

Psikologi Keluarga Sebagai Pedoman dalam Pola Pengasuhan Anak Remaja

Fatiha Sabila Putri Matondang^{1*}, Mukhlis Tri Mulya Marpaung², Muhammad Alfath Lubis³, Juli Aini Syafitri Lubis⁴, Rahma Aulia⁵

¹²³⁴⁵Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

*fatiha2017sabila@gmail.com

ABSTRACT

The personality of a child is heavily influenced by genetic and environmental factors, the urgency of the role of the parent in the formation of the child's personality is of paramount importance, since the parent is the first to make a contribution to a child's personality. Parental patterns are crucial to children's development. In addition, adolescence is a transition from childhood to adulthood, where changes occur, including physical, social, and mental changes. With all these changes, adolescents face the challenge of controlling their emotions and behaving according to social norms. Parental patterns also play a role in the process of changes that adolescents experience, as well as how they behave and behave in society. The aim of this study was to find out how parental patterns relate to the development of children in adolescence.

Keywords: Family Psychology, Parenting Styles, Adolescents

ABSTRAK

Kepribadian seorang anak sangat dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan, urgensi peran orang tua dalam pembentukan kepribadian seorang anak sangatlah penting, karena orang tua yang pertama kali memberikan kontribusi terhadap kepribadian seorang anak. Pola asuh orang tua sangat penting untuk perkembangan anak. Selain itu, masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dimana berbagai perubahan terjadi, termasuk perubahan fisik, sosial, dan mental. Dengan segala perubahan ini, remaja menghadapi tantangan untuk mengendalikan emosi mereka dan berperilaku sesuai dengan norma masyarakat. Pola asuh orang tua juga berperan dalam proses perubahan-perubahan yang dialami remaja, serta bagaimana mereka bersikap dan berperilaku di masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pola asuh orang tua berhubungan dengan perkembangan anak di usia remaja.

Kata kunci: Psikologi Keluarga, Pola Asuh Orang Tua, Remaja

PENDAHULUAN

Pengasuhan anak remaja merupakan komponen penting dalam pembentukan kepribadian dan karakter mereka. Keluarga, unit sosial pertama yang dikenal anak, memiliki peran penting dalam memberikan dasar-dasar psikologis yang kuat untuk perkembangan mereka. Psikologi keluarga, bidang ilmu yang mempelajari dinamika hubungan antar anggota keluarga, memberikan panduan yang sangat berguna dalam memahami dan menerapkan pola pengasuhan yang baik.

Remaja adalah periode perkembangan antara kanak-kanak dan masa dewasa yang mengalami banyak perubahan, termasuk perubahan biologis, kognitif, dan

emosional. Setiap fase perubahan ini akan memiliki masalahnya sendiri. Beberapa ahli berpendapat bahwa batasan usia pada remaja dapat dikategorikan untuk perkembangan fisik remaja, karena perkembangan biologis remaja cenderung mengalami perubahan yang signifikan pada tubuh mereka saat pubertas dan pertumbuhan fisik (Saputro, 2018).

Anak-anak mengalami banyak perubahan fisik, emosional, dan sosial selama masa remaja. Periode ini biasanya ditandai dengan peningkatan keinginan untuk mandiri, mencari tahu siapa diri kita, dan mencari tahu siapa kita sebenarnya (Suryana et al., 2022). Dalam situasi seperti ini, keluarga harus dapat mengubah metode pengasuhan mereka untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan remaja. Metode yang digunakan harus dapat menjembatani kebutuhan akan kebebasan dan perlindungan sekaligus memberikan dukungan emosional yang diperlukan dalam menghadapi tantangan yang muncul selama masa remaja (Umami, 2019).

Studi menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang baik dapat mengurangi risiko perilaku menyimpang seperti penyalahgunaan zat, agresif, dan masalah kesehatan mental. Sebaliknya, pola pengasuhan yang salah dapat memperburuk kondisi psikologis remaja dan menghambat perkembangan sosial mereka. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang psikologi keluarga sangat penting bagi orang tua, pendidik, dan profesional yang bekerja dengan anak-anak.

Selama masa remaja, seseorang mengalami perkembangan diri, mengalami transisi dari anak-anak menuju dewasa. Perubahan dalam diri seseorang, baik yang terlihat maupun yang tidak terlihat, akan disebabkan oleh perkembangan yang terjadi selama masa remaja. Faktor perkembangan psikologis dan emosional remaja, yang merupakan generasi penerus bangsa, harus diperhatikan. Dalam usia remaja, kematangan mental, emosional, dan fisik sangat penting (Santrock, 2007).

