

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hasil Penelitian Terdahulu

No	Judul penelitian (Peneliti, Tahun)	Desain Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Se Kota Padang Panjang Ainil Fitri, Meri Neherta & Heppy Sasmita (2019)	Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dan tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor pola asuh orang tua menjadi faktor yang paling banyak mempengaruhi masalah mental emosional yaitu sebesar 58,4%.	Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang masalah mental emosional.	Perbedaan penelitian ini adalah variabel bebas yang digunakan, metode penelitian, teknik pengambilan sampel dan subjek penelitian. Peneliti menggunakan variabel bebas pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya, metode yang digunakan <i>Cross-sectional</i> dengan teknik pengambilan sample <i>proportional random sampling</i> . Subjek yang digunakan oleh peneliti juga berasal dari remaja SMP.
2.	Gangguan Mental Emosional Siswa Sekolah Dasar Erika Prihatiningsih & Yuni Wijayanti (2019)	Jenis penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional dan metode yang digunakan adalah <i>cross-sectional</i> .	Hasil penelitian ini menunjukan bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan orang tua, tingkat pendapatan keluarga, konsumsi sayur dan gangguan tidur dengan gangguan mental emosional pada siswa sekolah.	Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang masalah mental emosional.	Perbedaan penelitian ini adalah variabel bebas yang digunakan, subjek penelitian dan teknik pengambilan sampel. Peneliti menggunakan variabel bebas pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan subjek remaja SMP dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah <i>proportional random sampling</i> .

- | | | | | |
|--|---|--|---|---|
| <p>3. Determinan Gejala Mental Emosional Pelajar SMP-SMA di Indonesia Tahun 2015
Rofingatul Mubasyiroh, Indri Yunita Surya Perti & Dwi Hapsari Tjandrarini (2015)</p> | <p>Penelitian ini menggunakan analisis berupa multivariat regresi logistik ganda.</p> | <p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor usia 16 tahun dan peran orang tua yang rendah mempunyai risiko > 2 kali mengalami gejala mental emosional.</p> | <p>Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang masalah mental emosional.</p> | <p>Perbedaan penelitian ini adalah variabel yang digunakan, teknik pengambilan sampel dan subjek penelitian. Peneliti menggunakan variabel pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan teknik pengambilan sampel <i>proportional random sampling</i> dan subjek penelitian ini adalah siswa SMP.</p> |
| <p>4. The Effects of Positive and Negative Parenting Practices on Adolescent Mental Health Outcomes in a Multicultural Sample of Rural Youth
Paul R. Smokowski, Mertica L. Bacallao, Kettle L. Cotter & Caroline B.R. Evans (2014)</p> | <p>Penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> dengan <i>uji Chi square</i>.</p> | <p>Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa kualitas hubungan orangtua-anak memiliki dampak yang signifikan pada hasil perkembangan remaja, terutama kesehatan mental.</p> | <p>Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang mental emosional.</p> | <p>Perbedaan penelitian ini adalah variabel yang digunakan. peneliti menggunakan variabel pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan subjek anak SMP sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Paul et al, (2014) hanya focus pada penerapan pola asuh orang tua.</p> |
| <p>5. The Influence of Perceived Parenting Styles on Socio-Emotional development from Pre-Puberty Into Puberty
Min Yee Ong, Janna Eilander, & Seang Mei Saw (2018)</p> | <p>Penelitian ini menggunakan metode <i>Cohort study</i>.</p> | <p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gaya pengasuhan orang tua merupakan faktor penting dalam perkembangan sosial-emosional anak.</p> | <p>Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang pola asuh orang tua.</p> | <p>Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan dan metode penelitian yang digunakan. Peneliti menggunakan variabel bebas berupa pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan menggunakan <i>metode Cross-Sectional</i>.</p> |

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* (Inggris) berasal dari Bahasa latin *adolescere* yang dapat diartikan sebagai tumbuh kembang kearah kematangan, yang memiliki arti sangat luas dan mencakup beberapa hal seperti kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Pieter & Lubis, 2013). Klasifikasi remaja yaitu remaja awal (10-13 tahun), remaja tengah (12-16 tahun) dan remaja akhir (17-19 tahun) (Janiwarty & Pieter, 2013). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk yang berusia 10-18 tahun. Selain itu, WHO (2011) juga mendefinisikan bahwa remaja adalah anak yang mempunyai usia 10 – 19 tahun.

Masa remaja adalah suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa yang merupakan periode transisi dari masa anak ke dewasa ini ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan. Menurut Selina (2011) tahap Perkembangan remaja dibagi menjadi tiga fase yaitu :

1) Tahap remaja awal (10-14 tahun)

Remaja pada masa ini mengalami pertumbuhan fisik dan seksual dengan cepat. Pikiran difokuskan pada keberadaanya dan pada kelompok teman sebaya. Identitas terutama difokuskan pada perubahan fisik dan

perhatian pada keadaan normal. Perilaku seksual remaja pada masa ini lebih bersifat menyelidiki, dan tidak membedakan. Sehingga kontak fisik dengan teman sebaya adalah normal. Remaja pada masa ini berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain. Rasa penasaran yang tinggi atas diri sendiri menyebabkan remaja membutuhkan privasi.

2) Tahap remaja pertengahan (15-17 tahun)

Remaja pada fase ini mengalami masa susah baik untuk dirinya sendiri maupun orang dewasa yang berinteraksi dengan dirinya. Proses kognitif remaja pada masa ini lebih rumit. Melalui pemikiran oprasional formal, remaja pertengahan mulai bereksperimen dengan ide, memikirkan apa yang dapat dibuat dengan barang barang yang ada, mengembangkan wawasan, dan merefleksikan perasaan kepada orang lain. Remaja pada fase ini berfokus pada masalah identitas yang tidak terbatas pada aspek keadaan fisik. Remaja pada fase ini mulai bereksperimen secara seksual, ikut serta dalam perilaku beresiko, dan mulai mengembangkan pekerjaan diluar rumah. Sebagai akibat dari eksperimen beresiko, remaja pada fase ini dapat mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, kecanduan obat, dan kecelakaan kendaraan bermotor. Usaha remaja fase pertengahan untuk tidak bergantung, menguji batas kemampuan, dan keperluan otonomi mencapai maksimal mengakibatkan berbagai permasalahan yang dengan orang tua, guru, maupun figur yang lain.

3) Tahap remaja akhir (18-21 tahun)

Remaja pada fase ini ditandai dengan pemikiran oprasional formal penuh, termasuk pemikiran mengenai masa depan baik itu pendidikan, kejuruan dan seksual. Remaja akhir biasanya lebih berkomitmen pada pasangan seksualnya daripada remaja pertengahan. Kecemasan karena perpisahan yang tidak tuntas dari fase sebelumnya dapat muncul pada fase ini ketika mengalami perpisahan fisik dengan keluarganya. Dalam perjalanan kehidupannya, remaja tidak akan lepas dari berbagai macam konflik dalam perkembangannya. Setiap tingkatan memiliki konflik sesuai dengan kondisi perkembangan remaja pada saat itu. Konflik yang sering dihadapi oleh remaja semakin kompleks seiring dengan perubahan yang mereka alami pada berbagai dimensi kehidupan dalam diri mereka yaitu dimensi biologis, dimensi kognitif, dimensi moral dan dimensi psikologis (Batubara, 2010).

2. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, sehingga banyak perubahan pada diri seseorang sebagai tanda keremajaan. Pada masa ini terjadi proses pertumbuhan, timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai *fertilitas* dan terjadi perubahan-perubahan kognitif dan psikologis (Gunarsa, 2008).

