

**EDITOR:**

**Arshy Prodyanatasari, M.Pd., C.Ed.**



**FUTURE SCIENCE**

# Psikologi Ibu dan Anak



**Penulis:**

Loso Judijanto | Arshy Prodyanatasari | Genevieve Esmeraldine Tanihatu  
Grace Carol Sipasulta | Arizka Harisa | Fauziah Syarifatul Huriyah | Elmanora  
Penta Astari Prasetya | Deasti Nurmaguphita | Mulyati | Caecilia Sri Hatmani

# **PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

## **UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta**

### **Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4**

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

### **Pembatasan Pelindungan Pasal 26**

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

### **Sanksi Pelanggaran Pasal 113**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

# PSIKOLOGI IBU DAN ANAK

Penulis:

Loso Judijanto  
Arshy Prodyanatasari  
Genevieve Esmeraldine Tanihatu  
Grace Carol Sipasulta  
Arizka Harisa  
Fauziah Syarifatul Huriyah  
Elmanora  
Penta Astari Prasetya  
Deasti Nurmaguphita  
Mulyati  
Caecilia Sri Hatmani

Editor:

Arshy Prodyanatasari, M.Pd.



# PSIKOLOGI IBU DAN ANAK

Penulis:

Loso Judijanto  
Arshy Prodyanatasari  
Genevieve Esmeraldine Tanihatu  
Grace Carol Sipasulta  
Arizka Harisa  
Fauziah Syarifatul Huriyah  
Elmanora  
Penta Astari Prasetya  
Deasti Nurmaguphita  
Mulyati  
Caecilia Sri Hatmani

Editor: **Arshy Prodyanatasari, M.Pd.**

Desain Cover: **Nada Kurnia, S.I.Kom.**

Tata Letak: **Samuel, S.Kom.**

Ukuran: **A5 Unesco (15,5 x 23 cm)**

Halaman: **xii, 200**

e-ISBN: **978-634-7216-45-8**

Terbit Pada: **Juli 2025**

---

Hak Cipta 2025, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

---

**Copyright © 2025 by Future Science Publisher**

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau  
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini  
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**PENERBIT FUTURE SCIENCE  
(CV. FUTURE SCIENCE)**

Anggota IKAPI (348/JTI/2022)

Jl. Terusan Surabaya Gang 1 A No. 71 RT 002 RW 005, Kel. Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota  
Malang, Provinsi Jawa Timur.  
[www.futuresciencepress.com](http://www.futuresciencepress.com)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan buku berjudul **Psikologi Ibu dan Anak** ini dengan baik. Buku ini hadir sebagai upaya untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika psikologis dalam hubungan antara ibu dan anak, yang merupakan fondasi penting bagi perkembangan emosional, sosial, dan mental seorang individu.

Hubungan antara ibu dan anak adalah salah satu ikatan paling fundamental dalam kehidupan manusia. Ikatan ini tidak hanya memengaruhi masa kanak-kanak, tetapi juga membentuk kepribadian dan cara individu tersebut berinteraksi dengan dunia di sekitarnya di masa depan. Oleh karena itu, memahami aspek psikologis dalam hubungan ini menjadi kunci untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan anak secara holistik, sekaligus memperkuat kesehatan mental ibu sebagai pengasuh utama.

Buku ini disusun untuk menjadi panduan bagi para ibu, calon ibu, pendidik, dan praktisi psikologi yang ingin memahami lebih dalam tentang bagaimana membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan antara ibu dan anak. Melalui pendekatan teoritis dan praktis, penulis berusaha menyajikan berbagai perspektif psikologis, tips praktis, serta contoh kasus yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Penulis menyadari bahwa setiap keluarga memiliki dinamika yang unik, sehingga tidak ada satu formula yang

cocok untuk semua. Namun, dengan pemahaman yang baik tentang prinsip-prinsip psikologi, diharapkan pembaca dapat mengadaptasi pengetahuan ini sesuai dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung proses penyusunan buku ini. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi bagi para pembaca dalam menjalani peran sebagai ibu, pendidik, atau praktisi yang peduli terhadap perkembangan psikologis anak.

Malang, Juni 2025

Editor

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
BAB 1 PERAN PENTING PSIKOLOGI IBU DAN ANAK .....	1
Loso Judijanto.....	1
A. PENDAHULUAN .....	1
B. PEMAHAMAN DASAR PSIKOLOGI IBU DAN ANAK..	1
C. PENTINGNYA HUBUNGAN YANG SEHAT ANTARA IBU DAN ANAK .....	8
D. MEMBANGUN DAN MEMELIHARA HUBUNGAN YANG SEHAT DAN BERKELANJUTAN .....	14
E. KESIMPULAN.....	20
BAB 2 DASAR-DASAR PSIKOLOGI IBU DAN ANAK.....	25
Arshy Prodyanatasari .....	25
A. PENDAHULUAN .....	25
B. HUBUNGAN IBU DAN ANAK DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI .....	26
C. DASAR-DASAR PSIKOLOGI IBU DAN ANAK.....	27
D. KESIMPULAN.....	43
BAB 3 PERKEMBANGAN EMOSIONAL IBU SELAMA KEHAMILAN .....	47
Genevieve Esmeraldine Tanihatu.....	47
A. PENDAHULUAN .....	47
B. TRIMESTER PERTAMA .....	49
C. TRIMESTER KEDUA .....	51



D.	TRIMESTER KETIGA.....	55
E.	KEBUTUHAN PSIKOLOGIS IBU HAMIL .....	56
F.	FAKTOR PSIKOLOIS YANG MEMPENGARUHI KEHAMILAN .....	58
G.	KESIMPULAN.....	60
BAB 4	DUKUNGAN PSIKOLOGIS UNTUK IBU HAMIL .....	65
	Grace Carol Sipasulta.....	65
A.	PENDAHULUAN .....	65
B.	DAMPAK EMOSI DALAM KEHAMILAN.....	66
C.	FAKTOR RESIKO GANGGUAN PSIKOLOGIS.....	67
D.	TANDA GEJALA SELAMA KEHAMILAN.....	68
E.	KONSEP DUKUNGAN PSIKOLOGI .....	69
F.	PRINSIP DUKUNGAN PSIKOLOGI .....	72
G.	MANFAAT DUKUNGAN PSIKOLOGIS .....	73
H.	TANTANGAN DAN KESULITAN .....	76
I.	KESIMPULAN.....	79
BAB 5	KESEHATAN MENTAL IBU DAN DAMPAKNYA PADA ANAK .....	85
	Arizka Harisa .....	85
A.	PENDAHULUAN .....	85
B.	PENTING NYA KESEHATAN MENTAL IBU .....	87
C.	PENGARUH KESEHATAN MENTAL IBU PADA ANAK.....	88
D.	UPAYA MENJAGA KESEHATAN MENTAL IBU .....	92
E.	KESIMPULAN.....	94

BAB 6	PERKEMBANGAN EMOSIONAL ANAK: DARI BAYI HINGGA REMAJA .....	99
	Fauziah Syarifatul Huriyah .....	99
A.	PENDAHULUAN .....	99
B.	PERKEMBANGAN EMOSI PADA MASA BAYI.....	101
C.	PERKEMBANGAN EMOSI PADA MASA KANAK- KANAK AWAL .....	103
D.	PERKEMBANGAN EMOSI PADA MASA KANAK- KANAK TENGAH DAN AKHIR.....	106
E.	PERKEMBANGAN EMOSI PADA MASA REMAJA ..	109
F.	KESIMPULAN.....	112
BAB 7	PENTINGNYA IKATAN EMOSIONAL ANTARA IBU DAN ANAK .....	117
	Elmanora.....	117
A.	PENDAHULUAN .....	117
B.	IKATAN EMOSIONAL IBU DAN ANAK .....	118
C.	DAMPAK IKATAN EMOSIONAL BAGI ANAK .....	120
D.	TANTANGAN DALAM MEMBANGUN IKATAN EMOSIONAL ANTARA IBU DAN ANAK.....	124
E.	STRATEGI MEMBANGUN IKATAN EMOSIONAL ANTARA IBU DAN ANAK .....	126
F.	KESIMPULAN.....	128
BAB 8	PERAN KELUARGA DALAM PERKEMBANGAN PSIKOLOGIS ANAK.....	137
	Penta Astari Prasetya .....	137
A.	PENDAHULUAN .....	137
B.	PERKEMBANGAN PSIKOLOGI ANAK .....	138

C.	PERAN ORANG TUA DALAM KELUARGA .....	142
D.	POLA INTERAKSI DALAM LINGKUNGAN KELUARGA.....	144
E.	FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERAN KELUARGA DALAM PSIKOLOGI ANAK .....	147
F.	KESIMPULAN.....	148
BAB 9	STRES DAN KECEMASAN PADA IBU .....	153
	Deasti Nurmaguphita .....	153
A.	PENDAHULUAN .....	153
B.	STRES DAN KECEMASAN .....	156
C.	GEJALA STRES DAN KECEMASAN PADA IBU .....	159
D.	PENYEBAB STRES DAN KECEMASAN DALAM PERAN IBU .....	161
E.	PENGARUH STRES DAN KECEMASAN TERHADAP IBU DAN KELUARGA .....	163
F.	PENTINGNYA MENGELOLA STRES DAN KECEMASAN PADA IBU .....	164
G.	KESIMPULAN.....	164
BAB 10	PERBEDAAN BUDAYA DALAM PSIKOLOGI IBU DAN ANAK.....	167
	Mulyati.....	167
A.	PENDAHULUAN .....	167
B.	DEFINISI PSIKOLOGI IBU DAN ANAK .....	168
C.	KONSEP BUDAYA DAN PERANNYA DALAM PEMBENTUKAN POLA ASUH.....	170
D.	PERBEDAAN BUDAYA DALAM POLA ASUH IBU TERHADAP ANAK.....	172

E.	PENGARUH PERBEDAAN BUDAYA TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK.....	176
F.	KESIMPULAN.....	180
BAB 11 TANTANGAN DALAM HUBUNGAN IBU-ANAK:		
	KONFLIK DAN RESOLUSI.....	183
	Caecilia Sri Hatmani .....	183
A.	PENDAHULUAN .....	183
B.	TANTANGAN DALAM HUBUNGAN IBU – ANAK...	187
C.	KONFLIK DALAM HUBUNGAN IBU - ANAK.....	191
D.	RESOLUSI KONFLIK DALAM HUBUNGAN IBU – ANAK.....	194
E.	KESIMPULAN.....	197

# **BAB 1**

## **PERAN PENTING PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

Loso Judijanto  
IPOSS, Jakarta  
E-mail: losojudijantobumn@gmail.com

### **A. PENDAHULUAN**

Psikologi ibu dan anak berperan sangatlah krusial membentuk hubungan sehat serta berkelanjutan antar keduanya. Sejak masa kehamilan hingga anak mencapai usia dewasa, interaksi dan kualitas relasi yang dibangun antara ibu dengan anak bisa mempengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan psikologis anak. Psikologi ibu memberikan pengaruh besar terhadap cara seorang ibu mengasuh, mendidik, serta berinteraksi dengan anak-anaknya. Psikologi anak mencerminkan bagaimana merespons pengasuhan yang diterima dan beradaptasi dengan lingkungan sosial. Hubungan sehat ibu dan anak bukan hanya mendukung kesejahteraan anak, tetapi juga memberi dasar kuat pertumbuhan pribadi ibu. Adalah penting memahami dinamika psikologis ini agar ibu dan anak saling mendukung, mengurangi risiko konflik, serta membangun ikatan emosional mendalam yang berkelanjutan sepanjang hidup.

### **B. PEMAHAMAN DASAR PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

Psikologi ibu dengan anak adalah kajian yang memfokuskan pada interaksi psikologis antara ibu dengan anak yang saling mempengaruhi satu dengan lainnya. Hubungan ini merupakan dasar penting dalam membangun perkembangan psikologis, emosional, dan sosial anak. Proses pengasuhan yang sehat tidak hanya berfungsi sebagai wadah untuk tumbuh

kembang anak, tetapi juga mempengaruhi persepsi dan perilaku ibu mendampingi anak.

### **1. Definisi Psikologi Ibu dan Anak**

Psikologi ibu dengan anak merujuk pada interaksi dinamis yang berlangsung antara ibu dengan anak yang mempengaruhi perkembangan fisik, emosional, dan sosial keduanya. Psikologi ibu sebagai bagian dari psikologi perkembangan berfokus pada pengaruh perasaan, persepsi, dan perilaku ibu terhadap anak. Psikologi anak menekankan pada bagaimana anak mengembangkan emosi, kognisi, dan hubungan sosial yang dipengaruhi interaksi dengan ibu. Ibu bertindak sebagai sosok utama mempengaruhi setiap aspek kehidupan anak langsung maupun tidak langsung.

Ibu berpengaruh sangatlah mendalam membangun pandangan anak terhadap dunia dan dirinya sendiri. Ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang psikologi anak cenderung lebih mampu memberikan dukungan yang sesuai selaras kebutuhan emosional dan perkembangan anak. Ibu yang paham akan tahapan perkembangan psikologis anak bisa memberi tanggapan yang lebih sesuai pada kebutuhan anak yang mendukung perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak. Ketika ibu memiliki kesadaran tentang bagaimana anak berkembang pada setiap tahap usia akan lebih dapat membangun lingkungan yang dipenuhi kasih sayang serta keamanan esensial bagi perkembangan anak sehat (Hendricks *et al.*, 2021).

