

Psikoedukasi: Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Pada Remaja Pada Lansia di Sekolah Lansia PPKS Mappadeceng

Novita Maulidya Jalal¹, Kurnia Rahmadhani², Nurmalia Zainudin³, Annisa Arina⁴, Wa Ode Murtini Alioddin⁵

^{1,2,3,4,5}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

E-mail: novitamaulidyajalal@unm.ac.id

Article History:

Received: 15 November 2023

Revised: 27 November 2023

Accepted: 30 November 2023

Keywords: *emosional; pola asuh; remaja*

***Abstract:** Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan yang sangat berbeda pada aspek fisik, biologis, mental, emosional dan psikososial. Kematangan emosi adalah kesadaran yang mendalam akan kebutuhan, keinginan, cita-cita, emosi alami, dan integritas, serta terciptanya respons emosional yang stabil. Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi dan mental remaja adalah keluarga. Faktor-faktor yang mempengaruhi perasaan mental dan emosional remaja di lingkungan rumah antara lain pola asuh orang tua, situasi keluarga, moral keluarga, dan hubungan dengan saudara kandung. Tujuan dari psikoedukasi yang dilakukan yaitu diharapkan orang tua mampu melakukan pola asuh yang benar terhadap perkembangan emosional remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan. Kegiatan psikoedukasi ini dilakukan disekolah lansia PPKS Mappadeceng dengan sasaran lansia yang memiliki anak remaja.*

PENDAHULUAN

Remaja adalah anak yang berusia antara 12 dan 21 tahun yang berada dalam masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa. Kelompok umur remaja biasanya terbagi dalam tiga kelompok umur: remaja awal (12 sampai 15 tahun), remaja pertengahan (15 sampai 18 tahun), dan remaja akhir (18 sampai 21 tahun). Pubertas juga disebut "pubertas", dan namanya berasal dari bahasa Latin yang berarti "zaman inkarnasi". Pada tahap ini, anak bersiap menjadi individu yang mampu menjalankan tugas biologis reproduksi.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, pengertian remaja adalah seseorang yang berusia antara 10 dan 19 tahun. Badan Keluarga Berencana dan Kependudukan (BKKBN) mendefinisikan remaja adalah mereka yang berusia 10 hingga 24 tahun yang belum menikah. Menurut sensus tahun 2010, terdapat sekitar 43,5 juta orang di Indonesia yang berusia antara 10 dan 19 tahun, atau mencakup sekitar 18% dari total penduduk. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014, jumlah remaja di seluruh dunia diperkirakan

mencapai 1,2 miliar atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia.

Secara psikologis, menurut Piaget (Harlock, 1991) masa remaja adalah usia di mana seorang individu berintegrasi ke dalam masyarakat dewasa. Usia di mana anak-anak merasa bahwa mereka setara, atau setidaknya setara, namun tidak di bawah level, orang yang lebih tua. Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2008) masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan besar secara fisik, kognitif, dan psikososial.

Pubertas diawali dengan pubertas, yaitu proses menuju kematangan seksual atau kesuburan. Generasi saat ini cenderung menderita sejumlah kesulitan psikologis, termasuk kesepian, pemurung, cemas, agresif, dan berperilaku buruk. Dalam hal ini, kecerdasan dan nilai IQ yang tinggi saja tidak menjamin kesuksesan masa depan seorang anak.

Pada masa remaja ini, anak yang baru menginjak masa pubertas sering kali menunjukkan berbagai gangguan emosi, menarik diri dari keluarga, dan banyak mengalami permasalahan di rumah, di sekolah, di lingkungan keluarga, dan dalam bersosialisasi dengan teman sebayanya. Masa remaja merupakan masa puncak emosi dimana terjadi perkembangan emosi tingkat lanjut. Salah satunya adalah pertumbuhan fisik remaja khususnya pertumbuhan pada alat kelamin yang mempengaruhi perkembangan emosi berkaitan dengan emosi dan dorongan baru yang dialami sebelumnya, seperti: perasaan cinta, kekaguman dan keinginan untuk mengenal lawan jenis (Yusuf, 2012; Ferasari dan Lestari, 2017).

Remaja punya banyak energi dan emosi yang kuat, Namun pengendalian diri mereka belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, takut, dan khawatir (Syah & Fitria, 2016). Emosi adalah aktivitas atau kegembiraan pikiran, perasaan, nafsu, dan kondisi mental apa pun yang intens dan membebani. Emosi juga mengacu pada perasaan dan pikiran yang unik, keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan tindakan (Asrori, 2011).

Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan emosional dan spiritual remaja adalah keluarga. Keluarga merupakan landasan bagi perkembangan kepribadian, perilaku, moral dan pendidikan anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi perasaan mental dan emosional remaja dalam lingkungan keluarga antara lain gaya pengasuhan, situasi keluarga, moral keluarga, dan hubungan dengan saudara kandung.

