

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Pola Asuh

#### 2.1.1 Definisi Pola Asuh

Pengasuhan orang tua atau yang lebih dikenal dengan pola asuh orang tua. Pola asuh adalah serangkaian kegiatan dan interaksi orang tua terhadap perkembangan anaknya. Pola asuh terdiri dari dua kata yaitu pola dan asuh. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, pola berarti corak, model, system, cara kerja, bentuk (struktur) yang tetap. Pola semakna dengan istilah “kebiasaan”. Asuh yang berarti mengasuh, merawat dan mendidik, membimbing agar dapat mandiri.

Supandi & Hartono (2019), menyebutkan bahwa pola asuh adalah sebuah proses membimbing, mendisiplinkan, mendidik, serta melindungi anak agar meraih suatu kedewasaan yang sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Menurut Baumrind (Santrock, 2015), pola asuh orang tua adalah suatu cara bagaimana orang tua mengasuh dan mendidik anak. Pola asuh orang tua juga merupakan bentuk dan proses interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak dalam keluarga yang akan memberi pengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak.

Adapun tiga jenis pola asuh orang tua menurut Baumrind (Salenussa & Soetjningsih, 2022) yakni pola asuh otoriter (*Authoritarian*), pola asuh demokratis (*Authoritative*), dan pola asuh permisif (*Permisif*). Pada ketiga

pola asuh tersebut, peneliti lebih berfokus untuk membahas tentang pola asuh otoriter.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh adalah sikap dan perilaku orang tua dan anak yang konsisten dalam berinteraksi, berkomunikasi, menjaga dan membimbing anak sejak lahir.

### 2.1.2 Definisi Pola Asuh Otoriter

Pola asuh otoriter menurut Baumrind (Salenussa & Soetjiningsih, 2022) adalah gaya pengasuhan yang bersifat membatasi dan menghukum, orang tua cenderung mendesak anaknya agar mengikuti pengarahannya serta menghormati pekerjaan dan jerih payah mereka. Orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter menempatkan batasan-batasan yang tegas pada anak dan tidak banyak memberikan peluang kepada anak untuk bermusyawarah. Orang tua mungkin juga memukul anak, menetapkan aturan-aturan secara kaku tanpa memberi penjelasan dan menunjukkan kemarahan terhadap anak.

Menurut Ribeiro (Salenussa & Soetjiningsih, 2022) pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan orang tua dengan cara pemberian batas yang ketat dan akan memberi hukuman jika perintah ataupun kehendak orang tua tidak terpenuhi. Orang tua otoriter memandang penting terhadap kontrol dan kepatuhan. Mereka mencoba membuat anak menyesuaikan diri dengan standar perilaku dan menghukum mereka atas pelanggaran yang dilakukan. Orang tua dengan pola asuh otoriter sangat memperhatikan kontrol, namun sebaliknya mereka justru mempunyai kesulitan mengontrol sikap saat mengatasi anaknya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang bersifat mengekang, membatasi, mengontrol, dan

berkuasa untuk mengatur apapun yang dilakukan oleh anak tanpa memberi kesempatan anak untuk mandiri.

### 2.1.3 Aspek- Aspek Pola Asuh Otoriter

Menurut Baumrind (Salenussa & Soetjiningsih, 2022) ada tiga aspek dalam pola asuh otoriter yaitu:

#### 1) Kehangatan

Orang tua dengan pola asuh otoriter dapat menunjukkan kehangatan rendah antar anak dan orang tua. Anak dengan pola asuh otoriter cenderung merasa takut, minder, dan tidak percaya diri, serta tidak dapat mengontrol emosi dengan baik. Anak menjadi sering membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

#### 2) Kontrol

Orang tua meminta anak untuk selalu taat tanpa syarat, selalu mendesak anaknya supaya dapat memenuhi keinginan orang tua, memaksa anak untuk mengikuti arahan orang tua sehingga anak menjadi tidak mandiri dan selalu bergantung kepada orang tua.

#### 3) Komunikasi

Interaksi orang tua pada anak sangat rendah. Orang tua cenderung menunjukkan amarahnya saat berdebat dengan anak sehingga anak akan merasa ketakutan, tidak berani berpendapat atau berbicara untuk menjelaskan situasi yang sebenarnya yang kemudian anak menjadi sering berbohong kepada orang tuanya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek pola asuh ada tiga yaitu kehangatan, kontrol dan komunikasi.

