

Studi Deskriptif Mengenai Kesejahteraan Psikologis Terhadap Pengasuhan Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Dini di Kecamatan Jatiluhur

Mesita Isma Dewi, Idat Muqodas, Gia Nikawanti

Universitas Pendidikan Indonesia

mesitaismadewi@upi.edu idatmuqodas@upi.edu gyanikawanti@upi.edu

Abstrak: *Bahagia merupakan realisasi nyata bagi setiap orang. Kebahagiaan dalam arti luas dapat juga dikatakan sebagai kesejahteraan psikologis dan setiap orang mempunyai dasar untuk memperoleh kebahagiaan termasuk juga dengan orang tua. Orang tua sebagai pendidik utama bagi anak sudah seharusnya mencapai kebahagiaan baik secara fisik maupun psikologisnya. Kondisi orang tua yang sejahtera akan berdampak pada kualitas pengasuhan yang diberikan kepada anaknya. Latarbelakag permasalahan penelitian ini yaitu terbatasnya penelitian terkait kesejahteraan psikologis dalam pandangan orang tua. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran tentang kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki Anak Usia Dini. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian adalah 35 orang orang tua yang memiliki anak usia dini. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan karakteristik orang tua yang memiliki anak usia dini dan bertempat tinggal di kecamatan jatiluhur. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disebar secara online pada tiap responden dan menggunakan skala kesejahteraan psikologis tiga item (Ryff, 2006). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65.7% orang tua yang memiliki anak usia dini memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang, 34.3% orang tua memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi dan tidak ditemukan orang tua yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah. Selain itu dalam penelitian menjelaskan bahwa sebagian besar orang tua sudah mencapai setiap dimensi kesejahteraan psikologisnya.*

Kata Kunci: *Kesejahteraan Psikologis, Pengasuhan, Orang Tua*

PENDAHULUAN

Setiap individu mendambakan kebahagiaan baik laki-laki maupun perempuan, orang tua, remaja, bahkan anak-anak. Kebahagiaan dapat juga dikatakan sebagai kesejahteraan psikologis, dimana kesejahteraan psikologis didasari dengan psikologi positif. Hal ini berkaitan dengan bagaimana seseorang memiliki keadaan mental yang sehat sehingga berusaha mencapai suatu keseimbangan dalam hidupnya. Menurut Ryff (1989) mengungkapkan bahwa seseorang yang sehat secara mentalnya yaitu orang yang mampu mencapai fase penerimaan diri dengan kata lain individu mampu menerima masa lalunya dan melanjutkan hidup dengan sebaik-baiknya. Penerimaan keadaan hidup yang membuat keseimbangan tersebut dapat ditunjukkan dengan penerimaan kualitas positif dan negatif. Keseimbangan hidup yang menandai kondisi kesejahteraan psikologis menunjukkan pula pencapaian potensi dan perkembangan individu yang hidup sejahtera. Sejalan dengan teori Ryff (2006) yang menjelaskan bahwa terdapat enam dimensi teori kesejahteraan psikologis yaitu otonomi atau kemandirian, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan dan yang terakhir penerimaan diri.

Keluarga sebagai satuan terkecil dari masyarakat yang terdiri dari Ayah, Ibu, dan Anak. Setiap anggota keluarga memiliki peran serta tanggung jawab masing-masing. Sebagai orang tua tentu sudah seharusnya berkewajiban memberikan pengasuhan kepada

anak-anaknya. Menurut Baumrind (1967) pola asuh orang tua merupakan segala bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak yang merupakan pola pengasuhan tertentu dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak. Artinya orang tua perlu menyadari bahwa pentingnya kesadaran terhadap pengasuhan yang positif kepada anak karena ternyata pola asuh ini dapat berdampak pada tumbuh kembang anak baik secara fisik maupun psikis anak melalui interaksi yang dilakukan. Pengasuhan positif dan tepat akan orang tua berikan ketika kondisi pada dirinya baik fisik maupun psikologisnya sudah terpenuhi atau tercapai. Sebaliknya jika orang tua tidak mencapai kebutuhan-kebutuhan tersebut maka orang tua akan cenderung mengalami stress dan hal tersebut akan mempengaruhinya ketika memberikan pengasuhan pada anak. Orang tua yang mengalami stress pengasuhan akibat beberapa faktor seperti ketidakharmonisan dalam pernikahan, tidak mendapat dukungan sosial maupun emosional dari lingkungan sekitar, pengasuhan yang buruk di masa lalu, ketidaksiapan menjadi Ibu dan Ayah akan menimbulkan permasalahan-permasalahan dan tekanan dalam berinteraksi dengan anak baik itu pada orang tuanya sendiri bahkan pada tumbuh kembang anak. Artinya kualitas hubungan orang tua dan anak akan dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis orang tua.

