

## Tingkat Stres Orang Tua Sebagai Faktor Risiko Masalah Perkembangan Emosional pada Anak Prasekolah

**Elfitra Dwi Wulandari**

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia; elfitradwi@gmail.com

**Tri Johan Agus Yuswanto**

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia; denbagusjohan@yahoo.co.id (koresponden)

**Suprapti**

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia; supraptisantoso@gmail.com

**Gita Kostania**

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia; kostania.gita@gmail.com

### ABSTRACT

*The emotional development of preschool children plays a crucial role in their overall development and can be influenced by various factors, one of which is the level of stress experienced by parents. The purpose of this research was to analyze the correlation between parental stress levels and the emotional development of preschool children. This research design was cross-sectional, involving parents and preschool children. Parental stress levels were measured using the Perceived Stress Scale, while children's emotional development was measured using the Emotional Behavior Problems Questionnaire. Furthermore, the hypothesis was verified using a Spearman correlation test. The analysis showed a Rho of 0.544 and a p-value of <0.001, indicating a correlation between parental stress levels and preschool children's emotional development. Based on these results, it can be concluded that parental stress is a risk factor for problems in preschool children's emotional development.*

**Keywords:** preschool children; emotional development; parental stress

### ABSTRAK

Perkembangan emosional anak prasekolah berperan penting dalam keseluruhan perkembangan mereka dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah tingkat stres yang dialami oleh orang tua. Tujuan riset ini adalah menganalisis korelasi antara tingkat stres orang tua dengan perkembangan emosional anak prasekolah. Desain riset ini *cross-sectional*, yang melibatkan orang tua dan anak prasekolah. Tingkat stres orang tua diukur dengan *Perceived Stress Scale*, sedangkan perkembangan emosional anak diukur dengan Kuesioner Masalah Perilaku Emosional. Selanjutnya dilakukan pembuktian hipotesis menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil analisis menunjukkan Rho adalah 0,544 dan nilai p adalah <0,001, sehingga ditafsirkan bahwa ada korelasi antara tingkat stres orang tua dengan perkembangan emosional anak prasekolah. Berdasarkan hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa stres orang tua merupakan faktor risiko bagi masalah perkembangan emosional anak prasekolah.

**Kata kunci:** anak prasekolah; perkembangan emosional; stres orang tua

### PENDAHULUAN

Perkembangan emosional anak prasekolah mempunyai peran signifikan dalam proses perkembangan anak. Tahap ini dikenal sebagai masa kehidupan emas atau *the golden period*. Pada masa tersebut, otak anak mengalami pertumbuhan pesat sehingga membutuhkan stimulasi yang optimal.<sup>(1)</sup> Rangsangan yang diberikan secara tepat mampu memengaruhi berbagai aspek perkembangan, termasuk perkembangan emosional anak.<sup>(2)</sup>

Anak usia dini di Indonesia menyumbang sekitar 10,91% dari total penduduk, dengan jumlah kurang lebih 30,2 juta jiwa, yang menunjukkan pentingnya perhatian terhadap masa prasekolah.<sup>(3)</sup> Perkembangan emosional mencerminkan kemampuan anak untuk mengendalikan, mengolah, dan mengekspresikan emosi dengan cara yang sesuai serta menjalin hubungan sosial yang sehat.<sup>(4)</sup> Salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap aspek ini adalah kondisi psikologis orang tua, khususnya tingkat stres yang mereka alami.<sup>(5)</sup>

Stres yang tinggi pada orang tua dapat memengaruhi pola asuh dan menghambat kemampuan mereka dalam memberikan dukungan emosional kepada anak.<sup>(6)</sup> Ketidakmampuan orang tua dalam mengelola stres dapat menyebabkan interaksi yang negatif, seperti mudah marah, kurang sabar, atau bahkan pengabaian terhadap anak. Data menunjukkan bahwa 1 dari 5 penduduk Indonesia, atau sekitar 20%, memiliki kemungkinan mengalami gangguan jiwa akibat stres yang berlangsung lama.<sup>(6)</sup> Riskesdas 2018 mencatat bahwa lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun memiliki gangguan mental emosional, dengan lebih dari 12 juta mengalami depresi.<sup>(7)</sup>

