

Penerbit
Bimedia

ISU KONTEMPORER

PERKEMBANGAN ANAK, REMAJA, DAN DEWASA

**Nurulsani S. Abd. Latief, Siti Munadiyah, Heribertus Rinto Wibowo,
Maman Saputra, Cahyo Harry Sancoko, Nicholas Goodwin, dkk.**



Bunga Rampai ini merupakan kumpulan karya ilmiah para akademisi dan praktisi dari berbagai wilayah di Indonesia dengan tema “Isu Kontemporer Perkembangan Anak, Remaja, dan Dewasa: Teori dan Praktik”. Melalui tema ini, diharapkan dapat menjembatani teori dengan praktik yang relevan yang dapat membantu optimalisasi perkembangan setiap individu dan memberikan alternatif solusi atas beragamnya masalah dalam aspek perkembangan manusia.

Buku Bunga Rampai ini menyajikan 26 artikel, yang terdiri dari sepuluh tema yaitu “Well-being pada Anak, Remaja, dan Dewasa” sebanyak lima artikel, “Pengasuhan dalam Berbagai Spektrum Perkembangan” satu artikel, “Intervensi Perkembangan” terdiri dari empat artikel, “Gawai dan Perkembangan Anak” empat artikel, “Growing dan Successful Aging” satu artikel, “Penyesuaian Pasca Pandemi” satu artikel, “Perkembangan Ditinjau dari Berbagai Perspektif” terdiri dari enam artikel, “Family Well-Being” dua artikel, “Perkembangan Karir” satu artikel dan tema “Pengasuhan Berbasis Agama dan Budaya” satu artikel. Artikel-artikel dalam buku ini merupakan produk dari penelitian yang fokus pada kajian bidang Psikologi Perkembangan dengan beragam pendekatan metode penelitian yang subyeknya dimulai dari masa kanak-kanak hingga lanjut usia pada konteks yang juga berbeda-beda.

Diharapkan buku ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan mampu menghasilkan gagasan-gagasan inovatif serta kolaborasi yang lebih erat dalam pengembangan Psikologi Perkembangan di Indonesia. Selamat membaca.



© 2024

ISBN 978-623-8080-12-0



9 786238 080120

ISU KONTEMPORER

PERKEMBANGAN ANAK, REMAJA, DAN DEWASA

Nurulsani S. Abd. Latief, Siti Munadiyah, Heribertus Rinto Wibowo,
Maman Saputra, Cahyo Harry Sancoko, Nicholas Goodwin, dkk.

Penerbit:
Bimedia Pustaka Utama
Tahun 2024

ISU KONTEMPORER

PERKEMBANGAN ANAK, REMAJA DAN DEWASA

Penulis:

Nurulsani S. Abd. Latief, Siti Munadiyah; Heribertus Rinto Wibowo, Maman Saputra, Cahyo Harry Sancoko, Nicholas Goodwin; Tini Sarah Yosephine Naibaho, Farah Farida Tantiani; Siti Khorriyatul Khotimah, Zumrotul Mukaffa, Fadlia Nur Fauziah Kumala, Ainani Kamalia, Novi Nindy Eliza; Lucky Raynaldi Taruna Putra, Hazhira Qudsyi; Karinta Elmira Amalia, Neneng Tati Sumiati, Rena Latifa; Herdina Indrijati, Endah Mastuti, Maulia Gitawati Indiswari; Cahyo Harry Sancoko, Heribertus Rinto Wibowo, Baginda Muda Bangsa, Dwi Wahyuni; Ema Wara Mardhotillah; Ika Andrini Farida, Raissa Dwifandra Putri, Ikhwanul Ihsan Armalid, Malinda Syafrina, Aldinda Najib Nur Fathoni, Selma Winastwanti Fatimah Daud; Gregorius Primus Yubileano, Edilburga Wulan Saptandari; Renanda Pratama Herdianto, Augustina Sulastri; Tina Afiatin, Muhammad Ikbal Wahyu Sukron, Sutarimah Ampuni, Zahra Frida Intani, Achla Himmah, Anggia Atin Aprila, Salma Nur Hanifah, Olyn Sylvania, Naila Rusyda Khalisa; Aisyah Syihab; Fatma Puri Sayekti, Arisa Rahmawati Zakiyah, Ula Ni'matul Taqridha; Nur Cholimah, Rini Agustiniingsih, Oktaviana Maharani, Nurul Arifiyanti; Ardaningrum Azzahra Achsan, Efriyani Djuwita, Inge Uli Wiswanti, Tatik Mukhoyyaroh; Ni Putu Adelia Kesumaningsari, Jessica Irawan, Setiasih; Jasmine Qonitah Wardhana, Danan Satriyo Wibowo; Isna Asyri Syahrina, Mita Fani Tri Mutya, Poppy Ananda Putri, Harry Theozard Fikri; Dewi Retno Suminar; Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, Muliarti Widanarti; Muhammad Shafick Arindi, Fitri Ayu Kusumaningrum; Muhammad Basrin Hidayat, Hazhira Qudsyi; Elvi Yunianti, Teguh Wijaya Mulya, Nanik Nanik