Konsep psikologi ibu dan anak lebih dari sekadar hubungan yang melibatkan pengasuhan, tetapi mencakup kedalaman psikologis yang mempengaruhi interaksi keduanya. Sifat kepribadian ibu, pengaruh emosional, serta respons terhadap perubahan dalam perkembangan anak menjadi faktor penting dalam hubungan ini. Peran ibu dalam

tantangan dan mengembangkan kemampuan untuk menyelesaikan masalah secara mandiri di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Brown, S., Carter, M., & Phillips, J. (2024). *The Role of Social Support in Parenting. Journal of Community Psychology*, 57(1), 55–72.
- Brown, T., Miller, R., & Williams, K. (2023). *Consequences of Unhealthy Mother-Child Relationships on Child Development. Journal of Developmental Psychology*, 55(2), 204–219.
- Dahlen, L. S., Thompson, J., & Barnett, W. S. (2020). *The Impact of Maternal Attachment on Early Childhood Development. Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(4), 423–434.
- Dawson, M., Anderson, J., & Clark, E. (2023). *Attachment Theory and Maternal Influence on Child Development. Journal of Child and Adolescent Psychology*, 49(2), 150–165.
- Finkelhor, D., Shattuck, A., Turner, H. A., & Hamby, S. L. (2021). *The Impact of Family Environment on Child Development: A Review of Research. Child Development Research Journal*, 42(3), 145–160.
- Hendricks, J., Lee, A., & Clark, R. (2021). *The Psychological Impact of Maternal Attachment on Child Development. Journal of Child Psychology*, 44(2), 115–130.
- Johnson, D., Harrison, M., & Roberts, S. (2021). *External and Internal Factors Influencing Maternal-Child Relationships. Journal of Family Psychology*, 50(4), 320–335.
- Johnson, L., & Smith, P. (2021). *Empathy in Parenting: Impacts on Child Development. Journal of Child Psychology*, 45(3), 210–223.
- Johnson, M., Smith, R., & Daniels, L. (2022). *Maternal*

- Involvement and Child Development: A Longitudinal Study. Developmental Psychology Review*, 48(3), 335–350.
- Kumar, S., Singh, R., & Gupta, P. (2023). *Maternal Psychological Health and Child Development: A Comprehensive Study. Journal of Maternal and Child Health*, 39(1), 56–70.
- Lee, A., & Martinez, R. (2020). *Adaptive Parenting through Developmental Stages. Journal of Parenting and Child Development*, 29(7), 670–689.
- Lee, C., & Larkey, S. (2023). *The Role of Communication in Mother-Child Relationships. Journal of Family Studies*, 29(2), 210–225.
- Patel, A., Mehta, S., & Reddy, L. (2020). *Maternal Understanding of Child Development and Emotional Responses. Child Development Research*, 32(3), 212–230.
- Thompson, J., & Walker, K. (2023). *Interactive Play and Mother-Child Bonding. Journal of Family Studies*, 50(4), 349–365.
- White, H., & Harris, D. (2021). *Conflict Resolution Strategies in Parent-Child Relationships. Family Dynamics Journal*, 33(5), 401–418.



## PROFIL PENULIS



### **Loso Judijanto, S.Si., MM, M.Stats.**

Penulis merupakan peneliti yang bekerja pada lembaga penelitian IPOSS Jakarta. Penulis dilahirkan di Magetan pada tanggal 19 Januari 1971. Penulis menamatkan pendidikan *Master of Statistics* di *the University of New South Wales*, Sydney, Australia pada tahun 1998 dengan dukungan beasiswa ADCOS (*Australian Development Cooperation Scholarship*) dari Australia. Sebelumnya penulis menyelesaikan Magister Manajemen di Universitas Indonesia pada tahun 1995 dengan dukungan beasiswa dari Bank Internasional Indonesia. Pendidikan sarjana diselesaikan di Institut Pertanian Bogor pada Jurusan Statistika – FMIPA pada tahun 1993 dengan dukungan beasiswa dari KPS-Pertamina. Penulis menamatkan Pendidikan dasar hingga SMA di Maospati, Sepanjang kariernya, Penulis pernah ditugaskan untuk menjadi anggota Dewan Komisaris dan/atau Komite Audit pada beberapa perusahaan/lembaga yang bergerak di berbagai sektor antara lain pengelolaan pelabuhan laut, telekomunikasi seluler, perbankan, pengembangan infrastruktur, sekuritas, pembiayaan infrastruktur, perkebunan, pertambangan batu bara, properti dan rekreasi, dan pengelolaan dana perkebunan. Penulis memiliki minat dalam riset di bidang kebijakan publik, ekonomi, keuangan, *human capital*, dan *corporate governance*.

## **BAB 2**

### **DASAR-DASAR PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

Arshy Prodyanatasari  
Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Kediri  
E-mail: arshy.prodyanatasari@iik.ac.id

#### **A. PENDAHULUAN**

Psikologi ibu dan anak merupakan salah satu cabang ilmu psikologi yang memfokuskan pada hubungan dinamis antara ibu dan anak, serta dampaknya terhadap perkembangan emosional, sosial, kognitif, dan fisik anak. Hubungan ini dianggap sebagai fondasi utama dalam membentuk kepribadian, kemampuan adaptasi, dan kesejahteraan mental anak di masa depan. Ibu, sebagai figur utama dalam pengasuhan, memiliki peran sentral dalam memengaruhi pola pikir, perilaku, dan emosi anak sejak masa kehamilan hingga tahap-tahap perkembangan selanjutnya. Studi dalam psikologi ibu dan anak tidak hanya mengeksplorasi bagaimana pola pengasuhan dan interaksi sehari-hari memengaruhi perkembangan anak, tetapi juga bagaimana kondisi psikologis ibu, seperti stres, depresi, atau kebahagiaan yang dapat berdampak pada anak. Selain itu, faktor-faktor lingkungan, budaya, dan sosial juga turut berperan dalam membentuk dinamika hubungan ini.

Pemahaman mendalam tentang dasar-dasar psikologi ibu dan anak menjadi penting tidak hanya bagi para profesional di bidang psikologi, pendidikan, atau kesehatan, tetapi juga bagi para orang tua dan calon orang tua. Dengan memahami prinsip-prinsip ini, diharapkan dapat tercipta lingkungan pengasuhan yang lebih optimal, mendukung tumbuh kembang anak secara holistik, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak. Melalui pendekatan yang tepat, hubungan ibu dan anak

dapat menjadi landasan yang kokoh bagi pembentukan individu yang sehat secara mental dan emosional.

## **B. HUBUNGAN IBU DAN ANAK DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI**

Hubungan antara ibu dan anak merupakan salah satu aspek paling fundamental dalam perkembangan manusia. Dari perspektif psikologi, hubungan ini dianggap sebagai fondasi utama yang memengaruhi perkembangan emosional, sosial, kognitif, dan bahkan fisik anak. Teori-teori psikologi perkembangan, seperti teori keterikatan (*attachment theory*) yang dikemukakan oleh John Bowlby, menekankan pentingnya hubungan awal antara ibu dan anak dalam membentuk pola hubungan interpersonal anak di masa depan (Bowlby, 1969). Bowlby (1969) menyatakan bahwa ikatan emosional yang kuat dan aman antara ibu dan anak akan membantu anak merasa aman, sehingga memungkinkannya untuk mengeksplorasi lingkungan sekitarnya dengan percaya diri. Selain itu, penelitian dalam psikologi perkembangan juga menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang diberikan oleh ibu, seperti kehangatan, responsivitas, dan konsistensi, memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan emosional dan sosial anak. Misalnya, Baumrind (1971) dalam teorinya tentang pola pengasuhan (*parenting styles*) mengidentifikasi bahwa pengasuhan yang otoritatif yang menggabungkan kehangatan dengan batasan yang jelas cenderung menghasilkan anak-anak yang lebih mandiri, percaya diri, dan memiliki kemampuan sosial yang baik (Baumrind, 1971).

Namun, hubungan ibu dan anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti pola pengasuhan, tetapi juga oleh faktor eksternal seperti kondisi sosial, ekonomi, dan budaya. Misalnya, penelitian oleh McLoyd (1990) menunjukkan bahwa stres yang dialami ibu akibat tekanan ekonomi dapat

memberikan kesempatan bagi orang tua untuk beristirahat atau bekerja, sambil memberikan pengalaman dan kebijaksanaan tambahan bagi anak.

Kolaborasi pengasuhan anak yang dilakukan oleh ayah dan ibu dengan menciptakan lingkungan yang seimbang dan mendukung bagi perkembangan anak dapat memberikan dampak positif, antara lain (Shaffer, 2010; Cabrera, 2000; Bornstein, 2019):

- a. Keseimbangan emosional. Ayah dan ibu yang bekerja sama dalam pengasuhan membantu anak merasa dicintai dan didukung dari kedua sisi. Contoh: Ayah yang tegas dan ibu yang penuh kasih sayang menciptakan keseimbangan antara disiplin dan kehangatan.
- b. Model hubungan yang sehat. Interaksi positif antara ayah dan ibu menjadi contoh bagi anak tentang bagaimana membangun hubungan yang sehat. Contoh: Anak yang melihat orang tuanya saling menghormati dan bekerja sama belajar tentang pentingnya komunikasi dan kerja tim.

#### **D. KESIMPULAN**

Hubungan antara ibu dan anak sangat penting dalam membentuk perkembangan psikologis anak. Pemahaman yang baik tentang psikologi ibu dan anak dapat membantu dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional dan sosial anak. Perkembangan sosial-emosional anak merujuk pada kemampuan anak untuk memahami dan mengelola emosi, membangun hubungan dengan orang lain, serta mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi dalam masyarakat. Ibu memainkan peran sentral dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak,

karena interaksi antara ibu dan anak menjadi fondasi utama bagi pembentukan kepribadian dan kemampuan sosial anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainsworth, M. D. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph*, 4(1), 1-103.
- Bornstein, M. H. (2019). *Handbook of Parenting: Volume 4: Social Conditions and Applied Parenting*. Routledge.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Cabrera, N. J.-L. (2000). *Fatherhood in the twenty-first century*. *Child Development*, 71(1), 127-136.
- Field, T. (2010). *Postpartum depression effects on early interactions, parenting, and safety practices: A review*. *Infant Behavior and Development*, 33(1), 1-6.
- Goodman, S. H. (1999). *Risk for psychopathology in the children of depressed mothers: A developmental model for understanding mechanisms of transmission*. *Psychological Review*, 106(3), 458-490.
- Harkness, S. &. (1996). *Parent's Cultural Belief Systems: Their Origins, Expressions, and Consequences*. New York: Guilford Press.
- Lamb, M. E. (2010). *The Role of the Father in Child Development (5th ed.)*. Wiley.
- McLoyd, V. C. (1990). *The impact of economic hardship on black families and children: Psychological distress, parenting, and socioemotional development*. . *Child*

- Development*, 61(2), 311-346.
- Parke, R. D. (2006). *Socialization in the family: Ethnic and ecological perspectives*. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., Vol. 3, pp. 429-504). Wiley.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-Span Development* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Shaffer, D. R. (2010). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

## PROFIL PENULIS



### **Arshy Prodyanatasari, M.Pd., C.Ed.**

Penulis merupakan dosen tetap di Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri sejak tahun 2011 hingga saat ini. Penulis aktif dalam melaksanakan tridharma perguruan tinggi, baik pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat. Mata kuliah yang diampu, meliputi: Fisika Kesehatan, Ilmu Kesehatan Dasar, Teknologi Analisa Fisika dan Elektrokimia, Sumber Fisis, Ilmu Biomedik Dasar, dan Farmasi Fisika. Penulis juga aktif berkolaborasi dalam menulis buku. Karya buku yang telah terbit, antara lain: Kimia Analisis Bahan Pangan, Biokimia dan Fisika dalam Kebidanan, Pengantar Fisika Kesehatan, Aplikasi Toksikologi dalam Kehidupan Sehari-Hari, Ilmu Pendidikan, dsb. Selain aktif kolaborasi menulis buku, saat ini penulis menjadi *Editor in Chief* (EIC) jurnal Al Adawiyyah: Jurnal Sains, Farmasi, dan Kesehatan, serta aktif menjadi *reviewer* di beberapa jurnal nasional, seperti: Jesya, Jusindo, Cerdika, Comserva, dan lainnya. Penulis juga menjadi editor aktif pada penerbit CV. Future Science. Saat ini, penulis juga merupakan Kurator, Pusat Prestasi Nasional, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah.

### **BAB 3**

## **PERKEMBANGAN EMOSIONAL IBU SELAMA KEHAMILAN**

Genevieve Esmeraldine Tanihatu  
Universitas Pattimura  
E-mail: mynamegenie@gmail.com

### **A. PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan peristiwa transisi sosial dan psikologis yang sangat penting. Menurut penelitian ilmiah, kehamilan merupakan suatu proses fisiologis dan normal, yang tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis, tetapi juga aspek sosial, budaya, psikologis, emosional, dan spiritual dalam kehidupan seorang wanita (Santrock, 2021). Semua wanita harus memiliki rasa percaya diri dan pengetahuan yang cukup untuk mengambil tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri dan anak mereka yang belum lahir selama kehamilan, karena perempuan memiliki tugas perkembangan yang mulia untuk kelangsungan generasi. Begitu kehamilan dimulai, seorang wanita beradaptasi dengan peran barunya, menerima kehamilannya, dan beradaptasi dengan peran barunya dalam kehidupan sehari-hari (Condon & Corkindale, 2021). Mencapai peran ibu melalui perubahan psikologis selama kehamilan merupakan tantangan yang harus dihadapi perempuan, karena kegagalan bisa berdampak negatif (Choi, Lee, & Kim, 2021).

Kecemasan merupakan salah satu dari banyak perubahan psikologis yang mungkin dialami oleh ibu hamil. Setelah epidemi COVID-19, *Universitas of Essex* menemukan bahwa tingkat kesedihan dan kecemasan ibu hamil meningkat. Tingkat depresi yang dilaporkan meningkat dari 17% menjadi 47%, meningkat 30% dibandingkan tingkat sebelum pandemi.

Organisasi Kesehatan Dunia menemukan bahwa 15,6% ibu hamil menderita penyakit mental, dengan 10% dari kasus tersebut terjadi di negara-negara terbelakang, dan tingkat kecemasan meningkat lebih jauh lagi, dari 37% menjadi 60%.