Psikologis seseorang juga mengalami perubahan yang cenderung kompleks selama masa remaja. Secara psikologis, masa remaja adalah waktu ketika seseorang bergabung dengan masyarakat dewasa. Ini adalah waktu ketika anak-anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, tetapi mereka berada pada tingkat yang sama, setidaknya dalam hal hak. Salah satu komponen perkembangan remaja adalah perkembangan psikologi, yang mencakup perkembangan emosional dan sosial, moral, dan kognitif. Karena masalah yang sering dihadapi remaja yang disebabkan oleh hubungan sosialnya di sekolah atau lingkungannya, perkembangan psikososial remaja harus diperhatikan (Khadijah, 2019).

Remaja harus mengontrol emosi mereka saat menghadapi perubahan atau konflik. Pengendalian emosi adalah upaya seseorang untuk mengontrol dan mengendalikan emosi mereka. Ini berarti menahan, mengontrol, dan mengkomunikasikan emosi mereka secara rasional sehingga mereka dapat diterima di masyarakat. Ketika seorang remaja tidak dapat mengontrol emosinya, dia akan mengalami gangguan dalam menyelesaikan masalah, dan hal ini berlaku sebaliknya. Remaja yang memiliki pengendalian diri yang baik memiliki kemampuan untuk mengembangkan kepribadian yang ideal. Remaja harus dapat mengendalikan dan menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada mereka karena kesulitan dalam menghadapi sesuatu akan berdampak pada perkembangan mental mereka (Chaplin, 2003).

Peran keluarga, terutama orang tua, sangat penting untuk pertumbuhan anak, termasuk perkembangan mentalnya. Jika remaja berusia lima belas hingga lima belas tahun tidak menerima dukungan dari orang tua mereka untuk pertumbuhan mereka, mereka cenderung mengalami masalah kesehatan mental. Sudah menjadi tanggung jawab orang tua untuk mengajarkan nilai-nilai moral dan positif kepada anak-anak mereka dari masa kanak-kanak hingga remaja, sebelum mereka akhirnya berkonsentrasi pada kehidupan masing-masing. Orang tua tentu memiliki pendapat yang berbeda tentang cara terbaik untuk mendidik anak mereka, terutama saat mereka menjadi remaja. Tentu saja, pola asuh yang diberikan oleh orang tua tidak sama untuk setiap keluarga karena faktor-faktor seperti budaya, latar belakang, nilai yang dianut, dan faktor lain. Pola asuh yang diberikan oleh orang tua dapat berupa sikap, perilaku, atau ucapan mereka (Stadler et al., 2010).

Setiap keluarga memiliki gaya pengasuhan yang berbeda, dan setiap gaya pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua memiliki kelebihan dan kekurangannya. Namun demikian, apapun gaya pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak usia remaja, akan mempengaruhi perkembangan mental mereka. Pola pengasuhan orang tua menjadi dasar yang sangat penting terhadap perkembangan mental remaja. Sebaliknya, sangat disayangkan banyak orang tua yang belum memahami dan memperhatikan bahwa cara orang tua membesarkan anaknya berdampak pada perkembangan mental anak. Orang tua masih cenderung tidak peduli dengan cara mereka membesarkan anaknya (Devita, 2020).

Artikel ini bertujuan untuk mempelajari lebih lanjut tentang konsep psikologi keluarga sebagai dasar untuk mendidik anak remaja. Jurnal ini akan menyelidiki berbagai komponen yang mempengaruhi efektivitas pola pengasuhan, seperti dukungan emosional, komunikasi keluarga, dan dinamika kekuasaan. Diharapkan hasil tulisan ini dapat membantu membangun metode pengasuhan yang lebih baik serta meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja. Oleh karena itu, memahami konsep psikologi keluarga saat mendidik anak remaja sangat penting untuk membangun masyarakat yang lebih sehat dan berfungsi baik. Orang tua dapat memberikan dukungan terbaik untuk anak mereka selama masa perkembangan penting mereka melalui pendekatan yang holistik dan berbasis pada pemahaman psikologis yang mendalam.

METODE PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dan perkembangan anak remaja. Metode atau instrumen yang digunakan oleh peneliti untuk menjawab serangkaian pertanyaan dikenal sebagai metodologi penelitian. Penulis menggunakan metode kajian literatur untuk menemukan berbagai referensi yang berkaitan dengan topik artikel. Studi literatur dilakukan dengan mengumpulkan sejumlah tulisan yang berkaitan dengan topik penelitian.