Editor:

Dr. Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, M.Si.
Fitri Ayu Kusumaningrum, MA
Muliarti Widanarti, M.Psi., Psikolog
Aliyya Aqilah, S.Psi.

Penelaah:

Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si.
Dr. Hepi Wahyuningsih, M.Si.
Dr. Riana Mashar, M.Si.
Dr. Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, M.Si.
Banyu Wicaksono, M.Sc., Psych

Desain Sampul:

Banyu Wicaksono, M.Sc., Psych
Editio Muhammad Pratama, S.I.Kom.

Tata Letak:

Beni SB

Diterbitkan oleh:

Penerbit Bimedia Pustaka Utama
Jalan Babakan Loa Permai No. 13
Padalarang Bandung Barat 40553
www: bimediapustaka.com
info@bimediapustaka.com

Bekerja sama dengan:

Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia
Sekretariat: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga,
Kampus B UNAIR, Jln. Airlangga 4-6 Surabaya
Telp/HP/Narahubung: 081232500041
Email : ippi@himpsi.or.id
Instagram/Web: [@himpsi.ippi](https://www.instagram.com/himpsi.ippi)

Cetakan pertama, Maret 2024
xii + 290. 17,5cm x 25cm
ISBN: 978-623-8080-12-0

**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 28 TAHUN 2014
TENTANG HAK CIPTA**

Pasal 2

Undang-Undang ini berlaku terhadap:

- a. semua Ciptaan dan produk Hak Terkait warga negara, penduduk, dan badan hukum Indonesia;
- b. semua Ciptaan dan produk Hak Terkait bukan warga negara Indonesia, bukan penduduk Indonesia, dan bukan badan hukum Indonesia yang untuk pertama kali dilakukan Pengumuman di Indonesia;
- c. semua Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dan pengguna Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait bukan warga negara Indonesia, bukan penduduk Indonesia, dan bukan badan hukum Indonesia dengan ketentuan:
 1. negaranya mempunyai perjanjian bilateral dengan negara Republik Indonesia mengenai perlindungan Hak Cipta dan Hak Terkait; atau
 2. negaranya dan negara Republik Indonesia merupakan pihak atau peserta dalam perjanjian multilateral yang sama mengenai perlindungan Hak Cipta dan Hak Terkait.

**BAB XVII
KETENTUAN PIDANA**

Pasal 112

Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 ayat (3) dan/atau Pasal 52 untuk Penggunaan Secara Komersial, dipidana dengan pidana penjara paling lama 2 (dua) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp300.000.000,00 (tiga ratus juta rupiah).

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

KATA PENGANTAR

KETUA IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN INDONESIA (IPPI-HIMPSI)

Sejak didirikan pada tahun 2000 yang lalu sebagai salah satu asosiasi/ikatan tertua di bawah Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI), Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia (IPPI) berkomitmen untuk selalu memberikan sumbangsih bagi kemajuan pendidikan dan keilmuan Psikologi Perkembangan, serta peningkatan kualitas generasi di berbagai tahapan usia untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sejahtera dan berdaya.

Menyelenggarakan berbagai kegiatan ilmiah yang memfasilitasi dan mendukung kolaborasi antar perguruan tinggi sebagai akademisi dengan para praktisi merupakan salah satu bagian dari upaya IPPI untuk terus berkontribusi dalam pengembangan kajian Psikologi Perkembangan, sekaligus memfasilitasi terciptanya jejaring riset antar peneliti, akademisi, mahasiswa, maupun praktisi dari berbagai wilayah tanah air. Pada 2023 ini, salah satu produk yang dihasilkan dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan para kolega berupa kumpulan artikel yang terangkum dalam Buku Bunga Rampai yang mengangkat tema besar, “Isu Kontemporer Perkembangan Anak, Remaja, dan Dewasa: Teori dan Praktik”, dengan sepuluh tema yaitu *Well-being* pada Anak, Remaja, dan Dewasa, Pengasuhan dalam berbagai Spektrum Perkembangan, Intervensi Perkembangan, Gawai dan Perkembangan Anak, *Growing* dan *Successful Aging*, Penyesuaian Pasca Pandemi, Perkembangan ditinjau dari Berbagai Perspektif, *Family Well-Being*, Perkembangan Karir dan tema Pengasuhan Berbasis Agama dan Budaya. Semoga karya-karya ini bermanfaat dan dapat menjadi acuan dalam praktik, serta dapat menstimulasi kolega-kolega untuk terus melakukan pengkajian beragam aspek dan konteks Perkembangan Manusia, khususnya di Indonesia.

