

Efektifitas program kelas ibu terhadap pengetahuan tentang kesehatan mental anak

Kurniasari Pratiwi¹, Isabella Rahmawati², Eny Retna Ambarwati³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo^{1,2,3}
Jl Parangtritis KM 6 Sewon Yogyakarta
Email: kurniasaripratiwi1@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Fenomena yang terjadi antara lain perubahan mood, masalah gangguan perilaku dan psikologis yang berat mengindikasikan adanya masalah mental pada anak. Hendaknya sekolah sebagai pihak kedua harus berkolaborasi dengan orang tua sebagai pihak pertama yang berkewajiban mendidik anak. Salah satu cara yang diharapkan dapat menjadi solusi adalah dengan program kelas ibu. **Tujuan:** mengetahui efektifitas kelas Ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. **Metode:** Penelitian kuantitatif melalui metode quasy eksperimen dengan rancangan penelitian pretest-posttest one group design. Polulasi 60 wali murid (ibu) TK ABA Al Wafa dengan sampel sebanyak 37 responden dengan total sampling. Instrumen menggunakan kuesioner pengetahuan yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** pengetahuan ibu sebelum kegiatan kelas ibu tingkat pengetahuan paling banyak adalah kategori cukup sebanyak 22 responden. Setelah mengikuti kelas ibu, pengetahuan ibu yang mendapat nilai cukup menjadi 21 ibu. Nilai p value $0,106 > 0,05$ sehingga kelas ibu tidak berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. **Kesimpulan:** kelas ibu tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. Adanya edukasi melalui kelas ibu akan lebih efektif jika peneliti mengkondisikan situasi dan lingkungan saat pemberian intervensi sehingga responden bisa fokus dan konsentrasi dalam menerima materi.

KATA KUNCI: Anak; kelas ibu; kesehatan mental; pengetahuan

ABSTRACT

Background: Phenomena such as mood swings, behavioral problems, and severe psychological issues indicate mental health problems in children. Schools, as the second party, should collaborate with parents, who are the first party responsible for educating children. One potential solution is a mother's class program. **Objective:** To determine the effectiveness of mother's classes in improving mothers' knowledge of children's mental health. **Method:** A quantitative study using a quasi-experimental method with a pretest-posttest one-group design. The population consisted of 60 kindergarten parents (mothers) at TK ABA Al Wafa, with a sample size of 37 respondents. The instrument used was a knowledge questionnaire that had been validated for validity and reliability. Data analysis used the Wilcoxon test. **Results:** Before the mother's class, the majority of mothers' knowledge level was categorized as adequate, with 22 respondents. After attending the mother's class, the number of mothers with adequate knowledge decreased to 21. The p-value was $0.106 > 0.05$, indicating that the mother's class did not significantly impact the improvement of mothers' knowledge regarding children's mental health. **Conclusion:** The mother class did not have a significant effect on improving mothers' knowledge regarding children's mental health. Education through mother classes would be more effective if researchers conditioned the situation and environment during the intervention so that respondents could focus and concentrate on receiving the material.

KEY WORDS: Children; knowledge; mother class; mental health

Copyright © 2025 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0

PENDAHULUAN

Masa depan bangsa Indonesia ada di tangan generasi mudanya. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah anak usia dini di Indonesia diperkirakan sebanyak 30,2 juta jiwa pada 2023. Jumlah tersebut setara dengan 10,91% dari total penduduk Indonesia pada tahun 2023. Anak-anak merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental karena dalam masa perkembangannya anak-anak belum mampu mengambil keputusan, belum memiliki pengalaman hidup dalam mengatasi permasalahan dan tantangan dalam kehidupan. Berbagai masalah yang terjadi antara lain perubahan mood, masalah gangguan perilaku dan psikologis yang berat misalnya kecemasan, depresi, perilaku mencederai diri sendiri dan orang lain, gangguan mental, bullying bahkan sampai pada percobaan tindakan bunuh diri, Sehingga, kesehatan mental pada usia anak harus menjadi perhatian khusus dari semua pihak karena menyebabkan berbagai gangguan/ masalah pada perkembangan tahap selanjutnya (Laka & Wetik, 2023).