Tumbuh kembang adalah peristiwa yang terjadi sejak masa pembuahan sampai masa dewasa. Proses tumbuh kembang dibedakan atas tumbuh kembang fisik, tumbuh kembang intelektual dan tumbuh kembang emosional. Tumbuh kembang fisik meliputi perubahan ukuran besar dan fungsi organ, mulai dari tingkat molekuler sampai *metabolism* yang kompleks dan perubahan fisik hingga masa pubertas. Tumbuh kembang intelektual berkaitan dengan kemampuan berkomunikasi dan menangani berbagai masalah abstrak dan simbolik seperti bicara, bermain, berhitung atau membaca. Sedangkan tumbuh kembang emosional berkaitan dengan kemampuan membentuk ikatan batin, berkasih sayang, mengelola rangsang dari luar serta kemampuan menangani kegelisahan akibat suatu kegagalan (Gunarsa, 2008)

3. Teori Psikososial Perkembangan

Teori Erikson menjelaskan bahwa ada 8 tahap perkembangan anak, yaitu :

1) Tahap I : *Trus versus Mistrust* (0-1 tahun)

Merupakan tahap kepercayaan dasar yang paling awal terbentuk selama tahap sensorik-oral dan ditunjukkan oleh bayi lewat kapasitasnya untuk tidur dengan tenang, menyantap makan dengan nyaman dan membuang kotoran dengan santai. Situasi yang menyenangkan dan orang-orang yang bertanggung jawab

menimbulkan kenyamanan ini menjadi akrab dan dikenal oleh bayi. Berkat kepercayaan dan keakrabannya dengan orang yang menjalankan fungsi keibuan ini, maka bayi akan mampu menerima bahwa orang tersebut mungkin tidak ada untuk sementara waktu. Kebiasaan-kebiasaan, konsistensi, dan kontinuitas sehari-hari dalam lingkungan bayi merupakan dasar paling awal bagi berkembangnya suatu perasaan identitas psikososial. Melalui kontinuitas pengalaman dengan orang-orang dewasa bayi belajar menggantungkan diri dan percaya kepada mereka. Tetapi yang lebih penting bayi belajar mempercayai dirinya sendiri.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pada tahap kepercayaan dasar versus kecurigaan dasar bahwa kehadiran seorang ibu sangat berpengaruh terhadap rasa percaya dan tidak percayanya seorang anak. Pada tahap ini anak akan belajar membangun rasa kepercayaannya melalui kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh seorang ibu.

2) Tahap II : *Autonomy versus Shame and Doubt* (1-3 tahun)

Pada tahap kedua kehidupan (tahap muscual-anal dalam skema psikoseksual) anak akan belajar apa yang menjadi pengharapannya pada dirinya, apa kewajiban-kewajiban dan hak-hak yang harus dilakukan dan apa batasan-batasan yang dikenakan pada dirinya. Perjuangan anak terhadap pengalaman-pengalaman baru dan yang

lebih berorientasi pada kegiatan menimbulkan sejenis tuntutan ganda pada anak, tuntutan untuk mengontrol diri sendiri dan tuntutan untuk menerima kontrol dari orang lain dalam lingkungan. Untuk mengendalikan sifat penuh kemauan anak, orang dewasa akan memanfaatkan kecenderungan universal pada manusia untuk merasa malu, namun mereka akan mendorong anak untuk mengembangkan perasaan otonomi dan akhirnya mandiri. Anak-anak didorong untuk mengalami situasi yang menuntut otonomi dalam melakukan pilihannya yang bebas.

Penanaman rasa malu secara berlebihan hanya akan menyebabkan anak tidak memiliki rasa malu atau memaksanya mencoba melarikan diri dari hal-hal dengan berdiam diri, tidak suka berterus terang, dan serba bertindak dengan diam-diam. Inilah tahap saat berkembangnya kebebasan pengungkapan diri dan sifat penuh kasih sayang. Rasa mampu mengendalikan diri akan menimbulkan dalam diri anak rasa memiliki kemauan baik dan bangga yang bersifat menetap. Sebaliknya rasa kehilangan kontrol diri dapat menyebabkan perasaan malu dan ragu-ragu yang bersifat menetap. Erikson menyebut ritualisasi tahap kedua ini bersifat kebijaksanaan (*judicious*) karena anak mulai menilai dirinya sendiri dan orang lain serta membedakan antara benar dan salah.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pada tahap otonomi versus perasaan malu dan keragu-raguan ini anak akan berusaha mencari kebebasan sesuai dengan batasan-batasan, hak dan kewajiban yang dimiliki seorang anak untuk membentuk suatu kemandirian. Sebaliknya jika dalam proses ini anak dituntut untuk melakukan sesuatu maka akan timbul perasaan malu dan keraguan dalam diri anak.

3) Tahap III : *Initiative versus Guilt* (3-6 tahun)

Tahap psikososial ketiga yang setara dengan tahap lokomotor-genital dalam psikoseksualitas, ialah tahap inisiatif suatu masa untuk memperluas penguasaan dan tanggung jawab. Selama tahap ini anak akan berusaha menampilkan diri lebih maju dan lebih seimbang secara fisik maupun kejiwaan. Inisiatif berama-sama dengan otonomi memberikan kepada anak suatu kualitas sifat mengejar, merencanakan serta kebulatan tekad dalam menyelesaikan tugas dan meraih tujuan. Bahaya dari tahap ini adalah perasaan bersalah yang dapat menghantui anak karena terlalu memikirkan tujuan-tujuan termasuk fantasi-fantasi genital, menggunakan cara-cara agresif serta manipulaif untuk mencapai tujuan. Anak ingin mulai sekali belajar dan mampu belajar dengan baik pada usia ini, anak berjuang untuk tumbuh melaksanakan kewajiban-kewajiban dan menunjukan prestasi. Masa bermain ini bercirikan *ritualisasi dramtik*. Anak secara

aktif berpartisipasi dalam kegiatan bermain, memakai pakaian, meniru kepribadian orang dewasa. Tahap ritualisasi awal ini memberikan unsur dramatik dalam ritual-ritual sepanjang sisa hidup anak. Dampak dari masa kanak-kanak ini adalah perasaan bersalah.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pada tahap inisiaif versus kesalahan ini anak akan belajar mengkaji lingkungan melalui kemampuan inderanya, meniru apa saja yang orang lain lakukan dan contohkan dan apabila anak mengalami kegagalan dalam melakukan sesuatu maka hal tersebut menjadi sebuah kesalahan yang dilakukan oleh anak karena anak merasa tidak puas atas perkembangan yang dicapai.

4) Tahap IV : *Industry versus Inferiorty* (6-12 tahun)

Pada tahap keempat dalam proses *epigenetik* ini anak harus belajar mengontrol imajinasinya yang sangat kaya dan mulai menempuh pendidikan formal. Anak mengembangkan suatu sikap rajin dan mempelajari hasil dari ketekunan dan kerajinan. Perhatian pada alat-alat permainan dan kegiatan bermain berangsur-angsur digantikan oleh perhatian pada situasi-situasi produktif. Bahaya dari tahap ini adalah anak bisa mengembangkan perasaan rendah diri apabila anak tidak berhasil menguasai tugas-tugas yang dipilihnya atau yang diberikan oleh guru dan orang tuanya. Usia sekolah merupakan tahap ritualisasi formal. Mengamati dan mempelajari

metode-metode kerja memberikan kepada anak suatu rasa memiliki kualitas berupa keterampilan dan kesempurnaan. Apa saja yang dilakukan oleh anak entah keterampilan keterampilan sekolah atau tugas tugas dirumah akan dikerjakan dengan baik.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pada tahap kerajinan versus inferioriti anak akan berusaha belajar untuk bekerjasama dan bersaing dengan anak lainnya baik melalui kegiatan akademik maupun pergaulan melalui permainan yang dilakukan, anak akan mengalami perubahan fisik, emosi dan sosial, interaksi sosial akan menjadi lebih luas lagi, umpan balik berupa kritik dan evaluasi dari teman/lingkungan, mencerminkan penerimaan dari kelompok, membantu anak semakin memiliki konsep diri yang positif. Kemampuan anak untuk berinteraksi sosial lebih luas dengan teman dilingkungan.

5) Tahap V : *Identity versus Role Confusion* (12-18 tahun)

Selama masa *adolesan*, individu mulai merasakan suatu perasaan tentang idenditasnya sendiri, perasaan bahwa remaja adalah manusia unik, namun siap untuk memasuki peranan yang berarti ditengah masyarakat, entah peranan ini bersifat menyesuaikan diri atau bersifat memperbaharui. Sang pribadi mulai menyadari sifat-sifat yang melekat pada dirinya sendiri, seperti aneka kesukaan dan ketidaksukaannya, tujuan-tujuan yang dikejarinya dimasa depan,

kekuatan dan hasrat untuk mengontrol nasibnya sendiri. Inilah masa dalam kehidupan ketika orang ingin menentukan siapa remaja pada saat sekarang dan ingin menjadi apakah remaja dimasa yang akan datang.