Pada penerbitan buku bunga rampai kali ini, kami berterima kasih kepada semua penulis, teman-teman IPPI Daerah Istimewa Yogyakarta serta pihak dari Penerbit Bimedia atas kerjasamanya. Semoga karya ini dapat bermanfaat untuk semua, Aamiin.

Surabaya, 21 Maret 2024
Ketua Pengurus Pusat
Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia
(IPPI-HIMPSI)

Dr. Wiwin Hendriani, S.Psi., M.Si.

KATA PENGANTAR

EDITOR

Puji syukur kehadirat Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa, atas ridho dan kasih saying-Nya, sehingga buku Bunga Rampai berjudul Isu Kontemporer Perkembangan Anak, Remaja, dan Dewasa dapat diselesaikan dengan baik.

Bunga Rampai ini merupakan kumpulan karya ilmiah yang telah disesuaikan penyajiannya dalam bentuk Kumpulan artikel sehingga lebih mudah dipahami. Buku ini menyajikan 26 artikel, yang terdiri dari sepuluh bab yaitu Bab 1 Well-being pada Anak, Remaja, dan Dewasa memuat lima artikel, Bab 2 Pengasuhan dalam Berbagai Spektrum Perkembangan memuat satu artikel, Bab 3 Intervensi Perkembangan terdiri dari empat artikel, Bab 4 Gawai dan Perkembangan Anak memuat empat artikel, Bab 5 Growing dan Succesful Aging memuat satu artikel, Bab 6 Penyesuaian Pasca Pandemi memuat satu artikel, Bab 7 Perkembangan Ditinjau dari Berbagai Perspektif terdiri dari enam artikel, Bab 8 Family Well-Being memuat dua artikel, Bab 9 Perkembangan Karir memuat satu artikel, dan Bab 10 Pengasuhan Berbasis Agama dan Budaya memuat satu artikel.

Penyusunan Bunga Rampai ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Kami berterima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi baik langsung maupun tidak langsung. Secara khusus kami mengucapkan terima kasih kepada penulis atas kontribusi tulisan yang tentunya akan memperkaya wawasan para pembaca, serta terima kasih juga kepada tim penelaah yang telah memberikan waktu dan pemikirannya untuk penyempurnaan penulisan karya ilmiah, dan seluruh panitia atas dedikasi dan kerja samanya serta pihak-pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi pemantik tumbuhnya karya lainnya pada bidang Psikologi Perkembangan, Aamiin.

Editor,

Dr. Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, M.Si., Psikolog

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	
KETUA PENGURUS PUSAT	
IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN INDONESIA (IPPI-HIMPSI)	v
KATA PENGANTAR	
EDITOR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB 1	<i>WELL-BEING</i> PADA ANAK, REMAJA, DAN DEWASA..... 1
	Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Maluku Utara 1
	Memahami Kekhawatiran dan Pandangan Remaja terhadap Pola Interaksi dan Komunikasi dengan Orang Tua..... 11
	Perbedaan Persepsi Intimasi pada Mahasiswa yang Menjaln Hubungan Romantis Jarak Jauh di Kota Malang (Ditinjau dari Jenis Kelamin)..... 18
	Pemberdayaan Psikologis pada Penyandang Disabilitas: Studi Kasus pada Penyandang Tuna Rungu..... 29
	Alexithymia dan Perilaku Prososial pada Remaja Akhir..... 43
BAB 2	PENGASUHAN DALAM BERBAGAI SPEKTRUM PERKEMBANGAN..... 55
	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kompetensi Sosial Anak Usia Dini..... 55