Perkembangan emosional semasa kehamilan merujuk pada perubahan perasaan, suasana hati, dan respons psikologis yang dialami oleh seorang ibu sebagai dampak dari perubahan hormon, fisik, sosial, dan psikologis yang menyelangi proses kehamilan. Emosi yang dialami oleh ibu hamil amat beragam, mulai dari kebahagiaan, kegembiraan, kecemasan, hingga stres dan semuanya dapat mempengaruhi kesehatan Ibu dan janin (Lee, K. R., Park, S. H., & Kim, Y. J., 2022). Perubahan emosional ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan sosial, tingkat stres, kondisi kesehatan fisik, serta pengalaman kehamilan sebelumnya (Smith, A. J., Brown, L. E., & Taylor, J. R., 2023). Beberapa ibu mungkin merasa lebih stabil secara emosional, sementara yang lain bisa mengalami ketidakstabilan suasana hati yang signifikan, bahkan berisiko mengalami gangguan mental seperti depresi antenatal atau kecemasan prenatal (Field, T., Diego, M., & Hernandez-Reif, M., 2022). Data Profil Kesehatan Ibu dan Anak Indonesia Tahun 2024 menunjukkan bahwa kunjungan ibu hamil pada K1 dan K4 cukup tinggi, namun pelayanan tersebut hanya ditujukan pada kesehatan fisik ibu dan janin saja, tanpa memperhatikan kebutuhan psikologis dan spiritual (Badan Pusat Statistik, 2024).

Wanita mengalami tiga adaptasi berbeda yang berhubungan dengan trimester kehamilan untuk memenuhi persyaratan perkembangan yang muncul selama masa ini. Beberapa bulan pertama kehamilan wanita merupakan masa transisi yang mendalam saat ia belajar menerima kehamilannya dan memasukkan peran barunya ke dalam kehidupan sehari-hari. Trimester kedua adalah saat wanita hamil mulai lebih memperhatikan bayinya yang sedang tumbuh. Saat ia bersiap



kondisi emosi cenderung lebih stabil, meski ibu mulai menghadapi kekhawatiran terkait perubahan bentuk tubuh dan persiapan persalinan. Namun, pada **trimester ketiga**, kecemasan kembali meningkat akibat ketakutan akan proses persalinan dan tanggung jawab sebagai ibu.

Teori psikologi seperti Teori Stres dan Koping, Teori *Attachment* (Bowlby), dan Teori Kesejahteraan Psikologis memberikan kerangka pemahaman tentang perubahan emosional ini. Temuan penelitian terkini pun mengonfirmasi bahwa stres prenatal yang tidak terkelola dapat berdampak negatif pada perkembangan janin. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk memperoleh dukungan emosional yang memadai, menerapkan pola hidup sehat, dan mengembangkan strategi koping yang adaptif guna menjaga kestabilan mental dan fisik selama kehamilan.

## DAFTAR PUSTAKA

- APA. (2021). *Guidelines for perinatal mental health assessment and intervention*. American Psychological Association.
- Badan Pusat Statistik (2024). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2024*, Volume 10. BPS
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Choi, M., Lee, S., & Kim, D. (2021). *Maternal anxiety and perinatal outcomes: A meta-analysis*. *Journal of Obstetric Psychology*, 36(5), 210-227.
- Condon, J. T., & Corkindale, C. J. (2021). *The prenatal attachment inventory: A measure of maternal-fetal attachment*. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 39(3), 201-214.
- Field, T., Diego, M., & Hernandez-Reif, M. (2022). *Prenatal depression effects on the fetus and newborn: A review*. *Infant Behavior and Development*, 67, 101-108.

- Glynn, L. M., Sandman, C. A., & Davis, E. P. (2020). *Neurobehavioral consequences of prenatal maternal stress in humans: Systematic review and meta-analysis*. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 113, 408-420.
- Green, T. A., & Evans, M. (2020). *The psychological impact of pregnancy: Understanding maternal mental health challenges*. *Mental Health Review*, 28(3), 123-137.
- Irianti, B., Halida, E. Mutiara, Duhita, F., Prabandari, F., Yulianti, N., Hartiningtiyaswati, S., & Anggraini, Y. (2013). *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Jakarta: Penerbit Sagung Seto.
- Jones, N. A., Dawson, N., & Stewart, F. (2021). *Maternal mental health and infant development: A longitudinal study*. *Psychological Science*, 32(4), 587-601.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.  
<https://nationalgeographic.grid.id/read/133122386/selama-pandemi-depresi-dan-kecemasan-meningkat-pada-ibu-hamil?page=all>
- Lee, K. R., Park, S. H., & Kim, Y. J. (2022). *The impact of maternal stress during pregnancy on child behavior and development*. *Early Human Development*, 156, 105398.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development* (18th ed.).
- Smith, A. J., Brown, L. E., & Taylor, J. R. (2023). *The role of social support in maternal well-being during pregnancy*. *Journal of Maternal and Child Health*, 47(2), 88-102.
- McGraw-Hill Education.
- WHO. (2021). *Maternal mental health: Why it matters and what countries with limited resources can do*. World Health Organization.

## PROFIL PENULIS



### **Genevieva E. Tanihatu, M.Psi., Psikolog**

Penulis yang akrab disapa Genie adalah seorang Psikolog Klinis kelahiran Ambon. Saat ini, penulis menjabat sebagai dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. Selain aktif mengajar, penulis juga merupakan lulusan Universitas Persada Indonesia YAI Jakarta yang berperan aktif dalam memberikan layanan konseling baik secara *online* maupun *offline*. Di kehidupan pribadi, penulis adalah seorang istri dan ibu dari tiga anak.

## **BAB 4**

### **DUKUNGAN PSIKOLOGIS UNTUK IBU HAMIL**

Grace Carol Sipasulta  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur  
E-mail: gracecst63@gmail.com

#### **A. PENDAHULUAN**

Kesehatan ibu dan bayi baru lahir akan menjadi baik saat meningkatkan perawatan prakonsepsi, prematuritas, cegah kelahiran mati serta saat lahir terjadi asfiksia. Serta perawatan lanjutan terhadap ibu, bayi serta bayi baru lahir mengalami sakit maupun cacat lahir. Hamil merupakan peristiwa yang besar dalam kehidupan perempuan, sehingga saat merasakan banyak perubahan emosi yang dirasakan merupakan hal wajar. Merasa sedih akan mulai memengaruhi hidup perempuan saat permulaan hamil, maka cobalah mencari untuk bisa membantu. Dukungan dapat tersedia saat memerlukan seseorang agar dapat diajak bicara, hubungi unit maternitas saat pemeriksaan kehamilan atau cari informasi untuk mendapatkan bantuan mendesak bagi kesehatan mental (NHS.UK., 2023; Iris.who.int., 2022; WHO Int., 2024).

Selama kehamilan hampir semua perempuan dapat mengalami gangguan mental juga setelah melahirkan dalam tahun pertama. Selain itu yang umum dapat meningkatkan risiko terhadap gangguan mental seperti kemiskinan, paparan kekerasan, stres ekstrem, migrasi, mengalami situasi darurat atau konflik dan bencana alam maupun rendahnya dukungan sosial. Sekitar 10% perempuan hamil serta 13% baru saja melahirkan di seluruh dunia, mengalami gangguan mental paling banyak depresi. Angka menjadi lebih tinggi di negara berkembang selama kehamilan sebesar 15,6% serta setelah

melahirkan 19,8%. Beberapa ibu dapat menjadi sangat parah dimana melukai bayinya bahkan dapat bunuh diri. Pertumbuhan maupun perkembangan anak dari ibu terkena dampak akan terpengaruh fungsinya tidak berjalan baik, sehingga dapat mempengaruhi secara negatif. Intervensi untuk mengobati gangguan mental dapat dilakukan, diberikan secara efektif oleh tenaga spesialis maupun penyedia layanan kesehatan terlatih non spesialis dengan baik (WHO. Int., 2025; Iris.who.int., 2024).

Ibu hamil merupakan kelompok rentan terhadap masalah kesehatan mental akibat perubahan pada tahapan trimester mempengaruhi kesehatan mental mereka (Iris.who.int., 2022). Satu dari lima ibu hamil mendapat masalah kesehatan mental dalam periode prenatal sampai *postpartum*. Prevalensi depresi prenatal jauh lebih tinggi di usia kehamilan 12 – 16 minggu (6,1%) dari pada (4,4%) trimester ketiga. Cenderung mengalami peningkatan kecemasan mengakibatkan gangguan psikologis insomnia, kecemasan, stres, depresi maupun *post traumatic stress disorder*. Selama kehamilan dengan adanya masalah psikologis dapat meningkatkan risiko terhadap janin dalam perkembangan jadi buruk, Berat Badan Lahir Rendah kelahiran sampai prematur. Diperlukan dukungan sosial membantu ibu hamil mengatasi stresor dalam kehidupannya.

## **B. DAMPAK EMOSI DALAM KEHAMILAN**

Perubahan hormonal penting dalam perkembangan bayi sebab akan membantu dalam perkembangan otak menjadi sehat serta diperlukan dalam proses pematangan paru. Kadar kortisol tinggi dapat juga menantang emosi. Jika tidak hamil dengan kadar kortisol tinggi akan dikaitkan dengan beberapa bentuk seperti kecemasan maupun depresi, selain itu dapat saja apabila kadar kortisol tinggi akan berpengaruh pada perubahan suasana hati selama kehamilan. Selama kehamilan ada baiknya memahami bagaimana terjadi perubahan hormonal serta fisik

memastikan ibu merasa aman dan percaya diri juga siap melewati tuap semester sampai menghadapi persalinan. Setiap ibu hamil merupakan individu unik, maka penting menghormati setiap kebutuhan serta perasaannya selama periode ini. Pendekatan tepat mengatasi tantangan dapat menjadi ibu yang kuat dan penuh cinta dalam kesempatan bertumbuh serta mempersiapkan diri..

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mutawtah M, Campbell E, Kubis HP, Erjavec M. (2023). *Women's experiences of social support during pregnancy: a qualitative systematic review. BMC Pregnancy Childbirth.* 2023 Nov 10;23(1):782. doi: 10.1186/s12884-023-06089-0. PMID: 37950165; PMCID: PMC10638802.
- ForWhen. (2025). *Psychological Care During Pregnancy: How to Support Your Mental Health. By the Australian Government Department of Health and Aged Care under the Perinatal Mental Health and Wellbeing Program.* <https://forwhenhelpline.org.au/parent-resources/psychological-care-during-pregnancy/>
- Hansen P. (2018). Dukungan Psikologis Awal (*Psychological First Aid - PFA*) Jarak Jauh selama pandemi COVID-19. (Adni Am & Asrori A, Trans.) Twitter: @IFRC\_PS\_Centre. (Original work published 2018) E-mail: [psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org)
- Kementerian Kesehatan RI. Sek JenT. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Mayoclinic.org. (2024a). *Pregnancy week by week. Depression during pregnancy: You're not alone.* <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/in-depth/depression-during-pregnancy/art-20237875>
- Mayoclinic.org. (2024). *Yes, you can safely treat depression and*

- anxiety while pregnant* An excerpt from "Mayo Clinic Guide to a Healthy Pregnancy".  
<https://mcpress.mayoclinic.org/pregnancy/yes-you-can-safely-treat-depression-and-anxiety-while-pregnant/>
- Masoemiversity. (2022). Inilah 7 Manfaat Belajar Psikologi.  
<https://masoemiversity.ac.id/berita/inilah-7-manfaat-belajar-psikologi.php>
- Meital Navon Eyal & Orit Taubman Ben-Ari (2025) *Psychological Well-being during Pregnancy: The Contribution of Stress Factors and Maternal Fetal Bonding*, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 43:1, 47-61, DOI: 10.1080/02646838.2023.2222143
- Melinda Hospital. (2025). Menghadapi Tantangan Emosional dan Psikologis Ibu Hamil Menjelang Persalinan.  
<https://melindahospital.com/articles/detail/menghadapi-tantangan-emosional-dan-psikologis-ibu-hamil-menjelang-persalinan>
- NHS UK. (2024). *Mental health in pregnancy*.  
<https://www.nhs.uk/pregnancy/keeping-well/mental-health/>
- Iris.who.int. (2022). *Guide for integration of perinatal mental health in maternal and child health services*.  
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/362880/9789240057142-eng.pdf?sequence=1>
- Iris.who.int. (2024). *Department of maternal, newborn, child and adolescent health*  
*And ageing Strategic directions 2023–2030*.  
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/379027/9789240100657-eng.pdf?sequence=1>
- Sipasulta GC & Nurhayati. (2016). Efektivitas Penilaian Menggunakan *Ante Natal Risk Questionnaire* (ANQR) terhadap Kejadian Depresi *postpartum*. *Mahakam Nursing Journal* Vol 1, No. 2, Nov 2016 : 99-108 99.  
<https://ejournalperawat.poltekkes->

[kaltim.ac.id/ojs/index.php/nursing/article/view/25/12](http://kaltim.ac.id/ojs/index.php/nursing/article/view/25/12)

Sipasulta GC, Andraini R & Rasmun. (2021). *In Collaboration with The Committee of The 4 Internasional Nursing, Health Science Students & Health Care Professionals Conference 2021. "Embracing Innovations in Health Sciences, Nursing Education & Practice through Research for Achieving Sustainable Development Goals (SDGs)"*Online Conference. ISBN: 978-979-530-334-3. Email: [unhaspress@gmail.com](mailto:unhaspress@gmail.com).

