

DAMPAK LINGKUNGAN PSIKOSOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK DI KABUPATEN ACEH BESAR

The Impact Of The Psychosocial Environment On The Mental Well-Being Of Children In Aceh Besar

Melda Sofia^{1*}, Kamarullah², Herawati³, Kurnia Rahmayanti⁴

¹Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia. Jalan Alue Naga Desa Tibang, Kecamatan Syiah Kuala, Banda Aceh 23114, Indonesia
Korespondensi Penulis: melda@uui.ac.id.

Abstrak

Kesehatan mental anak merupakan fondasi penting bagi pembangunan sumber daya manusia di Aceh. Fenomena kesehatan mental anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor akademik, tetapi juga oleh struktur keluarga dan lingkungan pasca-bencana. Meskipun saat ini anak-anak tidak mengalami tsunami secara langsung, mereka hidup dalam lingkungan yang membuat kondisi kesehatan mental mereka terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor psikososial yang memengaruhi kesehatan mental anak di Kabupaten Aceh Besar. Menggunakan metode kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui observasi dan literatur sekunder. Hasil menunjukkan bahwa pola asuh religius-kultural dan dukungan komunitas menjadi faktor pelindung (protective factors), namun keterbatasan akses layanan kesehatan mental profesional masih menjadi tantangan utama. Kesehatan mental anak di Aceh Besar sangat dipengaruhi oleh kekuatan struktur sosial dan religiusitas. Namun, pada metode tradisional tanpa didampingi bantuan medis profesional dapat menghambat deteksi dini gangguan mental yang serius.

Kata kunci: Kesehatan mental, psikososial, siswa

Abstract

Child mental health serves as a vital foundation for human resource development in Aceh. The phenomenon of children's mental health is not only influenced by academic factors, but also by family structure and post-disaster environment. Even though children are not experiencing the tsunami directly, they are living in an environment that is affecting their mental health. This study aims to identify the psychosocial factors that influence the mental health of children in Aceh Besar Regency. Utilizing a descriptive qualitative method, data were collected through observation and secondary literature. The results indicate that religious-cultural parenting styles and community support act as protective factors, yet limited access to professional mental health services remains a primary challenge. Children's mental health in Aceh Besar is heavily influenced by social structures and religiosity. However, traditional methods without professional medical assistance can hinder the early detection of serious mental disorders.

Keywords : Mental health, psychosocial, Students

PENDAHULUAN

Kesehatan mental pada masa kanak-kanak merupakan determinan kritis bagi kualitas hidup individu di masa dewasa. Secara global, WHO memperkirakan

bahwa satu dari tujuh anak usia 10–19 tahun mengalami gangguan mental, yang jika tidak ditangani, akan membatasi peluang mereka untuk menjalani kehidupan yang memuaskan sebagai orang dewasa (WHO, 2021). Di konteks lokal Indonesia, Riset

Kesehatan Dasar (Risikesdas) menunjukkan tren peningkatan gangguan emosional pada anak, yang menuntut perhatian khusus di tingkat regional, termasuk di Provinsi Aceh. Kabupaten Aceh Besar menyajikan lanskap psikososial yang kompleks dan unik. Sebagai wilayah yang secara geografis mengelilingi ibu kota provinsi, Aceh Besar memiliki karakteristik transisi antara masyarakat urban dan rural. Namun, secara historis, wilayah ini membawa beban trauma kolektif yang signifikan. Pengalaman pahit akibat konflik bersenjata yang berkepanjangan dan bencana gempa bumi serta tsunami tahun 2004 telah menciptakan Fenomena trauma antargenerasi atau *intergenerational transmission of trauma* (Hidayat & Fitria, 2021). Meskipun infrastruktur fisik telah pulih sepenuhnya, luka psikologis sering kali bersifat laten dan termanifestasi pada generasi anak-anak yang lahir setelah masa konflik melalui pola asuh yang maladaptif atau lingkungan keluarga yang rentan stres. Selain faktor historis, tantangan kesehatan mental anak di Aceh Besar saat ini dipengaruhi oleh pergeseran sosial-budaya. Pesatnya penetrasi teknologi digital di kalangan anak sekolah di pedesaan Aceh Besar mulai menggeser pola interaksi sosial tradisional, yang sering kali memicu masalah baru seperti *cyberbullying* dan kecanduan gawai (Marlinda, 2022).

Di sisi lain, nilai-nilai kearifan lokal berbasis syariat Islam di Aceh memiliki peran ganda; di satu sisi menjadi benteng pertahanan mental melalui mekanisme koping religius, namun di sisi lain berpotensi menciptakan stigma jika gangguan mental dianggap semata-mata sebagai bentuk kelemahan iman (Yusuf & Ahra, 2020).

Kesenjangan akses layanan kesehatan juga menjadi isu sentral. Meskipun pemerintah telah mengupayakan penguatan Puskesmas, distribusi tenaga psikolog klinis di Aceh Besar masih belum merata dibandingkan dengan jumlah populasi anak yang tersebar di 23 kecamatan. Seringkali, deteksi dini terhadap gejala kecemasan atau hambatan perkembangan emosional anak terlambat dilakukan karena rendahnya literasi kesehatan mental di tingkat keluarga (Dinas Kesehatan Aceh, 2023).