Daya penggerak batin dalam rangka pembentukan idenditas ialah ego dalam aspek-aspeknya yang sadar maupun yang tidak sadar. Pada tahap ini ego memiliki kapasitas untuk memilih dan mengintegrasikan bakat-bakat, kemampuan-kemampuan dan keterampilan-keterampilan dalam melakukan idenfikasi dengan orang yang sependapat dan dalam melakukan adaptasi dengan lingkungan sosial, serta menjaga pertahanan terhadap berbagai ancaman dan kecemasan, karena remaja telah mampu menentukan impuls-impuls, kebutuhan-kebutuhan dan peranan manakah yang paling cocok dan efektif. Semua ciri yang dipilih oleh ego ini dihimpun dan diintegrasikan oleh ego serta membentuk idenditas psikososial seseorang.

Karena peralihan yang sulit dari masa kanak-kanak kemasa dewasa disatu pihak dan karena kepekaan terhadap perubahan sosial dan historis dipihak lain, maka selama tahap pembentukan idenditas remaja, mungkin merasakan penderitaan paling dalam dibandingkan dengan masa-masa lain akibat kekacauan peran atau kekacauan idenditas. Keadaan ini akan menyebabkan orang merasa terisolasi,

hampa, cemas, dan bimbang. Remaja merasa bahwa remaja harus membuat keputusan-keputusan penting tetapi belum sanggup melakukannya. Para remaja mungkin merasa bahwa masyarakat memaksa mereka untuk membuat keputusan-keputusan, sehingga mereka justru menjadi semakin menentang. Mereka sangat peka terhadap cara orang lain memandang mereka dan menjadi mudah tersinggung dan merasa malu.

Selama kekacauan idenditas, remaja akan merasa bahwa mereka mundur bukannya maju dan pada kenyataannya suatu kemunduran periodis ke sifat anak-anak kiranya merupakan suatu alternatif menyenangkan terhadap keterlibaan kompleks dalam masyarakat yang dituntut darinya. Tingkah laku remaja tidak konsisten dan tidak dapat dipredisikan selama masa kekacauan ini. Pada suatu saat remaja menutup diri terhadap siapapun karena takut ditolak, dikecewakan, atau disesatkan. Ritualisasi yang menyertai tahap *adolesan* ialah ritualisasi ideologi. Ideologi merupakan solidaritas keyakinan yang menginkorporasikan ritualisasi-ritualisasi dari tahap-tahap sebelumnya menjadi sekumpulan ide dan cita-cita yang saling berkaitan. Keterasingan yang disebabkan karena tidak dimilikinya suatu ideologi yang terintegrasi adalah kekacauan idenditas.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pada tahap idenditas versus kekacauan idenditas ini anak berada pada fase transisi dari

anak-anak menuju dewasa. Anak akan berusaha mencari idenditas dirinya melalui interaksinya dengan lingkungan sekitar yang dikendalikan oleh ego. Kejelasan idenditas diperoleh bila ada kepuasan yang diperoleh dari orang tua atau lingkungan tempat berada, sedangkan ketidakmampuan dalam mengatasi konflik akan menimbulkan kerancuan peran yang harus dijalankan.

6) Tahap VI : *Intimacy versus Isolation* (masa dewasa muda)

Dalam tahap ini orang-orang dewasa awal (*young adults*) siap dan ingin menyatukan idenditasnya dengan orang-orang lain. Mereka mendambakan hubungan yang intim-akrab dan persaudaraan, serta siap mengembangkan daya-daya yang dibutuhkan untuk memenuhi komitmen meskipun mereka mungkin harus berkorban. Ritualisasi pada tahap ini ialah *afiliatif*, yakni berbagi bersama dalam pekerjaan, persahabatan dan cinta.

7) Tahap VII : *Generativity versus Stagnation* (masa dewasa menengah)

Ciri tahap *generativitas* adalah perhatian terhadap apa yang dihasilkan-keturunan, produk-produk, ide-ide dan sebagainya serta pembentukan dan penetapan garis pedoman untuk generasi-generasi mendatang. Transmisi nilai-nilai sosial ini diperlukan untuk memperkaya aspek psikoseksual dan aspek psikososial kepribadian. Apabila *generativitas* lemah atau tidak diungkapkan maka kepribadian akan mundur dan akan mengalami stagnasi. Ritualisasi

dari tahap ini adalah sesuatu yang *generasional* yakni ritualisasi peranan orang tua, produksi, pengajaran, penyembuhan dan seterusnya.

8) Tahap VIII : *Ego integrity versus Despair* (masa dewasa akhir)

Tahap terakhir dalam proses perkembangan disebut integritas. Integritas paling tepat dilukiskan sebagai suatu keadaan yang dicapai seseorang setelah memelihara benda-benda, orang-orang, produk-produk dan ide-ide dan setelah berhasil menyesuaikan diri dengan keberhasilan-keberhasilan dan kegagalan-kegagalan dalam hidup. Lawan integritas adalah keputusasaan dalam menghadapi perubahan-perubahan siklus kehidupan individu, terhadap kondisi sosial dan historis belum lagi kefanaan hidup yang dihadapkan dengan kematian (Hall & Gardner, 2009).

C. Gangguan Mental Emosional

1. Gangguan Mental

a. Pengertian

Gangguan mental adalah suatu keadaan dimana keberadaan jiwa seseorang mengalami gangguan berupa sikap, perilaku dan penampilannya (Latipun, 2008).

Menurut Rofiqah (2015) gangguan mental adalah bentuk ketidakmampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan diri

sendiri, orang lain dan lingkungan masyarakat. Gangguan mental biasanya terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara fungsi-fungsi jiwa serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang terjadi.

Gangguan mental ialah gangguan yang terjadi pada satu atau lebih fungsi jiwa. Gangguan mental ditandai dengan adanya gangguan otak berupa terganggunya emosi, proses berfikir, perilaku dan persepsi (penangkapan panca indera). Dampak dari adanya gangguan mental adalah adanya penderitaan bagi keluarga dan munculnya kondisi stress. Gangguan mental bisa terjadi pada setiap orang tanpa mengenal umur, ras, agama maupun status sosial ekonomi (Fransiska, 2017).

Gangguan mental emosional biasanya ditandai dengan adanya perubahan dalam proses berfikir, beringkah laku dan dapat mempengaruhi suasana hati terkait dengan adanya tekanan yang bermakna dan gangguan fungsi selama jangka waktu tertentu (Hurlock, 2012).

b. Faktor Penyebab Gangguan Mental

Menurut Keliat (2010) ada 3 faktor penyebab gangguan mental, yaitu :

- 1) Faktor Organobiologi seperti faktor keturunan (genetic), akibat adanya ketidakseimbangan zat-zat neurokimia di dalam otak.

- 2) Faktor psikologis seperti adanya mood yang berubah-ubah, rasa cemas yang berlebihan, gangguan persepsi yang ditangkap panca indra (halusinasi).
- 3) Faktor lingkungan dibagi menjadi dua yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan kerja serta sekolah. Biasanya gangguan mental tidak terjadi akibat penyebab yang tunggal akan tetapi ada beberapa penyebab yang menyertainya.

Menurut Rofiqah (2015) konflik sosial-kultural dan psikologis dapat menyebabkan terjadinya gangguan mental seperti :

- 1) Konflik dengan standar sosial dan norma etis tertentu
- 2) Orang tua yang terlalu overprotektif
- 3) Kehadiran anak yang tidak diinginkan
- 4) Perceraian
- 5) Cacat jasmaniah
- 6) Lingkungan sekolah yang tidak menguntungkan
- 7) Konflik budaya
- 8) Masa transisi
- 9) Meningkatnya aspirasi dan pengajaran kemewahan material.

Selain itu, gangguan mental juga bisa disebabkan karena kurangnya kesadaran akan konflik-konflik emosional, tidak berani

menghadapi tantangan hidup di tengah masyarakat yang menyebabkan terjadinya krisis di tengah masyarakat sehingga seseorang ingin melarikan diri dari kehidupan yang dirasakan (Rofiqah, 2015).

c. Gejala Gangguan Mental

Menurut Adawiyah (2012) seseorang dikatakan mengalami gangguan mental apabila memiliki gejala sebagai berikut :

1) Terlalu banyak tidur

Tidur sangat penting untuk mengatur emosi jiwa seseorang. Tapi jika seseorang tidur terlalu lama, hal ini justru dapat menjadi gejala depresi dan masalah medis lainnya.