Sipasulta GC, Murti NN, Pasiriani N & Mardiana N. (2022). *The Effect of Provisioning Micronutrients for Pregnant Women up to Breastfeeding to Prevent postpartum Blues in Balikpapan City*. <https://doi.org/10.58811/opsearch.v1i3.27>

WHO.Int. (2025). *Mental Health, Brain Health and Substance Use. Perinatal mental health*. <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/maternal-mental-health>

WHO.Int. (2024). *Strengthening legal and regulatory frameworks for maternal and perinatal death surveillance and response*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/379802/9789240102262-eng.pdf?sequence=1>



## PROFIL PENULIS



### **Ns. Grace Carol Sipasulta, M.Kep., Sp.Kep. Mat.**

Karier keperawatan Penulis dimulai setelah lulus dari Akademi Perawat RS PGI Cikini pada tahun 1985 dengan menyelesaikan ujian negara. Pada tahun 1987, Penulis mendampingi suami, dr. Iwan Gimyar Tanihatu, M.Kes., dalam tugas INPRES di Maluku Tengah, bertugas di PKM Mako dan PKM Namlea sebagai Kepala Puskesmas di Pulau Buru. Pada tahun 1989, Penulis mengabdikan sebagai CPNS di RSUD Haulussy, Ambon, bekerja sebagai perawat ICU sekaligus mengajar di Akademi Keperawatan Depkes Maluku. Setelah menjadi PNS pada 1990, Penulis mengikuti suami ke Jakarta dan bertugas di Akademi Keperawatan Depkes Wijaya Kusuma (Dapur Susu). Tahun 1992, suami ditugaskan di VICO Indonesia, Balikpapan, sementara Penulis bekerja di SPK Depkes Balikpapan, yang kemudian berubah menjadi Akademi Kebidanan Depkes. Di sini, Penulis berkesempatan mengunjungi berbagai kota dan kabupaten di Kalimantan Timur untuk meningkatkan pendidikan bidan dari D1 ke D3 Kebidanan, yang akhirnya berkembang menjadi Poltekkes Kemenkes Kaltim. Pada tahun 2001, Penulis melanjutkan pendidikan S.Kep. dan Ners, lulus tahun 2004 di FIK UI. Kemudian, pada 2008, Penulis mengambil program M.Kep. dan menyelesaikan Sp.Kep.Mat. pada 2011. Saat ini, Penulis berbasis di Kampus C Balikpapan, Poltekkes Kemenkes Kaltim, dimana Jurusan Keperawatan di sini memiliki 4 Program Studi: D3 Keperawatan, Sarjana Terapan-Ners Reguler, dan D3 PJJ Keperawatan. Pengalaman mengajar Program Studi Ners membawa Penulis ke Kutai Barat dan Mahakam Ulu (Mahulu), kabupaten termuda di Kalimantan Timur. Perjalanan menggunakan kapal motor/*speedboat* dari Tering ke Ujoh Bilang merupakan pengalaman yang tak terlupakan. Penulis bersyukur kepada Tuhan Yesus atas dua anak saya: Genevieve E. Tanihatu, M.Psi., Psikolog, dan dr. Gimyarevski E. Tanihatu, serta menantu Elhad Soumeru, S.Pi., M.Si. Kami dikaruniai tiga cucu: Darell Y. Soumeru, Dyandra Y. Soumeru, dan Dirgham Y. Soumeru.

## **BAB 5**

### **KESEHATAN MENTAL IBU DAN DAMPAKNYA PADA ANAK**

Arizka Harisa  
Universitas PTIQ Jakarta  
E-mail: arizkaharisa@ptiq.ac.id

#### **A. PENDAHULUAN**

Perkembangan peradaban manusia yang semakin pesat telah membawa perubahan signifikan dalam pola hidup masyarakat. Kompleksitas kehidupan modern dengan persaingan yang semakin ketat mendorong setiap individu untuk terus berusaha mencapai cita-cita dan aspirasinya. Namun, ketika harapan dan target hidup menjadi terlalu tinggi, hal ini justru dapat berubah menjadi beban mental yang berat, yang pada akhirnya memicu berbagai gangguan kesehatan baik secara fisik maupun mental.

Pemahaman tentang kesehatan yang komprehensif menjadi dasar penting dalam membahas kesehatan mental. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial yang utuh, bukan sekadar tidak adanya penyakit (WHO, 2001). Definisi ini menegaskan bahwa kesehatan mental merupakan bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan, dimana kondisi fisik dan mental saling terkait erat. Lebih lanjut, WHO menjelaskan bahwa kesehatan mental yang baik ditandai dengan kemampuan individu untuk mengenali potensi dirinya, mengelola stres kehidupan sehari-hari, bekerja secara produktif, serta berkontribusi positif bagi masyarakat.

Keselarasan antara pandangan global dan regulasi nasional semakin memperkuat pentingnya kesehatan mental. Prinsip

WHO bahwa "tidak ada kesehatan tanpa kesehatan mental" sejalan dengan UU Kesehatan Republik Indonesia No. 17 Tahun 2023 yang menyatakan bahwa kesehatan mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan sosial. Kedua kerangka ini menekankan pendekatan holistik bahwa kesehatan yang sesungguhnya harus meliputi keseimbangan antara kesejahteraan fisik dan mental. Pemahaman ini menjadi landasan penting bagi pengembangan sistem kesehatan yang lebih komprehensif di masa depan.

Zakiah Daradjat (1983) mengemukakan empat konsep dasar kesehatan mental yang mencakup:

1. Pencegahan gangguan psikologis (psikosis dan neurosis)
2. Kemampuan adaptasi sosial dan lingkungan
3. Pencapaian keseimbangan emosional dalam menghadapi masalah sehari-hari
4. Optimalisasi potensi diri untuk kesejahteraan pribadi dan sosial

Penelitian menunjukkan dampak signifikan kesehatan mental ibu terhadap perkembangan anak. Anak dengan ibu yang mengalami gangguan mental berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan, kesulitan sosial, dan penurunan prestasi akademik (Stein *et al.*, 2014). Pola asuh yang tidak responsif juga dapat membentuk keterikatan tidak aman, memengaruhi kemampuan hubungan interpersonal anak di masa depan (Bowlby, 1988).

Menurut WHO (2022), sekitar 10-13% ibu hamil dan pasca melahirkan mengalami gangguan mental, dengan prevalensi lebih tinggi di negara berkembang. Faktor risiko utamanya meliputi perubahan hormonal, tekanan ekonomi, dan kurangnya dukungan sosial yang sering menyebabkan isolasi emosional. Pentingnya penanganan dini tidak hanya untuk kesejahteraan ibu, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang bagi kesehatan mental anak. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada

yang harus memberikan bantuan yang dibutuhkan oleh ibu atau istri. Dengan keterlibatan dan dukungan aktif dari suami, kesehatan mental ibu dapat terjaga dan penyakitnya dapat dikurangi atau bahkan dihilangkan. Sumber utama dukungan fisik dan mental haruslah pasangan (Winarni *et al.*, 2023).

## E. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, penulis menarik kesimpulan bahwa kesehatan mental pada ibu mempunyai peran besar dalam tumbuh kembang anak. Untuk menjaga kesehatan mental ibu diperlukan dukungan dari lingkungan sekitar, terutama pasangan atau suami.

## DAFTAR PUSTAKA

- Avison William R. (2010). *Incorporating Children's Lives into a Life Course Perspective on Stress and Mental Health. Journal of Health and Social Behavior.*
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat.  
<https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development.* Basic Books.
- Cohen, S., Mermelstein, R., Kamarck, T., & Hoberman, H. M. (1985). *Measuring the functional components of social support. In Sarason, I.G., & Sarason, B. R (Eds.). Social Support: Theory, Research and Applications.*
- Cooper, M., Hooper, C., & Thompson, M. (2005). *Child and Adolescent Mental Health: Theory and Practice.* United Kingdom: Edward Arnold Ltd.
- Cox, J. L., Holden, J. M., & Sagovsky, R. (1987). *Detection of postnatal depression. British Journal of Psychiatry.*

- <https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782>
- Cummings E. M., Keller Peggy S., Davies Patrick T. (2005). *Towards a Family Process Model of Maternal and Paternal Depressive Symptoms: Exploring Multiple Relations with Child and Family Functioning. Journal of Child Psychology and Psychiatry.*
- Dahlia, Marty Mawarpury & Zaujatul Amna. (2020). Kesehatan Mental. Diakses dari <http://repo.poltekkestasikmalaya.ac.id/400/1/Buku%20Kesehatan%20Mental%20setelah%20diedit.pdf>
- Daradjat, Zakiah. (1983). Islam dan Kesehatan Mental. Jakarta: PT Gunung Agung.
- Dennis, C. L., & Hodnett, E. (2007). *Psychosocial and psychological interventions for treating postpartum depression. Cochrane Database of Systematic Reviews.* <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006116.pub2>
- Dollete, Steese, Phillips, & Matthews, (2004). *Understanding girls' circle as an intervention on perceived social support, body image, self-efficacy, locus of control and self-esteem. The Journal of Psychology.*
- Elgar Frank J., Mills Rosemary S. L., McGrath Patrick J., Waschbusch Daniel A., Brownridge Douglas A. (2007). *Maternal and Paternal Depressive Symptoms and Child Maladjustment: The Mediating Role of Parental Behavior. Journal of Abnormal Child Psychology.*
- Field, T. (2010). *Postpartum depression effects on early interactions, parenting, and safety practices: A review. Infant Behavior and Development.* <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2009.10.005>
- Goodman, S. H., Rouse, M. H., Connell, A. M., Broth, M. R., Hall, C. M., & Heyward, D. (2011). *Maternal depression and child psychopathology: A meta-analytic review. Clinical Child and Family Psychology Review.*

<https://doi.org/10.1007/s10567-010-0080-1>

- Goosby Bridget J. (2013). *Early Life Course Pathways of Adult Depression and Chronic Pain. Journal of Health and Social Behavior.*
- Grote, N. K., Bridge, J. A., Gavin, A. R., Melville, J. L., Iyengar, S., & Katon, W. J. (2010). *A meta-analysis of depression during pregnancy and the risk of preterm birth, low birth weight, and intrauterine growth restriction. Archives of General Psychiatry.* <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.111>
- L. Hanington, J. Heron, A. Stein, P. Ramchandani. (2011). *Parental depression and child outcomes – is marital conflict the missing link?. Child:Care, Health, And Development.* <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2011.01270.x>.
- Kuh Diana, Ben-Shlomo Yoav, Lynch J., Hallqvist J., Power C. (2003). *Life Course Epidemiology. Journal of Epidemiology and Community Health.*
- Murray, L., & Cooper, P. J. (1997). *Effects of postnatal depression on infant development. Archives of Disease in Childhood.* <https://doi.org/10.1136/adc.77.2.99>
- Noonan Katharine, Burns Richéal, Violato Mara. (2018) . *Family Income, Maternal Psychological Distress and Child Socio-emotional Behaviour: Longitudinal Findings from the UK Millennium Cohort Study. SSM - Population Health.*
- O'Hara, M. W., & McCabe, J. E. (2013). *Postpartum depression: Current status and future directions. Annual Review of Clinical Psychology.*
- Oyserman, D., Mowbray, C. T., Meares, P. A., & Firminger, K. B. (2000). *Parenting among mothers with a serious mental illness. American Journal of Orthopsychiatry.*
- Pearlin Leonard I. (2010). *The Life Course and the Stress Process: Some Conceptual Comparisons.The Journals of*

*Gerontology.*

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.

Schafer Markus H., Ferraro Kenneth F. (2013). *Childhood Misfortune and Adult Health: Enduring and Cascadic Effects on Somatic and Psychological Symptoms?. Journal of Aging and Health.*

Stein, A., Pearson, R. M., Goodman, S. H., Rapa, E., Rahman, A., McCallum, M., ... & Pariante, C. M. (2014). *Effects of perinatal mental disorders on the fetus and child. The Lancet.* [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61277-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61277-0)

Staneva, A., Bogossian, F., Pritchard, M., & Wittkowski, A. (2015). *The effects of maternal depression, anxiety, and perceived stress during pregnancy on preterm birth: A systematic review. Women and Birth.* <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2015.02.003>

Williams Deadric T., Cheadle Jacob E. (2016). *Economic Hardship, Parent's Depression, and Relationship Distress among Couples With Young Children. Society and Mental Health.*

Wilson Sylia, Durbin C. Emily. (2010). *Effects of Paternal Depression on Fathers' Parenting Behaviors: A Meta-Analytic Review. Clinical Psychology Review .*

Winarni, L. M., Damayanti, R., Prasetyo, S., & Afiyanti, Y. (2023). *Kesejahteraan Psikologis Ibu Hamil melalui Intervensi Psikoedukasi LASTRI. Jawa Tengah: NEM.*

WHO. (2001). *Basic documents, 43rd Edition.* Geneva: World Health Organization.

WHO. (2022). *Maternal Mental Health.* <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-women-during-pregnancy-and-after-childbirth>

## PROFIL PENULIS



### **Arizka Harisa, S.Psi, M.Si.**

Penulis merupakan anak ketiga dari empat bersaudara, Lahir dan dibesarkan di Jakarta Selatan. Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi pada tahun 2010 dan juga Magister Sains Psikologi pada tahun 2015 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta (UIN). Penulis merupakan Dosen tetap pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di Universitas PTIQ Jakarta. Penulis salah satu konselor di Konseling Center pada Universitas PTIQ Jakarta dan juga konselor untuk anak korban kekerasan seksual di Pemkot Tangerang Selatan.



## **BAB 6**

### **PERKEMBANGAN EMOSIONAL ANAK: DARI BAYI HINGGA REMAJA**

Fauziah Syarifatul Huriyah  
Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya  
E-mail: fauziahsyarifatul@upi.edu

#### **A. PENDAHULUAN**

Perkembangan emosi merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang memengaruhi berbagai dimensi, seperti interaksi sosial, kesejahteraan psikologis, dan perkembangan kognitif individu. Emosi dapat dipahami sebagai perasaan atau afek yang muncul ketika seseorang menghadapi situasi atau interaksi yang bermakna bagi dirinya, terutama yang berkaitan dengan kesejahteraan pribadi. Lebih dari sekadar respons terhadap rangsangan eksternal, emosi juga mencerminkan proses internal yang terus berkembang seiring waktu.

Sejak masa bayi hingga remaja, individu mengalami perjalanan emosional yang kompleks. Perubahan ini dipengaruhi oleh interaksi antara faktor biologis, psikososial, kognitif, serta lingkungan tempat mereka tumbuh (Rosenblum & Lewis, 2007; Santrock, 2014). Emosi sendiri dapat diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama, yaitu emosi positif seperti antusiasme, kegembiraan, dan cinta; serta emosi negatif seperti kecemasan, kemarahan, rasa bersalah, dan kesedihan.

Dari sudut pandang biologis, perkembangan emosi diawali oleh sistem saraf pusat, khususnya area limbik dan batang otak, yang memainkan peran penting dalam respons emosional dasar (Thompson, 2010). Seiring bertambahnya usia, perkembangan area korteks serebral, khususnya korteks prefrontal, turut meningkatkan kemampuan regulasi diri dan mengurangi

perubahan suasana hati yang tidak terduga (Bell *et al.*, 2010). Selain faktor biologis, lingkungan sosial seperti keluarga, budaya, serta pola pengasuhan berperan besar dalam membantu anak membangun keterampilan pengendalian emosi yang adaptif. Orang tua yang responsif, suportif, dan menyediakan lingkungan emosional yang aman memungkinkan anak-anak mengembangkan mekanisme pengaturan emosi yang sehat (Thompson, 2010).

