

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandangan seseorang akan berbeda-beda pada setiap proses peristiwa yang dilaluinya. Ketika seseorang dihadapkan dengan kondisi yang dianggap baru, seseorang akan lebih menghubungkan pada pengalaman yang pernah dialami sebelumnya (Mardhotillah & Desiningrum, 2020). Pengalaman baru yang dirasakan seseorang akan mempengaruhi pemberian tanggapan yang diberikan, seperti ketika orang tua menghadapi kelahiran dan mengasuh anak.

Kelahiran merupakan masa dimana ibu hamil khususnya ibu kehamilan pertama sangat menanti-nantikan untuk segera melihat dan memeluk anak yang telah dikandungnya selama berbulan-bulan. Kelahiran juga merupakan akhir dari kehamilan dan awal dari sebuah kehidupan manusia. Dalam proses kelahiran kendala seringkali muncul, bahwa ibu mungkin mengalami perasaan yang berbeda. Selain kebahagiaan, kecemasan, kekhawatiran/ketidakyakinan, maupun ketakutan yang ibu rasakan karena ibu belum pernah mengalami proses ini. Menghadapi proses kelahiran adalah pengalaman yang dapat menyebabkan ketidakstabilan psikologis dari kehamilan pertama ibu. Perasaan yang dihasilkan berkaitan dengan kondisi janin yang sedang dikandungnya, ketakutan dan kecemasan akan persalinan, biaya persalinan, serta perubahan fisik dan psikis yang terjadi. Menjadi seorang ibu tidaklah mudah, karena transisi menjadi ibu adalah peristiwa besar dalam hidup yang dapat dicirikan sebagai krisis dengan stres yang signifikan (Widyaningtyas, 2019).

Baby Blues syndrome atau sering disebut *Postpartum syndrome* adalah gangguan psikologis berupa sedih, cemas dan emosi meningkat yang dialami sekitar 50% - 80% wanita setelah melahirkan khususnya bayi pertama (Dewi, 2018). Kejadian *baby blues* pada ibu dengan kehamilan pertama akan semakin berisiko dikarenakan pada ibu dengan kehamilan pertama belum pernah melahirkan sebelumnya, sehingga tidak memiliki pengalaman mengenai proses kehamilan, persalinan dan masa nifas serta dalam perawatan bayi. Menurut Dewi, (2018) tanda dan gejala *baby blues syndrome* adalah: (1) Sebuah

gangguan psikologis berupa emosi tinggi yang terjadi pada sekitar 50% - 80% wanita setelah melahirkan, (2) Gangguan ini mencapai puncak saat 3-5 hari setelah melahirkan dan berlangsung dari beberapa hari sampai beberapa minggu pasca melahirkan, (3) Ibu depresi dan lebih mudah menangis dari biasanya, merasa marah, sedih, gelisah dan emosional sehingga ibu memiliki gangguan tidur, (4) Ibu kurang peduli dengan bayinya, namun gejala ini tidak mengganggu kemampuan seorang ibu untuk merawat bayinya sendiri di saat-saat tertentu, (5) Emosi tak menentu, kerap tersinggung, kerap kehilangan kesabaran, (6) Ibu tidak percaya diri, cemas berlebihan, merasa bersalah dan tidak berharga, (7) cepat merasa lelah dan mengalami pusing kepala.

Para ibu yang mengalami *baby blues syndrome* menjadi terlalu mengkhawatirkan hal-hal kecil maupun besar. Perasaan-perasaan itu akan hilang secara alamiah karena beberapa hal, salah satunya dukungan yang baik dari keluarga (Gutira & Nuryanti, 2010). *Baby blues syndrome* berkaitan dengan emosi dan keyakinan ibu dalam mengasuh dan merawat anak. Mengasuh dan merawat anak pertama khususnya usia balita sangat memberi tantangan tersendiri bagi orang tua. Balita merupakan sebutan yang ditujukan untuk anak usia dibawah lima tahun. Masa balita menjadi begitu penting karena di masa balita inilah upaya menciptakan sumber daya manusia yang baik dan berkualitas. Menurut Azrimaidaliza et al., (2019) masa balita merupakan masa yang dikenal dengan golden age dan periode kritis. Anak dibawah lima tahun memerlukan perhatian khusus dari orang tua atau orang yang dekat dengannya dan sangat bergantung baik secara fisik maupun emosi dan memerlukan bantuan dalam berbagai kegiatan.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan di beberapa Posyandu yang berada di Jakarta Timur pada tanggal 19 Januari 2023, peneliti melakukan wawancara pada sepuluh ibu yang memiliki anak pertama usia balita. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, didapati dari 10 ibu yang di wawancara terdapat 7 ibu yang memiliki anak pertama usia balita pasca melahirkan mengalami masalah seperti emosi yang tak menentu (mudah menangis, marah kepada suami karena tidak turut membantu menjaga anak, marah kepada anak karena tidak mau menerima ASI, tidak ingin ditinggal suami bekerja, mudah

tersinggung), tidak percaya diri, cepat merasa lelah, sering merasa diragukan dan tidak dipercayai secara penuh untuk mengurus anak, mengalami cemas yang berlebihan (jauh dari orang tua, takut tidak bisa mengurus anak tanpa bantuan dari orang tua, cepat panik jika terjadi sesuatu pada anak, bingung jika anak terus menerus menangis), serta sering kali membutuhkan nasihat/saran dari keluarga khususnya orang tua yang sudah memiliki pengalaman. Sedangkan pada 3 ibu dengan anak pertama usia balita mengalami masalah seperti merasa kurangnya mempunyai waktu untuk diri sendiri, merasa lelah, sering merasa disalahkan dalam menentukan apa yang baik untuk anak, tidak percaya diri jika ingin menerapkan batasan kepada anak, sering merasa membutuhkan bantuan dari suami dan orang tua diberbagai kegiatan, dan seringkali juga masih membutuhkan nasihat/saran dari orang tua jika anak sakit dsb. Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesamaan masalah dari ibu yang memiliki anak pertama usia balita pasca melahirkan dan ibu dengan anak pertama usia balita yaitu ibu kurang mendapat dukungan dari keluarga terdekat karena ibu jauh dari orang tua dan suami bekerja, serta kurangnya mendapat pujian atau penghargaan atas apa yang dikerjakan ibu dalam hal pengasuhan. Sehingga seringkali ibu merasa tidak percaya diri atau tidak memiliki keyakinan yang memadai untuk merawat anak, mudah marah maupun mudah merasa lelah. Orang tua dengan anak pertama usia balita tidaklah mudah dan penuh tantangan untuk menjalankan peran tersebut. Banyak tantangan dan kesamaan permasalahan yang harus orang tua dengan anak pertama usia balita hadapi seperti dalam hal pemberian ASI maupun dalam hal bimbingan dan perawatan anak.

Anak adalah generasi penerus di masa mendatang. Anak lahir, tumbuh dan berkembang berawal dari lingkungan keluarga. Baik buruknya dimasa depan bangsa tergantung pula pada baik buruknya kondisi anak saat ini. Berkaitan dengan hal tersebut, maka perlakuan terhadap anak dengan cara yang baik adalah kewajiban kita bersama khususnya orang tua dalam mendidik anak, agar ia bisa tumbuh berkembang dengan baik. Masalah tumbuh dan kembang di Indonesia dapat disebabkan rendahnya pengetahuan orang tua dan tidak adanya persiapan khusus untuk menjadi orang tua (Setyowati et al., 2017).

Ketidaksiapan perempuan berhubungan signifikan dengan pengalaman baru sebagai seorang ibu yang rendah pengetahuan, terlalu muda dan tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang pemberian makan dan perkembangan anak (Kitano et al., 2016). Penelitian Tsania et al (2015) di daerah Jawa Barat juga menemukan bahwa, kesiapan perempuan untuk menghadapi perannya yang baru sebagai istri dan ibu memiliki hubungan yang signifikan dengan perkembangan anak di usia balita. Ibu yang mempersiapkan diri untuk bisa membesarkan anak akan meningkatkan kemampuannya dalam mengasuh anak (Setyowati et al., 2017).