Metode studi literatur mencakup berbagai kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, dan mengolah bahan penelitian. Penelitian ini mengumpulkan data dari berbagai referensi buku dan kajian ilmiah

tentang pola asuh orang tua dan perkembangan mental anak di usia remaja (Sugiyono, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Psikologi Keluarga

Secara etimologi Psikologi berasal dari bahasa Yunani dari kata *psyche*, yang berarti jiwa, dan *logos*, yang berarti ilmu pengetahuan. Istilah psikologi sering disebut ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat ilmu tentang jiwa (Walgito, 2010). Misalnya, kamus Oxford menunjukkan bahwa istilah *psyche* memiliki banyak arti dalam bahasa Inggris, termasuk *soul*, *mind*, dan *spirit*, satu kata dalam bahasa Indonesia yakni jiwa dapat merepresentasikan ketiga kata bahasa Inggris tersebut. Psikologi umumnya didefinisikan sebagai ilmu jiwa di Indonesia. Istilah ini juga digunakan dalam beberapa bahasa lain, seperti dalam bahasa Arab *ilmun-nafsi*, bahasa Belanda *zielkunde*, dan bahasa Jerman *seelenkunde*, yang masing-masing berarti ilmu jiwa (Saleh, 2018). Sedangkan di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dijelaskan bahwa psikologi adalah ilmu yang berhubungan dengan proses mental, baik yang sifatnya normal maupun abnormal dan pengaruhnya pada perilaku; ilmu pengetahuan tentang gejala dan kegiatan jiwa.

Beberapa ahli mengemukakan pendapatnya tentang psikologi. Plato & Aristoteles mengatakan bahwa psikologi adalah bidang studi yang menyelidiki bagaimana jiwa berfungsi mulai dari awal hingga akhir. Selain itu Wilhem Wundt mengungkapkan bahwa Psikologi adalah bidang ilmu yang mempelajari bagaimana manusia mengalami hal-hal seperti panca indera, pikiran, merasa (sensasi), dan kehendak melakukan sesuatu. Sedangkan Hilgert mengatakan bahwa psikologi merupakan cabang ilmu pengetahuan yang mengkaji tentang tingkah laku manusia dan binatang. Gine Zimmer juga pernah menyatakan bahwa psikologi harus dapat menjelaskan hal-hal seperti imajinasi, perhatian, intelek, kewaspadaan, niat, akal, kemauan, tanggung jawab, ingatan, dan lain-lain, psikologi tidak akan bermanfaat tanpa hal-hal seperti itu (W. S. Sarwono, 2014).

Diambil dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa psikologi adalah bidang yang mempelajari semua tingkah laku seseorang yang bergantung pada proses lingkungannya dan apa yang terjadi di dalamnya. Proses mental adalah apa yang terjadi di dalam seseorang. Ilmunya membahas berbagai aspek kehidupan, termasuk fungsi otak dan sistem saraf serta perilaku sosial dan interaksi manusia. Psikologi berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan dasar tentang bagaimana dan mengapa kita berpikir, merasa, dan bertindak seperti yang kita lakukan dengan menggunakan pendekatan ilmiah dan berbagai metode penelitian. Tujuan dari psikologi adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kompleksitas pikiran dan perilaku manusia dan untuk menggunakan pemahaman ini untuk memecahkan masalah yang terkait dengan kehidupan sehari-hari. Psikologi berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan dasar tentang bagaimana dan mengapa kita berpikir, merasa, dan bertindak seperti yang kita lakukan dengan menggunakan pendekatan ilmiah dan berbagai metode penelitian. Tujuan dari psikologi adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kompleksitas pikiran dan

perilaku manusia dan untuk menggunakan pemahaman ini untuk memecahkan masalah yang terkait dengan kehidupan sehari-hari.

Keluarga berasal dari kata yang terdapat dalam bahasa Sansekerta yaitu *kula* dan *warga* yang kemudian disatukan menjadi *kulawarga* yang diartikan sebagai anggota; kelompok; kerabat. Sehingga dapat diartikan keluarga adalah tempat sekelompok orang yang masih memiliki hubungan darah. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dikatakan bahwa keluarga adalah sekelompok orang yang terdiri dari ayah, ibu, dengan anak-anaknya sebagai satuan struktur kekerabatan terkecil yang ada di masyarakat (Wardah, 2023).

Keluarga adalah sekelompok orang-orang yang memiliki hubungan darah antara satu dengan yang lainnya. Keluarga adalah sekelompok orang yang terikat oleh hubungan darah atau perkawinan yang memiliki struktur yakni ayah, ibu, anak perempuan, anak laki-laki, dan lainnya serta kebudayaan untuk dipertahankan. Keluarga juga didefinisikan sebagai rumah tangga dengan hubungan darah atau perkawinan dan sebagai tempat yang terselenggaranya fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi individu di dalamnya (Mahfudh, 2018).

