Jurnal Dedikasi Madani
Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jdm/index

Januari. 2024. Vol. 2. No 2
E-ISSN: 2964-1519
pp. 84 - 88

PEMAHAMAN PENGASUHAN YANG MENYENANGKAN DAN KESEHATAN MENTAL ANAK BAGI ORANG TUA

Ani Endriani[1], Nuraeni[2]
[1,2] Prodi Bimbingan dan Konseling, FIPP, Universitas Pendidikan Mandalika
Email: nuraeni@undikma.ac.id

Abstrack
The task of a teacher is not only to provide knowledge or increase the basic insight of students, of course all of this must be done well and of course of good value, students will get their rights fulfilled, namely a basic knowledge of science which is absorbed well and correctly. positive thinking needs to be done, such as psychology, it must be good and stable, on the other hand, we also need to pay attention between peers, in the current era, it is indeed sophisticated and developments are more rapid than before, but this does not reduce the equality of each other, such as criticizing each other and bringing down each other's character. other things and it has an impact on mental and psychological matters, so the teacher gives good direction towards a positive view of mental psychology and all of this avoids negative things such as bullying and bringing down other psychological mentors, so the teacher is equipped with media such as exploring the Canva application to make an anti-bullying poster.

Article History
Received: 05-01-24
Reviewed: 07-01-24
Published: 13-01-24

Key Words
Training, anti-bullying posters, Canva media

Abstrak
Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan orang tua dalam menerapkan gaya pengasuhan yang menyenangkan sehingga terbentuknya kesehatan mental anak. Pola asuh menjadi salah satu langkah penting yang harus orang tua ketahui. Pola asuh yang diberikan orang tua adalah pendidikan pertama bagi seorang anak karena pertama kalinya mereka mengenal dunia dan terlahir di lingkungan keluarga dan dididik oleh orang tua. Keluarga berperan sangat penting dalam pembentukan kesehatan mental anak, karena waktu anak itu lebih banyak bersama keluarga. Sasaran pengabdian ini adalah orang tua, yang dimana orangtua terlibat langsung dalam proses pengasuhan anak di dalam keluarga. Harapan dari kegiatan ini yaitu adanya pemahaman yang tepat mengenaikonsep pengasuhan yang menyenangkan, pengasuhan yang tepat yang sesuai dengan usia dan kebutuhan anak, sehingga terbentuknya kesehatan mental anak.

Sejarah Artikel
Diterima: 05-01-24
Direview: 07-01-24
Disetujui: 13-01-24

Kata Kunci
Pengasuhan orang tua, menyenangkan, kesehatan mental

PENDAHULUAN

Dalam lingkungan keluarga khususnya ayah dan ibu (orangtua) memiliki kewajiban untuk memberikan pendampingan bagi anak, mengasuh dan merawat anak, serta memenuhi dan memberikan hak-hak yang seharusnya mereka miliki dan dapatkan. Menjadi orangtua yang baik untuk anak-anaknya merupakan keingian semua orangtua di muka bumi ini. Dalam praktiknya hal ini tentu saja tidak mudah dilakukan. Meskipun begitu menjadi orangtua yang baik bukanlah hal mustahil.

Pengasuhan adalah salah satu hal yang paling penting untuk didapatkan oleh anak selama masa kanak-kanak. Hal ini karena pengasuhan memiliki kontribusi yang besar dalam mempengaruhi setiap aspek perkembangan dan pada akhirnya mempengaruhi kehidupan atau dunia anak di masa yang akan datang (Sanders & Turner, 2018). Selain itu, pengasuhan juga

Januari. 2024. Vol. 2. No 2
E-ISSN: 2964-1519
pp. 84 - 88

berkontrubusi dalam mempengaruhi perkembangan karakter anak, khususnya sikap atau perilaku, keseimbangan emosi, cara berkomunikasi dan bersosialisasi, serta kepribadian anak (Damayanti, 2011; Aunillah, 2015; Kurniawan, 2015). Maka, dalam hal ini pengasuhan pada anak perlu senantiasa dilakukan secara optimal agar mampu memberikan pengaruh positif terhadap anak. Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan, baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat.