Kawasan Kaju, Aceh Besar, secara sosiologis merupakan wilayah "penyangga" yang dihuni oleh masyarakat penyintas tsunami serta pendatang baru. Di SD Kaju, fenomena kesehatan mental anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor akademik, tetapi juga oleh struktur keluarga dan lingkungan pasca-bencana. Meskipun anak-anak yang bersekolah saat ini

tidak mengalami tsunami secara langsung, mereka hidup dalam lingkungan yang dibangun di atas sisa-sisa trauma kolektif. Fenomena yang muncul di SD Kaju menunjukkan adanya korelasi antara kondisi ekonomi keluarga dan stabilitas emosional anak. Banyak orang tua di wilayah ini bekerja di sektor informal dengan jam kerja yang panjang, sehingga interaksi berkualitas antara orang tua dan anak berkurang (Marlinda, 2022). Akibatnya, muncul manifestasi perilaku seperti penarikan diri (*withdrawal*) atau justru perilaku agresif di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi krusial untuk membedah bagaimana dinamika lingkungan keluarga, pengaruh budaya lokal, dan ketersediaan layanan publik saling berkelindan dalam membentuk kesejahteraan mental anak di Aceh Besar. Pemahaman yang mendalam mengenai faktor-faktor ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi kebijakan intervensi yang lebih tepat sasaran dan berbasis komunitas di tingkat *Gampong*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur dan observasi lapangan di beberapa kecamatan di Aceh Besar. Fokus utama adalah pada anak usia sekolah (7-12 tahun). Analisis dilakukan dengan meninjau korelasi antara dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dan aksesibilitas layanan kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Di SD Kaju, peran guru kelas menjadi sangat sentral karena keterbatasan psikolog profesional. Terdapat empat faktor utama yang memengaruhi kesehatan mental mereka di sekolah:

- 1. Modal Sosial (Social Capital):** Kedekatan antarwarga di pemukiman Kaju sebenarnya menjadi faktor pelindung. Anak-anak yang memiliki dukungan komunitas di sekitar sekolah cenderung lebih resilien (Yusuf & Ahra, 2020).
- 2. Integrasi Agama:** Praktik literasi Al-Qur'an sebelum memulai pelajaran di SD Kaju berfungsi sebagai bentuk meditasi dan penenang pikiran (*calming effect*) yang membantu stabilitas emosional siswa sebelum belajar.
- 3. Stigma Sosial:** Masih terdapat persepsi bahwa gangguan kesehatan mental adalah aib atau terkait dengan kurangnya religiositas. Hal ini menyebabkan orang tua enggan mencari bantuan profesional.
- 4. Fasilitas Kesehatan:** Puskesmas di Aceh Besar mulai mengintegrasikan layanan kesehatan jiwa, namun jumlah psikolog

klinis masih terkonsentrasi di pusat kota (Banda Aceh), membuat akses bagi warga di pelosok Aceh Besar menjadi terbatas.

KESIMPULAN

Kesehatan mental anak di Aceh Besar sangat dipengaruhi oleh kekuatan struktur sosial dan religiusitas. Namun, ketergantungan pada metode tradisional tanpa didampingi bantuan medis profesional dapat menghambat deteksi dini gangguan mental yang serius. Diperlukan kolaborasi antara pemerintah daerah, tokoh agama (Ulama), dan tenaga kesehatan untuk menciptakan ekosistem yang mendukung tumbuh kembang psikologis anak.

SARAN

Berdasarkan pelatihan yang dilakukan kelompok, maka dirumuskan beberapa saran yaitu :

a. Siswa

Siswa harus memperluas wawasan mereka tentang kesehatan mental agar siswa dapat mencapai kesejahteraan di lingkungan sekolahnya.

b. Pihak Sekolah

Sekolah menyediakan waktu lebih banyak untuk kegiatan yang membantu siswa mempersiapkan diri dengan menunjukkan kreativitas dan harga diri siswa agar tercipta kesejahteraannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Aceh. (2023). *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2022*. Banda Aceh: Dinkes Aceh.
- Hidayat, T., & Fitria, N. (2021). "Resiliensi Anak Pasca-Bencana di Aceh: Studi Kasus Kabupaten Aceh Besar". *Jurnal Psikologi Undip*, 19(2), 145-158.
- Marlinda, R. (2022). "Pengaruh Pola Asuh Islami Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Pedesaan Aceh Besar". *Kreativitas Jurnal Ilmiah*, 5(1), 22-34.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Adolescent Mental Health in Post-Conflict Areas*. Geneva: WHO Press.
- Yusuf, A., & Ahra, S. (2020). "Tantangan Pelayanan Kesehatan Jiwa Berbasis Masyarakat di Aceh". *Aceh Medical Journal*, 4(3), 88-95.