

Analisis Isu Kesehatan Mental Anak Pada Buku Cerita Bilingual Karya Arleen A.

Meiliana Nurfitriani^{1*}, Anggia Suci Pratiwi^{2*}, Rikha Surtikha Dewi³ and M. Fahmi Nugraha⁴

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

*Corresponding Author: meiliana.nurfitriani@umtas.ac.id

Abstract

This study aims to identify the representation of mental health values in bilingual storybooks written by Arleen A., intended for children aged 6 to 12 years. The method employed is qualitative content analysis, as outlined by Krippendorff, which is an interpretive technique used to uncover meaning within texts by tracing emerging themes, patterns, and messages. Data collection followed several steps: selecting relevant texts, repeated readings, coding narrative elements related to mental health, and categorizing themes based on indicators developed by Marie Jahoda, which were previously validated by experts in child psychology and education. The findings reveal that 70% of the stories reflect positive values of self-acceptance. However, only 20% of the stories demonstrate healthy emotional regulation, and just 10% depict empathy or the resolution of social conflicts. Furthermore, there were no explicit narratives addressing the issue of bullying in any of the stories analyzed. These results suggest that while bilingual storybooks hold potential as a medium for promoting children's mental health literacy, there is a significant need to strengthen the representation of more complex and contextual social-emotional issues. Enhancing these dimensions can better support children's psychosocial development and equip them with the emotional and social skills necessary to navigate real-life challenges.

Keywords:

Kesehatan Mental; Buku Cerita Bilingual; Bahasa Inggris; Mental Anak

A. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan sebuah isu yang sedang trend saat ini. Trend tersebut bukan hanya terjadi di kalangan orang dewasa namun juga remaja dan anak-anak. Richman dkk dalam Yuliandari (2019) mengungkapkan bahwa masalah emosional dan perilaku pada anak prasekolah mulai ditemukan sejak masa anak usia dini. Saat ini banyak sekali orang pamer gangguan kesehatan mental di media sosial, hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya postingan yang tidak berfaedah seperti kasus perkelahian antar pelajar, kasus ketidaksopanan seorang siswa terhadap guru, banyak mengeluh di media sosial, banyak postingan yang asal viral, hingga kasus bunuh diri. Hal tersebut tentu sangat meresahkan terlebih lagi jika terjadi pada anak yang seharusnya pada masa tersebut mereka sedang menikmati masa kecil yang bahagia.

Hal tersebut nyata adanya dan bukan hanya terjadi di berita-berita online, bahkan terjadi di sekitar kita. Oleh karena itu diperlukan pendampingan dari orang tua secara intens di rumah maupun oleh guru-guru di lingkungan sekolah.

Pada jenjang usia sekolah formal yaitu usia 6 sampai 12 tahun, anak mulai banyak berinteraksi dengan orang di lingkungan sekitarnya. Mereka mulai mengenal teman dengan berbagai macam karakter yang tentunya tidak semua karakter akan sesuai, selalu ada saja gesekan yang terjadi pada saat interaksi tersebut. Hal tersebut tentunya menjadi suatu konflik yang sedikit banyak berpengaruh terhadap mental anak. Contoh konflik yang biasa terjadi adalah bullying, dimulai dari mengejek nama, mengejek fisik, meremehkan, berkata kasar atau menghina, melakukan pemaksaan untuk melakukan sesuatu, hingga pemukulan.

Selain itu, anggota keluarga juga bisa menjadi penyebab dari gangguan mental anak seperti kurangnya perhatian orang tua terhadap anak, sikap pilih kasih orang tua, sikap otoriter orang tua yang harus selalu dituruti oleh anak, dan membandingkan anak dengan anggota keluarga atau teman disekitarnya. Hal ini tentunya bertentangan dengan kebutuhan dasar manusia bahwa pada dasarnya manusia membutuhkan pengakuan dan penerimaan dari orang terdekat (Fitria, 2022).

Pengabaian akan kebutuhan dasar tersebut menyebabkan dampak yang sangat serius terhadap mental anak. Mental anak menjadi tidak stabil, hal ini bisa dilihat dari beberapa perilaku berikut yakni minat belajar anak yang menurun, anak enggan untuk bersekolah dan lebih memilih untuk menjauh dari teman-temannya, anak sering merasa cemas, takut, tidak bernafsu makan dan sering menyalahkan diri sendiri, bahkan tidak sedikit juga yang menjadi lebih tempramen dan agresif. Tentunya hal tersebut harus segera diatasi agar tidak mengganggu proses perkembangan anak selanjutnya.

