

[Original Research]

HUBUNGAN ANAK PERTAMA DAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN TINGKAT STRES PADA DEWASA MUDA

The Relationship of First Children and Parental Parenting Patterns with Stress Levels in Young Adults

Fadhilah Nurluthfi Sari¹, Sa'idatul Fithriyah², Budi Hernawan², EM Sutrisna³

¹Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

³Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi: Sa'idatul Fithriyah. Alamat email: sf945@ums.ac.id

ABSTRAK

Stres merupakan usaha menyesuaikan diri terhadap stressor yang berasal dari luar maupun dalam. Kondisi ini disebabkan oleh adanya tuntutan lingkungan, fisik, dan sosial yang tidak dapat dikontrol. Urutan kelahiran pertama dapat menyebabkan stres karena orang tua memiliki harapan yang lebih besar terhadap anak pertama. Pola asuh yang kurang baik juga dapat menyebabkan stres pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara anak pertama dan pola asuh orang tua dengan tingkat stres pada dewasa muda. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, dengan besar sampel 129 mahasiswa aktif angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang sesuai dengan kriteria restriksi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-square dan uji koefisien korelasi Eta untuk menilai kekuatan hubungan antar variabel. Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara anak pertama dengan tingkat stres ($p = 1,000$) dan terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan tingkat stres ($p = 0,016$). Berdasarkan analisis koefisien korelasi Eta, didapatkan hubungan yang lemah antara pola asuh orang tua dengan tingkat stress ($\eta = 0,253$). Simpulan penelitian ini adalah pola asuh orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres pada dewasa muda dengan kekuatan yang lemah.

Kata Kunci: Anak Pertama, Pola Asuh Orang Tua, Tingkat Stres, Dewasa Muda

ABSTRACT

Stress is an effort to adapt to stressors that come from outside or inside. This condition was caused by uncontrolled environmental, physical, and social demands. First birth order can cause stress because parents have greater expectations for the first child. Poor parenting patterns can also cause stress in children. The aims of this study were to analyze the relationship between the first child and parenting patterns with stress levels in young adults. The research design was cross sectional, with a sample size of 129 active student class of 2022, Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Surakarta, which met the restriction criteria. Data analysis was carried out using the Chi-square test and the Eta correlation coefficient test to assess the strength of the relationship between variables. The results showed that there was no significant relationship between the first child and stress levels ($p = 1.000$) and there was a significant relationship between parental parenting patterns and stress levels ($p = 0.016$). Based on the Eta correlation coefficient analysis, a weak relationship was found between parental parenting patterns and stress levels ($\eta = 0.253$). The conclusion that parental parenting patterns have a significant relationship with stress levels in young adults with weak strengths.

Keywords: First Child, Parental Parenting Pattern, Stress Level, Young Adult

PENDAHULUAN

Stres merupakan suatu kondisi yang tidak dapat dihindari oleh setiap orang.

Kondisi ini disebabkan oleh adanya tuntutan lingkungan, fisik, dan situasi sosial yang tidak dapat dikontrol. Stres dapat menjadi

faktor penyebab, pencetus, serta akibat dari suatu penyakit tertentu (Jamil, 2019). Stres memiliki tiga aspek yang mendasari, yaitu perasaan yang tidak bisa diprediksi, tidak terkontrol, dan perasaan penuh beban. Pengabaian terhadap ketiga aspek tersebut akan berdampak buruk pada kualitas hidup seseorang (Afifah & Kumolohadi, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah kasus stres di seluruh dunia sangat tinggi dan menduduki peringkat keempat di dunia (> 350 juta penduduk) (Faridah *et al.*, 2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan bahwa ditemukan 37.728 orang (sekitar 9,8%) yang berusia 15 tahun keatas mengalami stres (Balitbang Kemenkes RI, 2018). *World Health Organization* menyebutkan sekitar 19 per mil dari sekitar 32 juta penduduk yang berada di Jawa Tengah mengalami stres. Pihak Dinas Kesehatan Jawa Tengah melaporkan bahwa sebanyak 608.000 penduduk mengalami stres dan mayoritas diantaranya adalah dewasa muda yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perkuliahan (Putra *et al.*, 2017).

