

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Parenting stress adalah stres yang dirasakan oleh orang tua saat mengasuh anaknya sehingga menyebabkan kesulitan dan ketidaknyamanan. *Parenting stress* dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti lingkungan, kepribadian anak dan orang tua. Faktor lingkungan terdiri dari lingkungan pekerjaan dan keluarga. Faktor kepribadian anak terdiri dari permintaan, hiperaktivitas, dan adaptasi anak. Faktor orang tua terdiri dari pengetahuan akan pengasuhan, stres yang dimiliki dan sikap (Maryam Panghela et al., 2020). Selain itu, *parenting stress* juga dapat disebabkan oleh keinginan atau tuntutan seorang ibu untuk memenuhi kebutuhan anak agar dapat berkembang menjadi pribadi yang baik di masa depan (Anggraini & Asi Fabiana, 2022, hlm. 2749).

Parenting stress ini dapat memberikan dampak buruk kepada anak, yaitu salah satunya adalah kekerasan pada anak baik secara fisik maupun mental. Hal ini dapat disebabkan oleh perilaku negatif yang dilakukan oleh anak yang membuat seorang ibu tidak nyaman dengan hal tersebut (Anggraini & Asi Fabiana, 2022, hlm. 2748). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Anggraini & Asi Fabiana, 2022), kasus kekerasan anak di Indonesia mencapai 4116 kasus pada tahun 2021. Kekerasan yang dialami oleh anak ini akan berdampak pada perkembangannya di masa depan seperti terganggunya perkembangan otak dan sistem saraf, terbentuknya sikap dan perilaku buruk, dan gangguan kesehatan mental (Aulia et al., 2024, hlm. 40). Melalui kekerasan mental dan fisik yang dialami seorang anak dapat berdampak pada kondisi kesehatan mental dan fisik anak serta menciptakan pengalaman traumatik (Fitriani et al., 2021, hlm. 99) Selain itu, kesehatan mental orang tua khususnya seorang ibu sering disepelekan dan tidak disadari baik oleh keluarga, pasangan, bahkan diri sendiri. Berdasarkan dr. Tien Budi Febriani, M.Sc., Sp. A, kesehatan mental yang buruk dapat menyebabkan stres yang jika dihiraukan

akan menjadi depresi Peripartum dengan gejala seperti insomnia, nafsu makan yang terganggu, dan suasana hati yang sering berubah. Jika hal ini berlangsung dalam jangka panjang akan berpengaruh pada seorang ibu, anak dan lingkungan keluarganya. Contohnya adalah seorang ibu tidak dapat memberikan stimulasi dalam tumbuh dan kembang anak serta menurunnya kemampuan dalam merespon bayinya serta memungkinkan terjadinya kekerasan terhadap anak (Universitas Islam Indonesia, 2020). Anak-anak yang mengalami dampak negatif dari stres pengasuhan mungkin lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan masalah perilaku (Vitoasmara et al., 2024, hlm. 16). Sedangkan dampak buruk yang dapat mempengaruhi seorang ibu adalah ketidakpuasan dalam mengasuh anak dan lelah secara fisik dan mental (Fadli, 2021).