Keluarga adalah tempat pertama dan utama untuk melakukan interaksi sosial dan mengenal perilaku orang lain. Keluarga juga merupakan tonggak awal dalam pengenalan budaya-budaya masyarakat, karena di dalamnya anggota keluarga belajar tentang pribadi dan sifat orang lain. Keluarga adalah wadah yang sangat penting untuk pembentukan karakter, hubungan kekerabatan, sosial, dan kreativitas setiap anggota keluarga. Keluarga dipandang sebagai kelompok kecil, sebagai pusat lingkaran hidup seseorang, sebagai wadah penting dalam harapan sosial, sebagai sumber hidup untuk pertumbuhan, dan sebagai tuntutan tanggung jawab umum untuk sosialisasi dalam kehidupan sehari-hari atau untuk mempertahankan hidup manusia (Ulfiah, 2021).

Ki Hajar Dewantara berpendapat keluarga adalah Keluarga berasal dari bahasa Jawa, dari dua kata "kawula" dan "warga". Dalam bahasa Jawa kuno, "kawula" berarti "hamba", dan "warga" berarti "anggota". Dengan demikian, setiap anggota keluarga dapat diartikan sebagai anggota hamba atau warga saya. Ini berarti bahwa setiap anggota keluarga merasakan sebagai bagian dari dirinya sendiri dan juga merupakan bagian dari warga lainnya. Sementara itu menurut sudut pandang sosiologi keluarga adalah lembaga sosial terkecil di masyarakat, menurut sosiologi. Keluarga inti dan keluarga bercabang adalah dua jenis keluarga. Keluarga inti terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Keluarga bercabang terdiri dari kakek, nenek, paman, bibi, dan anggota keluarga lainnya.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa keluarga adalah unit sosial utama yang terdiri dari orang-orang yang terhubung satu sama lain melalui pernikahan, darah, atau adopsi. Keluarga biasanya tinggal bersama dalam satu rumah tangga dan bekerja sama untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti tempat tinggal, makanan, pakaian, dan kasih sayang. Peran dan fungsi keluarga bervariasi tergantung pada budaya, tradisi, dan norma sosial yang berlaku di masyarakat tertentu.

Psikologi keluarga adalah upaya yang dilakukan untuk membantu setiap anggota keluarga melalui sistem keluarga, juga dikenal sebagai pembenahan

komunikasi keluarga, agar mereka dapat memaksimalkan potensi mereka dan mengatasi masalah mereka dengan cara yang paling efektif. Dasar dari upaya ini adalah kemauan untuk bersatu dari semua anggota keluarga berdasarkan kecintaan dan kerelaan terhadap keluarga. Psikologi keluarga adalah bidang ilmu yang mempelajari gejala psikologis dalam keluarga atau rumah tangga. Seperti yang dinyatakan di atas, psikologi keluarga adalah bidang ilmu yang berfokus pada sebelas perilaku dan gejala psikologis individu dalam keluarga, yang berdampak pada kehidupan mereka sendiri dan dipengaruhi oleh lingkungan psikologis dan lahiriah, langsung maupun tidak langsung, nyata maupun abstrak, dan disadari maupun tidak disadari (Nuroniyah, 2023).

Dapat disimplikasikan bahwa psikologi keluarga pada dasarnya adalah bidang yang mempelajari perilaku individu yang terkait dengan lingkungan fisik dan psikologis dalam keluarga. Oleh karena itu, psikologi keluarga pada dasarnya mengupas masalah perilaku individu dan anggota keluarga dalam kehidupan keluarga, yang tentu saja mencakup masalah-masalah lain dalam kehidupan manusia (Singgih, 2009).

Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Remaja

Pola asuh atau biasa juga dikenal dengan parenting memiliki banyak arti dan definisi. Secara terminologi, dapat didefinisikan sebagai tindakan untuk membesarkan atau mengasuh anak. Dalam bahasa Indonesia, "mengasuh" mengacu pada cara orang tua memenuhi kebutuhan fisik dan mental anak; mendidik anak sesuai dengan standar orang tua; dan menanamkan nilai-nilai kepada anak (Surbakti, 2012). Parenting merupakan "In our society, we emphasize that parenting is a process that brings about an end result" (Jane, 2004). Selain itu, parenting memiliki arti masa menjadi orang tua (parenthood), yang merupakan masa yang alamiah terjadi dalam kehidupan seseorang. Namun, saat ini, lebih umum dikenal dengan istilah parenting, yang memiliki konotasi lebih aktif daripada parenthood. Parenthood, sebuah kata benda yang berarti keberadaan atau tahap menjadi orang tua, telah digantikan oleh istilah parenting, sebuah kata kerja yang berarti melakukan sesuatu pada anak seolah-olah orang tua adalah yang membuat anak menjadi manusia (Ratna, 2007).

