

## PENGARUH POLA ASUH ORANGTUA TERHADAP KONDISI MENTAL ANAK

Eka Kusniatul Wida<sup>1</sup>, Siti Istiningsih<sup>2</sup>, Nurwahidah<sup>3</sup>

<sup>1, 2,3</sup>PGSD, Universitas Mataram, Indonesia

e-mail: [ekatae29300@gmail.com](mailto:ekatae29300@gmail.com)<sup>1</sup>, [istiningsih92@gmail.com](mailto:istiningsih92@gmail.com)<sup>2</sup>, [nurwahidah@unram.ac.id](mailto:nurwahidah@unram.ac.id)<sup>3</sup>

**Abstrak:** Artikel ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh orang tua terhadap kondisi mental anak. Data disajikan secara deskriptif kualitatif terkait pengaruh pola asuh terhadap mental anak. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah studi pustaka. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis secara kualitatif dan disajikan secara deskriptif. Masalah kesehatan anak merupakan salah satu masalah utama dalam bidang kesehatan saat ini di negara Indonesia. Derajat kesehatan anak mencerminkan derajat kesehatan bangsa, sebab anak sebagai generasi penerus bangsa memiliki kemampuan yang dapat dikembangkan dalam meneruskan pembangunan bangsa sehingga masalah kesehatan anak diprioritaskan dalam perencanaan atau penataan pembangunan bangsa. Baik itu kesehatan mental maupun kesehatan fisik. Salah satu penyebab anak mengalami kondisi mental yang buruk adalah pola asuh orang tua yang tidak sesuai dengan usia dan kebutuhan anak. Misalnya, orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter pada anak usia 4-6 tahun yang dimana anak-anak pada masa-masa seperti itu harus dilatih untuk bisa mengekspresikan dirinya dengan baik agar mudah bersosialisasi dengan orang lain

**Kata-kata Kunci:** *pengaruh, pola asuh, mental anak*

### THE EFFECT OF PARENTING ON A CHILD'S MENTAL STATE

**Abstract:** This article aims to find out the influence of parental parenting on the mental condition of children. The data is presented descriptively qualitatively related to the influence of parenting on the child's mental. The data collection method used is library studies. The data that has been obtained is then analyzed qualitatively and presented descriptively. Children's health problems are one of the main problems in the field of health today in Indonesia. The degree of children's health reflects the degree of health of the nation, because children as the next generation of the nation have abilities that can be developed in continuing nation building. So that children's health problems are prioritized in planning or structuring nation-building. Whether it's mental health or physical health. One of the causes of children experiencing a bad mental condition is parental parenting that is not appropriate for the age and needs of the child. For example, parents who apply authoritarian parenting in children aged 4-6 years where children at such times must be trained to be able to express themselves well in order to easily socialize with others.

**Keywords:** *influence, parenting of parents, mental child*

## PENDAHULUAN

Orang tua merupakan cerminan yang bisa dilihat dan ditiru oleh anak-anaknya dalam keluarga. Oleh karena itu setiap pola pengasuhan harus memberikan rasa nyaman tetapi juga diperkuat dengan batasan norma-norma yang menghindarkan anak pada perilaku menyimpang (Salimar, Hastuti, & Latifah, 2011). Jika pola asuh anak belum terpenuhi secara baik dan benar, kerap kali akan memunculkan masalah dan konflik, baik didalam diri anak itu sendiri maupun antara anak itu sendiri maupun antara anak dengan orang tuanya, maupun terhadap lingkungannya.

Dewasa ini, orangtua yang pada dasarnya menginginkan yang terbaik bagi anak-anak mereka, tanpa sadar juga melakukan kesalahan dalam penerapan pola asuh terhadap anak-anak. Kesalahan-kesalahan tersebut antara lain:

