

URGENSI PENGASUHAN DI MASA USIA DINI TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK PERSPEKTIF MAZHAB- MAZHAB KONSELING

Muhammad Ali

IAIN Ponorogo

E-mail: muhammadlai@iainponorogo.ac.id

Abstract: *A healthy mentality will produce productive humans. However, mental health does not stand alone, there are many factors that influence it, one of which is parenting at an early age. This study aims to explore the views of counseling schools in explaining the importance of parenting in achieving mental health. This research method uses literature review. The results of the study show that the three schools of counseling differ in understanding the terms mentally healthy and mentally disturbed and differ in terms of the causal factors. Even though they differ in several ways, they agree that early childhood care is important to shape their mental health in the next phases of development.*

Keywords: *mental health; early childhood; school of counseling*

Abstrak: Mental yang sehat akan menghasilkan manusia yang produktif. Namun mental yang sehat tidak berdiri sendiri terdapat banyak faktor yang mempengaruhinya, salah satunya adalah pengasuhan di masa usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pandangan mazhab-mazhab konseling dalam menjelaskan pentingnya pengasuhan dalam mencapai mental yang sehat. Metode penelitian ini menggunakan kajian pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga mazhab konseling berbeda dalam memahami istilah mental yang sehat dan mental yang terganggu serta berbeda terkait dengan faktor penyebabnya. Meskipun berbeda dalam beberapa hal namun mereka sepakat bahwa pengasuhan di masa usia dini menjadi penting untuk membentuk kesehatan mental mereka pada fase-fase perkembangan berikutnya.

Kata kunci: kesehatan mental; anak usia dini; mazhab konseling

PENDAHULUAN

Mental yang sehat menjadi hal yang penting untuk dipelihara oleh setiap orang, namun beberapa data menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental secara global perlu menjadi perhatian yang serius. Menurut laporan kesehatan mental dunia WHO, yang diterbitkan pada Juni 2022, menunjukkan bahwa pada tahun 2019 terdapat satu miliar orang yang hidup dengan gangguan mental. Sementara itu, kondisi di Indonesia tahun 2018,¹ menunjukkan penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental dan emosional lebih dari 19 juta orang, dan lebih dari 12 juta lainnya mengalami depresi. Sementara itu, data tahun

¹ WHO, "WHO and ILO Call for New Measures to Tackle Mental Health Issues at Work," 2022, <https://www.who.int/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work#:~:text=WHO's World Mental Health Report%2C published in June,negatively affect mental health%2C including discrimination and inequality.>

2016 menunjukkan angka bunuh diri di Indonesia per tahun sebanyak 1.800 orang. Jika dihitung dari data ini rata-rata 5 orang bunuh diri setiap hari. Data mencengangkan lainnya dari laporan ini adalah jika dilihat dari rentang usia antara 10 hingga 39 tahun yang melakukan bunuh diri dengan angka 47,7%, padahal diketahui bahwa rentang usia tersebut adalah usia remaja dan usia produktif. Maka, data tersebut juga mengundang analisis tersendiri dalam konteks prevalensi gangguan jiwa bagi masyarakat Indonesia, menurut Dr. Celestinus Eigya Munthe, Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa, sekitar 20% penduduk berpotensi mengalami gangguan jiwa. gangguan, artinya jika disimpulkan, berarti 1 orang dari 5 penduduk memiliki potensi tersebut.² Data terbaru diungkapkan oleh profesor UI³ bahwa prevalensi orang yang dapat mengalami gangguan mental juga sangat mengkhawatirkan, anak di Indonesia yang berusia antara 10 sampai 17 tahun memiliki prevalensi gangguan mental dengan perbandingan 1 dari 3 orang.

Beberapa data yang diungkap oleh beberapa peneliti menjelaskan jenis gangguan kesehatan mental yang umum dialami secara global dalam rentang usia 5-17 tahun berkaitan dengan lima aspek, yakni autisme, gangguan perilaku, depresi, kecemasan, dan gangguan pemusatan perhatian.⁴ Dari lima bentuk gangguan mental tersebut menurut data WHO salah satu yang membuat seseorang terganggu kehidupannya adalah depresi.⁵

Selain depresi, beberapa orang yang mengalami krisis mental memilih untuk mengakhiri hidup dengan bunuh diri.⁶ Data ini diamini oleh WHO yang mengatakan secara global bunuh diri merupakan peringkat keempat yang menjadi penyebab kematian pada remaja.⁷ Sementara itu data Kemenkes RI

² Kemenkes RI, "Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia," <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/info-datin-kesehatan-jiwa.pdf>.