Anak, orang tua, dan masyarakat adalah tiga elemen yang saling berhubungan dalam parenting. Selama beberapa tahun setelah kelahiran, anak sangat membutuhkan perhatian orang tua dan masyarakat untuk memenuhi kebutuhan fisik mereka, seperti tempat tinggal, makanan, pakaian, dan kehangatan, serta kebutuhan psikologis dan sosial mereka. Masyarakat memberikan wewenang utama pada orang tua untuk memenuhi kebutuhan anak, karena orang tua dianggap paling mengetahui tentang kebutuhan anak (Santrock, 2007).

Secara khusus, dalam pandangan psikologi pola asuh adalah cara, sikap, perlakuan, gaya, model, atau cara orang tua menjalin hubungan dengan anaknya untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan mereka. Orang tua menggunakan berbagai gaya, cara, atau model dalam menjalin hubungan dengan anaknya, dengan masing-masing gaya, cara, atau model yang unik. Pola asuh orang tua adalah metode atau upaya yang dilakukan oleh orang tua untuk mengasuh, mendidik, merawat, dan membimbing anaknya secara teratur dengan tujuan membangun

kepribadian, karakter, dan prinsip untuk menyesuaikan diri dengan dunia luar (Tri & Harahap, 2000).

Orang tua membesarkan anaknya didasarkan pada perspektif psikologis mereka. Metode pengasuhan anak ini memiliki banyak pendapat dari para ahli. Kepribadian orang tua dan kecenderungan sikap, mental, dan temperamen anak biasanya mempengaruhi gaya pengasuhan anak. Gaya pengasuhan juga dapat dipengaruhi sebagian besar oleh budaya seseorang dimana ia tumbuh, dalam hal orang tua cenderung belajar tentang bagaimana mengasuh anaknya dari orang tuanya sendiri, walaupun sebagian dari cara pengasuhan tersebut ia tidak ambil. Gaya pengasuhan seorang anak sangat mempengaruhi kepribadiannya, dan gaya pengasuhan tersebut dipengaruhi oleh sejumlah variabel, seperti tingkat pendidikan orang tua, keadaan keuangan, dan pekerjaan orang tua di luar rumah (Ayun, 2017).

Pertama, Pola Asuh Otoriter. Pada pola asuh ini, menekankan pengawasan orang tua agar anak tunduk dan patuh. Pola asuh otoritarian di sisi lain melibatkan orang tua yang tegas, suka menghukum, dan cenderung membatasi keinginan anak. Hal ini dapat menyebabkan anak tidak berinisiatif, ragu, gugup, tidak disiplin, dan nakal (Maimun, 2017). Pola asuh otoriter yang suka menghukum secara fisik, mengomando (memaksa anak untuk melakukan sesuatu tanpa kompromi), bersikap kaku (keras), dan cenderung emosional dan menolak sangat berpengaruh terhadap perilaku anak secara umum, termasuk perilaku keagamaan, sehingga anak-anak akan merasa mudah tersinggung, penakut, pemurung, dan tidak percaya diri (Djamarah, 2014).

Kedua, Pola Asuh Demokratis. Pola asuh ini mengutamakan kepentingan anak dan mengajarkan mereka untuk mengikuti aturan sosial. Orang tua menghargai minat anak, pendapat, kepribadian, dan kemampuan mereka untuk membuat keputusan. Orang tua yang demokratis mencintai dan menyayangi anak mereka, tetapi juga tidak segan-segan mengharapkan mereka berperilaku baik, menetapkan aturan rumah, dan menetapkan batasan. Orang tua memberikan penjelasan tentang hal-hal yang tidak boleh dilakukan oleh anak. Orang tua, di sisi lain, dapat terjebak dalam situasi dimana mereka berkompromi terlalu banyak dengan anak mereka sehingga anak-anak dapat menggunakan mereka (Sugihartono, 2007). Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga demokratis percaya diri, mandiri, berani, berani, dan senang belajar. Pola asuh ini memastikan bahwa orang tua dan anak memiliki hak dan kewajiban yang sama, sehingga mereka saling melengkapi, dan anak-anak belajar untuk bertanggung jawab dan menentukan perilaku mereka sendiri untuk membantu mereka berdisiplin. Orang tua juga cenderung melibatkan anak-anak mereka dalam pengambilan keputusan dengan meminta pendapat mereka dan berbicara tentangnya (Adawiah, 2017).

Ketiga, Pola Asuh Permisif. Orang tua dalam pola asuh ini memberikan anak kebebasan tanpa batas. Orang tua biasanya memulai pola asuh ini dengan memenuhi semua keinginan anaknya tanpa mempertimbangkan apakah itu butuh atau bermanfaat. Anak-anak yang diasuh dengan cara ini kurang dibiasakan untuk mengambil tanggung jawab atas hidup mereka sendiri. Anak-anak sesuka hati mengatur dirinya sendiri, sehingga peran orang tua sangat kecil di sini, terlepas dari apakah anak itu dewasa atau menghadapi masalah. Akibat terbesarnya, jelas, adalah

anak menjadi tidak disiplin dan lebih suka berbuat sesuatu sesuka hatinya. Jika mereka dilarang, mereka akan marah atau tidak suka (Nuroniya, 2023).

