



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

## **Pengasuhan Kakek-Nenek Menawarkan Berbagai Manfaat: Kesehatan Fisik, Kesehatan Mental, dan Fungsi Kognitif**

Katherine Shania Soesanto & Atika Dian Ariana\*  
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Peran kakek-nenek sebagai pengasuh anak meningkat sejalan dengan adanya kekhawatiran mengenai tempat penitipan anak di luar rumah. Penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan oleh kakek-nenek mendatangkan banyak keuntungan. Keuntungan tersebut ditawarkan dari sisi kesehatan fisik yang lebih baik, kesejahteraan mental yang baik hingga peningkatan fungsi kognitif. Kajian ini dilakukan untuk membahas dampak positif dari memberikan pengasuhan secara langsung dari kakek-nenek terhadap cucu secara rinci dengan meninjau literatur yang relevan yang mendukung pernyataan tersebut. Selain itu, kritik dan saran khusus diberikan untuk mengevaluasi studi dalam konteks yang lebih dalam.

**Kata kunci:** *pengasuhan kakek-nenek, kesehatan fisik, kesehatan mental, fungsi kognitif.*

### **ABSTRACT**

The role of grandparent caregiving is growing as the concerns regarding out of home child care incline. Research suggest that the benefits of grandparents' caregiving are better physical health, good mental well-being as well as an increasing in cognitive functioning. This paper discusses these positive impacts in details by reviewing relevant literatures in which supporting the statement. In addition, critics and specific suggestions are provided to evaluate the studies in a deeper context.

**Keywords:** *grandparenting, physical health, mental health, cognitive function.*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [atika.ariana@psikologi.unair.ac.id](mailto:atika.ariana@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang, terdapat tuntutan lebih besar untuk penitipan anak secara formal dikarenakan adanya pergeseran peran di dalam keluarga di mana sebagian besar orang tua sama-sama bekerja. Hal tersebut mengakibatkan orang tua membutuhkan penitipan anak di luar rumah untuk anak-anak mereka. Namun, terdapat beberapa kekhawatiran terhadap penitipan anak itu sendiri seperti, kualitas penitipan anak dan biaya pengasuhan yang mengakibatkan keluarga-keluarga di Australia meminta bantuan kakek-nenek dalam pengasuhan anak. Biro Statistik Australia (2018) menunjukkan bahwa lebih dari seperempat (26%) anak di penitipan anak umumnya diasuh oleh kakek-nenek mereka.

Selain itu, kakek-nenek yang mengasuh anak cucu mereka juga mendapatkan manfaat yang luar biasa termasuk kesehatan fisik dan mental yang baik bersama dengan peningkatan fungsi kognisi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan memberikan perawatan rutin (Kochli-Hailovski dkk., 2020) dan perawatan intensif (Di Gessa dkk., 2016), kakek-nenek merasa lebih muda dan memiliki kesehatan fisik yang lebih baik. Penelitian lain menemukan bahwa pengasuhan oleh kakek dan nenek dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (Pruchno & Mckenney, 2002) dan jika dilakukan secara intensif, dapat mengurangi gejala depresi (Kim dkk., 2017; Tsai dkk., 2013). Selain itu, kakek-nenek mungkin mengalami fungsi kognitif yang lebih baik ketika mereka merawat cucu (Sneed & Schulz, 2019). Semua bukti ini mendukung pernyataan bahwa memberikan perawatan cucu mempunyai manfaat yang positif untuk kesehatan dan kesejahteraan kakek-nenek.

## METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode narrative review. Metode yang digunakan mempunyai tiga tahap yaitu dimulai dengan menentukan topik yang akan diteliti, menelusuri artikel-artikel yang akan digunakan melalui database, dan menyeleksi artikel untuk digunakan sebagai pustaka acuan dalam penelitian. Database yang digunakan dalam penelitian ini merupakan database dari QUT Library dengan memasukkan kata kunci "grandparenting", "physical health", "mental health", and "cognitive function". Terdapat tujuh jurnal internasional (terambil dari website Science Direct, Oxford Academic, dan, BMC Public Health) dan satu laporan statistik pemerintah (terambil dari Australian Bureau of Statistics) yang terkait dengan manfaat baik pengasuhan cucu oleh kakek-nenek. Pemilihan artikel dibatasi dalam kurun waktu 10 tahun terakhir, ditulis dalam Bahasa Inggris, dan dipublikasikan pada peer-reviewed journal.

