harmonis pasti

⁶ Burhanuddin, H., & Thohiroh, M. (2021, Desember). Pola Asuh Orang Tua Pada Anak Broken Home (Studi Di Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro). *Journal Of Psychology And Child Development*, 1(2), 41-53

akan menciptakan pola asuh yang sangat baik, hal ini sejalan dengan penelitian Marjanah⁷ yang mengatakan keluarga harmonis akan membentuk pola asuh yang membuat anak akan saling mengerti dan mau melaksanakan kewajiban sesuai dengan tanggung jawabnya sebagai seorang anak. Pada keluarga yang harmonis juga akan membentuk suasana rumah yang nyaman sehingga betah untuk tinggal dirumah. Keluarga yang harmonis banyak sekali didambakan oleh setiap pasangan suami istri dalam kehidupan berumah tangga.

Berdasarkan hasil observasi, permasalahan-permasalahan yang ada terdapat banyak pasangan suami-istri di Perum Griya Andika Alfatindo dengan usia pernikahan selama 10 tahun yang mengalami *Baby Blues Syndrome* dikarenakan masih baru dalam membina rumah tangga dan kita juga harus menjaga kesehatan mental dikarenakan sangat penting agar bisa memberikan pola asuh yang baik bagi anak. Sehingga penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam lagi "Pengaruh Kesehatan Mental Orang Tua Terhadap Pola Asuh Anak Pada Pasangan Suami-istri Di Perum Griya Andika Alfatindo".

B. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis membatasi masalah yang akan dibahas yaitu hanya pada pasangan suami-istri yang sudah menjalani kehidupan rumah tangga selama 10 tahun dan yang berdomisili di Perum Griya Andika Alfatindo.

⁷ Marjanah, R. N. (2016). *Pengaruh Keharmonisan Keluarga Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas IV SDN Dabin II Kecamatan Tegalrejo Kabupaten Magelang*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut.

Apakah terdapat pengaruh kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak pada pasangan suami-istri di Perum Griya Andika Alfatindo?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian pada penelitian ini yaitu:

Untuk mengetahui atau menganalisis adanya pengaruh kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak pada pasangan suami-istri di Perum Griya Andika Alfatindo.

E. Manfaat Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini terbagi menjadi 2 yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan dalam dunia Pendidikan yang berlandaskan keislaman khususnya bidang Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Secara Praktis

Adapun kegunaan secara praktis yang diharapkan yaitu:

a. Bagi orang tua

Penelitian ini memiliki harapan untuk memberi manfaat terhadap orang tua berupa:

- 1) Meningkatkan pemahaman orang tua mengenai penerapan terhadap pola asuh yang dijalankan dengan tepat.

- 2) Meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya menjaga Kesehatan mental
 - 3) Menumbuhkan keharmonisan antara orang tua dengan anak
- b. Bagi program studi Bimbingan dan Konseling Islam
Penelitian ini diharapkan menambah literatur kajian tentang pengaruh kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak pada pasangan suami-istri di Perum Griya Andika Alfatindo
- c. Bagi masyarakat luas
Penelitian ini diharapkan dapat menimbulkan wawasan kepada Masyarakat berupa:
- 1) Meningkatkan pemahaman Masyarakat mengenai Kesehatan mental
 - 2) Meningkatkan pemahaman Masyarakat mengenai penerapan pola asuh yang baik untuk anak
- d. Bagi mahasiswa
Penelitian ini diharapkan sebagai kajian atau referensi dalam menambah wawasan dan pengetahuan tentang pengaruh kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak pada pasangan suami-istri di Perum Griya Andika Alfatindo

F. Kajian Penelitian Terdahulu

1. Jurnal artikel karya Alma Amarthatia Azzahra, Hanifyatus Shambah, Nadira Putri Kowara, dan Meilanny Budiarti Santoso, 2021, yang berjudul “ Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap

perkembangan Mental Remaja ”. ⁸ Dalam skripsi ini disimpulkan bahwa pola asuh orang tua adalah salah satu aspek yang penting untuk perkembangan anak. Terlebih lagi pada masa remaja yang merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, Dimana terdapat beberapa perubahan yang terjadi pada masa remaja mulai dari perubahan fisik, social serta perkembangan mental. Pola asuh orang tua juga menjadi salah satu pengaruh dalam proses perubahan-perubahan yang dialami remaja serta bagaimana remaja bersikap serta berperilaku di Masyarakat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi atau hubungan serta dampak pada pola asuh orang tua dengan perkembangan mental anak di usia remaja.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama tentang pola asuh. Adapun perbedaannya adalah pada variabel terikat nya yaitu pada penelitian sebelumnya tentang perkembangan mental anak sedangkan penulis akan meneliti variabel terikat yaitu pola asuh anak.

2. Jurnal Kristine Dareda, 2018, yang berjudul “ Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Kelurahan Bailang Lingkungan II Manado ”. ⁹ Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola asuh orang

⁸ Azzahra, A. A., Shambah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021, Desember). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461-472.