Keempat, Pola Asuh Dibiarkan. Jenis orang tua ini tidak hanya mengabaikan anak mereka tetapi juga menunjukkan ketidakpedulian terhadap mereka. Mereka tidak menetapkan aturan dan tidak mengambil tanggung jawab pengasuhan. Anak-anak tumbuh tanpa bimbingan dan partisipasi ayah dan ibu. Ketika mereka dewasa, anak-anak cenderung menjadi remaja yang tidak percaya diri dan harga diri, bertingkah laku buruk, dan tidak tertarik ke sekolah. Hal ini dapat mempengaruhi sikap dan perilaku anak, seperti menjadi impulsif dan agresif, suka memberontak, kurang percaya diri dan pengendalian diri, suka mendominasi, tidak memiliki arah hidup yang jelas, dan prestasi yang buruk. Demikian pula, tindakannya terhadap keagamaannya akan berdampak pada semangatnya untuk beribadah, dan girah keagamaannya akan menjadi lemah, yang ditunjukkan oleh ketidakpedulian terhadap perintah dan aturan agamanya (Maimun, 2017).

Perkembangan mental berarti lebih banyak kemampuan untuk merasakan, memikirkan, dan melakukan beberapa situasi kehidupan serta lebih banyak pandangan tentang diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, terdapat nilai-nilai abstrak yang terkait dengan benar atau salah dan baik atau buruk selama perkembangan mental ini. Semakin remaja mengalami perkembangan diri, mereka mulai mengenali nilai-nilai yang dapat dianggap baik dan buruk. Perkembangan mental remaja sangat rentan dan harus diperhatikan karena menentukan sikap, nilai, dan perilaku mereka di masa depan. Karena keluarga dianggap sebagai sumber utama proses sosialisasi, kehadiran mereka sangat penting. Anak-anak remaja pertama kali diajarkan nilai, norma, dan aturan oleh keluarga mereka, yang kemudian bertanggung jawab untuk mengarahkan perilaku mereka (Ajhuri, 2019).

Selama masa remaja, banyak hal dan situasi yang dapat menyebabkan stres atau tekanan. Mereka menghadapi berbagai perubahan yang sedang terjadi dalam diri mereka sendiri serta target perkembangan yang harus dicapai sesuai dengan usia mereka. Di sisi lain, mereka juga menghadapi masalah berbagai kesulitan yang datang dengan pubertas, perubahan peran sosial, dan lingkungan yang dihadapi saat mencoba menjadi mandiri. Jika remaja tidak dapat mengatasi tantangan ini, masalah emosional dan tekanan nyata akan muncul dalam kehidupan mereka (Parikh et al., 2019).

Ada dua komponen yang mempengaruhi perkembangan mental anak: faktor internal, yang terdiri dari hormon dan genetika anak, dan faktor eksternal, yang terdiri dari lingkungan, asupan nutrisi, dan kasih sayang dari keluarga dan orang lain (Alang, 2021). Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa perkembangan mental seorang anak secara internal dipengaruhi oleh karakteristik anak tersebut. Di sisi lain, perlakuan lingkungan terhadap perkembangan mental seorang anak secara tidak langsung dipengaruhi oleh keadaan fisik sesuai usia, pendidikan yang diterima baik formal maupun nonformal, pola asuh di rumah, dan lingkungannya.

Parenting Pada Remaja dan Pengaruh Pola Asuh Terhadap Perkembangan Mental Remaja

Menurut teori psikososial Erikson, tahap remaja (antara 14 sampai 18 tahun) menggambarkan bagaimana lingkungan sosial remaja membebaskannya untuk mencoba berbagai identitas. Pada tahap ini, remaja mencoba berbagai kepribadian dan peran untuk menemukan identitasnya, prestasi, identitas seksual, budaya, tubuh, minat, dan faktor lain. Karena mereka belum cukup matang, pencarian jati diri remaja seringkali membuat mereka menghadapi masalah mental atau tanggung jawab yang berat. Remaja juga akan ingin mengeksplor banyak hal selama fase ini, tetapi juga akan menimbulkan masalah tertentu. Ketika hal ini terjadi, peran keluarga, terutama orang tua, menjadi sangat penting untuk dapat menemani anak remajanya saat mereka melalui masa-masa sulit agar mereka tidak mengalami gangguan mental. Anak-anak remaja yang menerima pengasuh semata-mata membantu mereka mengembangkan perkembangan mental yang stabil saat mereka sedang mencari jati diri mereka sendiri (Diananda, 2019).