Yuliandari (2019) menegaskan bahwa orang tua perlu menggunakan teknik *scaffolding* yang tepat yaitu membimbing anak dengan mengajari mereka agar bisa maju ke tahap berikutnya yang memungkinkan mereka memiliki teknik pemecahan masalah untuk digunakan di masa depan. Oleh karena itu, anak perlu dilatih menggunakan “momen yang dapat diajarkan” melalui kisah yang terdapat dalam buku cerita bilingual yang biasa mereka baca atau dengar.

Buku cerita sangat dekat dengan kehidupan anak-anak, semua anak sangat menyukai cerita, terlebih lagi jika cerita tersebut sangat relevan dengan kehidupan sehari-hari. Anak suka sekali membaca buku cerita dan mendengarkannya saat akan pergi tidur. Dan saat ini banyak sekali buku cerita bilingual yang dijadikan sebagai sumber bacaan karena dari buku tersebut anak dapat mempelajari bahasa asing secara bersamaan.

Buku cerita bilingual merupakan

buku cerita yang disajikan dalam dua bahasa, yakni bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Dalam buku tersebut, pada umumnya menyajikan berbagai kisah anak yang dilengkapi dengan gambar yang menarik. Dari kisah dalam buku cerita tersebutlah, anak akan mempelajari banyak hal.

Namun seiring berkembangnya zaman, permasalahan anak pun kian dinamis dan beragam, salah satunya adalah permasalahan kesehatan mental anak. Maka buku cerita saat ini pun dirasa perlu untuk memasukkan isu kesehatan mental ke dalamnya. Hal tersebutlah yang melatarbelakangi penulis untuk membuat judul Analisis Isu Kesehatan Mental Anak pada Buku Cerita Bilingual. Diharapkan dengan analisis tersebut dapat memberikan gambaran sejauh mana isu kesehatan mental dapat diperkenalkan dalam buku cerita anak bilingual

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi kualitatif (qualitative content analysis). Menurut Krippendorff (2004), analisis isi kualitatif merupakan teknik penelitian yang digunakan untuk membuat inferensi yang dapat direplikasi dan valid dari data ke dalam konteksnya. Metode ini berfokus pada penafsiran makna yang terkandung dalam teks secara mendalam dengan mengidentifikasi tema, pola, dan pesan yang muncul. Pendekatan ini sesuai digunakan karena penelitian ini berfokus pada menganalisis konten cerita dalam buku-buku bilingual karya Arleen A. guna mengidentifikasi isu-isu kesehatan mental yang ditampilkan.

Pengumpulan data dilakukan melalui Langkah-langkah berikut;

1. Pemilihan Teks: Peneliti mengidentifikasi dan memilih buku cerita bilingual karya Arleen A.
2. Pembacaan Berulang: Buku-buku yang telah dipilih dibaca secara berulang untuk memahami alur cerita, karakter, dan pesan yang disampaikan.
3. Koding Data: Peneliti melakukan

penandaan pada teks yang mengandung elemen-elemen yang berkaitan dengan isu kesehatan mental, seperti dialog, narasi, ilustrasi, dan simbol.

4. Kategorisasi Tema: Data yang telah dikoding kemudian diklasifikasikan ke dalam aspek-aspek tema kesehatan mental sesuai dengan instrument yang telah divalidasi oleh ahli sebelumnya, misalnya penerimaan diri yang baik, kemampuan mengelola emosi, kemampuan mengambil keputusan, empati dan kepekaan sosial atau kemampuan berintegrasi dengan lingkungan anak yang ditampilkan dalam cerita.

Adapun analisis data dilakukan dengan menggunakan model analisis isi yang dijelaskan oleh Mayring (2000), yang mencakup langkah-langkah berikut:

1. Reduksi Data: Data yang telah dikumpulkan disaring untuk mengidentifikasi aspek-aspek yang sesuai dengan fokus penelitian.
2. Penentuan Kategori: Kategori aspek yang telah dibuat kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi pola yang muncul secara konsisten dalam berbagai teks.
3. Interpretasi Data: Data yang telah dikategorikan kemudian diinterpretasikan untuk memahami bagaimana isu kesehatan mental anak direpresentasikan dalam buku cerita tersebut.
4. Penarikan Kesimpulan: Kesimpulan diambil dengan mengaitkan temuan dengan teori yang relevan serta konteks sosial dan budaya yang melatarbelakangi cerita tersebut.

Berdasarkan Langkah tersebut, penelitian ini dapat menyajikan aspek-aspek kesehatan mental anak yang terdapat dalam buku cerita bilingual karya Arleen A.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah awal dalam penelitian ini adalah proses pengumpulan bahan analisis berupa buku cerita bilingual karya Arleen A., yang dipilih berdasarkan kriteria usia pembaca (6–12 tahun) dan kesesuaian tema dengan aspek perkembangan psikososial

anak. Proses ini dilakukan melalui penelusuran koleksi digital dan fisik, serta klasifikasi terhadap tema cerita, karakter utama, dan pendekatan naratif.