³ Detik.com, "Kesehatan Mental Remaja Indonesia," 2022, <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6366220/studi-guru-besar-ugm-ungkap-1-dari-3-remaja-ri-punya-masalah-kesehatan-mental%0A>.

⁴ H E Erskine et al., "The Global Coverage of Prevalence Data for Mental Disorders in Children and Adolescents," 2017, 395–402, <https://doi.org/10.1017/S2045796015001158>.

⁵ WHO, "Improving the Mental and Brain Health of Children and Adolescents," 2021, <https://www.who.int/activities/improving-the-mental-and-brain-health-of-children-and%02adolescent>.

⁶ Janis Leann Whitlock, "Mental Illness and Mental Health in Adolescence," no. January 2009 (2014).

⁷ WHO, "Improving the Mental and Brain Health of Children and Adolescents."

Muhammad Ali, Urgensi Pengasuhan di Masa Usia Dini Terhadap Kesehatan Mental Anak Perspektif Mazhab-Mazhab Konseling

mengungkapkan kasus bunuh diri yang terjadi di Indonesia tergolong tinggi, pada tahun 2016 terdapat 1.800 orang melakukan bunuh diri. Dari data tersebut usia melakukan bunuh diri berkisar antara 10 sampai 39 tahun. Artinya, pelaku bunuh diri adalah orang yang berusia produktif baik secara akademik maupun secara ekonomis.

Dari beberapa data di atas mengindikasikan bahwa begitu pentingnya merawat kesehatan mental seseorang. Kondisi mental yang tidak sehat akan berkontribusi pada kekacauan di berbagai aspek kehidupan yang lain seperti tidak dapat melakukan pekerjaan, hilangnya produktivitas, menguras keuangan untuk biaya pengobatan, keluarga tertekan, bahkan sampai pada kematian.⁸ Penelitian lain menunjukkan bahwa kondisi mental juga mempengaruhi kepuasan kerja karyawan.⁹ Sementara itu, data Kemenkes RI sendiri mengungkapkan kesehatan mental menjadi kontributor terbesar munculnya ketidakberdayaan yang sumbangannya sebesar 13,4%.

Masalah kesehatan mental seumur hidup (tidak termasuk demensia) jika dirunut secara usia setengahnya mulai muncul pada usia 14 dan tiga perempat pada pertengahan dua puluhan.¹⁰ Identifikasi gangguan mental menurut Dogra, et. al. dapat dilakukan di masa kanak-kanak karena sebenarnya masalah mental banyak berasal dari masa-masa usia dini.¹¹ Artinya kemunculan gejala mental yang terganggu bisa dideteksi lebih awal sehingga dapat diantisipasi agar kondisi tidak semakin kronis.

Penjelasan tentang kondisi mental individu apakah sehat atau mengalami gangguan telah ditawarkan oleh berbagai ilmu termasuk konseling. Konseling sendiri merupakan bidang profesi yang oleh ACA seperti dikutip oleh Gladding¹² yang menangani kesehatan mental, prinsip-prinsip psikologis atau perkembangan

⁸ L. Bronsard, G., Alessandrini, M., Fond, G., Loundou, A., Auquier, P., Tordjman, S., & Boyer, "The Prevalence of Mental Disorders among Children and Adolescents in the Child Welfare System: A Systematic Review and Meta-Analysis.," *Medicine*, 7 (2016): 95.

⁹ Morteza Deghan Neery and Malikeh Beheshtifar, "The Role of Mental Health in Conflict Management," *Journal of Social Issues & Humanities* 3, no. 10 (2015), <https://www.researchgate.net/publication/281175393>.

¹⁰ Department of Health (DoH), "No Health without Mental Health: Outcomes Strategy for People of All Ages," *Department of Health, Her Majesty's Government*, 2011, 1–100.

¹¹ S. Dogra, N. and Leighton, "Nursing in Child and Adolescent Mental Health," *Maidenhead: Open University Press.*, 2009.

¹² Samue T Gladding, *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*, 1st ed. (Jakarta Bsrat: Indeks, 2012).

manusia melalui intervensi kognitif, afektif, dan perilaku yang sistemik. Dari sini bisa dipahami bahwa konseling berkonsentrasi penuh dalam penanganan mental seseorang. Sejak awal menurut Seiler & Messina¹³ konselor kesehatan mental telah mendefinisikan pekerjaan mereka sebagai "proses holistik multifaset interdisipliner dari (1) promosi gaya hidup sehat, (2) identifikasi stres individu dan tingkat fungsi pribadi, dan (3) pelestarian atau pemulihan kesehatan mental".

Kondisi mental seseorang dapat dijelaskan oleh konseling dengan berbagai teori yang melingkupinya. Hadirnya teori konseling ini menurut McLeod¹⁴ merupakan upaya dalam memahami klien yang dengan itu dapat membantu konselor untuk melogiskan masalah, kebingungan, dan krisis yang dialami oleh klien. Meskipun demikian, teori konseling tidaklah satu irama dalam memandang dan menangani berbagai masalah mental klien. Teori-teori konseling tersebut bisa dikategorikan ke dalam tiga mazhab besar, yakni; mazhab psikodinamik, mazhab humanistik-eksistensial, dan mazhab kognitif-behaviour.¹⁵

Sangat penting untuk melakukan penelitian tentang pandangan teori-teori konseling dalam memahami dan menangani mental yang terganggu secara holistik. Pandangan yang holistik akan membantu memperjelas konsep, karakter, faktor yang mempengaruhi, dan bagaimana meningkatkan kesehatan mental yang dimulai dari usia dini. Secara praktis, pemahaman kesehatan mental dari berbagai pendekatan konseling membantu *stake holder* yang berkecimpung dengan dunia pendidikan khususnya pendidikan anak usia dini dapat terbantu dalam mengidentifikasi, menghadapi, menangani, dan meningkatkan tumbuh kembang mental yang sehat pada anak usia dini. Berdasarkan hal ini, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis karakteristik seseorang yang memiliki mental yang sehat, mental yang sakit, faktor-faktor kesehatan mental, kaitan pengasuhan terhadap kesehatan mental, dan terapi bagi yang mengalami gangguan mental dalam perspektif teori-teori konseling.

METODE PENELITIAN

¹³ M Carole Pistole, "Mental Health Counseling : Identity and Distinctiveness," 2001.

¹⁴ John McLeod, *Pengantar Konseling: Teori Dan Studi Kasus* (Jakarta: Kencana, 2006).

¹⁵ Richard Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011).

Muhammad Ali, Urgensi Pengasuhan di Masa Usia Dini Terhadap Kesehatan Mental Anak Perspektif Mazhab-Mazhab Konseling

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi literatur (*library research*). Sumber data dalam penelitian ini menggunakan buku yang relevan yang sesuai dengan tema penelitian. Selain itu dalam penelitian ini juga memakai hasil-hasil penelitian untuk memperkuat sumber data dari buku teks. Analisis data menggunakan analisis konten dengan melakukan klasifikasi data atau referensi berdasarkan fokus penelitian sebagai temuan penelitian, dianalisis sebagai data yang utuh, kemudian diinterpretasi untuk menghasilkan kesimpulan yang menjawab dari rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini.

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Mental yang Sehat

Kondisi mental yang sehat menjadi salah satu aspek penting yang menjadi konsentrasi dalam teori-teori konseling. Sebuah teori konseling memiliki fungsi untuk menjelaskan konsep-konsep dasar atau asumsi-asumsi tentang sesuatu,¹⁶ dalam hal ini adalah konsep mental yang sehat. Teori-teori konseling menggambarkan mental yang sehat itu sebagaimana pada tabel 1 berikut.

Tabel 1 Perbandingan Istilah Mental yang Sehat

Aspek/Mazhab	Psikodinamika	Humanistik-Eksistensial	Kognitif-Behavioral
Istilah mental yang sehat	Perkembangan normal	Aktualisasi diri	Adaptif
Istilah mental yang terganggu	Neorosis	Maladjusted	Maladaptif
Kondisi mental individu yang sehat	Proses distribusi dan redistribusi dinamis energi fisik diantara ketiga sistem piranti mental (id, ego, superego) berjalan teratur.	Kecenderungan aktualisasi diri (mempertahankan, meningkatkan, dan memproduksi diri)	Mampu menerapkan pengaruh pada dirinya dan menentukan tindakannya
Kondisi mental individu yang terganggu	Individu yang terkungkung dengan masa lalunya, tidak menyadari bahwa motif dari perilakunya	Ketika idealisme diri jauh dari realitas diri atau terasing dari diri realitas	Seseorang yang tidak mampu tegas pada dirinya atau mengontrol diri dan keterampilan sosial yang lemah

Dari tabel 1 di atas, beberapa perbedaan penting yang ditawarkan oleh tiga mazhab dalam konseling, baik dari psikodinamik, humanistik-eksistensial, maupun dari kognitif-behavioristik. Secara istilah masing-masing mazhab menggunakan

¹⁶ Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*.

istilah yang berbeda untuk menggambarkan mental yang sehat maupun mental yang terganggu. Bagi psikodinamik mental yang sehat disebut sebagai perkembangan normal dan mental yang terganggu disebut neorosis. Sementara itu mazhab humanistik-eksistensial menggunakan istilah diri yang teraktualisasi untuk mental yang sehat dan *maladjusted* untuk mental yang terganggu. Sedangkan mazhab kognitif-behavioral memakai istilah adaptif dan maladaptif untuk yang sehat dan yang terganggu mentalnya.

Perbedaan penggunaan istilah ini dapat dianalisis karena titik berangkat dalam memandang suatu persoalan yang tidak satu *frame*. Namun meskipun berbeda dalam berbagai hal penting, fungsi teori salah satunya menyediakan bahasa¹⁷dalam konteks ini adalah kesehatan mental. Penggunaan bahasa untuk menggambarkan tentang sesuatu amat penting untuk merujuk pada sebuah teori. Pemilihan bahasa yang digunakan akan berimbas pada linieritas dalam pemahaman aspek berikutnya tentang sesuatu (baca: kesehatan mental atau gangguan mental).

Pada tabel 1 diatas terlihat dengan jelas perbedaan pandangan tentang kondisi orang yang sehat atau terganggu secara mental. Deskripsi masing-masing mazhab tentang orang yang sehat atau terganggu mentalnya diakibatkan oleh titik tekan penyebabnya. Kecenderungan perkembangan dalam konseling berkaitan dengan perbedaan cara pandang antar mazhab tersebut memberi kontribusi positif dalam praktek konseling. Beberapa praktisi konseling mencoba melakukan inovasi yang kreatif sehingga tidak terkungkung oleh fanatisme mazhab. Terdapat dua posisi praktisi konseling dalam praktik mereka untuk menyikapi perbedaan ini, yakni eklektivisme dan integrasi.¹⁸Eklektivisme merujuk pada praktik konseling dan terapi yang didasarkan pada berbagai mazhab yang berbeda dalam menangani masalah klien. Sementara itu, integrasi mengacu pada penggunaan berbagai mazhab menjadi keseluruhan yang koheren dan terintegrasi.

Dalam rangka eklektik dan mengintegrasikan berbagai mazhab konseling di atas, penulis mengajukan definisi tentang kesehatan mental sebagai kondisi psikologis seseorang yang seimbang sehingga mampu mengekspresikan potensi

¹⁷ Nelson-Jones.

¹⁸ Nelson-Jones.

diri dan menempatkan dirinya sesuai dengan tuntutan diri dan lingkungannya. Sementara gangguan mental dapat diajukan definisinya sebagai individu yang tidak mampu mengontrol dirinya karena terkungkung dengan masa lalunya, terasing dari diri realitasnya, dan tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Dari titik perbedaan fokus masing-masing mazhab maka gambaran faktor yang menjadi pendukung terbentuknya mental yang sehat atau mental yang terganggu juga mengalami perbedaan yang jelas. Hal ini bisa terlihat di tabel 2 berikut:

Tabel 2 Perbandingan Faktor yang Mempengaruhi Mental yang Sehat

Mazhab	Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental
Psikodinamika	Perilaku seseorang dipengaruhi oleh ketidaksadaran yang diperoleh pada masa kanak-kanak awal
Humanistik-Eksistensial	Perilaku seseorang dipengaruhi oleh persepsinya terhadap realitas. Pengalaman dan kesadaran diri menentukan mental yang sehat.
Kognitif_behavioral	Perilaku maladaptif atau adaptif ditentukan oleh belajar dari lingkungan

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa faktor yang menyebabkan seseorang sehat atau terganggu mentalnya adalah karena faktor dari ketidaksadaran pada masa kanak-kanak, persepsi terhadap realitas, pengamalan, kesadaran diri, dan belajar dari lingkungan. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa ketidaksadaran memengaruhi bagaimana manusia berperilaku, berpikir, dan merasakan.¹⁹ Pengalaman atau interaksi seseorang dengan lingkungan berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental seseorang, seperti penelitian Ivan Santini Ziggi et al.²⁰ yang meneliti di Irlandia dan menyimpulkan bahwa munculnya depresi, cemas, kecenderungan bunuh diri dipengaruhi secara positif dari interaksi yang buruk dengan partner/pasangan. Sementara itu, Tea Pavin

¹⁹ Heather A. Berlin, "The Neural Basis of the Dynamic Unconscious," *Neuropsychanalysis* 13, no. 1 (2011): 5–31, <https://doi.org/10.1080/15294145.2011.10773654>.

²⁰ Ivan Santini Ziggi et al., "The Impact of Social Networks and Social Support on Mental Disorders and Mortality," *Journal of Affective Disorders* 175 (2016): 53–65, https://findresearcher.sdu.dk:8443/ws/files/173392359/Ziggi_Santini_The_impact_of_social_networks_and_social_support_on_mental_disorders_and_mortality.pdf#page=22.

Ivanec²¹ mengungkapkan persepsi tentang hidup yang terganggu pada gilirannya menyulitkan remaja dalam mengatur diri mereka.

Mengamati orang lain menjadi salah satu bentuk belajar sosial yang berkaitan dengan kesehatan mental seseorang. Penelitian Bridget A. Taylor and Jaime A. DeQuinzio,²² terhadap anak autisme dan menemukan bahwa pembelajaran observasional berpengaruh pada keterampilan sosial mereka. Begitu pula penelitian Marshall Digital Scholar and John Ryan Simon²³ terhadap siswa sekolah menengah yang mengalami gangguan perilaku dan emosi, dan menemukan bahwa belajar sosial atau observasional berkorelasi terhadap perubahan perilaku mereka. Bukti lain yang menunjukkan proses belajar memengaruhi aspek mental manusia diteliti pula oleh Askew, Hagel, and Morgan²⁴ dalam bentuk pembelajaran pemodelan dan menyimpulkan bahwa pengalaman belajar mempengaruhi tingkat kecemasan sosial seseorang.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental tidak dipengaruhi oleh satu faktor tunggal, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi bisa satu faktor atau keterkaitan faktor yang satu dengan yang lainnya. Oleh sebab itu penggabungan beberapa faktor dari ketiga mazhab konseling tersebut menjadi perhatian lebih khusus dalam menjelaskan kesehatan mental untuk anak usia dini.

Pengasuhan Usia Dini dan Kesehatan Mental

Penelitian yang dilakukan dalam melihat kecenderungan anak usia dini memiliki kerentanan dalam kesehatan mentalnya dikemukakan oleh Angold A, Costello EJ. (dalam Ma. Theresa G. Kaligid dll)²⁵ bahwa masalah kesehatan

²¹ Tea Pavin Ivanec, "The Lack of Academic Social Interactions and Students' Learning Difficulties during COVID-19 Faculty Lockdowns in Croatia: The Mediating Role of the Perceived Sense of Life Disruption Caused by the Pandemic and the Adjustment to Online Studying," *Social Sciences* 11, no. 2 (2022), <https://doi.org/10.3390/socsci11020042>.

²² Bridget A. Taylor and Jaime A. DeQuinzio, "Observational Learning and Children With Autism," *Behavior Modification* 36, no. 3 (2012): 341–60, <https://doi.org/10.1177/0145445512443981>.

²³ Marshall Digital Scholar and John Ryan Simon, "The Relation Between Observations of Students with Behavioral Disorders and Academic Success," 2015.

²⁴ Chris Askew, Anna Hagel, and Julie Morgan, "Vicarious Learning of Children's Social-Anxiety-Related Fear Beliefs and Emotional Stroop Bias," *Emotion* 15, no. 4 (2015): 501–10, <https://doi.org/10.1037/emo0000083>.

²⁵ Ma Theresa G Kaligid, John Michael Sasan, and Mary Aianne Villegas, "The Deteriorating Effect of Poor Parental Skills on Children's Education and Mental Health" 14, no. 1 (2022): 183–94, <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v14i1.1384>.