Gangguan emosional pada anak prasekolah dapat berupa kecemasan, kesulitan bersosialisasi, perilaku agresif, hingga penarikan diri.<sup>(8)</sup> Anak dengan perkembangan sosial emosional yang terganggu juga berisiko mengalami perilaku menyimpang seperti antisosial, penyalahgunaan zat, dan kriminalitas saat dewasa.<sup>(9,10)</sup> Jumlah kasus gangguan emosional pada anak usia prasekolah secara global mencapai 10–15%, dan berdasarkan Riskesdas 2018 Indonesia mencapai 30,1%, dengan Jawa Timur berada di angka 28,9%–31,4%.<sup>(7)</sup> Bahkan, di salah satu wilayah Malang tercatat 73% anak prasekolah mengalami gangguan perkembangan emosional.<sup>(11)</sup>

Penelitian terdahulu oleh memperlihatkan adanya korelasi signifikan antara stres yang dialami orang tua dengan perkembangan emosional anak dengan memiliki nilai korelasi  $r = 0,400-0,700$  dan  $p = 0,000$ .<sup>(12)</sup> Melalui program SDIDTK (Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak), pemerintah turut mengupayakan deteksi dini masalah perilaku emosional pada anak usia 36–72 bulan dengan memanfaatkan Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (KMPE).<sup>(13)</sup>

Merujuk pada hasil studi awal yang dilaksanakan peneliti di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo terhadap 10 anak prasekolah menggunakan KMPE, ditemukan bahwa 8 anak mengalami gangguan perkembangan emosional. Temuan yang diperoleh menggambarkan perlunya penelitian tentang pengaruh tingkat stres orang tua terhadap perkembangan emosional anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah menganalisis korelasi antara tingkat stres orang tua dengan status perkembangan emosional anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo pada bulan Maret sampai April 2025. Subjek penelitian ini adalah seluruh orang tua dari anak prasekolah yang bersekolah di TK tersebut, dengan ukuran populasi adalah 37 orang tua dan anak prasekolah. Teknik *total sampling* digunakan sehingga ukuran sampel sama dengan populasi, yaitu 37 responden. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Poltekkes Kemenkes Malang, dan seluruh responden menandatangani *informed consent* setelah mendapat penjelasan mengenai tujuan serta prosedur penelitian.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat stres orang tua, sedangkan variabel terikat adalah perkembangan emosional anak prasekolah. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres orang tua adalah *Perceived Stress Scale* (PSS) yang terdiri dari 10 item dengan penilaian skala Likert 0–4. Sementara itu, perkembangan emosional anak diukur menggunakan Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (KMPE) yang terdiri dari 14 item dengan pilihan jawaban “Ya” atau “Tidak”.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner secara langsung kepada orang tua di sekolah dengan pendampingan peneliti untuk memastikan pemahaman responden terhadap setiap item pertanyaan. Data yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dianalisis. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* untuk mengetahui korelasi antara tingkat stres orang tua dengan perkembangan emosional anak prasekolah.

**HASIL**

Penelitian dilakukan di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo dengan jumlah responden yaitu 37 orang tua anak prasekolah. Sebagian besar orang tua merupakan ibu rumah yaitu 75,7%. Hasil riset tingkat stres pada orang tua menggambarkan bahwa sebagian besar responden tergolong pada tingkat stres sedang (56,8%). Perkembangan emosional pada penelitian ini mayoritas pada kategori mengalami masalah yaitu 48,7%. Berdasarkan uji *Spearman Rank*, ditemukan korelasi yang bermakna antara tingkat stres pada orang tua dan perkembangan emosional anak prasekolah (nilai koefisien korelasi = 0,544;  $p < 0,001$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingginya stres pada orang tua berpotensi meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan perkembangan emosional pada anak.

Tabel 1. Distribusi perkembangan emosional anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 1 Kepuharjo

Tingkat stres orang tua	Perkembangan emosional						Rho	Nilai p
	Normal		Meragukan		Bermasalah			
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase		
0-13 (rendah)	6	40 %	6	40 %	3	20 %	0,544	<0,001
14-26 (sedang)	5	23,8%	2	9,5 %	14	66,7 %		
27-40 (tinggi)	0	0	0	0	1	100 %		

**PEMBAHASAN**

Studi ini memperlihatkan bahwa ada korelasi antara stres yang dirasakan oleh orang tua dan perkembangan emosional anak prasekolah. Hal ini menandakan bahwa ketika tingkat stres orang tua semakin tinggi, risiko gangguan perkembangan emosional pada anak juga semakin besar. Orang tua yang mengalami tekanan emosional cenderung kesulitan dalam memberikan perhatian, kasih sayang, serta bimbingan yang optimal terhadap anak, yang pada akhirnya dapat menghambat proses perkembangan emosional anak. Hal ini mempertegas bahwa stres orang tua merupakan salah satu faktor risiko penting terhadap perkembangan emosional anak.