1. Memberi banyak pilihan. Terlalu banyak memberikan pilihan dapat membuat anak kewalahan.
2. Terlalu dimanjakan. Berusaha memenuhi setiap permintaan anak akan membuat anak sulit merasa puas dan membuat mereka suka memaksa.
3. Membuat anak sibuk. Anak yang terlalu sibuk selain kelelahan juga bisa membuatnya jadi korban bullying.
4. Kepintaran dianggap paling penting. Membangga-banggakan prestasi akademik anak dapat membuat anak menjadi arogan dan merasa orang lain lebih bodoh. Kondisi ini justru membuat anak dijauhi teman-temannya.
5. Menyembunyikan topik sensitif seperti seks. Kebanyakan orangtua takut membicarakan soal seks dan percaya bahwa menghindari diskusi ini dengan anak-anak mereka bisa membuat anak terhindar dari perilaku seksual tidak pantas. Padahal, topik tentang pendidikan seks bisa dimulai sejak dini, disesuaikan dengan pemahaman anak.
6. Terlalu sering mengkritik. Anak yang orangtuanya terlalu sering mengkritik akan tumbuh menjadi anak yang kurang percaya diri atau menuntut kesempurnaan dalam segala hal. Saat ia melakukan kesalahan, mereka merasa tidak berguna dan marah.
7. Membebaskan anak nonton tv atau main gadget. Batasi waktu Anda menatap layar elektronik, entah itu televisi, ponsel, atau gadget lain. Bahkan, seharusnya anak tidak diperkenalkan dengan gadget sebelum mereka berusia di atas dua tahun.
8. Terlalu melindungi anak. Naluri orangtua adalah melindungi anak, tetapi bukan berarti anak harus "dipagari" dari kesusahan. Pola asuh seperti ini dapat membuat anak kurang bersyukur dan menghargai sesuatu. Terkadang anak juga perlu belajar menghadapi kehilangan atau masalah.

## METODE PENELITIAN

Kajian pustaka ini dilakukan dengan cara menelusuri artikel-artikel penelitian sebelumnya yang meneliti tentang pengaruh pola asuh orang tua pada kondisi mental anak *google scholar* dengan mengetikkan kata kunci "pola asuh orang tua terhadap mental anak". Artikel-artikel tersebut kemudian dipilah dan dipilih sesuai dengan pertanyaan yang ditulis dalam artikel ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Ada beberapa macam pola asuh orang tua yang dapat menyebabkan kondisi mental anak menjadi buruk atau tidak normal seperti kebanyakan anak pada umumnya, antara lain:

### 1. Pola Asuh Otoriter

Pola asuh otoriter merupakan pengasuhan yang dilakukan dengan cara memaksa, mengatur, dan bersifat keras. Orang tua menuntut anaknya agar mengikuti semua kemauan dan perintahnya berdampak pada konsekuensi hukuman atau sanksi.

Pola asuh otoriter dapat memberikan dampak negative pada perkembangan psikologis anak. Anak kemudian cenderung tidak dapat mengendalikan diri dan emosi bila berinteraksi dengan orang lain. Bahkan tidak kreatif, tidak percaya diri, dan tidak mandiri (Syamsudin, 2017).

Pola pengasuhan ini akan menyebabkan anak menjadi stress, depresi dan trauma. Oleh karena itu tipe pola asuh otoriter tidak dianjurkan.

Emosi yang dipendam dapat membuat anak merasa tertekan. Hubungan pola asuh otoritatif dengan perkembangan mental emosional menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola asuh otoritatif dengan perkembangan mental emosional pada anak prasekolah dengan  $p$  value 0,003. Penelitian mengenai hubungan pola asuh dengan perkembangan anak mempunyai hasil yang signifikan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian lain mengenai hubungan antara pola asuh orang tua dengan perkembangan anak usia prasekolah yang mempunyai hasil signifikan dan hasil analisis univariat mengenai pola asuh orangtua sebagian besar orangtua

menerapkan pola asuh otoritatif dan perkembangan anak sesuai dengan tahap perkembangannya (Dwinita Viandari & Pande Ary Susilawati, 2019).

Emosi yang dipendam dapat membuat anak merasa tertekan dan terbebani sehingga menyebabkan anak mengalami keluhan fisik, misalkan: sakit perut/sariawan/flu sebelum ujian, ingin buang air kecil karena ketakutan, atau bicara gagap disaat gugup atau grogi.