Tuntutan orang tua untuk mengasuh anak seringkali dapat menyebabkan proses pengasuhan yang penuh tantangan dan harus dapat diatasi oleh orang tua, sehingga dibutuhkan pendekatan yang tepat dari orang tua untuk memberikan pengasuhan yang sesuai. Banyak orang tua yang kurang mengetahui dan memahami bagaimana cara mendidik anak (Rohmah, 2019). Orang tua yang dibutuhkan adalah orang tua yang memiliki ikatan emosional yang baik serta tidak lupa untuk selalu menegakkan disiplin, mengajari dan memahami anak tentang kehidupan. Orang tua harus dapat memiliki cukup waktu dan interaksi yang berkualitas pada saat bersama dengan anak. Orang tua juga harus mampu berkomunikasi dengan baik sehingga kedua belah pihak merasa nyaman ketika menyelesaikan masalah (Hidayat, 2018). Oleh karena itu penting adanya keyakinan dalam diri orang tua untuk dapat mengasuh anaknya dengan baik agar pertumbuhan dan perkembangannya menjadi optimal.

Keyakinan bersumber dari kepercayaan individu akan kemampuannya untuk sukses dalam melakukan sesuatu. Istilah tersebut dikenal dengan *self-efficacy*. *Self-Efficacy* adalah *believe* atau keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai situasi dan menghasilkan *outcomes* yang positif (Bandura, 1994). Sedangkan dalam hal pengasuhan anak, Mardhotillah & Desiningrum (2020), menyebutkan bahwa *parenting self-efficacy* adalah penilaian diri orang tua terhadap kompetensi dalam melakukan peran sebagai orang tua untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak mereka. *Parenting self-efficacy* berkaitan dengan penilaian subyektif orang tua tentang

kemampuan mereka untuk menyelesaikan kegiatan pengasuhan yang penting dengan cara yang sukses (de Montigny & Lacharité, 2005). Penilaian diri orang tua penting karena individu dengan *parenting self-efficacy* tinggi sangat mampu melawan pemikiran yang merugikan diri sendiri dan bertahan menghadapi tantangan dalam pengasuhan. Orang tua harus percaya pada kemampuannya untuk dapat melakukan pengasuhan dengan baik dan percaya bahwa orang tua mengetahui hal-hal terbaik dari anaknya. Orang tua dengan demikian juga lebih cenderung terlibat dalam perilaku pengasuhan positif yang mendorong perkembangan anak (Coleman & Karraker, 2000). Penelitian telah menunjukkan bahwa aspek pengasuhan memediasi efek *parenting self-efficacy* pada perilaku anak dan penyesuaian psikologis (de Montigny & Lacharité, 2005). Penelitian lain juga telah menunjukkan bahwa dukungan emosional dari pasangan dan anggota keluarga lainnya memiliki dampak yang sangat kuat pada *parenting self-efficacy* (Cohen et al., 2015). Kebanyakan tindakan *parenting self-efficacy* berfokus pada orang tua dari bayi, balita, dan anak kecil, meskipun ada peningkatan minat pada tindakan untuk orang tua dari anak yang lebih tua dan remaja (Wittkowski et al., 2017). Ibu yang memiliki *parenting self-efficacy* tinggi akan mampu mengetahui kebutuhan anak secara responsif, aktif berinteraksi langsung dengan anak dalam proses pengasuhan, tidak mempersipkan masalah-masalah yang terjadi pada anak sebagai hal negatif dan mampu merasa yakin dalam menerapkan perilaku pengasuhan yang efektif pada anak (Coleman & Karraker, 2000). Sementara itu, ibu yang memiliki *parenting self-efficacy* rendah akan memperlihatkan perilaku kontrol yang berlebihan, berfokus pada kesulitan anak, dan cenderung merasa kesulitan dalam menerapkan perilaku pengasuhan yang efektif (Coleman & Karraker, 2000). Besarnya tuntutan dalam pengasuhan juga dapat menjadi faktor pemicu *parenting stress*, *parenting stress* dan *parenting self-efficacy* memiliki hubungan dua arah karena *parenting stress* dapat memprediksi *parenting self-efficacy* pada ibu (Asiyadi & Jannah, 2021). Begitu pun sebaliknya, *parenting self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting saat orang tua mengalami *parenting stress* (Coleman & Karraker, 1998). Orang tua yang memiliki

parenting self-efficacy rendah cenderung mengalami tingkat *parenting stress* tinggi, begitupun sebaliknya (Bloomfield & Kendall, 2012).