Perkembangan emosional anak erat kaitannya dengan kualitas pengasuhan yang diterima.<sup>(14)</sup> Anak yang tumbuh di lingkungan yang penuh tekanan, konflik, atau minim kehangatan emosional dari orang tua akan lebih rentan mengalami masalah dalam mengekspresikan dan mengatur emosi mereka.<sup>(3)</sup> Sebaliknya, pengasuhan yang stabil, hangat, dan responsif cenderung memfasilitasi perkembangan emosional yang sehat pada anak.<sup>(3)</sup>

Hasil ini konsisten dengan studi terdahulu yang menunjukkan bahwa stres tinggi pada orang tua berhubungan dengan peningkatan masalah perilaku dan gangguan emosional pada anak usia prasekolah.<sup>(15)</sup> Orang tua yang stres cenderung menunjukkan perilaku yang tidak konsisten, kurang sabar, atau bahkan abai terhadap kebutuhan emosional anak.<sup>(16)</sup> Pola asuh seperti ini dapat menyebabkan anak mengalami kebingungan emosional, cemas, marah, atau menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hal ini berdampak pada pola asuh yang kaku atau tidak responsif, sehingga anak tumbuh tanpa bimbingan emosi yang memadai.<sup>(17)</sup>

Kondisi psikologis orang tua, terutama ibu, sangat memengaruhi kualitas interaksi dengan anak. Stres yang tidak tertangani dapat menurunkan sensitivitas orang tua terhadap kebutuhan anak, sehingga pengasuhan menjadi tidak optimal. Hal ini menyebabkan anak kurang mendapatkan validasi emosi, yang berujung pada perkembangan emosional yang kurang stabil. Perkembangan emosional anak juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti dukungan sosial keluarga, pendidikan, dan kondisi ekonomi. Namun dalam konteks ini, stres orang tua menjadi salah satu determinan utama yang perlu mendapatkan perhatian karena langsung memengaruhi kualitas pengasuhan yang diberikan kepada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan lonjakan perasaan emosi orang tua pada saat mendampingi anak belajar akan mempengaruhi perkembangan emosional anak.<sup>(18)</sup> Orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya yang mengakibatkan stress yang berkelanjutan akan berdampak pada perkembangan emosional anaknya karena tidak mampu mengelola stres dengan baik yang mempengaruhi pola asuh.<sup>(19)</sup>

Meski demikian, hasil penelitian ini tidak dapat dilepaskan dari keterbatasan. Ukuran sampel yang relatif kecil dan hanya dilakukan pada satu TK membatasi generalisasi temuan. Instrumen penelitian yang menggunakan kuesioner juga berpotensi bias subjektif. Selain itu, rancangan *cross-sectional* hanya mampu menggambarkan hubungan pada satu titik waktu, sehingga belum dapat menegaskan hubungan sebab-akibat.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan menggunakan desain longitudinal agar dapat melihat dinamika hubungan stres orang tua dan perkembangan emosional anak dalam jangka panjang. Penelitian intervensi berupa program manajemen stres atau pelatihan pengasuhan positif bagi orang tua juga penting dilakukan untuk menguji efektivitas upaya preventif. Selain itu, penelitian dengan cakupan yang lebih luas dan melibatkan beragam latar belakang sosial ekonomi akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kondisi psikologis orang tua berperan besar dalam membentuk perkembangan emosional anak prasekolah. Dukungan sosial, edukasi pengasuhan, serta layanan konseling keluarga diperlukan sebagai strategi promotif dan preventif untuk mengurangi stres orang tua, sehingga anak dapat tumbuh dalam lingkungan emosional yang lebih sehat. Diharapkan tingkat stres orang tua ini dapat menjadi salah satu faktor prioritas yang akan diintervensi lebih lanjut, karena pemilihan intervensi prioritas sangat diperlukan untuk keberhasilan program.<sup>(20-23)</sup>