2) Tidak cukup tidur

Susah tidur atau merasa seperti belum beristirahat ketika seseorang terbangun juga merupakan gejala umum dari masalah depresi dan kecemasan. Kurang tidur dapat berkaitan dengan masalah gangguan tidur yang biasa disebut *sleep apnea* dan ketidakseimbangan hormon.

3) Jantung berdekap kencang

Detak jantung yang tidak beraturan juga bisa menjadi awal terjadinya serangan panik. Serangan panik atau *panic attack* adalah perasaan teror yang datang menyerang secara tiba-tiba tanpa peringatan. Suatu serangan panik secara khas berlangsung

beberapa menit dan merupakan suatu kondisi penuh tekanan yang dapat dialami oleh seseorang.

4) Perut nyeri

Sakit perut dapat menjadi gejala dari stres atau kecemasan. Jangan abaikan sakit perut yang berlangsung lama. Banyak kasus menunjukkan bahwa pasien yang mengalami kecemasan kronis umumnya diikuti dengan gangguan masalah pada perut. Ketika seseorang mengatasi gejala kecemasannya, masalah sakit perut biasanya juga berangsur membaik atau hilang sepenuhnya.

5) Sakit kepala

Sering stres dan tegang dapat memicu sakit kepala. Jika seseorang mengalami sakit kepala namun di sisi lain sedang berurusan mengalami stres berat atau kecemasan, segera cari bantuan dari orang yang profesional.

6) Perubahan suasana hati (*mood*)

Perubahan *mood* yang terjadi sangat cepat adalah gejala dari masalah kesehatan mental yang perlu ditangani. Perubahan suasana hati yang sangat ekstrem, dari sangat gembira menjadi depresi dan terus berulang, bisa jadi awal dari perkembangan gangguan bipolar. Meskipun bipolar termasuk gangguan kejiwaan yang bersifat kronik, serius dan sering berpotensi fatal, gangguan ini dapat dikendalikan.

Menurut *World Health Organization* (2017) gangguan mental emosional dapat berupa gejala depresi, gangguan *psikosomatis* dan *ansietas*. Menurut Idaiani (2010) ada beberapa gejala gangguan mental seperti :

- 1) Reaksi psikis yang ditandai dengan unsur kecemasan, yang tidak sadar diungkapkan dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence of mechanism*). Reaksi ini biasanya membuat individu merasa dirinya normal, bahkan lebih baik, lebih unggul dan lebih penting dari orang lain.
- 2) Relasinya dengan dunia luar sedikit sekali, walaupun individu tersebut mempunyai wawasan atau *insight* yang luas dan baik. Individu seperti ini akan kesulitan untuk beradaptasi dengan wajar.
- 3) Timbul perasaan cemas yang tidak bisa ditahan, sebagai contoh takut untuk mati, takut menjadi gila dan ketakutan lain yang tidak wajar dan tidak bisa dimasukkan dalam kelompok fobia. Dengan gejala emosi yang tidak stabil, suka marah-marah, sering dihadapkan dengan masalah depresi, sering dalam keadaan gelisah, sering berhayal, dihinggapil ilusi, delusi dan rasa dikejar-kejar sering merasa mual dan muntah, kondisi badan yang mudah lelah, sesak nafas, sering mengeluarkan banyak keringat, bergemetar, tekanan detak jantung meningkat, dan sering mengalami diare.

- 4) Penderita sering diganggu dengan perasaan sakit dan nyeri yang berpindah-pindah di setiap bagian tubuhnya, khususnya pada bagian punggung dan kepala yang disertai dengan perasaan pusing. Hal tersebut membuat penderita menjadi malas dan segan untuk melakukan aktivitas atau kehilangan semangat dan gairah hidup.
- 5) Biasanya individu akan merasa suntuk, malas berfikir, dan lambat dalam mengambil sebuah keputusan.
- 6) Sering mengalami depresi emosional yang disertai dengan perasaan menangis atau suka menangis
- 7) Nafsu makan menjadi menurun bahkan sampai mengalami kehilangan nafsu makan, seks, menderita gangguan tidur dan muncul gangguan pada system pencernaan
- 8) Cenderung egois dan tertutup (*introvert*). Kehilangan kemampuan dalam berkonsentrasi, mudah dipengaruhi, cepat bingung, sensitif dan sikapnya selalu *antagonistic* (selalu bertentangan) dan cenderung negatif.

Menurut Kaplan dan Sadock (2015) gejala gangguan mental emosional lebih mengarah kepada gangguan *neurosis*, seperti :

1) Depresi

Depresi adalah suatu keadaan dimana terdapat gangguan pada fungsi manusia yang berhubungan dengan alam perasaan seperti

sedih dan gejala penyertanya seperti perubahan pola tidur, napsu makan, psikomotor, konsentrasi, kelelahan, rasa putus asa dan tidak berdaya.

2) *Ansietas* atau kecemasan

Kecemasan adalah suatu bentuk rasa kekhawatiran yang berlebih, tidak jelas dan menyebar yang berhubungan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan ditandai dengan perasaan tidak tenang, perasaan tegang, lesu, cepat merasa lelah, susah tidur, sulit berkonsentrasi dan penurunan daya ingat.

3) Penurunan Energi

Tanda- tanda dari penurunan energi adalah tidak bergairahnya individu dalam menjalani suatu kehidupan, merasa mudah lelah, dan kesulitan dalam berfikir.

4) Kognitif

Kognitif adalah suatu proses yang terjadi secara internal pada pusat susunan saraf saat manusia dalam kondisi sedang berfikir.

5) Somatik

Gejala somatik ditandai dengan keadaan individu yang mudah merasa lemah, mengalami ketegangan otot, sensasi panas dingin, berkeringat dan tangan bergemetar.

d. Bentuk Gangguan Mental

Menurut Dinuriah (2015) ada 2 bentuk gangguan mental emosional yaitu :

1) Gangguan Mental Emosional Ringan

Gangguan mental ringan adalah gangguan yang disebabkan karena adanya kerusakan pada anggota tubuh seperti otak, sentral saraf, atau hilangnya berbagai kelenjar, saraf-saraf atau anggota fisik lainnya untuk menjalankan fungsinya.

2) Gangguan Mental Emosional Berat

Gangguan mental berat adalah gangguan yang disebabkan karena adanya gangguan jiwa yang telah berlarut-larut tanpa ada penyelesaian secara wajar. Gangguan mental berat juga bisa disebabkan karena adanya ketidakseimbangan mental secara menyeluruh akibat dari suasana lingkungan yang sangat menekan (tidak bersahabat), keegangan batin dan lain sebagainya.

2. Emosional

a. Pengertian

Emosi adalah bagian dari perasaan, emosi nampak seperti rasa yang bergejolak sehingga orang yang bersangkutan akan mengalami perubahan perasaan akibat efektifitasnya melebihi batas yang

bersangkutan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. (Sundari, 2005).

b. Perkembangan Emosi

Sejak lahir emosi sudah berkembang. Emosi muncul karena adanya suatu rangsangan. Pengalaman yang dapat menjadi suatu rangsangan yang dapat mempengaruhi efektifitas munculnya emosi. Ekspresi emosi pada masa anak-anak terkadang sulit dibedakan. Misalnya ekspresi menangis pada anak dan bayi dapat berarti takut, marah dan lapar. Makin dewasa anak mulai dapat membedakan rangsangan-rangsangan yang ada sehingga mampu mengekspresikan emosi secara tepat dalam kehidupan kemasyarakatan. Emosi dapat diekspresikan melalui tingkah laku yang sesuai dengan cara-cara yang dipelajari dalam masyarakat. Misalnya pernyataan marah, gembira, berduka cita. Emosi sangat dipengaruhi oleh pengalaman yang ada. Orang yang mempunyai banyak pengalaman dan yang bersifat positif tentu akan berbeda perkembangan emosinya. Pengalaman yang diperoleh dari keluarga, pergaulan dan jabatan sangat menentukan corak perkembangan emosi. Emosi bisa dilihat dari bentuk tempramen seseorang. Tempramen ada bukan karena suatu takdir melainkan karena adanya pelatihan seorang individu melalui proses belajar sepanjang hidup. Pengalaman tersebut dapat diperoleh secara sengaja maupun tidak sengaja. Pemberian pengalaman melalui

proses belajar kemungkinan dapat mengubah sifat dari seseorang (Sundari, 2005).

c. Reaksi Emosional

Menurut Goleman (2015) ada 4 emosi dasar yang dimiliki orang seseorang seperti :

1) Takut

Reaksi takut terjadi karena yang bersangkutan merasa lebih lemah, tidak berani melawan sesuatu yang dihadapi secara nyata dapat mengancam. Takut merupakan suatu penyebab yang menyebabkan seseorang menjadi berhati-hati dalam melakukan tindakan. Adanya perasaan takut jangan dihilangkan tetapi cukup dikontrol dengan cara menghindar dan mengatasi perasaan takut. Cara mengontrol perasaan takut adalah dengan mengetahui sebab akibat dari munculnya perasaan takut. Perasaan takut erat kaitanya dengan keseimbangan mental.

