

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi mengenai hal-hal yang berkaitan dengan latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat/signifikansi penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak. Keluarga terutama orang tua yakni ayah dan ibu merupakan sosok penting yang menemani anak tumbuh dan berkembang. Dari keluarga anak belajar bahasa, anak mengenal kasih sayang dan mengenal aturan. Orangtua pun menjadi pemeran utama dan panutan bagi anak dalam masa tumbuh kembangnya (Eliasa, 2011). Orangtua terutama ibu yang paling banyak menghabiskan waktu dengan anak, menjadi sosok penting dalam proses perkembangan anak. Mulai dari masa kehamilan, proses menyusui, memberi suapan makanan pertama, sampai mengajarkan aturan baik dan buruk. Bahkan kemudian pengasuhan yang dilakukan ibu akan memberikan pola dan corak bagi diri anak (Setiawan, 2014). Pola dan corak tersebut pula lah yang dibawa dan ditunjukkan anak dalam kehidupannya baik di sekolah maupun lingkungan sekitar rumahnya.

Menurut Idrus (2012) pengasuhan merupakan bagian dari pendidikan anak, sebab dalam pengasuhan peranan ibu tak hanya memberi perhatian dan kasih sayang, melainkan ibu pun mengajarkan anak untuk mengetahui aturan baik dan buruk, mendidik anak disiplin, bahkan mendidik anak mengetahui aturan normatif yang berlaku di masyarakat. Dengan demikian pengasuhan pun memiliki peranan penting dalam pembentukan perilaku dan perkembangan anak (Sutrisni, 2017). Pengasuhan yang tepat dapat membantu mengembangkan bukan hanya kesehatan fisik yang baik, melainkan pula sebagai dasar melahirkan kebiasaan-kebiasaan yang baik bagi anak (Beatty, dkk. 2006; Dwiyantri, 2013). Saat seorang ibu membiasakan kebiasaan baik bagi anak, maka perilaku baik tersebut pula yang akan dimunculkan anak dalam kehidupan di lingkungannya. Bahkan menurut Creel (2017) pengasuhan yang baik memberikan pondasi kesejahteraan anak secara keseluruhan dan memengaruhi hasil seperti kesehatan, keberhasilan pendidikan, dan kesejahteraan emosional. Dengan demikian pengasuhan yang tepat perlu

dikembangkan ibu agar dapat membentuk perilaku dan kualitas hidup yang baik bagi anak.

Pengasuhan yang tepat dapat dimulai dengan mampunya para ibu untuk menjalin interaksi yang baik dengan anak. Salah satu keterampilan yang dapat mengembangkan terjalinnya hubungan interaksi yang baik dalam pengasuhan yaitu keterampilan *mindful parenting*. Menurut Mubarok (2016) keterampilan *mindful parenting* ini menjadi hal yang mendasar yang harus dimiliki ibu dalam berinteraksi dengan anak. *Mindful parenting* pun diartikan sebagai pengasuhan yang dilakukan dengan kesadaran orang tua dalam memberikan perhatian, dengan bertujuan dan tidak memberikan label atau penilaian negatif dari setiap pengalaman anak (Duncan,dkk. 2009).

Ibu yang memiliki keterampilan *mindful parenting* akan terhindar dari stres yang diakibatkan dari pengasuhan, mampu menghargai pendapat dan tindakan anak, mampu melaksanakan peran sebagai orangtua, dan terjalinnya hubungan yang harmonis antara orangtua dan anak, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi ibu(Mubarok, 2016; Susanti, dkk. 2017). Terlebih seorang ibu pun sering mengalami stres dalam proses pengasuhan yang sedikit banyaknya memengaruhi perlakuan pengasuhan terhadap anak (Hong dan Lee, 2018; Ponnet dkk., 2013). Stres pengasuhan menurut Dabrowska dan Pisula (2010) merupakan kondisi stres yang dialami orangtua dalam pengasuhan. Hidayati (2013) menambahkan stres pengasuhan tersebut meliputi berbagai hal yang berhubungan dengan pengasuhan misalnya cara berkomunikasi dan berinteraksi dengan anak, maupun cara perawatan dan pengasuhan anak.