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres orang tua berhubungan signifikan dengan perkembangan emosional anak prasekolah. Hubungan yang ditemukan bersifat sedang dan positif, yang berarti semakin tinggi tingkat stres orang tua maka semakin besar risiko anak mengalami gangguan perkembangan emosional. Dengan demikian, tingkat stres orang tua dapat diidentifikasi sebagai salah satu faktor risiko penting terhadap perkembangan emosional anak prasekolah. Upaya penurunan stres melalui edukasi pengasuhan, dukungan sosial, konseling keluarga, serta peningkatan literasi kesehatan mental sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya masalah perkembangan emosional pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Rijkiyani RP, Syarifuddin, Mauzdati N. Peran orang tua dalam mengembangkan potensi anak pada masa golden age. *J Basicedu*. 2022;6(3):4905-12.
2. Lestari S, Livana PH. Kemampuan orang tua dalam melakukan stimulasi perkembangan psikososial anak usia prasekolah. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2019;2(3):123-9.
3. Sari PP, Rahman T, Mulyadi S. Pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional anak usia dini. *J Paud Agapedia*. 2020;4(1):157-70.
4. Hapsari RD, Putri AM, Fitriani D. Hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres orang tua dengan anak penderita autisme. *Psyche: J Psikol*. 2019;1(2):74-84.
5. Firdausi R, Ulfa N. Pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional anak di Madrasah Ibtidaiyah Nahdlatul Ulama Bululawang. *Mubtadi: J Pendidik Ibtidaiyah*. 2022;3(2):133-45.
6. Prasetio DB, Ifadah M. Kesehatan mental orang tua bekerja dan dampak terhadap komunikasi pada anak usia dini. *J Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2023;3(4):509-14.
7. Kemenkes RI. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018). Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
8. Narullita D. Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan personal sosial anak prasekolah di Kab. Bungo. *J Pustaka Keperawatan*. 2022;1(1):27-33.
9. Simanjuntak AFS, Indriati G, Woferst R. Gambaran perkembangan sosial emosional pada anak usia prasekolah. *Health Care: J Kesehatan*. 2022;11(1):43-51.
10. Rahmawati NL, YP NK. Perspektif baru pada kriminalitas remaja. *Humani*. 2024 Dec 19;1(3).
11. Supriyanti E, Hariyanti TB. Strategi mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga di TK wilayah Tumpang Kabupaten Malang. *J Wiyata: Penelit Sains Kesehatan*. 2019;6(1):13-20.
12. Kristikanti H, Noer AH, Pebriani LV. Hubungan stres pengasuhan orang tua dengan kemampuan regulasi emosi anak pada masa pandemi Covid-19. *J Psikologi*. 2023;10(1):146-66.
13. Kemenkes RI. Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
14. Kewa MN. Keterlibatan orang tua dalam memberikan stimulasi emosi pada anak. *Qawwam*. 2022;16(2):89-98.
15. Aditya AN, Indriati G, Fitri A. Hubungan peran orang tua terhadap perkembangan mental-emosional. *J Keperawatan Prof*. 2023;11(1):1-19.
16. Van Tiel JM. Perkembangan sosial emosional anak gifted. Jakarta: Prenada Media; 2019.
17. Putra, A. Dampak peran orang tua terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. *Circle Archive*. 2024;1(4)
18. Tobing CMH, Sahrazad S. Hubungan tingkat stres orangtua terhadap emosional anak pada pembelajaran online masa pandemi Covid-19 di MTS Ar-Rahman Ciracas. *Orien Cakrawala Ilm Mahasiswa*. 2021;1(2):105-14.
19. Nurliza A, Sari NY, Karim D, Sari TH. Hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat stres pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*. 2024 Jul;8(2).
20. Nugroho HS, Suparji S, Sunarto S, Handoyo H, Yessimbekov Z, Burhanuddin N, Selasa P. Quadrant of difficulty-usefulness (QODU) as new method in preparing for improvement of e-learning in health college. *Risk Management and Healthcare Policy*. 2020 Sep 18:1625-32.
21. Sunarto S, Nugroho HS, Suparji S, Santosa BJ. Quadrant of difficulty and usefulness for prioritizing community-based disaster preparedness parameter elements. *Rawal Medical Journal*. 2024 Feb 14;49(1):172-.
22. Hardjito K, Rahmaningtyas I, Nugroho HS. Selection of prioritized healthy family indicators, using the difficulty-usefulness pyramid (DUP). *Rawal Medical Journal*. 2023 Mar 3;48(1):168-72.
23. Sunarto NH. Buku saku analisis pareto. Magetan: Prodi Kebidanan Magetan Poltekkes Kemenkes Surabaya; 2020.