2) Gelisah

Merupakan reaksi seperti perasaan takut, karena menghadapi hal-hal yang belum diketahui atau dialami. Sifat-sifat kegelisahan terdiri dari beberapa tingkatan seperti kebingungan terhadap apa yang akan dihadapi, ketidaktentuan atau tidak tegas, merasa tidak mampu atau merasa tidak berdaya, rasa dendam atau rasa *sentimen*. Menurut

Suardiman (2011) individu yang sedang mengalami kegelisahan, akan timbul bayangan negatif yang tidak menyenangkan dan menekan dirinya. Merasa terganggu dan menjadi pesimis. Untuk menghindarkan diri dari perasaan itu, hendaknya membuat bayangan yang positif. Usaha yang bisa dilakukan : emosi yang muncul dapat dihilangkan melalui pengingkaran pemikiran atau bayangan yang menyebabkan kegelisahan dan menghindari penyebab dari suatu kegelisahan tersebut.

3) Marah

Marah merupakan reaksi terhadap suatu hambatan yang menyebabkan gagalnya suatu usaha atau perbuatan. Biasanya bersamaan dengan berbagai ekspresi perilaku. Marah merupakan pernyaaan agresif, perilakunya mengganggu orang yang dimarahi bahkan orang-orang disekitarnya. Untuk menghindarkan diri dari kemarahan ada usaha yang dapat dilakukan: menggunakan rasio/pikiran, memahami akibat negatif dari kemarahan, menahan nafas panjang, dan membelokan kemarahn. Usaha tersebut akan meredakan kemarahan dan akan membantu menuju kesehatan mental.

4) Senang/Gembira

Senang atau gembira merupakan rasa positif terhadap suatu situasi atau objek yang dihadapi. Apa yang dihadapi dapat menimbulkan

semangat, gairah, menambah keberhasilan, memberi ketentraman atau ketenangan. Hal ini karena didasari oleh emosi cinta, simpati. Emosi cinta yang normal merupakan anugrah Tuhan yang tidak ternilai harganya (Suardiman, 2011). Seorang dapat merasakan bahagia, penuh kesegaran dan keharmonisan. Demikian pula simpati, keikutsertaan dalam perasaan orang lain (*feeling with another person*) sedangkan pada empati, ikut ambil bagian secara efektif pada apa yang dirasa atau dilakukan orang lain (*feeling into a person or thing*). Menurut Dakir (2010) biasanya hal-hal tersebut tumbuh tidak dalam waktu yang singkat melainkan membutuhkan proses pengamatan melihat, mendengar, mencium atau membau dan sebagainya. Untuk menjaga agar tetap senang, harus ada kesanggupan berkorban, menerima segala risiko, ada saling pengertian.

5) Sedih/ susah

Sedih atau susah adalah keadaan yang disebabkan atas rasa kehilangan atau kekosongan terhadap situasi hal-hal yang dihadapi orang, biasanya dibarengi ekspresi menarik diri/mengurung diri dalam kamar, konsentrasi kurang hingga menjadi lamban sehingga tidak berdaya. Kalau berlarut-larut mungkin justru menjadi agresif, membunuh atau bunuh diri. Untuk membedakan kesusahan harus

sabar, tahan uji, ulet, suka memaafkan, berpandangan luas, rela berkorban dan sejenisnya.

6) Iri

Merupakan reaksi dari gabungan/ perpaduan antara berbagai bentuk emosi. Terkadang sikap membandingkan antara dirinya dengan keadaan atau orang lain. Dirinnya merasa kurang, merasa kalah sehingga timbul keinginan menyamai bahkan melebihi. Iri yang bernilai positif dapat meningkatkan usaha dan cita-cita. Iri yang bernilai negatif, biasanya disebabkan karena yang bersangkutan selalu dipenuhi tuntutan, memperoleh apa yang diinginkan, namun bila tidak kesampaian menjadi kecewa, sedih, malu, marah, benci dan lain-lainnya bercampur merupakan iri. Usaha memupuk diri positif dan menghindari emosi negatif harus ditanamkan dan dilatih sejak masih belia sesuai dengan panutanya.

d. Peran Emosi Dalam Kehidupan

Menurut Sorenson (2011) emosi sangat penting didalam kehidupan.

Emosi mempunyai kebaikan dan keburukan. Peranan emosi dalam kehidupan sehari-hari adalah sebagai berikut :

1) Emosi dapat memperkaya kehidupan

Emosi selalu mengalami pasang dan surut. Saat-saat yang sangat berharga apabila kita diliputi perasaan dan bangga. Sebaliknya

apabila kita diliputi rasa tak bahagia merupakan saat yang susah dan penuh kegelapan. Keadaan bahagia itu disebabkan karena pancaran kebahagiaan dari emosi, dan sebaliknya, menunjukkan kesedihan antara bahagia dan tidak bahagia terdapat variasi-variasi. Kesemuanya itu akan menentukan nilai pada hidup kita. Tanpa emosi hidup kita akan disertai rasa cinta, persahabatan, bangga, sukses, marah, gelisah takut dan sebagainya. Dengan emosi manusia berusaha mencapai cita-cita.

2) Emosi menciptakan pembatasan kehidupan

Emosi dapat mempersatukan hubungan antara manusia yang satu dengan manusia yang lain karena masing-masing pernah mengalami perasaan yang sama. Misalnya pernah merasa takut, marah, cinta, benci dan bangga.

3) Emosi sebagai dasar kehidupan seni

Banyak orang yang percaya bahwa seni merupakan pancaran hidup. Sedangkan emosi hidup berasal dari hidup itu sendiri. Perasaan emosi yang diwujudkan dalam bentuk kata-kata, gerakan-gerakan, garis-garis, bunyi-bunyian dan disuguhkan pada orang lain, maka orang itu dapat mengalami perasaan yang serupa. Seni tumbuh dengan cara mengalami perasaan emosi yang sama.

4) Emosi memberikan tenaga tambahan

Dalam saat-saat tertentu kita mempunyai kekuatan yang mengagumkan, sehingga dapat berguna pada saat itu. Misalnya seorang perawat muda yang bertubuh langsung, merawat seorang pasien bertubuh gendut untuk dioperasi. Pasien tersebut tidak boleh bangkit sebab membahayakan kesehatannya. Dengan dorongan emosi yang kuat, perawat mampu mengangkat pasien tersebut.

5) Emosi memacu untuk berbuat baik

Hubungan manusia dengan manusia yang lain ialah berdasarkan atas rasa (emosi) cinta. Misalnya saja terwujudnya persaudaraan, persahabatan, kemurahan hati, pertolongan pada orang lain. Didalam satu keluarga ayah dan ibu bekerja keras demi kesejahteraan hidup putra-putrinya.

6) Emosi merupakan obat penguat

Perasaan emosi yang riang, perasaan emosi senang dan gembira dapat menjadi obat penguat dalam kesegaran jiwa.

D. Pola Asuh Orang Tua

1. Pengertian

Menurut Gunarsa (2008) Pola asuh orang tua adalah suatu cara yang dilakukan oleh orang tua untuk mempersiapkan anggota keluarga khususnya anak dalam hal mencapai kemandirian diri sehingga dapat mengambil

keputusan sendiri tanpa bergantung kepada kedua orang tua sebagai upaya untuk melatih rasa tanggung jawab pada diri seorang anak.

Menurut Syamsu (2011) pola asuh orang tua adalah suatu bentuk perlakuan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak seperti cara orang tua memberikan peraturan kepada anak, cara orang tua memberikan perhatian terhadap perilaku anak, cara orang tua memberikan penjelasan kepada anak dan cara orang tua memberikan motivasi kepada anak untuk dapat mengerti sikap mereka.

