

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Kesejahteraan anak merupakan hal penting yang dapat membuat kehidupan anak menjadi lebih baik (Sa'adah, 2017). Menurut Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Anak No.4 Tahun 1979 Pasal 1 Ayat 1(a), kesejahteraan anak adalah suatu tata kehidupan dan penghidupan anak yang dapat menjamin pertumbuhan dan perkembangannya dengan wajar, baik secara rohani, jasmani, maupun sosial (Kemenkeu, 1979). Tidak hanya secara fisik, kesejahteraan anak secara psikologis juga tak kalah penting. Rasa bahagia yang memenuhi kebutuhan perasaan anak dapat membuat kondisi mentalnya menjadi lebih baik (Harianti & Kurniawan, 2022). Kebutuhan emosional positif dan kebahagiaan anak memiliki kaitannya satu sama lain. Maka dari itu, sangat penting bagi orang tua dan juga orang terdekat untuk memperhatikan kebutuhan akan hal tersebut.

Salah satu contoh untuk memupuk kebutuhan emosional dan psikologis anak yaitu dengan cara memiliki relasi yang sehat dengan keluarga dan teman-temannya, baik di sekolah atau di rumah, agar kebutuhan emosional serta kebutuhan psikologis anak dapat terpenuhi. Hal ini anak dapatkan melalui perhatian yang senantiasa diberikan oleh orang tua, interaksi komunikasi yang baik antar orang tua dan anak, perasaan nyaman selama berada di rumah, sedikitnya perasaan negatif yang dirasakan oleh anak, dan senantiasa melakukan aktivitas bermain bersama teman-teman atau orang tua (Ayriza dkk., 2018). Apabila hal-hal tersebut didapatkan secara penuh oleh anak, maka bukan tidak mungkin anak akan memiliki emosional dan kesejahteraan psikologis yang baik.

Dalam ilmu psikologi, kesejahteraan psikologis dikenal dengan istilah *psychological well being* (PWB). Menurut Bradburn (1969, dalam Ryff & Keyes, 1995) kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* memiliki arti kebahagiaan yang ditentukan oleh keseimbangan antara afeksi positif dan afeksi negatif pada diri seseorang. Huppert (2009) mengartikan kesejahteraan psikologis

sebagai aktivitas yang berjalan dengan lancar, merasa senang, dan diri yang bisa berfungsi secara efektif. Adapun konsep kesejahteraan psikologis oleh Ryff & Singer (2008) didefinisikan sebagai sebuah keadaan mental yang sehat dan keadaan individu merasa “bahagia”. Ryff (2013) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan fungsi psikologi positif individu yang dicirikan dengan kemampuan untuk menerima diri sendiri, mampu membangun hubungan yang positif, bersikap otonom atau bebas menentukan pilihannya, mampu menguasai lingkungan, menentukan arah hidup, serta pengembangan diri.

Beberapa pengertian konsep kesejahteraan psikologis di atas adalah konsep yang lekat dengan orang dewasa pada umumnya. Sedangkan untuk konsep kesejahteraan psikologis anak sendiri masih belum memiliki konsep yang spesifik. Meskipun demikian, Sa’adah (2017) menurunkan pengertian dari Ryff & Singer (2008), mengartikan kesejahteraan psikologis anak secara luas sebagai sebuah kebahagiaan. Menurut Ayriza dkk (2018) indikator kebahagiaan pada anak-anak usia pertengahan (usia 8-12 tahun) terdiri dari adanya perasaan positif, melakukan kegiatan, mendapatkan hadiah, memiliki prestasi, dan berada di lingkungan yang positif. Indikator-indikator kebahagiaan tersebut dapat didukung melalui pola asuh orang tua, pendidikan, serta lingkungan sekitar dan juga teman sebaya yang positif.