## 2.2 Kesehatan Mental

### 2.2.1 Definisi Kesehatan Mental

Menurut *World Health Organization* (WHO), sehat adalah suatu kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan. Definisi sehat ini adalah sehat secara keseluruhan baik jasmani, rohani, lingkungan, juga faktor-faktor serta komponen yang berperan didalamnya. Kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi dalam komunitasnya (WHO dalam UU No.18 Tahun 2014).

Kesehatan mental dapat dikatakan sebagai kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri sendiri dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal serta dengan Tuhannya (Suririn dalam Mulyadi, 2017).

Menurut Bastaman (Mulyadi,2017) definisi dari kesehatan mental adalah adanya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terwujudnya penyesuaian diri sendiri dengan manusia dan lingkungannya. Dilandaskan iman dan takwa, serta tercapainya kehidupan yang lebih bermakna dan bahagia di dunia.

Terdapat dua istilah untuk individu yang mengalami gangguan jiwa pada konteks kesehatan jiwa atau mental. Pertama, Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) yaitu orang yang memiliki masalah fisik, mental, sosial, pertumbuhan dan perkembangan sehingga memiliki risiko mengalami gangguan jiwa. Kedua, Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) yaitu orang yang mengalami gangguan pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala, dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi sebagai manusia. Pada penelitian ini, penulis

merujuk pada istilah orang dengan masalah kejiwaan atau bermasalah dalam kesehatan mentalnya.

Berdasarkan pada pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental merupakan suatu kondisi dimana perkembangan fisik, emosional, mental, dan spiritual seseorang berkembang sejalan dengan terwujudnya keserasian dan penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya.

### 2.2.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal karena secara substantif faktor-faktor tersebut memainkan peran yang signifikan dalam terciptanya kesehatan mental menurut Latipun (2019). Faktor internal merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, terutama adalah faktor biologis. Beberapa faktor biologis yang secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental, seperti: otak, sistem endrokin, genetika, sensori, dan kondisi ibu hamil. Sedangkan faktor psikologis merupakan aspek psikis manusia yang pada dasarnya adalah satu-kesatuan dengan sistem biologis.

Faktor eksternal juga merupakan faktor yang penting dalam mempengaruhi kesehatan mental seseorang, seperti stratifikasi sosial, interaksi sosial, lingkungan, baik lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat yang didalamnya juga terkandung lingkungan tempat tinggal yang ditempati (Latipun, 2019).

Jadi, kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor dalam dan luar dari diri seseorang sehingga keduanya mempunyai posisi yang sangat kuat dalam kehidupan manusia.

### 2.2.3 Gejala Masalah Kesehatan Mental

Terdapat tanda gejala mayor dan minor pada masalah kesehatan mental menurut keputusan menteri kesehatan RI tahun 2015 :

- 1) Tanda dan gejala mayor merupakan tanda dan gejala yang selalu ada seperti gelisah, sakit kepala, gemetar, tidak dapat santai, berkeringat, jantung berdebar, keluhan lambung, mulut kering, khawatir akan nasib buruk, sulit berkonsentrasi, kehilangan minat dan kegembiraan, keadaan mudah lelah serta menurunnya aktivitas.
- 2) Tanda dan gejala minor merupakan tanda dan gejala yang mungkin ada seperti, berkurangnya konsentrasi serta perhatian, berkurangnya harga diri dan percaya diri, adanya perasaan bersalah dan tidak berguna, pandangan masa depan yang suram, gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri, pola tidur terganggu, berkurangnya nafsu makan.

Seseorang dengan masalah kesehatan mental akan memiliki tanda gejala mayor seperti gelisah, berkeringat, gemetar, dan keluhan fisik lainnya, juga gejala minor seperti berkurangnya konsentrasi, tidak percaya diri, pola tidur terganggu. Gejala-gejala tersebut pasti akan dialami oleh seseorang yang mengalami masalah kesehatan mental.

#### 2.2.4 Pengukuran Kesehatan Mental

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2018) mengatakan bahwa masalah kesehatan mental pada seseorang dapat diketahui dengan cara yang relatif murah, mudah dan efektif yaitu dengan menggunakan alat ukur *Self Reporting Questionnaire* (SRQ). Dikatakan murah karena dapat dilakukan dalam waktu yang cukup singkat serta tidak memerlukan biaya khusus untuk menilainya. SRQ efektif karena memiliki validitas yang cukup baik dalam hal sensitivitas dan spesifitasnya.

SRQ adalah kuesioner yang dikembangkan oleh WHO untuk penyaringan gangguan psikiatri dan keperluan penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara.