Usia terbanyak yang mengalami stres adalah usia yang menginjak dewasa muda (18-40 tahun). Usia dewasa muda adalah masa penyesuaian diri dalam menjalani perubahan kehidupan yang disertai dengan perubahan fisik, ketegangan emosional, dan stres (Liunima *et al.*, 2017). Stres yang terjadi pada dewasa muda dapat berasal dari faktor eksternal, salah satunya adalah pengaruh pola pengasuhan orang tua. Orang tua yang cenderung memberikan harapan yang tinggi serta penerapan pola pengasuhan yang tidak tepat dapat menjadi pemicu terjadinya stres. Harapan yang tinggi ini biasanya diberikan pada anak pertama, banyak orang tua meyakini bahwa anak yang lebih tua seharusnya bertanggung jawab lebih banyak dan mampu memberikan teladan positif kepada saudara-saudaranya (Qian *et al.*, 2023).

Metode pembimbingan orang tua kepada anaknya, yang merupakan bukti tanggung jawab orang tua kepada anak disebut pola asuh orang tua. Hal ini dapat membentuk keterikatan yang kuat antara orang tua dan anak dalam merawat, mendidik, membimbing, melatih, menjaga,

dan mendisiplinkan anak untuk tumbuh menjadi individu yang sesuai dengan norma masyarakat (Utami & Raharjo, 2021). Penelitian yang telah dilakukan di SMAN 1 Boja didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan stres (Hidayanti *et al.*, 2023). Hasil penelitian lain yang meneliti hubungan pola asuh orang tua dan kejadian stres menunjukkan tidak adanya korelasi antara pola asuh orang tua dengan kejadian stres (Salsabila *et al.*, 2023).

Anak pertama adalah anak tertua dari suatu keluarga dan biasa dikenal dengan istilah *child experiment* (Chandra, 2015). Umumnya, harapan orang tua cenderung lebih tinggi terhadap anak pertama mereka. Tuntutan yang dialami anak pertama ini akan menimbulkan kondisi yang tidak seimbang serta mempengaruhi tekanan psikologis dan menyebabkan anak tersebut menjadi stres (Setianingrum & Maryatmi, 2020). Penelitian yang dilakukan di India menunjukkan bahwa tingkat stres cenderung lebih tinggi pada anak pertama (Wagh & Kakulte, 2023).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui hubungan antara anak pertama dan pola asuh orang tua terhadap tingkat stres pada dewasa muda.

METODE

Cross-sectional adalah desain yang digunakan pada penelitian ini. Sampel penelitian terdiri dari 129 mahasiswa aktif angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang dipilih berdasarkan kriteria restriksi. *Purposive random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini. Uji *Chi-square* digunakan untuk menganalisis data dan dilanjutkan dengan uji koefisien korelasi *Eta*. Penelitian ini telah lolos uji kelayakan etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan RSUD dr. Moewardi dengan nomor 1.984/XI/HREC/2023 pada tanggal 6 November 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1 menunjukkan gambaran karakteristik responden pada penelitian ini.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	101	78,3
Laki-Laki	28	21,7
Total	129	100,0
Anak Pertama		
Iya	48	37,2
Tidak	81	62,8
Total	129	100,0
Pola Asuh		
Otoriter	16	12,4
Permisif	11	8,5
Demokratis	102	79,1
Total	129	100,0
Tingkat Stres		
Stres	42	32,6
Tidak stres	87	67,4
Total	129	100,0

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden adalah perempuan, sebanyak 101 orang (78,3%). Responden yang merupakan anak pertama sebanyak 48 orang (37,2%), sementara itu, pola asuh yang mendominasi dari orang tua adalah demokratis, yakni terdapat 102 orang (79,1%). Responden yang mengalami stres sebanyak 42 orang (32,6%).

Hubungan Anak Pertama terhadap Tingkat Stres

Analisis bivariat mengenai hubungan anak pertama dengan tingkat stres dapat dilihat pada tabel 2. Data pada tabel tersebut menunjukkan anak pertama yang mengalami

stres dan tidak stres secara berturut-turut adalah sebanyak 16 dan 32 responden. Hasil uji *Chi-square* didapatkan $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik, antara anak pertama dengan tingkat stres.

Tabel 2. Hubungan Anak Pertama dengan Tingkat Stres

Anak Pertama	Tingkat Stres					
	Stres		Tidak Stres		Total	
	N	%	N	%	N	%
Iya	16	33,3	32	66,7	48	100
Tidak	26	32,1	55	67,9	81	100

Hasil Uji *Chi-square*:
 $p = 1,000$

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh *Department of Psychology, R.U.R.* (2017), yang meneliti tentang pengaruh urutan kelahiran dan dampak urutan kelahiran terhadap stres pada anak sulung dan anak terakhir.

Temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa anak dengan urutan kelahiran pertama mengalami tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan anak dengan urutan kelahiran setelahnya (*Department of Psychology R.U.R.*, 2017). Hal ini dapat terjadi karena stres bisa saja berasal dari faktor lain, seperti pola asuh

yang diterapkan oleh orang tua, persaingan yang tinggi antar mahasiswa, kegiatan yang padat, kurangnya waktu luang, kurangnya dukungan sosial, dan adanya tuntutan luar yang dapat menyebabkan stres (Bergmann *et al.*, 2019).

Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Tingkat Stres

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis bivariat mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat stres. Tabel tersebut menunjukkan responden dengan pola asuh otoriter, permisif, dan demokratis yang mengalami stres secara berturut-turut sebesar 9, 6, dan 27 responden. Hasil uji statistik *Chi-square* menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik, antara pola asuh orang tua dengan tingkat stress ($p < 0,05$). Analisis koefisien korelasi *Eta* menunjukkan hasil $\eta = 0,253$, yang berarti terdapat hubungan yang lemah antara kedua variabel.

Tabel 3. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Tingkat Stres

Pola Asuh Orang Tua	Stres		Tidak Stres		Total	
	N	%	N	%	N	%
Otoriter	9	56,3	7	43,8	16	100
Permisif	6	54,5	5	45,5	11	100

Demokratis	27	26,5	75	73,5	102	100
------------	----	------	----	------	-----	-----

Hasil Uji *Chi-square* dan *Eta*:
 $p = 0,016$; $\eta = 0,253$

Pola asuh orang tua pada penelitian ini diukur dengan menggunakan instrumen penelitian *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) yang dikembangkan oleh Buri berdasarkan jenis dan konsep pola asuh dari Baumrind, yaitu otoriter, permisif, dan demokratis (Buri, 1991). Pola asuh orang tua berdasarkan karakteristik responden didominasi oleh pola asuh demokratis sebanyak 102 responden dengan 75 responden tidak mengalami stres. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hari *et al.* (2017) yang menyatakan bahwa pola asuh pada penelitian tersebut didominasi oleh pola asuh demokratis, yakni sebanyak 67 responden (71,3%) dengan 63 orang (67,0%) tidak mengalami stres.

Pola asuh demokratis memiliki sifat yang positif. Orang tua dengan pola pengasuhan ini sering memberikan apresiasi dan kebebasan pada anak untuk melakukan suatu hal yang diinginkan. Kebebasan yang diberikan tetap dibawah kontrol dari orang

tua. Pola asuh ini juga menanamkan komunikasi antar orang tua dan anak, sehingga menumbuhkan kehangatan dalam keluarga dan anak memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Azalia *et al.*, 2021).

Hasil analisis penelitian ini juga menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden yang memiliki pola pengasuhan otoriter dan permisif mengalami stres yang lebih tinggi, sedangkan pola asuh demokratis hanya 26,5% yang mengalami stres. Pola asuh otoriter dan permisif memiliki sifat mengekang dan kurang memperhatikan dalam mengasuh anak, sehingga anak tersebut akan lebih rentan mengalami stres. Orang tua yang memberikan gaya pengasuhan yang kurang tepat yang bersifat mengekang, memiliki karakteristik yang keras, kurang kehangatan secara emosional, over protektif, dan tingginya kritikan yang diberikan orang tua kepada anak mereka dapat meningkatkan gejala gangguan mental, karena anak yang memiliki pola asuh ini akan memiliki tingkat stres yang tinggi. Pola asuh yang memberikan kebebasan kepada anak tanpa memberikan arahan dan kontrol, akan

mengakibatkan anak merasa kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, sehingga dapat mempengaruhi tingkat stres pada anak (Tumigolung *et al.*, 2024).