Beberapa indikator yang menunjukkan bahwa anak mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik dapat terlihat dari sikap keterbukaan anak terhadap orangtuanya melalui perilaku komunikasi yang terjalin. Selain itu, dukungan emosional, dukungan sosial, beserta kontrol yang tegas dan konsisten yang diberikan orang tua juga dapat menjadi tolak ukur kesejahteraan psikologis pada anak. Selain berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis, indikator-indikator di atas juga akan berpengaruh terhadap kompetensi sosial, penyesuaian diri anak terhadap lingkungan, dan prestasi akademik yang akan ditampilkan oleh anak (Ayriza dkk., 2018). Semakin bahagia seorang anak, maka semakin besar pula kesejahteraan psikologis yang mungkin dimilikinya.

Namun dalam konteks lain, kesejahteraan psikologis pada anak dapat menjadi lebih rendah karena pola pengasuhan orang tua yang negatif (Sa'adah, 2017). Hal ini biasanya ditunjukan dengan sikap orang tua yang dingin terhadap anaknya, jarang memberikan apresiasi ketika anaknya berhasil melakukan sesuatu, tidak pernah melakukan kontak langsung (memeluk, mencium, mengusap) anaknya, dan sebagainya. Padahal, dukungan dari orang tua terbukti dapat mempengaruhi cara pandang anak terhadap masa depannya, terutama dalam bidang pendidikan. Tidak heran anak yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah ditandai dengan tingginya resiko putus sekolah, penyalahgunaan narkotika, psikotropika, dan bahan adiktif lainnya, keterlibatan pada kriminalitas, kurangnya empati, serta kegagalan dalam menjalin relasi interpersonal (Suldo & Fefer, 2013).

Keluarga, khususnya orang tua, adalah *role model* pertama bagi anak yang dapat memberikan pengaruh cukup besar terhadap lingkungan sosial yang dirasakan, kognisi batin, serta perilaku sehari-hari (Liu, dkk., 2019). Permasalahan yang kerap muncul di antara orang tua dengan anak bisa bersumber dari berbagai faktor misalnya, kualitas komunikasi, kehangatan pola asuh, kedekatan, dan sebagainya. Keberagaman faktor tersebut mungkin saja salah satunya disebabkan oleh *smartphone* yang membuat perhatian orang tua teralihkan dan menyebabkan hubungan dengan anak menjadi kurang baik. Padahal sumber kebermaknaan dan dukungan sosial yang paling penting untuk anak adalah orang tua mereka sendiri (Pancani dkk., 2021).

Penggunaan *smartphone* yang dilakukan oleh orang tua ketika sedang bersama anaknya menjadi suatu fenomena yang dianggap lumrah di masyarakat saat ini. Pengamatan penulis di dalam lingkungan sekitar juga menunjukan hasil yang sama di mana orang tua, khususnya ibu, akan tetap memainkan *smartphone*-nya ketidak sedang berkomunikasi dengan pasangan, anak, ataupun anggota keluarga lainnya. Menurut hasil Digital Mum Survey 2021 yang dilakukan oleh The Asian Parent, ibu di Indonesia menghabiskan waktu rata-rata tiga jam setiap hari untuk bermedia sosial mulai dari Instagram, Facebook, dan Youtube. Kegiatan lain

yang biasa dilakukan saat mengakses internet adalah kebutuhan belajar sang anak, konten parenting, belanja online, hingga membuat konten digital (Lidwina, 2021).