Setiap orang tua memiliki gaya pengasuhan yang berbeda-beda, hal ini disesuaikan dengan karakter dan kebutuhan dari anak masing-masing. Namun yang perlu diketahui bahwa tidak ada satupun gaya pengasuhan yang paling benar maupun paling salah, semua itu tergantung dari keputusan orang tua yang akan menggunakan gaya pengasuhan yang mana. Selain dirasakan oleh orang tua stress pengasuhan juga dapat dirasakan oleh anak. Kondisi stress ini dapat berlangsung dengan jangka panjang selama proses pengasuhan, jika sumber stress pengasuhan lebih dominan pada karakteristik orang tua yang terwujud pada gaya pengasuhannya (Lestari, 2016). Oleh sebab itu orang tua perlu memiliki kesadaran bahwa pentingnya memberikan pengasuhan yang positif pada anak dengan memperhatikan salah satu faktor yaitu kondisi psikologisnya terlebih dahulu karena kesejahteraan keluarga akan sangat tergantung pada kesejahteraan anggota keluarga itu sendiri bahkan akan mempengaruhi kesejahteraan lingkungan sekitarnya.

Secara umum, tujuan penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam dan mendeskripsikan mengenai kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki Anak Usia Dini di Kecamatan Jatiluhur.

KAJIAN TEORI

Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff & H. Singer (2006) kesejahteraan psikologis berarti mengarah pada kondisi seseorang yang mampu menghadapi berbagai hal yang dapat memicu permasalahan dalam kehidupannya, mampu melalui fase sulit dalam kehidupan dengan mengandalkan kemampuan yang ada dalam dirinya dan menjalankan fungsi psikologi positif yang ada dalam dirinya sehingga individu tersebut merasakan adanya kesejahteraan batin dalam hidupnya. Menurut Aspinwall (dalam Ramadhan dkk., 2016, hlm. 109) Kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana psikologis berfungsi dengan baik dan positif dimana kesejahteraan psikologis bukan hanya ketiadaan penderitaan, akan tetapi memahami arti dan tujuan hidup dan hubungan seseorang dalam objek ataupun orang lain.

Kemudian Hurlock (dalam Prabowo, 2016, hlm.248) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk terpenuhinya tiga kebahagiaan yaitu penerimaan, kasih sayang, dan pencapaian. Berdasarkan definisi tersebut, penulis menarik kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis ditandai dengan individu yang mempunyai banyaknya kualitas positif atau cara pandang yang positif pada dirinya, adanya penerimaan, merasa bahagia secara fisik dan psikis serta bagaimana individu tersebut mampu memiliki hubungan yang positif dan membawa orang lain ke arah yang

positif.

Penelitian ini mengacu pada teori Ryff (2006) yang mengatakan bahwa individu yang mencapai kesejahteraan psikologis akan berada pada fase otonomi, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu tumbuh secara pribadi, memiliki tujuan hidup, mampu menguasai lingkungan dan sudah pada tahap penerimaan diri.

Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis bukanlah sesuatu yang terjadi begitu saja melainkan harus berusaha kita capai. Terdapat enam dimensi teoritis tentang kesejahteraan psikologis. Masing-masing mewakili aspek yang sering didukung tentang apa artinya menjadi sehat, baik serta berfungsi penuh. Menurut teori Ryff (2006) terdapat enam dimensi kesejahteraan psikologis, antara lain:

1) Otonomi

Dimensi otonomi mengacu pada individu yang mampu menentukan nasib dirinya sendiri, mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Orang yang berfungsi penuh memiliki lokus evaluasi internal, dimana seseorang tidak mencari persetujuan orang lain tetapi mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi. Dimensi kesejahteraan ini menjadi yang paling berat dari semua dimensi yang lain.