Analisis data mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat stres dilanjutkan dengan mengukur kekuatan hubungan antara kedua variabel menggunakan uji koefisien korelasi *Eta*. Dari hasil analisis tersebut didapatkan hasil $\eta = 0,253$, yang berarti kekuatan hubungan antara kedua variabel lemah. Penelitian ini sejalan dengan penemuan Wardani dan Sudyasih (2017) yang menunjukkan korelasi lemah antara variabel pola asuh orang tua dengan stres pada remaja ($p = 0,227$).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat diambil pada penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara anak pertama dengan tingkat stres pada dewasa muda, tetapi terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan tingkat stres pada dewasa muda dengan kekuatan hubungan yang lemah. Saran untuk penelitian berikutnya, diharapkan dapat

melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor pemicu stres lainnya pada dewasa muda dan mempertimbangkan penambahan sampel yang lebih besar guna menghasilkan temuan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, E. M., & Kumolohadi, R. A. R. (2022). Hubungan Religiusitas dan Stres pada Individu Muslim Dewasa Awal. *JRP*, 2(2), 105–108. <https://doi.org/10.29313/jrp.v2i2.1599>
- Azalia, D. H., Putri, T. H., & Fujiana, F. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Stres pada Remaja Selama Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 3 Sungai Raya. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3(2), 12–24.
- Balitbang Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. In *Balitbang Kemenkes RI (Vol. 53, Issue 9)*. Balitbang Kemenkes RI: Jakarta.
- Bergmann, C., Muth, T., & Loerbroks, A. (2019). Medical students' perceptions of stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: a qualitative study. *Medical Education Online*, 24(1). <https://doi.org/10.1080/10872981.2019.1603526>
- Buri, J. R. (1991). Parental Authority Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 110–119. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_13
- Chandra, A. (2015). Perbedaan Kemandirian antara Anak Sulung, Anak Tengah dan Anak Bungsu pada Siswa SMU Mulia Pratama Medan. *Jurnal Kajian Psikologi Dan Konseling*, 7(2).
- Department of Psychology, R.U.R. (2017). Impact of Birth Order on Stress. *Indian Journal Applied Research*, 7(6), 6–7.
- Faridah, I., Afiyanti, Y., & Fatonah, S. (2022). Pengaruh Application Mobile Mindfulness (NM) terhadap Tingkat Stress pada Mahasiswa di Tangerang Raya. *Nusantara Hasana Journal*, 1(8), 91–95.
- Hari, P. P., Widodo, D., & Widiyani, E. (2017). Hubungan Pola Asuh dengan Tingkat Stres Menjelang Ujian Nasional (UN) pada Anak Kelas VI di SDN Sukun 1 Malang. *Nursing News JIK*, 2(3), 511–521. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
- Hidayanti, D., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kenakalan Remaja. *JISA*, 2(1), 393–401.
- Jamil, J. (2019). Sebab dan Akibat Stres, Depresi dan Kecemasan serta Penanggulangannya. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu Dan Budaya Islam*, 1(1), 123–138. <https://doi.org/10.36670/alaman.v1i1.6>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Liunima, M. G. M., Sutriningsih, A., & Masluhiya S. (2017). Hubungan Antara Konsumsi Kopi Dengan Tingkat Stres Pada Dewasa Muda Ikatan Keluarga Besar (IKB) Nekomese Di Kota Malang. *Nursing News*, 2(3), 554–564.
- Putra, W. Y. D., Hadiati, T., & Sarjana, W. (2017). Perbedaan Tingkat Stres dan Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang Berasal dari Semarang dan Non Semarang. *JKD*, 6(2), 1361–1369.

- Qian, G., Li, R., Qu, F., An, Y., & Guo, X. (2023). The relationship between parental role expectations and sibling jealousy: the mediating effect of first-born children's role cognition. *Current Psychology*.
<https://doi.org/10.1007/s12144-023-04478-4>
- Salsabila, S. S., Makaginsar, C., & Ibnusantosa, R. G. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kejadian Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *BCSMS*, 3(1), 97–102.
<https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.5725>
- Setianingrum, N. R., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Coping Stress terhadap Psychological Well-Being pada Anak Sulung di Kelurahan X Bogor. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(3), 111–118.
- Tumigolung, E. D., Mawara, J. E. T., & Mulianti, T. (2024). Pola Asuh Orang Tua terhadap Pembentukan Mental Anak sampai Dewasa di Desa Silian Satu Kecamatan Silian Raya Kabupaten Minahasa Tenggara. 17(1).
- Utami, A. C. N., & Raharjo, S. T. (2021). Pola Asuh Orang Tua Dan Kenakalan Remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(1), 1–15.
<https://doi.org/10.24198/focus.v4i1.22831>
- Wagh, K., & Kakulte, A. (2023). Depression, Anxiety, and Stress in Siblings Belonging to Two-child Families. *IJHW*, 14(1).
- Wardani, G. A. K., & Sudyasih, T. (2017). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Stres pada Remaja di SMP Negeri 3 Gamping Sleman Yogyakarta. *Unisa Jurnal*, 1(1), 11.