Hasil survei tersebut dapat memberikan gambaran bagaimana pola perilaku bermain *smartphone* para ibu di Indonesia. Ibu menjadi semakin aktif dalam menggunakan *smartphone* untuk berbagai keperluan, tidak terkecuali ketika sedang bersama keluarga (Lidwina, 2021). Padahal, penggunaan *smartphone* saat sedang kumpul keluarga lebih banyak memiliki dampak negatif dibandingkan dampak positifnya. Beberapa media sosial pun juga ikut menyoroti fenomena tersebut dan memberikan pemahaman mengenai dampak negatif yang dapat ditimbulkan dari penggunaan *smartphone* oleh orang tua ketika bersama anaknya. Perilaku orang tua bermain *smartphone* di depan anaknya akan mengurangi interaksi antar anggota keluarga serta mengurangi perhatian orang tua terhadap anaknya, anak akan merasa dirinya diremehkan dan diacuhkan oleh orang tua mereka (Hong dkk., 2019) dan dalam jangka panjang dapat membuat harga diri anak menjadi rendah dan dapat meningkatkan gejala depresi pada anak-anak remaja (Wang dkk., 2020).

Dalam dunia penulisan saat ini, aktivitas seseorang yang memainkan *smartphone* ketika bersama dengan orang lain disebut dengan “*phubbing*”. *Phubbing* sendiri adalah istilah baru yang dipopulerkan oleh media iklan Australia, yang terdiri dari dua suku kata yaitu “*phone*” dan “*snubbing*”, yaitu suatu tindakan mengabaikan seseorang dalam konteks sosial dengan memperhatikan *smartphone* (Pancani dkk., 2021). Secara khusus, *phubbing* juga diartikan sebagai tindakan penghinaan kepada orang lain dalam interaksi sosial dan sebaliknya, dengan berfokus pada *smartphone* orang itu sendiri (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Sedangkan menurut Sirupang dkk. (2020) *phubbing* adalah perilaku yang muncul akibat ketergantungan *smartphone* pada individu sehingga orang tersebut menjadi acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitarnya sebab terlalu fokus dengan apa yang ada di genggamannya daripada membangun sebuah percakapan dengan orang lain. *Phubbing* tidak hanya terjadi di kalangan remaja tetapi juga pada orang-orang dewasa lainnya, seperti pada orang tua yang saat ini menjadi topik bahasan penulisan.

Orang tua yang cenderung memiliki tingkat intensitas *phubbing* lebih tinggi dapat meningkatkan gejala depresi pada anaknya yang berusia remaja (Wang dkk., 2020). Semakin rendah harga diri serta dukungan sosial pada remaja yang mengalami *phubbing* oleh orang tua, semakin tinggi dan signifikan gejala depresi yang dirasakan oleh remaja tersebut. Tidak hanya itu, dampak lain yang muncul akibat orang tua melakukan *phubbing* di depan anaknya yaitu intensitas anak dalam kecanduan *smartphone* menjadi lebih besar dan signifikan (Mulyaningrum & Kusumaningrum, 2022). Niat ketergantungan *smartphone* yang muncul dari dalam diri anak diperkuat oleh tindakan *phubbing* orang tua sendiri sehingga anak menganggap hal itu menjadi suatu norma subyektif yang diperbolehkan (Liu dkk., 2019). Beberapa penulisan sebelumnya menunjukan bahwa *phubbing* memiliki banyak konsekuensi dalam hubungan manusia. *Phubbing* berdampak pada penurunan tingkat kepuasan hubungan dalam pasangan atau perkawinan (Nagarajappa, dkk., 2020). Hal ini juga sejalan dengan penulisan Roberts dan David (2016) yang mengatakan bahwa depresi dan kepuasan hidup dapat menjadi aspek yang dipengaruhi oleh perilaku *phubbing* yang diterima. *Phubbing* juga dapat meningkatkan ketergantungan *smartphone* pada diri anak (Liu dkk., 2019) dan dianggap menjadi tidak sopan oleh orang lain (Abeele, Antheunis, dan Schouten 2016, dalam Pancani dkk., 2021; Sirupang dkk., 2020).