Terjadi peningkatan masalah kesehatan mental dan emosional pada usia anak dan remaja. Hasil survey Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) menunjukkan bahwa satu dari tiga anak usia 10 – 17 tahun di Indonesia bermasalah dengan kesehatan mental (terdiagnosis DSM-5) dan dalam 12 bulan terakhir memiliki gangguan mental dan ironisnya hanya 2,6% yang mencari bantuan profesional/ konseling untuk masalah tersebut (Gloria, 2022). Pada saat usia antara 0-6 tahun, otak berkembang sangat cepat hingga 80 persen. Pada usia tersebut otak menerima dan menyerap berbagai macam informasi, tidak melihat baik dan buruk. Itulah masa-masa yang dimana perkembangan fisik, mental maupun spiritual anak akan mulai terbentuk sehingga banyak yang menyebut masa tersebut sebagai masa-masa emas anak (periode *Golden Age*) Khadijah, dkk (2020).

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak dan sangat berperan penting dalam pencegahan masalah kesehatan mental anak. Keluarga perlu memahami tanda-tanda awal gangguan mental yang biasanya muncul, seperti perubahan perilaku seorang anggota keluarga. sehingga keluarga dapat melakukan deteksi dini, serta keluarga wajib berperan dalam membantu menjaga kesehatan mental antar anggota keluarga, khususnya menjaga kesehatan mental pada anak. Melalui keluarga, anak akan belajar menanggapi orang lain, mengenal dirinya, sekaligus belajar mengelola emosinya. Pengelolaan emosi menjadi bagian terpenting dalam menjaga kesehatan mental anak.

Alternatif solusi untuk mengatasi permasalahan mental pada anak harus dilakukan secara bersinergi antara orang tua, lembaga pendidikan serta masyarakat dan pemerintah, namun keluarga merupakan tempat utama anak-anak dapat menumbuhkan dan mengembangkan karakter positif. Kendala dalam upaya pendidikan kesehatan mental yang diberikan orang tua terhadap anak salah satunya disebabkan oleh ketidaktahuan atau minimnya pengetahuan orang tua sehingga perlu adanya program kelas ibu sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas kelas Ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak.

METODE

Desain

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif (*Quasy Experiment*) dengan rancangan *pretest posttest one group design* untuk membandingkan hasil intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Pertanyaan Penelitian.

Bagaimanakah efektifitas kelas ibu untuk meningkatkan kesehatan mental anak?

Sampel dan Setting

Polulasi penelitian terdiri dari 60 wali murid (ibu) TK ABA Al Wafa. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah semua wali murid di TK ABA Al Wafa serta bersedia terlibat dalam penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah wali murid di TK ABA Al Wafa yang tidak bersedia ikut terlibat dalam penelitian dan berhalangan hadir di waktu yang telah ditentukan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 37 orang tua siswa.

Variabel

Variabel bebas adalah pelatihan kelas ibu dan variabel tergangungnya adalah pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. Responden penelitian adalah walimurid (ibu) siswa TK ABA Alwafa Kecamatan Sewon Kabupaten Bantul Yogyakarta.

Instrumen Penelitian.

Instrumen penelitian untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak menggunakan kuisisioner yang telah dilakukan uji validitas. Instrumen penelitian dibuat 2 versi. Versi yang diberi kode A untuk pengukuran pretest, selanjutnya kuisisioner tersebut diacak dan diberi kode B untuk pengukuran post-test. Skor pengetahuan ibu baik jika jawaban ya > 40, Pengetahuan ibu cukup jika jawaban ya 31 – 40 dan Pengetahuan ibu kurang jika jawaban ya < 31

Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini, seluruh responden dikumpulkan dalam satu tempat dalam ruangan yang kondusif, selanjutnya diminta untuk mengisi *inform consent*. Selanjutnya semua responden diberikan instrumen penelitian, responden diminta untuk mengisi kuisisioner untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak (pretest). Setelah mengisi kuisisioner selesai responden diberikan intervensi dengan cara pemaparan materi melalui penyuluhan, game, demonstrasi, dan sesi diskusi atau *sharing*.

Intervensi pada kelompok eksperimen dilakukan dengan cara pemaparan materi melalui penyuluhan, game, demonstrasi, dan sesi diskusi atau *sharing*. Sedangkan pada kelompok control diberikan *placebo* berupa pemutaran video yang tidak ada kaitannya dengan pengetahuan tentang pendidikan mental anak. Kemudian responden diminta untuk menerapkan materi yang telah didapatkan dalam keluarga. Responden akan diundang kembali untuk melakukan diskusi tentang kesehatan mental anak dan mengisi posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu dalam pendidikan kesehatan mental anak setelah diberikan intervensi. Selang waktu satu minggu yang ditetapkan peneliti untuk mengukur pretest dan posttest diharapkan untuk menghindari bias dan agar informasi yang diberikan selama intervensi dapat terinternalisasi terlebih dahulu.

