

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Masalah mental emosional pada anak usia sekolah merupakan hal yang penting karena akan berdampak kepada perkembangan yang dialami anak. Masalah mental emosional yang tidak diselesaikan akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan anak, terutama terhadap pematangan karakternya, dan ini mengakibatkan terjadinya gangguan mental emosional yang dapat berupa perilaku berisiko tinggi (Farida, 2014). Anak dapat dikategorikan kedalam beberapa kelompok berdasarkan rentang usia salah satunya yaitu anak usia sekolah. Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah 6 tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Pembagian tahapan perkembangan anak usia sekolah berada dalam dua masa perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun) dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun) (Desmita, 2011). Rentang usia sekolah (6-12 tahun), dimana usia tersebut memiliki berbagai karakteristik perkembangan, seperti: perkembangan kognitif, moral, sosial, dan biologis (Wong, 2009).

Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) menyatakan bahwa jumlah penduduk di Indonesia sebanyak sekitar 268 juta jiwa. Jumlah anak usia sekolah dengan rentang usia 7-12 tahun di Indonesia sebanyak 28.339.050 jiwa dan provinsi Jawa Timur sebanyak 3.370.061. Usia sekolah merupakan tahapan perkembangan anak yang dapat menghadapi dan menyelesaikan tugas atau perbuatan sehingga dapat menghasilkan sesuatu (Nasir *et al.*, 2011). Anak diharapkan dapat tumbuh dan berkembang dengan baik sehingga menjadi orang dewasa yang sehat secara fisik, mental, sosial, dan emosi. Perkembangan emosi

anak akan sangat tergantung dari interaksi dengan orang lain hal ini sesuai dengan perkembangan usia anak. Emosi yang merupakan proses mental ini akan berkembang tergantung dari proses belajar dengan lingkungannya. Anak akan menyerap setiap perilaku, penilaian dan perlakuan orang-orang yang ada di sekitarnya dalam proses belajar tersebut. Dewi (2012 dalam Farida, 2014) berpendapat bahwa kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal. Kesehatan mental anak sangat berhubungan dengan kesehatan emosi. Anak yang sehat mental dapat mengendalikan emosinya sendiri dan mengatur ekspresi emosi dalam situasi sosialnya, sebaliknya anak yang mengalami gangguan emosi maka akan mengalami kesulitan dalam mengatur emosinya (Nuryanti, 2008).

Gangguan mental pada anak-anak dan remaja telah menjadi fokus dalam kesehatan global di dunia karena hubungannya dengan penderitaan, *functional impairment*, paparan stigma, dan diskriminasi, bahkan potensi kematian. Data epidemiologi global, 12-13% anak dan remaja menderita gangguan mental (Kessler, 2012). Data di Indonesia mengenai gangguan mental emosional pada anak usia sekolah pada tingkat nasional sangat sulit ditemukan, namun terdapat Laporan Riset Kesehatan Dasar Indonesia Tahun 2018 menyebutkan bahwa angka gangguan mental emosional di Indonesia sebesar 9,6%. Angka tersebut mengalami peningkatan dibandingkan hasil tahun 2013 yaitu sebesar 6,0%. Data di Singapura, 12,5% anak usia 6–12 tahun memiliki masalah emosi dan perilaku.

Gangguan mental emosional merupakan suatu kondisi dimana perilaku dan emosional anak berbeda jauh dengan perilaku dan emosional anak-anak lainnya dengan umur dan latar belakang yang sama yang mampu menyebabkan penurunan interaksi dan hubungan sosial, perawatan diri, serta proses belajar dan tingkah laku

dikelas (Maria, 2015). Gangguan mental emosional yang tidak ditangani akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan anak, terutama terhadap pematangan karakternya, hal ini mengakibatkan terjadinya gangguan mental emosional yang dapat berupa perilaku berisiko tinggi (Farida, 2014). Masalah mental emosional merupakan distress psikologis. Masalah mental emosional pada anak usia sekolah dapat berupa sulit mengikuti pembelajaran, mudah bosan, sering mengeluh sakit, gangguan makan, gangguan tidur, kelakuannya seperti anak usia dibawahnya, dan perilaku berisiko seperti berkelahi (Soemardi, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Belfer (2006 dalam Rahmadi, 2015) menyebutkan bahwa diperkirakan prevalensi masalah emosional dan perilaku pada anak sebesar 20%. Terdapat berbagai macam jenis masalah emosional dan perilaku seperti gangguan emosi, gangguan perilaku, hiperaktif, dan masalah dengan teman sebaya. Anak dengan berbagai macam jenis masalah emosional dan perilaku akan mengakibatkan gangguan bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiguna menjelaskan bahwa masalah mental emosi utama pada anak usia sekolah di poliklinik RSCM adalah masalah hubungan dengan teman sebaya (54,8%) dan diikuti oleh masalah emosi dengan presentase sebesar (42,2%) (Wiguna *et al.* , 2010).

Faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah mental emosional pada anak antara lain : faktor individu, keluarga, peristiwa hidup, sosial, dan faktor sekolah (IDAI, 2013). Setiap kali membicarakan tentang kesehatan mental anak, pokok pembahasan tentunya tidak lepas dari peran keluarga, sebab keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak dan sangat berperan penting bagi perkembangan mental anak. Anak akan belajar menanggapi orang lain, mengenal dirinya, sekaligus belajar mengelola emosinya melalui keluarga. Pengelolaan emosi

ini menjadi bagian terpenting dalam menjaga kesehatan mental anak, dan dalam hal ini sangat tergantung dari pola komunikasi yang diterapkan dalam keluarga, terutama sikap orang tua dalam mendidik dan mengasuh anaknya karena orang tua menjadi basis nilai bagi anak. Nilai-nilai yang ditanamkan orang tua akan lebih banyak dicerna dan dianut oleh anak, dengan kata lain, perlakuan setiap keluarga terutama orang tua akan “direkam” oleh anak dan memengaruhi perkembangan emosi yang lambat laun akan membentuk kepribadiannya (Yuli, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Permano (2013), menunjukkan ada hubungan peran orang tua dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak untuk membangun karakter anak. Penelitian ini didukung oleh Briawan *et al.*, (2008) peran stimulasi orang tua sangat berarti bagi perkembangan anak, dengan demikian peran orang tua memiliki pengaruh terhadap perkembangan anak. Orang tua memiliki beban tambahan dan tanggung jawab tambahan, ketika anak berada di tahap usia Sekolah Dasar, karena jejaring sosial anak berkembang secara signifikan selama masa ini (Bornstein, 2002). Seiring dengan interaksi anak yang semakin luas dengan lingkungannya, orang tua perlu melakukan usaha lebih dalam melakukan pengawasan terhadap anak mereka. Apabila orang tua tidak dapat melakukan pengawasan dan pengasuhan yang baik pada tahapan ini maka akan muncul perilaku-perilaku kekerasan pada anak. Kondisi stres psikologis yang dirasakan orang tua dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak (Gani *et al.*, 2019).

Penelitian menunjukkan bahwa stres psikologis lebih sering dialami oleh ibu dibandingkan ayah (Junida, 2015). Stres psikologis yang dialami oleh ibu akan berpengaruh terhadap tanggung jawab orang tua dalam merawat anaknya karena stres pengasuhan akan menghambat pekerjaan yang dilakukan sehari-hari serta dapat menyebabkan permasalahan pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

Tingginya tingkat stres dapat disebabkan oleh kurangnya kemampuan yang dimiliki orangtua dalam mengenali, menilai, mengatur, dan mengevaluasi emosi yang dimiliki sehingga emosi-emosi yang dirasakan tidak dapat ditampilkan pada situasi yang tepat. Sarafino (1994) mendefinisikan stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang. Ketika orang tua mengalami stres maka terdapat beberapa aspek, salah satu aspeknya yaitu aspek psikologis yang terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Gejala tersebut masing-masing mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya stres. Berat atau ringannya stres yang dialami seseorang dapat dilihat dari dalam dan luar diri mereka (Sarafino, 1998).

Kondisi ibu dengan stres psikologis yang memiliki anak berada pada tahap perkembangan kritis yakni usia Sekolah Dasar. Usia ini merupakan pengalaman pertama sekolah pada anak yang menentukan kesuksesan atau kegagalan di masa depan (Papalia *et al.*, 2004). Hal ini akan menjadi stresor bagi orang tua, apabila orang tua tidak dapat mengatur emosi yang dirasakan maka akan berkaitan dengan tingkat stres psikologis orang tua yang lebih tinggi dan penggunaan strategi regulasi emosi akan berpengaruh terhadap proses mental emosional anak. Masalah mental emosional pada anak dapat berlanjut menjadi gangguan yang lebih serius seperti depresi dan risiko bunuh diri apabila tidak berhasil ditanggulangi sejak dini (Kemenkes RI, 2013). Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental

emosional anak usia sekolah. Pemilihan SD pada penelitian ini berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh dokter Diana Rosemary (2020). Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan tentang hubungan kondisi stres psikologis orang tua dengan masalah mental emosional anak usia sekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menilai hubungan kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi kondisi stres psikologis yang dialami ibu.
2. Mengidentifikasi masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.
3. Menganalisa dan menilai hubungan antara kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat teoritis**

1. Menambah wacana yang terkait dengan ilmu kedokteran, yang berfokus pada pembahasan tentang stres psikologis ibu dan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.
2. Penelitian ini seyogyanya dapat digunakan sebagai literatur dalam

pelaksanaan penelitian yang relevan di masa yang akan datang.

#### 1.4.2 Manfaat praktis

##### 1. Manfaat bagi peneliti

Penulis dapat mengetahui hubungan kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.

##### 2. Manfaat bagi responden

Meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang kondisi stres psikologis ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.

##### 3. Manfaat bagi masyarakat

Jika penelitian ini terbukti, diharapkan kesadaran masyarakat untuk memperhatikan masalah stres psikologis yang dialami ibu dengan masalah mental emosional anak usia sekolah dasar.