Pada penulisan ini, penulis lebih fokus kepada *mother's phubbing*. Seperti istilahnya, *mother's phubbing* adalah perilaku seorang ibu yang sedang berinteraksi dengan anak-anaknya sambil memperhatikan *smartphononya* (Wang, dkk., 2020). *Mother's phubbing* merupakan salah satu bentuk dari jenis stres kronis harian yang dialami ibu dan dapat menghasilkan beberapa gangguan mental serta perilaku negatif, sementara beberapa sifat pribadi memoderasi hubungan ini (Bai, dkk., 2020). Sedangkan Kim dkk. (2020, dalam Harianti & Kurniawan, 2022) juga menjelaskan bahwa ketergantungan *smartphone*, khususnya ibu, membawa efek negatif pada pola asuh yang dirasakan oleh anak, seperti perasaan ditolak, di mana pada suatu waktu dapat meningkatkan perilaku bermasalah pada anak. Hal ini juga sejalan dengan hasil penulisan Pancani, dkk (2021) yang menyebutkan bahwa anak

merasa terputus hubungannya dengan orang tua ketika orang tuanya melakukan *phubbing* di depannya.

Di dalam Islam, hukum memainkan *smartphone* adalah mubah. Artinya bermain *smartphone* dapat menjadi baik atau buruk tergantung dari niat si pemakai itu sendiri. Jika meninjau dari pengertian *phubbing* yang berarti mengabaikan lawan bicara karena lebih memerhatikan *smartphonennya* daripada lawan bicaranya, perilaku ini termasuk ke dalam perilaku berlebihan dalam memainkan *smartphone* karena identik dengan kecanduan *smartphone* (Hanika, 2015). Perilaku ini cukup mengkhawatirkan apalagi jika ibu benar-benar lalai dalam melakukan pengawasan dan perhatian kepada anaknya. Padahal dalam sebuah hadist Rasulullah SAW bersabda:

أَكْرِمُوا أُولَادَكُمْ وَأَحْسِنُوا إِلَيْهِمْ

Artinya: “*Muliakanlah anak-anak kalian dan ajarilah mereka tata krama.*” (HR. Ibnu Majah)

Hadist tersebut menjelaskan bahwa Rasulullah SAW memerintahkan umat-Nya untuk mengajarkan anak-anak mereka tata krama yang baik. Ibu menjadi salah satu orang tua yang paling berpengaruh dalam perkembangan dan pertumbuhan anaknya sebab ibu merupakan madrasah pertama bagi mereka (Hidayah, 2021). Peran ibu serta ayah diharapkan mampu memberikan contoh perilaku yang baik dan sesuai dengan ajaran-ajaran Islam agar dapat menjadi generasi yang unggul dan berakhhlakul Islam.

Phubbing memiliki efek yang lebih kuat dalam hubungan orang tua-anak di mana komunikasi dan daya tanggap orang tua memiliki peran sentral dalam hubungan perkembangan anak dan remaja tersebut (Pancani dkk., 2021). Jadi, perilaku *phubbing* yang dilakukan orang tua di hadapan anaknya akan menimbulkan suatu konsekuensi yang cukup besar dalam aspek kesejahteraan psikologis dan juga perkembangan diri anak mengingat orang tua adalah *role model* pertama bagi anak itu sendiri. Meskipun telah banyak penulisan yang menjelaskan

dampak negatif dari *phubbing* tetapi sayangnya hal ini masih dianggap sebagai suatu fenomena yang normal di masyarakat. Apabila hal ini tidak diatasi dan dihindari, bukan tidak mungkin masalah sosial baru yang lebih parah, khususnya bagi kesejahteraan psikologis pada anak, dapat muncul berkaitan dengan *phubbing* yang dilakukan oleh ibu.

Saat ini belum banyak penulisan yang meneliti mengenai dampak perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh ibu kepada anaknya. Terdapat satu penulisan terdahulu yang sudah dilakukan oleh Harianti dan Kurniawan (2022) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan efek *parental phubbing* pada *mental well-being* anak, khususnya *mother's phubbing*, baik untuk anak laki-laki ataupun perempuan, pada rentang usia 15-25 tahun. Akan tetapi, pada penulisan tersebut fokus pada anak-anak usia remaja hingga dewasa dan juga masih mengukur peran *phubbing* yang dilakukan oleh ayah dan ibu dengan kesejahteraan anak secara umum.