Program Bina Keluarga Remaja (BKR) diluncurkan oleh BKKBN sebagai bagian dari upaya pemerintah untuk mencegah remaja mengalami perilaku negatif. Pemberdayaan keluarga, khususnya perempuan (ibu), didasarkan pada model pembinaan dan partisipasi kelompok. BKR adalah kegiatan yang dilakukan oleh keluarga, terutama orang tua, untuk meningkatkan bimbingan dan pembinaan tumbuh kembang anak dan remaja secara efektif dan terarah. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membangun sumber daya manusia yang percaya diri, kuat, maju, dan mandiri (Darmawati & Suyuti, 2021).

Para orang tua harus memiliki strategi pengasuhan remaja yang mencakup unsur-unsur seperti spesifik, mengukur, tindakan berorientasi, realistis, dan waktu terbatas. Perspektif menolong berbasis kekuatan untuk remaja bermaksud membantu mereka dengan menerapkan prinsip-prinsip berikut: a). setiap individu (remaja dan keluarganya) memiliki kekuatan; b). trauma, penyakit, dan perjuangan mungkin merugikan tetapi juga dapat menjadi sumber kesempatan dan tantangan; c). mempertimbangkan aspirasi remaja, kelompok, dan masyarakat secara serius; dan d). membantu dengan prinsip bekerja sama (Ngewa, 2019). Remaja harus dididik untuk menjadi senang, sehat, terhormat, taqwa, mandiri, dan menguntungkan. Remaja perlu memiliki teman bicara untuk berbagi perasaan dan mimpi karena sifat mereka seperti sabun batang basah. Beberapa karakteristik remaja yang beresiko tinggi terhadap masalah sosial adalah mudah kecewa, cenderung agresif dan destruktif, tidak dapat menunggu yang berlebihan, suka mencari sensasi, cenderung mengambil resiko yang tidak tepat, merasa rendah diri, mudah bosan, suka begadang, tidak suka berolahraga, dan cenderung makan berlebihan, serta penyimpangan dalam perkembangan psikoseksual atau ketidakmampuan untuk membentuk seksual diri yang memadai (S. W. Sarwono, 2013).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengasuh anak remaja sangat penting untuk membentuk karakter dan kepribadian mereka. Anak pertama kali dikenal oleh keluarga, yang bertanggung

jawab untuk memberikan dasar psikologis yang kuat. Psikologi keluarga adalah sumber berharga untuk memahami dan menerapkan pendekatan pengasuhan yang baik. Remaja mengalami perubahan biologis, kognitif, dan emosional yang signifikan selama fase transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Pola pengasuhan yang baik dapat mengurangi kemungkinan perilaku menyimpang dan masalah kesehatan mental, sementara pola pengasuhan yang buruk dapat memperburuk kondisi psikologis remaja. Keluarga harus dapat mengubah cara pengasuhan mereka untuk memenuhi kebutuhan remaja akan kebebasan dan perlindungan serta dukungan emosional yang diperlukan. Pengendalian emosi bagi remaja sangat penting untuk menghadapi perubahan dan konflik. Sangat penting bagi perkembangan mental remaja untuk mendapatkan dukungan dari keluarga, terutama dari orang tua mereka. Dukungan emosional, komunikasi yang baik, dan dinamika kekuasaan yang sehat dalam keluarga adalah semua komponen yang diperlukan untuk pola asuh yang efektif. Untuk membangun masyarakat yang sehat dan berfungsi baik, sangat penting untuk memahami psikologi keluarga dalam pengasuhan remaja.

Perkembangan mental remaja mencakup kemampuan untuk mengalami, berpikir, dan bertindak dalam berbagai situasi kehidupan serta mengembangkan perspektif tentang diri sendiri dan orang lain, termasuk pemahaman tentang nilai abstrak seperti benar atau salah. Keluarga sebagai sumber sosialisasi sangat penting karena perkembangan ini sangat rentan dan menentukan sikap, nilai, dan perilaku di masa depan. Remaja menghadapi banyak perubahan dan tantangan, seperti pubertas, perubahan peran sosial, dan usaha untuk mandiri; jika tidak ditangani dengan baik, ini dapat menyebabkan stres dan tekanan emosional. Faktor internal, seperti hormon dan genetika, dan faktor eksternal, seperti lingkungan, asupan nutrisi, dan kasih sayang keluarga, mempengaruhi perkembangan mental remaja. Perkembangan mental remaja juga dipengaruhi oleh pola asuh di rumah dan lingkungan mereka.