Prosedur Penelitian dan Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh program kelas ibu terhadap pengetahuan ibu tentang kesehatan mental anak.

Etik Penelitian

Proses penelitian ini tidak melalui uji *etical clereance*, namun telah *diberikan Informed Consent Form* kepada responden sebelum diberikan intervensi.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Wali Murid (ibu) TK ABA Al Wafa

Karakteristik	Frequency	Percent
Usia		
<30	5	13.5
30-35	17	45.9
>35	15	40.5
Total	37	100.0
Pendidikan		
SMP	11	29.7
SMA	20	54.1
PT	6	16.2
Total	37	100.0
Pekerjaan		
Tidak bekerja	25	67.6
Bekerja	12	32.4
Total	37	100.0

Karakteristik wali murid (ibu) TK ABA Al Wafa pada tabel 1 sebagian besar berusia 30-35 tahun sebanyak 17 responden (45.9), berpendidikan SMA sebanyak 20 responden (54.1%) dan tidak bekerja sebanyak 25 responden (67.6%).

Tabel 2. Pengetahuan ibu sebelum diberikan *parenting class*

Pengetahuan	Frequency	Percent
baik	10	27.0
cukup	22	59.5
kurang	5	13.5
Total	37	100.0

Analisis hasil pada Tabel 2 bahwa pengetahuan ibu sebelum diberikan perlakuan *parenting class* sebagian besar cukup sebanyak 22 responden (59,5%) dan yang mempunyai pengetahuan kurang ada 5 responden (13.5%).

Tabel 3. Pengetahuan ibu setelah diberikan Kelas Ibu

Pengetahuan	Frequency	Percent
baik	14	37.8
cukup	21	56.8
kurang	2	5.4
Total	37	100.0

Hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu setelah dilakukan perlakuan yang terbanyak adalah cukup yaitu sebanyak 21 responden (56,8%), dan yang mempunyai pengetahuan kurang ada 2 responden (5,4%).

Tabel 4. Data perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan perlakuan

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
pengetahuan setelah perlakuan - pengetahuan sebelum perlakuan	Negative Ranks	9 ^a	7.44	67.00
	Positive Ranks	4 ^b	6.00	24.00
	Ties	24 ^c		
	Total	37		

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa terdapat 9 orang dengan hasil pengetahuan setelah diberi *kelas ibu* lebih rendah dari pada sebelum diberikan *kelas ibu*, 24 orang dengan pengetahuan tetap antara sebelum dan setelah diberikan *kelas*, dan ada 4 orang mempunyai pengetahuan lebih baik dari sebelum diberikan *kelas ibu*. Nilai mean pada tabel diatas adalah nilai rata –rata post-test 7,44 dan nilai rata –rata pre-test 6. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata – rata pengetahuan ibu meningkat setelah diberikan kelas ibu.

Tabel 5. Hasil Analisis Wilcoxon tentang perbedaan Pengetahuan Ibu

	pengetahuan setelah perlakuan - pengetahuan sebelum perlakuan
Z	-1.615 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.106

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 5 diatas menjelaskan bahwa nilai Z adalah -1,615 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) 0,106 yaitu lebih besar dari nilai p value yang ditetapkan ($p < 0,05$), dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan pengetahuan ibu yang bermakna antara sebelum diberikan *kelas* dengan setelah dilakukan *kelas ibu*.

DISKUSI

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas kelas Ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait kesehatan mental anak. Dari hasil olah data diketahui bahwa distribusi data tidak normal hal ini ditunjukkan dari nilai signifikannya 0,00 kurang dari 0,05. Dari hasil analisa data maka uji yang digunakan adalah uji wilcoxon untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu antara sebelum dan sesudah diberikan *program kelas ibu*. Hasil uji analisis diatas diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan orangtua sebelum mengikuti *program kelas ibu* dengan setelah diberikan *kelas ibu* yaitu nilai p value $0,106 < 0,05$. Hal ini berbeda dengan pendapat Alfarisi, Lubis dan Arbaningsih (2024) bahwa kelas ibu hamil berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Hal ini juga berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Ilmiyani, Yusuf dan Susilamayanti (2021) bahwa Terdapat pengaruh kelas ibu terhadap pengetahuan ibu.