Dari stres yang dialami ibu bahkan dapat menyebabkan ibu sulit untuk mengontrol emosi negatif, menganggap pengasuhan sebagai hal yang melelahkan (Bogels dan Restifo, 2013), bahkan tak jarang dari stres tersebut menyebabkan ibu melakukan kekerasan baik verbal maupun fisik terhadap anak. Dari data yang dihimpun *World Health Organization* (WHO) mengungkapkan bahwa dari tahun 2018 hingga Juni 2019 diperkirakan lebih dari satu miliar anak di dunia, usia 2-17 tahun mengalami kekerasan fisik, seksual, emosional bahkan ditelantarkan oleh orangtuanya. Bahkan untuk di Indonesia, berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang diungkap dalam *VOA news*, pada tahun

2019 dari bulan Januari hingga Mei terdapat 1.192 laporan tentang kekerasan yang dialami anak dari usia 2-17 tahun, termasuk di dalamnya kekerasan yang dilakukan oleh ibu.

Selain itu, berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di desa Wanajaya melalui wawancara terhadap sepuluh ibu, didapat data bahwa tak jarang saat kesal pada anak ibu menggunakan kekerasan verbal bahkan sesekali menggunakan kekerasan fisik seperti mencubit bahkan memukul untuk mendisiplinkan anaknya. Kemudian dari hasil perhitungan skala keterampilan *mindful parenting* (SKMP) diperoleh data bahwa 5 % ibu berada pada kategori rendah, 57,5% berada pada kategori sedang, dan 38,5% berada pada kategori tinggi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan *mindful parenting* ibu di desa Wanajaya berada pada kategori sedang. Selain itu dari hasil wawancara pun terungkap bahwa dari ibu L mengungkap ia kesulitan dalam mendidik anak, tak jarang saat ia sedang menasehati anak, anaknya malah pergi dan hal tersebut membuat ibu L meluapkan emosi marahnya. Kemudian ibu N yang memiliki anak remaja, ia merasa kesulitan berkomunikasi dengan anaknya, mudah menyalahkan anak saat anak mendapat masalah di sekolah, sehingga menyebabkan tak harmonisnya hubungan ibu N dengan anaknya.

Pengasuhan sebagai pendidikan yang diperoleh anak dari keluarga (Idrus, 2012), menjadi bagian dari pendidikan informal yang tentunya menjadi kajian dari psikologi pendidikan. Mengingat kajian pendidikan dalam psikologi pendidikan tak hanya mengenai pendidikan formal, melainkan termasuk pula pendidikan informal dan non formal. Sebab pendidikan tak hanya diperoleh di sekolah, melainkan pula di rumah dan di masyarakat (Rahmawati, 2015). Dengan demikian berarti psikologi pendidikan mempunyai peranan dalam menyelesaikan kesulitan ibu mengasuh anaknya yaitu dengan mengembangkan program pengasuhan sehingga kualitas pengasuhan ibu dapat meningkat yang pada akhirnya berdampak pada perilaku anak dalam keluarga, sekolah maupun masyarakat.

Salah satunya yaitu dengan merancang program untuk membelajarkan keterampilan *mindful parenting* bagi ibu. Keterampilan *mindful parenting* ini merupakan keterampilan yang bisa dikembangkan oleh siapa saja, tanpa memandang status ekonomi (Kiong, 2015; Oord dan Bogels. 2012). Keterampilan

mindful parenting ini pun bisa dilatihkan dengan mengembangkan program pengasuhan sehingga kualitas pengasuhan orangtua meningkat dan pada akhirnya berdampak pada perilaku siswa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat (Duncan, dkk. 2009; Mubarak, 2016; Oord dan Bogels, 2012).

Penelitian sebelumnya tentang keterampilan *mindful parenting* ini diungkapkan oleh Duncan, dkk (2009) yang mana hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa dengan keterampilan *mindful parenting* mampu menciptakan hubungan yang lebih positif antara orangtua dan anak remajanya. Selain itu penelitian lainnya dilakukan Saltzman dan Goldin (2009) dengan menggunakan pelatihan *modifying MBSR (mindfulness based stress reduction)* terhadap orangtua dan anak. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dengan *modifying MBSR* orangtua dan anak menunjukkan berkurangnya emosi negatif dalam interaksi orang tua dan anak, kemudian orangtua pun cenderung mengalami peningkatan dalam beberapa fungsi metakognitif seperti penilaian diri dan welas asih.

Di Indonesia sendiri penelitian tentang keterampilan *mindful parenting* ini sudah banyak dilakukan. Seperti yang dilakukan oleh Rinaldi dan Retnowati (2016) mengungkapkan bahwa dengan *mindful parenting* mampu meningkatkan kesejahteraan subjektif ibu pada anak yang memiliki gangguan retardasi mental. Penelitian lainnya dilakukan oleh Hamidah (2018) yang mengungkapkan bahwa dengan *mindful parenting* mampu menurunkan stres yang dialami ibu dalam pengasuhan anak yang memiliki disabilitas ganda. Selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan Mubarak (2016) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa keterampilan *mindful parenting* menjadi hal dasar yang harus dimiliki orangtua untuk berinteraksi dengan anaknya, terutama anak di usia remaja dengan menggunakan program pengasuhan positif. Pada penelitian-penelitian sebelumnya, keterampilan *mindful parenting* dibelajarkan dengan cara pemberian informasi dan melatih praktik keterampilan pengasuhan tanpa menyentuh bagian pengalaman dari peserta. Sedangkan salah satu prinsip dari pembelajaran bagi orang dewasa adalah pengalaman individual mereka menjadi salah satu sumber belajarnya (Achmat, 2009) sehingga saat pengalamannya disentuh, maka mereka akan lebih tertarik untuk terlibat dalam pembelajaran (Sudaryanto, 2012).

Selain itu, mengingat penelitian ini dilaksanakan di wilayah pedesaan, karakteristik masyarakat pedesaan pun menjadi salah satu pertimbangan dalam merancang program pengasuhan. Karakteristik atau kekhasan dari masyarakat pedesaan menurut Rogers (1969) yaitu latar belakang pendidikannya yang rendah yang menyebabkan rendahnya wawasan mereka dan lebih mengandalkan pengalaman pribadi mereka sebagai bahan belajar. Saat ada penjelasan materi atau wawasan baru, jika tak relevan dengan kehidupan mereka, mereka akan cenderung kaku dan jarang mengeluarkan pendapat. Berbeda halnya saat materi digali dari pengalaman mereka, mereka cenderung lebih terbuka dan aktif dalam pembelajaran (Nurmalasari, 2015). Dengan demikian perlu kiranya mengembangkan program pembelajaran yang memfasilitasi peserta untuk mengungkap pengalaman mereka sebagai bahan belajar. Adapun salah satu pembelajaran yang menggunakan pengalaman peserta sebagai bahan belajar adalah pembelajaran reflektif (Moon, 2005; Ghaye, 2010; Priyatni, 2017).

Pembelajaran reflektif dipilih karena dalam keterampilan *mindful parenting* prinsip utamanya adalah orangtua mengasuh dengan mengerahkan kesadarannya secara penuh, melibatkan perasaan, pemikiran, sikap dan ucapan yang dilakukan saat berinteraksi dengan anak (Duncan, dkk. 2009). Begitu pula dengan pembelajaran reflektif, seperti yang diungkapkan Ghaye (2010) bahwa salah satu kunci utama dari pembelajaran reflektif adalah membantu memahami hubungan antara perasaan, pemikiran dan tindakan. Bagaimana perasaan memengaruhi pikiran kita, dan bagaimana pemikiran memengaruhi tindakan kita. Dengan demikian ada garis keterikatan antara *mindful parenting* dengan pembelajaran reflektif yaitu berhubungan dengan perasaan, pemikiran dan tindakan individu. Kemudian pada akhirnya baik *mindful parenting* maupun pembelajaran reflektif bermuara pada munculnya kesadaran pada diri individu (Rais dan Aryani, 2019; Duncan, dkk. 2009).

Melalui pembelajaran reflektif, ibu diharapkan mampu merefleksikan pengalaman-pengalaman dalam proses pengasuhannya. Dari hasil refleksi tersebut diharapkan ibu pun mampu memperbaiki pola pengasuhan yang dianggap kurang baik agar menjadi lebih baik, mampu menerima saat dirinya melakukan kesalahan, mampu menerima anak dalam kondisi apa adanya, yang kemudian ibu pun semakin

sadar akan pengasuhan yang dilakukannya sehingga berkembanglah keterampilan *mindful parenting* dalam dirinya. Selain itu model pembelajaran reflektif ini digunakan karena dianggap cocok dengan karakteristik perkembangan ibu usia dewasa yang memiliki pemikiran yang lebih reflektif dan kontekstual (Santrock, 2016; Cozma, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Gould (2010) mengungkapkan proses berpikir reflektif sebagai bagian dari pembelajaran reflektif menjadi bagian kuat dalam proses penataan kembali perspektif peserta atau pebelajar dari cara berpikir dan bertindak yang biasa mereka lakukan. Misalnya saat seorang ibu terbiasa membentak anak saat anak menangis, dengan melatih keterampilan *mindful parenting* melalui pembelajaran reflektif ini diharapkan kebiasaan tersebut dapat berubah yang tentunya perubahan tersebut dilakukan dengan penuh kesadaran oleh ibu.

Pembelajaran reflektif ini memiliki dua manfaat yaitu : yang pertama adalah membantu memahami hubungan antara apa yang dilakukan dengan bagaimana untuk meningkatkan keefektivan dari yang telah dilakukan. Dan yang kedua membantu memahami hubungan antara perasaan, berpikir dan melakukan (Ghaye, 2010). Saat seorang ibu menjalani proses pengasuhan maka perasaan ibu tersebut mempengaruhi cara dia berpikir. Cara berpikir tersebut pun memengaruhi apa yang sebenarnya ibu lakukan. Dengan demikian, dalam pengembangan pembelajaran reflektif ini tentunya akan membantu mengubah cara berpikir ibu dalam melakukan pengasuhan terhadap anak mereka. Kemudian diharapkan dari berubahnya cara berpikir tersebut akan mampu menambah kesadaran ibu tentang pola pengasuhannya dan memiliki keterampilan *mindful parenting*.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan pertanyaan dalam penelitian ini dijabarkan dalam pertanyaan penelitian yaitu “Apakah penerapan pembelajaran reflektif efektif untuk meningkatkan keterampilan *mindful parenting* ibu di Desa Wanajaya?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji program pembelajaran reflektif yang efektif dalam meningkatkan keterampilan *mindful parenting* para ibu di Desa Wanajaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memperkaya khasanah dalam bidang psikologi pendidikan khususnya tentang model pembelajaran reflektif yang dapat digunakan dalam membelajarkan orang dewasa.

Secara praktis, penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi para pendamping sosial dalam menyusun program *parenting* bagi para ibu.

Bagi orangtua diharapkan memiliki pengetahuan dan keterampilan *mindful parenting* untuk mencegah dan memperkecil permasalahan perilaku anak baik di rumah, sekolah maupun di masyarakat.