Perkembangan emosi meliputi kemampuan anak dalam hal mencintai, merasa baik, berani, bahagia, takut, marah, dan merasakan bentuk emosi lainnya. Emosi berkembang sesuai dengan dorongan emosi yang diterimanya. Anak yang banyak diperlihatkan kasih sayang juga belajar mencintai (Sumanto, 2014).

Orang tua merupakan representasi lingkungan sosial pertama bagi anak dan berperan sangat penting dalam membentuk citra diri positif anak. Orang tua dengan citra diri positif cenderung memiliki sikap optimis, mampu menerima dan memberi lebih kepada orang lain, menunjukkan kasih sayang melalui sering memeluk atau memuji usaha dan keberhasilan setiap anak, serta mampu mengatasi masalah secara langsung dan juga kegagalan dengan jiwa yang besar.

Sedangkan orang tua yang memiliki konsep diri negatif cenderung tidak mengarahkan kasih sayang kepada orang lain, memiliki sifat narsisme, dan sikap egois seperti memberikan kompensasi pada diri sendiri secara berlebihan (Hutagalung, 2007). Pola asuh orang tua keluarga sangat menentukan bagi perkembangan kepribadian anak. Dengan pola asuh orang tua dapat mendidik, membimbing, membimbing dan mengawasi anak dalam tindakan dan sikapnya agar tidak melakukan perbuatan negatif seperti kenakalan remaja.

Illahi (2013) menjelaskan bahwa pola asuh merujuk pada perilaku orang tua, baik ayah maupun ibu, dalam berinteraksi dengan anak-anak mereka. Dalam konteks ini, orang tua memiliki peran penting dalam memberikan disiplin, memberikan hadiah, memberikan hukuman, memberikan perhatian, dan memberikan tanggapan-tanggapan lain yang dapat memengaruhi pembentukan kepribadian anak. Illahi (2013) juga menyoroti bagaimana orang tua dapat mengekspresikan kasih sayang yang tepat terhadap anak-anak mereka, di mana keberanian dan ketegasan tidak harus diartikan sebagai perilaku kejam atau otoriter.

Terdapat berbagai jenis pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, salah satunya adalah pola asuh otoriter atau Authoritarian. Dalam pola ini, anak diharapkan untuk patuh terhadap orang tua tanpa memiliki kebebasan untuk mengekspresikan diri atau menunjukkan bakatnya. Orang tua memberlakukan batasan dan kontrol yang ketat dengan komunikasi verbal yang minim. Santrock (2003) mengaitkan pola asuh otoriter dengan perilaku sosial yang kurang kompeten pada remaja, karena mereka terbiasa dibatasi dan dikekang dalam keluarga. Hal ini dapat menyebabkan rasa minder, kesulitan berbicara, ketakutan tidak didengarkan, dan merasa diremehkan oleh orang di sekitarnya.

Di sisi lain, pola asuh demokratis atau Authoritatif, seperti yang dijelaskan oleh Harlock (dalam Thoha, 1996), ditandai oleh pengakuan terhadap kemampuan anak dan pemberian kesempatan kepada mereka untuk tidak selalu bergantung pada orang tua. Ada penghargaan dan hukuman sebagai bentuk tanggung jawab. Meskipun terkesan liberal, gaya pengasuhan ini tetap melibatkan batasan dan kontrol dari pihak orang tua terhadap perilaku anak. Gaya ini dikaitkan dengan perilaku sosial anak yang kompeten dan memberikan keseimbangan antara kasih sayang dan dukungan emosional.

Sementara itu, pola asuh permisif atau menuruti, yang cenderung liberal, memberikan kebebasan maksimal kepada anak. Harlock (dalam Thoha, 1996) menyebutkan bahwa anak dianggap dewasa, namun, pola asuh seperti ini dapat membuat anak merasa kesepian dan kurang disayangi akibat kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak. Santrock (2003) membedakan dua tipe orang tua permisif: yang tenang dan toleran, serta yang pendiam dan acuh tak acuh. Kedua tipe ini dapat menyebabkan kurangnya kendali diri dan kesulitan dalam kehidupan sosial anak.