Keberhasilan keluarga dalam menerapkan konsep pengasuhan yang baik dan berkualitas sangat tergantung dari pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua. Sebagai orang tua akan menyesal jika tidak memulainya sejak dini dalam kaitannya dengan pengasuhan. Orang tua harus menyediakan cukup waktu untuk menjalankan kedekatan dan menjadi pelatih emosi bagi anak- anaknya. (Ngewa, 2019). Menjadi orang tua adalah proses pembelajaran yang berlangsung seumur hidup. Orang tua tetap menjadi orang tua dari seorang anak, sepanjang hidup anak tersebut. Pertumbuhan dan perkembangan anak, berlangsung selama hidupnya. Sepanjang masa itulah orang tua perlu belajar sebagai orang tua. Belajar bagaimana pola pengasuhan yang dibutuhkan anak.

Anak-anak dalam masa bertumbuhnya perlu bimbingan orang tua dalam pembentukan kematangan secara emosi dan kemandirian, untuk menghadapi kehidupannnya (Arya, 2008). Pembentukan kematangan secara emosi dan kemandirian anak untuk menghadapi kehidupannya dapat dilakukan dengan menerapkan pengasuhan keluarga yang tepat. Pola asuh menjadi salah satu langkah penting yang harus orang tua ketahui. Salah dalam melakukannya bisa mengakibatkan masa depan buruk bagi buah hati. Dari pola asuh, orang tua memiliki peran besar dalam pembentukan kepribadian, pembawaan, hingga pendirian anak di masa depan mereka**.** Peran pengasuhan menentukan kualitas hidup anak di masa mendatang.

Mengenai kesehatan mental anak, tentu keluarga berperan sangat penting, karena dari banyaknya waktu anak itu lebih banyak bersama keluarga. Jadi secara otomatis apa yang dilihat dan didengar anak dapat membentuk mental anak. Pola asuh orang tua tentu menjadi salah satu faktor utama yang dapat membentuk karakter anak serta berpengaruh terhadap perkembangan mental anak tentang bagaimana anak menilai salah atau benar, bagaimana anak berperilaku yang sesuai dengan norma dan aturan, serta bagaimana anak memandang dirinya sendiri dan orang lain. Penerapan pola asuh orang tua terhadap anak akan berdampak pada perkembangan anak dalam bersikap di dalam sosial lingkungan sekitarnya. Karena itu, diperlukan pemilihan pola asuh yang tepat dalam mendidik terutama di dalam lingkungan keluarga. (Uyun, 2017).

Kasih sayang dan sikap saling menghargai antara anak dan orang tua adalah dasar bagi cara pengasuhan yang tepat. Jenis pola asuh yang diterapkan oleh keluarga sangatlah berpengaruh terhadap kesuksesan atau keberhasilan dalam pertumbuhan karakter anak.

Pengasuhan orangtua (*parenting*) dipercaya memiliki dampak terhadap perkembangan individu. Model pengasuhan positif *(positive parenting*), yakni ketika orang tua berkomunikasi, berinteraksi dengan anak, dengan kata-kata dan tindakan yang hangat, memotivasi, konsisten, menenangkan, perhatian, rileks, dan bertanggung jawab. Hal ini sesuai dengan pendapat Gordon (2000) dan James (2002), yang mengemukakan bahwa pola,

Januari. 2024. Vol. 2. No 2
E-ISSN: 2964-1519
pp. 84 - 88

perkataan, dan tindakan pengasuhan yang positif yang dilakukan dan diucapkan oleh kedua orangtuanya berdampak positif bagi perkembangan kepribadian anak.

.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian "Pengasuhan Orang Tua Yang Menyenangkan dan Kesehatan Mental Anak" yang diselenggarakan oleh PASKI (Pusat Studi Ilmu Kesehatan dan Psikologi Indonesia), yang menjadi peserta adalah orang tua dari berbagai daerah di Indonesia, yang berjumlah 995 orang. Sedangkan untuk metode pelaksanaan dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut: a. Pembukaan, b. Penyampaian materi dan c.Tanya jawab.

a. Pembukaan
   Pada sesi ini kegiatan dimulai dengan pengantar oleh MC, dan dilanjutkan oleh MC untuk mengenalkan nara sumber yang hadir tentang "pengasuhan orang tua yang menyenangkan dan kesehatan mental anak".
b. Penyampaian materi
   Sesi penyampaian materi oleh narasumber terkait dengan pola asuh yang menyenangkan, pola asuh yang terbaik dilakukan oleh orang tua membangun kelekatan orangtua dan anak, memberikan dukungan yang diperlukan anak, memberikan perhatian dan waktu pada anak, sehingga terbentuknya kesehatan mental anak.
d. Tanya Jawab
   Setelah proses penyampaian materi oleh nara sumber, kemudian peserta pengabdian secara umum diberikan kesempatan untuk bertanya terkait dengan pengasuhan yang menyenangkan dan kesehatan mental, kemudia nara sumber akan menjawab pertanyaan yang di ajukan oleh peserta.
e. Penutup
   Kesimpulan yang diberikan oleh Mc terkait dengan pengasuhan yang menyenangkan dan kesehatan mental.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian tentang pengasuhan yang menyenang dan kesehatan mental, yang diselenggarakan oleh PASKI (Pusat Studi Ilmu Kesehatan dan Psikologi Indonesia), dilaksanakan melalui pembelajaran jarak jauh (Daring) dengan menggunakan Aplikasi Zoom. Kegiatan ini berorientasi pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai pengasuhan yang tepat dan menyenangkan bagi anak sehingga akan terbentuk kesehatan mental anak. Tujuan inti dari pengabdian ini yang di tujuakan untuk orang tua ini adalah untuk memberikan pengetahuan tentang pola asuh yang tepat dan menyenangkan sehingga akan terbentuk kesehatan mental anak, sehingga dengan pengetahuan yang dilmiliki oleh orang tua mampu melakukan pengasuhan yang tepat dan menyenangkan sesuai dengan usia anak sehingga dapat terbentuk kesehatan mental anak.

Jurnal Dedikasi Madani
Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jdm/index

Januari. 2024. Vol. 2. No 2
E-ISSN: 2964-1519
pp. 84 - 88

Webinar PASKI #1 Pola Asuh Anak dan Kesehatan Mental

Gambar 1: Penyajian materi

Webinar PASKI #1 Pola Asuh Anak dan Kesehatan Mental

Gambar 2: Antusiasme menjawab pertanyaan peserta

Orang tua akan menjadi contoh bagi anak, anak biasanya akan menirukan apa saja yang dilakukan oleh orang tua. Pusat pendidikan yang pertama adalah lingkungan keluarga, pendidikan di lingkungan keluarga sangat strategis untuk memberikan pendidikan ke arah kecerdasan, budi pekerti atau kepribadian serta persiapan hidup di masyarakat. Jadi orang tua harus bisa memberikan keteladanan dan kebiasaan sehari-hari yang baik sehingga dapat dijadikan contoh bagi anaknya.

Keteladanan dan kebiasaan yang baik itu, sebaiknya diberikan oleh orang tua sejak dari kecil atau kanak-kanak karena hal itu dapat berpengaruh terhadap perkembangan jiwa anak. Orang tua sebaiknya memperhatikan pendidikan anak-anaknya karena peran orang tua sangat penting dalam proses pendidikan bagi anak-anaknya. Diharapkan orang tua dapat memahami bagaimana pola asuh yang baik dan benar dalam keluarga.

KESIMPULAN

Pengabdian pada masyarakat tentang pengasuhan yang menyenangkan dan kesehatan mental ini membantu orang tua dalam memahami pengasuhan pengasuhan yang tepat sesuai dengan tahapan perkembangan anak sehingga akan terbentuk kesehatan mental anak. Kegiatan ini diinisiasi oleh PASKI (Pusat Studi Ilmu Kesehatan dan Psikologi Indonesia), maka orang tua memiliki dasar pemahaman dalam menerapkan pengasuhan yang tepat dan menyenangkan sesuai dengan usia anak sehingga terbentuk kesehatan mental anak.

DAFTAR PUSTAKA

Ngewa, H. M. (2019). Peran Orang Tua Dalam Pengasuhan Anak. *Ya Bunayya, 1* (1), 96–115.

Ayun, Q. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak. ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal, 5 (1), 102.

Gordon, T. (2000). *Parent Effectiveness Training: The Proven Program for Raising Responsible Children. Revised*. New York: Random House Inc.

Januari. 2024. Vol. 2. No 2
E-ISSN: 2964-1519
pp. 84 - 88

Damayanti, P A (2011). Dinamika perilaku "nakal" anak berambut gimbal di dataran tinggi dieng. *Jurnal Psikologi Islam (JPI) Lembaga Penelitian Pengembangan Psikologi dan Keislaman (LP3K)*, 8 (2), hlm. 165-190. https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1554 .

Sanders, M. R., & Turner, K. M. (2018). *The importance of parenting in influencing the lives of children. In Handbook of parenting and child development across the lifespan* (pp. 3-26). Springer, Cham.