Program Bina Keluarga Remaja (BKR) didirikan oleh National Children's Bureau of Kenya (BKKBN) dengan tujuan mencegah perilaku negatif remaja melalui pemberdayaan keluarga, khususnya ibu. Tujuan program adalah untuk mengembangkan remaja yang percaya diri, kuat, maju, dan mandiri. Orang tua harus memiliki rencana pengasuhan yang terbatas waktu, terukur, berorientasi pada tindakan, dan spesifik. Pendekatan berbasis kekuatan menekankan bahwa setiap orang memiliki kekuatan, bahwa trauma dapat menjadi sumber kesempatan, dan bahwa penting untuk mempertimbangkan aspirasi remaja. Remaja harus dididik untuk menjadi sehat, bahagia, terhormat, taqwa, mandiri, dan bermanfaat, serta memiliki teman untuk berbicara tentang perasaan dan mimpi mereka. Mudah kecewa, cenderung agresif, tidak sabar, suka mencari sensasi, merasa rendah diri, mudah bosan, suka begadang, tidak suka berolahraga, makan berlebihan, dan mengalami penyimpangan psikoseksual adalah karakteristik remaja yang berisiko tinggi terhadap masalah sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Adawiah, R. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Iplikasinya Terhadap Pendidikan Anak (Studi pada Masyarakat Dayak di Kecamatan Halong Kabupaten Balangan).

Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan, 7(1), 33–48.

- Ajhuri, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penebar Media Pustaka.
- Alang, A. Z. (2021). Problema Mental Anak dalam Pertumbuhan dan Perkembangannya. *Al-Irsyad Al-Nafs, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 8(2), 184–195.
- Ayun, Q. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *Thufula*, 5(1).
- Chaplin, J. . (2003). *Kamus Lengkap Psikologi*. Gramedia Widiasarana.
- Darmawati, & Suyuti, M. (2021). Peran kelompok Bina Keluarga Remaja dalam Membina Remaja di Kampung KB bahari Kelurahan Lappa. *Jurnal Ilmiah Administrasita*, 12(2), 160–173.
- Devita, Y. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 503–513. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.967>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Djamarah, B. S. (2014). *Pola Asuh Orangtua & Komunikasi Dalam Keluarga*. Rineka Cipta.
- Jane, B. B. (2004). *The Process Of Parenting*. Mc Graw-Hill.
- Khadijah. (2019). Perkembangan Jiwa Keagamaan Pada Remaja. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 5(2).
- Mahfudh, F. (2018). *Psikologi Keluarga*. PSP Nusantara Press.
- Maimun. (2017). *Psikologi Keluarga: Mengasuh Tumbuh Kembang Anak Dengan Ilmu*. Sanabil.
- Ngewa, H. M. (2019). Peran Orang Tua dalam Pengasuhan Anak. *Ya Bunayya*, 1(1), 96–115.
- Nuronyah, W. (2023). *Psikologi Keluarga*. CV. Zenius Publisher.
- Parikh, R., Sapru, M., Krishna, M., Cuijpers, P., Patel, V., & Michelson, D. (2019). “ It is like a mind attack ” : stress and coping among urban school-going adolescents in India. *BMC Psychology*, 7(31), 1–9.
- Ratna, M. (2007). *Character Parenting Space: Menjadi Orang Tua Cerdas Untuk Membangkitkan Karakter Anak*. Mizan Media Utama.
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Aksara Timur.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (Jilid 1 Ed). Erlangga.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>

- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi Remaja*. Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, W. S. (2014). *Teori-Teori Psikologi Sosial*. PT. RAJA GRAFINDO PERSADA.
- Singgih, G. D. (2009). *Psikologi Untuk Keluarga*. Gunung Mulia.
- Stadler, C., Feifel, J., Rohrman, S., Vermeiren, R., & Poustka, F. (2010). Peer-Victimization and Mental Health Problems in Adolescents : Are Parental and School Support Protective ? *Journal of Child Psychiatry Hum Dev*, 41, 371–386.
<https://doi.org/10.1007/s10578-010-0174-5>
- Sugihartono, D. (2007). *Psikologi Pendidikan*. UNY Press.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan kuantitatif, kualitatif, R&D* (Cetakan ke). Alfabeta.
- Surbakti, E. . (2012). *Parenting Anak-Anak*. Elex Media.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928.
<https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Tri, M., & Harahap, F. (2000). *Psikologi Keluarga*. FIP UNY Press.
- Ulfiah. (2021). Konseling Keluarga untuk Meningkatkan Ketahanan Keluarga. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 69–86.
<https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.12839>
- Umami, I. (2019). *Psikologi Remaja*. Idea Press.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Andi Offset.
- Wardah, N. (2023). *Psikologi Keluarga*. Zenius Publisher.