Perkembangan emosi dimulai sejak bayi. Pada tahun pertama kehidupan, bayi mulai menunjukkan emosi primer seperti kegembiraan, ketakutan, marah, dan sedih melalui ekspresi wajah dan tangisan. Memasuki tahun kedua, perkembangan kesadaran diri memungkinkan munculnya emosi kompleks seperti rasa malu, bangga, dan empati (Rosenblum & Lewis, 2007). Masa kanak-kanak awal hingga tengah diwarnai oleh peningkatan pemahaman aturan sosial tentang ekspresi emosi, serta kemampuan anak mengatur respons emosional sesuai konteks (Santrock, 2014).

Masa remaja menjadi fase transisi kritis dalam perkembangan emosi. Remaja mengalami perubahan fisiologis akibat pubertas yang memengaruhi kestabilan emosi, disertai peningkatan kemampuan berpikir abstrak yang memungkinkan mereka merefleksikan pengalaman emosional secara lebih kompleks (Rosenblum & Lewis, 2007). Di samping itu, pengalaman sosial baru seperti hubungan dengan teman sebaya dan relasi romantis turut memberikan tantangan emosional tersendiri. Selama masa ini, remaja mulai membangun identitas diri yang erat kaitannya dengan pengalaman emosional mereka.

Memahami perkembangan emosi dari bayi hingga remaja memiliki implikasi penting, baik dalam psikologi perkembangan, pendidikan, maupun intervensi psikologis. Pemahaman komprehensif mengenai tahapan perkembangan emosi serta faktor-faktor yang memengaruhinya dapat

mengelola emosi negatif, serta memahami perspektif orang lain. Memasuki masa kanak-kanak akhir dan remaja, kematangan emosional semakin terlihat. Anak dan remaja mulai mampu mengintegrasikan pemahaman kognitif yang lebih kompleks dengan keterampilan pengelolaan emosi. Pada masa remaja, intensitas emosi meningkat, diiringi tantangan baru seperti pembentukan identitas diri, hubungan teman sebaya, serta pengalaman sosial yang lebih luas.

Keseluruhan perjalanan perkembangan emosi ini menegaskan pentingnya dukungan lingkungan terutama dari keluarga, pengasuh, dan sekolah dalam membantu anak dan remaja membangun keterampilan pengaturan emosi yang sehat, yang akan menjadi bekal penting bagi kesejahteraan psikososial mereka di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, G. R., & Berzonsky, M. D. (2007). *Blackwell Handbook of Adolescence*.
- Bell, M. A., Greene, D. R., & Wolfe, C. D. (2010). *Psychobiological mechanisms of cognition emotion integration in early development. Child Development at the Intersection of Emotion and Cognition.*, 115–132. <https://doi.org/10.1037/12059-007>
- Dunn, J., Brown, J., & Beardsall, L. (1991). *Family talk about feelings states and children's later understanding of others' emotions. Developmental Psychology*, 27(3), 448–455.
- Harter, S., & Buddin, B. J. (1987). *Children's understanding of the simultaneity of two emotions: A developmental study of cognitive and affective factors. Developmental Psychology*, 23(3), 388–399.
- Haviland-Jones, J., & Kahlbaugh, P. (2000). *Emotion and identity. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), Handbook of Emotions* (2nd ed., pp. 293–306). Guilford

Press.

- Hoffman, M. L. (1984). *Interaction of affect and cognition in empathy*. In C. Izard, J. Kagan, & R. Zajonc (Eds.), *Emotions, Cognition, and Behavior* (pp. 103–131). Cambridge University Press.
- Katz, L. F., Maliken, A. C., & Stettler, N. M. (2012). *Parental meta-emotion philosophy: A review of research and theoretical framework*. *Child Development Perspectives*, 6(4), 417–422.
- Nolen-Hoeksema, S., & Girgus, J. S. (1994). *The emergence of gender differences in depression during adolescence*. *Psychological Bulletin*, 115(3), 424–443.
- Rosenblum, G. D., & Lewis, M. (2007). *Emotional development in adolescence*. In G. R. Adams (Ed.), *Blackwell Handbook of Adolescence* (pp. 299–316). Blackwell Publishing.
- Santrock, J. W. (2014). *Child development: An introduction* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Shaffer, D. R., Kipp, K., Wood, E., Willoughby, T., Roberts, K. P., Gottardo, A., Krettenauer, T., Lee, J., & Newton, N. (2020). *Developmental Psychology: Infancy and Childhood*. Nelson Education.
- Simmons, R. G., Blyth, D. A., Cleave, E. F., & Bush, D. M. (1987). *Entry into early adolescence: The impact of school structure, puberty, and early dating on self-esteem*. *American Sociological Review*, 52(5), 647–658.
- Thompson, R. A. (2010). *Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin*. *Emotion Review*, 2(1), 53–61.

## PROFIL PENULIS



### **Fauziah Syarifatul Huriyah, M.Psi., Psikolog.**

Penulis lahir di Tasikmalaya pada 5 Agustus 1993. Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) dan meraih gelar Magister Psikologi Profesi dengan peminatan Psikologi Klinis Dewasa dari Universitas Padjadjaran (UNPAD). Saat ini, Penulis berprofesi sebagai dosen di Program Studi PGPAUD, UPI Kampus Tasikmalaya serta berpraktik sebagai psikolog secara *online* maupun *offline*. Dengan minat keahlian dalam bidang Psikologi Klinis, Psikologi Perkembangan, dan *Parenting*, Penulis aktif dalam mendampingi individu serta keluarga dalam memahami dan mengelola berbagai aspek kesehatan mental. Selain menjalankan peran akademis dan praktik klinis, Penulis aktif sebagai psikolog pendamping di berbagai instansi dalam kegiatan asesmen psikologis, membantu institusi dalam proses seleksi, identifikasi potensi, hingga intervensi psikologis. Penulis juga rutin menjadi pembicara dalam seminar dan *workshop* terkait kesehatan mental dan *parenting*, memberikan edukasi serta pelatihan baik kepada masyarakat umum, tenaga pendidik, maupun komunitas orang tua.

## **BAB 7**

### **PENTINGNYA IKATAN EMOSIONAL ANTARA IBU DAN ANAK**

Elmanora

Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik,  
Universitas Negeri Jakarta, DKI Jakarta  
E-mail: elmanora@unj.ac.id

#### **A. PENDAHULUAN**

Ikatan emosional antara ibu dan anak adalah fondasi utama yang harus dibangun untuk optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Ikatan emosional di usia awal kehidupan anak berdampak baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Romo *et al.*, 2023; Wiliyani *et al.*, 2024). Sejak kelahiran, anak membentuk hubungan yang erat dengan ibunya. Hubungan ini terbentuk melalui kontak langsung (*skin to skin contact*) dan juga menyusui (Diaz-Ogallar *et al.*, 2024). Ikatan yang terbentuk dari hubungan ibu dan anak menjadi dasar bagi pembentukan rasa aman pada anak (Simonova & Kamheba, 2024). Ikatan yang terbentuk antara ibu dan anak berdampak baik juga bagi perkembangan sosial dan emosi anak (Lahtela *et al.*, 2024; Widianingtyas *et al.*, 2024) dan juga menguatkan pembentukan karakter positif anak (Purnama *et al.*, 2024).

Pentingnya ikatan emosional ini tidak hanya terbatas pada masa kanak-kanak saja, melainkan membawa dampak jangka panjang pada perkembangan anak dalam berbagai aspek. Pada masa remaja, ikatan emosional ibu dan anak membantu dalam membangun perkembangan kognitif, emosi, dan sosial remaja (Jain *et al.*, 2023). Semakin kuat ikatan emosional ibu dan anak maka semakin baik remaja dalam mengelola emosi dan mencegah stres (Ye, 2023). Remaja yang merasakan kedekatan

hubungan dengan orang tua merasa lebih aman dan dihargai (Elmanora *et al.*, 2023). Dalam kehidupan dewasa, ikatan emosional antara ibu dan anak masih memiliki peran yang penting. Ikatan emosional yang kuat dapat membantu anak dalam menjalin hubungan, membangun keintiman, dan juga mengatur emosi (Waqas *et al.*, 2024). Anak-anak yang tumbuh dengan ikatan emosional yang kuat dengan ibu mereka cenderung memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dengan lebih baik, mengembangkan keterampilan sosial yang sehat, dan merasa lebih aman dalam menghadapi tantangan hidup. Sebaliknya, anak yang tumbuh tanpa adanya ikatan emosional yang memadai akan mengalami berbagai masalah psikologis, termasuk kecemasan, stres, dan juga kesulitan berinteraksi di masa depan.

Secara umum, bab ini bertujuan untuk mengelaborasi peran penting ikatan emosional antara ibu dan anak bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Secara khusus, bab ini juga akan mengelaborasi landasan teori, dampak ikatan emosional, tantangan ibu dalam membangun ikatan emosional dengan anak, serta strategi dalam membangun ikatan emosional dengan anak. Setelah mempelajari bab ini, pembaca diharapkan memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai ikatan emosional antara ibu dan anak yang ditinjau dari landasan teori, dampak, tantangan, dan strategi.

## **B. IKATAN EMOSIONAL IBU DAN ANAK**

Ikatan emosional antara ibu dan anak adalah hubungan yang mendalam dan saling memengaruhi yang terbentuk melalui interaksi emosional dan fisik sejak awal kehidupan anak. Landasan teori yang dapat digunakan untuk menjelaskan ikatan emosional ibu dan anak adalah teori kelekatan atau dikenal dengan istilah *Attachment Theory*. Teori kelekatan dikembangkan oleh John Bowlby dan Mary Ainsworth. Ikatan

- Pattern of Attachment: Theory and Research. Child Development*, 65(4), 971. <https://doi.org/10.2307/1131298>
- Chen, E., Brody, G. H., & Miller, G. E. (2017). *Childhood close family relationships and health. American Psychologist*, 72(6), 555–566. <https://doi.org/10.1037/amp0000067>
- Deneault, A.-A., Duschinsky, R., van IJzendoorn, M. H., Roisman, G. I., Ly, A., Fearon, R. M. P., & Madigan, S. (2023). *Does child-mother attachment predict and mediate language and cognitive outcomes? A series of meta-analyses. Developmental Review*, 70, 101093. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2023.101093>
- Dewi, U. K., & Diana, R. R. (2023). Peran Parental Attachment Terhadap Perkembangan Agama dan Moral Anak Usia Dini. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 1. <https://doi.org/10.24235/awladly.v9i2.14139>
- Diaz-Ogallar, M. A., Hernandez-Martinez, A., Linares-Abad, M., & Martinez-Galiano, J. M. (2024). *Factors related to a disturbance in the mother-child bond and attachment. Journal of Pediatric Nursing*, 76, 114–123. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.02.009>
- Fasikhah, S. S. (2019). *The Effect of Attachment with Parent on the Emotion Perception of 8-10 Year Old Children. Proceedings of the 4th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2018)*. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.113>
- Hou, M. (2023). *The Impact of Parents on Adolescent Moral Development. Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 8, 1177–1182. <https://doi.org/10.54097/ehss.v8i.4447>
- Izzati, A. N., Hernawati, N., & Islamiah, N. (2024). *The Influence Of Mother-Child Attachment And Caregiver-Child Interaction On Preschool Children's Social-Emotional Development. Journal of Child, Family, and*



- Consumer Studies*, 3(3), 167–177.  
<https://doi.org/10.29244/jcfcs.3.3.167-177>
- Jain, G., Jain, H., & Patadia, J. (2023). *Parental Bonding and Mental Health Problems among Adolescents*. *Global Journal For Research Analysis*, 12(7), 1231–124.
- Jiang, D., Lee, J. C. K., & Kong, D. (2023). *Intergenerational Interactions And Relationship Quality: A Daily Study Among Mothers And Their Adult Children*. *Innovation in Aging*, 7(Supplement\_1), 954–954.  
<https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.3064>
- Kocaadam-Bozkurt, B., Sözlü, S., & Macit-Çelebi, M. S. (2023). *Exploring the understanding of how parenting influences the children's nutritional status, physical activity, and BMI*. *Frontiers in Nutrition*, 9.  
<https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1096182>
- Lahtela, H., Flykt, M., Nolvi, S., Kataja, E.-L., Eskola, E., Tervahartiala, K., Pelto, J., Carter, A. S., Karlsson, H., Karlsson, L., & Korja, R. (2024). *Mother–Infant Interaction and Maternal Postnatal Psychological Distress Associate with Child's Social-Emotional Development During Early Childhood: A FinnBrain Birth Cohort Study*. *Child Psychiatry & Human Development*.  
<https://doi.org/10.1007/s10578-024-01694-2>
- Lestari, R. E., & Handayani, R. (2023). Peran Orang Tua dalam Menstimulasi Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. *Jurnal At-Tabayyun*, 6(2), 113–126.  
<https://doi.org/10.62214/jat.v6i2.158>
- Li, L., Xiao, J., Zhao, W., Zheng, Q., Huang, X., Shan, X., Ming, Y., Wang, P., Wu, Z., Chen, H., Menon, V., & Duan, X. (2024). *Mother-child dyadic interactions shape children's social brain and theory of mind*.  
<https://doi.org/10.7554/eLife.103017>
- Maranges, H. M., Chen, S. K., & Conway, P. (2022). *Insecure*

- and insensitive: Avoidant and anxious attachment predict less concern for others in sacrificial moral dilemmas. Personality and Individual Differences, 185, 111274.*  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111274>
- Mendu, S. B., Neela, A. R., Tammali, S., & Kotha, R. (2024). *Impact of Early Bonding During the Maternal Sensitive Period on Long-Term Effects: A Systematic Review. Cureus.*  
<https://doi.org/10.7759/cureus.53318>
- Mercuri, M., Stack, D. M., Mantis, I., Moszkowski, R., & Field, T. M. (2023). *Maternal and infant touching behaviours during perturbed interactions: Associations with maternal depressive symptomatology and infant crying. Infant Behavior and Development, 71, 101821.*  
<https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101821>
- Mudiyansele, S. B., Wanniarachchi Dona, S., Angeles, M. R., Majumdar, I., Marembo, M., Tan, E. J., Price, A., Watts, J. J., Gold, L., & Abimanyi-Ochom, J. (2024). *The impact of maternal health on child's health outcomes during the first five years of child's life in countries with health systems similar to Australia: A systematic review. PLOS ONE, 19(3), e0295295.*  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295295>
- Preiß, J., Lang, A., Hauser, T., Angerer, M., Schernhardt, P., & Schabus, M. (2025). *Maternal characteristics and their relation to early mother-child interaction and cognitive development in toddlers. PLOS ONE, 20(1), e0301876.*  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301876>
- Purnama, N., Damayanti, R., Wiraatmaja, L. V., & Riany, Y. E. (2024). *Analysis the Role of Mother-child Interaction in Developing Children's Positive Character and Mother's Happiness. International Journal For Multidisciplinary Research, 6(4).*  
<https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i04.24289>