Sikap orangtua yang perhatian, namun sikap orangtua yang membiarkan anak atau mengekang anak akan mengakibatkan keadaan anak semakin tidak dapat mengekspresikan emosi dengan baik. Keadaan ini sejalan dengan poin pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner pola asuh otoritatif, responden masih merasakan perilaku anak dengan membiarkan anak ketika anak ingin menyendiri dikamarnya.

Selain itu pada kuesioner perkembangan mental emosional terdapat poin pertanyaan mengenai perilaku anak yang tampak menghindari dari teman atau anggota keluarga dan terdapat responden yang merasakan anak tampak menghindari dari teman atau anggota keluarga, keadaan tersebut menggambarkan orangtua masih merasakan perilaku anak yang menyendiri yang dianggap wajar, padahal perilaku tersebut merupakan salah satu tanda penyimpangan mental emosional.

Didapatkan 11 responden (29,7%) menerapkan pola asuh otoriter. Menurut Baumrind dalam (Sunarti, 2014), anak yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter akan mengembangkan sikap sebagai pengekor, selalu tergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan dan tidak memiliki pendirian. Anak tidak memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dipenuhi ketakutan berbuat salah, dan cenderung sulit mempercayai orang di sekitarnya. Menurut asumsi peneliti orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter disebabkan orang tua yang selalu menginginkan yang terbaik untuk anaknya, hal ini terlihat pada pertanyaan yang diberikan oleh peneliti, dimana orang tua selalu menginginkan anaknya harus menurut terhadap perintah orang tua. Selain itu orang tua akan membuat peraturan yang harus dipatuhi tanpa mau peduli dengan perasaan anak.

Orang tua akan marah jika anak melakukan sesuatu tidak sesuai dengan yang diinginkan, hal ini juga dapat dilihat pada pertanyaan yang diberikan kepada orang tua dimana pada umumnya orang tua akan marah apabila anak tidak melakukan apa yang diinginkan, seperti apabila anak disuruh menggambar tetapi hasilnya tidak sesuai dengan keinginan maka orang tua akan marah dan menyuruh untuk mengulangi. Selain itu hukuman fisik dan mental akan sering diterima oleh anak agar anak terus tetap patuh dan disiplin.

## **2. Pola Asuh Permisif**

Pola asuh permisif dilakukan dengan memberikan kebebasan terhadap anak melakukan apapun sesuka hatinya. Sedangkan orang tua kurang peduli terhadap perkembangan anak, pengasuhan yang didapat anak cenderung dilembaga formal atau sekolah.

Pola asuh semacam ini dapat mengakibatkan anak menjadi egois karena orang tua cenderung memanjakan anak dengan materi. Keegoisan tersebut akan menjadi penghalang hubungan antara sang anak dengan orang lain (Astuti, 2011). Pola pengasuhan anak yang seperti ini akan menghasilkan anak-anak yang kurang memiliki kompetensi social karena adanya control diri yang kurang.

Didapatkan untuk orang tua yang menerapkan pola asuh permisif, dari hasil penelitian didapatkan 3 responden (8,1%) yang menerapkan pola asuh permisif. Pola asuh permisif ditandai dengan sikap penerimaan tinggi, namun kontrol terhadap anak rendah. Orang tua serba membolehkan anak berbuat apa saja, orang tua memiliki kehangatan dan menerima apa adanya.

Kehangatan cenderung memanjakan. Sedangkan menerima apa adanya akan cenderung memberikan kebebasan kepada anak untuk berbuat apa saja (Wulan et al., 2018). Menurut asumsi peneliti bahwa orang tua yang permisif adalah orang tua yang serba membolehkan anak melakukan apa saja tanpa pengawasan dan kontrol darinya

serta menuruti kemauan dan keinginan anak. Sehingga anak cenderung suka memberontak, kurang percaya diri dan prestasi rendah serta kurang bertanggung jawab. Dengan demikian anak-anak yang dibesarkan dalam pola asuh seperti ini tidak mampu bersaing diluar terutama dalam meraih prestasi.