Berdasarkan pemaparan di atas, penulisan ini menjadi penting untuk dilakukan. Hal ini dilatarbelakangi oleh masih belum banyak penulisan di Indonesia yang membahas mengenai *mother's phubbing*, perilaku bermain *smartphone* yang dianggap lumrah untuk dilakukan karena proses digitalisasi saat ini, dan luasnya dampak dari perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh orang tua, terutama ibu, terhadap kesejahteraan psikologis anak. Sejalan dengan hal tersebut, penulisan ini akan membahas lebih rinci peran antara *mother's phubbing* dengan kesejahteraan psikologis anak, terutama anak-anak yang duduk di bangku Sekolah Dasar. Pemilihan ibu sebagai subjek yang melakukan *phubbing* dilatarbelakangi oleh budaya patriarki masyarakat Indonesia sehingga menjadi sebuah tuntutan sosial yang mengharuskan ibu lebih berperan dalam mendidik dan mengasuh anak-anaknya. Selain itu, anak-anak usia Sekolah Dasar masuk ke dalam perkembangan anak-anak tengah. Hal tersebut membuat peran orang tua menjadi berubah sebab mereka menjadi lebih sering berinteraksi dengan lingkungannya daripada dengan orang tuanya (Peter, 2015).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi praktisi kesehatan mental, pengajar, profesional yang bergerak di bidang terkait, dan juga para ibu dalam memberikan intervensi atau pengasuhan yang baik bagi anak-anak yang terdampak *phubbing* mengingat besarnya dampak yang akan ditimbulkan. Adapun penulisan ini merupakan bagian dari payung penulisan yang mengkaji mengenai perilaku *phubbing* khususnya di Indonesia.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan masalah yang telah dijabarkan di atas, maka rumusan masalah yang diajukan, yaitu:

1. Apakah terdapat peran yang signifikan antara *mother's phubbing* terhadap dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis pada anak?
2. Bagaimana peran *mother's phubbing* terhadap kesejahteraan psikologis anak menurut tinjauan Islam?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penulisan, maka tujuan dari penulisan ini yaitu:

1. Mengetahui peran *mother's phubbing* terhadap dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis anak.
2. Mengetahui peran *mother's phubbing* terhadap kesejahteraan psikologis anak menurut tinjauan Islam.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian mengenai *phubbing* secara umum masih belum banyak tetapi sudah mulai digemari. Di Indonesia sendiri penulisan mengenai *phubbing* secara umum ataupun *parent's phubbing* masih terbatas. Oleh karena itu, dengan adanya penulisan mengenai *phubbing*, khususnya *mother's phubbing* dengan mengadaptasi budaya Indonesia, diharapkan dapat menambah khazanah pengetahuan dan pelengkap penulisan di bidang psikologi.

1.4.2. Manfaat Praktis

Bagi penulis, penulisan ini dapat menambah wawasan dan pemahaman baru yang lebih komprehensif mengenai *phubbing* dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis pada anak. Penelitian ini akan membahas lebih condong bagaimana *phubbing* yang dilakukan oleh ibu dapat berperan terhadap kesejahteraan psikologis pada anak. Sehingga dengan adanya penulisan ini diharapkan dapat menjadi acuan pemahaman baru bagi para praktisi, pengajar, profesional di bidang anak, mahasiswa, dan ibu mengenai dampak perilaku *phubbing* yang sering atau tanpa sadar dilakukan di depan sang anak. Jika para ibu lebih memahami dampak dari perilaku *phubbing* yang dilakukan, diharapkan ibu dapat menghilangkan *phubbing* dan menjalankan pola asuh yang lebih sehat.