- Rivero, M., Vilaseca, R., Cantero, M.-J., Valls-Vidal, C., & Leiva, D. (2023). *Relations between Positive Parenting Behavior during Play and Child Language Development at Early Ages*. *Children*, 10(3), 505. <https://doi.org/10.3390/children10030505>
- Romo, L. F., Chagolla, D., & Bravo, M. (2023). *Mother-child relationships*. In *Encyclopedia of Child and Adolescent Health* (Vol. 2, pp. 533–541). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818872-9.00090-X>
- Rużniak-Lubocka, A., & Kaźmierczak, M. (2024). *Maternal emotions during child's transition to the preschool*. *Family Forum*, 14, 289–299. <https://doi.org/10.25167/FF/5008>
- Simonova, M. M., & Камнева, Е. В. (2024). *Attachment as a Need for Protection and Safety*. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 1(2), 22–33. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010202>
- Singh, V., Sharma, U., & Srivastava, A. (2022). *Impact of Fearful-Avoidant Attachment Styles on Emotional Maturity Among Young Adults*. *The International Journal of Indian Psychology*, 10(1), 939–945.
- Slavković, A. (2020). *Early attachment and emotional regulation*. *Research in Pedagogy*, 10(2), 462–475. <https://doi.org/10.5937/IstrPed2002462S>
- Sofri, I., Czik, A., & Ziv, Y. (2025). *Parent–child emotional availability, children's early emotional reflectivity skills, and social behavior in kindergarten*. *Family Relations*, 74(2), 951–968. <https://doi.org/10.1111/fare.13131>
- Subhasree, S., & Saranya, T. S. (2024). *The Power Of Open Communication: Examining The Relationship Between Parent-Adolescent Communication And Problem Extent And The Moderating Role Of Sibling Influence*. *International Journal of Advanced Research*, 12(09), 1317–1323. <https://doi.org/10.21474/IJAR01/19568>

- Vision, V., Savitri, J., & Tjandraningtyas, J. (2024). *Parent-Adolescent Conflicts Viewed from Emotional Independence and Parenting Styles*. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 197–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i1i2.26257>
- Waqas, M., Hussain, Z., Ibrahimi, I., & Majid, A. (2024). *Investigating how Childhood Bonding Patterns Influence Adult Behavior and Intimacy*. *Review of Applied Management and Social Sciences*, 7(4), 959–972. <https://doi.org/10.47067/ramss.v7i4.425>
- Wati, D. F., Dewi, R., & Permatasari, D. (2023). *Overview of Parental Bonding with Adolescent Mental Health in Bukittinggi 2023*. *Journal of Health Science and Medical Therapy*, 2(01), 70–76. <https://doi.org/10.59653/jhsmt.v2i01.462>
- Whitaker, J., & Matsudaira, C. (2023). *I Think She's Forgiven Me: Utilizing the Language of Play to Nurture Connection between a Nonverbal Child and Their Mother*. *Studies in Social Science Research*, 4(4), p145. <https://doi.org/10.22158/sssr.v4n4p145>
- Widianingtyas, S. I., Lusiani, E., & Saputra, A. K. (2024). *The Influence Of Child Growth Status and Family Relationships On The Social-Emotional Development of Preschool-Age Children*. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 13(2), 238–247. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v13i2.606>
- Wiliyani, L., Berutu, R. E., S, S. O., & Sihotang, E. G. W. (2024a). *Building Secure Relationships: A Review of the Literature on the Importance of Parent-Child Attachment in Early Life*. *Proceeding of International Conference of Religion, Health, Education, Science and Technology*, 1(1), 562–565. <https://doi.org/10.35316/icorhstech.v1i1.5703>
- Wiliyani, L., Berutu, R. E., S, S. O., & Sihotang, E. G. W. (2024b). *Building Secure Relationships: A Review of the Literature on the Importance of Parent-Child Attachment in*

- Early Life. Proceeding of International Conference of Religion, Health, Education, Science and Technology*, 1(1), 562–565. <https://doi.org/10.35316/icorhestech.v1i1.5703>
- Ye, X. (2023). *Relationship between Parent-child Communication, Adolescent Emotional Adjustment and Depression Symptoms. Journal of Education and Educational Research*, 5(3), 247–249. <https://doi.org/10.54097/jeer.v5i3.13745>
- Zhang, J. (2024). *The Long-Term Effects of Avoidant and Anxious Attachment Styles in Infancy on Personality Development and Future Relationships. Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 42(1), 253–257. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/42/20240641>

## PROFIL PENULIS



### **Elmanora, S.Si., M.Si.**

Penulis bekerja sebagai seorang dosen di Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta sejak tahun 2019. Penulis telah menyelesaikan pendidikan sarjana di Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor pada tahun 2011, dengan ilmu keluarga dan konsumen sebagai mayor dan gizi masyarakat sebagai minor. Penulis juga telah meraih gelar magister (M.Si.) dari Program Studi Ilmu Keluarga dan Perkembangan Anak, Sekolah Pascasarjana Institut Pertanian Bogor pada tahun 2015. Dalam pengajaran, Penulis mengampu berbagai mata kuliah yang berkaitan dengan ilmu keluarga, seperti Mata Kuliah Pendidikan dan Pengasuhan Anak, Perkembangan Keluarga, Interaksi Keluarga, Pendidikan Karakter, Ketahanan Keluarga, Pendidikan Gender dan Keluarga, Teori Keluarga, dan Manajemen Sumber Daya Keluarga. Penulis juga aktif dalam kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat dengan fokus utama pada bidang kesejahteraan keluarga, pengasuhan, dan perkembangan anak.

## **BAB 8**

### **PERAN KELUARGA**

### **DALAM PERKEMBANGAN PSIKOLOGIS ANAK**

Penta Astari Prasetya  
SMKS Wira Harapan - Bali  
E-mail: pastari2203@gmail.com

#### **A. PENDAHULUAN**

Keluarga dipahami sebagai unit terkecil dalam masyarakat. Keluarga menjadi tempat atau lingkungan pertama yang ditemukan seorang anak ketika ia hadir di dunia. Keluarga menjadi lingkungan terpenting dalam perkembangan emosi anak dan memberi ruang pada seorang anak untuk belajar banyak hal terkait dengan hal-hal baru yang ia akan pelajari dalam lingkungan persekolahan berikutnya, sebab dalam keluarga seorang anak akan mengenali dan belajar mengelola emosi (Dwistia *et al.*, 2025). Oleh karena itu diperlukan lingkungan keluarga yang harmonis dan kondusif untuk memberikan rasa aman bagi anak untuk memaksimalkan perkembangannya.

Di era digitalisasi, dimana anak bertumbuh dalam ketergantungan akan gawai, keluarga menjadi lingkungan yang berdaya guna untuk menumbuhkan karakter baik bagi perkembangan anak. Banyak anak memilih menghabiskan waktu dengan gawai daripada berinteraksi dengan keluarga. Pendidikan dalam keluarga dapat menumbuhkan pembentukan sikap, karakter, kebiasaan yang dapat diberikan dan dilatih dari sejak anak-anak masih kecil. Keluarga memiliki tanggung jawab untuk membentuk karakter dan moral anak serta mempengaruhi perilaku perkembangan anak (Dwi *et al.*, 2024). Lingkungan keluarga menjadi agen penting dalam pembentukan psikologi perkembangan dan pembentukan kepribadian anak, serta

menjadi model penting kehidupan masa depan mereka (Alfira & Siregar, 2024; Nasution *et al.*, 2024).

Sebagai bagian paling penting dalam masyarakat, keluarga memiliki peran bagi pembentukan kehidupan dan kepribadian manusia, termasuk perkembangan psikologi anak. Tidak ada lembaga kemasyarakatan apa pun selain keluarga yang lebih efektif dalam membentuk kepribadian dan psikologi perkembangan anak. Karena hal itu keluarga melalui orang tua memiliki peran esensial dalam mengarahkan perkembangan anak dalam berkomunikasi dan membangun karakter positif yang berkaitan dengan perkembangan psikologi anak (Rahmalia & Laell, 2024).

## **B. PERKEMBANGAN PSIKOLOGI ANAK**

Berbicara tentang perkembangan anak, maka kita akan belajar pula tentang ilmu psikologi, sebab objek dari ilmu psikologi adalah manusia, dan pembahasan ini akan dimulai dengan memahami perkembangan psikologi anak yang menjadi bagian penting dalam sebuah keluarga. Ada dua pendekatan yang dapat berkembang ketika kita ingin memahami kehidupan manusia, pendekatan tersebut adalah (Hapsari, 2022):

1. **Pendekatan Tradisional.** Pendekatan tradisional merupakan pendekatan yang menekankan bahwa perkembangan ekstrem manusia terjadi pada masa lahir sampai masa remaja, sedangkan masa dewasa sampai usia lanjut, tidak terlalu banyak perkembangan bahkan di usia lanjut bisa terjadi penurunan perkembangan, oleh karena itu pendekatan ini menekankan masa lahir hingga remaja adalah masa perkembangan yang sangat penting
2. **Pendekatan Masa Hidup.** Pendekatan masa hidup merupakan pendekatan yang menekankan perubahan hidup manusia dari dalam kandungan sampai kematian yang dapat dipelajari secara ilmiah, dimana pada setiap perubahan

## DAFTAR PUSTAKA

- Adristi, S. P. (2021). Peran Orang Tua pada Anak dari Latar Belakang Keluarga *Broken home*. *Lifelong Education Journal*, 1(2), 134.
- Alfira, D., & Siregar, M. F. Z. (2024). Pentingnya Peran Orang Tua dalam Memajukan Keterampilan Berbahasa Anak Usia Dini melalui Komunikasi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(4), 15. <https://doi.org/10.47134/paud.v1i4.641>
- Ambarita, J. (2021). *Pendidikan Karakter Kolaboratif* (1st ed.). Inteligi.
- Dwi, N., Putri, R., Hapsari, D. D., Wihita, A. R., & Mustika, N. A. (2024). Literature Review: Peran Keluarga Dalam Pembentukan Karakter Moral Anak di Era Digital. *Jurnal Empati*, 13(05), 466–474.
- Dwistia, H., Sindika, S., Iqtianti, H., & Ningsih, D. W. (2025). Peran Lingkungan Keluarga dalam Perkembangan Emosional Anak. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 2(2), 1–9.
- Hapsari, I. I. (2022). Psikologi Perkembangan Anak (A. O. Septiyana (ed.); 2nd ed.). CV. Campustaka.
- Monikae;, Prasetya, P. A., Vocalize, A. P., Ambarwati, N., & Susatu, H. (2021). Sinergitas Kolaborasi Guru dan Orang Tua Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (Febrianty (ed.); 1st ed.). Inteligi.
- Munthe, L. M., Lumbantoruan, R., & Naibaho, D. (2024). Pengaruh Peran Keluarga Terhadap Kesejahteraan Emosional Remaja di Dusun Kutambaru. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multi Disiplin*, 02(02), 3031–9498.
- Nasution, F., Ningsih, K. P., Nasution, T. M. S., & Dewi, D. K. (2024). Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia (JUBPI)*, 2(1), 117–126.
- Putri, D. (2025). Pentingnya Pengaruh Keluarga dalam Perkembangan Psikologi Anak Usia Dina. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(1), 1030–1037.



- Rahmalia, S. M., & Laell, S. (2024). Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kepribadian Anak. *Karimah Tauhid*, 3(9), 126–129. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i2.654>
- Redjeki, S., Sayekti, S., Ahdiansyah, M. H., & Rimayanti, E. (2025). Parenting dengan Layanan Konseling Keluarga untuk Mewujudkan Keluarga Harmonis dan Ramah Anak. *Manggali - Jurnal Pengabdian dan Perberdayaan Masyarakat*, 5(1), 78–83.
- Rina, M. (2024). Pengajaran Orang Tua Tentang Pendidikan Agama Kristen Terhadap Pembentukan Karakter Anak di Pusat Pendidikan Misi Manado. *Arya Satya: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 99–107.
- Rondonuwu, D. J., Bokian, G. M., & Kasingku, J. D. (2024). Peran Keluarga dalam Mengatasi Dampak Negatif Dari Pergaulan Bebas. *Jurnal Educatio*, 10(3), 910–919.
- Setiono, K. (2011). *Psikologi Keluarga* (1st ed.). Alumni - Bandung.
- Sudirman, N. A., Pratiwi, I. W., Anggraini, Z., & Jannah, T. (2025). Studi Psikologi Perkembangan : Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Motivasi Belajar Anak Gen Z Developmental. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 649–659. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i1.6968>
- Suri, G. D., Afdal, A., Afnida, M., Sari, A. K., Hariko, R., Fikri, M., Fadli, R. P., & Cusinia, A. H. (2023). Bagaimana Kekerasan dalam Rumah Tangga Berefek pada Kondisi Psikologis Anak?: Analisis Pendahuluan Intervensi Pendidikan. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 1072. <https://doi.org/10.29210/1202323434>
- Suyanto. (2010). *Pendidikan Karakter - Teori & Aplikasi*. Renika Cipta.
- Vany, T., Pasaribu, A., & Sultani, D. I. (2024). Pola Pendidikan Akhlak Anak dalam Keluarga. *Metta (Jurnal Penelitian Multidisiplin Ilmu)*, 3(1), 2459–2464.