BAB 3	INTERVENSI PERKEMBANGAN	69
	Pelatihan Pengembangan Kompetensi Mendongeng Guru PGTK Kabupaten Jember	69
	Dukungan Orang Tua dalam Perkembangan Anak terkait Mengenal, Menjaga Kebersihan dan Melindungi Alat Kesehatan Reproduksi	72
	Penerapan Teknik <i>Self Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> pada Remaja Awal	83
	Pengembangan <i>Working Memory Training</i> untuk Meningkatkan Kemampuan Perhatian pada Anak <i>Attention Deficit and Hyperactivity Disorder</i> (ADHD)	97
BAB 4	GAWAI DAN PERKEMBANGAN ANAK	109
	Peran Strategi Koping terhadap Penggunaan Telepon Pintar secara Berlebihan pada Mahasiswa	109
	Validitas Isi Modul “Cerdas Menggunakan Gadget untuk Anak”	138
	Kebahagiaan dan <i>Online Disinhibition</i> pada Generasi Z.....	149
BAB 5	GROWING AND SUCCESSFUL AGING	163
	Akhirnya Aku Hidup Sendiri: Studi Kasus Kebersyukuran Lansia yang Tinggal di Panti Sosial Kabupaten Kediri.....	163
BAB 6	PENYESUAIAN PASCA PANDEMI	179
	Tantangan Orang Tua Anak Usia Dini Pasca Pandemi COVID-19: Perspektif Kesehatan dan Sosial Emosional.....	179
BAB 7	PERKEMBANGAN DITINJAU DARI BERBAGAI PERSPEKTIF	193
	Peran Usia dan Permainan Imajinatif sebagai Prediktor dari Perkembangan Ingatan Kerja pada Anak Usia <i>Early Childhood</i>	193
	Perkembangan Penalaran Moral Anak Berhadapan dengan Hukum Ditinjau dari Jenis Kasus yang Dihadapi	205
	Peran Helicopter Parenting pada Pengambilan Keputusan Karir Remaja: Dukungan ataukah Hambatan?	214
	<i>Narrative Review</i> : Konsep Tuhan pada Anak Tahap Operasional Konkret	227

	Korelasi Religiusitas dengan Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa.....	237
	Gambaran Tugas-Tugas Perkembangan di Indonesia	246
BAB 8	FAMILY WELL-BEING.....	255
	Eksplorasi Aspek Kepuasan Perkawinan pada Suami Istri: Pendekatan Psikologi Indigenous.....	255
	Hubungan antara Religiusitas dengan Pemaafan pada Individu Status Menikah	264
BAB 9	PERKEMBANGAN KARIR.....	273
	Dukungan Sosial dan Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir.....	273
BAB 10	Pengasuhan Berbasis Agama dan Budaya.....	283
	“Antara Harapan dan Kenyataan”: Penerimaan Ibu terhadap Anak dengan Diagnosa Autisme.....	283

BAB 6

Penyesuaian Pasca Pandemi

Tantangan Orang Tua Anak Usia Dini Pasca Pandemi COVID-19: Perspektif Kesehatan dan Sosial Emosional

Nur Cholimah, Rini Agustiningasih, Oktaviana Maharani, Nurul Arifiyanti

A. Masa Pandemi Covid-19

Pandemi COVID-19 memberikan dampak pada kehidupan anak-anak dalam berbagai hal, 99% dari 2,36 Miliar anak di dunia. Pergerakannya dibatasi dan 60% anak mengalami *lock down* (UNICEF, 2020 & Gromada, et al., 2020). Ketika semua negara memberlakukan pembatasan aktivitas terkait dengan penyebaran virus COVID-19, banyak anak-anak yang tidak dapat masuk sekolah. Dalam konteks pendidikan, mereka terisolasi secara sosial dari teman-temannya dan lingkungan sekitar. Untuk memenuhi semua kebutuhan perkembangan, mereka sepenuhnya bergantung pada orang tua atau pengasuh (UNICEF, 2020).

Setelah pandemi berakhir, terjadi pula perubahan yang dialami oleh anak dari berbagai aspek perkembangan, yang paling menonjol adalah kesehatan, perkembangan sosial dan perkembangan emosional. Di seluruh dunia guru, sekolah, siswa, dan orangtua menghadapi banyak tantangan baru ketika pembelajaran kembali terjadi di sekolah (Crawford et al., 2021; Timmons et al., 2021). Hal ini juga didukung oleh penelitian Eadie, et al., 2020 bahwa lima tantangan bagi anak pasca pandemi ialah (1) kesehatan fisik, emosional dan keuangan; (2) perawatan diri dan akses terhadap sumber daya kesejahteraan; (3) hubungan dengan anak dan keluarga; (4) komunitas profesional yang mendukung; dan (5) pentingnya pendidikan anak usia dini.

