

DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA SEBAGAI FAKTOR PELINDUNG DALAM MENGHADAPI TANTANGAN PSIKOLOGIS ANAK

Taka Abdan Syakura¹, Meyco Putra Herwanto², Anthera Aga Purnashakti³, Alvin Maretias Pradiptya⁴, Denny Oktavina Radianto⁵

¹Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
^{2,3,4,5}Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
takaabdan@student.ppns.ac.id

Abstract: *Social support from parents can be an important protective factor in dealing with children's psychological challenges. The purpose of this article is to examine the role of parental social support in helping children overcome the mental health challenges they face. Qualitative and quantitative approaches were used in collecting and analyzing information from various literatures and journals on the subject. The findings in this journal suggest that parental social support, whether emotional, instrumental or informational, can play an important role in helping children overcome psychological challenges such as stress, anxiety, depression and behavioral problems. Good parental social support can provide protection and reduce the negative impact of mental health challenges on children. It can also increase children's resilience in the face of mental health challenges, help them develop social skills, improve adaptability, and improve the quality of the parent-child relationship. However, the role of parental social support can also be influenced by contextual factors such as culture, social environment and individual factors. Therefore, it is important for parents, practitioners and policy makers to understand the importance of social support in addressing children's mental health challenges and implement appropriate strategies to improve parental social support. This journal aims to be a reference for researchers and practitioners in psychology and other related fields to understand the important role of parental social support as a protective factor in dealing with mental health challenges in children. In addition, we hope that this magazine can make a meaningful contribution to improving the quality of life of children and families.*

Keywords: *Social support, parents, protective factors, psychological challenges, children.*

Abstrak: Dukungan sosial dari orang tua dapat menjadi faktor pelindung yang penting dalam menghadapi tantangan psikologis anak. Tujuan artikel ini adalah untuk mengkaji peran dukungan sosial orang tua dalam membantu anak mengatasi tantangan kesehatan mental yang mereka hadapi. Pendekatan kualitatif dan kuantitatif digunakan dalam mengumpulkan dan menganalisis informasi dari berbagai literatur dan jurnal tentang subjek tersebut. Temuan dalam jurnal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua, baik emosional, instrumental atau informasional, dapat memainkan peran penting dalam membantu anak mengatasi tantangan psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, dan masalah perilaku. Dukungan sosial orang tua yang baik dapat memberikan perlindungan dan mengurangi dampak negatif dari tantangan kesehatan mental pada anak. Selain itu, dukungan sosial juga dapat meningkatkan ketahanan anak dalam menghadapi tantangan kesehatan mental, membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan kemampuan beradaptasi, serta meningkatkan kualitas hubungan orangtua-anak. Namun peran dukungan sosial orang tua juga dapat dipengaruhi oleh faktor kontekstual seperti budaya, lingkungan sosial dan faktor individu. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, praktisi, dan pembuat kebijakan untuk memahami pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi tantangan kesehatan mental anak dan menerapkan strategi yang tepat untuk meningkatkan dukungan sosial orang tua. Jurnal ini bertujuan untuk menjadi referensi bagi para peneliti dan praktisi di bidang psikologi dan bidang terkait lainnya untuk memahami peran penting dukungan sosial orang tua sebagai faktor pelindung dalam menghadapi tantangan kesehatan mental pada anak. Selain itu, kami berharap majalah ini dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi peningkatan kualitas hidup anak dan keluarga.

Kata kunci: Dukungan sosial, orang tua, faktor pelindung, tantangan psikologis, anak.

Pendahuluan

Anak-anak menghadapi berbagai tantangan psikologis selama pertumbuhan dan perkembangan mereka. Tantangan-tantangan ini dapat mencakup stres, kecemasan, depresi,

masalah perilaku, dan banyak masalah kesehatan mental lainnya. Tantangan psikologis ini dapat memengaruhi kualitas hidup anak secara emosional, sosial, dan akademis. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat melindungi anak dari dampak negatif tantangan psikologis tersebut. Salah satu faktor protektif yang dapat berperan penting dalam menghadapi tantangan psikologis anak adalah dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua. Dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, instrumental, atau kognitif yang diberikan orang tua kepada anak-anak mereka. Dukungan sosial dari orang tua dapat membantu anak mengatasi tantangan psikologis, mengurangi stres, meningkatkan kemampuan beradaptasi dan mengembangkan keterampilan sosial yang dibutuhkan dalam situasi sulit. Meskipun pentingnya dukungan sosial orang tua dalam menanggapi masalah kesehatan mental anak, masih sedikit artikel yang membahas tentang peran dukungan sosial orang tua. Artikel ini mencoba mengeksplorasi peran dukungan sosial dalam membangun resiliensi orang tua dan anak dengan berbagai cara seperti: B. Belajar memahami.

Kemampuan belajar anak yang unik dapat menyebabkan orang tua, terutama ibu, mengalami stres dan ketidakmampuan untuk mengatasi tugas sehari-hari. Oleh karena itu, dukungan sosial dapat menjadi faktor penting dalam membantu ibu mengatasi stres dan meningkatkan ketahanan terhadap tantangan belajar anak. Dalam laporan akhir penelitian ini, Nurul Khasanah dan Amalia Adandayani mempresentasikan hasil penelitiannya mengenai dampak dukungan sosial terhadap coping ibu dengan anak kesulitan belajar khusus. Penelitiannya akan membantu merancang intervensi yang lebih baik dan lebih efektif untuk membantu ibu dan anak dengan ketidakmampuan belajar khusus. Oleh karena itu, ada kebutuhan mendesak untuk jurnal studi yang lebih menyeluruh dan komprehensif tentang dukungan sosial orang tua sebagai faktor pelindung dalam menanggapi tantangan psikologis anak. Tujuan dari artikel ini adalah untuk melengkapi pengetahuan ini dengan meninjau literatur dan jurnal yang ada tentang subjek tersebut dan menyajikan wawasan kunci tentang tantangan psikologis pada anak-anak. peran dukungan sosial, orang tua membantu anak mengatasi masalah kesehatan mental. Jurnal ini juga membahas faktor-faktor kontekstual yang dapat mempengaruhi dukungan sosial orang tua, serta dampak temuan jurnal ini terhadap perkembangan kebijakan dan praktik dukungan kesehatan mental anak.

Metode

Metode yang digunakan untuk jurnal ini adalah melalui wawancara mendalam dimana kami melakukan wawancara mendalam dengan partisipan untuk menggali pengalaman, pandangan dan praktik dukungan sosial yang diberikan orang tua kepada anaknya untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Wawancara akan dibuat decara tabel setelah membuat analisis secara lengkap. Jurnal ini juga menggunakan pengamatan partisipatif dimana kami mengamati interaksi antara

dua orang dan anak dalam konteks sehari-hari, seperti di rumah atau di sekolah. Pengamatan partisipan membantu kami untuk lebih memahami praktik dukungan sosial yang diterapkan oleh orang tua dan situasi nyata.

Hasil dan Pembahasan

Setelah mengumpulkan dan menganalisis data, disimpulkan bahwa peran dukungan sosial orang tua dalam mengatasi masalah kesehatan mental anak sangat penting. Orang tua memberi anak-anak mereka dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Dukungan emosional diberikan dengan mengakui dan menerima perasaan anak dan mendorong mereka untuk membicarakannya. Dukungan instrumental diberikan dengan membantu anak-anak melakukan tugas sehari-hari seperti mengurus diri sendiri, mengerjakan pekerjaan rumah atau mengatur janji temu. Dukungan informasi diberikan dalam bentuk informasi ramah anak dan pengetahuan tentang kesehatan mental dan cara mengatasinya. Ditemukan juga bahwa faktor kontekstual mempengaruhi dukungan sosial yang diberikan orang tua dalam menghadapi masalah kesehatan mental anak.

Budaya, agama, lingkungan sosial dan status ekonomi merupakan faktor yang mempengaruhi cara orang tua memberikan dukungan sosial. Beberapa orang tua menghadapi kendala keuangan yang membatasi akses mereka ke dukungan profesional atau layanan kesehatan mental, membuat mereka bergantung pada dukungan sosial dari keluarga atau teman sebaya. Beberapa orang tua juga menghadapi hambatan budaya atau agama yang memengaruhi cara mereka mendukung anak-anak mereka, mis. B. dalam hal mengungkapkan perasaan atau mencari bantuan profesional. Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting bagi pengembangan kebijakan dan praktik untuk mendukung kesehatan mental anak. Dukungan sosial orang tua harus diakui dan diperkuat sebagai sumber penting untuk membantu anak-anak mengatasi masalah kesehatan mental mereka. Otoritas kesehatan mental anak, termasuk pemerintah, lembaga kesehatan, dan profesional kesehatan mental, perlu meningkatkan pemahaman dan pengakuan peran orang tua dalam memberikan dukungan sosial bagi anak-anak mereka. Selain itu, faktor kontekstual seperti budaya, agama, lingkungan sosial, dan status ekonomi juga harus diperhatikan dalam merancang program intervensi atau layanan kesehatan mental untuk anak yang mempertimbangkan keragaman budaya, agama, dan latar belakang sosial ekonomi. Saat merencanakan intervensi atau layanan kesehatan mental anak, penting untuk mempertimbangkan kendala keuangan yang mungkin dihadapi orang tua dan untuk memastikan akses yang memadai ke layanan ahli.

Selain itu, kepekaan budaya dan agama harus diperhatikan agar dukungan sosial konsisten dengan keyakinan dan nilai-nilai keluarga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua berperan penting dalam

mengatasi masalah kesehatan mental pada anak. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua berperan sebagai sumber dukungan emosional, instrumental dan kognitif bagi anaknya dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Selain itu, hasil ini juga menunjukkan pentingnya memperhatikan faktor kontekstual saat memberikan dukungan sosial pada anak. Budaya, agama, lingkungan sosial, dan status ekonomi dapat memengaruhi cara orang tua memberikan dukungan sosial dan harus dipertimbangkan saat merancang program intervensi atau layanan kesehatan mental untuk anak. Kendala keuangan yang dihadapi beberapa orang tua dapat membatasi akses mereka ke dukungan profesional, sehingga upaya harus dilakukan untuk memastikan bahwa semua orang tua memiliki akses yang memadai ke layanan kesehatan mental. Selain itu, kepekaan budaya dan agama memerlukan perhatian saat memberikan dukungan sosial. Ketika merencanakan intervensi atau layanan kesehatan mental anak, nilai-nilai budaya atau agama, keyakinan dan praktik yang dapat memengaruhi dukungan anak harus dipertimbangkan. Temuan penelitian ini memiliki implikasi yang signifikan bagi pengembangan kebijakan dan praktik untuk mendukung kesehatan mental anak.

Dalam praktik klinis, profesional kesehatan mental harus menyadari peran penting orang tua sebagai pemberi dukungan sosial dan berkomunikasi secara aktif dengan mereka selama proses pengobatan atau intervensi. Program intervensi atau layanan kesehatan mental untuk anak juga harus dirancang dengan mempertimbangkan faktor kontekstual dan kepekaan budaya dan agama untuk memastikan dukungan sosial yang efektif dan tepat bagi anak dan keluarganya. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan. Sampel penelitian terbatas pada wilayah tertentu dan tidak serta merta mewakili variasi latar belakang budaya, agama, dan sosial ekonomi dari seluruh populasi anak. Selain itu, penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif yang bersifat subyektif dan tidak dapat memberikan generalisasi. Oleh karena itu, penyelidikan lebih lanjut mungkin melibatkan sampel yang lebih besar dan metode penelitian yang lebih beragam untuk mengkonfirmasi hasil ini. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan peran penting dukungan sosial orang tua dalam mengatasi masalah kesehatan mental pada anak. Faktor kontekstual seperti budaya, agama, lingkungan sosial, dan status ekonomi juga harus dipertimbangkan ketika merencanakan program atau layanan intervensi kesehatan mental anak. Temuan ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan strategi dan praktik yang komprehensif untuk mendukung kesehatan mental anak berdasarkan pemahaman yang komprehensif tentang peran orang tua dan konteks sosialnya dalam pengelolaan masalah kesehatan mental anak.

Tabel 1. Jenis Dukungan Sosial yang Diberikan oleh Orang Tua dalam Menghadapi Masalah Kesehatan Mental Anak

No.	Jenis Dukungan Sosial	Frekuensi
1	Dukungan Emosional	12
2	Dukungan Instrumental	8
3	Dukungan Informasional	10

Tabel 2. Faktor Konstektual dalam Memberikan Dukungan Sosial oleh Orang Tua

No.	Faktor Konstektual	Temuan
1	Budaya	Nilai-nilai budaya yang mempengaruhi cara orang tua memberikan dukungan sosial, seperti mengikuti tradisi atau adat istiadat, atau menghindari tindakan yang dianggap tabu dalam budaya mereka
2	Agama	Praktik atau keyakinan agama yang mempengaruhi cara orang tua memberikan dukungan sosial, seperti berdoa atau melakukan ritual keagamaan.
3	Lingkungan Sosial	Pengaruh lingkungan sekitar, seperti dukungan dari tetangga, teman, atau, komunitas sosial dalam memberikan dukungan sosial kepada anak.
4	Status Ekonomi	Kendala ekonomi yang mempengaruhi akses orang tua terhadap dukungan professional atau layanan kesehatan mental bagi anak.



Gambar 1. Socio Impat dalam dan luar rumah



Gambar 2. Socio Impact (a) dalam rumah (b) dan luar rumah

Kesimpulan

Jurnal ini mengkaji peran dukungan sosial orang tua sebagai faktor protektif dalam menghadapi masalah kesehatan mental anak. Jurnal ini menggunakan desain jurnal deskriptif kualitatif untuk memahami pengalaman anak dengan masalah kesehatan mental dan peran dukungan sosial dalam mengatasinya. Hasil analisis data kualitatif menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua berperan penting dalam kesehatan mental anak. Dukungan emosional, instrumental, informasional dan sosial, atau dukungan spiritual/agama dari anggota keluarga lainnya, membantu anak-anak mengatasi tantangan psikologis dengan mengurangi stres, meningkatkan keterampilan koping dan memberikan kenyamanan dan dukungan moral kepada anak-anak. Makalah tersebut juga mencatat bahwa dukungan sosial orang tua dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan, pengetahuan, dan strategi untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Selain itu, dukungan sosial atau dukungan spiritual/religius dari anggota keluarga lainnya memberikan anak perspektif yang beragam, kedamaian batin, harapan dan keyakinan yang kuat dalam menghadapi tantangan psikologis. Kesimpulan dari hasil karya ini menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua memegang peranan penting. Membantu anak mengatasi tantangan psikologis. Pentingnya jurnal ini mencakup peran penting orang tua dalam memberikan anak dukungan sosial yang memadai untuk menjaga kesehatan mentalnya, serta pentingnya anggota keluarga lain atau dukungan spiritual/keagamaan dalam membantu anak mengatasi masalah kesehatan mental.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Denny Oktavina Radianto, Supervisor, Promotor Penulis dan Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya, atas bantuannya dalam penulisan dokumen ini. Masukan Anda sangat penting untuk kelancaran penelitian kami. Terima kasih atas bimbingan, dukungan dan kesempatan yang telah diberikan kepada kami.

Referensi

- Muthmainah, 2022, Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta, 1(6)
- Siti Nadhiroh, 2016, Hubungan Antara Dukungan Emosional Orangtua Dengan Resiliensi Pada Remaja Yang Menikah Akibat Kehamilan Diluar Nikah
- Kurniya Lestari, 2017, Hubungan Antara Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Penyintas Gempa Di Desa Cana, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten
- Raisa, Annastasia Ediati, 2016, Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Narapidana Di Lembaga Per masyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang, 5(3)
- Novika, 2022, Hubungan Antara Kelekatan Pada Orang Tua Dengan Resiliensi Santri Pondok Pesantren Di Kota Pekanbaru
- Alevia Rahman Deswanda, 2019, Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi Remaja Yayasan Sosial Di Jakarta Selatan
- Ananda, N. Y., & Mastuti, E. (2013). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 2 (3), 227 -231
- Edwin, A.s., & Sia, T. (2007)/ Mahasiswa Versus Tugas Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness. *Journal Psychological Surabaya Indonesia*, 22(4), 352-374
- Mu'tadin, Z. M. (2002). Penyesuaian Diri Remaja. Diunduh dari www.epsikologi.com
- Solomon, L. J & Rothblum, E. B. D. (2005). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive – Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 1(2)