

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sejak ditetapkannya virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (*SARS-COV-2*) yang dikenal sebagai penyebab munculnya penyakit *Coronavirus Disease* (*Covid-19*) pada 2019 silam, *Covid-19* resmi dideklarasikan sebagai pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (*WHO*) pada 11 Maret 2020 (*WHO, 2020*). Kondisi pandemi membuat pemerintah Republik Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI mengeluarkan kebijakan darurat terkait aktivitas luring sekolah dialihkan menjadi daring dengan diterbitkannya Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 (*Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020*).

Dampak diterbitkannya surat edaran tersebut membuat anak belajar dari rumah di bawah pengawasan penuh orang. Tanpa disadari, hal ini juga berdampak pada pola pengasuhan orang tua kepada anaknya yang berimplikasi terhadap pembentukan karakter anak (*Dewi & Khotimah, 2020*). Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada subjek yang bernama Ibu D (inisial) yang bertugas sebagai Kader PKK mengungkapkan bahwa mengungkapkan bahwa ia kesulitan dalam mendampingi anak belajar jarak jauh, terutama pada anaknya yang masih duduk di bangku sekolah dasar. Multiperan yang dilakukan oleh Ibu D tidak jarang memicu rasa khawatir berlebih apabila tidak menguasai materi pelajaran, sibuk, agak emosional, dan kurang fokus mengingat ada pekerjaan lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila, D. P., Putri, S. A. A., Nafia, Z. I., & Yuwono, (2021) yang mengemukakan bahwa orang tua yang memiliki peran ganda mengalami kesulitan dalam melakukan aktifitas *work from home* karena harus bekerja dan mengasuh anak.

Kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (*PPKM*) yang sempat dikeluarkan selama pasndemi resmi berakhir dengan diterbitkannya

Instruksi Mendagri Nomor 50 dan 51 Tahun 2022 (TGH/UN, 2022). Namun, tantangan era pasca-pandemi Covid-19 masih menjadi era yang penuh dengan ketidakpastian. Salah satu tantangannya ialah gangguan kesehatan mental. Survei terbaru menunjukkan bahwa 1 tahun pasca-pandemi didapatkan data 2 dari 5 orang memikirkan untuk bunuh diri dibandingkan awal pandemi menerjang Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2022) Sebagai contoh beban emosional yang dialami oleh para orang tua, terlebih pada orang tua yang bertanggung jawab dalam mencari nafkah, urusan domestik dan mengasuh anak.

Gejala yang kerap dirasakan berupa *burnout* atau kelelahan kronis baik secara fisik maupun psikis hingga depresi (Qommarria Rostanti, 2023). Efek yang dihasilkan oleh kelelahan atau emosi negatif ini dapat menurunkan kualitas orang tua dalam mengasuh anak seperti tidak sabar, rasa bosan, dan mudah terpicu untuk marah sehingga berdampak pada kesejahteraan keluarga dan pengasuhan anak (Spinelli et al., 2021). Dalam studi pendahuluan yang dilanjutkan kembali antara peneliti dengan Ibu D menuturkan bahwa ia tidak lagi mendampingi anaknya belajar karena anak sudah diajarkan gurunya di sekolah guna melatih kemandirian anaknya. Meski demikian, ia tetap memiliki rasa khawatir terhadap anaknya seperti ketika sedang bermain dengan teman-temannya dan berusaha untuk memantau dari jauh serta tak jarang suami dari Ibu D memarahi anaknya apabila pulang telat dari jam yang telah ditentukan sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Gong et al. (2022) mengemukakan bahwa kemarahan seorang karyawan yang berlebihan (konflik bekerja-berkeluarga) akan berdampak dari pekerjaan ke keluarga yang dianggap mengganggu. Hal ini juga memicu adanya kasus kekerasan yang terjadi dalam rumah tangga. Pada umumnya kekerasan yang dilakukan oleh pelaku kekerasan mulai dari psikis hingga penelantaran.

Data yang disajikan di laman resmi Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni-PPA) diinput per tanggal 1 Januari 2022 hingga

saat ini (*real-time*), Provinsi DKI memiliki 1.493 kasus kekerasan. Kota Administrasi Jakarta Timur menjadi wilayah yang mendominasi terjadinya kekerasan dengan 447 jumlah kasus. Sedangkan, jumlah korban berdasarkan tempat kejadian berada di rumah tangga dengan total 697 kasus. Sementara itu, korban yang mengadukan kekerasan berdasarkan pendidikan paling banyak dialami oleh anak usia SMA dengan jumlah 389 kasus. (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI, 2022)

Data yang diperoleh dari Unit Pelaksana Teknis Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (UPT P2TP2A) Provinsi DKI Jakarta menunjukkan bahwa terdapat 87 kasus kekerasan terhadap anak se-DKI Jakarta per tanggal 09 September 2022 hingga 31 Desember 2022 yang dilakukan oleh *dual careers family*.