COVID-19 berdampak signifikan terhadap kesehatan mental anak-anak, dengan lebih dari 40% orang tua melaporkan dampak sedang hingga ekstrem terhadap kesehatan mental anak (Williams, et al., 2021). COVID-19 telah memberikan dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis orang dewasa dan anak-anak, dengan 30% diantaranya berisiko tinggi mengalami gangguan stres. Kualitas hubungan orang tua dan anak memoderasi hubungan antara kesehatan emosional orang tua dan kesehatan emosional anak (Davico, et al., 2020., Bate, et al., 2021., Bartek, et al., 2021).

Oleh karena itu, orang tua khususnya orang tua yang memiliki anak usia dini harus mengerti bagaimana cara agar anak tidak kebingungan akan perubahan dunia yang sedang terjadi dari masa sebelum pandemi, masa pandemi, dan masa setelah pandemi. Beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh orang tua adalah kesehatan anak yang harus terus dijaga, dan dibekali dengan kegiatan untuk menjaga kebersihan diri. Juga dengan aspek perkembangan sosial juga emosional yang harus diperhatikan adalah dengan memenuhi kebutuhan psikososial anak. Hal ini bisa mengurangi dampak psikososial pada anak, seperti stress yang dapat mempengaruhi perilaku, mental dan aktivitas psikososial.

Untuk itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tantangan apa saja yang dihadapi orang tua mengenai perilaku kesehatan dan perkembangan sosial emosional anak usia 4-6 tahun setelah masa pandemic COVID-19. Harapannya orang tua bisa lebih menjaga dan memberikan contoh yang baik untuk berperilaku sehat dengan menjalani PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), serta menstimulasi perkembangan sosial dan emosional yang menurun pasca pandemi sesuai dengan kemampuan masing-masing anak.

1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan penerapan perilaku yang dilakukan secara sadar sebagai hasil dari proses pembelajaran, sehingga seseorang, keluarga, atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri terkait masalah kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Lingkungan atau tatanan memiliki ciri khas masing-masing, sehingga penerapan PHBS harus disesuaikan dengan kebutuhan, meliputi tatanan rumah tangga, tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum dan tatanan fasilitas kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan Rumah Tangga menjadi indikator keberhasilan praktik PHBS. Untuk melihat apakah rumah tangga tersebut telah menerapkan PHBS, Kementerian Kesehatan Indonesia menetapkan 10 indikator yang merupakan perilaku yang harus diterapkan di dalam rumah tangga dan dipilih karena mewakili atau dapat mencerminkan seluruh perilaku. Beberapa indikator PHBS tersebut meliputi persalinan yang aman oleh tenaga kesehatan, memberikan ASI eksklusif pada bayi

sampai umur 6 bulan, menimbang bayi dan balita secara teratur setiap bulan, menggunakan air bersih dalam rumah tangga, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk di rumah, makan sayur dan buah setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari dan tidak merokok di dalam rumah (Kementerian Kesehatan, 2018).

Pada tanggal 30 Januari 2020, World Health Organization (WHO) untuk pertama kalinya mengumumkan bahwa Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) merupakan keadaan darurat kesehatan masyarakat secara internasional. Pemerintah Indonesia pada tanggal 11 Maret 2020 juga mengumumkan bahwa COVID-19 sebagai Global Pandemic, berdasarkan Keputusan Presiden No.11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Corona Virus Desase 2019 (COVID-19). Pandemi COVID-19 telah mempengaruhi seluruh aspek kehidupan manusia secara global termasuk didalamnya adalah unit terkecil dari negara yaitu rumah tangga. Pandemi merupakan suatu tantangan baru bagi tatanan rumah tangga karena setiap anggota keluarga pasti akan mengalami perubahan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Adaptasi terhadap perubahan kondisi saat masa pandemi akan mengakibatkan perubahan perilaku hidup bersih dan sehat dalam rumah tangga, diantaranya:

- a. Pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0 sampai 6 bulan tanpa diberikan tambahan makanan atau minuman yang lain kecuali obat-obatan.
- b. Pemberian ASI eksklusif dapat meningkatkan daya tahan tubuh pada bayi dan balita, sehingga dapat menjadi bekal daya tahan tubuh yang baik pada anak usia dini agar terlindungi dari berbagai virus, terutama COVID -19.
- c. Ibu menimbang bayi atau balita setiap bulan di posyandu atau puskesmas yang dilakukan minimal 8 kali dalam rentang waktu satu tahun.
- d. Ibu dapat memantau status gizi anak usia dini melalui penimbangan yang rutin di posyandu atau puskesmas.
- e. Penggunaan air bersih dalam rumah tangga.
- f. Rumah tangga sebaiknya mempunyai akses dan menggunakan air bersih (tidak berbau, tidak berasa, tidak berwarna) untuk berbagai keperluan rumah tangga.
- g. Mencuci tangan menggunakan sabun dan air yang mengalir agar anak usia dini terjaga dari paparan berbagai virus dan bakteri yang ada dalam lingkungan sekitar.
- h. Konsumsi sayur dan buah setiap hari sehingga dapat meningkatkan daya tahan tubuh.
- i. Buah dan sayur mengandung zat gizi seperti vitamin dan mineral,

memiliki kadar air tinggi, sumber serat, antioksidan dan mengatur kadar asam basa tubuh.