## HASIL PENELITIAN

Telaah terhadap artikel menemukan sejumlah manfaat pengasuhan oleh kakek dan nenek mencakup manfaat terhadap aspek kesehatan fisik, kesehatan mental, dan fungsi kognitif.

### *Kesehatan Fisik*

Kochli-Hailovski dan kawan kawan (2020) melakukan studi *cross-sectional* untuk memeriksa hubungan antara intensitas pengasuhan kakek-nenek, pengaruh positif, pengaruh negatif, gejala somatik dan variabilitas detak jantung (HRV). Penelitian ini melibatkan 104 kakek-nenek berusia 59 hingga 82 tahun di Israel (memberikan perawatan rutin minimal 5 jam per minggu). Data penelitian dianalisis dengan menggunakan model persamaan struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas perawatan



yang konsisten, berhubungan dengan efek positif yang lebih tinggi, efek negatif yang lebih rendah, dan gejala somatik yang lebih rendah serta HRV yang menunjukkan kecocokan model yang baik (Kochli-Hailovski dkk., 2020).

Penelitian serupa oleh Di Gessa dan kawan-kawan (2016) yang melibatkan aspek gender, menemukan hasil positif bahwa nenek mengalami kesehatan fisik yang lebih baik selama mengasuh cucu. Studi ini menentukan kriteria partisipan berusia 50 ke atas, memiliki minimal satu cucu, dan terlibat dalam gelombang 1-3 dari Survei Kesehatan, Penuaan, dan Pensiun di Eropa. Penelitian ini mengeksplorasi hubungan longitudinal antara perawatan cucu intensif dan non-intensif dan kesehatan partisipan. Analisis kelas laten digunakan dalam mengkategorikan peserta menurut kondisi kesehatan dan sosial ekonomi anak berdasarkan informasi riwayat hidup. Studi ini juga mencatat pengalaman masa dewasa (periode kesehatan yang buruk). Variabel kesehatan fisik berkelanjutan yang laten diciptakan oleh para peneliti, dibangun di atas indikator yang diukur oleh diri sendiri dan pengamat. Selain itu, hubungan antara perawatan cucu dan kesehatan fisik mereka dieksplorasi menggunakan regresi OLS. Ini juga digunakan untuk mengontrol kondisi masa dewasa dan masa kanak-kanak bersama dengan karakteristik kesehatan dan sosial ekonomi. Hasilnya menyoroti hubungan longitudinal positif antara perawatan cucu dan kesehatan fisik, terutama untuk nenek di Eropa

#### *Kesejahteraan Psikologis dan Depresi*

Memberikan perawatan cucu diketahui mempunyai manfaat yang baik untuk kesehatan psikologis dan kesejahteraan (Pruchno & Mckenney 2002). Studi ini menguji model teoretis untuk memprediksi dampak positif dan negatif dari pengasuhan cucu oleh nenek. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan kesehatan psikologis nenek sebagai pengasuh. Sampel penelitian adalah 867 nenek sukarela (ras Hitam Putih) yang mengasuh cucu di rumah tangga yang tidak memiliki orang tua cucu. Kepuasan pengasuhan sebagai indikator positif diukur dengan skala Kepuasan Pengasuh Lawton sedangkan beban pengasuhan sebagai indikator negatif diukur menggunakan skala sembilan item Lawton. Selanjutnya, pengaruh negatif dinilai menggunakan skala Pusat Studi Epidemiologi-Depresi Radloff (CES-D) dan skala Pengaruh Negatif Lawton. Pengaruh positif diukur dengan Life Satisfaction Index A (LSIA) dan Skala Pengaruh Positif Lawton. Dalam menganalisis data, digunakan Analisis Struktur Momen (AMOS) oleh Arbuckle. Hasil menegaskan bahwa ada peningkatan kepuasan pengasuhan ketika nenek memberikan lebih banyak bantuan terhadap cucu mereka yang dapat menyebabkan pengaruh positif yang lebih besar. Menariknya, stabilitas model nenek-nenek Hitam Putih menunjukkan kesamaan pengalangan di seluruh ras.