Keyakinan seseorang dalam hal pengasuhan dapat diperoleh dari dukungan keluarga, sebab dukungan sosial terdekat bersumber dari keluarga. Dukungan keluarga mencerminkan keluarga tanggap atas kebutuhan dan ini merupakan hal yang penting bagi *parenting self-efficacy*. Dukungan keluarga adalah keberadaan keluarga yang bisa diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan (Johnson & Johnson, 1991 dalam Sanchaya & Susilawati, 2014). Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan emosional, dan dukungan instrumental (Friedman et al., 2013). Menurut Puspitasari (2009) dalam Gutira & Nuryanti (2010), dukungan keluarga adalah bantuan berupa perhatian, emosi, informasi, nasehat, materi maupun penilaian yang diberikan oleh sekelompok anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang lain, dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis oleh pihak penerima dukungan sehingga penerima dukungan akan semakin produktif dan dapat mengaktualisasikan potensi diri sepenuhnya. Fatimah (2009) dalam Gutira & Nuryanti (2010), juga menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk interaksi sosial yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang nyata, bantuan tersebut akan menempatkan individu-individu yang terlibat dalam sistem sosial yang pada akhirnya akan dapat memberikan cinta, perhatian, maupun pendekatan yang baik pada keluarga sosial maupun pasangan. Dukungan suami sebagai salah satu sumber dukungan keluarga sangat penting dan tidak bisa diremehkan, dan yang tidak kalah penting dapat membangun suasana positif dimana istri merasakan hari-hari pertama yang melelahkan. Oleh sebab itu dukungan atau sikap positif dari pasangan dan keluarga akan memberi kekuatan tersendiri bagi ibu. Kurangnya dukungan dari orang-orang terdekat dapat menyebabkan penurunan fungsi psikologis (satu kemunduran dalam kemampuan mental) yang akan menyebabkan ibu menjadi depresi (Gutira & Nuryanti, 2010). Tersedianya dukungan keluarga memberikan pengalaman

kepada individu bahwa dirinya diperhatikan, dihargai, dipenuhi kebutuhannya dan diberi bimbingan (Sancahya & Susilawati, 2014). Oleh karena itu, adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa keyakinan dari seorang individu khususnya pada ibu dengan anak pertama usia balita.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, setiap orang tua khususnya ibu perlu mempunyai keyakinan pada diri sendiri untuk dapat bertahan menghadapi tantangan dalam pengasuhan karena perilaku pengasuhan yang positif akan mendorong perkembangan sang anak. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk lebih lanjut melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap *Parenting Self-Efficacy* pada Ibu dengan Anak Pertama Usia Balita”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi yaitu:

1. Gangguan psikologis banyak dialami ibu pada kelahiran anak pertama karena masa kelahiran anak pertama merupakan masa transisi dan pengalaman baru bagi ibu.
2. Masih rendahnya keyakinan diri seorang ibu dalam mengasuh anak pertama usia balita.
3. Masih kurangnya dukungan keluarga dalam membantu proses pengasuhan ibu yang baru memiliki anak.
4. Anak usia balita memerlukan pengasuhan yang optimal guna mendukung tumbuh kembang mereka.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan beberapa masalah yang telah diidentifikasi maka peneliti membatasi penelitian ini pada variabel dukungan keluarga dan variabel *parenting self-efficacy* dengan fokus pada ibu dengan anak pertama usia balita.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa uraian yang penulis kemukakan pada bagian latar belakang, penulis dapat merumuskan permasalahannya. Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap *parenting self-efficacy* pada ibu dengan anak pertama usia balita?

1.5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun kegunaan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.5.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih serta referensi bagi pengembangan ilmu keluarga dalam kajian teori ilmu kesejahteraan keluarga khususnya dalam hal *parenting* (pengasuhan).

1.5.2 Kegunaan Praktis

1. Bagi para orang tua, penelitian ini dapat dijadikan ilmu pengetahuan untuk keluarga khususnya untuk para orang tua yang memiliki anak pertama usia balita.
2. Bagi Program studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga (PKK), penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya serta dapat dijadikan salah satu inspirasi pemikiran untuk menambah keilmuan bidang studi Kesejahteraan Keluarga, terutama oleh mahasiswa jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta.
3. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman dan informasi mengenai pengaruh dukungan keluarga dan *parenting self-efficacy* dalam kaitannya pada ibu dengan anak pertama usia balita.