- j. Melakukan aktivitas fisik berupa olah raga atau aktivitas bekerja yang melibatkan gerakan dan mengeluarkan tenaga.
- k. Pada anak usia dini, aktivitas fisik dapat dilakukan melalui kegiatan bermain aktif.
- l. Imunisasi dasar lengkap merupakan salah satu upaya untuk membentuk kekebalan tubuh anak.
- m. Imunisasi diberikan sesuai jadwal yang telah ditetapkan oleh Kemenkes dan Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- n. Beristirahat di dalam rumah ketika anak sakit.
- o. Ketika sakit, tubuh anak melakukan perlawanan terhadap virus dan bakteri yang masuk, sehingga anak perlu memulihkan energi yang dihabiskan oleh sistem kekebalan tubuh melalui istirahat serta meminimalisir penularan virus.
- p. Memakai masker ketika sakit dan menerapkan etika ketika batuk atau bersin dengan menutup mulut dan hidung menggunakan lengan baju bagian dalam untuk menghindari penularan virus.

2. Perkembangan Sosial

Kemampuan sosial untuk anak usia dini melibatkan kemampuan anak-anak untuk berinteraksi dengan orang lain, menunjukkan toleransi terhadap teman sebayanya, dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar (Likhari, Baghel, Patil, & Patil, 2022). Kemampuan sosial ini sangat penting untuk perkembangan anak-anak dan dapat memiliki dampak jangka panjang pada keberhasilan mereka di kemudian hari (Siffred, et al., 2023). Kemampuan sosial dipengaruhi oleh lingkungan seperti rumah. Lingkungan rumah memainkan peran penting dalam pengembangan kemampuan sosial pada anak. Secara keseluruhan, mempromosikan kemampuan sosial pada anak usia dini melalui program pembelajaran dan menyediakan lingkungan yang mendukung dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial yang penting dan meningkatkan interaksi mereka dengan orang lain (Kurniawati & Suparno, 2019).

Kemampuan sosial anak usia dini memiliki pengaruh signifikan pada aspek perkembangan lainnya. Mengembangkan keterampilan sosial sejak usia dini membantu anak-anak membangun proses berpikir rasional, membuat keputusan yang baik, dan memahami diri mereka sendiri dan orang lain (Sitorus & Nurhafizah, 2023). Penelitian telah menunjukkan bahwa kemampuan sosial di masa kanak-kanak secara positif terkait dengan penyesuaian diri selama masa remaja (Tsomokos & Flouri, 2023). Motivasi penguasaan memiliki pengaruh pada kompetensi sosial-emosional, dan mendorong motivasi penguasaan dapat meningkatkan kompetensi sosial-emosional pada anak-anak (Rahmawati, Tairas, & Fardana, 2021). Pengalaman kolaboratif dan

interaksi sosial yang terjadi di lingkungan non-keluarga di awal kehidupan membentuk kemampuan anak-anak untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungan (Stolk, Hunnius, Bekkering, H., & Toni, 2013). Lebih lanjut, kemampuan sosial merupakan prediksi penerimaan teman sebaya, prestasi sekolah, dan kesejahteraan psikologis, sementara pembangkangan, agresi, dan kecemasan sosial dapat menyebabkan masalah penyesuaian di kemudian hari (Chen, 2009).

3. Perkembangan Emosional

Emosi (yang kadang-kadang ditunjuk sebagai keadaan afektif) adalah perasaan, baik fisiologis dan psikologis, yang orang-orang miliki untuk menanggapi kejadian secara pribadi untuk tujuan dan kebutuhan seorang individu (Campos, Frankel & Camras, dalam McDevitt & Ormrod, 2014). Sedangkan menurut Campos & Saarni dalam Santrock (2007), emosi ialah perasaan yang muncul ketika seorang individu sedang pada situasi interaksi atau keadaan yang dirasa berguna oleh individu tersebut, apalagi kesejahteraan (*well-being*) dirinya sendiri. Emosi juga bisa berupa hal yang spesifik seperti rasa bahagia, amarah, takut, sedih dan perasaan lainnya tergantung dari interaksi yang dialami oleh seorang individu. Namun emosi juga bisa menjadi sesuatu yang tidak begitu tampak, seperti ketidaknyamanan terhadap keadaan yang baru, atau misalnya perasaan seorang ibu ketika menggendong anaknya.