- Veronika, N., Chairy Azhar, P., & Sugma, A. R. (2022). Dampak Psikologi Pada Anak. JBS (Jurnal Berbasis Sosial), 3(1), 30–37.
- Yuliani, A. N., & Pratama, W. A. (2024). Peran Keluarga Dalam Pembentukan Karakter dan Pergaulan Anak di Masyarakat. JGEN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.60126/jgen.v2i1.253>

## PROFIL PENULIS



### **Penta Astari Prasetya, S.Si., M.Pd.**

Penulis lahir di Bali, pada 22 Mei. Penulis menyelesaikan pendidikan S1 tahun 2004 dan S2 tahun 2023. Penulis memulai karier sebagai seorang guru pada Juni 2008 di sebuah sekolah negeri di Bali dan sejak 5 Agustus 2010 bertugas sebagai guru di SMKS Wira Harapan, Bali. Tahun 2020, Penulis mulai mencoba menulis buku antologi berjudul “Merdeka Belajar”. Kesenangan dalam menulis berlanjut sampai sekarang, dengan menghasilkan beberapa karya buku (*book chapter* maupun buku solo). Penulis telah menulis kurang lebih 30an judul buku fiksi berupa kumpulan puisi, cerpen, kata motivasi dan cerita inspiratif serta beberapa judul buku non fiksi, tentang pendidikan karakter, moderasi beragama, pembelajaran berdiferensiasi dan tentang pendidikan literasi. Selain menulis buku juga menulis artikel ilmiah yang diterbitkan di jurnal. “*Menulis adalah kesempatan untuk belajar dan mengajar di segala tempat dan waktu tanpa terbatas.*”

## **BAB 9**

### **STRES DAN KECEMASAN PADA IBU**

Deasti Nurmaguphita  
Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta  
E-mail: deastinurma@unisayogya.ac.id

#### **A. PENDAHULUAN**

Dalam Kehidupan sehari-hari stres dan juga kondisi kecemasan sering terjadi dan menjadi suatu hal yang cukup wajar jika dirasakan pada seorang ibu yang mempunyai tugas utama mengasuh, merawat anak dan keluarga. Seorang ibu juga mempunyai peran yang cukup kompleks dalam menjalankan perannya serta merawat diri dan keluarganya. Tidak jarang tugas yang dilaksanakan masih bersifat terus menerus dan berubah dalam setiap harinya, tentunya hal ini menjadikan *stressor* atau kekawatiran tersendiri bagi seorang ibu. Jika tugas utamanya masih disertai dengan mengasuh anak, tentu setiap harinya seorang ibu juga akan berpikir terus menerus mengenai tumbuh kembang serta perkembangan anak dalam mengikuti tahapan usianya.

Peran ibu di era modern bukan lagi sekadar sebagai pengasuh dan pengatur rumah tangga. Kini, ibu juga hadir sebagai pekerja, pemimpin, pendidik, sekaligus penjaga nilai-nilai keluarga dalam dunia yang terus berubah. Di tengah kemajuan teknologi, tuntutan sosial, dan dinamika kehidupan yang semakin cepat, peran ibu menjadi semakin kompleks dan multidimensi. Seorang ibu modern dituntut untuk mampu menjalankan peran ganda mengurus keluarga sekaligus mengejar karier atau berkontribusi secara ekonomi. Tidak sedikit dari mereka yang harus menyeimbangkan pekerjaan profesional dengan tanggung jawab domestik yang tidak pernah

habis. Di saat yang sama, mereka dihadapkan pada tekanan sosial untuk selalu tampil sempurna, baik sebagai orang tua maupun sebagai individu. Tantangan lain muncul dari kemajuan teknologi dan media sosial, yang sering kali menciptakan standar tidak realistis tentang "ibu ideal". Ibu masa kini harus bijak dalam menyikapi informasi yang melimpah dan membentengi keluarga dari pengaruh negatif dunia digital, sembari tetap menjadi panutan dalam nilai-nilai moral dan etika.

Tidak hanya itu, ibu juga diharapkan mampu menjadi pendidik pertama dan utama bagi anak-anaknya mengenalkan nilai, karakter, hingga kemampuan menghadapi dunia yang penuh ketidakpastian. Semua ini dilakukan di tengah tuntutan emosional, beban mental yang tinggi, dan sering kali, keterbatasan waktu serta energi. Peran ibu modern adalah perjalanan penuh pengorbanan, kekuatan, dan cinta yang luar biasa. Meski menghadapi banyak tantangan, ibu tetap menjadi sosok sentral yang tak tergantikan dalam membentuk generasi masa depan. Di balik senyumnya, tersembunyi ketangguhan yang layak diapresiasi setiap hari.

Menjadi seorang ibu adalah anugerah yang luar biasa, namun juga penuh tantangan. Di balik senyum dan ketangguhannya, tidak sedikit ibu yang menyimpan beban stres dan kecemasan dalam diam. Sayangnya, jika tekanan ini berlangsung terus-menerus tanpa penanganan yang tepat, dampaknya bisa sangat merugikan, baik secara fisik maupun mental. Secara fisik, stres berkepanjangan membuat tubuh ibu selalu berada dalam kondisi “siaga”, yang bisa menyebabkan kelelahan kronis, gangguan tidur, sakit kepala, hingga masalah pencernaan. Sistem imun pun menjadi lemah, membuat ibu lebih rentan terhadap penyakit. Bahkan, dalam jangka panjang, stres dapat meningkatkan risiko tekanan darah tinggi dan gangguan jantung.

keluarga bisa terganggu. Ibu mungkin merasa tertekan dan tidak dapat menikmati kebersamaan keluarga secara penuh.

## **F. PENTINGNYA MENGELOLA STRES DAN KECEMASAN PADA IBU**

Sebagai ibu, mengelola stres dan kecemasan adalah hal yang sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental Anda. Ketika ibu mampu mengelola stres dengan baik, mereka lebih mampu merawat diri sendiri dan keluarga. Mengelola stres dengan cara yang sehat juga akan meningkatkan kualitas hubungan keluarga, memungkinkan ibu untuk memberikan perhatian dan kasih sayang yang lebih baik kepada anak-anak dan pasangan. Menggunakan koping yang sesuai untuk permasalahan keluarga (Apriza, A., Erlinawati, E., Anita, R., & Fira, H., 2021) Melalui pemahaman yang lebih baik tentang stres dan kecemasan, ibu dapat belajar untuk mengenali tanda-tanda awal dan mencari cara untuk mengelolanya dengan efektif. Ini adalah langkah dan cara yang sangat penting untuk menjaga keseimbangan hidup sebagai seorang ibu. Kesehatan mental dan sehat secara psikologis ibu sangat utama untuk bisa menjalankan peran dan fungsi dalam merawat keluarga dengan baik (Irma dkk, 2023).

## **G. KESIMPULAN**

Mengelola stres dan kecemasan pada ibu bukan hanya soal menjaga kesehatan pribadi, tetapi juga menjadi fondasi penting bagi kualitas pengasuhan dan keharmonisan keluarga. Saat seorang ibu mampu merawat dirinya secara fisik dan emosional, ia lebih siap untuk hadir secara utuh bagi anak dan pasangan. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk mengenali batas diri, mencari dukungan, serta memberi ruang untuk istirahat dan refleksi. Karena ibu yang sehat dan bahagia adalah kunci utama

bagi tumbuh kembang anak yang optimal dan keluarga yang sejahtera.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D.F., & Ifdil, I. (2019). Konsep Kecemasan pada Lanjut Usia. *Konselor*, 8(2), 85–90.
- Apriza, A., Erlinawati, E., Anita, R., & Fira, H. (2021). Penurunan Kecemasan pada Ibu Hamil Risiko Tinggi melalui *Citronella Oil Therapy*. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(2), 122–127.
- Diani LPP, Susilawati L. (2013). Pengaruh Dukungan Suami terhadap Istri yang Mengalami Kecemasan pada Kehamilan Trimester Ketiga di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 15–22.
- Hawari, D. (2018). Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hendri, N. W., Meilia Rahmawati, D., Widaningsih, I., & Kusumawaty, I. (2025). *Kebidanan dan Dukungan Emosional: Memahami Kesehatan Mental Ibu*. Get Press Indonesia. ISBN 978-623-125-599-0.
- Husnur, R. (2017). Kesejahteraan Subyektif pada Ibu Primigravida dengan Dukungan Sosial. *Jurnal Psikologi*, 44(1), 1–12.
- Irma, Marni Br Karo, Wahyuni, A. S., & Zahara, E. (2023). *Kesehatan Mental Perempuan*. Nuha Medika. ISBN 978-623-7323-98-3
- Ramie, A. (2022). *Mekanisme Koping, Pengetahuan dan Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19*. Deepublish. ISBN 978-623-02-5064-4.

## PROFIL PENULIS



**Deasti Nurmaguphita, S.Kep.Ns.,  
M.Kep.Sp.Kep.J.**

Penulis lahir di Bantul, Yogyakarta pada 11 Mei 1986. Penulis menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners di Universitas Aisyiyah Yogyakarta pada tahun 2009, kemudian melanjutkan studi S2 Magister Keperawatan Jiwa di Universitas Indonesia dan lulus pada tahun 2014. Pada tahun 2015, penulis berhasil menyelesaikan

Program Spesialis Keperawatan Jiwa di universitas yang sama. Karier profesional Penulis dimulai sejak tahun 2011 dengan menjabat sebagai Koordinator Alumni dan Pengembangan Karier, kemudian sebagai Sekretaris Program Studi Keperawatan, serta sebagai Ketua Program Studi Keperawatan hingga tahun 2024. Saat ini, penulis aktif berkarya di Universitas Aisyiyah Yogyakarta melalui berbagai kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi, termasuk penulisan buku, publikasi ilmiah, partisipasi dalam seminar, dan penyelenggaraan *workshop*. Dengan motto hidup "Selalu mencoba menebar manfaat apa pun, kapan pun, dimana pun", penulis berkomitmen untuk terus berkontribusi dalam dunia keperawatan dan pendidikan.

# **BAB 10**

## **PERBEDAAN BUDAYA**

### **DALAM PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

Mulyati  
Universitas Negeri Jakarta, Jakarta  
E-mail: mulyati@unj.ac.id

#### **A. PENDAHULUAN**

Budaya memiliki peran penting dalam membentuk psikologi ibu dan anak. Nilai-nilai, norma dan tradisi dalam suatu budaya menentukan pola asuh, komunikasi dan interaksi antara ibu dan anak. Dalam mendidik anak berbagai budaya memiliki pendekatan yang berbeda yang pada akhirnya berdampak pada perkembangan psikologi anak dan hubungan ibu dan anak. Perbedaan budaya dalam psikologi ibu dan anak dapat berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan termasuk perkembangan emosi, sosial dan kognitif anak. Hal ini seiring dengan globalisasi dan perubahan sosial yang cepat ,dimana nilai-nilai tradisional mulai bergeser dan bercampur dengan nilai-nilai modern.

Setiap budaya memiliki nilai, norma dan praktik yang unik yang dapat membentuk cara berpikir, berperilaku dan berinteraksi antara ibu dan anak. Dalam psikologi, pemahaman tentang perbedaan budaya sangat penting untuk mengeksplorasi dinamika hubungan keluarga dan perkembangan psikologis anak. Budaya mempengaruhi berbagai aspek kehidupan termasuk pengasuhan anak, komunikasi, harapan sosial, sistem dukungan dan tradisi. Misalnya dalam budaya kolektifis , nilai - nilai kebersamaan, kepatuhan, keharmonisan lebih ditekankan ini banyak diterapkan di banyak negara Asia. Sedangkan budaya individualis yang banyak diterapkan di negara barat (Eropa,



Amerika), nilai-nilai kemandirian, ekspresi diri lebih ditekankan. Perbedaan ini dapat mempengaruhi pada cara ibu dalam mendidik anaknya dan bagaimana anak merespons terhadap pengasuhan yang diterapkan. Selain itu perbedaan budaya juga dapat mempengaruhi cara berkomunikasi antara ibu dan anak. Contohnya penggunaan bahasa dan gaya komunikasi yang berbeda dapat mempengaruhi pemahaman dan kedekatan emosional antara ibu dan anak.

Perbedaan harapan sosial dalam berbagai budaya juga dapat mempengaruhi tekanan yang dirasakan anak, seperti harapan untuk berprestasi secara akademis atau nilai-nilai kerja keras yang diajarkan sejak dini. Sistem dukungan sosial seperti dukungan dari keluarga besar atau komunitas juga berbeda, antara budaya yang satu dengan budaya yang lain. Budaya yang mementingkan keluarga besar cenderung memberikan dukungan sosial yang besar, sementara budaya yang lebih individualistik lebih mengandalkan dukungan dari teman atau profesional.

Dengan memahami perbedaan budaya ini kita dapat lebih menghargai keragaman cara pengasuhan dan memperkuat hubungan antara ibu dan anak. Hal ini juga dapat membantu dalam mengembangkan pendekatan psikologi yang lebih inklusif dan sensitif terhadap budaya yang dapat mendukung perkembangan psikologis anak yang sehat.