Dengan ditemukannya laporan kasus kekerasan yang kian meningkat sejak ditetapkannya status pandemi Covid-19 di Indonesia pada 2020 hingga 2022, sudah seharusnya menjadi perhatian bersama sebagai bentuk keprihatinan dan kepedulian, dimulai dari tingkat keluarga sebagai unit terkecil di masyarakat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan mental dan meminimalisir terjadinya tindakan kekerasan yang dipicu beban psikis dan fisik serta mengoptimalkan kualitas hubungan antara orang tua dan anak di rumah, *dual career family* dapat menerapkan *mindful parenting* atau keterampilan pengasuhan berbasis kesadaran.

Kil et al. (2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa hasil meta analisis menunjukkan sup parsial-port untuk faktor yang diidentifikasi dalam Model Konsolidasi *mindful parenting*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perhatian orang tua dikaitkan dengan pengasuhan penuh kesadaran positif dan lebih sedikit pengasuhan negatif. Selain itu, Moreira dan Cristina Canavarro (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa *mindful parenting* yang penuh kesadaran adalah

cara untuk mendorong regulasi emosi adaptif pada remaja dengan memfasilitasi sikap welas asih dan fleksibilitas psikologis mereka.

Konsep *mindful parenting* mengacu pada sikap, perkataan, perilaku, dan penampilan fisik orang tua yang mengutamakan persepsi dalam mengasuh anaknya Duncan et al. (2009) dikutip dalam Lisa dan Astuti (2018). Dari sekian banyak metode pengasuhan, *mindful parenting* mulai disarankan agar dapat membangun hubungan antara orang tua dan anak yang aman Kiong (2015), diacu dalam Sofyan (2019). Penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *mindful parenting* dapat mengurangi stres, menurunkan agresi anak, meningkatkan perilaku prososial anak, dan meningkatkan kepuasan dalam pengasuhan, meningkatkan kualitas komunikasi verbal dan nonverbal antara orang tua dan anak, bahkan secara efektif mampu membantu orang tua dalam mengasuh anak yang mengalami autisme dan ADHD (Beer, Ward, dan Moar, 2013; Cohen dan Semple, 2010; Reynolds, 2003; Van der Oord, Bogels, dan Peijnenburg, 2012), diacu dalam Sofyan (2019).

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disimpulkan bahwasanya diperlukan adanya “Strategi *Mindful Parenting* Pada *Dual Careers Family*” dalam mengasuh anak dengan baik. Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk mencari lebih banyak informasi melalui penelitian dengan metode deskriptif.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang di atas, peneliti merinci identifikasi masalah yang dapat dijadikan sebagai bahan penelitian sebagai berikut:

1. Tantangan era pasca-pandemi Covid-19 ialah gangguan kesehatan mental.
2. Orang tua pekerja (*dual careers family*) mengalami gejala *burnout* atau kelelahan baik secara fisik maupun psikis hingga depresi.
3. Meningkatnya jumlah kasus kekerasan di dalam rumah tangga sejak ditetapkannya pandemi Covid-19 di Indonesia pada 2020 hingga 2022.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah penelitian tersebut dan mengingat ruang lingkup yang luas, serta adanya keterbatasan waktu, biaya, dan tenaga. Maka, peneliti perlu membatasi permasalahan. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Strategi *Mindful Parenting* Pada *Dual Careers Family*” di DKI Jakarta.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dipilih, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian, yaitu: bagaimana deskripsi strategi *mindful parenting* pada *dual careers family*?

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memiliki kegunaan baik secara teoritis maupun praktis. Adapun kegunaan tersebut sebagai berikut:

1.5.1 Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan terutama Ilmu Keluarga yang tercakup pada teori matakuliah Bimbingan dan Pengasuhan Anak

1.5.2 Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan secara praktis dapat digunakan untuk:

1. Bagi Akademisi

Sebagai kajian literatur agar dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Pemerintah

Sebagai referensi dalam menyusun kebijakan maupun program kerja pemberdayaan keluarga terkait pengasuhan positif.

3. Bagi Orang Tua

Memberikan kontribusi pemahaman dan bahan evaluasi terkait *dual careers* dalam menyeimbangkan dan mengoptimalkan peran baik sebagai orang tua maupun pekerja.

4. Bagi Masyarakat

Bahan literasi bagi seluruh lapisan masyarakat terkait *mindful parenting* pada orang tua bekerja (*dual careers family*).