Faktor biologis dan pengalaman masa lalu juga berpengaruh terhadap emosi seorang individu. Darwin (1872-1965) pada karyanya yang berjudul "The Expression of Emotion in Man and Animals" menyatakan bahwa ekspresi wajah seorang manusia menggambarkan sesuatu yang bersifat bawaan dan bukan hasil dari pembelajaran. Goldsmith (2002) & Goldsmith & Davidson (2004) menyatakan bahwa ekspresi atau mimik muka bersifat universal di semua budaya di penjuru dunia. Para psikolog beranggapan bahwa emosi, khususnya ekspresi atau mimik wajah memiliki dasar emosi yang kuat. Misalnya, anak yang tuna netra sejak dilahirkan, dapat tersenyum atau muram seperti anak yang lainnya walaupun belum pernah melihat senyuman dan ekspresi sedih.

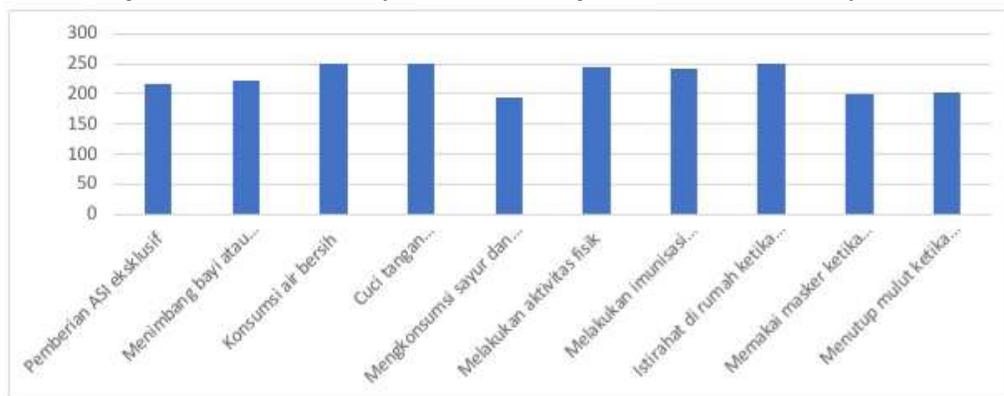
Emosi terbagi menjadi dua, yaitu emosi positif dan emosi negatif (Hurlock, 1978; Rothe, et al., 2022).

Beberapa bentuk-bentuk emosi umum terbentuk pada saat awal masa kanak-kanak. Ketika pasca pandemi COVID-19, bentuk emosi umum yang muncul ialah sedih yaitu suatu kesengseraan emosional yang disebabkan oleh hilangnya sesuatu yang dicintai, marah yaitu sebagai reaksi terhadap frustrasi, sakit hati, dan merasa terancam, gugup ketika merasa takut akan penilaian orang lain pada dirinya, bosan ialah saat anak tidak tertarik dengan kegiatan, dan menarik diri dari lingkungan terjadi ketika anak merasa tidak berhasil di lingkungannya. Sedangkan untuk emosi positif

yaitu berinteraksi secara positif di lingkungannya, anak merasa bahagia, anak mampu mengekspresikan keinginan, anak mampu bersabar, dan anak menunjukkan rasa empati Cassidy, et al., 2017; McTaggart, McGill, Stephens, 2020).