Menurut Agency B (2014) pola asuh ialah suatu bentuk interaksi yang dilakukan oleh orang tua dan anak. Interaksi yang dibangun diharapkan dapat memberikan dorongan bagi anak untuk dapat merubah tingkah laku, pengetahuan dan nilai-nilai yang dianggap tepat agar anak mampu melaksanakan kemandirian, tumbuh dan kembang secara sehat dan maksimal.

Pola asuh orang tua merupakan sebuah kegiatan pengasuhan yang didalamnya terdapat interaksi antara orangtua dan anak. Pengasuhan merupakan sebuah kegiatan membimbing, mendidik, melindungi dan mendisiplinkan anak agar anak dapat mencapai suatu kedewasaan yang sesuai dengan norma yang berjalan di masyarakat. Sebagai pengasuh orang tua berperan penting dalam menentukan sikap dan perilaku seorang anak (Pratama, 2011).

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa pola asuh orang tua adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh orang tua untuk mengarahkan, mendidik dan melindungi anak agar anak dapat memperoleh kemandiriannya sendiri baik diajarkan secara langsung maupun tidak langsung oleh orang tua.

2. Bentuk Pola Asuh Orang Tua

Menurut Dariyo (2011) ada 4 bentuk pola asuh yang dilakukan oleh orang tua yaitu :

a. *Pola asuh otoriter (parent oriented).*

Bentuk pola asuh ini adalah dengan menekankan segala aturan yang dibuat oleh orang tua kepada anak sehingga anak harus menaati. Orang tua bertindak semau mereka sendiri tanpa dapat dikendalikan oleh anak. Anak harus patuh dan tidak boleh menentang terhadap apa saja yang diperintahkan oleh orang tua. Dalam hal ini seolah-olah anak bertindak sebagai “robot”, sehingga anak menjadi kurang inisiatif, merasa takut, tidak percaya diri, cemas, rendah diri, *minder* dalam pergaulan dan acuh terhadap lingkungan sekitar atau anti sosial. Namun, disisi lain anak juga dapat memberontak dengan cara bersikap tidak baik atau melarikan diri dari kenyataan melalui perilaku mereka yang menggunakan narkoba (*Alcohol or drug abuse*) atau minum-minuman keras. Jika dilihat dari sisi positifnya, anak yang mendapatkan didikan dengan bentuk pola asuh otoriter ini, cenderung akan lebih mempunyai sikap disiplin yang tinggi

dalam hal menaati peraturan yang telah ditetapkan oleh orang tua. Akan tetapi, bisa jadi kedisiplinan tersebut hanya akan ditunjukkan ketika anak tersebut berada di depan orang tua, padahal dalam hatinya anak tersebut menentang peraturan yang diberikan sehingga ketika berada di belakang orang tua anak akan bersikap dan bertindak lain sesuai keinginan mereka. Hal tersebut mempunyai tujuan dimana sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh anak semata-mata hanya ingin menyenangkan hati orang tua. Bisa dikatakan bahwa anak mempunyai kedisiplinan dan kepatuhan yang semu. Jika dilihat dari sisi negatif bentuk pola asuh otoriter akan membuat anak menjadi pesimis dan tidak percaya diri.

b. *Pola asuh permisif.*

Bentuk pola asuh ini adalah *children centered* yakni segala bentuk aturan dan ketetapan yang ada pada sebuah keluarga diatur oleh anak. Apa yang diinginkan oleh anak pasti akan diperbolehkan oleh orang tua, dalam hal ini orang tua bertindak sebagai “robot” yang dikendalikan oleh anak sehingga orang tua harus menuruti semua kemauan anak. Anak cenderung bertindak semaunya tanpa mendapat pengawasan dari orang tua sehingga mereka bebas melakukan apa saja yang anak inginkan. Jika dilihat dari sisi negatif lain, anak akan menjadi kurang disiplin dalam hal menaati semua aturan-aturan sosial yang sudah berlaku. Apabila anak dapat memanfaatkan kebebasan dari orang tua

dengan penuh tanggung jawab, maka anak bisa menjadi seseorang yang kreatif, mandiri, inisiatif dan mampu mewujudkan aktualisasinya.

c. *Pola asuh demokratis.*

Bentuk pola asuh ini mempunyai arti bahwa orang tua dan anak mempunyai kedudukan yang sama atau sejajar. Ketika dihadapkan oleh suatu masalah maka bentuk pola asuh ini akan memberikan kesempatan yang sama untuk orang tua dan anak berperan dalam mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah. Anak diberi kebebasan untuk bertanggung jawab artinya apa saja yang dilakukan oleh anak, anak tetap saja mendapatkan pengawasan dari orang tua dan apa yang dilakukan harus bisa diperangung jawabkan secara moral. Dalam hal ini orang tua dan anak tidak boleh berbuat semau mereka. Anak diberi kepercayaan dan dilatih untuk bertanggung jawab atas segala tindakan yang dilakukan. Manfaat yang bisa diambil dari bentuk pola asuh demokratis ini adalah anak akan menjadi seorang individu yang mempercayai orang lain, mampu bertanggung jawab atas segala tindakan yang telah dilakukan dan tidak munafik atau berindak jujur. Sedangkan dampak negatif dari bentuk pola asuh demokratis ini adalah anak akan merongrong kewibawaan otoritas orang tua, kalau segala sesuatu harus dipertimbangkan antara orang tua dan anak.

d. *Pola asuh situasional.*

Bentuk pola asuh ini kadang tidak diterapkan secara formal, artinya orang tua tidak memilih salah satu dari ketiga bentuk pola asuh tersebut. Ada kemungkinan orang tua menerapkan bentuk pola asuh yang *fleksibel* dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung saat itu. Orang yang menerapkan pola asuh situasional akan tercipta bentuk pola asuh yang luwes.

Menurut Habibi (2018) ada 3 bentuk pola asuh yang diterapkan oleh orang tua :

1) Pola asuh otoriter

Dalam pola asuh ini orang tua berperan sebagai arsitek, cenderung menggunakan pendekatan yang bersifat *dictator*, menonjolkan wibawa, menghendaki ketaatan mutlak. Anak harus tunduk dan patuh terhadap kemauan orang tua.

2) Pola asuh demokratis

Orangtua cenderung menganggap sederajat hak dan kewajiban anak dibanding dirinya. Pola asuh ini menempatkan musyawarah sebagai pilar dalam memecahkan berbagai persoalan anak, mendukung dengan penuh kesadaran dan berkomunikasi dengan baik.

3) Pola asuh permisif

Pola asuh ini memperlihatkan bahwa orangtua cenderung menghindari konflik dengan anak, sehingga orang tua banyak bersikap membiarkan apa saja yang dilakukan anak.

3. Ciri-Ciri Pola Asuh Orang Tua

Menurut Fathi (2011) ada 3 bentuk pola asuh orang tua dengan ciri-ciri yang berbeda seperti :

a. Pola asuh otoriter

Ciri khas pola asuh ini adalah adanya kekuasaan orang tua yang dominan dan mutlak. Anak yang tidak mematuhi orang tua akan mendapatkan hukuman yang keras, pendapat anak tidak didengar sehingga anak tidak memiliki eksistensi di rumah, tingkah laku anak dikontrol dengan sangat ketat. Pola asuh otoriter cenderung membatasi perilaku kasih sayang, sentuhan, dan kelekatan emosi orang tua dengan anak, sehingga antara orang tua dan anak seakan memiliki dinding pembatas.

b. Pola asuh demokratis

Ciri khas pola asuh ini adalah adanya diskusi antara anak dan orang tua. Anak diakui eksistensinya. Kebebasan berekspresi diberikan pada anak dengan tetap berada dibawah pengawasan orang tua.

c. Pola asuh permisif

Ciri khas pola asuh ini adalah orang tua bersikap longgar, tidak terlalu memberi bimbingan dan kontrol, perhatian terkesan kurang. Kendali anak sepenuhnya terdapat pada anak itu sendiri. Pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan terhadap anak untuk berbuat apa saja.

4. Faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh Orang Tua

Menurut Agustiawati (2014) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola pengasuhan orang tua yaitu :

a. Latar belakang pola pengasuhan orang tua

Artinya orang tua dalam memberikan pengasuhan kepada anak mengikuti model pengasuhan terdahulu yang orang tua pernah dapatkan dari orang tua mereka sendiri.

b. Tingkat pendidikan orang tua

Orang tua yang mempunyai tingkat pendidikan tinggi akan berbeda cara pengasuhannya kepada anak dengan orang tua yang hanya mempunyai tingkat pendidikan rendah.

c. Status ekonomi dan pekerjaan orang tua

Orang tua yang sibuk mengurus pekerjaannya akan kurang dalam hal memperhatikan anak-anaknya. Keadaan ini dapat mengakibatkan peran orang tua dapat digantikan oleh pembantu, yang pada akhirnya pola

pengasuhan terhadap anak akan mengikuti pola pengasuhan yang diterapkan oleh pembantu tersebut.