Studi oleh Kim dan kawan-kawan (2017) yang melibatkan pria dan wanita sebagai partisipan, menemukan bahwa pengasuhan kakek-nenek sangat membantu dalam mengurangi gejala depresi. Dengan tujuan untuk menyelidiki dampak pengasuhan kakek-nenek yang intensif pada gejala depresi di antara orang dewasa Korea, penelitian dilakukan secara longitudinal menggunakan data sampel Korea Longitudinal Study of Aging dari tahun 2008 hingga 2012 (5.129 peserta berusia 50 tahun ke atas; tidak memiliki depresi; memiliki setidaknya satu cucu). Skala Depresi Pusat Studi Epidemiologi yang terdiri dari 10 item digunakan dalam mengukur gejala depresi. Hasilnya menunjukkan pengurangan gejala depresi dalam pengalaman perawatan cucu secara intensif, terutama pada kakek. Penelitian ini juga didukung dengan penelitian longitudinal serupa di Taiwan yang menemukan bahwa lansia mengalami penurunan gejala depresi yang signifikan selama merawat cucu (Tsai dkk., 2013).

#### *Fungsi Kognitif*

Kemunduran fungsi kognitif umumnya dikaitkan dengan penuaan yang dianggap sebagai prediktor penting untuk kematian orang tua. Studi longitudinal oleh Sneed dan Schulz (2019) menunjukkan



bahwa pengasuhan kakek-nenek dapat meningkatkan fungsi kognitif dan mencegah kehilangan kognitif. Dengan partisipan kakek-nenek kulit putih dan Afrika-Amerika (berusia 65 tahun ke atas), tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi hubungan antara pengasuhan cucu tanpa hak asuh dan fungsi kognisi menggunakan Health and Retirement Study (HRS). Analisis hanya mencakup kakek-nenek tanpa hak asuh yang tidak tinggal bersama cucu mereka selama tiga gelombang (2006, 2008, dan 2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara jam perawatan cucu dan fungsi kognitif yang lebih baik selama 4 tahun (2006-2010).

## DISKUSI

Berdasarkan dari hasil analisa ketujuh jurnal internasional dan satu laporan statistik pemerintah Australia, pengasuhan cucu oleh kakek-nenek memberikan manfaat positif dari segi kesehatan fisik, kesehatan mental, dan peningkatan fungsi kognitif. Penelitian oleh Kochli-Hailovski dan kawan kawan (2020) pada kesehatan fisik kakek-nenek menunjukkan adanya variabilitas detak jantung yang baik dan penurunan efek negatif dan gejala somatik. Namun, Penelitian Kochli-Hailovski dan kawan kawan (2020) memiliki sejumlah kekurangan diantaranya terkait desain penelitian studi *cross-sectional* dan adanya faktor-faktor yang memiliki dampak kumulatif dari waktu ke waktu (usaha fisik, investasi emosional, pengambilan keputusan, dan kewaspadaan mental). Sulit untuk menganalisis keakuratan hubungan antara HRV dan stres pengasuhan karena faktor-faktor ini dapat mempengaruhi temuan dari waktu ke waktu. Selain itu, ukuran sampel yang kecil membatasi generalisasi temuan. Studi ini juga tidak memasukkan aspek gender, oleh karena itu, tidak ada informasi yang tersedia apakah seseorang dengan gender tertentu mencapai skor yang lebih tinggi dalam kesehatan fisik.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Di Gessa dan kawan kawan (2016) juga menghasilkan adanya hubungan positif antara perawatan cucu dan kesehatan fisik yang dilakukan oleh nenek di daerah Eropa. Sayangnya, penelitian ini tidak memiliki informasi lebih lanjut mengenai aktivitas dan pengalaman pengasuh di mana tidak ada data yang ditampilkan tentang tugas dan aktivitas yang dilakukan, alasan untuk memberikan perawatan (yaitu, kewajiban atau perasaan), dan apakah kakek-nenek puas dengan pengasuhan mereka. Faktor-faktor ini akan sangat membantu untuk menentukan jalur kausal dari hubungan antara perawatan cucu dan kesehatan yang dapat membuat penelitian lebih kompleks.