2) Hubungan Positif dengan orang lain

Individu ini mampu memiliki kemampuan menjalin hubungan antar pribadi yang mempunyai kehangatan dan kepuasan, berkualitas, perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mempunyai kesejahteraan psikologis yang kuat, berhubungan berdasarkan kepercayaan dan memahami aspek saling memberi dan menerima dalam suatu hubungan.

3) Tujuan Hidup

Dimensi tujuan hidup mencakup kesadaran individu akan tujuan dan makna hidup serta arah tujuan dalam hidupnya. Keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan pada individu bahwa ada tujuan dan makna hidupnya.

4) Pertumbuhan pribadi

Pertumbuhan pribadi ini mencakup pengembangan potensi yang dimiliki sebagai kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri yang karakteristik utamanya yaitu menjadi individu yang terbuka terhadap pengalaman baru.

5) Penguasaan lingkungan

Penguasaan diri sama dengan kemampuan seseorang untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya sebagai karakteristik utama kesehatan mental. Dimensi ini menekankan perlunya keterlibatan dan dalam aktivitas dilingkungan, kemampuan untuk memaniulasi, dan mengendalikan lingkungan yang rumit.

6) Penerimaan diri

Penerimaan diri ditunjukkan pada individu yang dapat mengevaluasi secara positif terhadap dirinya sekarang dan dirinya dimasa lalu. Orang yang memiliki penerimaan diri menunjukkan karakteristik sikap positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya yang bersifat baik maupun buruk serta merasa positif dengan kehidupan masa lalunya.

Pola Asuh Orang Tua yang Memiliki AUD

Masa kanak-kanak harus di stimulus dengan banyaknya pengaruh positif daripada negatif karena anak akan belajar dari apa yang mereka lihat, mereka dengar, mereka rasakan. Menurut Baumrind (1967) pola asuh orang tua merupakan segala bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak yang merupakan pola pengasuhan tertentu dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak. Kemudian Petranto (dalam Adawiah, 2017, hlm.34) mengatakan pola asuh orang tua merupakan pola perilaku yang diterapkan pada anak bersifat relatif

konsisten dari waktu ke waktu.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua yang memiliki Anak Usia Dini merupakan keseluruhan interaksi orang tua dengan anak. Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, membimbing, menstimulus, maupun memberikan dorongan bagi anak agar anak mampu mencapai pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal baik dari sisi pengetahuan, keterampilan, maupun tingkah laku.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi yang digunakan orang tua yang memiliki anak usia dini di Kecamatan Jatiluhur, Kabupaten Purwakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 35 orang tua yang memiliki Anak Usia Dini dengan menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner dengan skala kesejahteraan psikologis teori ryff (2006) yang berjumlah 18 pernyataan dengan masing-masing dimensi 3 item pernyataan.

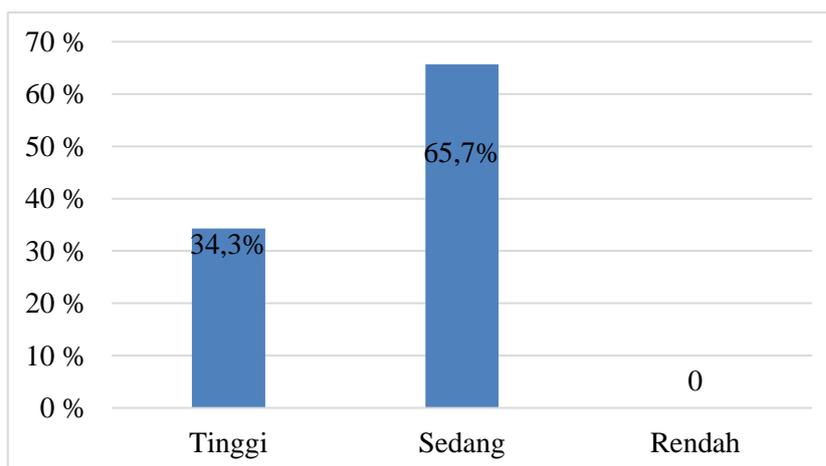
HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan data responden yang digunakan adalah orang tua yang memiliki anak usia dini di Kecamatan Jatiluhur, Kabupaten Purwakarta. Berdasarkan data kesejahteraan psikologis orang tua sebagai responden yang didapatkan melalui Peneliti menggunakan kuesioner dengan cara disebarluaskan melalui *google formulir* didapatkan nilai rata-rata tertinggi sebesar 63, nilai tertinggi yang didapatkan sebesar 108 dan nilai terendah yang didapatkan yaitu 18. Data secara keseluruhan sebagai berikut:

Tabel 1.

Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis

Interval Skor	Kelompok Skor	Frekuensi	%
$\geq 79 - 108$	Tinggi	12	34.3
49 – 78	Sedang	23	65.7
≤ 48	Rendah	0	0
	Total	35	100



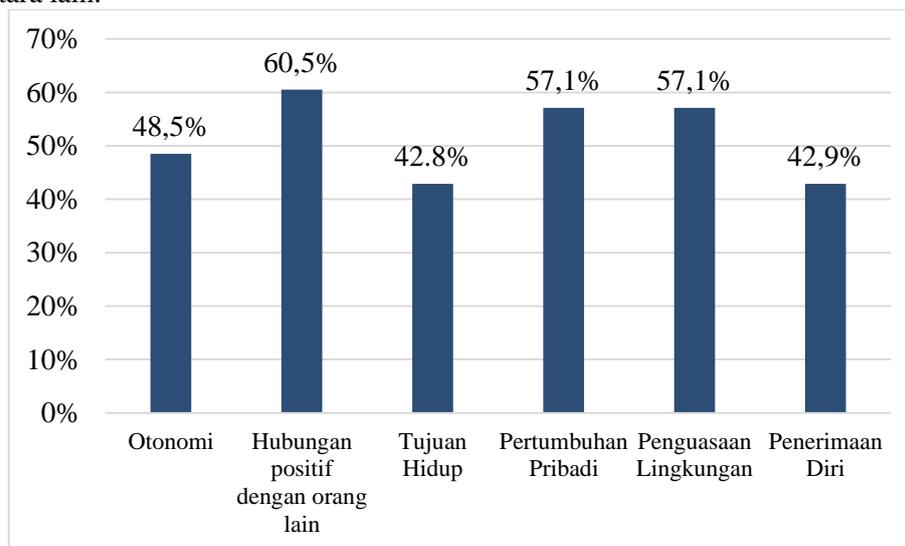
Grafik 1

Skor Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan tabel dan grafik diatas maka didapatkan data yaitu pada kelompok skor tinggi terdapat 12 orang tua siswa yang memiliki anak usia dini dengan persentase

sebesar 34,3% rentang interval 79-108. Sedangkan pada kelompok skor sedang terdapat 23 orang dengan nilai persentase 65,7% rentang interval 49-78. Pada kelompok skor rendah tidak ditemukan nilai frekuensi dan persentasenya karena menunjukkan 0. Hal tersebut menunjukkan bahwa 12 orang tua menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, 23 orang tua menunjukkan tingkat kesejahteraan yang sedang, dan tidak ditemukan orang tua tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah.

Kemudian pada variabel kesejahteraan psikologis terdiri enam dimensi kesejahteraan psikologis. Dimensi-dimensi tersebut yaitu otonomi, hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri. Berikut akan peneliti jelaskan perolehan tiap dimensi dalam bentuk grafik, antara lain:



Grafik 2

Perbandingan Hasil Penelitian Keenam Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan hasil grafik 2 menjelaskan bahwa dimensi kesejahteraan yang paling tinggi persentasenya adalah dimensi hubungan positif dengan orang lain (60.5%), kemudian diikuti dengan dimensi pertumbuhan pribadi dan penguasaan lingkungan dengan nilai persentase (57.1%), otonomi dengan persentase (48.5%), penerimaan diri dengan persentase (42.9%), dan dimensi yang memiliki persentase paling rendah adalah tujuan hidup dengan persentase (42.8).