## **B. DEFINISI PSIKOLOGI IBU DAN ANAK**

Psikologi ibu dan anak adalah cabang ilmu psikologi yang mempelajari hubungan emosional, kognitif dan sosial antara ibu dan anak serta bagaimana interaksi ini mempengaruhi perkembangan anak dari masa prenatal hingga dewasa. Hubungan ibu dan anak berperan secara krusial dalam membentuk karakter, kepribadian serta kesejahteraan emosional anak. Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (Keller H. , 2011), psikologi ibu dan anak berfokus pada dinamika hubungan yang

## F. KESIMPULAN

Budaya memiliki pengaruh besar dalam psikologi ibu dan anak, terutama dalam pola keterikatan, pola asuh, regulasi emosi, dan pembentukan identitas. Memahami peran budaya dalam perkembangan anak dapat membantu orang tua dalam menyesuaikan pendekatan pengasuhan agar lebih efektif sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial yang terus berubah. Nilai dan norma dalam mendidik anak tidak hanya mencerminkan budaya, tetapi juga menunjukkan prioritas masyarakat tertentu apakah itu harmoni komunitas, ekspresi individu, atau keberhasilan akademis. Perbedaan budaya memberikan keragaman dalam pola asuh dan hubungan antara ibu dan anak, yang pada akhirnya membentuk kepribadian, emosi, dan keterampilan sosial anak. Menghormati perbedaan ini dan memahami dampaknya membantu kita mendukung perkembangan psikologis anak dengan lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baumrind, D. (1991). *The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. Journal of Early Adolescence*, 56-95.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Chao, R. K. (1994). *Beyond Parental Control and Authoritarian Parenting Style: Understanding Chinese Parenting Through the Cultural Notion of Training. JSTOR*, 1111-1119.
- Hurlock, E. B. (Jakarta). Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang Rentang Kehidupan . 1980: Erlangga.
- Kagitcibasi, C. (2007). *Family, Self, and Human Development Across Cultures: Theory and Applications. Mahwah*. New York: NJ: Erlbaum.
- Keller. (2007). *Cultures of Infancy*. New York: NJ: Erlbaum.
- Keller, H. (2011). *Autonomy and Relatedness Revisited:*

- Cultural Manifestations of Universal Human Needs. Child Development Perspectives*, 12-18.
- Matsumoto, D. (1990). *Cultural Similarities and Differences in Display Rules. Motivation and Emotion, Motivation and Emotion*.
- Morelli, G. A. (1992). *Cultural Variation in Infants' Sleeping Arrangements: Questions of Independence. Developmental Psychology*, 604-613.
- Papalia, D. E. (2009). *Human Development*. New York : McGraw-Hill.
- Rothbaum, F. W. (2000). *Attachment and Culture: Security in the United States and Japan. American Psychologist*, 1093-1104.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development (13th ed.)*. New York : McGraw-Hill.
- Vygotsky, L. S. (1978 ). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

## PROFIL PENULIS



### **Mulyati, S.Pd., M.Si.**

Penulis merupakan seorang akademisi dan peneliti di bidang pendidikan dan psikologi perkembangan anak. Beliau memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) dari IKIP Jakarta dan melanjutkan studinya hingga meraih gelar Magister Sains (M.Si.) di bidang Ilmu Keluarga dan perkembangan dari Sekolah Pasca Sarjana IPB. Dengan latar belakang akademik yang kuat,

Penulis memiliki ketertarikan khusus dalam kajian psikologi ibu dan anak, pola asuh dalam berbagai budaya, serta pengaruh lingkungan sosial terhadap perkembangan anak. Sebagai seorang dosen di Program Studi PKK FT UNJ, Penulis aktif mengajar dan membimbing mahasiswa dalam memahami konsep-konsep psikologi perkembangan dan pendidikan. Selain itu, Penulis juga sering terlibat dalam penelitian yang mengeksplorasi bagaimana budaya dan pola asuh memengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak. Hasil penelitiannya telah dipresentasikan dalam berbagai seminar akademik serta dipublikasikan dalam jurnal ilmiah dan buku.

## **BAB 11**

### **TANTANGAN DALAM HUBUNGAN IBU-ANAK: KONFLIK DAN RESOLUSI**

Caecilia Sri Hatmani  
Konselor SMA Xaverius 1, Psikolog, Palembang  
E-mail: sisilhatmani@gmail.com

#### **A. PENDAHULUAN**

Masa-masa awal dalam kehidupan anak adalah fase yang sangat penting dan perlu perhatian khusus dari orang tua. Banyak ahli psikologi yang beranggapan bahwa periode awal ini merupakan waktu yang krusial yang memberi pengaruh mendalam terhadap perkembangan anak hingga dewasa nanti. Sebagai individu yang paling dekat dengan anak, ibu memegang peran sentral dalam membentuk karakter anak, baik dari segi fisik, emosional, maupun kemampuan sosialnya.

Selain faktor genetik, peran lingkungan terutama kehadiran ibu memegang peranan besar dalam menentukan arah perkembangan anak di masa depan. Meski peran ayah juga sangat penting, tak dapat disangkal bahwa ibu sering kali menjadi sosok yang paling dominan dalam kehidupan sehari-hari anak, terutama di masa-masa awal kehidupannya. Anak sepenuhnya bergantung pada ibu, baik untuk kebutuhan fisik seperti makan maupun untuk kebutuhan emosional yang lainnya. Ikatan yang terjalin antara ibu dan anak pun bukan hanya bersifat biologis, tetapi juga mencakup perasaan cinta, perhatian, dan pengertian yang mendalam.

Pandangan para ahli seperti Freud, yang menyatakan bahwa pengalaman masa kecil dapat memengaruhi kemampuan anak dalam menyesuaikan diri di masa depan, dan Erikson yang menekankan bahwa masa kanak-kanak adalah fondasi awal

perkembangan manusia, menggambarkan pentingnya interaksi yang sehat antara ibu dan anak. Erikson mengungkapkan bahwa apa yang dipelajari anak tergantung bagaimana orang tua memenuhi kebutuhan anak akan makanan, perhatian, dan kasih sayang (Hurlock, 1991). Konsep ini juga sejalan dengan teori psikologi kontemporer yang menyoroti pentingnya ikatan emosional yang terbentuk sejak usia dini.

Sebuah teori yang dikembangkan oleh John Bowlby dan Mary Ainsworth menjelaskan bagaimana kualitas hubungan awal antara ibu sebagai pengasuh utama dan anak memengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak. Teori ini dikenal dengan istilah perilaku kelekatan (*attachment*). Perilaku kelekatan merujuk pada upaya bayi mencari figur kelekatan ketika merasa tertekan, terancam, takut, atau tidak aman. Tujuan dari perilaku ini adalah untuk mencapai kedekatan dengan pengasuh (biasanya ibu) guna meningkatkan rasa aman dan kelangsungan hidup (O'Shaughnessy *et al.*, 2023). Kelekatan dimulai sejak bayi menerima ASI pertama kali dari ibu (Pinanta & Arifin, 2023) dan berkontribusi pada perkembangan diri yang terintegrasi, rasa percaya diri terhadap diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan menghadapi tantangan hidup (George, 2019)."

Kelekatan yang dibutuhkan seorang anak adalah kelekatan yang ditandai dengan pengasuhan yang responsif dan konsisten, membangun rasa aman yang vital untuk perkembangan emosional anak atau biasa disebut dengan kelekatan yang aman. Sebaliknya, kelekatan yang tidak aman bisa memicu masalah perilaku dan emosional, seperti kecemasan dan kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Anak memiliki keinginan untuk selalu dekat dengan sosok pengasuh yang memberikan dukungan. Kepekaan ibu terhadap sinyal-sinyal yang diberikan anak akan menentukan seberapa besar ikatan emosional yang terjalin antara keduanya. Semakin responsif ibu terhadap

pengasuhan agar perkembangan anak sesuai dengan nilai dan praktik budaya, termasuk praktik keagamaan yang mereka anut.

## **E. KESIMPULAN**

Hubungan antara ibu dan anak merupakan komponen penting dalam perkembangan anak, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti gaya kelekatan, konteks budaya, dan tekanan eksternal. Memahami kompleksitas hubungan ini serta tantangan yang dihadapi sangat penting untuk merancang intervensi dan sistem dukungan yang efektif. Untuk memperkuat hubungan ibu dan anak, serta pencapaian perkembangan optimal pada anak diperlukan perhatian lebih pada isu kesehatan mental ibu, pengetahuan keterampilan mengasuh dan dukungan positif dari keluarga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- APA. (2005). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-TR)* (IV-TR). American Psychiatric Publishing.
- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. (2017). Perbedaan stres ditinjau dari ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58–65. [http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/1234/5/13.860.0063\\_file5.pdf](http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/1234/5/13.860.0063_file5.pdf)
- Ayu, I., Wulandari, P., Dian, M., Kusuma, S., Tertiana, W., Gambaran, S., Koping, S., Stres, T., Postpartum, I., Kesehatan, J., Sari, W. T., Teknologi, I., & Bali, K. (2023). Gambaran Strategi Koping dan Tingkat Stres pada Ibu Postpartum (*An Overview of Coping Strategies and Stress Levels in Postpartum Mothers*). *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 2721–8007.
- Darmawan, H. dan I. H. (2011). *Cinta Kasih Jurus Jitu Mendidik Anak: Pengalaman 36 tahun* (Zuraida & S. Oktarina (eds.);

- Cetakan Pe). Pustaka Sinar Harapan.
- Field, T. (1992). Infants of depressed mothers. *Development and Psychopathology*, 4(1), 49–66.  
<https://doi.org/10.1017/S0954579400005551>
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 02(2), 34–40. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkkc9b6c2dcddfull.pdf>
- Hurlock, E. B. (1991). *Perkembangan Anak: Vol. Kedua* (A. Dharma (ed.); Kedua). Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Kelima). Erlangga.
- Lutfianawati, D., Perwitaningrum, C. Y., & Kurnia, R. T. R. (2019). Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(1), 23–29.  
<https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1411>
- Priyana, Y. (2023). Hubungan antara Perilaku *Overprotective* Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja: Tinjauan Faktor-faktor Mediasi dan Moderasi. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(03), 145–152.  
<https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i03.426>
- Puryanti, I. (2013). Hubungan Kelekatan Anak Pada Ibu dengan Kemandirian di Sekolah (Studi pada TK Hj. Isriati Baiturrahman I Kota Semarang Tahun 2012).  
<https://api.semanticscholar.org/CorpusID:190329134>
- Putri, A. K., Yuniarti, K. W., & Press, U. G. M. (2021). *Isu-Isu Kontemporer Dalam Psikologi Di Indonesia*. Gadjah Mada University Press.  
<https://books.google.co.id/books?id=Z9hUEAAAQBAJ>
- Sudarmanto, E., Sari, D. P., Tjahjana, D., Wibowo, E., Mardiana, S. S., Purba, B., Purba, S., Tjiptadi, I. D. D.,



- Syafrizal, Kato, I., Rosdiana, Manalu, N. V., & SN, A. (2021). Manajemen Konflik (Ronal Watrianthos (ed.); Cetakan 1). Yayasan Kita Menulis. <https://doi.org/10.55681/nusra.v5i1.1856>
- Sunarti, E., Tati, Atat, S. N., Noorhaisma, R., & Lembayang, D. P. (2005). Pengaruh tekanan ekonomi, dukungan sosial, kualitas pernikahan, pengasuhan, dan kecerdasan emosi anak terhadap prestasi belajar anak. *Media Gizi & Keluarga*, 29(1), 34–40. [https://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/53209/Pengaruh tekanan ekonomi keluarga\\_ Euis Sunarti-juli05.pdf?sequence=1](https://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/53209/Pengaruh_tekanan_ekonomi_keluarga_Euis_Sunarti-juli05.pdf?sequence=1)
- Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2017). Analisis Faktir-Faktor Penyebab Terjadinya *Baby Blues Syndrom* Pada Ibu Nifas. *Infokes*, 7(2), 12–20.
- Wardyaningrum, D. (2015). Komunikasi untuk penyelesaian konflik dalam keluarga: orientasi percakapan dan orientasi kepatuhan. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Pranata Sosial*, 2(1), 47–58. [eprints.uai.ac.id/12/1/110-506-1-SM.pdf%250A%250A](http://eprints.uai.ac.id/12/1/110-506-1-SM.pdf%250A%250A)
- Winarni, L. M., Winarni, E., & Ikhlasiah, M. (2018). Pengaruh Dukungan Suami dan *Bounding Attachment* dengan Kondisi Psikologis Ibu Postpartum di RSUD Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 3(2), 1–11. [file:///C:/Users/HP/Downloads/50-Article Text-404-1-10-20180917.pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/50-Article%20Text-404-1-10-20180917.pdf)

## PROFIL PENULIS



### **Caecilia Sri Hatmani, S.Psi. Psikolog.**

Penulis merupakan seorang psikolog yang berpengalaman dalam melakukan asesmen dan tes psikologi pada anak-anak, remaja, maupun dewasa. Pada periode 1995 hingga 2011, Penulis bekerja di sebuah klinik di kota Malang yang menangani anak-anak berkebutuhan khusus, dimana penulis melakukan deteksi dini dan merancang program pengembangan untuk mereka. Selain itu, Penulis juga melakukan berbagai tes psikologi untuk anak-anak di luar klinik, serta melakukan asesmen dan rekrutmen di berbagai instansi. Selain bekerja di klinik, Penulis juga mengajar di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka dan Institut Pastoral Indonesia di Malang. Pada tahun 2011, Penulis pindah ke Palembang dan menjadi konselor di sebuah sekolah swasta. Penulis aktif di Himpsi dan terlibat dalam berbagai kegiatan Himpsi Palembang, termasuk menjadi asesor dalam penempatan CPNS. Pada masa pandemi COVID-19 antara 2020 hingga 2022, Penulis bergabung dengan komunitas menulis NAD dan menerbitkan berbagai karya fiksi dan non-fiksi, termasuk 12 antologi. Terbaru, Penulis menulis novel pendek berjudul *Lingkaran Waktu*, yang dibuat bersama empat penulis lainnya.

# Psikologi Ibu dan Anak

Buku **“Psikologi Ibu dan Anak”** membahas pentingnya hubungan psikologis antara ibu dan anak sebagai fondasi utama dalam perkembangan emosional, sosial, dan mental anak. Buku ini menekankan bahwa ikatan antara ibu dan anak tidak hanya memengaruhi masa kanak-kanak, tetapi juga membentuk kepribadian dan cara individu berinteraksi dengan lingkungannya di masa dewasa. Pada buku ini membahas poin-poin penting, diantaranya: (1) pentingnya hubungan ibu dan anak, (2) aspek psikologis dalam pengasuhan, (3) ikatan pengasuhan yang kuat, (4) pola asuh yang mendukung, (5) tantangan dalam hubungan ibu dan anak, (6) membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan, (7) peran lingkungan dan dukungan sosial, (8) praktik pengasuhan yang berkelanjutan.

Hubungan antara ibu dan anak bukan hanya tentang memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga tentang menciptakan ikatan emosional yang kuat dan mendukung. Dengan memahami prinsip-prinsip psikologi yang mendasari hubungan ini, para ibu dapat mengasuh anak dengan lebih efektif dan membangun fondasi yang kokoh bagi perkembangan anak di masa depan. Membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan antara ibu dan anak adalah proses yang membutuhkan komitmen, kesabaran, dan kasih sayang.



**FUTURE SCIENCE**

Jl. Terusan Surabaya, Gang 1 A No. 71 RT 002 RW 005,  
Kel. Sumber Sari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang,  
Provinsi Jawa Timur.  
Website : [www.futuresciencepress.com](http://www.futuresciencepress.com)



**IKAPI**  
IKATAN PENERBIT INDONESIA

No. 348/JTI/2022

ISBN 978-634-7216-45-8 (PDF)



9

786347

216458