Penyebaran edukasi pada ibu muda di Indonesia dapat dilakukan dengan sebuah desain. Hal ini dikarenakan edukasi dengan pendekatan desain dapat membantu menarik minat membaca dikarenakan informasi dengan visual yang menarik sehingga penyebaran informasi dapat diterima dengan baik dan cepat diserap oleh pembacanya (Rachman Hakim & Hidayani, 2021, hlm. 46) Aplikasi merupakan media yang efektif dalam memberikan layanan bantuan yang dapat diakses dengan mudah dan cepat serta menjadi media yang dapat menyebarkan informasi secara lengkap dan keseluruhan (Hidayat et al., 2023, hlm. 44). Namun, banyaknya aplikasi yang sudah ada di kalangan ibu di Indonesia yang tidak memberikan edukasi dan bantuan seputar kesehatan mental dalam pengasuhan dan hanya fokus pada satu kategori saja. Selain itu, banyaknya ibu yang kurang gemar membaca dan lebih banyak menggunakan media sosial dalam berbagi dan memperoleh informasi (Komdigi, 2020). Maka dari itu, untuk membantu orang tua khususnya seorang ibu dalam menyadari dan menjaga kesehatan mentalnya saat proses pengasuhan adalah dengan memberikan edukasi dalam bentuk informasi dan bantuan melalui media aplikasi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan diatas, terdapat beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apa saja dampak buruk *parenting stress* terhadap kesehatan mental seorang ibu dan perkembangan anak.
2. Bagaimana keterkaitan *parenting stress* dengan pola asuh yang dilakukan oleh seorang ibu.
3. Apa saja cara yang dapat dilakukan dalam mencegah *parenting stress* yang dialami oleh ibu muda di Indonesia.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, masalah utama yang ingin diangkat adalah bagaimana merancang aplikasi yang dapat memberikan edukasi dan membantu ibu muda di Indonesia dengan memberikan informasi yang terpercaya dan layanan yang baik agar dapat mencegah *parenting stress* yang dapat berdampak buruk bagi perkembangan anak dan diri seorang ibu.

1.3 Batasan Masalah

Dalam melakukan perancangan dari penelitian diatas, terdapat beberapa batasan masalah yang perlu ditentukan agar perancangan lebih fokus dan terarah sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan. Batasan masalah sebagai berikut:

1. Objek perancangan berupa media interaktif dalam bentuk aplikasi pada *smartphone* dan media digital berupa Instagram *feeds* dan *stories*.
2. Target perancangan adalah ibu muda yang sudah memiliki anak rentang umur 0-3 tahun, usia 25-35 tahun, pendidikan minimal SMA, SES B dan berdomisili di Tangerang atau Jakarta khususnya bagian perkotaan.
3. Topik perancangan fokus pada bagaimana menjaga dan mengedukasi para ibu muda terkait kesehatan mental agar pola asuh yang diberikan baik bagi perkembangan anak serta bagi diri ibu sendiri.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan latar belakang, rumusan dan batasan masalah, tujuan dari tugas akhir ini adalah merancang sebuah aplikasi yang berisikan edukasi dan bantuan untuk menjaga kesehatan mental para ibu muda di Indonesia agar proses pengasuhan yang dilakukan berjalan dengan baik dengan rentang umur 25-35 tahun di Tangerang atau Jakarta. Selain itu, tujuan dari perancangan aplikasi ini dalam aspek desain adalah merancang aplikasi dengan fitur layanan yang interaktif sehingga dapat membantu ibu muda untuk menjaga kesehatan mentalnya dengan memberikan kemudahan, interaktivitas, dan nyaman untuk digunakan sehari-hari agar para ibu muda dapat dengan nyaman menggunakan aplikasi tersebut baik dalam memperoleh edukasi maupun menerima bantuan dalam menjaga kesehatan mental.

Melalui fitur yang akan dirancang, diharapkan dapat mengajak para ibu muda di Indonesia untuk terlibat secara fisik maupun emosional dalam menjaga kesehatan mental. Selain itu, memberikan informasi yang edukatif dengan interaktivitas dan pendekatan visual yang menarik agar para ibu muda di Indonesia dapat memperoleh informasi tanpa merasa bosan.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Perancangan tugas akhir ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat dari tugas akhir sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan menjadi khazanah ilmu pengetahuan bagi program studi Desain Komunikasi Visual, khususnya membahas materi terkait edukasi untuk menjaga kesehatan mental ibu muda di Indonesia agar proses pengasuhan baik.

2. Manfaat Praktis:

Manfaat perancangan tugas akhir bagi penulis adalah sebagai salah satu syarat kelulusan dengan sarjana seni dan desain, mengembangkan kemampuan serta memberikan pengalaman terkait perancangan sebuah aplikasi dan mampu menyelesaikan masalah dengan memberikan sebuah solusi. Manfaat bagi peneliti adalah memperoleh referensi yang kredibel untuk penelitian yang

selanjutnya akan dilakukan. Manfaat bagi universitas adalah memperoleh kontribusi dan kualitas media interaktif yang baik dalam memecahkan sebuah masalah sosial yang ada di kehidupan bermasyarakat.