Kedua penelitian yang dijelaskan di atas menunjukkan bahwa memberikan perawatan cucu, baik secara intensif atau teratur, berhubungan positif dengan kesehatan fisik yang baik. Studi oleh Di Gessa dan kawan kawan (2016) membantu mengkonfirmasi keakuratan asosiasi positif karena merupakan studi longitudinal yang mencakup faktor kompleksitas (pengalaman dewasa) untuk temuan yang lebih akurat. Penelitian ini tidak meneliti kausalitas dan hanya mempelajari hubungan antar variabel. Lebih mungkin bahwa merawat cucu membuat kakek-nenek mengadopsi gaya hidup yang lebih aktif (Waldrop & Weber, 2001) dan meningkatkan tingkat aktivitas fisik mereka. Ini dapat mengarah pada kesehatan fisik dan kesejahteraan yang lebih baik karena aktivitas aktif dapat meningkatkan kebugaran tubuh. Selain itu, studi lebih lanjut seperti studi kualitatif sebaiknya dilakukan untuk menemukan hubungan sebab akibat yang kemudian dapat menjelaskan hubungan positif dan memeriksa ruang lingkup perbedaan gender tergantung pada keinginan, aktivitas, dan peran diferensial kedua jenis kelamin.

Dalam hal kesejahteraan psikologis dan depresi, Pruchno & Mckenney (2002) menemukan hasil positif dari kesejahteraan psikologis dan depresi terhadap kakek-nenek yang mengasuh cucu. Secara mendalam, penelitian yang dilakukan oleh Pruchno & Mckenney menggunakan sampel yang besar dan beragam. Hal ini memungkinkan untuk memaksimalkan akurasi hasil. Kesamaan pengalaman yang



stabil di seluruh ras juga menunjukkan bahwa faktor ras lebih mungkin untuk tidak memberikan dampak dan hasilnya lebih mungkin digeneralisasikan di mana pengaruh positif akan cenderung dialami di berbagai ras. Meskipun sampel respondennya besar dan bervariasi, tetapi terdiri dari individu-individu sukarela dengan spesifikasi yang tidak banyak. Oleh karena itu, kurang jelas apakah para peserta memiliki kesamaan satu sama lain, misalnya apakah para peserta memberikan jumlah perawatan yang sama terhadap cucu mereka karena hal ini dapat mempengaruhi temuan.

Dalam lain sisi, penelitian serupa oleh Kim dan kawan-kawan (2017) yang longitudinal dengan ukuran sampel yang besar membuat penelitian ini lebih dapat diandalkan. Penelitian ini dikatakan sebagai penelitian pertama yang memberikan temuan mengenai hubungan antara intensitas pengasuhan cucu dan tanda-tanda depresi di antara orang tua Korea (Kim dkk., 2017). Penelitian ini penting bagi pemerintah Korea untuk mendorong orang lanjut usia Korea untuk berpartisipasi memberikan perawatan cucu tanpa memandang jenis kelamin untuk mengurangi tingkat depresi di kalangan orang tua Korea. Penelitian ini juga dapat dikatakan sebagai salah satu pelopor untuk mengeksplorasi hubungan antara pengasuhan kakek dan kesehatan mental karena penelitian tersebut terbatas dan banyak yang hanya mengeksplorasi sisi nenek. Sebagai pelopor, penelitian ini dapat menginspirasi peneliti lain untuk melakukan penelitian mengenai hal dan mengembangkannya ke tingkat berikutnya. Terlepas dari semua kelebihan, kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini tidak memungkinkan para peneliti untuk mendapatkan informasi rinci mengenai pengasuhan kakek-nenek. Oleh karena itu, penelitian ini mungkin memiliki hasil yang berbeda jika para peneliti dapat memperoleh rincian lebih lanjut di mana beberapa faktor mungkin berkontribusi terhadap temuan tersebut.