Banyak faktor yang mempengaruhi pendidikan kesehatan mental anak dan pengetahuan orangtua tentang kesehatan mental anak. Menurut Notoatmodjo (2007) faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor pendidikan, informasi / media masa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia. Dari hasil penelitian diketahui bahwa pendidikan orangtua yang terbanyak adalah SMA yaitu 20 orang. Menurut Menurut Notoatmodjo (2007) semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat memahami dan menerima suatu informasi sehingga

pengetahuan yang dimiliki semakin meningkat. Berdasarkan data karakteristik subjek penelitian, responden yang berpendidikan tinggi hanya 6 orang. Selain faktor pendidikan faktor umur juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Dari hasil analisis umur responden paling banyak berumur antara 30 tahun – 35 tahun yaitu 17 orang. Menurut (Noviana et al., 2019) semakin bertambahnya umur seseorang akan semakin berkembang pula pola pikir dan daya tangkapnya sehingga pengetahuan yang diperoleh lebih banyak dan lebih baik.

Faktor lain yang diduga berpengaruh terhadap keberhasilan kelas ibu adalah Motivasi dan minat peserta terhadap materi akan sangat mempengaruhi tingkat pemahaman dan retensi informasi. Dalam penelitian ini motivasi dan minat peserta cukup tinggi, namun terkendala lingkungan yang kurang kondusif. Seharusnya program kelas ibu dilakukan peserta tanpa membawa anak, namun saat proses menyampaikan materi rata-rata responden membawa anak-anaknya sehingga konsentrasi dalam menerima materi terganggu.

Kekuatan dan Keterbatasan

Kelebihan dalam penelitian ini intervensi kelas ibu dikemas dalam berbagai metode yang menarik yaitu materi powerpoint, game, diskusi dan demonstrasi sehingga responden antusias. Sedangkan kekurangan dalam penelitian ini yaitu situasi saat intervensi kurang kondusif karena responden membawa anak-anak sehingga konsentrasi dalam menerima materi terganggu.

Implikasi hasil penelitian

Adanya edukasi melalui kelas ibu akan lebih efektif jika peneliti mengkondisikan situasi dan lingkungan saat pemberian intervensi sehingga responden bisa fokus dan konsentrasi dalam menerima materi.

KESIMPULAN

Tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan orangtua sebelum mengikuti *program kelas ibu* dengan setelah diberikan *kelas ibu* yaitu nilai p value $0,106 < 0,05$. program kelas ibu akan lebih efektif jika situasi dan lingkungan saat pemberian intervensi dibuat kondusif sehingga responden bisa fokus dan konsentrasi dalam menerima materi.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan antar penulis dalam penelitian ini

Sumber Pendanaan

Penelitian ini mendapatkan sumber pendanaan dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada orang tua selaku responden di TK ABA Alwafa yang telah berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.

REFERENSI

Alfarisi, Lubis dan Arbaningsih (2024). Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Di Desa Sambirejo Kabupaten Langkat. Jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH. Vol 5 No 3 Agustus 2024
Badan Pusat Statistik (BPS), 2023. Jumlah Anak Usia Dini di Indonesia (2020-2023).

- Efendi, Riswan, and Lisy Chairani, 'Hubungan Sistem Pembelajaran Daring Di Era COVID-19 Terhadap Kesehatan Mental Guru SD: Uji Chi-Square Dan Dependency Degree', 2020, 608–15
- Gloria. 2022. Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental | Universitas Gadjah Mada. Universitas Gajah Mada, Oct. 24, 2022. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental> (accessed Mar. 16, 2023).
- Ilimiyani, Yusuf dan Susilamayanti (2021). Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kesehatan Kehamilan Di UPTD Puskesmas Bagu. *Jurnal Medika Utama* Vol 02 No 02 Januari 2021
- Khadijah, dkk. (2020). *Perkembangan Kemampuan Dasar Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Laka & Wetik (2023). Peningkatan Kesehatan Mental Pada Anak. *Jurnal Lassalian Abdimas*. Vol 2 no 2 tahun 2023.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Noviana, Nisa' & Karim (2019). Tingkat Pengetahuan Guru Paud Tentang Kurikulum 2013. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, Volume 6, Nomor 2, Oktober 2019, hal 114 – 124,
- Sulaiman, 2022. Penerapan Pendidikan Islam Bagi Anak di Usia Emas
Zakiah Dradjat. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Volume 6 Issue 5 (2022) Pages 3953-3966