

**UPAYA ORANG TUA DALAM MENJAGA KESEHATAN  
MENTAL ANAK USIA DINI DI KAMPUNG SRI RAHAYU  
PURWOKERTO**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk  
Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
(S.Pd.)**

**Oleh :  
LUFVIANA ZULFA  
NIM. 1817406067**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
JURUSAN PENDIDIKAN MADRASAH  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
2024**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
www.uinsaizu.ac.id

**PENGESAHAN**


Skripsi Berjudul :

**UPAYA ORANG TUA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK USIA  
DINI DI KAMPUNG SRI RAHAYU PURWOKERTO**


Yang disusun oleh: Lufviana Zulfa NIM: 1817406067, Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Program Studi: PIAUD, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, telah diujikan pada hari: Selasa, tanggal 23 bulan 1 tahun 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan ( S.Pd. ) pada sidang Dewan Penguji skripsi.

Penguji I/Ketua sidang/Pembimbing,

Penguji II/Sekretaris Sidang,


  
Ellen Prima, S.Psi, M.A

NIP. 1989031 6201503 2 003

  
Dr. Asef Umar Fakhruddin, M.Pd.I


NIP. 1983042 6201801 1 001

Penguji Utama,

  
Dr. Abu Dharin, S.Ag, M.Pd  
NIP. 19741202 201101 1 001

Mengetahui :  
Ketua Jurusan Pendidikan Madrasah,



  
Dr. Abu Dharin, S.Ag, M.Pd  
NIP. 19741202 201101 1 001

### PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya :

Nama : Lufviana Zulfa  
NIM : 1817406067  
Jenjang : S-1  
Jurusan : Pendidikan Madrasah  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi berjudul "**Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto**" ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian / karya saya sendiri, bukan dibuatkan orang lain, bukan saduran, juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya sendiri, bukan dikutip dalam skripsi ini, diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang telah saya peroleh.

Purwokerto, 19 Januari 2024

Saya yang menyatakan,



Lufviana Zulfa

NIM. 1817406067



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK  
INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53128  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
www.uinsaizu.ac.id

#### NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Munaqosyah Skripsi sdri. Lufviana Zulfa  
Lamp : 3 Eksemplar

Kepada Yth,  
Ketua Jurusan Pendidikan Madrasah  
UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto  
di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi, maka melalui surat ini saya sampaikan bahwa :

Nama : Lufviana Zulfa  
Nim : 1817406067  
Program Studi : Pendidikan Anak Usia Dini  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Judul : Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto

Sudah dapat diajukan kepada Ketua Jurusan Pendidikan Madrasah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk dimunaqosyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). demikian atas perhatian bapak, saya mengucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Purwokerto, 18 Januari 2024  
Pembimbing,

Ellen Prima, S.Psi., M.A.,  
NIP. 1989031 6201503 2 003



## **UPAYA ORANG TUA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK USIA DINI DI KAMPUNG SRI RAHAYU PURWOKERTO**

LUFVIANA ZULFA

1817406067

Email: [lzvivi4@gmail.com](mailto:lzvivi4@gmail.com)

Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

**Abstrak:** Kampung Sri Rahayu merupakan sebuah wilayah padat penduduk dengan tingkat ekonomi sangat rendah yang terpinggirkan di kota Purwokerto. Sejak usia dini anak-anak terpaksa sudah membantu orang tua untuk mencari nafkah dan melunasi tunggakan hutang dengan menjadi pengemis, pengamen jalanan dan pemulung. Anak-anak yang tumbuh di bawah kondisi seperti ini memiliki beban ganda, karena pertumbuhan mental dan psikis belum sempurna menyebabkan mereka memiliki tingkat stress dan kecemasan yang tinggi membuat terjadi penyimpangan pola perilaku. Hal tersebut diperparah dengan orang tua hanya berperan sebagai orang tua biologis sedangkan secara psikis mereka tidak merasa memiliki dan membina anak mereka. Penelitian ini bersifat kualitatif yang dilakukan oleh peneliti dengan terjun ke lapangan untuk mengadakan pengamatan tentang fenomena dalam suatu keadaan yang alamiah, kemudian menganalisisnya. Penelitian berfokus pada upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto. Hasil penelitian ini ialah tidak banyak orang tua di kampung Sri Rahayu yang mampu memahami bagaimana upaya dalam menjaga kesehatan anak karna mengalami beberapa faktor hambatan seperti kurangnya pemahaman, stigma masyarakat, kesulitan mengidentifikasi gejala, serta lingkungan. Namun beberapa orang tua yang sudah sedikit memahami mengenai kesehatan mental anak usia dini melakukan beberapa upaya seperti tidak membiarkan anak usia dini bekerja mencari nafkah, membiarkan anak bermain sesuai usianya, memperhatikan perubahan emosi dan tingkah laku anak, menjadi contoh perilaku positif untuk anak, terlibat aktif dalam kehidupan anak, serta membangun kepercayaan diri anak. Orang tua yang mempercayai bahwa kesehatan mental anak itu nyata adanya, mereka akan melakukan upaya yang terbaik untuk anak, dengan tidak hanya memperhatikan kesehatan anak dari fisik saja, melainkan mentalnya juga ikut diperhatikan.

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental, Anak Usia Dini, Orang Tua

## UPAYA ORANG TUA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK USIA DINI DI KAMPUNG SRI RAHAYU PURWOKERTO

LUFVIANA ZULFA

1817406067

Email: [lzvivi4@gmail.com](mailto:lzvivi4@gmail.com)

Department of Early Childhood Islamic Education, Faculty of Tarbiyah and Teaching Sciences State Islamic University Professor Kiai Haji Saifuddin Zuhri

**Abstract:** Sri Rahayu Village is a densely populated area with a very low economic level that is marginalized in the city of Purwokerto. From an early age children are forced to help their parents to make a living and pay off debt arrears by becoming beggars, street buskers and scavengers. Children who grow up under these conditions have a double burden, because mental and psychological growth is not perfect, causing them to have high levels of stress and anxiety, resulting in deviant patterns of behavior. This is exacerbated by parents only acting as biological parents while psychologically they do not feel they own and foster their children. This research is qualitative in nature conducted by researchers by going to the field to make observations about phenomena in a natural setting, then analyzing them. The research focuses on parents efforts in maintaining the mental health of early childhood. The purpose of this study was to analyze the efforts of parents in maintaining the mental health of early childhood in Sri Rahayu Village Purwokerto. The result of this study is that not many parents in Sri Rahayu village are able to understand how to make efforts in maintaining children's health because they experience several obstacles such as lack of understanding, community stigma, difficulty identifying symptoms, and the environment. Parents who believe that children's mental health is real, they will do their best for their children, by not only paying attention to their children's physical health, but also their mental health.

**Keywords:** Mental Health, Childhood, Parents

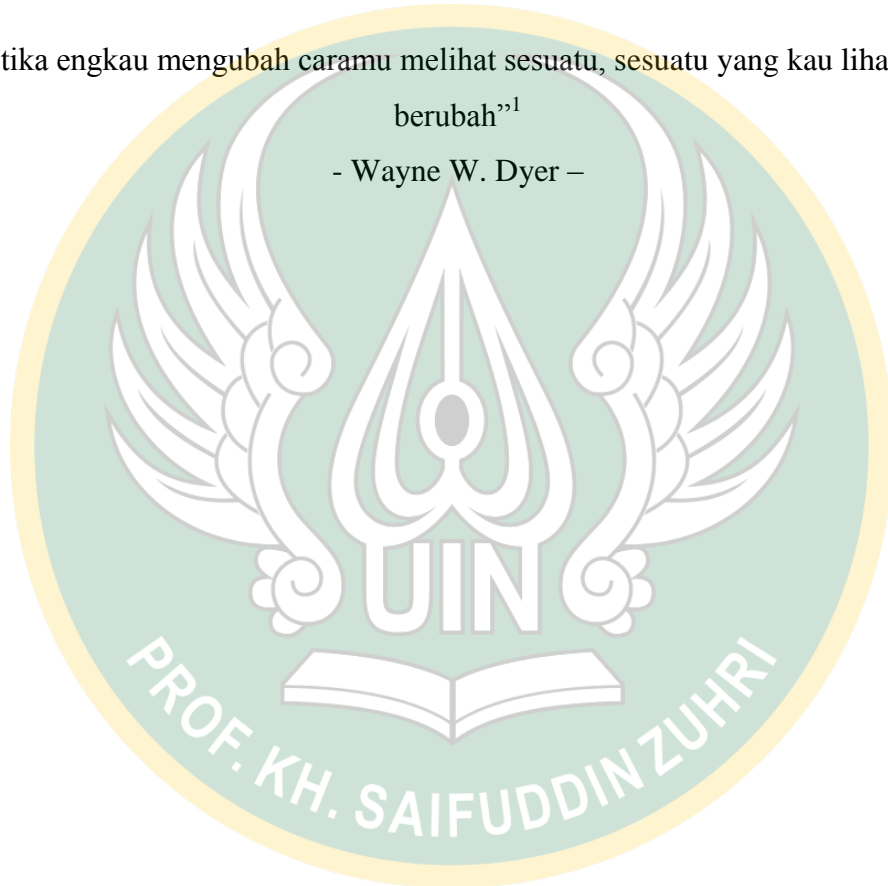
## MOTTO

“Perlakukanlah orang sebagaimana kamu ingin diperlakukan. Hal baik pasti akan berbalik ke diri kita sendiri.”

- Lufviana Zulfa –

“Ketika engkau mengubah caramu melihat sesuatu, sesuatu yang kau lihat akan berubah”<sup>1</sup>

- Wayne W. Dyer –



---

<sup>1</sup> Natalia Dewi Pratiwi, *Membaca Kehidupan*, (Yogyakarta: Laksana: 2018)

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah*, segala puji bagi Allah SWT atas kemurahan dan ridho-Nya, skripsi ini dapat ditulis dengan baik dan terselesaikan. Dengan ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang saya sayangi dan selalu memberikan motivasi, memberikan doa, dan rela menggunakan tenaga serta usahanya sehingga saya dapat menyelesaikan studi saya.





## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* segala puji serta syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang Maha Esa atas segala Rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan serangkaian tugas studi yang berakhir dengan penulisan skripsi yang berjudul **“Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto”** tanpa mengalami hambatan yang berarti. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW semoga Rahmat dan syafa’atnya sampai pada kita semua hingga akhir nanti. *Alhamdulillah*, tanpa halangan suatu apapun skripsi ini dapat terwujud. Namun, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik normal maupun material. Maka dari itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih pada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Fauzi, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Abu Dharin, S.Ag., M.Pd, selaku ketua Jurusan Pendidikan Madrasah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Asef Umar Fakhruddin, M.Pd.I, selaku Koordinator Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Ellen Prima, S.Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan pembelajaran sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Segenap Dosen, Karyawan, dan Civitas Akademik Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Ibu Tanti Yuswati, Ibu Ida Roswati, dan seluruh keluarga besar saya yang telah memberikan do’a dan dukungan yang tiada henti kepada saya.
8. Kepada Mas Geo sebagai orang istimewa yang menjadi tempat keluh kesah dan menemani serta memberikan dukungan dalam setiap penulisan skripsi ini.
9. Teman-teman kelas PIAUD B angkatan 2018 yang selalu memberikan do’a

dan semangat saya mengucapkan terimakasih.

10. Teman-teman saya, Pik Alfi Rizqi Azzahra, Silvia Nurrohmah Handayani yang sudah menemani saya dalam pengerjaan skripsi, tempat bertukar pikiran, saya ucapkan terimakasih.

11. Ketua RT Kampung Sri Rahayu beserta warga nya yang sudah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Tidak ada kata lain selain ucapan terimakasih dan doa semoga semuanya, diberi kesehatan, kemudahan, kelancaran serta berkah dalam segala hal. Semoga kebaikan-kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti bisa Allah Swt balas. Peneliti berharap agar skripsi ini memberikan manfaat bagi kehidupan dimasyarakat. Aamiin.

Purwokerto, 19 Januari 2024

Peneliti,



**Lufviana Zulfa**

NIM. 1817406067

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KEASLIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Konseptual.....	3
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
E. Kajian Pustaka.....	6
F. Sistematika Pembahasan.....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Anak Usia Dini.....	10
1. Pengertian Anak Usia Dini.....	10
2. Perkembangan Anak Usia Dini.....	11
B. Orang Tua.....	13
1. Pengertian Orang Tua.....	13
2. Peran Orang Tua.....	14
C. Kesehatan Mental.....	16
1. Pengertian Kesehatan Mental.....	16
2. Fungsi Kesehatan Mental.....	18
3. Kesehatan Mental Anak Usia Dini.....	20
4. Peran Orangtua Dalam Kesehatan Mental Anak.....	24

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Objek dan Subjek Penelitian .....	30
D. Sumber Data.....	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	33

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran umum Kampung Sri Rahayu Purwokerto.....	36
B. Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto .....	36
C. Faktor Pendukung dan Penghambat Upaya Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto .....	53
1. Peran Orang Tua .....	53
2. Pemahaman Mengenai Kesehatan Mental .....	54
3. Kurangnya Pemahaman akan Kesehatan Mental.....	55
4. Stigma Masyarakat.....	57
5. Kesulitan Mengidentifikasi Gejala.....	58
6. Lingkungan .....	59

### **BAB V PENUTUP**

A. KESIMPULAN.....	61
B. SARAN.....	62
C. PENUTUP.....	62

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **DAFTAR LAMPIRAN**

### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Pedoman Wawancara
- Lampiran 2 : Hasil Cek Plagiarism
- Lampiran 3 : Dokumentasi
- Lampiran 4 : Surat Keterangan Telah Seminar Proposal
- Lampiran 5 : Surat Keterangan Lulus Komprehensif
- Lampiran 6 : Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris
- Lampiran 7 : Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab
- Lampiran 8 : Sertifikat BTA PPI
- Lampiran 9 : Sertifikat KKN
- Lampiran 10 : Sertifikat PPL
- Lampiran 11 : Sertifikat Aplikom
- Lampiran 12 : Surat Ijin Observasi
- Lampiran 13 : Surat Balasan dari Desa
- Lampiran 14 : Blangko Bimbingan Skripsi



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kampung Sri Rahayu Purwokerto yang dahulunya bernama Kampung Dayak merupakan sasaran tepat untuk meneliti upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di lingkungannya. Kampung Sri Rahayu merupakan kampung yang dibangun oleh para pendatang. Akan tetapi para pendatang ini didominasi oleh mereka yang tidak memiliki bekal mumpuni untuk hidup di kota.

Minimnya keterampilan dan rendahnya pendidikan membuat para orang tua kurang memperhatikan kesehatan mental anak mereka sejak usia dini. Sebagian besar kebanyakan dari mereka bekerja sebagai perempuan pekerja malam, wanita pria (waria), pengamen, dan pengemis. Masalah kemiskinan di Kampung Sri Rahayu seperti tidak memiliki ujung dan menimbulkan masalah sosial lainnya sehingga berdampak pada anak-anak termasuk kesehatan mental anak tersebut karena kurangnya perhatian dari orang tua mereka serta minimnya Pendidikan. Dulunya Sri Rahayu merupakan suatu organisasi pemberdayaan masyarakat yang bertempat di Rt 04 Rw 10, Kelurahan Karangklesem, Kecamatan Purwokerto Selatan, Kabupaten Banyumas, namun saat ini organisasi tersebut sudah di tiadakan dan berganti menjadi Kampung Sri Rahayu.

Jumlah keluarga yang ada di Kampung Sri Rahayu Rt 04 Rw 10 saat ini ialah 200 keluarga, 100 diantaranya memiliki anak yang masih berusia 0 - 6 tahun. Dari penelitian yang sudah dilakukan, ada sekitar belasan keluarga yang tetap memperhatikan kesehatan mental anaknya dan berupaya agar anaknya tetap bisa mendapatkan hak sesuai usianya, karena kebanyakan anak usia dini di kampung Sri Rahayu turun ke jalan

dan ikut bekerja dengan orang tua nya.<sup>2</sup> Hal – hal yang dilakukan oleh keluarga yang memperhatikan anaknya dari segi kesehatan mental ialah mereka tetap membiarkan anak bermain, tidak melimpahkan masalah kepada anak, tidak membiarkan anak bekerja di usia mereka saat ini, serta tetap memperhatikan tumbuh kembang maupun perubahan yang terjadi pada anak mereka. Upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak saat ini masih perlu ditingkatkan lagi, banyaknya orang tua disana yang masih belum mengerti betapa pentingnya kesehatan mental anak yang harus diperhatikan sejak usia dini. Orang tua yang memiliki anak usia dini di lingkungan Sri Rahayu masih menganggap kesehatan mental adalah suatu hal yang tabu sehingga mereka tidak mempermasalahkannya selagi anak mereka baik-baik saja secara fisik.

Pada wawancara awal,<sup>3</sup> masih banyak orang tua yang belum memahami kesehatan mental merupakan masalah yang penting, maka dari itu peneliti bertujuan untuk memberikan edukasi serta arahan agar upaya orang tua dalam menjaga kesehatan bisa lebih di tingkatkan lagi. Penelitian ini akan membantu mereka untuk lebih memahami kesehatan mental anak mereka. Orang tua berkewajiban untuk mendidik anaknya agar dapat menjadi anak yang baik, berilmu, dan beretika. Penelitian ini diupayakan agar orang tua selalu memperhatikan, mengarahkan, dan membimbing anaknya di setiap perkembangan mereka, sehingga mereka bisa memantau kesehatan mental pada anak tersebut.

Kesehatan tak jarang dilihat hanya sebatas kesehatan mengenai fisik saja. Padahal pada realitanya, kesehatan bukan hanya jasmani tetapi juga rohani. Sayangnya, kesehatan mental ini kerap dianggap kalah penting dibandingkan kesehatan fisik. WHO mengatakan anak muda di zaman milenial ini sangat memungkinkan terkena gangguan mental.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> Wawancara dengan Pak Dani selaku Ketua RT pada tanggal 11 Oktober 2023, Pukul 13.45 di Purwokerto

<sup>3</sup> Wawancara dengan Pak Dani selaku Ketua RT pada tanggal 11 Oktober 2023, Pukul 11.45 di Purwokerto

<sup>4</sup> World Health Organization, *Kesehatan Mental Remaja*, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>, diakses pada 10 januari 2024

Terutama pada perubahan yang terjadi dalam diri dan penyesuaian yang terjadi secara psikologis, emosional, serta finansial. Tidak hanya perubahan itu saja, perubahan yang terjadi dalam perkembangan teknologi juga sangat berperan besar untuk kesehatan mental anak dan remaja di masa muda. Kesehatan mental anak merupakan sebuah investasi yang sangat penting untuk membentuk generasi yang baik.

Dari uraian yang telah disebutkan tentang bagaimana pentingnya memperhatikan kesehatan mental anak, hal tersebut membuat peneliti berinisiatif untuk lebih jelas dalam memahami dan mendalami tentang upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di kampung Sri Rahayu Purwokerto.

## **B. Definisi Konseptual**

Untuk menghindari kesalahan terhadap pemahaman judul penelitian ini serta untuk memperoleh gambaran yang jelas serta mempermudah pengertian, maka peneliti mendefinisikan beberapa istilah sebagai berikut:

### 1) Kesehatan Mental Anak

Kesehatan mental anak merupakan bentuk investasi pada masa depan. Upaya untuk mengembangkan kesehatan mental anak akan berdampak pada masa depan. Kesehatan mental anak, jika dikembangkan dengan baik sejak saat balita, maka akan membantu anak dalam menghadapi situasi apapun dan membantunya tumbuh jadi anak dan kelak orang dewasa yang sehat baik dalam fisik maupun mentalnya. Kesehatan mental anak adalah bagaimana anak berpikir dan merasa mengenai dirinya sendiri dan dunia di sekelilingnya. Karena itu kesehatan mental berhubungan dengan bagaimana anak menghadapi tantangan dalam hidup. Berikut beberapa indikator kesehatan mental anak:<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Andreas Wilson Setaiwan, *Hal yang Wajib Orangtua Lakukan untuk Kesehatan Mental Anak*, <https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/perkembangan-anak/menjaga->

- a. Perubahan dalam perilaku: Perubahan mendadak dalam perilaku anak, seperti emosional yang tidak biasa, penarikan diri, atau perubahan drastis dalam kebiasaan tidur dan makan.
- b. Perasaan yang berlebihan: Anak yang mengalami kecemasan atau depresi mungkin menunjukkan perasaan yang berlebihan, seperti kekhawatiran berlebihan, ketakutan, atau sedih yang berkelanjutan.
- c. Perubahan fisik: Beberapa masalah kesehatan mental pada anak dapat menyebabkan gejala fisik, seperti sakit perut, sakit kepala, atau gangguan pencernaan.
- d. Perubahan dalam pola makan: Anak yang mengalami stress atau masalah kesehatan mental mungkin memiliki perubahan dalam pola makan mereka, seperti makan berlebihan atau kehilangan nafsu makan.

## 2) Anak Usia Dini

Menurut Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 angka 14 menyatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.<sup>6</sup> Anak usia dini memiliki karakteristik yang mempunyai ciri khas baik secara fisik, sosial, moral dan sebagainya. Masa kanak-kanak juga masa usia yang sangat penting bagi sepanjang hidupnya sebab masa anak memulai masa pembentukan pondasi dan dasar kepribadian yang akan menentukan pengalaman mereka di kehidupan selanjutnya. Bila suatu saat ada stimulasi yang memancing pengalaman hidup yang pernah

---

kesehatan-mental-anak/, diakses pada tanggal 10 Desember 2023

<sup>6</sup> Standard Pendidikan Anak Usia Dini (PERMENDIKNAS NO.58 TAHUN 2009)

dialaminya maka efek tersebut akan muncul kembali dalam bentuk yang berbeda.<sup>7</sup>

### 3) Kampung Sri Rahayu

Kampung Sri Rahayu adalah salah satu dari berbagai kampung atau desa yang berada di Purwokerto, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah. Yayasan Sri Rahayu merupakan tempat yang dulunya merupakan suatu organisasi pemberdayaan masyarakat namun sekarang sudah seutuhnya menjadi Kampung Sri Rahayu yang bertempat di Rt 04 Rw 10, Kelurahan Karangklesem, Kecamatan Purwokerto Selatan, Kabupaten Banyumas.

## C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu bagaimana upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto.

## D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di kampung Sri Rahayu Purwokerto

### 2. Manfaat Penelitian

#### 1) Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memberi dedikasi bagi pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan mental anak.

#### 2) Manfaat Praktis

---

<sup>7</sup> Sunasih, *Kemampuan Membaca Huruf Abjad Bagi Anak Usia Dini*, Vol.1 No.1, 2017, hal. 4.



1) Bagi Anak Usia Dini

Penelitian ini dapat mendorong ekspresi emosi yang sehat, anak mengenali dan mengungkapkan emosi mereka dengan cara yang sehat dan konstruktif, berbicara tentang perasaan, memberikan contoh bagaimana mengelola emosi dengan baik, dan memberikan dukungan saat mereka mengalami emosi yang kuat.

2) Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan kepada orang tua tentang pentingnya kesehatan mental anak sejak usia dini.

3) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi mengenai pentingnya kesehatan mental anak serta menyadari pentingnya memperhatikan kesehatan mental anak sejak usia dini.

## E. Kajian Pustaka

Kajian Pustaka ini bertujuan untuk memperkenalkan beberapa teori penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian saat ini. Pertama, buku ajar dengan judul *Kesehatan Mental Anak dan Remaja* oleh Elly Yuliandari menyatakan bahwa memahami kesehatan mental pada anak dan remaja artinya perlu memahami faktor-faktor apa yang dapat membahayakan kesehatan mental (*risk factor*) dan faktor apa saja yang dapat melindungi kesehatan mental (*protective factor*) anak. *Risk factor* menimbulkan dampak kerentanan dalam diri anak, sedangkan *protective factor* menimbulkan kemungkinan kekuatan dalam diri anak. Semakin banyak *risk factor*, maka semakin besar tekanan pada anak.<sup>8</sup>

Di sisi lain, semakin banyak *protective factor*, maka besar kemungkinan anak terhindar dari gangguan. *Risk factor* merupakan faktor yang dapat memunculkan kerentanan terhadap distress. Artinya,

---

<sup>8</sup> Elly Yuliandari, Buku Ajar: *Kesehatan Mental Anak dan Remaja* (2018)

ketidakmampuan menyesuaikan diri dapat dikarenakan adanya kondisi-kondisi yang membuat tertekan, seperti anak yang tumbuh pada keluarga yang memiliki status ekonomi rendah, tumbuh di lingkungan penuh kekerasan dan adanya pengalaman trauma. Kesehatan mental yang baik bukan hanya dilihat dari tidak adanya masalah kesehatan mental yang didiagnosis, melainkan berhubungan dengan *well-being* seseorang.

*Well-being* adalah sebuah konsep yang lebih luas dibanding kesehatan mental. Walaupun begitu, keduanya memiliki keterkaitan. Gangguan yang terjadi pada kesehatan mental anak memberikan dampak pada keseluruhan *well-being* anak, sebaliknya *well-being* yang buruk dalam bentuk apapun dapat menjadi resiko terhadap kesehatan mental. Persamaan penelitian penulis dengan jurnal berkaitan dengan kesehatan mental anak. Sedangkan perbedaannya ialah tempat penelitian serta jurnal tersebut tidak hanya terfokus kepada anak usia dini melainkan juga kepada remaja.

Kedua, skripsi Erny Tyas Rudati dengan judul “Konsep Positive Parenting Menurut Muhammad Fauzil Adhim dan Implikasinya bagi Pendidikan Anak”. Permasalahan yang dibahas dalam skripsi ini adalah pemikiran Muhammad Fauzil Adhim tentang *positive parenting* dan implikasi *positive parenting* terhadap pendidikan anak. Implikasi *positive parenting* menurut Muhammad Fauzil Adhim bagi pendidikan anak adalah bahwa, jika anak dididik dengan lembut, penuh kasih sayang dan perhatian, maka perkembangan anak akan lebih cepat dewasa, cerdas secara fisik dan psikis serta berjiwa besar dalam menghadapi kehidupan. Sebaliknya, anak yang dididik dengan kasar menggunakan pola asuh tanpa kasih sayang, anak akan menjadi penakut, tidak percaya diri, cenderung rapuh akan jiwa dan bahkan bisa menjadi anak liar, brutal, kasar dan tak bermoral.<sup>9</sup>

*Positive Parenting* atau pola asuh yang baik, ternyata bisa

---

<sup>9</sup> Erny Tyas Rudati, *Konsep Positive Parenting menurut Muhammad Fauzil Adhim dan implikasinya bagi pendidikan anak*. (Semarang: Fakultas Tarbiyah, Jurusan Pendidikan Agama Islam IAIN Walisongo 2008)

membuat seorang anak mempunyai kemampuan intelektual dan fisik yang bagus, termasuk perkembangan emosi dan sosialnya. Kunci pembangunan karakter anak ternyata terletak pada bagaimana orang tua bisa mendidik anaknya dengan baik dan benar. Mendidik anak dilakukan orang tua secara *loving*, penuh perhatian, dan sangat responsive terhadap anaknya. Persamaan penelitian penulis dengan peneliti Erny Tyas Rudati yaitu sama-sama mengenai upaya orang tua untuk memperhatikan anak sejak usia dini. Sedangkan perbedaannya ialah dalam penelitian tersebut tidak membahas kesehatan mental.

Selanjutnya dalam buku *Kesehatan Mental Anak* karya Mary, dkk., kesehatan mental anak menyangkut *well being* atau kesejahteraan pada anak. Kesehatan mental anak bukan terjadi begitu saja melainkan membutuhkan adanya proses. Kesehatan mental yang baik bukan hanya dilihat dari tidak adanya masalah dalam diri anak yang ditetapkan melalui diagnosis, melainkan berhubungan dengan kesejahteraan atau *well being* seseorang. Masa anak masih erat kaitannya dengan masa perkembangan. Adakalanya suatu kondisi yang nampak sebagai gangguan sebenarnya merupakan suatu hal yang wajar pada anak usia tertentu. Pada umumnya untuk membuat Kesehatan mental tetap terjaga perlu memperhatikan kondisi fisik, makan makanan yang seimbang, melakukan kegiatan yang menyenangkan.

Seorang anak yang memiliki kesehatan mental baik mengalami kondisi-kondisi diantaranya: Merasa disayangi dan dimengerti, berminat pada kegiatan dan memiliki kesempatan menikmati berbagai kegiatan yang menyenangkan, memiliki harapan dan bersikap optimis, memiliki kontrol dalam kehidupannya, dapat menghadapi berbagai situasi yang dialami. Persamaan peneliti penulis dengan buku tersebut ialah pembahasan mengenai kesehatan mental anak. Sedangkan perbedaannya ialah peneliti penulis mencantumkan lokasi sedangkan buku tersebut

hanya membahas kesehatan mental anak.<sup>10</sup>

## **F. Sistematika Pembahasan**

Laporan penelitian ini dapat memerankan fungsinya sebagai media komunikasi antara peneliti dengan semua pihak konseren dengan wilayah yang menjadi fokus penelitian ini, maka laporan hasil penelitian ini akan disusun dengan sistematika pembahasan yang diharapkan akan mempermudah para pembaca untuk memahami atau menangkap makna, termasuk alur fikir yang dikembangkan oleh penulis dalam melakukan penelitian ini. Hal tersebut penulis anggap penting dalam rangka: pertama, membuat laporan penelitian ini menjadi sebuah laporan penelitian yang komunikatif, yang karenanya laporan penelitian harus mudah difahami pembacanya dalam menangkap berbagai hal yang disampaikan dalam laporan penelitian ini. Demikian untuk keperluan ilmiah, laporan hasil penelitian ini akan disusun dengan alur fikir dan sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, berisi tentang bab yang akan menjadikan landasan dan gambaran secara global, terkait langkah awal dalam menulis skripsi. Bab I ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika skripsi.

BAB II Kajian Pustaka dan Landasan Teori, dalam bab ini dijelaskan terkait teori-teori yang memiliki kaitan dengan judul, yaitu kesehatan mental.

BAB III Metode Penelitian, berisi tentang cara-cara yang digunakan pada penelitian dengan tujuan untuk mencari jawaban atas permasalahan peneliti yang telah diterapkan. Bab ini memuat jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, objek dan subjek penelitian, teknik penelitian, Teknik analisis data, dan teknik keabsahan data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, dalam bab ini dijelaskan secara rinci terkait dengan uraian penelitian berisi tentang hasil

---

<sup>10</sup> Elly,dkk., *Kesehatan Mental Anak* (Yogyakarta: Graha Ilmu: 2019), hal. 14.

penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari persiapan penelitian, dan hasil analisis data.

BAB V Penutup, dalam bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran dari pembahasan pada tiap-tiap bab yang sudah diuraikan di bab sebelumnya dan sekaligus menjadikan jawaban atas masalah yang dirumuskan diawal, dan memberikan saran untuk menjadi bahan masukan serta menjelaskan keterbatasan dalam penelitian.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Anak Usia Dini**

##### **1. Pengertian Anak Usia Dini**

Anak usia dini ialah individu yang berada dalam masa emas (*The Golden Age*) yang memiliki pola pertumbuhan dan juga perkembangan dalam aspek fisik, kognitif, maupun emosional yang terjadi dengan sangat pesat.<sup>11</sup> Berbagai penelitian diketahui bahwa masa tersebut merupakan masa yang sangat penting dan efektif untuk dilakukannya optimalisasi berbagai potensi yang dimiliki untuk menuju sumber daya manusia yang berkualitas. Pertumbuhan dan perkembangan yang sehat tidak hanya ditandai oleh perubahan fisik, namun juga disertai dengan perkembangan kesehatan mental yang baik. Sementara itu, UNESCO dengan persetujuan negara-negara anggotanya membagi jenjang pendidikan menjadi 7 (tujuh) jenjang yang disebut *International Standard Classification of Education* (ISDEC). Pada jenjang yang ditetapkan UNESCO tersebut, pendidikan anak usia dini termasuk pada level 0 atau jenjang prasekolah yaitu untuk anak usia 3-5 tahun. Dalam penerapannya di beberapa negara, pendidikan usia dini menurut UNESCO ini tidak selalu dilaksanakan merata seperti jenjang usianya.<sup>12</sup>

Anak usia dini berada dalam masa keemasan di sepanjang rentang

---

<sup>11</sup> Widya,dkk, *Pendidikan Berbasis Al-Qur'an untuk KesehatanMental Anak Usia Dini*, dalam Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, (Vol 6, No 6, Juni 2023).

<sup>12</sup> Mukti Amini, *Hakikat Anak Usia Dini*, dalam jurnal Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini, hal.4.



usia perkembangan manusia. Masa ini merupakan periode yang sensitif, selama masa inilah anak secara khusus mudah menerima stimulus-stimulus atau pemikiran dari lingkungannya. Pada masa ini anak siap melakukan berbagai kegiatan dalam rangka memahami dan menguasai lingkungannya. Pendidikan anak usia dini merupakan jenjang pendidikan sebelum pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun.

## 2. Perkembangan Anak Usia Dini

Pendidikan ini memacu pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan juga perkembangan fisik (motorik), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), sosio emosional (sikap dan perilaku serta agama) serta bahasa dan komunikasi, sesuai dengan tahap - tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini. Pertumbuhan fisik anak usia dini memberikan pengaruh yang besar terhadap kemampuan fisik motoriknya dalam melakukan berbagai aktifitas sehari-hari. Kemampuan fisik motorik pada anak usia dini terbagi menjadi dua, yaitu fisik motorik kasar dan halus.<sup>13</sup> Cara anak usia dini berkembang memiliki ciri tersendiri. Banyak pendapat yang dikemukakan para ahli tentang perkembangan anak usia dini ini. Salah satunya adalah prinsip-prinsip perkembangan anak usia dini menurut Bredekamp dan Coople yaitu sebagai berikut.<sup>14</sup>

- a. Perkembangan aspek fisik, sosial, emosional, dan kognitif pranatal (sebelum lahir):

Implikasi dari prinsip ini adalah bahwa seorang pendidik anak usia dini harus mempersiapkan dan menggunakan pembelajaran yang dapat mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak secara keseluruhan, tidak hanya terfokus pada salah satu aspek. Misalnya: acara makan bersama untuk kelompok anak usia 2-3 tahun, dapat

---

<sup>13</sup> Heru Kurniawan,dkk., *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, (PT.Remaja Rosdakarya,2020), hal.7.

<sup>14</sup> Mukti Amini, *Hakikat Anak Usia Dini*, dalam jurnal *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*, hal.17.

digunakan untuk mengembangkan aspek motorik dengan melatih anak makan secara mandiri (tidak disuapi), aspek bahasa dengan bertanya jawab tentang jenis makanan yang dibawa atau disediakan hari itu, aspek sosial dengan mempersilakan anak-anak untuk saling berbagi makanan, aspek kognitif dengan mengenal warna makanan yang terdapat disitu, dan seterusnya.

- b. Perkembangan fisik/motorik, emosi, sosial, bahasa dan kognitif anak terjadi dalam suatu urutan tertentu yang relatif:

Implikasi dari prinsip ini adalah bahwa seorang pendidik perlu menciptakan lingkungan dan pengalaman belajar yang tepat dan sesuai dengan urutan dan pola perkembangan pada anak tersebut. Misalnya: untuk melatih perkembangan motorik halus, anak usia 1-2 tahun dapat diajak untuk merobek beberapa macam kertas, seperti kertas koran, kertas buku, sampai kertas yang cukup tebal. Setelah itu, anak (+ usia 3 tahun) dapat dilatih untuk menggunting, dimulai dari guntingan lurus, berkeliling, zigzag, sampai menggunting bentuk tertentu.

- c. Perkembangan berlangsung dalam rentang yang bervariasi antar anak dan antar bidang pengembangan dari masing-masing fungsi:

Variasi ini terjadi dalam dua dimensi yaitu variasi dari rata-rata perkembangan dan variasi keunikan tiap anak sebagai individu. Variasi dari rata-rata perkembangan anak artinya bahwa dalam menetapkan urutan perkembangan, usia anak merupakan indeks kasar yang sifatnya perkiraan saja, sehingga kemungkinan akan terdapat variasi perkembangan di antara anak yang berusia sama. Sedangkan variasi keunikan perkembangan tiap anak artinya bahwa tidak ada anak yang perkembangannya sama persis meskipun anak kembar. Tiap anak akan memiliki keunikan tersendiri, yang dapat terjadi dalam hal kepribadian, temperamen, gaya belajar, latar belakang pengalaman atau latar belakang keluarga.

- d. Pengalaman awal anak memiliki pengaruh kumulatif dan tertunda

terhadap perkembangan anak:

Pengalaman awal memiliki pengaruh tertunda artinya bahwa suatu perlakuan tertentu yang diberikan pada anak pengaruhnya tidak langsung dirasakan pada saat itu, tetapi memerlukan waktu yang cukup lama. Misalnya upaya memberikan motivasi eksternal pada anak (dengan memberikan permen atau hadiah lain) dapat sangat efektif untuk jangka pendek. Namun dalam jangka waktu lama strategi tersebut justru akan memperlemah motivasi internal pada diri anak.

- e. Perkembangan anak berlangsung ke arah yang makin kompleks, khusus, terorganisasi dan terinternalisasi:

Anak akan mulai memahami dunia sekitarnya dengan lebih mendalam sehingga pemahaman ini menyatu dalam dirinya. Contohnya, berawal dari anak hafal berbagai benda yang ada di dalam rumahnya, lambat laun anak mulai paham tentang posisi, bentuk atau segala hal tentang berbagai benda tersebut secara terperinci.

- f. Perkembangan dan cara belajar anak terjadi dan dipengaruhi oleh konteks sosial budaya yang majemuk:

Konteks sosial budaya ini dimulai sejak dari lingkungan keluarga, pendidikan sampai masyarakat secara umum. Berbagai jenis lingkungan tersebut akan saling berhubungan dan semuanya berpengaruh terhadap perkembangan anak.

- g. Perkembangan dan belajar merupakan interaksi kematangan biologis dan lingkungan, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial:

Lingkungan fisik adalah berbagai benda atau peristiwa yang dapat diamati anak, sedang lingkungan sosial adalah manusia (anak maupun orang dewasa) di sekitar anak. Meskipun awalnya terdapat perbedaan pandangan tentang mana yang lebih dominan bagi perkembangan anak, keturunan atau lingkungan; saat ini diakui bahwa keduanya saling berinteraksi dalam perkembangan dan belajar anak. Perkembangan akan terjadi sebagai hasil dari proses hubungan sebab akibat antara individu yang berkembang (faktor keturunan) dengan

berbagai pengalaman yang dia peroleh dari lingkungan fisik dan sosialnya (faktor lingkungan).

- h. Bermain merupakan sarana penting bagi perkembangan sosial, emosional, kognitif anak, dan menggambarkan perkembangan anak:

Manfaat bermain tersebut salah satunya yaitu memberikan kesempatan pada anak untuk memahami lingkungan dan berinteraksi sosial, mengekspresikan dan mengendalikan emosi, meningkatkan kemampuan simbolik anak dalam menyatakan ide, pikiran dan perasaannya, menyelesaikan konflik, mengembangkan kreativitas, dan lain-lain. Melalui metode bermain, anak dapat membangun pengetahuannya dan membangun kemampuan berpikir paradigmatik.

- i. Kondisi terbaik anak untuk berkembang dan belajar adalah dalam komunitas yang menghargainya, memenuhi kebutuhan fisiknya, dan aman secara fisik maupun psikologis:

Kondisi demikian akan mendorong anak untuk mengekspresikan dan merepresentasikan dirinya secara optimal. Jika tidak ada tekanan psikologis, anak akan merasa bebas bergerak tanpa adanya tekanan, berperilaku dan menyatakan pendapat. Jika anak merasa aman secara fisik, dia akan terhindar dari hal-hal yang dapat membahayakan dirinya sampai dewasa nanti. Anak usia dini memerlukan aktivitas fisik yang membuat mereka terlibat aktif, dan ini akan membantu sebagai pembentukan kepercayaan dirinya.

## **B. Orang Tua**

### **1. Pengertian Orangtua**

Orang tua adalah individu atau pasangan yang memiliki anak atau anak-anak biologis, adopsi, atau anak-anak yang dianggap sebagai tanggung jawab dan bagian dari keluarga. Menurut Kamus Besar Indonesia (KBI) orang tua dapat diartikan sebagai ayah dan ibu kandung, orang yang dianggap tua (cerdik, pandai, ahli) orang yang dihormati, dan

disegani.<sup>15</sup> Dengan cara orang tua dalam hal mendidik anak-anaknya, baik secara formal maupun non formal, orang tua yang diberi amanah oleh Allah seharusnya mendidik anaknya agar mendapat ilmu pengetahuan yang bermanfaat, serta berguna untuk kemajuan umat manusia terutama hidup anaknya.<sup>16</sup> Di dalam hal mengasuh anak, yang paling diutamakan menjadi pemegang kewajiban dan tanggung jawab ialah orang tuanya di lingkungan keluarga. Akan tetapi, demi kepentingan kelangsungan sosial maupun untuk kepentingan anak itu sendiri perlu ada pihak yang melindunginya. Apabila memang orang tua si anak tersebut sudah tidak ada, tidak diketahui keberadaannya, atau nyata-nyata memang tidak mampu untuk melaksanakan hak dan kewajibannya, maka dapatlah pihak lain baik karena kehendak sendiri maupun karena peraturan hukumnya, disertai dengan hak dan kewajiban itu.

## 2. Peran Orang Tua

Orang tua bertanggung jawab untuk memberikan pendidikan dan bimbingan kepada anak-anak mereka. Ini melibatkan pengajaran nilai-nilai moral, etika, norma-norma sosial, serta keterampilan dan pengetahuan praktis. Orang tua merupakan awal dari tempat pendidikan bagi anak, mendidik anak dari sejak masa kecil adalah tugas dan tanggung jawab orang tua. Peran orang tua tersebut pastinya tidaklah mudah, karena mereka harus mampu melihat dan kemudian memvalidasi segala bakat yang di miliki oleh anak. Orang tua dalam keluarga merupakan pembuka gerbang pertama dalam tempat bakat seorang anak harus di temukan dan di fasilitasi. Setiap orang tua sangat menginginkan anak mereka sukses, memiliki sikap dan perilaku yang baik dalam masyarakat serta tidak melakukan pelanggaran-pelanggaran baik itu perilaku yang menyimpang di lingkungan sekolah.<sup>17</sup> Orang tua bertugas melindungi anak-anak dari

---

<sup>15</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hal 629

<sup>16</sup> *Tanggung Jawab Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Anak-Anak Ditinjau dari Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak (Studi Pada Tunawisma di Kota Bengkulu)*, (Bengkulu: Universitas Bengkulu, 2014), Hal. 33.

<sup>17</sup> Yanuarius, dkk., "Peran Orang Tua dan Guru dalam Mengatasi Sikap dan Perilaku



bahaya, menyediakan tempat tinggal yang aman, memberikan makanan, pakaian, dan pemenuhan kebutuhan dasar lainnya.

Orang tua berperan sebagai sumber dukungan emosional bagi anak-anak mereka. Ini melibatkan memberikan kasih sayang, perhatian, dan membangun ikatan emosional yang positif. Orang tua harus memberikan dukungan yang memadai untuk membantu anak-anak mengembangkan kemandirian. Ini mencakup memberikan kesempatan untuk mengambil keputusan, mengatasi tantangan, dan belajar dari pengalaman. Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengawasi perilaku anak-anak mereka, memberikan arahan, dan menetapkan batasan yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Orang tua diharapkan menjadi teladan positif bagi anak-anak mereka, mengajarkan nilai-nilai dan perilaku yang diinginkan dengan menjalani sendiri prinsip-prinsip tersebut. Orang tua diharapkan terlibat dalam pendidikan anak-anak mereka, bekerja sama dengan sekolah dan guru untuk mendukung perkembangan akademis dan sosial anak-anak. Orang tua dapat membentuk karakter anak dengan cara memberikan nilai-nilai mereka dan menghidupkannya secara nyata. Jika orang tua ingin anak-anak mereka memiliki sifat jujur, orang tua harus mencontohkan kejujuran setiap hari kepada anak mereka dan jika mereka ingin anak mereka bersikap sopan ataupun murah hati serta tidak melakukan perilaku-perilaku yang menyimpang, maka orang tua tentunya harus menunjukkan sikap sopan, murah hati dan tidak melakukan perilaku menyimpang. Ini adalah cara terbaik bagi orang tua untuk membentuk serta menerapkan nilai-nilai mereka kepada anak.<sup>18</sup>

Penting untuk diingat bahwa peran orang tua dapat bermacam-macam tergantung pada budaya, nilai-nilai, dan konteks sosial tertentu. Orang tua memainkan peran penting dalam membentuk karakter dan perkembangan anak, hubungan yang sehat antara orang tua dan anak sangat penting untuk

---

*Menyimpang Anak*”, Jurnal FKIP hal. 8

<sup>18</sup> Yanuarius,dkk., “Peran Orang Tua dan Guru dalam Mengatasi Sikap dan Perilaku Menyimpang Anak”, Jurnal FKIP hal. 9.

menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan serta kebahagiaan anak.

## C. Kesehatan Mental

### 1. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental menjadi salah satu kajian dalam ilmu kejiwaan yang sudah dikenal sejak abad-19, seperti di Jerman tahun 1875 M. Kesehatan mental berperan sebagai suatu kajian ilmu jiwa dalam bentuk sederhana.<sup>19</sup> Pada pertengahan abad ke-20 kajian mengenai kesehatan mental sudah jauh berkembang dan maju secara pesat sejalan dengan kemajuan ilmu dan teknologi modern. Kesehatan mental merupakan suatu ilmu yang praktis dan banyak dipraktikkan dalam kehidupan manusia sehari-hari, baik dalam bentuk bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di semua aspek kehidupan individu, misalnya dalam rumah tangga, sekolah, lembaga-lembaga pendidikan dan dalam masyarakat. Hal ini dapat dilihat seperti berkembangnya klinik-klinik kejiwaan dan munculnya lembaga-lembaga pendidikan kesehatan mental.

Kesehatan mental memiliki arti penting dalam kehidupan seseorang. Mental yang sehat maka seseorang dapat melakukan aktivitas sebagai makhluk hidup.<sup>20</sup> Seseorang yang bermental sehat dapat menggunakan kemampuan dan bakatnya secara maksimal dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan.<sup>21</sup> Semuanya ini dapat menjadi pertanda bagi perkembangan dan kemajuan ilmu kesehatan mental. Pada awalnya, kesehatan mental hanya terbatas pada individu yang mempunyai gangguan kejiwaan dan tidak diperuntukkan bagi setiap individu pada umumnya. Namun, pandangan tersebut berganti sehingga kesehatan mental saat ini tidak terbatas pada individu yang memiliki gangguan kejiwaan tetapi juga

---

<sup>19</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: CV Duta Media: 2019), hal.

1.

<sup>20</sup> Ceria Galossa Viktora, Tri Utami, Rosmawati, "Kesehatan Mental Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai Di SMP n 25 Pekan Baru.", *Jurnal Jom Fkip*. Vol. 5 No. 2 (Januari 2018), hal. 3

<sup>21</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama*, ( Jakarta : Kalam Mulia, 2002 ), hal. 17.

diperuntukkan bagi individu yang mentalnya sehat yaitu bagaimana individu tersebut mampu mengenal dirinya sendiri dengan kaitannya bagaimana ia berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Kondisi mental yang sehat pada tiap individu tidaklah dapat disamakan. Kondisi ini yang semakin membuat banyaknya pembahasan kesehatan mental yang mengarah pada bagaimana memberdayakan individu, keluarga, maupun komunitas untuk mampu menemukan, menjaga, dan memaksimalkan kondisi sehat mentalnya dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.<sup>22</sup>

Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi kecemasan, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Kesehatan mental tiap individu berbeda dan mengalami bermacam-macam indikasi dalam perkembangannya. Karena pada hakikatnya manusia dihadapkan pada kondisi dimana ia harus menyelesaikannya dengan beragam jenis pemecahannya. Adakalanya, tidak sedikit orang yang pada waktu tertentu mengalami masalah-masalah kesehatan mental dalam kehidupannya.

Menurut Daradjat, kesehatan mental merupakan keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud antara fungsi-fungsi jiwa, kemampuan menghadapi masalah yang dihadapi, serta mampu merasakan kebahagiaan dan kemampuan dirinya secara positif.<sup>23</sup> Selanjutnya ia menekankan bahwa kesehatan mental adalah kondisi saat individu terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala penyakit jiwa (*psychose*).

Menurut Pieper & Van Uden, kesehatan mental merupakan suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan

---

<sup>22</sup> Sandy,dkk., *Kesehatan Mental* (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi: 2023), hal. 2.

<sup>23</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: CV Duta Media: 2019), hal. 10.

menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.<sup>24</sup> Kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturanserta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan ruhani.

## 2. Fungsi Kesehatan Mental

Kesehatan mental berfungsi memelihara dan mengembangkan kondisi mental individu agar sehat, serta terhindar dari *mental illness* (sakit mental).<sup>25</sup> Pemaparan mengenai fungsi kesehatan mental yaitu:<sup>26</sup>

- a. *Prevention* (preventif/pencegahan) Kesehatan mental berfungsi untuk mencegah terjadinya kesulitan atau gangguan mental sehingga terhindar dari penyakit mental. Fungsi ini menerapkan upaya agar tercapai mental yang sehat, misalnya dengan menjaga kesehatan fisik serta pemenuhan atas kebutuhan psikologis. Cara yang dapat dilakukan adalah dengan menjaga kesehatan fisik (*physical health*) serta memenuhi kebutuhan psikologis, seperti memperoleh kasih sayang, rasa aman, penghargaan diri, aktualisasi diri sebagaimana mestinya sehingga individu mampu memaksimalkan potensi yang dimilikinya. Penerapan kesehatan mental di semua lingkup hidupnya (di rumah, sekolah, tempat kerja dan lingkungan lainnya), sangat menentukan mental yang sehat serta dapat mencegah dari gangguan mental. Sikap dan perlakuan di lingkungan keluarga yang hangat dari orangtua, kasih sayang, penerimaan diri sertapenghargaan oleh orang-orang di sekitar individu, sangat memungkinkan untuk mengembangkan hubungan interpersonal yang baik.
- b. *Amelioration* (amelioratif/kuratif/korektif/perbaikan). Fungsi ini salah satu upaya perbaikan diri dalam meningkatkan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Selanjutnya, perilaku individu dan mekanisme

---

<sup>24</sup> Sandy,dkk., *Kesehatan Mental* (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi: 2023), hal. 3.

<sup>25</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: CV Duta Media: 2019), hal. 22.

<sup>26</sup> *Ibid.*, hal. 23.

pertahanan diri dapat terkontrol dengan baik. Anak-anak yang mengalami kesulitan dalam perkembangan psikisnya yang tampak melalui perilakunya, misalnya, tantrum, perilaku ngempol (mengemut jempol), perilaku agresif dan perilaku lainnya yang membutuhkan perbaikan, maka perilaku tersebut penting menggunakan fungsi amelioratif dalam kesehatan mental.

- c. *Preservation* (preservasi/pengembangan) atau *development* (pengembangan) / *improvement* (meningkatkan) Preservatif atau supportif merupakan fungsi pengembangan yang merupakan upaya dalam mengembangkan kepribadian atau mental yang sehat, agar seseorang mampu meminimalisir kesulitan-kesulitan dalam perkembangan psikisnya.

Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam jiwanya atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, tenteram. Pengertian lainnya tentang kesehatan mental, yakni terwujudnya keselarasan yang terjadi antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya berlandaskan keimanan dan ketaqwaan kepada Yang Maha Esa serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dalam dunia maupun akhirat.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi seseorang yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga selanjutnya mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kita mempunyai kesempatan dan pilihan untuk meminta ataupun menolak sesuatu.<sup>27</sup> Gejala jiwa atau fungsi jiwa yang meliputi pikiran, perasaan, kemauan, sikap, persepsi, pandangan dan keyakinan hidup harus saling berkoordinasi satu sama lain, sehingga muncul keharmonisan serta terhindar dari segala perasaan ragu, gundah, gelisah dan konflik batin itu sendiri.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> Natalia Dewi Pratiwi, *Membaca Kehidupan*, (Yogyakarta: Laksana: 2018), hal. 104.

<sup>28</sup> Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: CV Duta Media: 2019), hal.



### 3. Kesehatan Mental Anak Usia Dini

Kesehatan mental anak tidak hanya diartikan sebagai keadaan mental anak yang tidak mengalami penyakit mental, namun juga mencakup kemampuan untuk berpikir secara jernih, mampu mengendalikan emosi, dan bersosialisasi secara baik dengan anak seusianya.<sup>29</sup> Anak yang memiliki kesehatan mental yang baik akan memiliki beberapa karakter positif, misalnya dapat beradaptasi dengan keadaan, menghadapi stress, menjaga hubungan baik dan bangkit dari keadaan sulit. Sebaliknya, kesehatan mental yang kurang baik pada masa anak-anak dapat menyebabkan gangguan perilaku yang lebih serius akibat tidak seimbangny mental dan emosional, serta kehidupan sosial anak yang kurang baik.

*World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi sejahtera seseorang, ketika seseorang menyadari kemampuan dirinya, mampu untuk mengelola stres yang dimiliki serta beradaptasi dengan baik, dapat bekerja secara produktif, dan berkontribusi untuk lingkungannya. Kesehatan mental terdiri dari 2 (dua) pola.<sup>30</sup> Pertama yaitu pola yang mengandung unsur negatif, bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neurosis dan psikologis. Kedua yaitu pola positif, di mana kesehatan mental merupakan kemampuan individu dalam adaptasi diri terhadap diri sendiri serta lingkungan sosialnya. Pola kedua ini lebih umum dan juga lebih luas dari pola pertama.

Zakiah Daradjat mengemukakan kesehatan mental merupakan terwujudnya keselarasan yang benar antara fungsi-fungsi kejiwaan dan juga terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungan berdasarkan keimanan dan ketakwaan serta tujuan untuk mencapai hidup bermakna dan bahagia dunia dan akhirat. Individu yang

---

11.

<sup>29</sup> Widya,dkk, *Pendidikan Berbasis Al-Qur'an untuk KesehatanMental Anak Usia Dini*, dalam Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, (Vol 6, No 6, Juni2023).

<sup>30</sup> Elly Yuliandari, Mar Philia Elisabert, dkk, *Kesehatan Mental Anak*, (Yogyakarta: Graha Ilmu,2019), hal. 2



sehat mentalnya dapat menyesuaikan diri dan memanfaatkan potensi serta mencapai keharmonisan jiwa. Untuk mengetahui apakah anak memiliki kesehatan mental yang baik, ada beberapa hal yang bisa dijadikan indikasi. Hal yang dimaksud adalah sebagai berikut (menurut *National Health Advisory Service*):<sup>31</sup>

- 1) Perkembangan aspek psikologis, emosional, fisik dan sosial yang optimal sesuai dengan tahapan usianya.
- 2) Kemampuan menjalin relasi, berkomunikasi dengan orang lain:
  - a. Produktivitas dalam keseharian. Apakah anak mampu dalam melakukan hal-hal yang bermanfaat.
  - b. Kecakapan dalam menyelesaikan persoalan-persoalan ataupun problem yang dijumpai dalam hidupnya.

Masalah kesehatan mental anak dapat diamati dari adanya permasalahan pada tahapan perkembangan pada tiga area besar, yaitu area emosi, perilaku dan perkembangan. Berikut penjelasannya:<sup>32</sup>

- a) Emosi berbicara tentang emosi erat kaitannya dengan kemampuan menilai serta menyadari emosi yang dimiliki, membedakan emosi yang dirasakan, mengelola emosi, serta mengekspresikan emosi. Anak yang selalu merasa sedih, mudah murung dan merasa kurang bahagia memiliki kemungkinan mengalami permasalahan kesehatan mental. Mereka akan memiliki banyak kekhawatiran dan kecemasan yang membuat anak tidak berani melakukan eksplorasi. Ketika mengekspresikan emosinya, anak lebih memilih menangis berlebihan, berteriak berlebihan ataupun mengalami tantrum. Anak perlu diperkenalkan dan dibimbing untuk dapat memahami serta mengekspresikan emosinya dengan cara yang sesuai.
- b) Perilaku dalam mengamati permasalahan perilaku pada anak, penting untuk mengingat proses pembentukan perilaku berdasarkan

---

<sup>31</sup> Elly Yuliandari, Mar Philia Elisabert, dkk, Kesehatan Mental Anak, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2019), hal. 15

<sup>32</sup> Elly Yuliandari, Buku Ajar: Kesehatan Mental Anak dan Remaja 2018), hal. 9.

pendekatan behavioristik. Pendekatan ini memiliki prinsip dimana gangguan perilaku terjadi karena adanya pengalaman salah belajar. Salah belajar disini memiliki dua arti, yaitu anak mempelajari dengan benar contoh perilaku yang tidak baik, atau anak mempelajari dengan salah contoh perilaku yang baik. Adanya masalah perilaku pada anak dapat dideteksi dari aktivitas yang ia lakukan setiap hari, seperti aktivitas tidur, makan, dan bermain. Beberapa contohnya adalah anak yang selalu sulit untuk bangun tidur, memiliki pola tidur bermasalah, mengalami gangguan makan, berbohong dan mudah menyalahkan orang lain untuk kesalahannya, serta melanggar aturan dapat menjadi indikasi masalah.

- c) Perkembangan adanya masalah perkembangan sangat terkait dengan tahapan perkembangan anak. Beberapa permasalahan terkait perkembangan dapat dilihat dari faktor kognisi dan juga atensi. Faktor kognisi terkait dengan permasalahan kecerdasan dan juga kesulitan belajar. Atensi adalah fokus dari sumber daya mental. Atensi meningkatkan proses kognitif untuk banyak tugas, mulai dari meraih mainan, memukul bola, hingga menari. Anak-anak memiliki rentang atensi yang terbatas, artinya hanya sejumlah informasi yang mampu mereka perhatikan. Atensi akan berkembang seiring dengan usia dan aktivitas anak. Kesulitan anak memusatkan perhatian pada tugas, anak yang gelisah, tidak bisa diam, mudah teralihkannya menjadi indikasi masalah kesehatan mental.

Masalah-masalah seperti yang telah dijelaskan di atas dapat menjadi indikasi awal yang mengarah pada gangguan kesehatan mental apabila hal ini konsisten dinampakkan anak. Oleh karenanya, menjadi tugas bagi orang tua atau *caregiver* untuk dapat mendeteksi sedari dini permasalahan ini supaya tidak berkembang menjadi gangguan. Beberapa indikator seorang anak yang memiliki kesehatan mental yang

baik yaitu:<sup>33</sup>

1. Merasa disayangi dan dimenegerti, dihargai dan merasa berada pada lingkungan yang aman dan nyaman.
2. Berminat pada berbagai kegiatan dan memiliki kesempatan menikmati berbagai kegiatan yang menyenangkan.
3. Memiliki harapan dan bersikap optimis, memiliki cita-cita dalam hidupnya.
4. Memiliki dorongan untuk mencapai prestasi dalam hidupnya.
5. Memiliki kehidupan social yang menyenangkan mampu menyesuaikan dalam lingkungan.
6. Memiliki rasa kasih dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan komunitas.
7. Merasa memiliki kontrol dalam kehidupannya.

Banyak faktor yang mendukung pembinaan kesehatan mental, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal berhubungan dengan tingkat kepercayaan atau keagamaan yang dianut. Sedangkan faktor eksternal yaitu bagaimana kondisi ataulingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seperti lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik, mental yang sehat dan positif memungkinkan tubuh berfungsi dengan baik. Kesehatan mental mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan social. Begitu pula bagi anak usia dini, kesehatan mental sangatlah penting. Anak yang memiliki kesehatan mental yang baik dicirikan mampu membangun dan mengembangkan resiliensi dalam menghadapi tekanan dalam hidup. Selain itu, anak yang sehat secara mental dapat dilihat dari bagaimana ia mampu ber-empati dan mengenali emosi yang dirasakan orang lain serta memiliki perkembangan emosi, intelektual, dan spiritualnya yang selaras.

Ada banyak hal yang bisa mempengaruhi pada kondisi kesehatan

---

<sup>33</sup> Elly Yuliandari, Mar Philia Elisabert, dkk, Kesehatan Mental Anak, (Yogyakarta: Graha Ilmu,2019),hal.17.

mental seorang anak. Faktor kesehatan, riwayat genetik, penggunaan obat dalam durasi yang cukup panjang, masalah saat kehamilan, dan bahkan lingkungan sekitar, seperti keluarga atau tempat bermain pun bisa menyebabkan penyakit gangguan mental. Kondisi mental anak akan sangat mudah memberikan dampak terhadap perilaku anak. Perubahan perilaku ini kemungkinan disebabkan adanya sesuatu hal yang mengganggu pikiran atau kondisi emosi anak, dan hal ini dapat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan mental anak.

#### **4. Peran Orangtua Dalam Kesehatan Mental Anak**

Kesehatan mental atau mental health pada anak tidak hanya berarti mencegah terjadinya gangguan mental, namun juga mencakup kemampuan anak dalam berpikir, mengontrol emosi, dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya sesuai dengan usianya. Anak dengan kondisi mental yang baik cenderung memiliki karakter yang positif, seperti tidak mudah marah, lebih mudah beradaptasi, mampu berkomunikasi dengan baik, serta bisa bangkit dari keadaan yang sulit. Hal ini menjadi bekal yang penting untuk menjalani kehidupannya. Ketika ia beranjak dewasa di kemudian hari. Itulah sebabnya, menjaga Kesehatan mental anak adalah salah satu tugas orangtua yang tidak boleh diabaikan.

Dalam hal ini, orang tua berperan utama sebagai support system bagianak dalam memantau kesehatan mental anak. Oleh karena itu, penting bagi orangtua untuk lebih peka terhadap perubahan dan perilaku yang terkait dengan kesehatan mental anak serta memberikan penanganannya sejak dini. Adapun beberapa cara yang bisa dilakukan oleh orang tua untuk menjaga kesehatan mental anak usia dini yaitu:

##### **a) Membangun Kepercayaan Diri Anak**

Membangun kepercayaan diri merupakan hal utama yang perlu dilakukan untuk mewujudkan mental sehat pada anak. Hal ini bisa dilakukan dengan memberikan pujian atau apresiasi kepada anak saat mereka berhasil melakukan hal baru atau mencapai prestasi tertentu. Selain itu, cara membangun kepercayaan diri anak lainnya adalah

dengan membantu anak menentukan tujuan hidup, mengajari anak bersikap jujur dan mampu mengakui kesalahan, serta menghindari ucapan atau perilaku yang membuat anak merasa tertekan dan menjadi tidak percaya diri.

b) Memberikan Waktu Bermain yang Cukup

Bagi anak-anak, waktu bermain hanyalah waktu untuk bersenang-senang, padahal sesungguhnya waktu tersebut juga merupakan saat anak belajar berbagai hal. Saat bermain, anak juga terbantu untuk menjadi kreatif, mempelajari bagaimana memecahkan masalah, dan bagaimana cara mengendalikan diri. Aktif bergerak saat bermain juga membantu anak menjadi sehat secara fisik dan mental.

c) Mendorong Anak Bersosialisasi

Anak memerlukan berinteraksi dengan anak seusianya. Bermain dengan teman sebaya akan membantu anak mengenali kelemahan dan kelebihan pada dirinya, serta belajar untuk hidup berdampingan dengan orang lain. Menemukan teman bermain anak dapat dilakukan dengan mengajak anak mengunjungi lingkungan sekitar, tempat rekreasi, atau mendaftarkan anak di sekolah.

d) Memberikan Perhatian Penuh

Gangguan mental pada anak sering kali dipicu oleh pola asuh orang tua yang tidak tepat, misalnya kurang perhatian terhadap anak. Sehingga salah satu cara menjaga Kesehatan mental anak bisa dilakukan dengan memberikan kasih sayang penuh pada anak. Tunjukkan bentuk kasih sayang yang dapat diterima dengan baik oleh mereka, seperti menciumnya saat akan tidur, memeluknya ketika pergi berangkat sekolah, atau menanyakan kegiatannya di sekolah.

e) Mendekatkan Diri pada Anak

Berbicara tentang emosi dan perasaan penting dalam menjaga kesehatan mental anak. Anak perlu merasa bahwa mereka dapat berbicara tentang perasaan mereka tanpa rasa takut atau malu. Orang tua perlu mendengarkan, memberikan dukungan, dan membantu anak-

anak mereka memahami dan mengelola emosi mereka. Kesehatan mental anak adalah hal yang serius dan memerlukan perhatian dan tindakan yang tepat. Dengan pendekatan dan strategi yang tepat, kita dapat membantu anak-anak kita berkembang menjadi individu yang sehat secara mental. Ingatlah bahwa kesehatan mental yang baik adalah fondasi untuk perkembangan dan pertumbuhan anak yang sehat secara keseluruhan.<sup>34</sup>

f) Mengajarkan Anak Cara Meredakan Stress

Sebagai orang tua, penting untuk memberikan validasi terhadap perasaan anak dan menjelaskan bahwa perasaan sedih, khawatir, dan stress merupakan hal yang wajar. Kemudian, ajarkan anak untuk mengatasi perasaan yang sedang ia alami tersebut. Mengajarkan anak cara mengatasi stress dapat membantu anak untuk memecahkan masalah secara efektif. Hal ini, bisa menjadi bekal yang penting bagi kehidupan anak saat beranjak remaja dan dewasa kelak.

g) Memberikan Kritikan yang Membangun

Apabila anak melakukan kesalahan, usahakan memberikan kritik yang membangun, sehingga ia bisa menerima dengan baik dan memperbaiki atau tidak mengulangi kesalahannya. Hindari menyalahkan anak karena hal ini justru dapat menyebabkan kesehatan mentalnya terganggu.

h) Mendorong Minat dan Bakat Anak

Setiap anak memiliki minat dan bakatnya masing-masing. Ada anak yang senang bermain musik, ada pula anak yang gemar bernyanyi, mewarnai, atau berenang. Anda dapat mendukung kegiatan yang disukai anak agar ia menjadi lebih aktif, kreatif, dan terampil. Mendukung kegiatan anak dapat membantu menjaga mental health anak. Oleh karena itu, bebaskan dan dorong anak untuk mengeksplorasi minat serta bakatnya. Jangan melarang atau

---

<sup>34</sup> Admin, *Strategi Menjaga Kesehatan Mental Anak*, <https://rskasihibu.com/2023/06/10/menjaga-kesehatan-mental-anak/>, diakses pada tanggal 10 Desember 2023



membatasi aktivitas anak, kecuali bila kegiatan yang ia lakukan bisa membahayakan keselamatannya. Selain mempertahankan rutinitas harian mereka, seperti waktu makan dan tidur yang cukup. Pastikan anak memiliki waktu untuk bersenang-senang dan mengikuti kegiatan yang mereka sukai. Bersenang-senang dan berpartisipasi dalam kegiatan yang mereka sukai membantu anak tetap seimbang dan lebih baik menghadapi masa-masa stres.

Orang tua dapat mendukung dan mendorong anak untuk mengeksplorasi minat mereka kapan saja. Adanya rutinitas yang positif dapat menghibur anak-anak. Sebagai contoh, berolahraga di luar, ikut kegiatan menggambar, dan lainnya. Adanya aktivitas baru membuat anak menjadi lebih aktif dan kreatif. Mereka akan mempelajari hal-hal baru dan menghubungkan anak dengan orang lain. Mereka akan terhubung dengan teman sebaya secara langsung sehingga koneksi dapat terbangun termasuk keterampilan empati dan mendengarkan orang lain.<sup>35</sup>

Sayangnya, masih lebih banyak orang tua yang kurang memahami atau menganggap sepele masalah kesehatan mental anak. Ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pemahaman tentang kesehatan mental, stigma terhadap masalah mental, atau mungkin karena budaya dan lingkungan sosial tertentu. Beberapa alasan mengapa orang tua menganggap sepele kesehatan mental anak yaitu:<sup>36</sup>

1. Kurangnya pemahaman; sehingga beberapa orang tua tidak memahami sepenuhnya apa itu kesehatan mental dan bagaimana masalah mental dapat memengaruhi anak-anak. Pemahaman yang kurang dapat mengarah pada minimnya perhatian terhadap isu-isu

---

<sup>35</sup> Edwin Halim, *Mengenal dan Mengatasi Gangguan Mental pada Anak*, dalam [//www.ciputramedicalcenter.com/mengenal-dan-mengatasi-gangguan-mental-pada-anak/](http://www.ciputramedicalcenter.com/mengenal-dan-mengatasi-gangguan-mental-pada-anak/) diakses pada tanggal 10 Desember 2023

<sup>36</sup> Quora, *Mengapa orang tua selalu mengabaikan kesehatan mental anak?*, <https://id.quora.com/Mengapa-orang-tua-selalu-mengabaikan-kesehatan-mental-anak?>, diakses pada 10 Januari 2024

ini.

2. Stigma; sehingga masih ada stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental di beberapa masyarakat. Orang tua mungkin khawatir bahwa masalah kesehatan mental anak akan menciptakan citra negatif atau mempengaruhi pandangan orang lain terhadap keluarga mereka.
3. Keyakinan tradisional; sehingga beberapa keluarga masih memiliki keyakinan tradisional atau budaya yang menganggap bahwa masalah mental adalah hal yang tidak nyata atau bukan prioritas, sehingga mengabaikan tanda-tanda dan gejala yang muncul pada anak.
4. Kesulitan mengidentifikasi gejala; yang menyebabkan gejala masalah kesehatan mental pada anak sulit diidentifikasi karena mereka dapat bermanifestasi dalam perilaku yang sulit diartikan atau dipahami oleh orang tua.
5. Lingkungan; yang mengakibatkan kurangnya lingkungan yang aman, mendukung, serta memberikan lebih banyak dampak positif bagi anak.

Upaya untuk bisa memonitor perkembangan kesehatan mental anak secara konsisten akan sangat dibutuhkan, berbagai pihak perlu dilibatkan untuk bisa memastikan anak merasa bahagia dalam hidupnya dan mampu menunjukkan perkembangan yang optimal untuk proses perkembangan dirinya. Bisa dikatakan bahwa kesehatan mental anak merupakan fondasi kokoh untuk tumbuh kembang anak. Anak akan bisa menampilkan kapasitas dirinya secara optimal bila ia memiliki mental yang sehat.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif lapangan yaitu penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang mengharuskan penulis terjun ke lapangan untuk mengadakan pengamatan tentang fenomena dalam suatu keadaan yang alamiah.<sup>37</sup> Data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif, yaitu tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh peneliti bertujuan untuk mempelajari dan mengetahui latar belakang, peristiwa sekarang dan interaksi suatu keadaan-keadaan lingkungan sosial, individu, kelompok untuk mendapatkan suatu informasi.<sup>38</sup> Penelitian ini berlangsung selama 14 hari mulai pada tanggal 11 Oktober – 25 Oktober 2023.

Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang menampilkan prosedur penilaian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Maksudnya penelitian kualitatif merupakan suatu konsep keseluruhan untuk mengungkap rahasia tertentu dengan mengumpulkan data-data secara terarah dan sistematis serta bisa dipertanggungjawabkan agar tidak menghilangkan keaslian datanya. Hal ini, peneliti menafsirkan dan menjelaskan data-data yang didapat peneliti dari observasi, dan dokumentasi, sehingga mendapatkan jawaban permasalahan dengan rinci dan jelas.

Metode kualitatif berfokus dalam pengamatan mendalam. Dalam penelitian ini jenis metode yang digunakan adalah dokumen analisis yang datanya diperoleh dari sumber-sumber tertulis, dengan menggunakan teknik analisis data secara deskriptif kualitatif dan studi dokumentasi dengan analisis isi seperti melakukan kegiatan membaca, dan mencatat.

---

<sup>37</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2013), h. 26.

<sup>38</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta 2010), h.22

Sifat penelitian ini deskriptif, memiliki tujuan untuk menggambarkan secara sistematis permasalahan, fakta-fakta keadaan, sikap, pendapat, prosedur secara faktual dan cermat, serta keadaan. Kesimpulannya pada penelitian ini peneliti akan mendeskripsikan dan bagaimana “Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto.”

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian yang dipilih peneliti yaitu Kampung Sri Rahayu Purwokerto yang berada di Rt 04 Rw 10, Kelurahan Karangklesem, Kecamatan Purwokerto Selatan, Kabupaten Banyumas.

Adapun alasan memilih penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Kampung Sri Rahayu sangat banyak anak usia dini yang kesehatan mentalnya kurang diperhatikan.
- b) Minimnya literasi mengenai kesehatan mental untuk anak usia dini.
- c) Banyaknya anggota keluarga yang tidak lengkap (*Broken Home*) dan masih mempunyai anak usia dini.
- d) Banyaknya kasus mengenai memperkerjakan anak usia dini di jalanan.

## **C. Objek dan Subjek Penelitian**

### **1. Objek Penelitian**

Objek penelitian adalah sesuatu yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini, yang menjadi objek penelitian adalah upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto.

### **2. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah sasaran atau orang yang dituju oleh peneliti. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah:

#### **a. Orang Tua**

Orang tua yang berada di kampung sri rahayu diharapkan peneliti

memperoleh informasi yang berhubungan dengan upaya untuk menjaga kesehatan mental anak usia dini.

b. Anak usia dini

Anak usia dini diharapkan peneliti memperoleh hasil data yang berhubungan dengan kesehatan mental anak usia dini.

#### **D. Sumber Data**

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber utama penelitian yang diproses langsung dari sumbernya tanpa melalui perantara.<sup>39</sup> Sumber data primer ini dikumpulkan sendiri oleh penulis dari obyek penelitian langsung yakni observasi, wawancara kepada orang tua.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber yang diperoleh secara tidak langsung atau melalui perantara tetapi masih berdasar pada kategori konsep.<sup>40</sup> Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku pustaka, skripsi dan jurnal penelitian terdahulu yang terpercaya, dan dapat menunjang penelitian.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian kualitatif, data didapatkan dengan berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda, dan dilakukan secara terus-menerus hingga datanya jenuh.<sup>41</sup> Pengumpulan data bisa dilakukan dalam berbagai cara dan sumber. Jika dilihat dari caranya, data bisa dikumpulkan dengan cara alami (natural setting), pada laboratorium dengan metode eksperimen, di rumah dengan banyak responden, pada suatu seminar, diskusi, dan di jalan-jalan atau yang

---

<sup>39</sup> Sisworo, *Metodologi Penelitian Sastra: Analisis Struktur Puisi* (Yogyakarta: Pustaka Jaya, 2010), hlm 76.

<sup>40</sup> Ibid., hlm. 76

<sup>41</sup> Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.*, (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 243

lainnya. Sedangkan jika dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data bisa menggunakan data primer (data langsung) dan data sekunder (data tidak langsung atau ada perantara).<sup>42</sup>

Untuk mendapatkan data yang jelas sesuai dengan persoalan yang ada pada penelitian, maka peneliti memerlukan data yang valid agar bisa dipertanggung jawabkan. Pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan studi dokumentasi juga wawancara. Dengan mengkaji serta mengidentifikasi sumber-sumber baik tertulis maupun bukan tertulis, yang berkaitan dengan informasi data. Sumber tertulis dimaksud adalah power point, serta buku-buku. Sedangkan bukan tertulis dimaksud adalah berbentuk paparan kebahasaan yang diungkapkan oleh subjek peneliti penelitian ini yaitu kata-kata, dan upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anaknya. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti, yakni:

a) Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini berbentuk dokumen tertulis juga tidak tertulis yang berkaitan dengan kemampuan komunikasi interpersonal, anak usia dini, dan pendekatan upaya orang tua ataupun yang berkaitan dalam penelitian ini. Diharapkan dengan pencarian data menggunakan metode dokumentasi, bisa terkumpulnya berkas-berkas yang bisa melengkapi semua bagian yang menjadi pusat penelitian.

b) Wawancara

Kartono menjelaskan bahwasanya wawancara merupakan percakapan yang arahnya sesuai dengan masalah tertentu, yang mana ini bentuk tanya jawab dari secara lisan dari narasumber dan juga pewawancara secara *face to face*.<sup>43</sup> Tujuan dari jenis wawancara ini adalah untuk mendekati sesuatu secara lebih terbuka. Dalam hal ini, narasumber dimintai pendapat dan gagasannya. Saat melakukan wawancara, peneliti harus mendengarkan dengan seksama dan

---

<sup>42</sup> Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2021), hlm. 194.

<sup>43</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif ...*, hlm. 160.



mencatat apa yang dikatakan informan.<sup>44</sup>

c) Observasi

Observasi adalah suatu penyelidikan yang dilakukan secara sengaja sistematis dengan menggunakan indera terhadap beberapa peristiwa yang terjadi atau berlangsung ditangkap pada waktu peristiwa tersebut terjadi.<sup>45</sup> Menurut Narbuco Cholid, metode observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang di selidiki.<sup>46</sup> Observasi ialah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengumpulkan data dengan melakukan penelitian langsung terhadap kondisi lingkungan objek penelitian sehingga dapat memperoleh gambaran secara jelas mengenai objek yang akan diteliti. Observasi dilakukan dalam penelitian ini dengan cara melakukan pencarian dan pengamatan di Kampung Sri Rahayu.

**F. Teknik Analisis Data**

Analisis data diartikan sebagai salah satu proses dalam mencari data, catatan lapangan, ataupun dalam bentuk dokumentasi yang nantinya akan ada pengolahan data sesuai dengan kategori di dalam penjabaran mengenai unit unit dengan melakukan sintesa dan juga penyusunan ke dalam pola yang nantinya ada pemilihan data dan juga ada penarikan kesimpulan yang pemahamannya dari setiap individu ataupun dari orang lain. Metode analisis kualitatif merupakan suatu metode yang digunakan bukan untuk mengolah angka melainkan mengolah data (data kualitatif). Dalam hal analisis data. Bogdan menyatakan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara dan bahan-bahan lain, sehingga bisa mudah dipahami, dan

---

<sup>44</sup> Radita Gora, *Riset Kualitatif Public Relations*, (Surabaya: Jakad Publishing Surabaya, 2019), hlm. 274.

<sup>45</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2001), hlm. 136

<sup>46</sup> Narbuco Cholid dkk, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hlm. 70

temuannya bisa diinformasikan kepada orang lain.<sup>47</sup>

Peneliti menggunakan analisis deskriptif yang menggambarkan apa yang ditunjukkan oleh data. Membantu menyederhanakan sejumlah besar data dalam cara yang lebih sesuai, yaitu mengurangi sejumlah besar data dalam rangkuman yang lebih sederhana. Dilakukannya analisis data yaitu dengan data yang peneliti sudah kumpulkan pada periode tertentu. Sebelumnya peneliti sudah mengamati secara langsung keadaan di lapangan mengenai pembentukan kemandirian anak usia dini, sehingga jika masih ada jawaban dari narasumber merasa kurang sesuai dengan keadaan yang ada di lapangan maka peneliti mengajukan pertanyaan lagi sampai menemukan data yang sesuai dengan pengamatan yang dilakukan secara langsung dan data yang diperoleh dianggap valid.

1. *Data Reduction* (Reduksi data)

Dari data yang peneliti dapatkan di lapangan dalam jumlah yang sangat banyak menjadikan perlu adanya catatan dan penyusunan yang teliti dan rapi. Nantinya ada reduksi data dengan bentuk pemilihan data yang penting, rangkuman, dan pemfokusan mengenai pokok dari penelitian, pencarian pola dan tema dengan pemisahan data yang tidak begitu perlu.

2. *Data display* (Penyajian data)

Apabila reduksi data sudah dilakukan tahap selanjutnya yaitu penyajian data dengan data yang sudah peneliti dapatkan. Untuk penelitian kualitatif sendiri adanya penyajian yang bentuknya yaitu uraian singkat, hubungan antar kategori, bagan, flowchart dan jenis-jenis lainnya. Lantas dari penyajian data nantinya ada hasil penelitian yang akan mudah dipahami pada saat pelaksanaan kerja untuk waktu berikutnya agar lebih mudah dipahami.

3. *Conclusion Drawing and Vertivication* (Kesimpulan dan Verifikasi)

Di dalam ada cerita untuk langkah terakhir yaitu verifikasi data dan

---

<sup>47</sup> Bogdan dalam Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 244

kesimpulan. Ada kesimpulan awal yang sifat kesimpulannya hanya bersifat sementara yang nantinya ada perubahan di dalam penemuan bukti yang lebih kuat dalam bentuk data yang didukung mengenai pengumpulan suatu data. Tetapi adapun kesimpulan yang terjadi di dalam tahap awal yang buktinya yaitu konsisten dan valid yang membuat peneliti akan mengumpulkan data kembali dan ada kesimpulan yang nantinya dikemukakan pada kesimpulan akhir yang valid.<sup>48</sup>

Menurut Dian Fitriana salah satu dari proses membaca telaah isi adalah membaca dengan penuh pemahaman. Kegiatan ini adalah suatu kegiatan membaca yang berlangsung dengan memiliki suatu tujuan menelaah isi dari bacaan secara mendalam sehingga isi, serta maksud dari bacaan tersebut bisa dipahami oleh pembacanya. Telaah sendiri memiliki sebuah arti penyelidikan, pemeriksaan menurut KBBI.<sup>49</sup> Telaah isi ini digunakan peneliti guna memperoleh data dari isi pendekatan upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu agar peneliti mendapatkan sebuah informasi yang bisa disimpulkan.

---

<sup>48</sup> Sugiono, *Metode Penelitian...*, hal.345.

<sup>49</sup> Dian Fitriana dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia. “Kamus Versi online”.Pranala:<https://kbbi.web.id/telaah.html>, diakses pada 13 Desember 2023.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran umum Kampung Sri Rahayu Purwokerto**

Kampung Sri Rahayu yang dulunya bernama kampung Dayak merupakan wilayah yang sangat padat penduduk dengan tingkat ekonomi yang rendah serta terpinggirkan di kota Purwokerto. Sejak memasuki usia dini, anak-anak dengan terpaksa sudah terbiasa membantu orang tuanya dengan menjadi pengemis, pengamen, dan pemulung. Sri Rahayu merupakan suatu organisasi pemberdayaan masyarakat yang bertempat di Rt 04 Rw 10, Kelurahan Karangklesem, Kecamatan Purwokerto Selatan, Kabupaten Banyumas. Namun saat ini organisasi tersebut sudah di tiadakan dan berganti menjadi Kampung Sri Rahayu. Jumlah keluarga yang ada di Kampung Sri Rahayu Rt 04 Rw 10 saat ini ialah 200 keluarga yang diantaranya memiliki anak berusia 0-6 tahun. Jumlah anak usia dini yang memiliki orang tua di daerah tersebut lebih banyak daripada yang memiliki orang tua lengkap.<sup>50</sup>

#### **B. Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto**

Dari hasil wawancara dan observasi dalam upaya orang tua menjaga kesehatan mental anak usia dini, peneliti menyimpulkan bahwa beberapa orang tua di kampung Sri Rahayu Purwokerto belum benar-benar paham apa arti kesehatan mental tersebut. Status sosial ekonomi rendah serta kemiskinan yang berlangsung dari waktu ke waktu sangat berkaitan dengan peningkatan tekanan psikologi dan masalah kesehatan mental pada anak. Keberadaan seorang anak memang akan menjadi pelengkap kebahagiaan orang tuanya. Namun, orang tua terkadang tidak benar-benar menyadari serta memahami makna dari keberadaan anak tersebut. Anak merupakan anugerah dan sekaligus amanah yang dititipkan oleh Allah

---

<sup>50</sup> Wawancara dengan Pak Dani selaku Ketua RT pada tanggal 11 Oktober 2023, Pukul.11.30 WIB, di Purwokerto.

kepada hambaNya. Orang tua akan dimintai pertanggungjawabannya atas amanah tersebut di akhirat kelak. Orang tua seringkali lalai dalam hal mengasuh dan mendidik anaknya. Hal ini biasanya terjadi karena kedua orang tuanya sibuk dengan pekerjaan/karirnya. Anak yang menjadi dambaan bagi setiap orang tua selayaknya memperoleh kasih sayang, perhatian, perlindungan, perawatan, dan juga pendidikan yang memadai. Orang tua seharusnya memperluas dan meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dalam mengasuh, merawat, dan mendidik anak di dalam keluarga.<sup>51</sup>

Kehidupan anak usia dini lebih banyak berada di lingkungan keluarga. Orang tua merupakan tempat utama dimana anak akan memperoleh pendidikan. Meski secara biologis perkembangan anak pada usia dini berjalan pesat namun secara sosiologis ia masih sangat terikat oleh lingkungan dan keluarganya. Orang tua harus memahami pentingnya memperhatikan kesehatan mental pada anak sejak usia dini. Di samping keluarga, lingkungan masyarakat juga berpengaruh terhadap kesehatan mental anak. Sebab perkembangan anak bergantung dari faktor bawaan (potensi, bakat, minat) dan juga faktor lingkungan (alam, masyarakat, dan budaya). Jadi, orang tua perlu mempertimbangkan di lingkungan mana mereka tinggal sebab hal tersebut juga akan mempengaruhi perkembangan pada anak.<sup>52</sup>

Upaya orang tua yang benar menjaga kesehatan mental anaknya maka mereka sudah memahami bahwa anak bukanlah pemuas keinginan dari orang tuanya. Direncanakan ataupun tidak, kehadiran anak dalam hidup merupakan sebuah anugerah yang tidak dapat ternilai harganya. Anak tidak pernah bisa memilih dan meminta dilahirkan sesuai dengan keinginan mereka, begitupun sebaliknya ketika menjadi orang tua, menuntut dan menganggap anak adalah investasi orang tua bukanlah hal yang disebut pantas untuk dilakukan. Apalagi jika orang tua sampai

---

<sup>51</sup> Azizah Maulina Erzad, *Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Sejak Dini di Lingkungan Keluarga*, (Kudus:STAIN Kudus,2018), Vol.5 No.2, Hal.416

<sup>52</sup> *Ibid*, hal.417.

menyesali kehadiran anak dan membuat mereka merasa tidak dihargai, maka itu hanya akan membuat hati anak menjadi hancur serta kehilangan kepercayaan dirinya. Beberapa orang tua yang paham akan kesehatan mental lebih peka terhadap perubahan emosional anak.

Membangun sebuah keluarga dengan menciptakan keluarga yang berkualitas tidaklah mudah. Hal ini membutuhkan peran orang tua sebagai teladan yang baik untuk anak-anaknya. Keteladanan dalam diri orang tua berpengaruh pada lingkungan internal keluarga dan memberi warna yang cukup besar pada masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya. Oleh karena itu, orang tua harus memiliki kontrol eksternal terhadap sikap dan perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua harus selalu memperhatikan kebiasaan anak dalam berperilaku baik dengan menumbuhkan kecintaan untuk berbuat baik. Aspek kecintaan inilah yang disebut Jean Piaget sebagai sumber energi yang secara efektif membuat karakter seorang anak konsisten antara pengetahuan dengan tindakannya. Orang tua harus melakukan perannya sebagai kontrol eksternal karena kontrol eksternal perlu dan penting untuk diberikan, khususnya dalam memberikan lingkungan yang kondusif kepada anak untuk membiasakan diri berperilaku baik.<sup>53</sup>

Upaya yang dapat mereka lakukan dalam menjaga kesehatan mental anak tersebut ialah mereka dapat mengenali tanda-tanda stres, kecemasan, atau kesulitan emosional pada anak dan memberikan dukungan yang sesuai. Mengetahui batasan dan memberikan kebebasan yang sesuai dengan usia anak merupakan aspek penting dari pemahaman kesehatan mental anak usia dini. Orang tua harus mengerti bagaimana menciptakan keseimbangan yang sehat antara memberikan kebebasan dan memberikan arahan yang dibutuhkan. Mereka harus menyadari bahwa tidak selalu mudah untuk menangani masalah kesehatan mental anak sendiri.

---

<sup>53</sup> Herviana Muarifah, *Peran Orang Tua dalam Pengasuhan Anak*, IAIN Bone (2021), Hal.99.



Orang tua yang memahami kesehatan mental anak usia dini terlibat aktif dalam kehidupan anak-anak mereka. Mereka terlibat dalam kegiatan bersama, bermain, dan berbicara untuk membangun ikatan emosional yang kuat, mereka juga tidak membiarkan anak untuk ikut membantu mereka dalam mengerjakan pekerjaan yang berat bahkan sampai turun ke jalanan. Mereka menyediakan penerimaan dan cinta tanpa syarat kepada anak-anak mereka. Ini menciptakan dasar yang kokoh untuk kesehatan mental anak dan membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat secara mental. Beberapa orang tua di Kampung Sri Rahayu sudah menerapkan cara mereka dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Berikut upaya-upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto:

#### 1. Tidak Membiarkan Anak Usia Dini Bekerja

Anak usia dini yang sudah turun untuk bekerja merupakan permasalahan yang belum terselesaikan sampai saat ini. Mereka merupakan komunitas anak yang cukup besar dengan berbagai masalah beragam yang belum dapat diatasi hingga kini. Masa kanak-kanak pada dasarnya harus diisi dengan belajar dan bermain agar proses tumbuh kembang berlangsung secara seimbang dan maksimal. Namun di sebagian anak, mereka terpaksa harus bekerja dan dihadapkan pada berbagai risiko yang dapat membahayakan kesehatan dan tumbuh kembang mereka. Tidak sedikit bahaya yang harus mereka hadapi dalam mencari kebutuhan atau pada saat bekerja. Berkurangnya kegiatan mereka dalam pendidikan karena harus bekerja, risiko mengalami kecelakaan lalu lintas, polusi udara, jam kerja panjang, paparan terhadap perilaku sosial yang tidak baik, secara fisik, maupun emosional; merupakan potensi dampak negatif.<sup>54</sup>

Menurut hasil observasi yang dilakukan, peneliti melihat ada beberapa upaya yang dilakukan orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di kampung Sri Rahayu pada saat wawancara dengan

---

<sup>54</sup> Dina Mardiyanti, Dwini Handayani, *Bekerja, baik atau buruk bagi kesehatan anak?*, Jurnal FEB (2020), hal. 167.

salah satu warga yang mempunyai anak usia dini. Anak tidak diperbolehkan untuk ikut dengan orang tuanya saat orang tua hendak pergi bekerja. Apalagi jika pekerjaan tersebut mengharuskan anak untuk turun ke jalanan, mengemis, ataupun mengamen. Beberapa orang tua beranggapan bahwa hal tersebut tidak pantas walaupun dapat membantu perekonomian keluarga, karna orang merasa lebih iba kepada anak kecil daripada orang dewasa saat bekerja di jalanan.

Hal ini diperkuat dari hasil wawancara peneliti dengan Ibu Rohyati pada hari Kamis, 12 Oktober 2023 beliau mengatakan:

“Anak itu sebuah keajaiban mbak, meskipun saya berstatus janda, saya tidak mau anak saya merasakan apa yang saya alami saat ini, jadi mau bagaimanapun juga saya akan memberikan yang terbaik untuk anak dan jangan sampai anak merasa terbebani oleh tanggung jawab saya. Untuk ekonomi keluarga biarlah jadi urusan saya. Insyaallah biaya pendidikan pun cukup untuk membiayai anak saya nanti.”<sup>55</sup>

Dari argumen tersebut terlihat bahwa anak usia dini yang berada di kampung Sri Rahayu, beberapa masih mempunyai orang tua yang berpikiran terbuka akan dampak negatif dari mempekerjakan anak mereka. Orang tua mengerti bahwa banyaknya jumlah pekerja anak di berbagai sektor pekerjaan juga disebabkan tingginya tingkat permintaan terhadap pekerja anak. Pekerja anak biasanya lebih diminati karena anak-anak sangat patuh, dibandingkan orang dewasa yang sulit diatur. Anak-anak lebih mudah didisiplinkan, mereka tidak akan berani mengeluh serta biaya untuk tenaga kerja anak pun cukup terbilang murah.<sup>56</sup>

## 2. Membiarkan Anak Bermain Sesuai Usianya

Anak-anak pada dasarnya memiliki imajinasi yang cukup tinggi. Hanya saja imajinasi mereka belum terasah atau dipergunakan dengan baik. Membiarkan anak bermain sendiri memungkinkan ia untuk

---

<sup>55</sup> Wawancara dengan Ibu Rohyati selaku Orang Tua pada tanggal 12 Oktober 2023, Pukul 16.00 WIB di Purwokerto

<sup>56</sup> Dina Mardiyanti, Dwini Handayani, *Bekerja, baik atau buruk bagi kesehatan anak?*, Jurnal FEB (2020), hal. 168.

mengembangkan ide-ide kreatif dan berusaha untuk membuat imajinasinya menjadi kenyataan. Tentunya ini akan membantu untuk meningkatkan kreativitas anak. Contohnya yaitu saat sang anak bermain boneka. Ia mungkin akan berperan sebagai teman, ibu, atau orang terdekat dari si boneka. Bahkan, anak-anak sering memerankan berbagai profesi orang yang sudah dewasa, seperti polisi, dokter, atau guru. Setelahnya, hal-hal sederhana seperti ini akan membantu dirinya untuk mengenali diri sendiri, bakat, hingga minat dan mimpi-mimpinya yang mungkin bertahan sampai dewasa nanti.

Anak secara alami akan mencoba berkomunikasi dengan anak sebayanya jika dibiarkan bermain di luar rumah. Sementara, membiarkan anak bermain sendiri di rumah juga akan memberikan waktu pada anak untuk mengenal dirinya lebih dalam serta memberikan ketenangan bagi anak dengan mainannya.<sup>57</sup> Dari hal tersebut peneliti menanyakan kepada Ibu Rohyati pada hari Kamis, 11 Oktober 2023, terkait membiarkan anak bebas bermain, beliau mengatakan:

“Bermain itu menurut saya sangat saya perbolehkan karna agar dirumah dia tidak kesepian karna saya harus bekerja. Namun saya juga mengenali teman-temannya agar saya tau bahwa ia tetap bermain sesuai usianya dan tidak menyimpang. saya malah merasa bersalah jika tidak membiarkan anak bermain dan tertawa bersama teman-temannya.”<sup>58</sup>

Dari hasil observasi serta wawancara peneliti mendeskripsikan bahwa orang tua sudah berfikir jika bermain merupakan hal yang penting untuk proses tumbuh kembang anak terutama pada kesehatan mentalnya. Anak akan merasa senang saat bersama temannya dan itu merupakan salah satu agar kesehatan mental anak berkembang secara baik. Kegiatan penting dilakukan oleh anak salah satunya ialah bermain, karena bagi anak

---

<sup>57</sup> Redaksi Halodoc, *Ini Manfaat Membiarkan Anak Main Sendiri*, <https://www.halodoc.com/artikel/ini-4-manfaat-membiarkan-anak-main-sendiri>, diakses pada 17 Januari 2024

<sup>58</sup> Wawancara dengan Ibu Rohyati selaku Orang Tua pada tanggal 12 Oktober 2023, Pukul 16.00 WIB di Purwokerto

bermain merupakan hal yang dianggap sama nilainya dengan bekerja dan belajar bagi orang dewasa.

Bermain dapat mengembangkan kemampuan anak dalam bernalar, bersosialisasi dengan teman-teman,, bersimpati dan empati atas kejadian, berkomunikasi dan berinteraksi aktif dengan bahasa pada temannya, hingga menjunjung tinggi aturan-aturan moral dalam bermain. Bermain dengan alamiah dapat meningkatkan perkembangan anak.<sup>59</sup> Anak-anak yang memiliki daya jelajah bermain tinggi, merupakan anak yang perkembangan psikologisnya baik. Secara kasat mata kita dapat membandingkan perkembangan psikologis anak yang suka bermain ataupun tidak. Anak yang senang bermain memiliki perkembangan psikologis yang lebih baik daripada yang tidak suka bermain. Melalui pengondisian kegiatan bermain aktif dan produktif, baik di rumah maupun sekolah, maka pertumbuhan anak akan berjalan dengan optimal.<sup>60</sup>

Bermain dapat menjadi sarana untuk mengubah potensi dalam diri anak yang akan membentuk berbagai penguasaan pada kehidupan yang akan datang. Pengalaman mengenali dunia yang ada pada sekitar didapat anak selama ia bermain. Bermain dapat memberikan rangsangan pada anak untuk melakukan berbagai tugas perkembangannya, selain itu dapat menjadi pondasi yang kuat dalam mencari jalan keluar suatu masalah yang akan datang. Dalam bermain, anak juga belajar dalam memahami moral, tentang nilai yang baik dan nilai yang kurang baik (buruk) sehingga bermain dapat menanamkan karakter pada diri anak.<sup>61</sup> Pemahaman lingkungan melalui kegiatan bermain yang mengasikkan perlu dilakukan agar anak dapat mengenali tumbuh kembangnya, oleh karena itu penataan lingkungan bermain yang aman dan nyaman serta kondusif perlu dilakukan oleh orangtua di rumah dan guru di sekolah.<sup>62</sup>

---

<sup>59</sup> Heru Kurniawan,dkk., *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, (PT.Remaja Rosdakarya, 2020), hal.24.

<sup>60</sup> *Ibid*, hal.25.

<sup>61</sup> Heru Kurniawan,dkk., *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, (PT.Remaja Rosdakarya,2020), hal.62.

<sup>62</sup> Siti Nur Hayati, Khamim, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan

### 3. Memperhatikan Perubahan Emosi atau Tingkah Laku Pada Anak

Anak yang merasa didukung dan diperhatikan oleh orang tua cenderung lebih mudah mengatasi emosi marah. Sebagai orang tua, kita dapat memberikan dukungan dan perhatian yang cukup dengan cara mendengarkan keluhan anak, memberikan pujian dan penghargaan ketika anak melakukan hal-hal positif, serta memberikan waktu berkualitas bersama. Hal ini dapat membantu anak merasa lebih dicintai dan dihargai, sehingga mereka lebih mudah mengatasi emosi marah dan tumbuh menjadi anak yang bahagia. Meskipun marah adalah emosi yang normal dan penting bagi perkembangan anak, namun apabila tidak diatur dengan baik, marah dapat mengganggu interaksi sosial anak dan memicu perilaku agresif. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk membantu anak mengelola emosi marah dengan cara yang tepat.

Anak usia dini tentunya masih belum mampu mengendalikan emosi mereka dengan baik. Karena itu, sebagai orang tua, kita harus membantu mereka mengatasi emosi marah dengan cara yang tepat. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan mengajarkan anak untuk mengenali emosi marah. Dengan mengenali apa yang dimaksud dengan emosi marah, anak dapat lebih mudah memahami dirinya sendiri dan mengatasi emosi yang ada pada dirinya dengan cara yang tepat. Sebagai orang tua, kita juga harus memberikan contoh perilaku yang baik saat menghadapi situasi yang menimbulkan emosi marah.

Dengan memberikan contoh perilaku kepada anak yang baik, anak dapat belajar mengatasi emosi marah dengan cara yang sehat dan tentunya tidak merugikan orang lain.<sup>63</sup> Dari hal tersebut peneliti menanyakan terkait upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental melalui memperhatikan perubahan emosi pada anak kepada Ibu Sumini pada hari Jum'at, 13 Oktober 2023, beliau mengatakan:

---

Islam Anak Usia Dini, Vol.4 No.1 (2021), hal.53.

<sup>63</sup> Syarifatul Khusniyah, *Bersikap Bijak dalam Mengontrol Emosi Marah pada Anak Usia Dini*, <https://piaud.fitk.uin-malang.ac.id/bersikap-bijak-dalam-mengontrol-emosi-marah-pada-anak-usia-dini/>, diakses pada 17 Januari 2024



“Saya memperhatikan ketika anak saya yang tadinya nafsu makan, menjadi tidak. Ataupun saat pulang sekolah lalu ia malas untuk melakukan kegiatan apapun, padahal biasanya bersemangat untuk bermain kembali dengan teman-temannya. Ternyata memang jika ditanya, pasti ada beberapa masalah yang dialami pada saat kelakuannya berubah. Contoh saat ia dinakali oleh temannya di sekolah, ataupun saat meminta sesuatu tapi belum bisa dituruti.”<sup>64</sup>

Dari hasil observasi dan wawancara peneliti mengulas kembali bahwa memperhatikan emosi maupun tingkah laku pada anak merupakan langkah yang tepat dan sudah dipahami oleh orang tua dalam menjaga kesehatan mental anaknya. Dalam perkembangannya, kita akan menemukan berbagai macam permasalahan emosi yang muncul di sekeliling kita. Banyak faktor yang menentukan munculnya permasalahan emosi pada anak yang paling utama adalah peranan keluarga. Pada dasarnya fondasi emosi yang sehat dibangun atas dasar penerimaan dan penghargaan terhadap dirinya. Perwujudan dari perasaan ini, yang paling awal adalah anak yang dapat merasakan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya. Jika anak kehilangan perasaan ini maka sulit ia akan memiliki emosi yang sehat.<sup>65</sup>

Perkembangan emosi anak yang positif akan memudahkan anak dalam aktifitas lainnya dilingkungan sosial. Oleh karena itu, sangatlah penting memahami dan membantu anak-anak untuk mengenali perasaannya sendiri ataupun perasaan orang-orang yang ada disekitarnya. Terkait dengan perkembangan emosi pada anak, Rasulullah SAW juga telah memberikan contoh praktik pendidikan emosi, dalam hal ini Rasulullah SAW mengajari bagaimana bersikap tenang, memperlakukan orang dengan kasih sayang, melatih keberanian, melatih kesabaran. Dari pembahasan tersebut juga dalam perkembangan emosi anak usia dini terdapat beberapa masalah yang harus bisa untuk dihadapi, maka dari itu

---

<sup>64</sup> Wawancara dengan Ibu Sumini selaku Orang Tua pada tanggal 13 Oktober 2023, Pukul 17.00 WIB di Purwokerto

<sup>65</sup> Sukatin,dkk., *Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini*, Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini, Vol.5 No.2 (2020), hal.87.



peran orang tua, lingkungan sekitar dan keluarga sangat penting untuk melatih kecerdasan emosi dan sosial anak.<sup>66</sup>

#### 4. Menjadi Contoh Perilaku Positif

Perilaku positif meliputi ragam tindakan, respon, aksi dan reaksi dari seseorang. Munculnya perilaku ini berdasarkan dari stimulus yang datang dari dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya. Pengaruh keadaan lingkungan sekitar yang tidak selalu terjadi dengan positif dapat mengakibatkan hal yang tidak diharapkan (negatif). Membangun perilaku positif pada anak dimulai dari lingkungan terkecilnya, yaitu keluarga, di mana setiap hari anak selalu memperhatikan kegiatan orang – orang dewasa di sekitarnya yang setelah mereka amati akan ditiru. Berilah anak kegiatan yang positif yang bersifat melatih kemampuan.

Mendidik anak sejatinya adalah seperti mendidik diri sendiri. Anak sudah terlahir dengan fitrah yang baik. Orang tua yang mampu mengubah dengan membentuknya semakin baik atau malah semakin buruk. Anak dapat merasa, melihat dan mendengar semua sikap, lisan, serta perilaku orang dewasa sekitarnya. Itulah yang akan membentuk karakter dan kepribadiannya. Jadilah orang tua dan teman dengan pribadi yang semakin baik setiap harinya untuk bisa menghadirkan anak anak yang semakin baik serta berkarakter positif.<sup>67</sup> Hal ini juga dikatakan oleh Ibu Sumini pada saat diwawancarai oleh peneliti pada hari Jum'at, 13 Oktober 2023 beliau menyatakan bahwa:

“Walaupun saya belum bisa menjadi orang tua yang sepenuhnya baik, saya pasti tidak mencontohkan hal-hal yang buruk pada anak saya. Saya percaya ada banyak macam hal positif yang bisa saya contohkan kepada anak. Salah satunya ketika saya mengajarkan kepada anak tentang bagaimana beretika kepada yang lebih tua. Saya mencontohkannya terlebih dahulu lalu anak mengikuti begitu saja, dan itu bisa jadi kebiasaan yang dilakukan terus menerus.”<sup>68</sup>

---

<sup>66</sup> *Ibid.*, hal.89.

<sup>67</sup> Hani Istianawati, *Perilaku Positif Dukung Perkembangan Karakter Anak di Rumah*, <https://pendidikan.id/news/perilaku-positif-dukung-perkembangan-karakter-anak-di-rumah/>, diakses pada 17 Januari 2024

<sup>68</sup> Wawancara dengan Ibu Sumini selaku Orang Tua pada tanggal 13 Oktober 2023, Pukul 17.00 WIB di Purwokerto

Dari hasil observasi dan wawancara orang tua di kampung Sri Rahayu mereka sudah paham bahwa perilaku yang kita perhatikan, anak akan mengikutinya, salah satu yaitu perilaku positif yang bermula dari hal-hal kecil. Dalam kebiasaan sehari-hari, orang tua perlu menampilkan suatu sikap, kata-kata, tingkah laku yang baik untuk menjadi contoh yang bagus untuk anak. Perilaku yang dapat dilakukan oleh orang tua adalah membiasakan anak dalam bertutur kata yang halus dan sopan, bertingkah laku yang baik serta bersikap ramah dengan orang lain. Tumbuh kembang anak adalah proses yang kompleks, terbentuk dari potensi diri anak serta lingkungan sekitarnya.

Dalam hal ini, orang tua perlu menjelaskan mengenai perbuatan mana yang baik atau buruk serta memberikan contoh perbuatan tersebut serta apa akibat yang muncul apabila anak bersikap buruk. Orang tua perlu memperhatikan dan mengawasi anaknya dalam beraktivitas, serta memberikan peringatan apabila anak berbuat salah serta diberikan sanjungan atau pujian apabila anak berbuat baik.<sup>69</sup>

Dukungan orang tua merupakan transaksi interpersonal yang diajukan untuk memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan tersebut diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dukungan sosial tentu memiliki peran penting dalam memelihara keadaan psikologi individu yang mengalami tekanan. Melalui dukungan sosial, kesejahteraan psikologis akan meningkat karena adanya perhatian dan pengertian yang akan memunculkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri serta memiliki perasaan yang positif akan diri sendiri.

##### 5. Mengenali dan Menangani *Bullying*

Banyak korban *bullying* atau perundangan yang memilih untuk diam dan tidak melaporkan kejadian yang terjadi pada orang lain.

---

<sup>69</sup> Raden Roro Michelle, Hetty Krisnani, Pentingnya Peran Orang Tua dalam Membangun Kepercayaan Diri Seorang Anak dari Usia Dini, Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol.7 No.1 (2020), hal.42.

Alasannya bisa jadi karena ada rasa takut, cemas, hingga ancaman dari pelaku. Untuk itu, sebaiknya orang tua perlu mengetahui berbagai tanda-tanda bullying pada anak. Selain dapat memberikannya perlindungan, hal ini juga bertujuan untuk langkah pencegahan agar tindakan perundungan menjadi lebih buruk. *Bullying* memiliki dampak negatif yang serius, baik bagi korban maupun pelaku. Dampaknya bisa bersifat jangka pendek dan jangka panjang, dan bisa mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk kesehatan mental, emosional, fisik, dan sosial.

Bullying dapat menyebabkan perasaan putus asa dan kehilangan minat terhadap kegiatan sehari-hari, yang bisa berkembang menjadi depresi. Maka dari itu, orang tua yang menjaga kesehatan mental anaknya melalui mengenali dan menangani *bullying* telah memenuhi beberapa hal penting agar kesehatan mental anak tetap baik. Perihal ini diperkuat oleh hasil wawancara peneliti dengan Ibu Kusmiyati pada hari Sabtu, 14 Oktober 2023, beliau menyatakan:

“Anak kalau habis dibully itu kelihatan sekali. Kelihatan juga dari tubuh yang memar, sering muncul luka secara tiba-tiba, dan memiliki goresan pada kulit. Anak juga berubah menjadi pendiam. Biasanya saya akan mengenali anak tentang apa itu dirundung. Seperti diejek teman atau semacamnya, agar anak tau bahwa itu perbuatan yang salah dan tidak patut untuk ditiru. Saya kadang kerjasama dengan guru untuk menanyakan keadaan anak di sekolah. Anak pun saya ajarkan jika terjadi sesuatu harus lapor kepada guru terlebih dahulu.”<sup>70</sup>

Dari hasil wawancara tersebut, *bullying* memang berpengaruh dalam kesehatan mental pada anak. Orang tua berusaha untuk tetap menjaga anaknya melalui guru yang ada di sekolah serta memberikan arahan pada anak agar hal tersebut tidak menjadikan ia trauma sampai dewasa nanti. Anak merupakan aset masa depan bangsa dan generasi penerus cita-cita bangsa, sehingga setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang, berpartisipasi serta berhak atas

---

<sup>70</sup> Wawancara dengan Ibu Kusmiyati selaku Orang Tua pada tanggal 14 Oktober 2023, Pukul 16.30 WIB di Purwokerto

perlindungan dari tindak kekerasan dan diskriminasi serta hak sipil dan kebebasan.<sup>71</sup> Artinya, anak didik mempunyai hak untuk mendapat pendidikan dalam lingkungan yang aman dan bebas dari rasa takut.

Pengelola sekolah dan pihak lain yang bertanggung jawab dalam penyelenggaraan pendidikan mempunyai tugas untuk melindungi siswa dari intimidasi, penyerangan, kekerasan atau gangguan. Perlu diketahui bahwa efek dari bullying menjadikan korban mengalami gangguan konsentrasi yang berujung penurunan nilai akademik, kehilangan percaya diri, stress, trauma berkepanjangan, dendam, merasa tidak berguna dan takut ke sekolah.

Upaya Pencegahan terhadap anak sebagai pelaku berkaitan dengan perlindungan hukum sebagaimana menurut Lili Rasjidi dan I.B Wyasa Putra mengemukakan bahwa hukum dapat difungsikan tidak hanya mewujudkan kepastian tetapi juga menjamin perlindungan dan keseimbangan yang sifatnya tidak sekedar adaptif dan fleksibel namun juga prediktif dan antisipatif. Kebijakan non penal merupakan hal yang sangat tepat untuk mencegah terjadinya tindak pidana yang dilakukan oleh anak. Anak merupakan generasi penerus bangsa, untuk itulah anak memperoleh perhatian yang luar biasa tidak saja oleh negara akan tetapi masyarakat dunia. Begitu pentingnya anak maka semua negara-negara di dunia berfikir untuk mencari bentuk alternatif penyelesaian yang terbaik untuk anak.<sup>72</sup>

#### 6. Terlibat Aktif dalam Kehidupan Anak

Pentingnya *social support* dari orang tua dalam pendidikan anak tidak dapat diremehkan. Dukungan ini mencakup berbagai aspek, mulai dari dukungan emosional hingga dukungan praktis dalam belajar. Berikut adalah beberapa alasan mengapa *social support* dari orang tua penting bagi pendidikan anak, di antaranya; *Pertama*, motivasi dan dukungan

---

<sup>71</sup> Muhammad, *Aspek Perlindungan Anak Dalam Tindak Kekerasan (Bullying) Terhadap Siswa Korban Kekerasan di Sekolah (Studi Kasus Di Smk Kabupaten Banyumas)*, Jurnal Dinamika Hukum Vol. 9 No. 3 September 2009

<sup>72</sup> Ayu Widya Rachma, *Upaya Pencegahan Bullying di Lingkup Sekolah*, Jurnal Hukum Pembangunan Ekonomi, Vol.10 No.2 (2022), hal. 253

emosional. Orang tua yang memberikan dukungan kepada anak mereka dapat membantu meningkatkan motivasi anak dalam belajar. Dengan memberikan pujian, dorongan, dan perhatian positif, orang tua dapat membantu anak merasa percaya diri dan termotivasi untuk mencapai kesuksesan akademik.<sup>73</sup>

Orang tua harus lebih memperhatikan anak mereka, memperbaiki komunikasi dengan anak mereka sehingga mereka tau apa sebenarnya anak mereka inginkan. Anak adalah karunia terbesar yang diberikan oleh Allah, maka saat itu orang tua diberikan tanggung jawab yang besar untuk membesarkan dan mendidikan anaknya dengan penuh kasih sayang agar dapat berkembang dengan baik. Orang tua tidak hanya sekedar memberikan anak sebuah pakaian dan makanan saja tetapi juga perhatian, kasih sayang, rasa aman dan kepercayaan kepada anak. Hal tersebut berkaitan dengan wawancara ibu Kusmiyati pada hari Sabtu, 14 Oktober 2023:

“Saya merasa saya perlu untuk ada di setiap situasi pertumbuhan anak saya. Mulai dari bayi sampai dewasa nanti insyaallah saya akan selalu ada. Kalau anak ada masalah entah itu di sekolah atau dengan temannya pasti saya akan ada selama anak saya terbuka dan bercerita kesehariannya dengan saya. Saya sedang mengusahakan agar anak nyaman saat mengakui kesalahan ataupun sekedar bererita yang tidak jelas, saya tetap senang mendengarnya bahwa anak saya mempercayakan saya untuk terlibat didalam hidupnya.”<sup>74</sup>

Berdasarkan wawancara diatas bahwa orang tua menjaga kesehatan mental dengan melibatkan dirinya di setiap cerita anak merupakan suatu langkah agar anak tidak merasa jauh dengan orang tuanya. Keterlibatan orang tua merupakan salah satu prasyarat penting dalam pengasuhan anak sejak dini hingga dewasa. Namun tidak semua orang tua menyadari pentingnya peran mereka dalam melibatkan diri pada pendidikan anak

---

<sup>73</sup> Hayana, *Pentingnya Social Support Orang Tua bagi Pendidikan Anak*, <https://www.iainpare.ac.id/blog/opini-5/pentingnya-social-support-orang-tua-bagi-pendidikan-anak-2170>, diakses pada 17 Januari 2024,

<sup>74</sup> Wawancara dengan Ibu Kusmiyati selaku Orang Tua pada tanggal 14 Oktober 2023, Pukul 16.30 WIB di Purwokerto



mereka. Anggapan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak saat ini, hanya sebatas pada memilihkan sekolah terbaik bagi anak, tanpa ikut terlibat dalam proses pendidikan anak selama di rumah.<sup>75</sup>

Hingga saat ini banyak orang tua yang merasa cukup telah menitipkan anak di sekolah terbaik pilihan mereka, seakan lupa pada tanggungjawab orang tua sebagai pendidik pertama bagi anak-anak mereka. Padahal, keterlibatan di rumahlah yang paling berpotensi meningkatkan prestasi akademik anak. Artinya keterlibatan orang tua pada tingkat anak usia dini tidak hanya sebatas pada pengasuhan saja, tetapi juga keterlibatan dalam proses pendidikan di rumah yang diselaraskan dengan pendidikan di sekolah menjadi hal yang tidak boleh diabaikan. Ketika anak-anak masuk sekolah, gambaran tentang bagaimana guru mendekati anak-anak tergantung pada bagaimana keterlibatan orang tua, keyakinan, serta sikap mereka terhadap pendidikan. Hal ini berarti bahwa sikap anak di sekolah sangat dipengaruhi oleh apa yang terjadi di rumahnya.<sup>76</sup>

Keterlibatan orang tua memiliki bermacam-macam bentuk diantaranya: parenting, menyediakan lingkungan yang aman dan stabil untuk anak, stimulasi intelektual, diskusi orang tua-anak, model tentang nilai-nilai pendidikan dan konstruksi sosial, aspirasi pemenuhan kepentingan pribadi anak, menjadi warga negara yang baik, berhubungan dengan sekolah, serta partisipasi dalam kegiatan sekolah. Empat konstruksi ditemukan untuk mendefinisikan orientasi orang tua terhadap keterlibatannya pada pendidikan anak mereka, yaitu:<sup>77</sup>

- a. Konstruksi peran, berkaitan dengan pemahaman orang tua tentang peran mereka dalam pendidikan anak, keakraban dengan tahapan perkembangan anak, keyakinan dan harapan tentang pengasuhan.
- b. Rasa keberhasilan, berkaitan dengan pengalaman sekolah orang tua

---

<sup>75</sup> Dede, dkk., Keterlibatan Orang Tua dalam Program Pendidikan Anak Usia Dini, Jurnal Pendidikan, Vol.6 No.2, hal.31.

<sup>76</sup> *Ibid.*, hal.32.

<sup>77</sup> *Ibid.*, hal.33.



sehingga keberhasilan atau kegagalan akademis mereka sendiri membentuk seberapa jauh mereka mampu berpikir untuk membantu anak-anak mereka agar berhasil.

- c. Persepsi undangan untuk terlibat, berkaitan dengan keterlibatan sebagai respons terhadap kebijakan sekolah yang disepakati bersama dengan para orang tua.
- d. Variabel konteks kehidupan, berkaitan dengan status sosial ekonomi, pengetahuan, keterampilan, waktu yang tersedia untuk keterlibatan, dan budaya keluarga.<sup>78</sup>

#### 7. Membangun Kepercayaan Diri Anak

Salah satu aspek penting dalam perkembangan sosial emosional untuk anak setelah ia menjadi dewasa adalah percaya diri. Kepercayaan diri dapat muncul ketika keinginan mewujudkan diri bertindak dan berhasil berkat adanya pengakuan di lingkungannya. Semakin besarnya dukungan orang tua maka kepercayaan diri anak akan semakin kuat. Akan tetapi jika kepercayaan diri anak rendah maka kemungkinan besar anak akan merasakan takut dan rendah diri. Rasa percaya diri yang kurang pada anak biasanya ditimbulkan oleh pola komunikasi serta pola asuh yang buruk di dalam keluarga. Seperti contohnya orang tua berkata kasar pada anak, suka membentak, suka mengkritik serta banyak melarang.

Seorang anak yang setiap harinya menerima makian ataupun hujatan dalam ruang lingkup keluarganya maka anak tersebut dapat menjadi lemah serta hal itu dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang anak sehingga anak memiliki perasaan minder atau rendah diri. Orang tua merupakan sosok yang penting dalam kepercayaan diri sang anak karena terkadang kita menjumpai orang tua yang menaruh harapan besar terhadap anaknya tanpa disesuaikan dengan kemampuan anaknya sendiri, hal tersebut mengakibatkan anak mendapatkan kritikan, mengalami rasa takut dan merasakan kekecewaan kemudian berdampak pada hilangnya

---

<sup>78</sup> Dede, dkk., *Keterlibatan Orang Tua dalam Program Pendidikan Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan, Vol.6 No.2, hal.34.

kepercayaan diri sang anak.<sup>79</sup> Pada wawancara oleh ibu Kusmiyati hari Sabtu, 14 Oktober 2023, beliau mengatakan:

“Anak saya termasuk anak yang mau menunjukkan dirinya, bahasa lainnya ya ga malu-malu kalo di sekolah atau dengan temannya. Saya mengajari anak untuk percaya diri agar mempunyai banyak teman dan menjadi anak yang aktif. Keuntungannya ya anak mudah bertanya dan tidak malu saat menyampaikan sesuatu pada guru di sekolah ataupun pada saya dan bapaknya.”<sup>80</sup>

Dari hasil wawancara diatas bahwa kepercayaan diri seorang anak didorong oleh orang tuanya. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membangun kepercayaan diri sang anak agar anak memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Peran orang tua dalam membangun kepercayaan diri pada anak diantaranya dapat dilakukan dengan cara menjadi pendengar yang baik, menunjukkan sikap menghargai, memberikan kesempatan anak untuk membantu, melatih kemandirian anak. memilah pujian yang diberikan pada anak, membantu anak untuk lebih optimis, memupuk minat serta bakat anak, mengajak anak memecahkan masalah, mencari cara untuk membantu sesama serta memberikan kesempatan pada anak untuk berkumpul bersama anak.

Hal tersebut perlu diterapkan pada anak sejak usia dini agar anak memiliki kepercayaan diri karena kepercayaan diri tidak timbul begitu saja tetapi ada proses untuk membangun hal tersebut. Meskipun banyak faktor yang akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, faktor pola asuh orang tua dan interaksi di usia dini merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri sang anak. Di kemudian hari, anak akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai dirinya secara positif dan memiliki harapan yang realistis terhadap dirinya.<sup>81</sup>

---

<sup>79</sup> Raden Roro Michelle, Hetty Krisnani, Pentingnya *Peran Orang Tua dalam Membangun Kepercayaan Diri Seorang Anak dari Usia Dini*, Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol.7 No.1 (2020), hal.41.

<sup>80</sup> Wawancara dengan Ibu Kusmiyati selaku Orang Tua pada tanggal 14 Oktober 2023, Pukul 16.30 WIB di Purwokerto.

<sup>81</sup> Raden Roro Michelle, Hetty Krisnani, Pentingnya *Peran Orang Tua dalam Membangun Kepercayaan Diri Seorang Anak dari Usia Dini*, Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol.7 No.1 (2020), hal.47.

### **C. Faktor Pendukung dan Penghambat Upaya Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto**

Hasil penelitian yang didapatkan di kampung Sri Rahayu Purwokerto dari proses observasi dan wawancara, terdapat beberapa faktor yang mendukung dan menghambat adanya upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Faktor yang mendukung diantaranya yaitu peran orang tua dan pemahaman mengenai kesehatan mental. Sedangkan kurangnya pemahaman, stigma masyarakat, kesulitan mengidentifikasi gejala, serta lingkungan merupakan faktor yang menghambat upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental, berikut penjelasannya:

#### **1. Peran Orang Tua**

Orang tua merupakan pendukung utama dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Orang tua juga merupakan contoh untuk anak ketika anak sedang berada di lingkungan keluarga. Untuk itu orang tua juga harus memberikan contoh yang baik terutama dari perilaku, karna anak merupakan peniru dan orang tua sebagai teladan yang harus memberikan contoh yang baik pula.<sup>82</sup> Orang tua hanya memperhatikan kesehatan fisik dan melupakan kesehatan mental anak sehingga mental anak mudah hancur oleh perkataan orang tua dan lingkungan sekitar. Dengan begitu orang tua dan orang sekitar anak harus menjaga kesehatan mental anak dengan tidak menyakiti perasaan anak sejak dini. Anak usia dini sama saja dengan manusia yang mempunyai perasaan dan hati. Meskipun mereka masih berada di usia dini tetap saja, mereka tetaplah manusia yang harus dijaga perasaan dengan lisan maupun tingkah laku.

Orang tua menggunakan cara tepat untuk menjaga kesehatan mental anak dengan cara membangun kepercayaan anak terhadap orang tua yakni orang tua harus memberikan contoh pada anak dengan cara orang tua percaya dengan anak seperti kemampuan anak sebab tidak banyak orang

---

<sup>82</sup> Azizah Maulina Erzad, *Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Sejak Dini di Lingkungan Keluarga*, (Kudus: STAIN Kudus, 2018), Vol.5 No.2

tua tidak percaya dengan kemampuan anak, dan selalu menyuapi anak dengan kemampuan orang tua sehingga anak tidak merasakan kepercayaan dari orang tua. Dengan begitu anak menjadi percaya diri dengan apa yang dilakukan seperti kegiatan aktif mereka maupun kemampuan anak usia dini lainnya namun orang tua harus mengawasi bukan melarang pada anak.<sup>83</sup>

Ditambah lagi orang tua harus mampu mengajarkan anak untuk meredakan stress itu sangat penting dalam menjaga kesehatan mental anak sehingga anak akan terbiasa meredakan dan mengendalikan rasa stress dalam diri anak dengan cara melakukan kegiatan positif dan ini berpengaruh sampai anak dewasa. Orang tua dapat menanyakan hal yang anak rasakan dan ajarkan anak bagaimana menempatkan persaannya tersebut. Hal ini penting untuk dilakukan karena supaya anak mampu mengontrol emosi mereka.

Penting bagi orang tua untuk mengetahui keadaan emosional anak, karena orang tua memiliki peran besar sebagai lingkungan pertama tumbuh kembang anak. Selain itu, orang tua juga berperan penting dalam menjaga keadaan mental dan mengembangkan regulasi emosi anak. Dengan demikian, maka yang dimaksud dengan peran orang tua disini adalah difokuskan kepada orangtua yang memiliki tanggung jawab untuk anak-anak mereka dalam menjaga kesehatan mental.

## 2. Pemahaman Mengenai Kesehatan Mental

Meningkatkan pemahaman tentang kesehatan mental dan menyadari bahwa masalah kesehatan mental dapat memengaruhi siapa saja, termasuk anak-anak merupakan faktor pendukung dalam upaya menjaga kesehatan mental anak usia dini. Adanya pemahaman mengenai kesehatan mental membuat orang tua menjadikan anak sebagai pribadi yang menghargai dirinya sendiri, memiliki respons emosional yang wajar, mampu bersifat kreatif dan inovatif, anak bersifat terbuka (tidak menutupi sesuatu dengan

---

<sup>83</sup> Pudin Sariipudin, *Menjaga Stabilitas Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Era New Normal*, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol.4 No.1 (2022), hal.19.

orang tuanya), terhindar dari gangguan-gangguan psikologis, dan memiliki perasaan bebas untuk memilih apa yang dia inginkan. Hal tersebut merupakan contoh dari beberapa aspek psikis dalam pemahaman mengenai kesehatan mental anak, sedangkan aspek sosialnya meliputi memiliki perasaan empati atau kasih sayang, memiliki rasa peduli dengan apa yang terjadi pada sekitarnya, bersifat menghargai yaitu tidak suka mencela teman dan tidak membedakan dalam hal berteman. Lalu aspek moral dalam pemahaman ini ialah anak tidak suka berbohong, serta melakukan banyak hal kebaikan. Beberapa hal terkait pemahaman yang mempengaruhi kesehatan mental sebagai berikut:<sup>84</sup>

- a. Mempunyai tujuan yang sehat pada sesuatu yang telah terjadi pada lingkungan maupun diri sendiri.
- b. Mempunyai kecakapan menyesuaikan diri pada segala kemungkinan dan kemampuan mengatasi persoalan yang dapat dibatasi.
- c. Tercapainya tujuan sifat seseorang yang baik, dan juga tidak merugikan lingkungan sekitarnya.

### 3. Kurangnya Pemahaman akan Kesehatan Mental

Beberapa orang tua tidak memahami sepenuhnya apa itu kesehatan mental dan bagaimana masalah mental dapat memengaruhi anak-anak. Pemahaman yang kurang dapat mengarah pada minimnya perhatian terhadap isu-isu ini. Selain itu, kebiasaan orang tua yang selalu merendahkan dan menjatuhkan anak juga dapat menjadi faktor penghambat yang berkaitan dengan kesehatan mental. Sebagai contoh, seringkali seorang anak melakukan kesalahan, kemudian orang tua memarahinya habis-habisan. Bahkan tidak sedikit orang tua yang memarahi anaknya dengan kata-kata yang kasar. Dampak apabila orang tua kurang memahami permasalahan kesehatan mental yaitu:

- a) Anak cenderung pendiam dan tertutup kepada orang tua

---

<sup>84</sup> Fatimah, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam di SMP Piri JAti Agung*, Skripsi (2019), hal.84.



dikarenakan terlalu takut untuk berbagi masalah yang dialaminya dengan orang tua

- b) Anak tidak percaya diri apabila berada di luar rumah
- c) Adanya tekanan dari dalam dapat memicu timbulnya kepribadian yang keras terhadap diri sendiri dan orang lain
- d) Anak dapat mengalami gangguan kecemasan, stres, bahkan depresi akibat didikan keras yang diberikan orang tua.

Melihat pentingnya pemahaman kesehatan mental bagi orang tua akan berpengaruh terhadap kesehatan mental anak. Semakin orang tua paham akan, maka akan semakin bagus dan baik pula parentingnya, ini akan membuat mental anak menjadi sehat. Anak dengan mental yang sehat akan tumbuh dengan optimal, lingkungannya sehat, mempunyai kekuatan untuk menghadapi berbagai macam rintangan dan apa saja yang dapat terjadi pada kehidupan, serta tumbuh dan berkembang menjadi orang dewasa yang sehat dan sempurna. Permasalahan pada anak seperti depresi yang sering terjadi disebabkan oleh kurangnya pemahaman orangtua. Orang tua tidak memikirkan perasaan dan keinginan anak mereka merasa sudah memberikan yang terbaik untuk anaknya, tetapi pada kenyataannya malah sebaliknya yaitu anak menjadi tertekan.<sup>85</sup>

Peranan dalam memberikan edukasi dan pemahaman mengenai kesehatan mental, gangguan kesehatan mental, berikut dengan penanganannya bukan hanya dibutuhkan oleh keluarga yang memiliki anggota keluarga yang menderita gangguan kesehatan mental, melainkan kepada seluruh masyarakat pada umumnya. Dalam konsep *person in environment* yang menjadi salah satu ciri khas dari pekerjaan sosial menjelaskan bahwa keberadaan seseorang individu akan mempengaruhi dan dipengaruhi oleh lingkungan di sekitarnya. Untuk perihal kesembuhan penderita gangguan kesehatan mental maka seluruh lapisan masyarakat wajib dan berhak mendapatkan informasi yang selengkap-lengkapny

---

<sup>85</sup> Siti Turhanah, *Pentingnya Pemahaman Parenting Bagi Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak di Desa Karangmuncang*, Skripsi IAIN Syekh Nurjati Cirebon (2023)



untuk menciptakan lingkungan (sosial) yang proporsional bagi kesembuhan para penderita.<sup>86</sup>

#### 4. Stigma Masyarakat

Stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental di beberapa Masyarakat menjadi factor penghambat upaya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak. Orang tua mungkin khawatir bahwa masalah kesehatan mental anak akan menciptakan citra negatif atau mempengaruhi pandangan orang lain terhadap keluarga mereka. Mereka yang menderita seakan-akan dianggap sebagai manusia yang berbahaya dan menular sehingga harus diberikan perlakuan yang kurang pantas atau bahkan tidak manusiawi. Hal ini masih bisa dengan mudah kita ketahui terutama didaerah pedalaman atau pelosok daerah.

Masyarakat pelosok beberapa beranggapan bahwa pemasangan merupakan salah satu bentuk penanganan, padahal jauh sekali dari kata bukan. Apabila cara ini masih dianggap sebagai cara yang relevan maka semakin tingginya angka kelainan mental akan semakin sulit untuk dihindarkan, pada akhirnya berakibat pada penambahan beban terhadap penanganan yang semakin banyak. Stigma kesehatan mental muncul dalam beberapa alasan ini.<sup>87</sup>

##### a. Takut akan kecacatan

Ada beberapa stigma yang mengaitkan penyakit mental dengan disabilitas, itu merupakan salah satu hambatan dalam mengakses layanan kesehatan mental.

##### b. Norma dan Nilai Budaya

Beberapa keluarga masih memiliki keyakinan tradisional atau budaya yang menganggap bahwa masalah mental adalah hal yang tidak nyata atau bukan prioritas, sehingga mengabaikan tanda-tanda dan gejala

---

<sup>86</sup>Achmad Chasina, Paradigma Kesehatan Mental, UNAIR (2019), <https://news.unair.ac.id/2019/10/10/paradigma-kesehatan-mental/?lang=id>, diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 04.30 WIB

<sup>87</sup>Medical News Today, *Mental Health Stigma: Why does it Exist?*, <https://www.medicalnewstoday.com/articles/asian-american-mental-health#why-is-there-a-stigma>, diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 05.30 WIB

yang muncul pada anak. Rasa malu terkait kesehatan mental adalah norma budaya yang sering terjadi dalam stigma masyarakat. Gagasan ini mendorong bahwa orang dengan penyakit mental, yang mungkin tidak mempengaruhi kewajiban dan nilai-nilai ialah orang yang gagal, tidak berharga, dan tidak memiliki tujuan.

c. Mitos (Minoritas Teladan)

Mitos memperkuat gagasan bahwa masyarakat percaya bahwa kesehatan mental merupakan mitos semata karna beberapa orang tidak menunjukkan bukti fisik bahwa ia mengalami masalah kesehatan mental.

d. Tabu

Membicarakan kesehatan mental merupakan hal yang masih dianggap tabu di banyak budaya. Sehingga banyak orang yang harus merahasiakannya karna menurut mereka penyakit mental merupakan hal yang memalukan.

e. Kurangnya pendidikan kesehatan mental

Kurangnya kesadaran akan kesehatan mental, banyak yang mengabaikan, menolak, menyangkal atas gejala kesehatan mental. Mereka lebih cenderung berasumsi bahwa penyakit mental berhubungan dengan pola asuh yang buruk atau cacat genetic yang diturunkan dari orang tuanya. Hal ini dapat membuat orang enggan mencari bantuan dari luar agar tidak dianggap sebagai orang yang cacat atau rusak.

5. Kesulitan Mengidentifikasi Gejala

Gejala masalah kesehatan mental pada anak sulit diidentifikasi karena mereka dapat bermanifestasi dalam perilaku yang sulit diartikan atau dipahami oleh orang tua. Seperti pembahasan sebelumnya bahwa orang tua perlu terlibat aktif dalam kehidupan anak, maka orang tua akan lebih peka dalam melihat perubahan tingkah laku atau emosial anak. Hal ini mengurangi kesulitan dalam mengidentifikasi gejala yang ada pada kesehatan mental anak. Upaya untuk bisa memonitor

perkembangan. Penyebab tingginya masalah kesehatan mental juga dipicu dari kurang adanya keterbukaan masyarakat mengenai hal tersebut, mereka memilih untuk diam dan mencoba untuk melakukan penanganan sendiri, dengan cara primitif dan kuno. Kurang adanya keterbukaan juga menutup kemungkinan buat adanya penanganan yang dilakukan oleh tenaga ahli atau institusi lembaga kesehatan. Masyarakat masih beranggapan bahwa kelainan mental bukan merupakan penyakit yang butuh penanganan secara serius, sama sekali tidak lebih berbahaya dari pada penyakit fisik (yang terlihat).

Kesehatan mental anak secara konsisten akan sangat dibutuhkan, berbagai pihak perlu dilibatkan untuk bisa memastikan anak merasa bahagia dalam hidupnya dan mampu menunjukkan perkembangan yang optimal untuk proses perkembangan dirinya. Bisa dikatakan bahwa kesehatan mental anak merupakan fondasi kokoh untuk tumbuh kembang anak. Anak akan bisa menampilkan kapasitas dirinya secara optimal bila ia memiliki mental yang sehat. Bagi orang tua yang ingin lebih memahami dan mendukung kesehatan mental anak mereka, penting untuk mencari informasi, membuka dialog terbuka dengan anak, dan mengakses sumber daya kesehatan mental yang tersedia.<sup>88</sup>

## 6. Lingkungan

Mengakibatkan kurangnya lingkungan yang aman, mendukung, serta memberikan lebih banyak dampak positif bagi anak. Beberapa hal faktor lingkungan yang bisa berdampak pada kesehatan mental. Ada bermacam faktor dari lingkungan yang dapat mempengaruhi kesehatan mental salah satunya yaitu sosial budaya, yaitu.<sup>89</sup>

### a) Stratifikasi Sosial

---

<sup>88</sup> Quora, *Mengapa orang tua selalu mengabaikan kesehatan mental anak?*, <https://id.quora.com/Mengapa-orang-tua-selalu-mengabaikan-kesehatan-mental-anak>, diakses pada 10 Januari 2024 pukul 08.38 WIB

<sup>89</sup> Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, *Lingkungan Berpengaruh Terhadap Kesehatan Mental?*, [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1354/lingkungan-berpengaruh-terhadap-kesehatan-mental](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1354/lingkungan-berpengaruh-terhadap-kesehatan-mental), diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 06.00 WIB

Terdapat distribusi gangguan mental dengan cara berbeda antara kelompok masyarakat menengah atas pada strata sosial yang tinggi dan rendah.

b) Interaksi Sosial

Kualitas interaksi pada lingkungan sosial individu sangat mempengaruhi dalam kesehatan mental.

c) Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan inti yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental pada anak.

d) Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan yang berturut serta dalam mempengaruhi perkembangan kesehatan mental anak.

Hal ini menyatakan bahwa persoalan kesehatan mental bukan hanya dipengaruhi oleh faktor fisik semata, melainkan dipengaruhi pula oleh lingkungannya. Dalam hal kesehatan mental, lingkungan merupakan suatu hal yang termasuk amat penting. Pemikiran dan perilaku manusia berkembang dalam satu atau beberapa lingkungan yang memiliki karakteristik berbeda. Pengaruh lingkungan alam dan lingkungan buatan manusia terhadap perasaan, pikiran, dan perilaku manusia merupakan faktor dalam kesehatan mental.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya menjaga kesehatan mental anak usia dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto dapat disimpulkan bahwa pemahaman kesehatan mental anak menjadi hal yang tabu di beberapa budaya dan masyarakat. Beberapa orang tua yang paham akan kesehatan mental peka terhadap perubahan emosional anak. Upaya yang mereka lakukan dalam menjaga kesehatan mental anak tersebut ialah dengan mengenali tanda-tanda stres, kecemasan, atau kesulitan emosional pada anak dan memberikan dukungan yang sesuai. Mengetahui batasan dan memberikan kebebasan yang sesuai dengan usia anak merupakan aspek penting dari pemahaman kesehatan mental anak usia dini. Orang tua ini mengetahui bagaimana menciptakan keseimbangan yang sehat antara memberikan kebebasan dan memberikan arahan yang dibutuhkan.

Orang tua yang memahami kesehatan mental anak usia dini terlibat aktif dalam kehidupan anak-anak mereka. Mereka terlibat dalam kegiatan bersama, bermain, dan berbicara untuk membangun ikatan emosional yang kuat, mereka juga tidak membiarkan anak untuk ikut membantu mereka dalam mengerjakan pekerjaan yang berat bahkan sampai turun ke jalanan. Orang tua yang memahami keadaan anak, menerima dan mencintai tanpa syarat kepada anak-anak mereka. Ini menciptakan dasar yang kokoh untuk kesehatan mental anak dan membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat secara emosional. Pemberian pola pengasuhan yang memberikan rasa aman, adanya kedekatan terhadap seluruh anggota keluarga dan komunikasi yang terjalin dengan baik membuat keluarga menjadi sebuah sistem yang memiliki fungsi optimal pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, penulis bermaksud memberikan saran sebagai berikut ini:

### **1. Bagi Orang Tua di Kampung Sri Rahayu Purwokerto**

Untuk melakukan upaya belajar lebih banyak tentang kesehatan mental anak usia dini. Pahami bahwa anak-anak mungkin tidak dapat mengungkapkan perasaan mereka dengan kata-kata sepenuhnya. Perhatikan perubahan dalam perilaku, pola tidur, dan makan, yang mungkin menjadi indikator kesehatan mental anak. Ciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan kesehatan mental positif. Memberikan dukungan emosional, cinta, dan keamanan dapat berdampak besar pada kesejahteraan anak. Rutin memantau perkembangan anak dan terus berkomunikasi dengan mereka. Ini membantu dalam mendeteksi perubahan-perubahan yang mungkin terjadi dan memastikan anak merasa didengar dan didukung.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Saya harapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif melalui angket atau kuisioner sebagai pengambilan data. Saya juga berharap peneliti selanjutnya mampu menggali lebih dalam mengenai hal ini dengan cara berada lebih lama/tinggal sementara (kurang lebih dalam waktu 1 minggu) di lingkungan tersebut untuk melihat fenomena sebenarnya yang terjadi dalam keseharian warga kampung Sri Rahayu Purwokerto.

## **C. PENUTUP**

*Alhamdulillahirrabil'alamin*, segala puji syukur kepada Allah SWT, sehingga penulis dapat melakukan penelitian serta menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto”. Ucapan terimakasih sedalam-dalamnya penulis berikan kepada dosen pembimbing yang telah berkenan mencurahkan pikiran serta ilmu yang



tiada hentinya dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga segala kebaikan mendapat balasan yang jauh lebih banyak dari Allah SWT.

Peneliti menyadari atas kekurangan dalam penulisan skripsi ini, namun begitu penulis sudah berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi sesuai dengan kemampuan yang penulis miliki. Maka dari itu, peneliti mengharap saran serta kritik yang membangun demi kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk diri sendiri serta pembaca pada umumnya, khususnya bagi peneliti selanjutnya saat menggunakan skripsi ini sebagai referensi, semoga membawa kemanfaatan. Aamiin.



## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Chasina, *Paradigma Kesehatan Mental*, UNAIR (2019), <https://news.unair.ac.id/2019/10/10/paradigma-kesehatan-mental/?lang=id>, diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 04.30 WIB
- Admin, *Strategi Menjaga Kesehatan Mental Anak*, <https://rskasihibu.com/2023/06/10/menjaga-kesehatan-mental-anak/>, diakses pada tanggal 10 Desember 2023, pukul 07.43 WIB
- Andreas Wilson Setaiwan, *Hal yang Wajib Orangtua Lakukan untuk Kesehatan Mental Anak*, <https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/perkembangan-anak/menjaga-kesehatan-mental-anak/>, diakses pada tanggal 10 Desember 2023, pukul 08.20 WIB
- Ardani Mahendra, *Tanggung Jawab Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Anak-Anak Ditinjau dari Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak (Studi Pada Tunawisma di Kota Bengkulu)*, (Bengkulu: Universitas Bengkulu, 2014)
- Airindya, *Cara Menjaga Kesehatan Mental Anak yang Perlu dipahami Orang Tua*, <https://www.alodokter.com/cara-menjaga-kesehatan-mental-anak-yang-perlu-dipahami-orang-tua>, diakses pada 10 Januari 2024, pukul 12.22 WIB
- Ayu Widya Rachma, *Upaya Pencegahan Bullying di Lingkup Sekolah*, Jurnal Hukum Pembangunan Ekonomi, Vol.10 No.2 (2022)
- Azizah Maulina Erzad, *Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Sejak Dini di Lingkungan Keluarga*, (Kudus: STAIN Kudus, 2018), Vol.5 No.2
- Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi Offset 2001)
- Bogdan dalam Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019)
- Ceria Galossa Viktora, Tri Utami, Rosmawati, “*Kesehatan Mental Siswa Yang Orang Tuanya Bercerai Di SMP N 25 Pekan Baru*”, Jurnal Jom Fkip. Vol. 5 No. 2 (Januari 2018)
- Dede, dkk., *Keterlibatan Orang Tua dalam Program Pendidikan Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan, Vol.6 No.2
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002)

- Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan: CV Duta Media: 2019)
- Dian Fitriana dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, “*Kamus Versi online*”,  
Pranala:<https://kbbi.web.id/telaah.html>, diakses pada 13 Desember 2023,  
pukul 10.30 WIB
- Dina Mardiyanti, Dwini Handayani, *Bekerja, baik atau buruk bagi kesehatan anak?*, Jurnal FEB (2020)
- Edwin Halim, *Mengenal dan Mengatasi Gangguan Mental pada Anak*,  
://www.ciputramedicalcenter.com/mengenal-dan-mengatasi-gangguan-mental-pada-anak/ diakses pada tanggal 10 Desember 2023, pukul 08.22  
WIB
- Elly Yuliandari, Buku Ajar: *Kesehatan Mental Anak dan Remaja* (2018)
- Elly Yuliandari, Mar Philia Elisabert, dkk, *Kesehatan Mental Anak*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2019)
- Erny Tyas Rudati, *Konsep Positive Parenting menurut Muhammad Fauzil Adhim dan Implikasinya bagi Pendidikan Anak*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah, Jurusan Pendidikan Agama Islam IAIN Walisongo 2008)
- Fatimah, *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam di SMP Piri JAti Agung*, Skripsi (2019), hal.84.
- Hani Istianawati, *Perilaku Positif Dukung Perkembangan Karakter Anak di Rumah*,  
<https://pendidikan.id/news/perilaku-positif-dukung-perkembangan-karakter-anak-di-rumah/>, diakses pada 17 Januari 2024,  
Pukul 22.02 WIB
- Hayana, *Pentingnya Social Support Orang Tua bagi Pendidikan Anak*,  
<https://www.iainpare.ac.id/blog/opini-5/pentingnya-social-support-orang-tua-bagi-pendidikan-anak-2170>, diakses pada 17 Januari 2024, Pukul  
22.30 WIB
- Heru Kurniawan, dkk., *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, (Bandung: PT.Remaja Rosdakarya, 2020)
- Herviana Muarifah, *Peran Orang Tua dalam Pengasuhan Anak*, IAIN Bone (2021)
- Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, *Lingkungan Berpengaruh Terhadap Kesehatan Mental?*,  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1354/lingkungan-berpengaruh-](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1354/lingkungan-berpengaruh-)

terhadap-kesehatan-mental, diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 06.00 WIB

Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2013)

Medical News Today, *Mental Health Stigma: Why does it Exist?*,  
<https://www.medicalnewstoday.com/articles/asian-american-mental-health#why-is-there-a-stigma>, diakses pada 18 Januari 2024 Pukul 05.30 WIB

Mukti Amini, *Hakikat Anak Usia Dini*, dalam jurnal Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini

Natalia Dewi Pratiwi, *Membaca Kehidupan*, (Yogyakarta: Laksana: 2018)

Narbuco Cholid, dkk, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009)

Oktaviani, *BAB II Kajian Teori*, Universitas Islam Riau (2018),  
<https://repository.uir.ac.id/4141/5/7.%20BAB%20II.pdf>, diakses pada 17 Januari pukul 23.05 WIB

Pudin Saripudin, *Menjaga Stabilitas Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Era New Normal*, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol.4 No.1 (2022)

Quora, *Mengapa orang tua selalu mengabaikan kesehatan mental anak?*,  
<https://id.quora.com/Mengapa-orang-tua-selalu-mengabaikan-kesehatan-mental-anak>, diakses pada 10 Januari 2024, pukul 20.10 WIB

Raden Roro Michelle, Hetty Krisnani, *Pentingnya Peran Orang Tua dalam Membangun Kepercayaan Diri Seorang Anak dari Usia Dini*, Jurnal Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol.7 No.1 (2020)

Radita Gora, *Riset Kualitatif Public Relations*, (Surabaya: Jakad Publishing Surabaya, 2019)

Ramayulis, *Psikologi Agama*, ( Jakarta : Kalam Mulia, 2002)

Redaksi Halodoc, *Ini Manfaat Membiarkan Anak Main Sendiri*  
<https://www.halodoc.com/artikel/ini-4-manfaat-membiarkan-anak-main-sendiri>, diakses pada 17 Januari 2024, Pukul 21.09 WIB

Sisworo, *Metodologi Penelitian Sastra: Analisis Struktur Puisi*, (Yogyakarta: Pustaka Jaya, 2010)

- Siti Turhanah, *Pentingnya Pemahaman Parenting Bagi Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak di Desa Karangmuncang*, Skripsi IAIN Syekh Nurjati Cirebon (2023)
- Sandy Ardiansyah, Ichlas Tribakti, dkk, *Kesehatan Mental*, (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi: 2023)
- Siti Nur Hayati, Khamim, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Vol.4 No.1 (2021)
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta 2010)
- Sukatin, dkk., *Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini*, Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini, Vol.5 No.2 (2020)
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019)
- Sunasih, *Kemampuan Membaca Huruf Abjad Bagi Anak Usia Dini*, Vol.1 No.1, 2017
- Syarifatul Khusniah, *Bersikap Bijak dalam Mengontrol Emosi Marah pada Anak Usia Dini*, <https://piaud.fitk.uin-malang.ac.id/bersikap-bijak-dalam-mengontrol-emosi-marah-pada-anak-usia-dini/>, diakses pada 17 Januari 2024, Pukul 21.30 WIB
- Widya Fitriani Bakir, Ni'matus Sa'adah, dkk, *Pendidikan Berbasis Al-Qur'an untuk Kesehatan Mental Anak Usia Dini*, dalam *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, (Vol 6, No 6, Juni 2023)
- Word Health Organization, *Kesehatan Mental Remaja*, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>, diakses pada 10 januari 2024, pukul 08.12 WIB
- Yanuaris Jack Damsy, Supriadi, dkk., *“Peran Orang Tua dan Guru dalam Mengatasi Sikap dan Perilaku Menyimpang Anak”*, Jurnal FKIP, Tahun 2014

# LAMPIRAN - LAMPIRAN





## PEDOMAN WAWANCARA

### A. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui upaya yang dilakukan orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini di kampung Sri Rahayu Purwokerto.
2. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam upaya menjaga kesehatan mental anak usia dini di kampung Sri Rahayu Purwokerto.

### B. Pertanyaan Tentang Upaya dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak

1. Apa yang anda ketahui tentang kesehatan mental anak?
2. Upaya apa yang dilakukan untuk menjaga kesehatan mental anak?
3. Faktor apa yang dilakukan sebagai pendukung yang mendorong upaya yang dilakukan untuk menjaga kesehatan mental anak?
4. Faktor penghambat apa yang dalam menerapkan upaya untuk menjaga kesehatan mental anak?

## Hasil Cek Plagiarism

OK\_LUFVIANA\_ZULFA\_-\_SKRIPSI\_1\_1.docx

### ORIGINALITY REPORT

<b>17</b> %	<b>16</b> %	<b>3</b> %	<b>6</b> %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="http://www.pustaka.ut.ac.id">www.pustaka.ut.ac.id</a> Internet Source	<b>3</b> %
<b>2</b>	<a href="http://repository.ubaya.ac.id">repository.ubaya.ac.id</a> Internet Source	<b>2</b> %
<b>3</b>	<a href="http://jurnal.unpad.ac.id">jurnal.unpad.ac.id</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>4</b>	<a href="http://news.unair.ac.id">news.unair.ac.id</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>5</b>	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>6</b>	<a href="http://hellosehat.com">hellosehat.com</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>7</b>	<a href="http://eprints.unisla.ac.id">eprints.unisla.ac.id</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>8</b>	<a href="http://openjournal.wdh.ac.id">openjournal.wdh.ac.id</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>9</b>	<a href="http://repository.uinsaizu.ac.id">repository.uinsaizu.ac.id</a> Internet Source	<b>&lt;1</b> %



Anak usia dini – remaja saat persiapan turun ke jalanan untuk mencari uang



Gambaran lingkungan Kampung Sri Rahayu Purwokerto



Kunjungan pertama kali saat meminta izin observasi pada Ketua RT



Kondisi kebanyakan dari rumah huni di Kampung Sri Rahayu Purwokerto

## Surat Keterangan Telah Seminar Proposal



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126

Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553

www.uinsatza.ac.id

### SURAT KETERANGAN SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

No.B.e- /Un.19/FTIK.J.PIAUD/PP.05.3/11/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Jurusan PIAUD pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) UIN Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto menerangkan bahwa proposal skripsi berjudul : "Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto"

Sebagaimana disusul oleh:

Nama : Lufviana Zulfa  
NIM : 1817406067  
Semester : XI  
Program Studi : PIAUD


Benar-benar telah diseminarkan pada tanggal : 27 November 2023


Demikian surat keterangan ini dibuat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Mengetahui  
Koordinator Prodi

Purwokerto, 1 Desember 2023

Penguji

  
Dr. Asef Umar Fakhruddin, M. Pd.I  
NIP. 198304232018011001

  
Dr. Asef Umar Fakhruddin, M. Pd.I  
NIP. 198304232018011001



## Surat Keterangan Lulus Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
www.uinsaizu.ac.id

### SURATKETERANGAN No.90/UN.19/WD.I.FTIK/PP.05.3/1/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Wakil Dekan Bidang Akademik, menerangkan bahwa

N a m a : Lufviana Zulfa  
NIM : 1817406067  
Prodi : PIAUD

Mahasiswa tersebut benar-benar telah melaksanakan ujian komprehensif dan dinyatakan **LULUS** pada :

Hari/Tanggal : Selasa, 2 Januari 2024  
Nilai : 75 (B)

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, 2 Januari 2024  
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Suparjo, M.A.  
19730717 199903 1 001

## Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris



MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS OF THE REPUBLIC OF INDONESIA  
STATE ISLAMIC UNIVERSITY PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
LANGUAGE DEVELOPMENT UNIT  
Jl. Jend. A. Yani No. 40A Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia | www.uinsaizu.ac.id | www.bahasa.uinsaizu.ac.id | +62 (281) 635624

وزارة الشؤون الدينية جمهورية إندونيسيا  
جامعة الأستاذ كيهي الحاج سيف الدين زهري الإسلامية الحكومية بوروبونو  
الوحدة لتنمية اللغة

### CERTIFICATE

الشهادة

No.B-6609/Un.19/K.Bhs/PP.009/2/2023

This is to certify that

Name : LUFVIANA ZULFA : الاسم  
Place and Date of Birth : Way mili, 11 Mei 2000 : محل وتاريخ الميلاد  
Has taken : EPTUS : وقد شارك/ت الاختبار  
with Computer Based Test,  
organized by Language Development Unit on : 22 Desember 2023 : على أساس الكمبيوتر  
with obtained result as follows : التي قامت بها الوحدة لتنمية اللغة في التاريخ  
مع النتيجة التي تم الحصول عليها على النحو التالي:  
Listening Comprehension: 52 : فهم المقروء  
Structure and Written Expression: 50 : فهم العبارات والتراكيب  
Reading Comprehension: 47 : فهم المقروء

Obtained Score : 496 : المجموع الكلي  
The test was held in UIN Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto. تم إجراء الاختبار بجامعة الأستاذ كيهي الحاج سيف الدين زهري الإسلامية الحكومية بوروبونو.



EPTUS  
English Proficiency Test of UIN PROF. KH. SAIFUDDIN ZUHRI

IQLA  
Inhibidit al-Qudrah 'al al-Lughah al-'Arabiyyah

Purwokerto, 22 Desember 2023  
The Head of Language Development Unit,  
رئيسة الوحدة لتنمية اللغة  
Mullihah, S.S., M.Pd.  
NIP.19720923 200003 2 001

## Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab



MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS OF THE REPUBLIC OF INDONESIA  
STATE ISLAMIC UNIVERSITY PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
LANGUAGE DEVELOPMENT UNIT  
Jl. Jend. A. Yani No. 40A Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia | www.uinsaizu.ac.id | www.bahasa.uinsaizu.ac.id | +62 (281) 635624

وزارة الشؤون الدينية جمهورية إندونيسيا  
جامعة الأستاذ كيهي الحاج سيف الدين زهري الإسلامية الحكومية بوروبونو  
الوحدة لتنمية اللغة

### CERTIFICATE

الشهادة

No.B-6610/Un.19/K.Bhs/PP.009/2/2023

This is to certify that

Name : LUFVIANA ZULFA : الاسم  
Place and Date of Birth : Way mili, 11 Mei 2002 : محل وتاريخ الميلاد  
Has taken : IQLA : وقد شارك/ت الاختبار  
with Computer Based Test,  
organized by Language Development Unit on : 22 Desember 2023 : على أساس الكمبيوتر  
with obtained result as follows : التي قامت بها الوحدة لتنمية اللغة في التاريخ  
مع النتيجة التي تم الحصول عليها على النحو التالي:  
Listening Comprehension: 44 : فهم المقروء  
Structure and Written Expression: 46 : فهم العبارات والتراكيب  
Reading Comprehension: 45 : فهم المقروء

Obtained Score : 450 : المجموع الكلي  
The test was held in UIN Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto. تم إجراء الاختبار بجامعة الأستاذ كيهي الحاج سيف الدين زهري الإسلامية الحكومية بوروبونو.



EPTUS  
English Proficiency Test of UIN PROF. KH. SAIFUDDIN ZUHRI

IQLA  
Inhibidit al-Qudrah 'al al-Lughah al-'Arabiyyah

Purwokerto, 22 Desember 2023  
The Head of Language Development Unit,  
رئيسة الوحدة لتنمية اللغة  
Mullihah, S.S., M.Pd.  
NIP.19720923 200003 2 001



Sertifikat BTA PPI



IAIN PURWOKERTO

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO**  
**UPT MA'HAD AL-JAMI'AH**

Jl. Jend. A. Yani No. 40A Purwokerto, Jawa Tengah 53126, Telp:0281-635624, 628250 | www.iainpurwokerto.ac.id

---

**SERTIFIKAT**  
Nomor: In.17/UPT.MAJ/13242/06/2022

Diberikan oleh UPT Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto kepada:

**NAMA** : LUFVIANA ZULFA  
**NIM** : 1817406067

Sebagai tanda yang bersangkutan telah LULUS dalam Ujian Kompetensi Dasar Baca Tulis Al-Qur'an (BTA) dan Pengetahuan Pengamatan Ibadah (PPI) dengan nilai sebagai berikut:

# Tes Tulis	:	70
# Tartil	:	70
# Imla'	:	70
# Praktek	:	70
# Nilai Tahfidz	:	70



Purwokerto, 09 Jun 2022



ValidationCode

## Sertifikat KKN

**Sertifikat**

Nomor Sertifikat : 1897/K.LPPM/KKN.50/09/2022

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)  
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto menyatakan bahwa:

Nama Mahasiswa : **LUFVIANA ZULFA**  
NIM : **1817406067**  
Fakultas : **Tarbiyah & Ilmu Keguruan**  
Program Studi : **Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)**

Telah mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-50 Tahun 2022,  
dan dinyatakan **LULUS** dengan nilai **A (89)**.

**PROF. SAIFUDDIN ZUHRI**

**SAIFUDDIN ZUHRI**

Certificate Validation

## Sertifikat PPL



## Sertifikat Aplikom



## Surat Ijin Observasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
www.ftik.uinsaizu.ac.id

Nomor : B.m.4771/Un.19/D.FTIK/PP.05.3/10/2023  
Lamp. : -  
Hal : **Pemohonan Ijin Observasi Pendahuluan**

10 Oktober 2023

Kepada  
Yth. Ketua RT Kampung Sri Rahayu Purwokerto  
di Tempat

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Diberitahukan dengan hormat bahwa dalam rangka proses pengumpulan data penyusunan skripsi mahasiswa kami:

1. Nama : Lufviana Zulfa
2. NIM : 1817406067
3. Semester : 11 (Sebelas)
4. Jurusan / Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
5. Tahun Akademik : 2023/2024

Memohon dengan hormat kepada Bapak/Ibu untuk kiranya berkenan memberikan ijin observasi pendahuluan kepada mahasiswa kami tersebut. Adapun observasi tersebut akan dilaksanakan dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Objek : warga
2. Tempat / Lokasi : Kampung Sri Rahayu Purwokerto, Rt.04 Rw.10, Karangklesem
3. Tanggal Observasi : 11-10-2023 s.d 25-10-2023

Kemudian atas ijin dan perkenan Bapak/ Ibu, kami sampaikan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**

An. Dekan  
Ketua Jurusan Pendidikan  
Madrasah



Ali Muhandi



Surat Balasan dari Desa



**RUKUN TETANGGA 004 RUKUN WARGA 010**  
KELURAHAN KARANG KLESEM KECAMATAN PURWOKERTO SELATAN  
KABUPATEN BANYUMAS

**SURAT BALASAN**

Purwokerto, 06 Januari 2024

No : 001/B/RT04-RW10/1/2024

Hal : Surat Balasan Persetujuan Penelitian

Kepada Yth. :

Ketua Jurusan Pendidikan Madrasah

Universitas Islam Negeri Profesor Kial Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

Di -

Tempat

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dani Triswanto

Jabatan : Ketua RT 04 RW 10

Menerangkan bahwa :

Nama : Lufviana Zulfa

NIM : 1817406067

Semester : 11 (Sebelas)

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Telah kami setuju untuk melaksanakan Observasi di Lingkungan Kampung Sri Rahayu RT 04 RW KarangKlesem, Purwokerto Selatan sebagai syarat Penyusunan Skripsi sodari.

Demikian surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Hormat Kami

**Dani Triswanto**  
KETUA RT 04



## Blangko Bimbingan Skripsi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**PROFESOR KAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
 Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
 Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
 www.uinsaizu.ac.id

### BLANGKO BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Lufviana Zulfa  
 No. Induk : 1817406067  
 Fakultas/Jurusan : FTIK/PIAUD  
 Pembimbing : Ellen Prima, S.Psi., M.A  
 Nama Judul : Upaya Orang Tua dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Kampung Sri Rahayu Purwokerto

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	
			Pembimbing	Mahasiswa
1.	30 November 2024	Bimbingan BAB III		
2.	4 Januari 2024	Revisi BAB III		
3.	6 Januari 2024	Perbaikan Penulisan		
4.	8 Januari 2024	Perbaikan Penulisan		
5.	9 Januari 2024	Bimbingan BAB IV		
6.	10 Januari 2024	Revisi BAB IV		
7.	11 Januari 2024	Revisi BAB IV		
8.	13 Januari 2024	Revisi BAB IV		
9.	15 Januari 2024	Perbaikan Penulisan		
10.	16 Januari 2024	Perbaikan Penulisan		
11.	17 Januari 2024	Revisi BAB V		
12.	18 Januari 2024	ACC Munaqosyah		





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553  
[www.uinsaizu.ac.id](http://www.uinsaizu.ac.id)

Dibuat di : Purwokerto  
Pada tanggal : 18 Januari 2024  
Dosen Pembimbing

Ellen Prima, S.Psi., M.A  
NIP. 1989031 6201503 2 003



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Lufviana Zulfa
2. NIM : 1817406067
3. Tempat, tanggal lahir : Way Mili, 11 Mei 2000
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Alamat Rumah : Jl. Ahmad Yani Gg. II No. 18, Purwokerto Barat
6. Agama : Islam
7. Nomer Telfon : 0877-2896-3606
8. Email : lzvivi4@gmail.com

### B. Pendidikan Formal

1. SDN 2 Sokanegara Purwokerto
2. MTs Boarding School Miftahussalam Banyumas
3. MAS (Madrasah Aliyah Saintek) Boarding School Miftahussalam Banyumas

### C. Pengalaman Organisasi

1. Ikatan Santri Madrasah Aliyah
2. PMII UIN SAIZU Purwokerto
3. PIAUD Studio UIN SAIZU Purwokerto
4. HMPS PIAUD 2019

Demikian biodata penulis semoga dapat menjadi perhatian dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya



**Lufviana Zulfa**  
NIM. 1817406067