Menurut Minderop (2013) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya pola asuh orang tua dalam keluarga, diantaranya :

a. Budaya setempat

Dalam hal ini mencakup segala aturan, norma, ada dan budaya yang berkembang di daerah setempat.

b. Ideologi yang berkembang dalam diri orang tua

Orang tua yang mempunyai keyakinan atau ideologi tertentu cenderung akan menurunkan keyakinan tersebut dengan harapan anak bisa mengikuti dan menerapkan ideologi tersebut.

c. Letak geografis dan norma etis

Penduduk yang tinggal pada dataran tinggi akan memiliki perbedaan karakteristik dengan penduduk yang tinggal pada dataran rendah mengikuti aturan dan tradisi yang diterapkan pada daerah tersebut.

d. Orientasi religius

Orang tua yang mempercayai suatu agama atau keyakinan tertentu akan berusaha untuk mengajarkannya kepada anak agar kelak anak tersebut bisa mengikutinya.

e. Status ekonomi

Perekonomian yang cukup akan berdampak pada kesempatan, fasilitas lingkungan material yang mendukung dan cenderung mengarah pada pola asuh yang mengikuti kehendak orang tua atau yang dianggap paling sesuai dengan keinginan anak.

f. Bakat dan kemampuan orang tua

Orang tua yang memiliki pola komunikasi yang baik akan memberikan efek yang baik juga dalam hal mengembangkan pola asuh yang sesuai dengan karakterisik anak.

g. Gaya hidup

Perbedaan gaya hidup masyarakat di desa dan di kota akan berpengaruh terhadap cara orang tua mendidik anak.

E. Lingkungan Teman Sebaya

1. Pengertian

Menurut Slavin (2011) teman sebaya adalah anak-anak yang mempunyai umur atau tingkat kedewasaan yang kurang lebih sama. Lingkungan teman sebaya merupakan suatu bentuk interaksi yang dilakukan pada sekelompok orang yang mempunyai kesamaan dalam usia, status sosial, hobi dan pemikiran yang sama.

Menurut Ahmad (2016) Teman sebaya atau *peer group* adalah anak-anak atau remaja yang mempunyai tingkat kematangan berfikir yang sama

dan mampu berinteraksi dengan kawan sebaya yang berusia sama dan memiliki peran yang unik dalam budaya atau kebiasaannya.

2. Fungsi Teman Sebaya

Menurut Desmita (2012) ada 6 fungsi teman sebaya, yaitu :

- a. Mengontrol impuls-impuls negatif. Interaksi dengan teman sebaya membuat remaja belajar bagaimana memecahkan masalah dengan cara-cara lain dengan tidak meluapkan kemarahan langsung.
- b. Mendapatkan dukungan emosional dan sosial serta menjadi lebih mandiri. Kelompok teman sebaya memberikan dukungan untuk mencoba peran dan tanggung jawab baru, hal ini membuat berkurangnya rasa ketergantungan mereka terhadap keluarga.
- c. Meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial, mengembangkan kemampuan penalaran dan belajar untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dengan cara yang lebih dewasa.
- d. Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku dan sikap mereka dengan menjadi laki-laki dan perempuan muda.
- e. Memperkuat penyesuaian moral dan nilai-nilai. Dalam kelompok remaja mencoba untuk mengambil keputusan menurut diri mereka sendiri. Mereka menilai sendiri nilai-nilai yang dimilikinya dan yang dimiliki temannya, selanjutnya mereka akan memutuskan mana yang benar

menurut mereka. Hal ini dapat membantu remaja dalam mengembangkan penalaran moral mereka.

- f. Meningkatkan harga diri. Seorang remaja akan merasa nyaman dan senang ketika dirinya menjadi orang yang disukai dalam kelompoknya.

3. Bentuk Kelompok Teman Sebaya

Menurut Hurlock (2012) bentuk-bentuk kelompok teman sebaya adalah sebagai berikut :

- a. Kelompok sebaya yang bersifat informal. Kelompok sebaya ini dibentuk, diatur, dan dipimpin oleh anak itu sendiri. Didalam kelompok ini tidak ada bimbingan dan partisipasi orang dewasa.
- b. Kelompok sebaya yang bersifat formal. Didalam kelompok ini ada bimbingan, partisipasi atau pengarahan dari orang dewasa. Contoh kelompok teman sebaya yang formal adalah kegiatan pramuka, club, perkumpulan pemuda, dan bentuk-bentuk organisasi lainnya.
- c. Teman dekat atau disebut juga sahabat karib, biasanya terdiri dari dua atau tiga orang. Orang-orang yang masuk dalam kelompok ini adalah orang-orang yang mempunyai visi dan misi yang sama
- d. Kelompok teman sebaya yang tidak termasuk kelompok besar dan tidak merasa puas dengan kelompok yang terorganisir. Biasanya terdiri dari anak-anak sejenis dengan minat mereka adalah untuk menghadapi penolakan teman-teman melalui anti sosial

- e. Kelompok teman sebaya yang termasuk dalam kelompok kecil biasanya terdiri dari kelompok teman-teman dekat.

4. Peran Teman Sebaya

Menurut Ahmad (2016) ada beberapa peran yang harus dilakukan oleh teman sebaya diantaranya :

- a. Teman sebaya memberikan dukungan sosial, moral, dan emosional. Teman sebaya dapat dijadikan sumber rasa nyaman dan aman karena teman sebaya bisa menjadi sebuah kelompok tempat mereka dapat belajar bersama, aman dari anak-anak berandalan, bahkan pada saat memasuki masa pubertas, teman sebaya sering kali menjadi andalan, mengalahkan orang tua sendiri, terutama ketika mengalami masa krisis atau kebingungan
- b. Teman sebaya berperan terhadap perkembangan pribadi dan sosial, yaitu dengan menjadi agen sosialisasi yang membantu membentuk perilaku dan keyakinan mereka. Dalam hal ini teman sebaya menentukan pilihan tentang cara menghabiskan waktu senggang misalnya dengan belajar bersama.
- c. Dengan teman sebaya, anak mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk bersosialisasi dan menjalin keakraban. Anak mampu meningkatkan hubungan dengan teman, anak mendapatkan rasa kebersamaan. Selain itu, anak termotivasi untuk mencapai prestasi dan

mendapatkan rasa identitas. Anak juga mempelajari keterampilan kepemimpinan dan keterampilan berkomunikasi, bekerja sama, bermain peran dan membuat atau menaati aturan.

- d. Teman sebaya menjadi model atau contoh tentang cara berperilaku terhadap teman-teman sebaya. Kelompok teman sebaya menyediakan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga. Anak-anak menerima umpan balik tentang kemampuan-kemampuan mereka dari kelompok teman sebaya dan belajar tentang dunia di luar keluarga mereka.
- e. Didalam kelompok sebaya anak-anak mempunyai organisasi sosial yang baru.