Orang tua yang memiliki anak usia dini di Kecamatan Jatiluhur sebagian besar memiliki tujuan hidup karena orang tua beranggapan bahwa hidup apa adanya tidak selalu baik. Hal tersebut berakaitan pula dengan dimensi penerimaan diri, dimana orang tua sudah cukup menerima keadaan dirinya sekarang dan masa lalu karena jika terus difikirkan akan menimbulkan permasalahan bahkan berdampak pada pengasuhan yang diberikan pada anaknya. Oleh sebab itu orang tua cenderung mandiri untuk mengurus anaknya karena ingin menjalankan peran sebagai orang tua yang baik bagi anak. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa orang tua dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dengan terbuka pada pengalaman yang baru dengan ikut terlibat dalam kegiatan disekolah anaknya sehingga orang tua cukup menguasai lingkungan dimana ia tinggal. Orang tua yang menguasai lingkungan akan cenderung memiliki hubungan positif dengan orang lain, ini dibuktikan pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dalam penelitian mencapai nilai persentase paling tinggi. Artinya orang tua tersebut mampu menjalin hubungan hangat dengan anak melalui pengasuhan yang diberikannya.

Berdasarkan penelitian pada orang tua yang memiliki anak usia dini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua mencapai setiap dimensi kesejahteraan psikologisnya. Pada dasarnya kesejahteraan psikologis tidak dapat diukur secara kuantitatif karena setiap individu memiliki kebahagiaan yang berbeda dan bisa saja saat penelitian ini dilakukan responden sedang berada titik tertinggi kebahagiaannya. Namun ketika orang tua berada fase sejahtera secara psikologisnya cenderung lebih baik dalam memberikan pengasuhannya. Dengan kata lain semakin orang tua sadar tentang pentingnya mencapai hidup sejahtera akan memberikan kesempatan yang besar pada orang tua untuk memberikan pengasuhan positif pada anak. Setiap orang tua menerapkan gaya pengasuhan yang berbeda-beda bahkan cenderung memakai lebih dari satu gaya pengasuhan namun dengan kondisi orang tua yang sehat secara fisik maupun psikologis hal tersebut tidak akan berpengaruh pada kualitas pengasuhan yang diberikan. Sejalan dengan pendapat Lavasani (2011) yang menyatakan bahwa gaya pengasuhan yang orang tua terapkan akan menjadi faktor penentu untuk memainkan peran penting dalam memperkuat kesehatan mental anak-anaknya pula.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat peneliti simpulkan bahwa sebagian besar orang tua telah mencapai setiap dimensi kesejahteraan psikologis. Hal ini terlihat pada grafik perbandingan sehingga dapat dikatakan responden penelitian mengetahui bahwa kesejahteraan psikologis akan berdampak pada pola asuh orang tua yang diberikan kepada anak. Maka sudah seharusnya orang tua perlu menjalankan perannya dengan baik karena anak berhak mendapatkan pengasuhan positif dan tepat dari orang tuanya. Sejahtera berarti memaknai bahwa hidupnya harus mempunyai banyaknya kualitas positif atau cara pandang yang positif pada dirinya, adanya penerimaan, merasa bahagia secara fisik dan psikis serta bagaimana individu tersebut mampu memiliki hubungan yang positif dan membawa orang lain ke arah yang positif. Hal ini dibuktikan pada hasil perbandingan dimensi kesejahteraan psikologis yang mendapat rata-rata nilai cukup tinggi artinya orang tua yang memiliki anak usia dini di Kecamatan Jatiluhur sudah menyadari pentingnya mencapai kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, R. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Anak. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 33 - 48.
- Baumrind, D. (1967). Child Care Practices Antecedent Three Patterns of Preschool Behavior. *Genet Psychol Monogr*, 162-173.
- Lavasani, M. G., Borhanzadeh, S., Afzali, L., & Hejazi, E. (2011). The relationship between perceived parenting style, social support with psychological well-being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1852-1856.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga (Penanganan Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga)*. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 246 - 260.
- Ramadhani, T., Djunaedi, & S, A. S. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 108-115.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1069 - 1081.
- Ryff, C. D., & H. Singer, B. (2006). Know Thyself And Become What You Are : A Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. *Journal Of Happiness*, 13 - 39.