Dari proses ini, berhasil dikumpulkan sebanyak 10 judul buku cerita yang memenuhi kriteria inklusif. Keseluruhan cerita umumnya berformat bilingual (bahasa Inggris dan bahasa Indonesia), dan mengangkat tema-tema seputar kehidupan sehari-hari anak seperti persahabatan, keluarga, identitas diri, keberanian, dan kerja sama. Tema-tema ini dinilai memiliki potensi untuk menjadi sarana pembelajaran nilai-nilai kesehatan mental sejak dini, karena berkaitan langsung dengan dinamika kehidupan sosial dan emosional anak usia sekolah dasar (Santrock, 2011).

Untuk menganalisis konten cerita, disusunlah instrumen analisis berbasis indikator kesehatan mental dari Marie Jahoda (1958). Jahoda mengidentifikasi lima kriteria individu yang sehat secara mental, yaitu:

1. Penerimaan diri yang baik. dengan indikator sebagai berikut: Mengetahui kelebihan diri, bersyukur kepada Tuhan atas kelebihan yang dimiliki, mengetahui kelemahan diri, menerima kelemahan yang dimiliki, memandang diri sendiri secara positif, senang menjadi diri sendiri, berupaya mengoptimalkan potensi yang dimiliki, memiliki kepercayaan diri yang baik.
2. Memiliki kemampuan untuk mengelola emosi, dengan indikator sebagai berikut: Dapat mengendalikan emosi dengan baik, tidak diliputi perasaan cemas berlebihan, merasa bahagia dalam menjalani keseharian di sekolah, memiliki cara tersendiri untuk mengatasi stress, tidak mengalami stres yang berkepanjangan.
3. Kemampuan mengambil keputusan, dengan indikator sebagai berikut: dapat mengambil keputusan sendiri dalam situasi normal, dapat mengambil keputusan sendiri dalam situasi darurat, merasa yakin terhadap keputusan yang telah diambil.
4. Memiliki empati dan kepekaan sosial,

- dengan indikator sebagai berikut: Ikut merasa sedih saat ada orang yang mengalami musibah, dan memahami perasaan teman yang sedang bersedih.
5. Berintegrasi dengan lingkungannya, dengan indikator sebagai berikut: Dapat berbaur dengan lingkungan pertemanan di kelas, dapat berperan aktif saat pembelajaran di kelas, dapat berbaur dengan lingkungan pertemanan di ekstrakurikuler/organisasi sekolah, dan dapat berperan aktif saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler/organisasi sekolah.

Instrumen ini dirancang untuk mengkaji elemen-elemen utama dalam cerita seperti alur, dialog, karakter, dan pesan moral, guna melihat sejauh mana nilai-nilai tersebut direpresentasikan. Validasi dilakukan oleh pakar, yakni psikolog anak yang memberikan masukan terhadap kelayakan konsep, keterbacaan, dan relevansi indikator dengan konteks anak usia 6–12 tahun. Hasil validasi menyatakan bahwa seluruh indikator layak digunakan untuk analisis isi.

Berdasarkan analisis terhadap 10 judul cerita tersebut, ditemukan bahwa sebanyak 70% cerita mencerminkan nilai penerimaan diri yang baik. Karakter utama dalam cerita-cerita ini digambarkan mampu memahami dan menghargai diri sendiri meskipun menghadapi tantangan seperti perbedaan fisik, rasa takut, atau kegagalan. Ini sejalan dengan pandangan Erikson (1963), bahwa fase anak usia sekolah merupakan masa pembentukan identitas dan penghargaan diri (industry vs inferiority).

Namun demikian, representasi nilai penyesuaian terhadap lingkungan sosial masih terbatas. Nilai integrasi atau kemampuan anak untuk membaur dan menghadapi realitas sosial secara seimbang hanya muncul di beberapa bagian cerita. Anak-anak dalam cerita cenderung menyelesaikan konflik secara individual, bukan melalui interaksi sosial yang kompleks.

Untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam, dilakukan pula analisis

taksonomi dan komponensial, yang memetakan hubungan antar elemen naratif dengan dimensi kesehatan mental yang diukur. Analisis ini mengungkapkan beberapa temuan penting:

1. Hanya 20% cerita yang menampilkan pengelolaan emosi secara positif, di mana karakter mampu mengenali perasaan mereka (misalnya marah, takut, sedih) dan mengambil langkah untuk menenangkan diri atau mencari bantuan. Padahal, menurut Denham (2006), kemampuan mengenali dan mengatur emosi merupakan fondasi dari regulasi diri yang sehat.
2. Empati dan penyelesaian konflik sosial hanya muncul secara eksplisit dalam 10% cerita, sering kali dalam bentuk narasi moral atau resolusi singkat, bukan melalui dialog yang mendalam atau alur konflik yang kompleks.
3. Tidak ada satupun cerita yang secara eksplisit membahas isu bullying, baik dalam bentuk tindakan kekerasan verbal, fisik, maupun sosial. Hal ini merupakan kekosongan signifikan mengingat data UNICEF (2021) menunjukkan bahwa sekitar 45% anak usia sekolah di Asia Tenggara pernah mengalami bullying. Ketiadaan narasi ini memperlihatkan bahwa cerita anak belum sepenuhnya menyentuh isu kesehatan mental yang nyata dan krusial di lapangan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa buku cerita bilingual memiliki potensi sebagai sarana literasi kesehatan mental anak, terutama dalam aspek membangun self-esteem dan pemahaman diri. Namun, masih terdapat kelemahan pada sisi representasi isu kontekstual, seperti bullying, pengelolaan emosi sosial, dan resolusi konflik, yang merupakan tantangan nyata di lingkungan anak masa kini.

Menurut Weare (2015), literasi kesehatan mental tidak hanya menekankan pada pengetahuan, tetapi juga kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi dalam interaksi sosial. Oleh karena itu, konten cerita anak idealnya mencakup beragam representasi

kondisi emosional dan sosial yang kompleks agar pembaca dapat belajar melalui identifikasi karakter.

Temuan ini menjadi catatan penting bagi penulis dan penerbit buku anak untuk lebih memperhatikan keseimbangan antara aspek hiburan dan fungsi edukatif dalam narasi, khususnya yang berkaitan dengan empati, perspektif sosial, dan keterampilan sosial-emosional.

D. SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa buku cerita bilingual karya Arleen A. memiliki potensi dalam mendukung literasi kesehatan mental anak usia 6–12 tahun, terutama dalam aspek penerimaan diri (self-acceptance) yang tergambar dalam 70% cerita yang dianalisis. Nilai-nilai ini sangat penting dalam membentuk identitas diri anak dan meningkatkan kepercayaan diri pada masa perkembangan sosial-emosional mereka.

Namun demikian, masih terdapat kekosongan yang signifikan dalam representasi nilai-nilai kesehatan mental yang bersifat sosial, seperti kemampuan mengelola emosi, berempati, dan menyelesaikan konflik sosial. Hanya 20% cerita yang menampilkan pengelolaan emosi secara sehat dan hanya 10% yang menyoroti empati dan resolusi konflik. Lebih lanjut, tidak ada satu pun cerita yang secara eksplisit membahas isu bullying, padahal permasalahan ini merupakan tantangan nyata dalam keseharian anak-anak.

Dari temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengembangan konten cerita anak, terutama dalam format bilingual perlu diarahkan tidak hanya pada penguatan nilai-nilai individual seperti keberanian dan percaya diri, tetapi juga pada pemahaman kontekstual yang lebih luas, seperti dinamika sosial, pengelolaan konflik, dan respon terhadap tekanan lingkungan. Penggunaan indikator kesehatan mental dari Marie Jahoda terbukti efektif dalam mengkaji narasi secara lebih sistematis dan mendalam.

Penelitian ini juga menegaskan

pentingnya peran penulis, pendidik, dan penerbit dalam menciptakan literatur anak yang bermuansa edukatif, psikologis, dan relevan secara sosial, sebagai bagian dari upaya kolektif membangun kesadaran dan ketangguhan mental anak sejak dini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Denham, S. A. 2006. Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17(1), 57–89.
- Erikson, E. H. 1963. *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Faradina I, Sri SDH. 2023. Analisis Buku Cerita Bergambar Bilingual Kumpulan Dongeng Karakter Baik Untuk Anak Sebagai Sumber Belajar Bahasa Inggris. *J Obsesi: J Pend Anak Usia Dini*;7(1):730-744.
- Fitria Y. 2022. *Kesehatan Mental*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi;
- Jahoda, M. 1958. *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York: Basic Books.
- Krippendorff, K. 2004. *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Mayring, P. 2000. *Qualitative Content Analysis*. Forum: Qualitative Social Research, 1(2).
- Pratamasari V. 2023. Analisis Kesepadan Appraisal Buku Cerita Anak Bilingual Berjudul Anger (kemarahan). Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Santrock, J. W. 2011. *Child Development*. 13th Ed. McGraw-Hill Education.
- UNICEF. (2021). *Ending Violence in Schools*.
- Weare, K. (2015). *What Works in Promoting Social and Emotional Well-being and Responding to Mental Health Problems in Schools?*. London: National Children's Bureau.
- Yuliandari E, dkk. 2019. *Kesehatan Mental Anak dan Remaja*. Yogyakarta: Graha Ilmu.