⁹ Dareda, K. (2018). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Kelurahan Bailang Lingkungan II Manado. *Jurnal Kesehatan: Amanah Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Muhammadiyah Manado*, 2 (1) 26-30.

tua dengan kesehatan mental remaja di kelurahan bailing lingkungan II manado, orang tua juga harus lebih berperan dalam pola asuh pada anak remajanya, untuk implikasi dimasyarakat.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang pola asuh. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian ini membahas tentang kesehatan mental orang tua sedangkan pada penelitian sebelumnya membahas tentang kesehatan mental remaja.

3. Skripsi Siti Nurjanah, 2017, yang berjudul “ Pola Asuh Orang Tua Dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini Di Desa Karya Mulya Kecamatan Panca Jaya Kabupaten Mesuji Tahun 2017”.¹⁰ Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa orangtua di desa Adi Karya Mulya telah memberikan pola asuh yang baik dalam membentuk karakter anak usia dini, yaitu: 1). Orang tua memberikan contoh yang baik bagi anak-anaknya dalam berpegang teguh kepada akhlak mulia. Dalam upaya menanggulangi dekadensi moral anak terkait dengan memberikan contoh yang baik dilakukan orangtua dengan memberikan tauladan yang baik terhadap kebiasaan anak, orangtua selalu mengajak dan memberikan nasehat kepada anak. 2). Dalam hal mendidik anak, orangtua mengajarkan anak supaya memiliki sikap sopan dan santun terhadap semua orang, mengajarkan anak supaya memiliki sikap religius, mengajarkan anak supaya tidak mudah tergantung dengan orang lain, mengajarkan anak supaya tidak memiliki sifat egois atau mementingkan diri sendiri, menanamkan sikap hormat kepada anak baik terhadap orangtua, teman sebaya maupun lingkungan sekitar, menanamkan sikap disiplin kepada anak, memberikan

¹⁰ Nurjanah, S. (2017). *Pola Asuh Orang Tua Dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini Di Desa Karya Mulya Kecamatan Panca Jaya Kabupaten Mesuji Tahun 2017*. Skripsi IAIN Metro Lampung

perhatian secara khusus kepada anak terhadap apa saja yang ia lihat dan serap. Segala upaya ini bertujuan supaya anak menjadi manusia yang berkarakter serta dapat mengendalikan diri ketika ia tumbuh dewasa. 3). Pola asuh yang diberikan orangtua yaitu pola asuh demokratis maksudnya adalah pola asuh yang cenderung mendorong anak untuk terbuka, namun bertanggung jawab dan mandiri.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang pola asuh. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian ini meneliti tentang kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak sedangkan penelitian sebelumnya meneliti tentang pola asuh yang baik dalam membentuk karakter anak usia dini.

4. Skripsi Sylvia Utari, 2021, yang berjudul “ Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Minat Belajar Anak Usia 6-8 Tahun Di Desa Ujanmas Lama Kabupaten Muara Enim”.¹¹ Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Minat Belajar Anak Usia 6-8 Tahun Di Desa Ujanmas Lama Kabupaten Muara Enim terdapat pengaruh yang signifikan ini dilakukan dengan menggunakan Uji t. yang menunjukkan bahwa nilai t hitung=4,841 dan t-tabel=2,048 dengan nilai $p=0,000$. Karena nilai t-hitung > t-tabel atau $p < 0,05$. Kemudian dilihat dari perhitungan koefisien determinasi bahwa variabel Pola Asuh Orang Tua (X) dalam mempengaruhi Minat Belajar Anak (Y) sebesar 45,6%, sementara 54,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama meneliti tentang pola asuh. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian ini meneliti tentang kesehatan mental orang tua terhadap pola asuh anak sedangkan penelitian sebelumnya

¹¹ Utari, S. (2021). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Minat Belajar Anak Usia 6-8 Tahun Di Desa Ujanmas Lama Kabupaten Muara Enim*. Skripsi IAIN Bengkulu.

meneliti tentang pola asuh orang tua terhadap minat belajar anak usia 6-8 tahun.

G. Sistematikan Penulisan

- Bab I** Pendahuluan, menjelaskan atau memberikan gambaran awal yang menjadi latar belakang skripsi, merumuskan masalah, Batasan masalah, tujuan dari penelitian, kegunaan penelitian, penelitian terdahulu yang menjadikan landasan awal membedakan dengan penelitian sebelumnya, dan sistematika penulisan.
- Bab II** Kajian teori atau landasan teori, setelah diketahui pokok permasalahan dalam penelitian ini. Maka pada bab ini membahas tentang landasan teori yang berkaitan dengan pengertian pola asuh, macam-macam pola asuh, faktor-faktor yang mempengaruhi pola asuh, pengertian kesehatan mental, faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, dan ciri-ciri kesehatan mental.
- Bab III** Metode penelitian, menjelaskan tentang pendekatan dan jenis penelitian, identifikasi variabel, populasi, teknik sampling, dan sampel, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, dan Teknik analisis data.
- Bab IV** Hasil dan pembahasan, menjelaskan tentang hasil penelitian yang membahas uji asumsi klasik, uji hipotesis, uji kualitas data dan pembahasan.
- Bab V** Penutup, menjelaskan tentang kesimpulan dan saran.