SRQ sangat cocok digunakan di negara yang kebanyakan penduduknya berasal dari tingkat sosial ekonomi yang rendah. SRQ terdiri dari dua puluh pertanyaan, apabila minimal menjawab enam jawaban “ya”, maka responden dinilai memiliki gangguan kesehatan mental. SRQ dapat diidentifikasi gejala-gejala gangguan kesehatan mental baik itu gejala depresi, gejala kognitif, gejala somatik, maupun gejala penurunan energi.

## 2.3 Remaja

### 2.3.1. Definisi Remaja

Masa remaja mengalami banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011). Masa remaja ini meliputi remaja awal yaitu berusia 12-15 tahun, remaja madya 15-18 tahun, dan remaja akhir 19-22 tahun. Menurut Papalia dan Olds, masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 dan berakhir pada awal dua puluh tahun (Saputro, 2017).

Perkembangan masa remaja ini ditandai individu telah mengalami perkembangan atau pertumbuhan yang sangat pesat di segala bidang, yang meliputi perubahan fisik yang menunjukkan cara gaya berpikir remaja, serta pertumbuhan sosial emosional remaja sebagai masa persiapan untuk memasuki masa dewasa. Anna Freud (Saputro, 2017) mengatakan bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

### 2.3.2. Tahap Perkembangan Remaja

Remaja melalui tiga tahap perkembangan dalam proses menuju kedewasaan, disertai dengan karakteristiknya menurut Sarwono dan Hurlock (Saputro, 2017) yaitu :

- 1) Remaja Awal (11 – 13 tahun)

Remaja merasa cemas pada perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Remaja mulai mengembangkan pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah teransang secara erotis, kepekaan berlebihan dan kurangnya pengendalian terhadap ego dan menyebabkan remaja sulit mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa.

#### 2) Remaja Madya (14 – 16 tahun)

Remaja sangat membutuhkan teman-teman, ada kecenderungan narsistik yaitu mencintai dirinya sendiri dengan cara lebih menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Pada tahap ini remaja berada dalam kondisi kebingungan karena masih ragu harus memilih yang mana, peka atau peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, dan sebagainya.

#### 3) Remaja Akhir (17 – 20 tahun)

Remaja pada tahap ini ditandai dengan pencapaian minat yang semakin mantap terhadap fungsi intelek, terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, dan tumbuh dinding pemisah antara diri sendiri dengan masyarakat umum.

Transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagian perkembangan masa kanak-kanak masih dialami namun sebagian kematangan masa dewasa sudah dicapai (Hurlock dalam Saputro, 2017). Bagian dalam masa kanak-kanak itu antara lain proses pertumbuhan biologis seperti tinggi badan yang masih terus bertambah. Bagian dari masa dewasa antara lain proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif.

### 2.3.3. Ciri-ciri Remaja

Ciri yang menjadi kekhususan remaja menurut Hurlock (Saputro, 2017) adalah sebagai berikut :



1. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada periode ini, perkembangan fisik begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

2. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada fase ini remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Apabila remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan umurnya. Apabila remaja berperilaku seperti orang dewasa, remaja seringkali dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Situasi remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena akan memberi waktu untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola pikir perilaku, nilai, sifat yang paling sesuai dengan dirinya.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan

Perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama masa awal remaja, perubahan fisik terjadi begitu cepat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Apabila perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi masalahnya sendiri, banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun awal masa remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi remaja. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya. Status remaja ini menimbulkan dilema yang menyebabkan remaja mengalami “krisis identitas” atau masalah identitas ego pada remaja.

6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan bahwa remaja suka berbuat semaunya sendiri yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja yang takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Masa ini cenderung memandang kehidupan melalui kaca mata berwarna merah muda. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal harapan dan cita-cita. Harapan dan cita-cita yang tidak realistik ini tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekati usia kematangan, remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Karena itu remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa seperti merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks bebas yang cukup meresahkan.

## 2.4 Kerangka berpikir

Gambar 1. Kerangka Berpikir



Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting, menurut Sugiyono (2017). Kerangka berfikir menjelaskan pola hubungan antara variabel yang ingin diteliti yaitu hubungan antara variabel independen dan dependen. Pada penelitian ini, variabel independen yang ingin diteliti yaitu pola asuh orang tua otoriter. variabel dependen yang diteliti adalah kesehatan mental pada remaja.

## 2.5 Hipotesis

Berdasarkan teori dan kerangka berfikir yang telah disampaikan diatas, maka hipotesis yang diajukan sebagai berikut : Terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter terhadap kesehatan mental remaja.