Jurnal Pendidikan AURA: Anak Usia Raudhatul Atfhal
Vol. 6 No. 1 Juni 2025 Hal. 41-52

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di TK Ceria

Laily Sa'adah[1], Terza Travelancya D. P[2], Ivonne Hafidlatil Kiromi[3],
Universitas Islam Zainul Hasan Genggong Probolinggo
Email: lailysaadah110@gmail.com,travelancya@gmail.com, ivonnehafidlatil@gmail.com

.Abstrak

Kesehatan mental anak didefinisikan sebagai kondisi mental di mana seorang anak bebas dari penyakit mental dan memiliki kemampuan untuk berpikir jernih, mengelola emosinya, serta berinteraksi sosial dengan teman sebaya. Kesehatan mental yang terganggu pada masa kanak-kanak dapat memicu masalah perilaku yang lebih serius akibat ketidakstabilan mental dan emosional, serta menghambat perkembangan sosial anak. Istilah *broken home* seringkali secara keliru hanya ditujukan kepada anak-anak yang menjadi korban perceraian orang tua. Padahal, *broken home* sebenarnya mencakup juga anak-anak yang berasal dari keluarga yang tidak harmonis. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental anak usia dini di TK Ceria Ketompen, Pajarakan, Probolinggo, Jawa Timur. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan sembilan partisipan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara semi terstruktur dan direkam menggunakan *tape recorder* serta *handphone*. Setiap responden diberikan perkiraan waktu wawancara. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia dini dapat mengalami gangguan kesehatan mental dan emosional yang disebabkan oleh berbagai faktor.

Kata Kunci : *Anak usia dini, psikologi anak, kesehatan mental*.

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah mereka yang belum genap berusia enam tahun. Pemerintah Indonesia melalui Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) memperjelas bahwa kelompok usia ini mencakup anak-anak dari lahir hingga usia enam tahun. Lebih lanjut, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menegaskan bahwa pendidikan anak usia dini adalah pendidikan yang ditujukan bagi anak sejak kelahirannya sampai mereka berusia enam tahun. Sementara itu, menurut NAEYC (National Association for The Education of Young Children), istilah anak usia dini merujuk pada anak-anak yang berusia antara nol hingga delapan tahun yang menerima layanan pendidikan di berbagai setting seperti tempat penitipan anak, kelompok bermain di rumah, pendidikan prasekolah (baik negeri maupun swasta), taman kanak-kanak (TK), hingga sekolah dasar (SD).[1]

Analisis kesehatan mental anak usia dini merupakan salah satu topik penting dalam bidang psikologi perkembangan, yang berfokus pada pemahaman bagaimana faktor-faktor internal dan eksternal mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak-anak di usia yang sangat muda, sekitar 0-6 tahun. Pada tahap usia ini, perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak sangat pesat, yang membuat pengaruh terhadap kesehatan mental menjadi signifikan. Analisis kesehatan mental anak usia dini sering mencakup pemahaman tentang perkembangan emosional dan sosial**,** faktor lingkungan, serta

[1] Fathul hidayah, "Analisa penggunaan gadged terhadap kesehatan mental anak usia dini", Jurnal pendidikan, 121.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

penanganan atau intervensi dini untuk mendukung kesejahteraan mental mereka. Pada usia dini, kesehatan mental berkaitan erat dengan kemampuan anak untuk mengelola emosi, berinteraksi dengan orang lain, serta mengembangkan rasa aman dan percaya diri.[2]

Anak dilahirkan dengan keunikan masing-masing, sehingga satu dengan yang lainnya berbeda, karena berbeda ini sehingga pemberian stimulus dan kemampuan dalam menangkap serta menerima segala pembelajaran akan berbeda setiap anaknya, segala hal yang telah ada dalam dirinya untuk dapat melakukan proses berpikir kreatif dan produktif, mandiri. Dalam hal ini, anak memerlukan program dan kegiatan pendidikan yang dapat membuka kapasitas tersembunyi tersebut melalui kegiatan pembelajaran yang bermakna sejak dini. Ketika sebuah potensi pada diri anak tidak pernah direalisasikan dan tidak diberikan respon yang benar, anak akan kehilangan kesempatan dan momentum penting dalam hidupnya masa ini lebih dikenal dengan masa keemasan atau Golden Age. Ketika anak berusia 4-6 tahun merupakan masa peka bagi anak, dimana anak mulai sensitif untuk menerima berbagai upaya dan stimulus dalam mendukung perkembangan seluruh potensi anak. Masa peka adalah masa ketika terjadinya pematangan fungsi-fungsi dalam hal fisik dan psikis yang mampu merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan.[3]

Anak usia dini memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Masa ini merupakan masa emas (golden age), hal ini dikarenakan anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cukup pesat dan tidak tergantikan pada masa mendatang. Pendidikan anak usia dini merupakan jenjang pendidikan sebelum pendidikan dasar yang merupakan upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun. Pendidikan ini dilakukan dengan memberikan rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal. Maria Montessori mengemukakan pendidikan anak usia dini adalah sebagai sebuah proses dinamis dimana anak-anak berkembang menurut ketentuan-ketentuan dalam dari kehidupan mereka, dengan kerja sukarela mereka ketika ditempatkan dalam sebuah lingkungan yang disiapkan untuk memberi mereka kebebasan dalam ekspresi diri. Anak usia dini adalah masa peka dalam berbagai aspek perkembangan yaitu masa awal pengembangan kemampuan fisik motorik, bahasa, sosial emosional, serta kognitif.

Istilah “kesehatan mental” diambil dari konsep mental hygiene. Kata “mental” diambil dari bahasa Yunani, pengertiannya sama dengan psyche dalam bahas latin yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. Jadi istilah mental hygiene dimaknakan sebagai kesehatan mental atau jiwa yang dinamis bukan statis karena menunjukkan adanya usaha peningkatan. Kesehatan mental adalah kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain. Sedangkan menurut Zakiah Darajat, kesehatan mental merupakan terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsifungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketaqwaannya serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia maupun akhirat.[4]

---

[2] Rachel stein, “It matters: Early childhood mental healty, educator stress, and burnout”, Early childhood education journal, Vol. 52 pages 333 (2024).

[3] Eka setiawati, *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*, (Widina bhakti persada,2021)53.

[4] Notosoedirjo dan latipun, (2001)21.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Menurut Ariady, kesehatan mental dapat diartikan sebagai kondisi ketika seseorang bebas dari berbagai keluhan dan gangguan mental, baik yang bersifat neurosis maupun psikosis, serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Individu yang sehat mental akan selalu merasakan ketenangan dan kebahagiaan dalam berbagai situasi. Selain itu, ia memiliki kemampuan untuk merefleksikan perbuatannya, sehingga mampu mengontrol dan mengendalikan dirinya.

Dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental merupakan keserasian atau kesesuaian antara seluruh aspek psikologis dan dimiliki oleh seorang untuk dikembangkan secara optimal agar individu mampu melakukan kehidupan-kehidupan sesuai dengan tuntutan-tuntutan atau nilai-nilai yang berlaku secara individual, kelompok maupun masyarakat luas sehingga yang sehat baik secara mental maupun secara sosial. Kesehatan mental tidak hanya berlaku bagi kelompok usia tertentu saja. Pada prinsipnya sepanjang rentang kehidupan membutuhkan kesehatan mental. Mulai dari kesehatan mental anak hingga kesehatan mental lansia. Kesehatan mental anak tidak hanya diartikan sebagai kondisi mental anak yang tidak mengalami penyakit mental, namun juga mencakup kemampuan untuk berpikir secara jernih, mengendalikan emosi, dan bersosialisasi dengan anak seusianya.[5]

Dalam buku Mental Hygiene, Kesehatan mental berkaitan dengan beberapa hal. Pertama, bagaimana seseorang memikirkan, merasakan dan menjalani keseharian dalam kehidupan; Kedua, bagaimana seseorang memandang diri sendiri dan orang lain; dan Ketiga, bagaimana seseorang mengevaluasi berbagai alternatif solusi dan bagaimana mengambil keputusan terhadap keadaan yang dihadapi.[6]

Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Anak yang memiliki kesehatan mental yang baik akan memiliki beberapa karakter positif, misalnya dapat beradaptasi dengan keadaan, menghadapi stres, 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 ketidakseimbangan mental dan emosional, serta kehidupan sosial anak yang kurang baik. Usia 4-6 tahun merupakan usia yang seharusnya menerima pengalaman yang menyenangkan dari orang tua seperti mendapatkan kasih sayang serta perlindungan sehingga akan mampu untuk membentuk kondisi emosi yang stabil pada anak.[7]

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0-6 tahun. mengemukakan bahwa pendidikan anak usia dini memiliki peranan yang sangat penting untuk mengembangkan kepribadian anak serta mempersiapkan anak untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih lanjut.[8]

---

[5] Muhimmatul hasanah, "Pengaruh gadged terhadap kesehatan mental anak", Islamic early childhood education, Vol.2 No.2(Desember 2017),208.

[6] Diana vidya fakhriani, *Kesehatan mental*, Pamekasan: Duta media publishing, 2019,10.

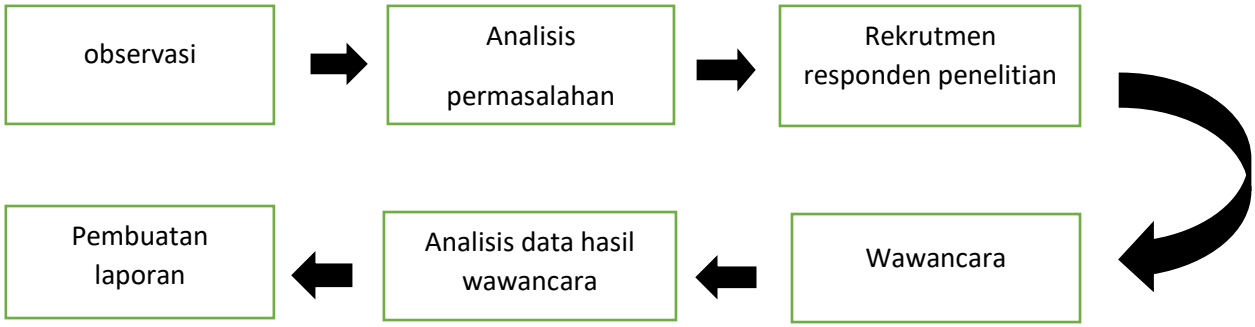
[7] Yessy nur endah sary, "Kesehatan mental emosional korban perceraian pada anak usia dini di panti asuhan", Jurnal pendidikan anak usia dini, Vol.6 No.4(2022),3694.

[8] Wilma fransisca mamuly, "Dampak psikologi dan social terhadapkesehatan mental anak korban broken home di desa hattu kabupaten Maluku tengah", Jurnal riset-riset kesehatan, Vol.11 No.1, Februari 2021,18.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kualitatif, adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati dengan tujuan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental anak usia dini di tk ceria. Penelitian dilakukan oleh peneliti sendiri dengan mendatangi sekolah tk ceria, ketompen, pajarakan, probolinggo, jawa timur. dengan didahului dengan melakukan analisis permasalahan. Responden dalam penelitian ini adalah anak usia dini (4-6 tahun) laki-laki dan perempuan berjumlah 9 orang. Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dimana peneliti sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowbaal, teknik pengumpulan dengan trianggulasi (gabungan), analisis data bersifat kualitatif, dan hasil kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.[9] Proses penelitian disajikan pada diagram gambar 1.



Gambar 1. Diagram Proses Penelitian

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental anak usia dini

1. Perceraian

Di Indonesia, kasus perceraian dalam keluarga menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun. Data dari Unit Statistik Badan Peradilan Umum dan Peradilan Agama mengungkapkan bahwa perkara perceraian mendominasi jumlah kasus di pengadilan Indonesia, mencapai 50%, jauh lebih tinggi dibandingkan perkara pidana (33%) dan perdata (17%). Bahkan, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) pada tahun 2013, Indonesia tercatat sebagai negara dengan angka perceraian tertinggi di kawasan Asia Tenggara. Mayoritas pasangan yang bercerai adalah mereka yang usia pernikahannya belum mencapai 10 tahun dan telah memiliki anak. Fakta ini mengindikasikan bahwa banyak anak usia dini yang terdampak oleh perceraian orang tua mereka.

Hal ini tentu menjadi sesuatu yang harus diperhatikan karena anak usia dini adalah masa paling penting dalam kehidupan manusia. Masa ini harusnya menjadi momen bagi kedua orang tua dengan bersama-sama memberikan rangsangan pendidikan agar anak siap secara fisik dan mental menghadapi fase-fase kehidupannya. Dalam masa ini anak juga sangat tergantung pada kedua orang tua dalam pemenuhan kebutuhan fisik dan psikisnya.

[9] Albi anggito, *Metodologi penelitian kualitatif*, sukabumi, CV jejak,2018,8.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Oleh karenanya perpisahan kedua orang tua bagi anak usia dini akan memberikan perubahan dan dampak bagi kehidupan anak selanjutnya.[10]

Pada dasarnya, istilah *broken home* mencakup beberapa kondisi atau kriteria. William J. Goode menjelaskan bahwa *broken home* dapat terwujud dalam berbagai bentuk, antara lain pernikahan yang tidak sah, pembatalan pernikahan, perpisahan, perceraian (baik yang sah secara hukum maupun tidak), ditinggalkannya keluarga oleh salah satu pasangan, ketiadaan salah satu pasangan karena kejadian yang tidak diharapkan, serta kegagalan dalam menjalankan peran penting dalam keluarga secara tidak sengaja. Salah satu bentuk umum dari *broken home* adalah perceraian, di mana orang tua memutuskan untuk berpisah dan tidak lagi tinggal bersama, meskipun terkadang tanpa adanya surat cerai resmi.[11]

2. Bullying

Di berbagai media massa, kita seringkali menjumpai berita mengenai kasus kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah. Bentuk kekerasan yang dilaporkan pun beragam, mulai dari tindakan yang dilakukan oleh guru terhadap siswa, senior terhadap junior, hingga antar teman sekelas. Diperkirakan, kekerasan di sekolah sebenarnya telah terjadi sejak lama, namun kurang mendapatkan sorotan sehingga tidak banyak diberitakan. Bagi sebagian orang, tindakan kekerasan ini bahkan dianggap sebagai hal yang biasa terjadi. Situasi baru berubah menjadi berita yang menghebohkan ketika korban mengalami cedera serius atau bahkan kehilangan nyawa.

Munculnya *school bullying* seringkali dipicu oleh adanya pelanggaran yang diikuti dengan hukuman, terutama hukuman fisik. Hal ini diduga berkaitan dengan kelemahan dalam sistem dan kebijakan pendidikan yang berlaku, di mana kurikulum lebih menekankan pada kemampuan kognitif dan kurang memperhatikan pendidikan aspek afektif atau emosional. Selain itu, perkembangan masyarakat yang bergerak semakin cepat juga turut memengaruhi, mendorong munculnya mentalitas ingin serba cepat (*instant solution*) dan tindakan kekerasan yang dipengaruhi oleh latar belakang sosial ekonomi pelaku. Ejekan, cemoohan dan olok-olok mungkin terkesan sepele dan tidak signifikan. Kenyataannya hal ini bisa menjadi senjata tidak kenal ampun yang secara perlahan tetapi pasti menghancurkan seorang anak. Sebuah perilaku yang lama berlangsung dan mengancam segala aspek kehidupan sebagai besar anak-anak di sekolah, di rumah dan di lingkungannya. Namun kematian dan bunuh diri hanyalah sedikit contoh dari akibat bullying. Lebih banyak lagi anak-anak dan remaja korban bullying yang terus hidup dan tidak cenderung mengakhiri hidupnya, namun tumbuh dewasa menjadi orangorang berkepribadian rapuh, mudah sedih, pemarah dan tidak percaya diri. Orang-orang seperti ini sulit sekali meraih sukses dan hidup tidak bahagia.

Wiyani menjelaskan bahwa korban *bullying* dapat mengalami berbagai gangguan yang berdampak pada kesehatan mental mereka. Gangguan-gangguan tersebut meliputi menurunnya kesejahteraan psikologis (*low psychological wellbeing*), yang menyebabkan korban merasa tidak nyaman, ketakutan, rendah diri, serta kehilangan rasa berharga. Selain itu, korban juga menunjukkan penyesuaian sosial yang buruk, seperti rasa takut hingga menolak untuk pergi ke sekolah, menarik diri dari interaksi sosial, dan mengalami

[10] Srinahyanti, "pengaruh perceraian pada anak usia dini", Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera, Vol. 16 (32) Desember 2018, 54.

[11] Wilma Fransisca Mamuly, Magdalena Paunno, "Dampak Psikologi dan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Anak Korban Broken Home di Desa Hattu Kabupaten Maluku Tengah", Jurnal riset-riset kesehatan, vol.11. no.1, februari 2021, 19.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

penurunan prestasi akademik akibat kesulitan berkonsentrasi dalam belajar. Bahkan, dalam kondisi yang sangat tertekan, korban *bullying* dapat memiliki keinginan untuk mengakhiri hidupnya daripada terus menghadapi hinaan dan perlakuan buruk. *Bullying* dapat terjadi dalam beberapa wujud, di antaranya *bullying* verbal (melalui ejekan nama atau julukan), *bullying* fisik (berupa serangan dan pemukulan pada bagian tubuh seperti pipi dan perut), serta *bullying* relasional atau pengucilan (penolakan untuk bergabung dalam kelompok belajar atau dikucilkan saat bermain, baik di dalam maupun di luar kelas).

Beberapa faktor yang memicu terjadinya *bullying* antara lain perasaan dengki, kurangnya perhatian dari guru maupun keluarga, keinginan untuk tampak kuat dan keren di mata orang lain, serta adanya dendam. Perilaku sehari-hari seorang anak dapat mengalami perubahan setelah terlibat dalam *bullying*, baik sebagai korban maupun pelaku. Jika menjadi korban, anak cenderung menjadi pribadi yang murung, pesimis, tidak peduli terhadap lingkungan sekitar, mengalami penurunan prestasi akademik, dan mudah menangis. Sebaliknya, jika menjadi pelaku, anak dapat menunjukkan karakter yang senang melihat orang lain menderita, merasa berkuasa, dan mudah marah apabila keinginannya tidak terpenuhi. Pengaruh *bullying* terhadap kecerdasan emosi dan kesehatan mental sangat signifikan, membentuk kepribadian yang negatif pada kedua belah pihak.[12]

3. Gadget

Gadget merupakan sebuah istilah yang berasal dari bahasa Inggris, yang artinya perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Salah satu hal yang membedakan gadget dengan perangkat elektronik lainnya ialah unsur "kebaruan". Artinya, dari hari ke hari gadget selalu muncul dengan menyajikan teknologi terbaru yang membuat hidup manusia menjadi lebih praktis. Gadget merupakan piranti yang berkaitan dengan perkembangan teknologi masa kini. Yang termasuk gadget misalnya tablet, smartphone, notebook, dan sebagainya. gadget adalah peranti atau instrument kecil yang memiliki tujuan dan fungsi praktis spesifik yang berguna. Gadget diciptakan untuk memudahkan konsumen dalam menggunakan media komunikasi. Menurut Laswell komunikasi ialah suatu proses yang menjelaskan siapa, mengatakan apa, dengan saluran apa, kepada siapa, dengan akibat atau hasil apa, gadget jika dilihat melalui model komunikasi Laswell, merupakan media dalam menyampaikan pesan antara komunikator dengan komunikan

Dapat disimpulkan bahwa gadget merupakan sebuah alat elektronik yang memiliki berbagai macam layanan fitur dan aplikasi yang menyajikan teknologi terbaru yang dapat membantu hidup manusia menjadi lebih praktis dan memiliki fungsi khusus dari berbagai macam aplikasi yang ada didalamnya. Maka, semakin canggihnya suatu teknologi akan lebih banyak dampak negatif dan resiko dari penggunaannya, jika dipergunakan secara berlebihan dikalangan anak usia dini maka akan fatal akibatnya yang mana dalam penggunaanya tanpa control orang dewasa.

Gadget yang diberikan orang tua kepada anaknya adalah berdasarkan keinginan anaknya. Untuk tujuan tertentu seperti untuk mengenalkan teknologi lebih dini atau sekedar untuk mebuat anaknya tidak bosan. gadget dapat dijadikan orang tua untuk mengalihkan anakanak agar tidak mengganggu pekerjaan oarang tuanya sehingga para orang tua menyediakan fasilitas berupa gadget untuk anaknya yang masih berusia dini. Penggunaan gadget pada anak usia dini menyebutkan bahwa "pemakaian gadget lebih menyenangkan

[12] Fadhilah Syam Nasution, "Kasus bullying ditinjau dari kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak usia dini", Jurnal Ilmiah Dalam Pendidikan Dasar, vol. 4, 2021, 10.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

dibandingkan dengan bermain dengan teman sebayanya. Hal ini disebabkan oleh berbagai aplikasi permainan yang terdapat pada gadget anak-anak ini, yang tentunya lebih menarik perhatian anak-anak ini dibandingkan dengan permainan-permaian yang terdapat di lingkungan sekitarnya.

Tanpa disadari, anak-anak dapat mengembangkan ketergantungan terhadap penggunaan gadget, dan hal ini menjadi salah satu dampak negatif yang signifikan. Ketergantungan ini seringkali disebabkan oleh durasi penggunaan yang terlalu lama. Kebiasaan bermain gadget dalam waktu yang panjang dan berulang setiap hari dapat berdampak buruk pada kesehatan mental anak. Kesehatan mental memengaruhi berbagai aspek emosi seperti kecemasan, iri hati, kesedihan, rendah diri, serta mudah marah. Gangguan kesehatan mental pada anak dapat berupa masalah tidur, gangguan kebiasaan, masalah psikologis, gangguan perilaku, hingga gangguan kecemasan. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua untuk mendampingi dan membimbing anak saat menggunakan gadget. Selain itu, peran orang tua dalam menanamkan disiplin pada anak juga krusial untuk mencegah ketergantungan yang dapat menimbulkan dampak negatif pada perkembangan anak, terutama kesehatan mentalnya.[13]

Di era modern ini, gadget tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari. Bukan hanya untuk orang dewasa, tetapi anak-anak pun kini sulit untuk dipisahkan dari gadget. Dengan gadget, anak-anak dapat duduk dengan tenang tanpa merepotkan orang tuanya. Hal ini membuat anak-anak jadi terbiasa menghabiskan waktunya seharian dengan iPad, ponsel, TV, video game dan teknologi gadget lainnya.

Menurut psikolog Rahmi, penggunaan gadget pada anak-anak dapat menimbulkan perubahan pada fisik mereka. Sementara itu, dampak psikologis yang mungkin timbul antara lain adalah kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial dengan lingkungan sekitar, memilih hubungan yang kurang sehat dengan orang tua, mudah merasa bosan, serta kesulitan untuk memusatkan perhatian pada kehidupan nyata. Selain itu, penggunaan gadget juga dapat memengaruhi kemampuan anak dalam menganalisis masalah. Kurangnya perkembangan otak kanan, yang berperan penting dalam daya ingat dan perhatian, juga disebut sebagai salah satu faktor yang dapat memicu demensia dini.

Anak sebaiknya tidak langsung dikenalkan pada gadget. Usia memperkenalkan gadget adalah di atas 2-3 tahun. Hal ini dikarenakan pada usia di bawah itu, anak masih membutuhkan kegiatan fisik serta interaksi sosial yang lebih banyak dengan orang-orang di sekelilingnya. Untuk anak yang lebih besar, misalnya di usia SD, sebaiknya orang tua lebih bijaksana dalam memilih gadget yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan anak. Selain itu, fitur yang ada di handphone pun perlu dipertimbangkan, apakah anak memang sudah membutuhkan fitur-fitur tertentu yang ada di handphone-nya tersebut.[14]

[13] Fathul Hidayah, "Analisa penggunakan gadget terhadap kesehatan mental anak usia dini", hlm 124.

[14] Muhimmatul Hasanah, "Penngaruh gadget terhadap kesehatan mental anak", Islamic early childhood education, Vol.2 No.2 (Desember 2017), 213.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Gambar 1. Kegiatan Pembelajaran dikelas

KESIMPULAN

Dari penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa perceraian orang tua memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan anak usia dini, terutama dalam hal regulasi emosi, interaksi sosial, dan kondisi kesehatan mental secara umum. Efek ini juga dipengaruhi oleh sikap dan perilaku orang tua setelah berpisah. Meskipun demikian, dampak negatif yang mungkin timbul dapat diminimalisir dengan memenuhi kebutuhan dasar anak, baik secara fisik maupun psikologis. Merujuk pada teori Abraham Maslow, kebutuhan-kebutuhan mendasar tersebut meliputi kebutuhan fisiologis, rasa aman, harga diri, rasa memiliki dan kasih sayang, serta aktualisasi diri. Oleh karena itu, meskipun suami dan istri berpisah, peran mereka sebagai orang tua bagi anak-anak tidak boleh berakhir. Anak tetap berhak atas kasih sayang, perhatian, komunikasi, dan waktu berkualitas dari kedua orang tuanya. Selain itu, lingkungan keluarga yang tidak harmonis, tidak stabil, atau *broken home* dapat menghambat perkembangan kepribadian yang sehat pada anak, memengaruhi aspek emosi, tanggung jawab, dan kemampuan bersosialisasi. Anak-anak dalam kondisi ini mungkin menunjukkan reaksi frustrasi berupa agresi, menarik diri, atau kompensasi. Dampak psikologis dan sosial dari situasi keluarga yang kurang baik ini sangat signifikan terhadap kesehatan mental anak yang menjadi korban *broken home*. Tidak hanya itu, *bullying* juga memberikan dampak negatif yang merugikan, baik bagi pelaku maupun korban. Dampak ini dapat bersifat jangka pendek maupun jangka panjang dan umumnya berkaitan dengan kondisi emosional dan mental anak. Pelaku *bullying* cenderung merasa lebih superior dalam berbagai hal, sementara korban *bullying* dapat mengalami penurunan kesejahteraan psikologis, ditandai dengan perasaan tidak nyaman, takut, rendah diri, dan tidak berharga. Mereka juga mungkin mengalami kesulitan beradaptasi secara sosial, seperti enggan bersekolah, menarik diri dari pergaulan, dan mengalami penurunan prestasi akademik akibat sulit berkonsentrasi. Dalam kasus yang ekstrem, korban *bullying* bahkan dapat memiliki pikiran untuk mengakhiri hidupnya. Terakhir, terungkap bahwa penggunaan gadget juga memiliki konsekuensi negatif terhadap kesehatan mental anak usia dini. Intensitas interaksi dengan gadget dan dunia maya dapat mengganggu kemampuan berpikir anak, meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan mental seperti perubahan suasana hati yang drastis, masalah perilaku, gangguan tidur, serta rasa cemas dan takut. Kondisi ini sangat mengkhawatirkan bagi perkembangan sosial anak usia dini. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran penting dalam membimbing, mengawasi, dan memberikan pemahaman yang baik agar anak lebih bijak dalam memilih konten di gadget. Gadget merupakan faktor signifikan yang dapat

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

memengaruhi kesehatan mental anak, tidak hanya berdampak pada fisik tetapi juga psikologis, seperti kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, preferensi pada hubungan yang kurang sehat dengan orang tua, mudah bosan, dan sulit berkonsentrasi. Dampak negatif lain dari gadget pada anak termasuk perkembangan otak yang terlalu cepat, hambatan perkembangan, obesitas, gangguan tidur, masalah mental, perilaku agresif, penurunan kognitif, adiksi, paparan radiasi, serta efek negatif jangka panjang.

Saran Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan wawancara semiterstruktur. Meskipun hasil penelitian telah menunjukkan bahwa anak usia dini dapat mengalami gangguan kesehatan mental dan emosional akibat berbagai faktor, akan lebih bermanfaat jika hasil wawancara dari sembilan partisipan dapat disajikan lebih mendalam dengan kutipan-kutipan langsung dari responden. Hal ini akan memperkuat validitas temuan dan memberikan "suara" pada data yang terkumpul.

DAFTAR PUSTAKA

Afifah, S., (2021). "Konsep pendidikan mental anak usia dini", *Jurnal Tarbiyah al-Aulad,* (6)1.

Ahlawi, A., & Ifnaldi., (2024). "Urgensi Layanan Konseling untuk Anak Usia Dini: Dalam Mengidentifikasi Kebutuhan Kesehatan Mental pada Anak Usia Dini", *Journal of Multidisciplinary Educational Research*, 2(1).

Albi anggito dan johan setiawan, *Metodologi penelitian kualitatif*, sukabumi, CV jejak, 2018, 8.

Apriloka, D., (2021). "Pengaruh brain gym terhadap kesehatan mental anak usia dini di masa pandemi covid-19 (*skripsi, program studi magister pendidikan islam anak usia dini*), fakultas ilmu tarbiyah dan keguruan, Universitas islam negeri sunan kalijaga, yogyakarta.

Azhima, I., (2025). "Sosialiasi Dampak Kekerasan Intelektual (Calistung) Pada Kesehatan Mental (Mental Hectic) Anak Usia Dini di RA Nursa'idani Medan", Jurnal pengabdian masyarakat, 5(1).

Cantika, H., dkk, (2022). "Dampak Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19 terhadap Kesehatan Mental Siswa PAUD di Indonesia", *Jurnal Dunia Anak Usia Dini,* 4(2).

Damayanti, A., (2021). "Fenomena Pola Asuh Orang tua dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental Anak", Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra dan Budaya (SEBAYA) Ke-3.

Daulay, L., dkk., (2023). "Literasi Sehat untuk Menjaga Kesehatan Mental Anak di Era Digital", Jurnal Raudhah, 11 (1).

Diana vidya fakhriani, *Kesehatan mental*, Pamekasan: Duta media publishing, 2019, hlm. 10.

Ersami, F., & Wardana, M., (2023). "Pengaruh Toxic Parenting bagi Kesehatan Mental Anak: Literature Review", Jurnal promotif preventif, 6(2).

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Fadhilah Syam Nasution, "Kasus bullying ditinjau dari kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak usia dini", Jurnal Ilmiah Dalam Pendidikan Dasar, vol. 4, 2021, 10.

Fariha, M. (2022*). Kesehatan mental anak usia dini selama belajar dari rumah di masa new normal pada TK Negeri Bintaro Jakarta Selatan* (Skripsi, Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 6.

Fauzan, M., dkk., (2021). "peran keluarga dalam menghindari dampak negatif penggunakan gadget pada kesehatan mental anak usia sekolah didesa dulangon", *Journal of Pharmaceutical Science and Medical Research*, 4(1),11-19.

Firdaus, A., (2024). "Edukasi pencegahan perundungan dan dampak kesehatan mental anak usia dini", jurnal pengabdian kepada masyarakat, 3(1).

Fitriyani Bakir, W., dkk. (2023). Pendidikan berbasis Al-Qur'an untuk kesehatan mental anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(6), 4398.

Ginting, H. C., dkk. (2024). Analisis kesehatan mental atlet usia dini pada sekolah sepak bola Adolina FC. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna* Medan, 12(2), 209.

Harahap, F., & Sampurna, A., (2024). "Membangun Kesehatan Mental Generasi Alpha: Urgensi Konseling dalam Mengatasi Tantangan Bullying di Era Sosial Media Melalui Komunikasi Empati", *Jurnal Indonesia: manajemen informatika dan komunikasi*, 5(2).

Hasan, M. (2022). Pengaruh pikiran positif terhadap kesehatan mental: Suatu analisis konseptual. *Jurnal Fastabiq,* 3(1), 46-47.

Hasanah Muhimmah, "Penngaruh gadget terhadap kesehatan mental anak", Islamic early childhood education, Vol.2 No.2 (Desember 2017), 208.

Hayati, N., (2023). "Perkembangan sosial emosional anak usia dini", Widina Bhakti Persada Bandung.

Hidayah fathul, "Analisa penggunaan gadget terhadap kesehatan mental anak usia dini"

Juniar, N., & Putri, N., (2023). "Pengaruh Membaca Al-Qur'an terhadap Kesehatan Mental", Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya, 1(6).

Khairunnisa, dkk. (2024). Penanganan kekerasan mental anak (pola asuh yang merusak kekerasan mental anak usia dini). *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 3(1), 11.

Madekhan. (2018). Posisi dan fungsi teori dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran,* 7(2), 67.

Margareta, T., & Jaya, M., (2020). "Kekerasan pada anak usia dini (studi kasus pada anak umur 6-7 tahun di kertapati", *Wahana Didaktika*, 18(2).

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Ningrum, P. P., & Lestariningrum, A. (2022). Dampak cerai-gugat TKI/TKW Tulungagung pada kesehatan mental anak usia. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini,* 2(1), 153.

Nuryanti, T., dkk., (2024). "Peran Guru dalam Asesmen Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Lingkungan PAUD ABA Lamongan", Jurnal Pendidikan dan Pengasuhan Anak, 5(2).

Permaida, dkk., (2024). "Pentingnya kesehatan jiwa anak sejak dini: deteksi masalah emosi dan perilaku pada anak prasekolah di pemukiman padat penduduk", *jurnal masyarakat mandiri*, 8(5).

Purnamasari, DAF., (2022). "Dampak mental hectic bagi perkembangan emosi anak pada masa pandemi covid-19 di kabupaten probolinggo", *Al-fikru: Jurnal pendidikan dan sains*, (3)1.

Purnamasari, DAF., (2022). "Psikologi perkembangan anak usia dini", PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, Malang.

Puspita, S. M. (2019). Kemampuan mengelola emosi sebagai dasar kesehatan mental anak usia dini. *Jurnal Program Studi PGRA*, 5(1), 88.

Rahayu, S., dkk., (2025). "Pendidikan Sosial Emosional (PSE) sebagai Upaya Fondasi Kesehatan Mental Anak Usia Dini di Satuan Pendidikan Anak Usia Dini di Kota Semarang", *Sentra Cendekia* 6 (1).

Rahmadani, A., dkk, (2024). "Pengaruh Pola Pengasuhan Anak Tanpa Orang Tua Terhadap Keamanan dan Kesehatan Mental", *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1).

Rustamana, A., dkk. (2024). Konsep proposal penelitian dengan jenis penelitian kualitatif pendekatan deskriptif. *Jurnal Sindoro Cendikia Pendidikan*, 5(5), 4.

Saputra, A., & Nomi., A., (2021). "Prinsip pengelolaan pendidikan kesehatan mental berbasis islam", *Jurnal Perspektif – Yayasan Jaringan Kerja Pendidikan Bali,* 2807-1190.

Saripudin, P. (2022). Menjaga stabilitas kesehatan mental anak usia dini di era new normal. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1).

Sembiring, A., (2025). "Strategi Mahasiswa Tentang Dampak Toxic Parents Bagi Kesehatan Mental Anak di Usia Dini", *Jurnal Keperawatan dan Ilmu Kesehatan,* 2(1).

Setiawati, E. (2021). Konsep dasar pendidikan anak usia dini. Widina Bhakti Persada.

Srinahyanti, "pengaruh perceraian pada anak usia dini", Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera, Vol. 16 (32) Desember 2018, 54.

Stein, R. (2024). It matters: Early childhood mental health, educator stress, and burnout. *Early Childhood Education Journal*, 52(3), 333.

E-ISSN: 2774-3330
DOI: 10.37216/aura.v6i1.2357

Sugiharti, EW., (2022). "Pengaruh kekerasan verbal terhadap dalam keluarga terhadap perkembangan mental anak usia din", *Jurnal pendidikan dan pembelajaran*, 9(2).

Susanto, A. (2017). Pendidikan anak usia dini (konsep dan teori). Bumi Aksara.

Suyatno, dkk., (2022). "Hubungan perkembangan sosial dengan kesehatan mental pada anak usia sekolah", *Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa dan Pendidikan*, 2(2).

Syafitri, A., (2024). "Pengaruh Kondisi Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Fenomena Pernikahan Dini di Kabupaten Ngawi dengan Kesehatan Mental Anak Sebagai Variabel Intervening", Jurnal prosiding pendidikan ekonomi, 6.

Tinambunam, D., dkk, (2021). "Persoalan Perkembangan dan Kesehatan Mental Anak Usia 6-12 Tahun pada Masa Pandemi COVID-19: Analisis Hasil-hasil Penelitian Lintas Budaya", *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*, 1(1).

Travelancya, T., (2023). "Parenting pendidikan anak usia dini", *Journal of Social Science Research,* (3)6, 6706-6711.

Ulfasari, N., dkk, (2025). "Penyuluhan Mengenai Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental Anak Usia Dini Pada Orang Tua di Paud Kasih Bersama Desa Harapan Makmur Bengkulu Tengah", Journal of Community Empowerment, 3(1), 10-18.

Wahyuni, S., & Diana, R. (2023). Peran ibu tunggal dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 6(2), 96.

Weda, C. (2024). Edukasi keadaan mental anak usia dini sebagai pencegahan insecure dengan mengubah perspektif seorang anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(1), 8.

Widyadhana, S., (2024). "Dampak negatif gadget terhadap perkembangan anak usia dini", *Journal of Social Science Research,* 4(1), 4685-4694.

Wilma Fransisca Mamuly, Magdalena Paunno, "Dampak Psikologi dan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Anak Korban Broken Home di Desa Hattu Kabupaten Maluku Tengah", Jurnal riset-riset kesehatan, vol.11. no.1, februari 2021, 18.

Wisudaningsih, E., (2024). "Histori psikologi perkembangan dan teori perkembangan anak", *Bahtsuna: Jurnal Pendidikan Islam,* 6(1), 68-76.

World Health Organization (WHO), & United Nations Children's Fund (UNICEF). (2024, October). *Guidance for mental health services*

Yessy Nur Endah Sary, "Kesehatan Mental Emosional Korban Perceraian pada Anak Usia Dini di Panti Asuhan", Jurnal pendidikan anak usia dini, Vol.6 No.4 (2022), 3694.