Pentingnya pola asuh yang membimbing anak dalam perkembangannya dan membentuk kepribadian yang baik diutarakan sebagai suatu harapan. Pola asuh yang mengabaikan, di mana orang tua kurang terlibat dalam kehidupan anak, dapat menyebabkan anak merasa diabaikan dan cenderung memiliki keterampilan sosial yang kurang. Anak-anak dari pola asuh ini mungkin mengalami kendala dalam pengendalian diri, harga diri rendah, dan cenderung terisolasi dari keluarga, bahkan mungkin menunjukkan perilaku nakal pada masa remaja.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 Oktober 2023 di sekolah lansia PPKS Mappadeceng, yang dihadiri oleh 18 orang partisipan. Metode digunakan dalam kegiatan ini adalah psikoedukasi tentang pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional remaja, materi disampaikan secara langsung oleh salah satu dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, setelah penyampaian materi partisipan diberi kesempatan untuk bertanya pada pemateri.



Gambar 1. Psikoedukasi pada Orang tua



Gambar 2. Pemateri dan Partisipan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilaksanakan kegiatan psikoedukasi pada lansia di sekolah lansia PPKS Mappadeceng, terdapat 18 orang yang mengikuti psikoedukasi yang dilaksanakan. Hasil yang didapatkan lansia pada kegiatan ini yaitu hal yang harus dilakukan ketika menghadapi remaja yang emosinya tidak stabil, pola pengasuh yang perlu diperbaiki sesuai dengan perkembangan zaman, bagaimana memahami remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan, orang tua tentunya tidak terlalu memanjakan anak agar anak tidak memberontak ketika tidak dapat memahami keadaannya dan ketika keinginannya tidak terpenuhi. Hal tersebut terpenuhi setelah dilakukannya proses *pretest* dan *posttest* melalui pertanyaan yang di ajukan oleh pemateri dan tanggapan yang diberikan oleh lansia sebelum dan setelah diberikan psikoedukasi. Kegiatan pun berlangsung dengan semangat yang di kobarkan oleh lansia terlihat dari banyaknya lansia yang mengajukan pertanyaan terkait kasus yang dialami dalam mengasuh anak atau cucunya yang menginjak usia remaja.

KESIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi ini merupakan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh mahasiswa yang mengikuti kuliah kerja profesi di Perwakilan BKKBN Sulawesi Selatan. Psikoedukasi ini dilakukan dengan tujuan untuk menambah wawasan bagi lansia atau orang tua terhadap perkembangan emosional remaja. Dari pertanyaan yang diajukan peserta, terlihat

bahwa lansia semakin penasar dan berminat untuk mengetahui bagaimana perkembangan emosional pada remaja. Kemudian pemateri menjawab pertanyaan dari peserta, terlihat bahwa peserta telah menambah wawasan melalui kegiatan psikoedukasi yang dilakukan dalam menghadapi perkembangan emosional remaja.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Perwakilan BKKBN Sulawesi Selatan, terkhususnya divisi pelatihan dan pengembangan (Latbang), sekolah lansia PPKS Mappadeceng, serta Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang telah mengizinkan serta mendukung terselenggaranya kegiatan psikoedukasi ini.

DAFTAR REFERENSI

- Ali & Asrori. (2011). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Edisi 7. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Amanullah, A. S. R., & Kharisma, D. K. (2022). Perkembangan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Emosi Remaja. *ALMURTAJA: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 49-55.
- Edwards, D. 2006. *Ketika Anak Sulit Diatur*. Bandung: PT. Mirzan Nusantara.
- Fellasari, F., & Lestari, Y. I. (2017). Hubungan antara pola asuh orangtua dengan kematangan emosi remaja. *Jurnal Psikologi*, 12 (2) 84-90. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v12i2.3234>
- Fimansyah, W. (2019). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap pembentukan karakter anak di era globalisasi. *Primary Education Journal Silampari*, 1 (1), 1-6. <https://doi.org/10.31540/pejs.v1i1.305>
- Hutagalung, Inge. (2007). *Pengembangan Kepribadian*. Jakarta: PT Indeks.
- Ilahi, M. T. (2013). *Quantum Parenting: Kiat Sukses Mengasuh Anak Secara Efektif dan Cerdas*. Yogyakarta: Katahati.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Silitonga, R. S. (2015). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 14 Medan Tahun 2015. *Fakultas Keperawatan & Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia*.
- Silitonga, R. S., & Pardede, J. A. (2018). Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA)
- Sumanto. (2014). *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*. Yogyakarta: Center of Academic Publishing Service.
- Supandi, D., Hakim, L., & Hartono, R. (2019). Pola Asuh Orang Tua Dalam Perkembangan Moral Remaja (Studi Kasus Di Desa Perenek). *Jurnal Psimawa*, 2(1), 35-46. <https://doi.org/10.1234/jp.v2i1.436>
- Suryandari, S. (2020). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kenakalan Remaja. *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)*, 4(1), 23-29.
- Syah, M. F., & Fitria, F. (2016). Perilaku Orang Tua Tentang Stimulasi Perkembangan Psikososial Remaja Di Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(1). <http://www.jim.unsyiah>.
- Thoah, C. (1996). *Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya.