

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesehatan mental

1. Pengertian

Definisi kesehatan mental, sangat dipengaruhi oleh kultur dimana seseorang tersebut tinggal. Apa yang boleh dilakukan dalam suatu budaya tertentu, bisa saja menjadi hal yang aneh dan tidak normal dalam budaya lain, dan demikian pula sebaliknya (Sias, 2006).

Kesehatan mental adalah 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 menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidup (Pieper dan Uden, 2006).

Menurut Ihrom (2008), kesehatan mental adalah terwujudnya integritas kepribadian, keselarasan dengan jati diri, pertumbuhan ke arah realisasi diri, dan ke arah hubungan yang sehat dengan orang lain. Sehingga Kesehatan mental merupakan kondisi:

Tingkat 'kesejahteraan mental' dimana individu dapat berfungsi secara adekuat dapat menikmati hidupnya secara seimbang dan mampu menyesuaikan diri terhadap tantangan hidup dan mampu berkontribusi pada kehidupan sosial budaya & agama memiliki peran dalam memberi batasan sehat/tidak sehat. Dalam pengertian yang lebih 'positif' tersebut kesehatan mental merupakan fondasi dari tercapainya kesejahteraan (*well-being*) individu dan fungsi yang efektif dalam komunitasnya.

2. Kriteria kesehatan mental

Schneiders dalam (Semiun, 2006) mengemukakan beberapa kriteria yang sangat penting dan dapat digunakan untuk menilai kesehatan

mental. Kriteria tersebut dapat diuraikan sebagai berikut menurut Schneiders (dalam Semiun, 2006).

- a. Efisiensi Mental
- b. Pengendalian dan Integrasi Pikiran dan Tingkah Laku
- c. Integrasi Motif-motif serta Pengendalian Konflik dan Frustrasi
- d. Perasaan-perasaan dan Emosi-emosi yang Positif dan Sehat
- e. Ketenangan atau Kedamaian Pikiran
- f. Sikap-sikap yang Sehat
- g. Konsep-Diri (*Self-Concept*) yang Sehat
- h. Identitas Ego yang Adekuat
- i. Hubungan yang Adekuat dengan Kenyataan

3. Faktor yang mempengaruhi kesehatan jiwa

Videbeck (2008) faktor yang mempengaruhi kesehatan jiwa diantaranya :

a. Faktor Individual

1) Struktur biologis

Gangguan jiwa juga tergolong ilmu kedokteran, dalam beberapa penelitian yang dilakukan oleh para psikiater mengenai neurotransmitter, anatomi dan faktor genetik juga ada hubungannya dengan terjadinya gangguan jiwa. Dalam setiap individu berbeda-beda struktur anatominya dan bagaimana menerima reseptor ke hipotalamus sebagai respon dan reaksinya dari rangsangan tersebut hingga menyebabkan gangguan jiwa.

b) Ansietas dan ketakutan.

Kekhawatiran pada sesuatu hal yang tidak jelas dan perasaan yang tidak menentu akan sesuatu hal menyebabkan individu merasa terancam, ketakutan hingga terkadang mempersepsikan dirinya terancam.

b. Faktor Psikologik

Hubungan antara peristiwa hidup yang mengancam dan gangguan mental sangat kompleks tergantung dari situasi, individu dan bagaimana setiap orang mampu berkomunikasi secara efektif. Hal ini sangat tergantung pada bantuan teman, dan tetangga selama periode stres. Struktur sosial, perubahan sosial dan tingkat sosial yang dicapai sangat bermakna dalam pengalaman hidup seseorang hingga terkadang sampai menarik diri dari hubungan sosial. Kepribadian merupakan bentuk ketahanan relatif dari situasi interpersonal yang berulang-ulang yang khas untuk kehidupan manusia. Perilaku yang sekarang bukan merupakan ulangan impulsif dari riwayat waktu kecil, tetapi merupakan retensi pengumpulan dan pengambilan kembali. Setiap penderita yang mengalami gangguan jiwa fungsional memperlihatkan kegagalan yang mencolok dalam satu atau beberapa fase perkembangan akibat tidak kuatnya hubungan personal dengan keluarga, lingkungan sekolah atau dengan masyarakat sekitarnya. Bagaimana setiap individu mampu mengontrol emosionalnya dalam kehidupan sehari-hari.

c. Faktor Budaya dan Sosial

Gangguan jiwa yang terjadi di berbagai negara mempunyai perbedaan terutama mengenai pola perilakunya. Karakteristik suatu psikosis dalam suatu sosiobudaya tertentu berbeda dengan budaya lainnya. Perbedaan ras, golongan, usia dan jenis kelamin mempengaruhi pula terhadap penyebab mula gangguan jiwa. Tidak hanya itu saja, status ekonomi juga berpengaruh terhadap terjadinya gangguan jiwa.

d. Faktor Presipitasi

Menurut Stuart (2007) selain di atas, faktor Stressor Presipitasi mempengaruhi dalam kejiwaan seseorang. Sebagai faktor stimulus dimana setiap individu mempersepsikan dirinya melawan tantangan,

ancaman, atau tuntutan untuk koping. Masalah khusus tentang konsep diri disebabkan oleh setiap situasi dimana individu tidak mampu menyesuaikan. Lingkungan dapat mempengaruhi konsep diri dan komponennya. Lingkungan dan stresor yang dapat mempengaruhi gambaran diri dan hilangnya bagian badan, tindakan operasi, proses patologi penyakit, perubahan struktur dan fungsi tubuh, proses tumbuh kembang, dan prosedur tindakan dan pengobatan.

B. Anak usia sekolah

1. Pengertian anak sekolah

Masa anak sekolah adalah masa tenang atau masa latent, dimana apa yang telah terjadi dan di pupuk pada masa-masa sebelumnya, anak mulai mengalihkan perhatian dan hubungan intim dalam keluarga ke kerjasama antar teman dan sikap-sikap terhadap kerja atau belajar (Singgih, 2008).

Usia sekolah adalah anak usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah pengalaman inti anak. periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam berhubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lain (Wong, 2009).

Pada anak sekolah mulai meningkatkan hubungannya pada lingkungan sekolah. Di usia ini anak akan mengenal kerjasama, kompetisi, dan kompromi. Pergaulan dengan orang dewasa diluar keluarga mempunyai arti karena menjadi sumber pendukung bagi anak. hal itu dibutuhkan karena konflik sering kali terjadi akibat adanya pembatasan dan dukungan yang konsisten dari keluarga. Kegagalan membina hubungan dengan teman sekolah, dukungan luar yang tidak adekuat, serta inkonsistensi dari orang tua menimbulkan rasa frustrasi terhadap kemampuannya, merasa tidak mampu, putus asa, dan menarik diri dari lingkungan (Yusuf, 2001).

2. Tahap perkembangan usia sekolah

a. Perkembangan fisik

Manak-anak pertengahan dimulai dari tumbuhnya gigi susu pertama dan diakhiri dengan masa pubertas dari menjadi individu yang tak berdaya menjadi individu yang kuat dan kompleks dengan kemampuan berkomunikasi, membentuk konsep yang terbatas, dan mulai terlibat dalam perilaku sosial dan motorik kompleks, anak mengalami ledakan pertumbuhan pada masa pubertas adalah saat pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara bertahap dengan peningkatan lebih besar pada aspek fisik dan emosional (Wong, 2009).

b. Perkembangan kognitif

Dilihat dari sisi kognitif, perkembangan anak usia sekolah berada pada tahap konkret dengan perkembangan kemampuan anak yang sudah mulai memandang secara realistis terhadap dunianya dan mempunyai anggapan yang sama dengan orang lain. Sifat ego sentrik sudah mulai hilang, sebab anak mulai memiliki pengertian tentang keterbatasan diri sendiri. Anak usia sekolah mulai dapat mengetahui tujuan rasional tentang kejadian dan mengelompokkan objek dalam situasi dan tempat yang berbeda. Pada periode ini, anak mulai mampu mengelompokkan, menghitung, mengurutkan, dan mengatur bukti-bukti dalam penyelesaian masalah. Anak menyelesaikan masalah secara nyata dan urut dari apa yang dirasakan. Sifat pikiran anak usia sekolah berada dalam tahap reversibilitas, yaitu anak mulai memandang sesuatu dari arah sebaliknya atau dapat disebut anak memiliki dua pandangan terhadap sesuatu. Perkembangan kognitif anak usia sekolah memperlihatkan anak lebih bersifat logis dan dapat menyelesaikan masalah secara konkret. Kemampuan kognitif pada anak terus berkembang sampai remaja (Hurlock, 2004).

c. Perkembangan moral

Perkembangan moral anak usia sekolah menurut Kohlberg berada di tahap konvensional (Muscari, 2005). Perkembangan moral sejalan dengan cara pikir anak usia sekolah yang lebih logis (Hockenberry & Wilson, 2007). Anak pada usia sekolah dapat lebih memahami standar perilaku yang seharusnya mereka terapkan pada kehidupan sehari-hari. Anak dalam tahap konvensional, mulai memahami bagaimana harus memperlakukan orang lain sesuai dengan apa yang ingin diterima oleh mereka dari orang lain (Muscari, 2005; Wong, 2009). Anak mulai melihat berbagai cara pandang untuk menilai suatu tindakan benar atau salah (Hockenberry & Wilson, 2007).

d. Perkembangan spiritual

Menurut Fowler, anak usia sekolah berada pada tahap mitos-faktual. Kenyataan (fakta) spiritual adalah keyakinan yang diterima oleh suatu kelompok keagamaan, sedangkan khayalan adalah pemikiran dan gambaran yang berbentuk dalam pikiran anak. Orang tua dan tokoh agama lebih memiliki pengaruh daripada teman sebaya dalam hal spiritual (Fowler, J. W., 1981; Kozier, Erb, Berman & Synder, 2011).

Pada saat ini tidak dapat memahami peristiwa tertentu seperti penciptaan dunia, mereka menggunakan khayalan untuk menjelaskannya. Pada masa ini, anak usia sekolah dapat mengajukan pertanyaan mengenai Tuhan dan agama serta secara umum meyakini bahwa Tuhan itu baik dan selalu ada untuk membantu. Beberapa anak menolak agama pada usia ini, namun adapula yang sudah bisa menerimanya. Keputusan tersebut sangat dipengaruhi oleh orang tuanya (Kozier, Erb, Berman & Synder, 2011).

e. Pengembangan konsep diri

Istilah konsep diri yaitu mengenai berbagai persepsi diri, seperti karakteristik fisik, kemampuan, nilai, ideal diri dan

pengharapan serta ide-ide dirinya sendiri dalam hubungannya dengan orang lain. Konsep diri juga termasuk citra tubuh, seksualitas dan harga diri seseorang, konsep diri yang positif membuat anak merasa senang, berharga, dan mampu memberikan kontribusi dengan baik. Perasaan seperti itu menyebabkan penghargaan diri, kepercayaan diri, dan perasaan negatif menyebabkan keraguan terhadap diri sendiri.

Pengembangan citra tubuh anak usia sekolah memiliki persepsi yang cukup akurat dan positif tentang keadaan fisik mereka sendiri, tetapi umumnya mereka kurang menyukai keadaan fisiknya seiring dengan bertumbuhnya usia. Kerusakan fisik seperti defek pendengaran atau penglihatan merupakan hal-hal yang sangat penting, meningkatnya kesadaran akan perbedaan terutama jika disertai dengan komentar yang tidak baik dan ejekan dari orang lain dapat menyebabkan anak dapat merasa inferior atau merasa tidak diinginkan. Hal ini terutama terjadi jika defek mempengaruhi kemampuan anak untuk berprestasi dan aktifitas pada masa anak-anak (Nelson, 2012).

C. Psikososial anak usia sekolah

1. Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah

Terdapat banyak teori yang memaparkan perkembangan psikososial menurut beberapa ahli, akan tetapi paling banyak dianut adalah teori psikososial dari Erik Erikson. Pendekatan Erikson tentang proses perkembangan anak adalah dengan menguraikan lima tahapan perkembangan psikososial, yaitu percaya versus tidak percaya, inisiatif versus rasa bersalah, pengembangan rasa *industry* (*industry versus inferiority*), dan identitas dan kerancuan pesan. Perkembangan tahapan perkembangan psikososial anak usia sekolah yaitu pengembangan rasa *industry* (*industry versus inferiority*) (Wong, 2009).

Menurut Bastable (2008) perkembangan psikososial adalah proses penyesuaian psikologis dan social sejalan dengan perkembangan seseorang

sejak bayi sampai dewasa berdasarkan delapan tahap kematangan psikologis dan sosial manusia.

Erikson menyebutkan bahwa tugas perkembangan pada anak usia sekolah adalah industri versus inferioritas (*industry vs inferioritas*). Pada masa ini, anak mencoba memperoleh kompetensi dan ketrampilan yang dibutuhkan untuk berfungsi kelak pada usia dewasa. Mereka yang memperoleh kegagalan sering merasa rendah diri atau tidak berharga dapat mengakibatkan penarikan diri dari sekolah maupun kelompok temannya. Videbeck (2008), menyebutkan bahwa psikososial pada anak usia sekolah yaitu anak sudah mulai berkompetensi dan memunculkan kepercayaan diri terhadap kemampuan, dan merasa senang akan prestasinya.

Anak usia sekolah mulai mendeskripsikan diri mereka berdasarkan karakteristik internal. Mereka mulai mendefinisikan konsep diri yang merupakan suatu evaluasi diri. Interaksi dengan kelompok akan menyebabkan mereka mendefinisikan pencapaian diri berdasarkan perbandingan dengan pencapaian orang lain. Hal ini dilakukan saat mereka berusaha membangun citra diri yang positif.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No 58 tahun 2009 tentang standar pendidikan anak (dalam Rizki Neza Irma Nurbahria, 2013), disebutkan ciri-ciri perkembangan psikososial anak adalah sebagai berikut:

- a. Menunjukkan sikap mandiri dan memilih kegiatan
- b. Menunjukkan antusiasme dalam melakukan permainan kompetitif secara positif
- c. Menaati peraturan yang berlaku dalam suatu permainan
- d. Menunjukkan rasa percaya diri
- e. Menjaga diri sendiri dari lingkungannya

Jika anak sudah menunjukkan ciri-ciri seperti yang disebutkan diatas maka proses perkembangan sosial yang dilakukan sudah baik, dan akan menghasilkan anak yang mempunyai perkembangan sosial emosional yang baik pula.

2. Bentuk-bentuk perkembangan psikososial anak

Perkembangan psikososial anak usia sekolah berada pada pengembangan industri). Pada usia ini anak akan berusaha untuk mencapai kompetensi dan keterampilan yang penting (Potter & Perry, 2009). Anak sekolah yang dapat mencapai kompetensi dan mendapat keberhasilan akan menimbulkan rasa pencapaian dan perasaan berharga. Sebaliknya, anak yang gagal dalam mencapai kompetensi dapat merasa tidak berharga dan mulai menarik diri dari sekolah dan sebaya.

Dalam masa usia sekolah, emosi dapat dikelompokkan ke dalam dua bagian, yaitu:

- a. Emosi sensoris, yaitu emosi yang ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh, seperti rasa dingin, manis, sakit, lelah, kenyang dan lapar.
 - b. Emosi psikis, yaitu emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan, diantaranya adalah:
 - 1) Perasaan intelektual, yaitu yang mempunyai sangkut paut dengan ruang lingkup kebenaran, seperti rasa yakin dan tidak yakin, rasa gembira mendapat suatu kebenaran, rasa puas dapat menyelesaikan persoalan.
 - 2) Perasaan sosial, yaitu perasaan yang menyangkut hubungan dengan orang lain, seperti rasa solidaritas, persaudaraan, simpati, kasih sayang.
 - 3) Perasaan susila, yaitu perasaan yang berhubungan dengan nilai-nilai baik dan buruk, seperti rasa tanggung jawab, rasa bersalah.
 - 4) Perasaan keindahan, yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan sesuatu.
 - 5) Perasaan ketuhanan, yaitu perasaan untuk mengenal Tuhannya.
- (Yusuf, 2001)

Sedangkan bentuk-bentuk tingkah laku sosial yang berkembang pada anak usia sekolah adalah sebagai berikut:

- a. Pembangkangan (*negativisme*), yaitu suatu bentuk tingkah laku melawan.
- b. Agresi (*aggression*), yaitu perilaku menyerang baik secara fisik (non

- verbal) maupun kata-kata (verbal).
- c. Berselisih/bertengkar (*quarreling*), terjadi apabila anak merasa tersinggung atau terganggu oleh sikap dan perilaku anak lain, seperti diganggu pada saat mengerjakan sesuatu atau direbut barang atau mainannya.
 - d. Persaingan (*rivalry*), yaitu keinginan untuk melebihi orang lain dan selalu didorong (distimulasi) oleh orang lain.
 - e. Kerjasama (*cooperation*), yaitu sikap mau bekerja sama dengan kelompok.
 - f. Tingkah laku berkuasa (*ascendant behavior*), yaitu sejenis tingkah laku untuk menguasai situasi social, mendominasi atau bersikap “*bossiness*”.
 - g. Simpati (*simpaty*), yaitu sikap emosional yang mendorong individu untuk menaruh perhatian terhadap orang lain, mau mendekati atau bekerja sama dengannya. (Yusuf, 2001)

3. Permasalahan dalam perkembangan psikososial anak

Pada dasarnya gangguan psikososial dapat bermanifestasi sebagai berikut:

- a. Gangguan perasaan (misalnya depresi, kecemasan)
- b. pada gangguan tubuh (misalnya gangguan psikosomatik),
- c. pada tingkah laku (misalnya gangguan tingkah laku, perilaku pasif agresif)
- d. pada penampilan (misalnya problem-problem belajar)

Problem-problem psikososial pada anak dapat ditimbulkan oleh stres fisik atau emosi cacat bawaan, luka fisik, praktek-praktek pengasuhan anak yang tidak konsisten dan tidak sesuai, penyiksaan dan penyalahgunaan anak, kesibukan yang berlebihan, penyakit kronis dan lain-lain. Namun agen tertentu tidak menimbulkan gejala atau gangguan khusus; agaknya problem psikososial anak merupakan sumber yang bersifat multifactor; ekspresi mereka tergantung pada banyaknya variabel, yaitu meliputi temperamen, tingkat perkembangan sifat dan lamanya stress, pengalaman masa lalu, dan kemampuan keluarga dalam menanggulangi dan menyesuaikan (Nelson,

2012).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikososial

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikososial anak menurut Papalia (2009) adalah:

a. Diri (*self*)

Diri merupakan pemahaman seorang anak terhadap diri mereka sendiri, tentang cara anak menggambarkan diri mereka. Dalam diri anak-anak berkembang memiliki beberapa pemahaman, yaitu:

1) Pemahaman diri

Pada masa anak-anak, maka mereka akan berfikir bahwa diri mereka dapat dijelaskan melalui banyak karakteristik material, seperti ukuran, bentuk dan warna. Selain itu, anak-anak juga sering menggambarkan diri mereka dalam bentuk aktivitas permainan (Santrock, 2011).

2) Harga diri

Harga diri adalah bagian dari evaluasi konsep diri, penilaian yang dibuat anak mengenai seberapa berharganya mereka. Harga diri pada masa anak-anak bersifat tidak ada perbedaan “saya baik” atau “saya jahat” (Papalia, 2009).

3) Pemahaman pengaturan emosi

Pemahaman dan pengaturan emosi akan meningkatkan kemampuan social anak dan kemampuan untuk menjalin hubungan baik dengan orang lain. Hal ini membantu anak dalam mengatur perilaku dan mengungkapkan tentang perasaan-perasaan mereka (Santrock, 2011).

Pemahaman diri anak menjadi sangat penting, karena terkait dengan pertumbuhan selanjutnya. Apabila anak memahami diri mereka, maka anak akan mampu untuk mendeskripsikan diri mereka sesuai dengan tahapan perkembangannya.

b. Gender

Identitas gender (*gender identity*) adalah kesadaran yang berkembang pada masa anak-anak bahwa seseorang adalah laki-laki atau

perempuan (Papalia, 2009). Identitas gender melibatkan kesadaran gender seseorang, termasuk pengetahuan, pemahaman dan penerimaan sebagai laki-laki atau perempuan. Salah satu aspek identitas gender adalah adanya pengetahuan bahwa apakah dirinya seorang anak perempuan atau laki-laki. Pada umumnya anak dapat mengetahui setelah usianya lebih dari 2,5 tahun (Santrock, 2011).

Santrock (2011) menyatakan anak-anak sudah menunjukkan gambaran bahwa mereka menghabiskan waktu bersama teman bermain berjenis kelamin sama sejak anak berusia sekitar 3 tahun. Pada anak dengan usia 4-12 tahun, gambaran untuk bermain bersama dalam kelompok yang berjenis kelamin sama meningkat, dan selama tahun-tahun sekolah dasar, anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu luang mereka bersama anak-anak yang berjenis kelamin sama.

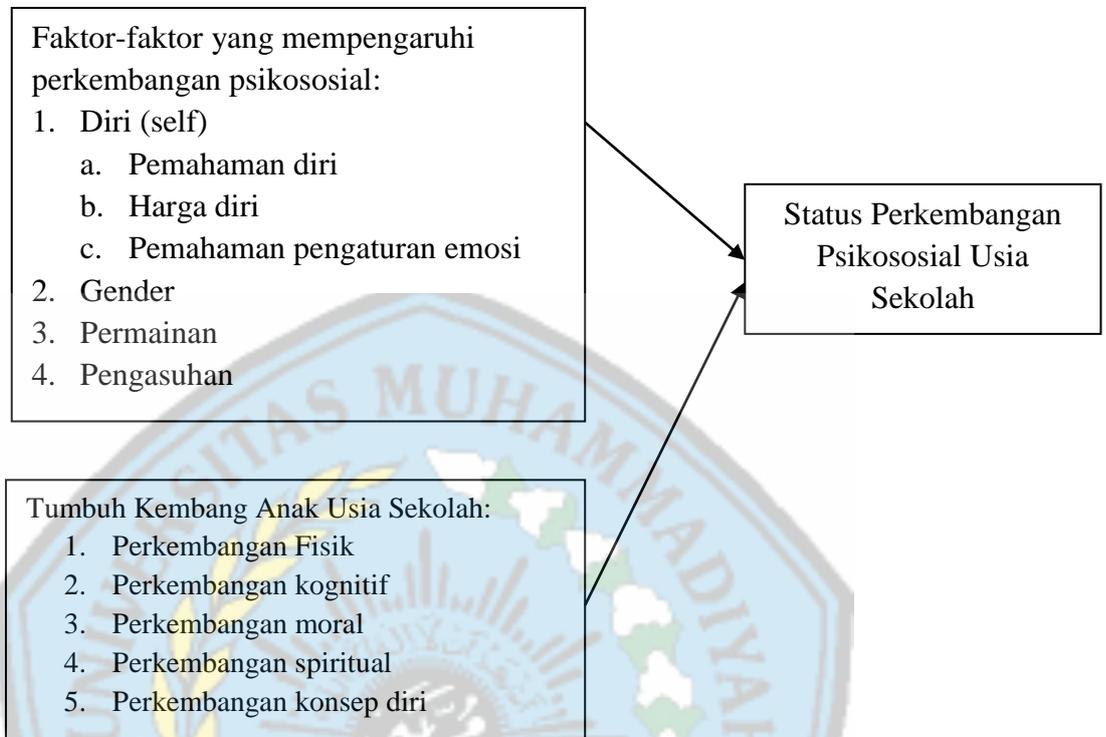
c. Permainan

Permainan adalah sebuah aktivitas yang menyenangkan dengan terlibat di dalamnya, ketika fungsi serta bentuknya bervariasi (Santrock, 2011). Bermain adalah pekerjaan seorang anak, dan hal ini berkontribusi terhadap seluruh aspek perkembangan. Melalui bermain, anak merangsang indera, belajar menggunakan otot-otot mereka, mengkoordinasikan penglihatan dan gerakan, memperoleh penguasaan tubuh dan memperoleh berbagai keterampilan (Papalia, 2009).

d. Pengasuhan

Salah satu faktor dalam keluarga yang mempunyai peranan penting dalam pembentukan perkembangan psikososial anak adalah praktik pengasuhan anak. Keluarga adalah lingkungan yang pertama kali menerima kehadiran anak. Dalam mengasuh anaknya orang tua dipengaruhi oleh budaya yang ada di lingkungannya. Disamping itu, orang tua juga diwarnai oleh sikap-sikap tertentu didalam memelihara, membimbing dan mengarahkan anak-anaknya. Sikap tersebut tercermin dalam pola pengasuhan kepada anaknya yang berbeda-beda, karena orang tua mempunyai pola pengasuhan tertentu (Soetjiningsih, 2008).

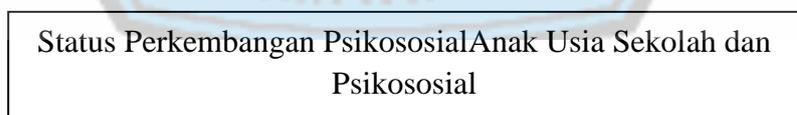
D. Konsep Teori



Skema 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Papalia (2009), Santrock (2011)

E. Kerangka konsep



Skema 2.2 Kerangka Konsep

F. Variable Penelitian

Variabel dalam penelitian ini yaitu Status perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah dan Psikososial di Desa Purbo Kabupaten Batang.