

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan menurut *American Psychiatric Association* (2017) merupakan suatu akibat yang normal dari stres serta memiliki manfaat yang baik dalam banyak situasi. Hal tersebut akan membuat manusia lebih berhati-hati lagi dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi potensi bahaya yang akan datang. Gangguan kecemasan merupakan hal yang tidak sama dari perasaan gugup atau cemas yang normal, dan biasanya disertai dengan tingkat ketakutan atau kecemasan yang tinggi.

Gangguan kecemasan merupakan salah satu jenis gangguan mental yang paling sering terjadi dan mempengaruhi hampir 30 persen orang di beberapa saat dalam kehidupan mereka. Namun, tidak perlu terlalu dikhawatirkan karena gangguan kecemasan sebenarnya dapat diobati dengan sejumlah perawatan efektif yang sudah tersedia. Perawatan terkait gangguan kecemasan sudah banyak membantu orang dalam menjalani kehidupan produktif yang normal. Penyebab kecemasan sangatl beragam. seperti salah satu contohnya adalah saat ibu-ibu menghadapi anak di usia dini. Khususnya pada ibu rumah tangga dan ibu berkarir pastinya sangat khawatir saat memiliki anak yang masih di usia dini, dikarenakan peneliti di Universitas Cambridge ingin mengetahui siapa yang paling terpengaruh oleh gangguan kecemasan. Untuk melakukan ini, mereka melakukan

tinjauan sistematis terhadap studi yang melaporkan proporsi orang dengan kecemasan dalam berbagai konteks di seluruh dunia, dan menggunakan metode yang ketat untuk mempertahankan studi dengan kualitas terbaik. Hasil mereka menunjukkan bahwa, wanita hampir dua kali lebih mungkin menderita kecemasan dibandingkan pria, dan bahwa orang yang tinggal di Eropa dan Amerika Utara terpengaruh secara tidak proporsional.

Anak usia merupakan manusia kecil yang berada dalam usia 0-6 tahun, karena itulah usia paling penting pada anak untuk membentuk karakter mereka dari segi pengetahuan, tindakan, dan perasaan. Secara tidak langsung saat anak masih di usia dini, seorang ibu cemas saat tidak dapat mengurus dan membagi waktu untuk anaknya saat di usia dini. Pola asuh orang tua sangatlah penting bagi anak di usia dini. Pola asuh adalah salah satu hal dasar yang dibutuhkan seorang anak untuk pembentukannya karakternya. Sikap orang tua sangat berpengaruh bagi perkembangan anak karena orang tua merupakan *model* dan imitasi dari lingkungan terdekatnya. Faktor negatif eksternal yang didapat oleh anak dapat berkurang berdasarkan keterbukaan orangtuanya. (Sochib, 2000). Lalu menurut jurnal yang saya baca salah satu penyebab bahwa anak yang sudah meranjak dewasa menjadi arogan atau melawan orangtuanya dikarenakan didikan orangtua yang salah dan kurangnya waktu dengan anak saat masih usia dini.

Mendidik watak dari anak bukan merupakan hal yang mudah. Ibu yang salah dalam mengasuh anak dapat menjadikan karakter anaknya pembangkang, tidak menghormati orang lain, tidak memiliki tata krama

atau sopan santun, dan lain-lain. Berikut merupakan beberapa faktor cara mengasuh anak yang kurang baik, yaitu: Pertama, kurangnya pengawasan akan kegiatan anak. Biasanya anak yang karakternya buruk karena kurang mendapatkan pengawasan serta perhatian penuh dari orang tua. Ibu yang sibuk dalam kehidupan sehingga cenderung mengabaikan anaknya serta kurang memiliki waktu dalam mendengarkan kata hati dan keinginan anaknya. Maka dari itu penelitian ini saya lakukan di Gading Serpong karena menurut data yang saya dapatkan dari ketua bapak Andry Goenawan selaku salah satu ketua RT di Gading Serpong yaitu RT01 RW08 ada sebanyak 50-60 Ibu dan sekitar 30% lebih adalah ibu berkarir, yang dimana saya mengambil sampel pada penelitian ini dari beberapa RT di beberapa cluster di Gading Serpong yang memang *cluster* di RT01 ini jumlahnya mirip dengan *cluster-cluster* lainnya.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu alasan bahwa seorang ibu bisa merasakan kecemasan adalah saat menghadapi anaknya yang masih berusia dini. Oleh karena hal tersebut, dalam penelitian ini sangatlah relevan untuk dilakukan agar dapat melihat perbandingan tingkat kecemasan antara ibu rumah tangga dan ibu berkarir dalam menghadapi anaknya yang masih di usia dini. Selain itu juga agar dapat memberikan saran dan penanganan selanjutnya harus bagaimana untuk meringankan kecemasan yang dialami ibu.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- 1) Apakah terdapat perbedaan antara tingkat kecemasan pada ibu rumah tangga dan ibu berkarir dalam menghadapi anak di usia dini?

1.4 Hipotesis

Terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada ibu rumah tangga dan ibu berkarir dalam menghadapi anak di usia dini.

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

- 1) Mengetahui adanya perbedaan tingkat kecemasan pada ibu rumah tangga dan ibu berkarir dalam menghadapi anak di usia dini.

1.5.2 Tujuan Khusus

- 1) Memberikan edukasi kepada ibu rumah tangga ataupun ibu berkarir yang mengalami kecemasan berlebih saat menghadapi anak di usia dini.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Akademik

- 1) Memberikan kontribusi data dalam penggambaran tingkat kecemasan ibu rumah tangga dan berkarir dalam menghadapi anak di usia dini.

- 2) Menjadi pengetahuan tambahan untuk orang lain untuk melakukan penelitian berhubungan.

1.6.2 Manfaat Praktis

- 1) Menjadi informasi atau sarana edukasi bagi orang-orang di luar sana khususnya ibu rumah tangga dan ibu berkarir yang mengalami kecemasan saat memiliki anak di usia dini dan mengetahui bahwa adanya perbedaan tingkat kecemasan.