Menurut Santrock (2012) mengatakan bahwa peran terpenting dari teman sebaya adalah :

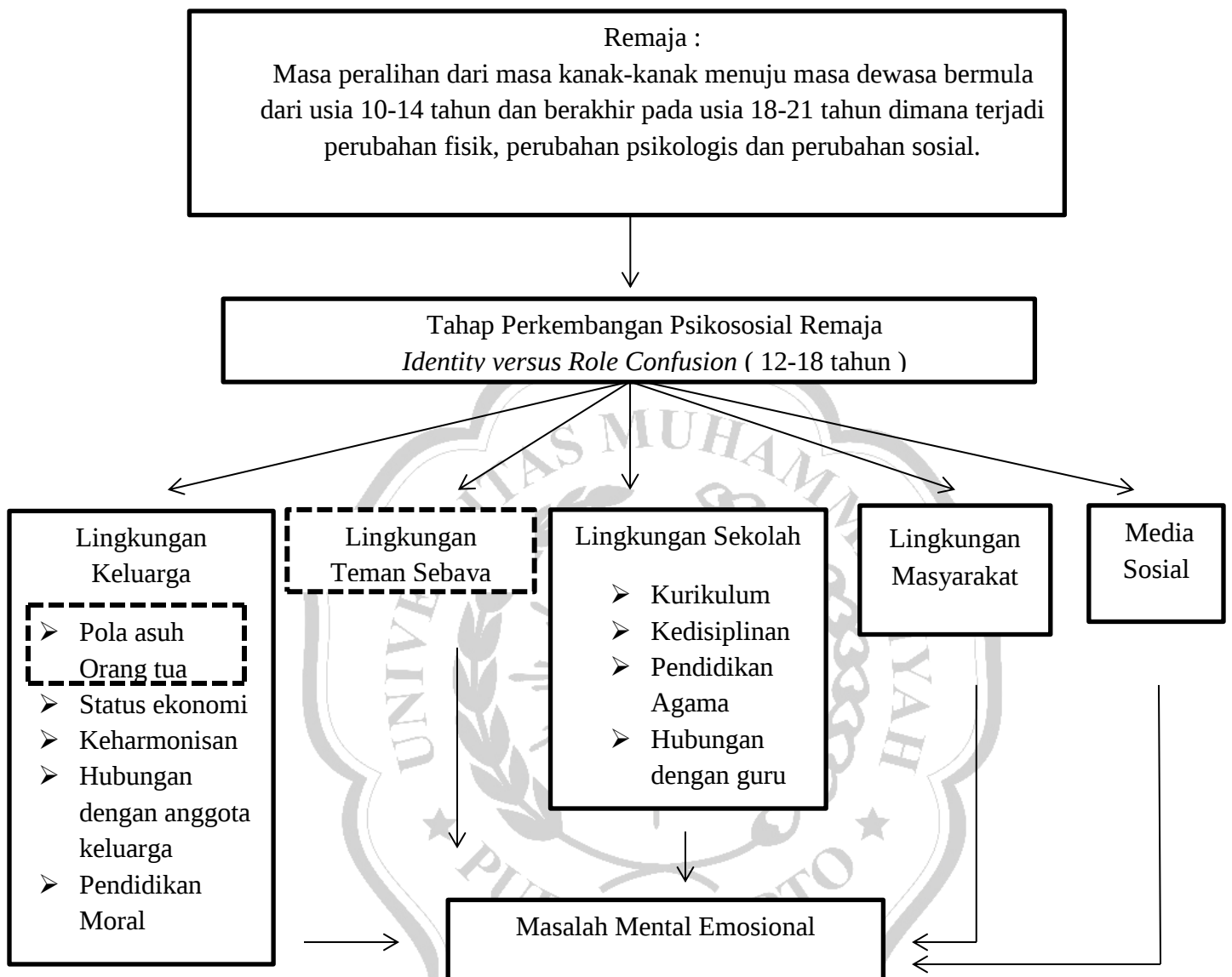
- a. Sebagai sumber informasi mengenai dunia keluarga
- b. Sumber kognitif, untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan
- c. Sumber emosional, untuk mengungkapkan ekspresi dan identitas diri.

F. SMP N 2 Sokaraja

SMP Negeri 2 Sokaraja adalah Sekolah Menengah Pertama yang berada di Jl. Letjend Soepardjo Roestam No 168 Sokaraja, Sokaraja kulon, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah. SMP N 2 Sokaraja memiliki jumlah siswa sebanyak 891 dengan 463 siswa laki-laki dan 428 siswa perempuan. Jumlah siswa tersebut terbagi kedalam 27 rombongan belajar dengan jumlah siswa kelas 7 sebanyak 287 siswa, jumlah siswa kelas 8 sebanyak 301 siswa dan jumlah siswa kelas 9 sebanyak 303. SMP N 2 Sokaraja sudah menggunakan kurikulum 2013 dengan penyelenggaraan 5 hari penuh dari hari senin-jum'at. Sarana dan Prasarana yang terdapat di SMP N 2 Sokaraja meliputi : ruangan kelas, ruangan perpustakaan, laboratorium, lapangan olahraga/upacara, ruangan guru, ruangan kepala sekolah, ruangan BP/BK, ruangan dapur, ruangan ganti pakaian, ruangan gudang ATK/TU, ruangan praktek kesenian, ruangan praktek PKK/keterampilan, ruangan pramuka, ruangan satpam, ruangan tata usaha, ruangan UKS pria, ruangan UKS wanita, ruangan wakil kepala sekolah, ruangan gudang barang, ruangan gudang olahraga, ruangan kantin, ruangan koridor/tamu, ruangan mushola, ruangan OSIS, ruangan pergelaran dan ruangan pertemuan/serbaguna (Kemendikbud, 2018).

G. Kerangka Teori Penelitian

Remaja adalah seseorang yang sedang berada pada masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Usia remaja bermula dari usia 10-14 tahun dan berakhir pada usia 18-21 tahun. Pada usia tersebut remaja akan mengalami perubahan fisik, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Selain itu, pada usia tersebut remaja juga sedang mengalami proses perkembangan psikososial. Menurut teori Psikososial Erikson remaja adalah seseorang yang sedang memasuki tahap perkembangan *Identity versus Role Confusion*. Pada tahap ini remaja akan mulai melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar sebagai usaha dalam pencarian identitas. Interaksi yang dibangun oleh seorang remaja diperoleh dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat. Apabila dalam proses pencarian identitas remaja tidak memperoleh kepuasan yang diharapkan karena adanya hambatan dari lingkungan keluarga dalam hal ini pola asuh orang tua dan pengaruh teman sebaya yang tidak sesuai harapan maka akan menyebabkan munculnya konflik dalam diri remaja. Konflik yang timbul dan tidak dapat diselesaikan dengan baik oleh remaja akan menimbulkan suatu masalah atau kerancuan peran dalam diri remaja. Kerancuan peran yang ada dapat memicu munculnya perubahan psikologis dalam diri remaja dalam hal ini masalah mental emosional.

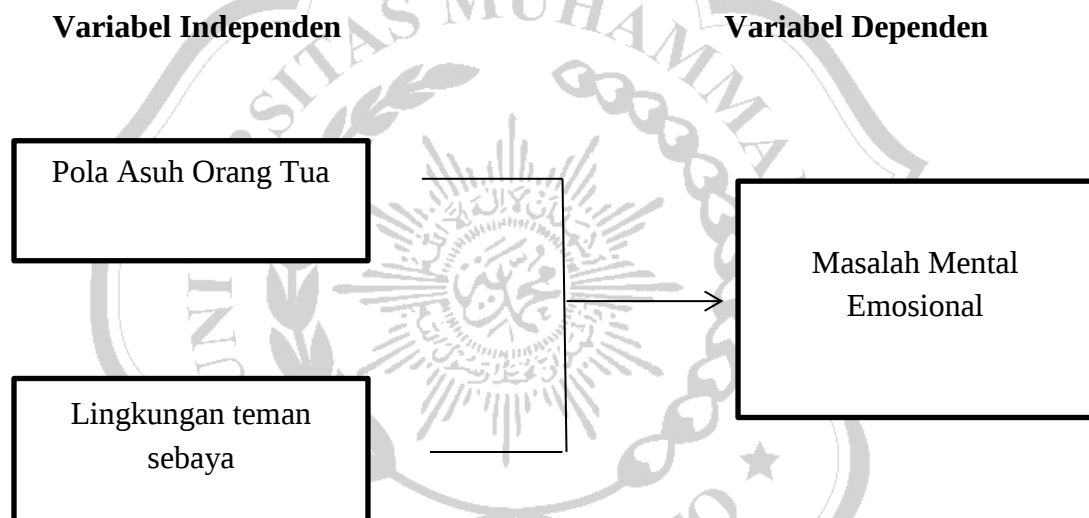


Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber Hall & Gardner (2009), Erikson, Santrock (2012), Gunarsa (2007)

H. Kerangka Konsep

Berdasarkan penjelasan dari landasan teori mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja, maka dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya. Adapun variabel dependennya adalah masalah mental emosional. Secara sistematis masing-masing variabel dapat diuraikan sebagai berikut :



Gambar 2.2 Kerangka konsep

Sumber Santrock (2012)

I. Hipotesis Penelitian

Menurut Notoatmojo (2010) hipotesis adalah jawaban sementara yang kebenarannya masih perlu diteliti lebih lanjut. Hipotesis pada penelitian ini adalah :

Ha : Ada hubungan antara pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja.

Ho : Tidak ada hubungan antara pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja

