

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pola Asuh Orangtua

1. Teori menurut para ahli

Dalam teori psikoanalisis dari Sigmud Freud, yang menekankan suatu bentuk yang relevan dari suatu pengalaman dini dengan orang tua yang dalam perkembangan sehingga teori psikososial Erik Erikson juga, menekankan pentingnya mengubah kemajuan dalam hidup manusia, sedangkan menurut Freud selama lima tahun pertama dalam kehidupan kita dapat diyakini bahwa kepribadian yang dimiliki itu dapat terbentuk.¹⁷ Maksud Erik Erikson dan Sigmud Freud menekankan pentingnya membentuk kepribadian seseorang dalam membentuk perkembangannya.

Teori keterikatan yang di tekankan oleh John Bowlby, bahwa anak remaja juga perlu dalam membentuk suatu ketertarikan yang rukun dalam pengasuhan yang terutama pada saat kanak-kanak.¹⁸ Teori Diana Baumrind, yang menyatakan ada empat macam gaya pengasuhan yakni pola asuh otoritatif, pola asuh otoriter, pola asuh permisif dan pola asuh mengabaikan.¹⁹ lingkungan keluarga dapat di pengaruhi oleh

¹⁷John W. Santrock, *Perkembangan Anak* (PT Gelora Aksara Pratama, 2007).44-47

¹⁸Ervan Nurnawanti, 'Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Anak', *Gunung Djati Conference Series*, Vol. 19 (2023), 638.

¹⁹Dr. Arri Handayani, S.Psi.,M.Si., *Psikologi Parenting* (Yogyakarta).178-179

perkembangan mental dan emosional yang dapat menyebabkan sumber masalah. Maka dari pola asuh yang dapat mempengaruhi mental emosional adalah pola asuh orangtua.²⁰ Alfie Kohn, menyatakan bahwa pola asuh dapat mempengaruhi tingkah laku orang tua dalam hubungannya pada anak remaja. Sehingga perilaku-perilaku orangtua tersebut dapat di berikan ke pada anaknya melalui peraturan demi sebuah cara orang tua yang menunjukkan otoritas, dalam membagikan pandangan, kesannya kepada kemauan anaknya.²¹ Maksud Kohn di atas adalah pola asuh yang efektif dapat membentuk pertumbuhan remaja secara positif, sementara pola asuh yang tidak tepat memiliki dampak yang negatif.

2. Jenis pola asuh orangtua menurut Teori Diana Baumrind

Teori Diana Baumrind mengatakan bahwa terdapat 4 (empat) macam-macam gaya pengasuhan yakni pola asuh otoritatif, pola asuh otoriter, permisif dan pola asuh mengabaikan yaitu:

a. Pola asuh otoritatif

Adapun pola asuh otoritatif yang merupakan bentuk pengasuhan yakni dalam mendorong anak agar mandiri, akan tetapi

²⁰Marzuki ddk, 'Pentingnya Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak', *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP)*, Vol.2 (2024), 335.

²¹Adristinindya Citra Nur Utami dkk, 'Pola Asuh Orang Tua Dan Kenakalan Remaja', *Jurnal Pekerjaan Sosial*, Vol. 4 (2021), 5.

pola asuh ini juga menerapkan batasan dan bentuk kendali pada tindakan mereka. Sehingga anak menjadi ceria, mampu mengendalikan diri, mandiri serta memiliki hubungan yang baik dengan teman sebayanya.

b. Pola asuh otoriter

Pola asuh yang membatasi dan menghukum yakni pola asuh otoriter. Sehingga remaja menjadi tidak bahagia, memiliki kemampuan komunikasi yang lemah, takut, minder dan tidak mampu melakukan aktivitas.

c. Pola asuh permisif

Dalam hal ini pola asuh yang melibatkan orang tua dengan anak itu terdapat pada pola asuh permisif, namun tidak terlalu menuntut atau dalam mengontrol mereka. sehingga anak tidak menuruti aturan, selalu berharap mendapatkan keinginannya, serta berkaitan dengan masalah komunikasi dengan teman seusianya.

d. Pola asuh mengabaikan

Dalam kehidupan anak yang tidak melibatkan orang tua terdapat pada pola asuh mengabaikan. Sehingga anak tidak mandiri, tidak dewasa, dan merasa terasingkan di dalam keluarga²². Jadi dari keempat jenis pola asuh orangtua yang memiliki komunikasi yang

²²Arri Handayani., *Psikologi Parenting* (Yogyakarta).178-179

baik yakni pola asuh otoritatif yang dapat membantu menyelesaikan masalah-masalah dalam hubungan orangtua dan anak.

B. Perkembangan Kesehatan Mental Generasi Z

Kesehatan mental adalah gangguan kejiwaan yang ada dalam diri seseorang, tetapi juga kemampuan seseorang dalam mengatasi stress dan masalah dalam hidupnya. Maka jika tidak di pedulikan, dapat menimbulkan kesehatan mentalnya terganggu dan akan berakhir pada permasalahan dalam aktivitas belajar, perkembangan, kepribadian, dan masalah kesehatan mental fisik.²³ Luapan emosi dalam bentuk ucapan dengan luapan karena kesal, marah, iri hati, merasa tidak disayang, ditolak, diremehkan, tidak dihargai, serta ditekan tentu itu karena ada sikap atau tindakan dari orang lain yang tidak menyenangkan. Penyebab remaja berlaku agresif karena dalam lingkungan keluarga yang tidak harmonis, kurangnya perhatian dari orangtua yang dapat menimbulkan gejala emosional yang tidak terpenuhi, akan mengecewakan dan sedih.²⁴ Maksud pernyataan di atas adalah masa yang sangat rentan, sebab itu penting bagi remaja Generasi Z untuk kita berikan dukungan serta bimbingan agar remaja dapat mengatur serta

²³Stephanie Devina Sutanto dkk, 'Perancangan Buku Cerita Tentang Pengelolaan Kesehatan Mental Bagi Remaja', *Jurnal DKV Adiwarna*, 1, 1.

²⁴Ahmad Yanizon & Vina Sesriani, 'Penyebab Munculnya Perilaku Agresif Pada Remaja', *Jurnal Kopasta*, 2018, 3.

mengelola emosinya dengan baik serta memperbaiki perilakunya dengan baik.

Lingkungan sekolah juga sangat berpengaruh pada kesehatan mental pada anak remaja, agar tercapainya tujuan pendidikan yang ada di sekolah tersebut agar siswa bisa menumbuhkan potensi dengan menguntungkan sekaitan dengan aspek moral, spiritual, intelektual, maupun emosional yang dimiliki.²⁵ Remaja dalam kesehatan mentalnya perlu untuk terus dijaga dengan baik lahir maupun batin, sehingga saat ini yang menjadi perhatian bagi masyarakat dewasa, bahkan bagi remaja yang termasuk golongan yang mudah mengalami gangguan kesehatan mental atau depresi yang cukup tinggi.²⁶ Sehingga upaya dalam menjaga kesehatan mental remaja itu sangat penting agar tidak semakin tinggi angka gangguan mental dan depresi di kalangan remaja dan dewasa.

1. Ciri-ciri perkembangan kesehatan mental:

- a. Menerima keadaan fisik: kemampuan fisik sudah menetap maka layak didapat sebagaimana adanya. Dimana remaja yang mendapat ahli bentuk pada fisik yang mengagumkan, sehat dalam perkembangannya.²⁷ Maka dari itu dalam penerimaan keadaan fisik

²⁵Yesi Purnamasari dkk, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Mental Emosional Remaja', *Jurnal Perawat Profesional*, Vol.5 (2023), 610.11

²⁶Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja', *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, Vol. 14 (2023), 12.

²⁷Khamim Zarkasih Putro, 'Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja', *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, Vol.17 (2017), 31.

remaja perlu menerima diri sepenuhnya baik perubahan-perubahan fisik yang dialaminya seiring bertambahnya usia.

- b. Mencapai emosional: Seseorang dalam masa remaja lanjut didalam masa prosesnya dapat melepaskan dirinya di sebuah ketergantungan baik dalam mengelolah emosi dari orang yang akrab dalam kehidupannya seperti orangtua. Sehingga remaja juga ada keinginan dalam menyampaikan akan kebebasan- tersebut dengan adanya hak ntuk menyatakan pendapat tersebut kepada diri.²⁸ Untuk itu dalam memperoleh kebebasan emosional perlu di ketahui bahwa agar tidak menimbulkan ketegangan dan perselisihan antara orang tua dan remaja perlu untuk mengeloh emosi dalam diri.
- c. Sanggup bergaul: Anak remaja lanjut usia dalam memulai menyempurnakan ketahanan dalam melakukan hubungan sosial baik sesama teman seusia maupun dengan seorang yang membedakan kualitas lain yang berbeda tingkat keadaan sosialnya.²⁹ Maka dari itu untuk mengembangkan kemampuan dalam hubungan sosial perlu untuk berinteraksi sosial dengan baik.

Dari beberapa ciri-ciri di atas perlu menyadari perubahan-perubahan fisik yang terjadi selama perkembangan, mampu

²⁸Khamim Zarkasih Putro.26-27

²⁹Singgih.D. Gunarsa and Y. Singgih. D Gunarsa, *Psikologi Praktis: Anak, Remaja, Dan Keluarga* (Jakarta; BPK Gunung Mulia, 2004).129

mengendalikan emosional, serta mampu berinteraksi dengan baik kepada orang lain untuk membangun hubungan yang sehat atau harmonis. Pada masa perkembangan remaja awal pencapaian kemandiriannya sangat menonjol bahkan pemikirannya secara logis, abstrak dan semakin banyak waktu untuk keluarga.³⁰ Untuk itu pada masa perkembangan remaja membutuhkan waktu yang lebih untuk berinteraksi dengan keluarga.

G. Konopka menegaskan bahwa pada dalam fase suatu pembentukan nilai, dapat di lakukan dalam pembentukan proses dalam interaksi sosial yang di pengaruhi secara emosional dan secara intelektual pada masa anak remaja. Masa remaja sering terjadi komunikasi yang kurang baik antara anak dengan orangtua, sehingga pengaruh biasanya datang dari teman sebayanya yang lebih memengaruhi penerimaan pada nilai mereka.³¹ Remaja adalah keadaan dari masa kanak-kanak ke umur yang lebih dewasa, yang dalam pertumbuhannya mengalami suatu puncak dalam keadaan fisiknya ataupun dalam psikis.³² Maksud dari pernyataan G. Konopka di atas adalah pada masa remaja akan timbul perubahan-perubahan pada perkembangan fisik pada wanita dan laki-

³⁰Amita Diananda, 'Psikologi Remaja Dan Permasalahannya', *Jurnal ISTIGHNA*, Vol.1, 2018, 118.

³¹Singgih.D. Gunarsa and Y. Singgih. D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta; BPK Gunung Mulia, 2008).203-220

³²Kenny Dwi Fhadila, 'Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja', *Penelitian Guru Indonesia*, Vol.2 (2017), 18.

laki. Dan Proses ini di pengaruhi oleh factor lingkungan dan nilai-nilai serta pembentukan identitas juga di pengaruhi oleh interaksi sosial dengan teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekitar.

2. Ciri-ciri kesehatan mental

Ciri-ciri kesehatan mental yang baik bagi remaja cenderung merasakan kebahagiaan, positif tentang pada diri mereka, dan menikmati hidup. Mereka juga mampu mengelola perasaan dan menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dengan baik dengan memahami pentingnya kesehatan mental pada anak remaja.³³ Jadi dari beberapa ciri-ciri di atas merupakan ciri kesehatan mental yang baik terhadap anak remaja dalam perkembangannya.

3. Ada berapa ciri khas remaja yaitu sebagai berikut:

- a. Kecanggungan yang menyebabkan timbulnya perasaan yang rendah diri dalam perkembangan fisik seseorang
- b. Ketidakseimbangan dalam mengatur emosi yang labil
- c. Perasaan kosong yang ada dalam diri remaja yang tidak disadarinya
- d. Bentuk tingkah laku dalam menantang orang tua serta orang yang lebih dewasa

³³Dina Hidayati Hutasuhut, 'Kesehatan Mental Pada Remaja', *International Journal of Cross*, Vol.2 (2023), 131.

- e. Pertentangan pada diri sendiri yang mengakibatkan terjadinya suatu pertentangan juga terhadap orang tua serta kepada anggota keluarga lainnya
- f. Kekhawatiran yang terjadi atau keadaan tidak tenang dalam meyakinkan diri seorang.³⁴ Perkembangan dalam diri remaja ditandai dengan adanya beberapa tingkah laku yang positif dan negatif itu karena mereka mengalami bentuk masa panca ke masa anak-anak sampai pada waktu remaja.³⁵

Dari ciri-ciri di atas adalah Perubahan-perubahan ini merupakan bagian penting dalam perkembangan remaja, meskipun bisa menjadi tantangan bagi individu dan keluarga. Teman sebaya memiliki dampak besar pada pergaulan remaja.³⁶ Maksud dari ciri-ciri di atas adalah penting bagi remaja untuk memilih teman sebaya yang positif dan mendukung, serta untuk mempertahankan batasan-batasan yang sehat dalam hubungan persahabatan.

Sezin Baysal Berkup yang menyatakan Generasi Z adalah generasi yang memiliki bentuk antarmubungan teknologi canggih sejak lahir, sehingga teknologi saat ini sangat mempengaruhi kehidupan Generasi Z

³⁴Singgih.D. Gunarsa and Y. Singgih. D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*.220

³⁵Ida Umami, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta, 2019).2

³⁶Farah Nauroh Haniyah dkk, 'Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal Dan Sosial Ekonomi Dengan Kesehatan Mental Remaja', *Jurnal OAJJHS*, Vol.1 (2022), 248.

tersebut. Generasi Z mempunyai beberapa keunggulan yang tidak dimiliki oleh generasi lain.³⁷ Maksud dari Sezin Baysal Berkup adalah Generasi Z memiliki kemampuan dalam beradaptasi cepat dengan perkembangan teknologi sekarang. Generasi Z menghabiskan waktunya dengan bermain sosial media berjam-jam demi membuka aplikasi seperti aplikasi *instagram, tiktok, facebook, whatapps, dan youtube*, Karena pada aplikasi ini banyak digunakan oleh remaja atau Generasi Z saat ini.³⁸ Jadi Generasi Z ini menghabiskan waktunya dengan bermain sosial media, sehingga waktunya terbuang di media sosial hanya karena membuka aplikasi-aplikasi yang sangat populer di kalangan remaja dan Generasi Z saat ini. Generasi Z sejak dulu terpapar dengan teknologi. Sejak saat itu teknologi digital ini membuat Generasi Z memiliki perbedaan dengan generasi sebelumnya. Generasi Z lahir pada tahun 2000 hingga 2010 atau kurang lebih usia 14 hingga 23 tahun. Segala bentuk perilaku, tindakan, atau pemikiran Generasi Z sangat berpengaruh terhadap kehidupannya.³⁹

³⁷Dian Ratna Sawitri, "Perkembangan Karier Generasi Z; Tantangan Dan Strategi Dalam Mewujudkan SDM Indonesia Yang Unggul," 2023, 147.

³⁸Andarias Pujiono, 'Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bagi Generasi Z', *Journal of Chistian Education*, Vo.2 (2021), 2.

³⁹Retna Ayu Purnama Sari & Nina Yuliana, 'Pola Komunikasi Orang Tua Pada Anak Generasi Z Terhadap Kesehatan Mental Anak', *Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial*, Vol. 2 (2023), 10.

4. Ciri- ciri Generasi Z

Menurut Sezin Baysal Berkup yaitu bersosialisasi melalui internet, mengkomsumsi internet dengan sangat cara tepat, Teknologi yang di pakai cenderung menantang kreativitas serta inovatif dan efisien.⁴⁰ Jadi dari ciri-ciri Generasi Z di atas Generasi Z memanfaatkan teknologi sekarang secara cepat dan Generasi Z juga sangat menyukai hal-hal yang menantang.

5. Teori Generasi (*Generation Theory*) sebagai berikut:

Ada beberapa Teori Generasi (*Generation Theory*) sebagai berikut:

a. Baby Boomer (lahir tahun 1946-1960)

Baby Boomer ini dituntut untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan baru pascaperang. Pada generasi ini sulit untuk menerima perubahan dalam perkembangan teknologi. Sehingga generasi ini beranggapan bahwa hidup digunakan untuk bekerja, sehingga generasi ini cenderung menyukai kritikan. Maka dalam hal ini Generasi Baby Boomer lebih menyukai berbicara secara langsung dari pada melalui teknologi karena ketika generasi ini lahir teknologi belum terlalu maju sehingga mereka terbiasa berbicara secara

⁴⁰Lasti Yossi Hastini dkk, 'Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi Dapat Meningkatkan Literasi Manusi Pada Generasi z Di Indonesia', *Jurnal Menejemen Informatika (JAMIKA)*, Vol. 10 (2020), 13.

langsung saat melakukan komunikasi. Jadi umur Generasi Baby Boomer itu umur 64 tahun-78 tahun.

b. Generasi X (lahir tahun 1960-1980)

Generasi X adalah generasi yang dibesarkan oleh Generasi Baby Boomer. Sehingga ketika Generasi X lahir, teknologi khususnya pada teknologi informasi mulai berkembang seperti mengenal computer, game, Tv dan Internet. Generasi X lebih menyenangi pekerjaan informal atau berwirausaha. Selain itu, Generasi X mereka juga menghargai lingkungan kerja yang tidak mengekang, efisien, dan fleksibel. Jane Deverson berpendapat bahwa beberapa generasi ini melakukan tindakan yang negative, seperti tidak menghormati orang tua.⁴¹ Jadi, pada generasi ini berumur 44 tahun sampai 64 tahun.

c. Generasi Y atau Milenial (lahir tahun 1980-2000)

Generasi Y yang dikenal dengan Generasi Genius, yang tidak ada batasan waktu yang akurat untuk awal sampai akhir generasi ini. Ciri-ciri Generasi Y adalah sebagai generasi yang memakai teknologi komunikasi secara instan melalui e-mai, SMS, serta penggunaan sosial media lainnya seperti *Facebook*, *Twiteer*, dan

⁴¹ Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, *Membangun Generasi Y Dan Z Sebagai Pemimpin Muda Kristen Di Era Revolusi Industri 4.0 Dan Society 5.0* (Surabaya, 2023).78

instagram.⁴² Generasi ini memiliki pola komunikasi yang sangat terbuka sehingga dipengaruhi oleh perkembangan teknologi serta terbuka pada bisnis dan politik.⁴³ Jadi Generasi Y sekarang berumur 24 tahun sampai 44 tahun.

d. Generasi Z (lahir tahun 2001-2010)

Generasi Z merupakan generasi yang lahir pada tahun 2001 hingga 2010 setelah Generasi Milenial atau Generasi Y. Generasi Z ini besar dengan kemajuan teknologi untuk memperkaya hidup. Dengan menggunakan teknologi, Generasi Z dengan mudah beradaptasi dalam menjalankan pekerjaan. ⁴⁴ Dalam generasi ini memiliki ciri-ciri umum Generasi Z yakni memiliki kecerdasan dan bersemangat tentang teknologi, berkomunikasi dengan banyak orang melalui aplikasi *facebook, whatApp, Instagram dan Telegram*. Serta generasi yang mandiri, generasi awal yang menggunakan teknologi yang canggih.⁴⁵ Jadi, Generasi Z sekarang berumur 14 tahun sampai umur 23 tahun.

⁴²Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, *Membangun Generasi Y Dan Z Sebagai Pemimpin Muda Kristen Di Era Revolusi Industri 4.0 Dan Society 5.0* (Surabaya, 2023).74-80

⁴³Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, 83.

⁴⁴Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, *Membangun Generasi Y Dan Z Sebagai Pemimpin Muda Kristen Di Era Revolusi Industri 4.0 Dan Society 5.0* (Surabaya, 2023).74-80

⁴⁵Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, 93-97

e. Generasi Alpha (lahir tahun 2010-2020)

Generasi Alpha merupakan kelompok generasi yang paling muda di dunia yang lahir setelah Generasi Z. Generasi Alpha adalah keturunan dari Generasi X dan Y, yang sebagian besar remaja dalam tahap pencarian jati diri serta masa anak-anak. Dalam Generasi Alpha ini mereka cukup menguasai teknologi karena anak yang terbiasa menggunakan internet, mereka tidak akan lepas karena Generasi Alpha dipengaruhi oleh teknologi yang akan mempengaruhi sikap serta perubahan pemikiran pada Generasi ini, serta generasi ini lebih memanfaatkan teknologi yang ada.⁴⁶ Jadi umur Generasi Alpha sekarang itu berumur 4 Tahun sampai umur 14 tahun. Jadi, pada Generasi Z dan Generasi Alpha sekarang lebih memahami dunia teknologi canggih yang lahir pada era digital. Oleh karena itu, Generasi dan Generasi Alpha sangat berpengaruh terhadap kehidupan mereka, sehingga segala bentuk tindakan, perilaku atau pemikiran-pemikiran Generasi Z dan Generasi Alpha di pengaruhi karena teknologi sekarang.

⁴⁶Dr. Nicolien Meggy Sumakul & Dr. Jimmy Lizardo, *Membangun Generasi Y Dan Z Sebagai Pemimpin Muda Kristen Di Era Revolusi Industri 4.0 Dan Society 5.0* (Surabaya, 2023).74-80

6. Teori perkembangan kesehatan mental Generasi Z

Teori Salsabilla yang menyatakan bahwa adanya pandangan pada Generasi Z yang dinilai karena lebih cepat terkena masalah mental. Adapun Grelle yang menyajikan rentanya Generasi Z itu terjadi karena muda mendapatkan masalah mental pada waktu menghadapi keadaan yang sulit, Karena adanya keinginan dalam berperilaku yang tidak benar dalam memahami bentuk masalah yang ringan sehingga perkara itu dapat menciptakan masalah baru yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan psikis yang di sebabkan oleh dua factor yaitu pola asuh orangtua dan pelantara digital.⁴⁷

⁴⁷Milazia Putri, 'Krisis Kesehatan Mental Pada Generasi Z: Peranan Pola Asuh Dan Media Sosial', *Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, Vol.10 (2024), 1.