Selain itu latar belakang pekerjaan dan pendidikan orang tua juga mempengaruhi cara pola asuh orang tua, diantaranya ada yang bekerja sebagai petani, pedagang sehingga perhatian terhadap anak tidak cukup. Hal ini dapat dilihat dari pertanyaan yang diberikan oleh peneliti kepada orang tua, dimana apabila anak menginginkan sesuatu orang tua akan memberikan barang-barang yang diinginkan tanpa melihat dampak dari barang tersebut.

### **3. Verbal Abuse**

Verbal abuse atau biasa disebut emotional child abuse adalah tindakan lisan atau perilaku yang menimbulkan konsekuensi emosional yang merugikan. Kata-kata yang menyakitkan biasanya bermakna melecehkan kemampuan anak, menganggap anak sebagai sumber kesialan, mengecilkan arti si anak, memberikan julukan negatif kepada anak, dan memberikan kesan bahwa anak tidak diharapkan akan memiliki dampak jangka panjang terhadap perasaan anak dan dapat mempengaruhi citra diri mereka (Lestari & Andrian, 2019).

Berbagai bentuk ucapan yang bertujuan menyakiti anak akan berpengaruh kepadanya. Baik dalam kehidupan saat ini maupun di masa yang akan datang. Kekerasan verbal terhadap anak akan menumbuhkan sakit hati hingga membuat mereka berpikir seperti yang kerap diucapkan oleh orangtuanya. Jika orangtua bilang anak bodoh atau jelek, maka dia akan menganggap dirinya demikian. Meski dampaknya tidak terjadi secara langsung, namun melalui proses.

Ucapan-ucapan bernada menghina dan merendahkan itu akan direkam dalam pita memori anak. Semakin lama, maka akan bertambah berat dan membuat anak memiliki citra negatif.

Anak yang sering mengalami kekerasan verbal di kemudian hari akan hilang rasa percaya dirinya. Bahkan hingga memicu kemarahannya, merencanakan untuk melakukan aksi balas dendam, dan berpengaruh terhadap caranya bergaul (Syarif, 2018).

Kekerasan yang dialami oleh anak dapat berdampak pada fisik maupun psikologis. Verbal abuse biasanya tidak berdampak secara fisik kepada anak, tetapi dapat merusak anak beberapa tahun kedepan. Verbal abuse yang dilakukan orang tua menimbulkan luka lebih dalam pada kehidupan dan perasaan anak melebihi perkosaan (Susumaningrum, Juliningrum, & Rahmadiar, 2019).

Berikut dampak-dampak psikologis akibat kekerasan verbal pada anak: Anak menjadi tidak peka dengan perasaan orang lain, mengganggu perkembangan, anak menjadi agresif, gangguan emosi, hubungan sosial terganggu, kepribadian sociopath atau antisocial personality disorder, menciptakan lingkaran setan dalam keluarga, dan bunuh diri (Rahmawati & Latifah, 2019).

### **4. Pola Asuh Demokratis**

Dari hasil penelitian ditemukan 2 responden yang mengalami penyimpangan mental emosional dari pola asuh demokratis dengan menunjukkan gejala sering menangis. Dari hasil wawancara dengan orangtua ternyata keadaan emosional anak yang sering menangis tersebut terjadi setelah anak memiliki adik. Hal tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan pengaruh pola asuh demokratis akan menghasilkan karakteristik anak-anak yang mandiri, dapat mengontrol diri, mempunyai hubungan baik dengan teman-temannya, mampu menghadapi stres, mempunyai minat terhadap hal-hal yang baru, dan kooperatif terhadap orang lain.

Meskipun terdapat juga kemungkinan berkembang sifat-sifat tidak taat dan tidak mau menyesuaikan diri karena pengaruh dari sibling rivalry. Hal tersebut merupakan keterbatasan pemahaman emosi anak yang seringkali menimbulkan ketidaktepatan orang dewasa dalam merespon emosi anak. Kondisi ini dapat mengakibatkan munculnya

permasalahan baru dalam aspek emosi. Sehingga diasumsikan penyimpangan mental emosi pada anak tersebut karena pengaruh dari sibling rivalry.

## 5. Pola Asuh Liberal

Pola asuh liberal, orang pola asuh dimana orang tua menerima sikap dan tingkah laku anak, serba membolehkan tanpa pengarahan atau perintah. Sehingga anak kurang mendapat kasih sayang dari orangtua, serta kebutuhan fisik dan psikis anak menjadi tidak terpenuhi. Pengaruh pola asuh liberal akan menghasilkan karakteristik anak-anak yang impulsif, agresif, tidak patuh, manja, kurang mandiri, mau menang sendiri, kurang matang secara sosial dan kurang percaya diri.

## PENUTUP

### Simpulan

Artikel ini hanya menguraikan pengertian pola asuh dan mental serta menjabarkan beberapa macam cara mengasuh orang tua yang dapat berdampak negatif pada mental anak. Artikel ini belum menjabarkan secara lengkap mengenai pengaruh pola asuh orang tua yang buruk terhadap mental anak, sehingga belum dapat dikatakan sebagai meta analisis atau *systematic review*.

### Saran

Terlepas dari keterbatasan tersebut, artikel dapat memberikan gambaran tentang apa saja dan bagaimana pola asuh orang tua yang memberikan pengaruh buruk pada kondisi mental anak. Sebaiknya orang tua pandai-pandai memilih cara untuk mengasuh/mendidik anak-anak mereka, karena hal ini sangat berpengaruh pada mental maupun kepribadian dan karakter anak yang akan terbentuk ketika dewasa kelak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, M. (2011). Anak Berhadapan Dengan Hukum Ditinjau Dari Pola Asuhnya Dalam Keluarga. *Jurnal Informasi*, 16(01), 1-16.
- Dwinita Viandari, K., & Pande Ary Susilawati, K. (2019). Peran pola asuh orangtua dan penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak prasekolah. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 76-87. Retrieved from <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/48628/28942/>
- Lestari, M., & Andrian, D. (2019). Intensitas Pola Asuh Authoritative Anak Usia Dini Yang Memiliki Ibu Tenaga Kerja Wanita Terhadap Hasil Belajar Di Sekolah Di Bajang Mlarak Ponorogo Propinsi Jawa Timur. *JURNAL SOSIAL: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 19(2), 176-181. <https://doi.org/10.33319/sos.v19i2.13>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2019). The Effect of Mother-Child Interaction and Maternal Gadget Use on Child's Gadget Addiction in Preschool Children. In M. Simanjuntak & B. I. Rahmaniah (Eds.), *The 2nd International Seminar on Family and Consumer Issues in Asia Pacific: "Challenging Family in Digital Era"* (pp. 70-78). Retrieved from Maternal Gadget Use on Child's Gadget Addiction in Preschool Children
- Salimar, Hastuti, D., & Latifah, M. (2011). Hubungan Beban Kerja, Pengetahuan Ibu, dan Pola Asuh Psikososial Dengan Perkembangan Kognitif Anak Usia 2-5 Tahun Pada Keluarga Miskin. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 34(1), 39-49.
- Sunarti, E. (2014). *Mengasuh Anak dengan Hati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Susumaningrum, L. A., Juliningrum, P. P., & Rahmadiar, V. S. (2019). Hubungan Parenting Self-Efficacy Dengan Kemampuan Melakukan Activity Daily Living (ADL) Pada Anak Autis Di SLB-B & AUTIS TPA Jember. *JPI (Jurnal Pendidikan Inklusi)*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.26740/inklusi.v2n2.p65-71>
- Syamsudin, G. A. (2017). Dampak pola asuh ibu sebagai tenaga kerja wanita (TKW) terhadap kepribadian remaja. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 1(2), 219-244.
- Syarif, S. A. (2018). Pola Pengasuhan Dan Pemenuhan Hak Dasar Anak Buruh Migran

Perempuan. *Al-MAIYYAH : Media Transformasi Gender Dalam Paradigma Sosial Keagamaan*, 11(2), 342-361. <https://doi.org/10.35905/almaiyyah.v11i2.662>

Wulan, T. ., Shodiq, D., Wijayanti, S., Lestari, D. W. ., Hapsari, A. ., Wahyuningsih, E., & Restuadhi, H. (2018). Ayah Tangguh, Keluarga Utuh : Pola Asuh Ayah pada Keluarga Buruh Migran Perempuan di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(2), 84-95. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.84>