Dalam hal fungsi kognitif, Sneed dan Schulz (2019) menemukan bahwa kakek-nenek yang mengasuh cucu memiliki kenaikan dalam fungsi kognitif dan menurunkan kemungkinan terjadinya penurunan fungsi kognitif pada kakek-nenek. Kekuatan penelitian ini adalah termasuk kelompok (nenek-nenek non-perumahan) yang sering diabaikan dalam literatur pengasuhan kakek-nenek. Akibatnya, penelitian ini meningkatkan generalisasi hasil di mana fungsi kognitif yang lebih baik tidak hanya diterapkan untuk kelompok umum, tetapi juga diterapkan pada kelompok minoritas ketika memberikan perawatan cucu. Namun, studi ini rentan terhadap bias jam perawatan diperoleh dari hasil pelaporan pribadi partisipan. Namun demikian, penelitian ini masih menunjukkan bahwa pengasuhan kakek-nenek tanpa hak asuh mendukung dalam mengantisipasi penuaan kognitif yang efektif.

## SIMPULAN

Kakek-nenek tanpa memandang jenis kelaminnya, yang mengasuh anak cucunya akan mendapat manfaat dari banyak aspek kesehatan termasuk kesehatan fisik dan psikologis yang lebih baik, dan fungsi kognitif yang baik yang dapat meningkatkan kualitas hidup orang tua. Bukti-bukti yang digambarkan di atas mendukung pernyataan ini dikarenakan studi-studi yang dilakukan merupakan studi longitudinal dan memiliki sampel besar yang membuat studi menjadi lebih andal dan memiliki akurasi tinggi. Meskipun penelitian-penelitian tersebut tidak lepas dari keterbatasan, namun penelitian selanjutnya disarankan untuk mengatasi keterbatasan tersebut dan menjelaskan penelitian-penelitian sebelumnya secara lebih rinci dan kompleks. Pada akhirnya, kakek-nenek didorong untuk memberikan pengasuhan kepada cucu-cucu mereka karena kegiatan ini bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.



### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada orang tua, saudara, sahabat, dan teman-teman, pasangan, dosen-dosen *double-degree* program S1 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, serta dosen-dosen *Bachelor of Behavioural Science (Psychology)* di *Queensland University of Technology* yang selalu mendukung dan memberikan *support* kepada saya.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Katherine Shania Soesanto dan Atika Dian Ariana tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari terbitnya naskah ini.

### PUSTAKA ACUAN

- Australian Bureau of Statistics. (2018). Childhood education and care, Australia. <https://www.abs.gov.au/statistics/people/education/childhood-education-and-care-australia/latest-release>
- Di Gessa, G., Glaser, K., & Tinker, A. (2016). The impact of caring for grandchildren on the health of grandparents in Europe: A lifecourse approach. *Social Science & Medicine* (1982), 152, 166–175. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.01.041>
- Kim, J., Park, E., Choi, Y., Lee, H., & Lee, S. (2017). The impact of intensive grandchild care on depressive symptoms among older Koreans. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 32(12), 1381–1391. <https://doi.org/10.1002/gps.4625>
- Kochli-Hailovski, T., Marai, I., Lorber, A., & Cohen, M. (2020). Providing regular grandchild care: Grandparents' psychological and physical health. *Geriatric Nursing*, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2020.07.008>
- Pruchno, R., & Mckenney, D. (2002). Psychological Well-Being of Black and White Grandmothers Raising Grandchildren: Examination of a Two-Factor Model. *The Journals of Gerontology*, 57(5), P444–52. <https://doi.org/10.1093/geronb/57.5.P444>
- Sneed, R., & Schulz, R. (2019). Grandparent Caregiving, Race, and Cognitive Functioning in a Population-Based Sample of Older Adults. *Journal of Aging and Health*, 31(3), 415–438. <https://doi.org/10.1177/0898264317733362>
- Tsai, F., Motamed, S., & Rougemont, A. (2013). The protective effect of taking care of grandchildren on elders' mental health? Associations between changing patterns of intergenerational exchanges and the reduction of elders' loneliness and depression between 1993 and 2007 in Taiwan. *Bmc Public Health*, 13(1), 567. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-567>
- Waldrop, D., & Weber, J. (2001). From grandparent to caregiver: The stress and satisfaction of raising grandchildren. *Families in Society*, 82(5), 461–472. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.177>