Muhammad Ali, Urgensi Pengasuhan di Masa Usia Dini Terhadap Kesehatan Mental Anak Perspektif Mazhab-Mazhab Konseling

mental yang paling umum pada anak usia dini adalah gangguan perilaku mempengaruhi 5-10% anak usia dini. Gangguan yang dialami pada masa usia dini tentu berimbas pada perkembangan berikutnya. Oleh sebab itu teori konseling mencoba menjelaskan bagaimana pentingnya pengasuhan bagi anak usia dini dalam kaitannya memelihara mental mereka agar tetap sehat. Gambaran bagaimana pandangan teori konseling yang tergabung dalam tiga mazhab tentang pengasuhan di usia dini dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental dapat dilihat di tabel 3 berikut;

Tabel 3 Pandangan 3 Mazhab Konseling tentang Pengasuhan Anak Usia Dini

Mazhab	Pengasuhan Usia Dini
Psikodinamika	Respon orang tua terhadap dorongan pada tahap perkembangan kanak-kanak menentukan karakter anak di usia selanjutnya. Pentingnya memperhatikan psikososial pada masa kanak-kanak.
Humanistik-Eksistensial	Kebutuhan akan anggapan positif dari orang lain dalam mengembangkan persepsi/konsep diri dikembangkan di masa bayi awal dimana anak berinteraksi dengan orang tua atau yang mengasuhnya.
Kognitif_behavioral	Pembiasaan dimulai sejak kelahiran. Anak mengamati perilaku lingkungan terdekatnya dan mengembangkan keyakinan dirinya dari pengamatan tersebut.

Dari tabel 3 di atas dapat diambil kesimpulan bahwa ketiga mazhab memandang pengasuhan pada masa-masa anak usia dini sangat menentukan perkembangan kesehatan mental mereka pada usia berikutnya. Psikodinamika misalnya mengungkapkan bahwa tahap perkembangan kanak-kanak menentukan karakter anak di usia selanjutnya, maka pentingnya memperhatikan psikososial anak pada usia tersebut. Begitu pula mazhab humanistik-eksistensial, pengalaman dianggap positif dari orang tua ketika anak berinteraksi dengan mereka akan menentukan persepsi mereka tentang diri dan lingkungannya. Sementara itu mazhab kognitif behavioral memperhatikan pembiasaan yang dilakukan oleh orang tua dan disana pula anak memperhatikan orang tua memperlakukan mereka.

Pandangan ketiga mazhab tersebut ada persamaan diantara mereka dimana pengasuhan berpengaruh terhadap kesehatan mental anak, namun dalam

pandangan berikutnya dalam kaitannya dengan menangani gejala gangguan kesehatan mental ketiga mazhab berbeda dalam titik tekan eksplorasi dan terapi yang diaplikasikan. Hal ini dapat dipahami karena faktor penyebab yang membuat orang berperilaku dipandang berbeda. Seperti yang dijelaskan dalam *Continuing Psychology Education*²⁶ bagi behavioris melihat individu sebagai penanggung pasif terhadap rangsangan eksternal dan psikoanalisis melihat orang sebagai korban kekuatan biologis dan konflik masa kanak-kanak, psikolog humanistik percaya manusia dapat berusaha untuk menjadi semua yang kita mampu dan dalam proses berubah dari "normalitas" menjadi kepribadian yang sehat.

Beberapa penelitian membuktikan bahwa pengasuhan menjadi cikal bakal terjadinya masalah mental atau sehatnya mental seorang anak. Seperti Ma. Theresa dkk²⁷ menemukan bahwa cara asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak. Hao Chen Zhao²⁸ menemukan bahwa perilaku orang tua dalam hal ini kekerasan dalam rumah tangga akan menyebabkan anak mengalami gangguan mental dalam bentuk penyalahgunaan narkoba dan alkohol, dan mereka lebih cenderung pro-kekerasan, memiliki toleransi yang lebih tinggi terhadap perilaku kekerasan dalam masa dewasa mereka, mengembangkan perilaku anti-sosial, dan memiliki stereotipe gender. Penelitian lain mengemukakan bahwa perhatian orang tua menjadi mediator signifikan yang kuat dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi anak dalam hal ini remaja.²⁹

Dari beberapa bukti penelitian di atas, dapat digambarkan bahwa perkembangan anak usia dini yang sehat secara mental sangat bergantung pada kehadiran berkelanjutan dari pengasuh yang responsif dan yang mengenali dan dapat diprediksi merespons kebutuhan anak. Sementara pengasuhan yang tidak memperhatikan kebutuhan anak maka akan menyebabkan kesehatan mental anak terganggu. Penjelasan ini diamini oleh ketiga mazhab dalam konseling, baik psikodinamika, humanistik-eksistensial, maupun kognitif behavioral.

²⁶ Continuing Psychology Education, "Presented By," *Continuing Psychology Education*, no. 858 (2006).

²⁷ Kaligid, Sasan, and Villegas, "The Deteriorating Effect of Poor Parental Skills on Children's Education and Mental Health."

²⁸ Haochen Zhao, "The Effect of Parental Relationship on Children Psychological Growth" 582, no. Mmet (2021): 399–402.

²⁹ Breanna C Lawrence, Gina L Harrison, and Todd M Milford, "Effects of Positive Parenting on Mental Health in Adolescents with Learning Disabilities" 17, no. 2 (2019): 223–44.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan ketiga mazhab konseling memberikan titik tekan yang sangat vital bagi pengasuhan pada usia dini. Upaya pengasuhan pada masa ini akan menentukan kondisi mental anak pada fase-fase berikutnya. Kesehatan mental pada anak akan terganggu jika pengasuhan dilakukan dengan maladaptif, begitu sebaliknya, pengasuhan yang positif akan melahirkan mental anak yang adaptif dan sehat. Temuan dalam aspek ini amat penting terlepas dari perbedaan ketiga mazhab dalam menentukan istilah, menggambarkan kondisi, dan menetapkan faktor-faktor kesehatan mental. Temuan ini merekomendasikan kepada orang tua dan pihak yang bergelut dalam dunia pendidikan memperhatikan pengasuhan dan pengelolaan sekolah yang mampu merespon kebutuhan anak agar mereka berkembang dalam suasana mental yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- (DoH), Department of Health. "No Health without Mental Health: Outcomes Strategy for People of All Ages." *Department of Health, Her Majesty's Government*, 2011, 1–100.
- Askew, Chris, Anna Hagel, and Julie Morgan. "Vicarious Learning of Children's Social-Anxiety-Related Fear Beliefs and Emotional Stroop Bias." *Emotion* 15, no. 4 (2015): 501–10. <https://doi.org/10.1037/emo0000083>.
- Azman, Özge, Elvira Mauz, Matthias Reitzle, Raimund Geene, Heike Hölling, and Petra Rattay. "Associations between Parenting Style and Mental Health in Children and Adolescents Aged 11-17 Years: Results of the KiGGS Cohort Study (Second Follow-Up)." *Children* 8, no. 8 (2021). <https://doi.org/10.3390/children8080672>.
- Baingana, Florence. "Mental Health and Conflict," 2003. <https://www.researchgate.net/publication/277785598>.
- Berlin, Heather A. "The Neural Basis of the Dynamic Unconscious." *Neuropsychoanalysis* 13, no. 1 (2011): 5–31. <https://doi.org/10.1080/15294145.2011.10773654>.
- Bhugra, Dinesh, Alex Till, and Norman Sartorius. "What Is Mental Health?" *International Journal of Social Psychiatry* 59, no. 1 (2013): 3–4. <https://doi.org/10.1177/0020764012463315>.
- Bronsard, G., Alessandrini, M., Fond, G., Loundou, A., Auquier, P., Tordjman, S., & Boyer, L. "The Prevalence of Mental Disorders among Children and Adolescents in the Child Welfare System: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Medicine*, 7 (2016): 95.

- Deghan Neery, Morteza, and Malikeh Beheshtifar. "The Role of Mental Health in Conflict Management." *Journal of Social Issues & Humanities* 3, no. 10 (2015). <https://www.researchgate.net/publication/281175393>.
- Detik.com. "Kesehatan Mental Remaja Indonesia," 2022. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6366220/studi-guru-besar-ugm-ungkap-1-dari-3-remaja-ri-punya-masalah-kesehatan-mental%0A>.
- Dogra, N. and Leighton, S. "Nursing in Child and Adolescent Mental Health." *Maidenhead: Open University Press.*, 2009.
- Education, Continuing Psychology. "Presented By." *Continuing Psychology Education*, no. 858 (2006).
- Erskine, H E, A J Baxter, G Patton, T E Moffitt, V Patel, and H A Whiteford. "The Global Coverage of Prevalence Data for Mental Disorders in Children and Adolescents," 2017, 395–402. <https://doi.org/10.1017/S2045796015001158>.
- Fadlillah, M, Rochmat Wahab, Yulia Ayriza, and Setyabudi Indartono. "The Roles of Parenting Style towards Mental Health of Early Childhood The Roles of Parenting Style towards Mental Health of Early Childhood," no. June (2020).
- Gladding, Samue T. *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. 1st ed. Jakarta Bsrat: Indeks, 2012.
- Ivanec, Tea Pavin. "The Lack of Academic Social Interactions and Students' Learning Difficulties during COVID-19 Faculty Lockdowns in Croatia: The Mediating Role of the Perceived Sense of Life Disruption Caused by the Pandemic and the Adjustment to Online Studying." *Social Sciences* 11, no. 2 (2022). <https://doi.org/10.3390/socsci11020042>.
- Kaligid, Ma Theresa G, John Michael Sasan, and Mary Aianne Villegas. "The Deteriorating Effect of Poor Parental Skills on Children's Education and Mental Health" 14, no. 1 (2022): 183–94. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v14i1.1384>.
- Lawrence, Breanna C, Gina L Harrison, and Todd M Milford. "Effects of Positive Parenting on Mental Health in Adolescents with Learning Disabilities" 17, no. 2 (2019): 223–44.
- Matliwala, Kirti. "The Effect of Psychological Counseling on Mental Health," no. March (2017): 8–11. <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2017.07.00436>.
- McLeod, John. *Pengantar Konseling: Teori Dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana, 2006.
- Nelson-Jones, Richard. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Pistole, M Carole. "Mental Health Counseling : Identity and Distinctiveness," 2001.
- RI, Kemenkes. "Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia." <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/InfoDatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>, n.d.

Muhammad Ali, Urgensi Pengasuhan di Masa Usia Dini Terhadap Kesehatan Mental Anak Perspektif Mazhab-Mazhab Konseling

- Scholar, Marshall Digital, and John Ryan Simon. "The Relation Between Observations of Students with Behavioral Disorders and Academic Success," 2015.
- Scottish Qualifications Authority. "Unit Learning Support Material - National 4 and 5 - Influences on Mental Health and Wellbeing," 2019, 1–44. https://www.sqa.org.uk/sqa/files_ccc/n4n5-influences-mental-health-wellbeing.pdf.
- Taylor, Bridget A., and Jaime A. DeQuinzio. "Observational Learning and Children With Autism." *Behavior Modification* 36, no. 3 (2012): 341–60. <https://doi.org/10.1177/0145445512443981>.
- "The Mental Health Inventory (MHI-38)." <https://idoc.pub/queue/mental-health-inventory-34m75e962m46>, n.d. <https://idoc.pub/queue/mental-health-inventory-34m75e962m46>.
- Tohidi, M. "Definition and Symptoms of Mental Health." *Mental Health Journal* 42, Spring (2011).
- Virasiri, Saovakon, Jintana Yunibhand, and Waraporn Chaiyawat. "Parenting : What Are The Critical Attributes ?," no. May 2015 (2011).
- Whitlock, Janis Leann. "Mental Illness and Mental Health in Adolescence," no. January 2009 (2014).
- WHO. "Improving the Mental and Brain Health of Children and Adolescents," 2021. <https://www.who.int/activities/Improving-the-mental-and-brain-health-of-children-and%02adolescent>.
- . "WHO and ILO Call for New Measures to Tackle Mental Health Issues at Work," 2022. <https://www.who.int/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work#:~:text=WHO's World Mental Health Report%2C published in June,negatively affect mental health%2C including discrimination and inequality>.
- Zhao, Haochen. "The Effect of Parental Relationship on Children Psychological Growth" 582, no. Mmet (2021): 399–402.
- Ziggi, Ivan Santini, Ai Koyanagi, Stefanos Tyrovolas, Catherine Mason, and Josep Maria Haro. "The Impact of Social Networks and Social Support on Mental Disorders and Mortality." *Journal of Affective Disorders* 175 (2016): 53–65. https://findresearcher.sdu.dk:8443/ws/files/173392359/Ziggi_Santini_The_impact_of_social_networks_and_social_support_on_mental_disorders_and_mortality.pdf#page=22.