B. Tantangan Orang Tua Anak Usia Dini Pasca Pandemi COVID-19

1. Perspektif Kesehatan (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)

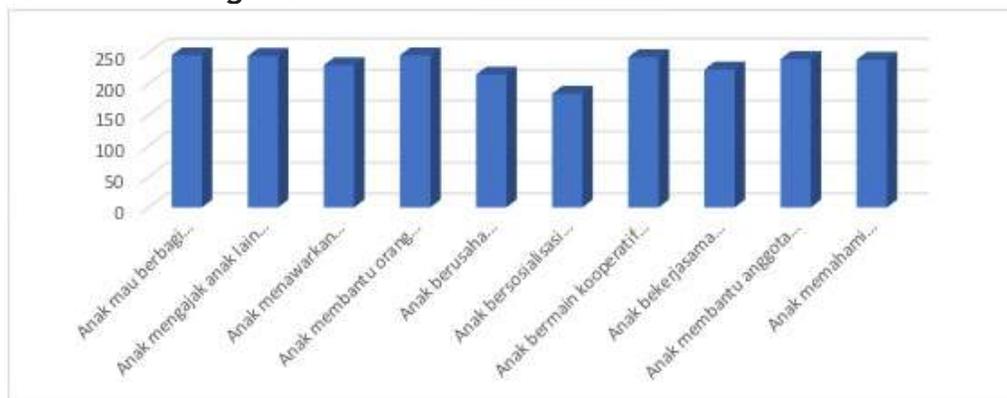


Gambar 1. Hasil Survey Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia 4-6 tahun Pasca Pandemi COVID-19

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 87,2% responden selama pasca pandemi menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Penggunaan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari, mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun, dan beristirahat di dalam rumah ketika sakit, merupakan indikator PHBS tertinggi yang dilaporkan oleh orang tua (n=250). Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pada penelitian sebelumnya tentang pengaruh covid 19 terhadap pengelolaan air menunjukkan bahwa pengelolaan kebersihan air harus terjaga agar penularan virus terutama covid 19 dapat dikendalikan. Konsumsi air bersih pada keluarga dapat dipengaruhi oleh kesadaran keluarga tersebut terhadap resiko penularan virus covid 19 (Giron, 2021). Semua responden juga melaporkan bahwa anak mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta beristirahat di dalam rumah ketika sakit. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh pembiasaan responden selama masa pandemi, dimana Pemerintah melakukan berbagai upaya edukasi agar masyarakat mengetahui dan melakukan kebiasaan cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta melakukan isolasi mandiri untuk mencegah penyebaran virus covid 19. Melalui upaya edukasi dan pembiasaan dapat mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat (Escobar, 2020).

Selama pandemi covid 19 orang tua dibiasakan untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat agar seluruh anggota keluarga dapat terhindar dari paparan virus. Pemerintah menerapkan protokol kesehatan sebagai upaya pencegahan penyebaran virus covid 19. Edukasi yang dilakukan pemerintah dan berbagai anggota masyarakat dapat menyebabkan kebiasaan baru paska pandemi. Kondisi paska pandemi merupakan tantangan tersendiri bagi orang tua. Berdasarkan penelitian sebelumnya, virus covid 19 akan terus berkembang atau bermodifikasi. Daya tahan tubuh bagi anak atau anggota keluarga yang sudah pernah terinfeksi virus, akan berbeda dengan anak atau anggota keluarga yang belum terinfeksi (Sykes, 2021; Niemi, 2022). Oleh karena itu kondisi ini adalah tantangan bagi orang tua dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat agar tercipta keluarga yang sehat.

2. Perkembangan Sosial

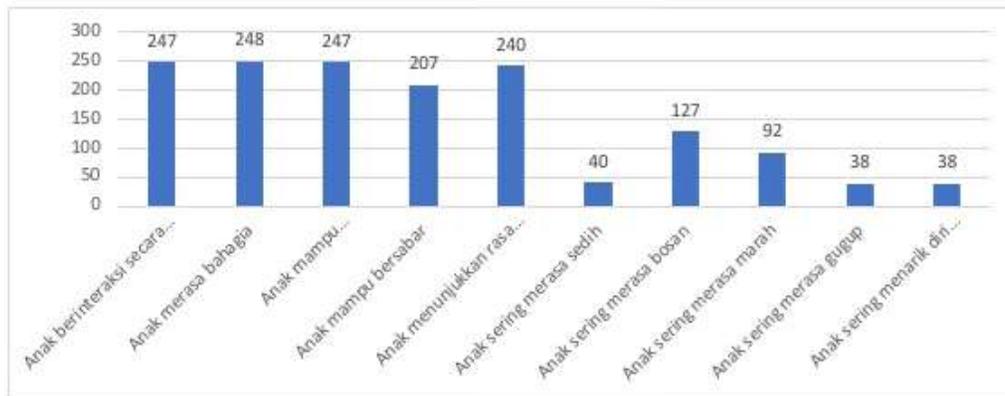


Gambar 2. Hasil Survey Perkembangan Sosial Anak Usia 4-6 tahun Pasca Pandemi COVID-19

Gambar 2 menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua melaporkan jika anak menunjukkan kemampuan sosial yang baik. Hal ini dibuktikan dengan data yang diperoleh menunjukkan kesepuluh indikator perilaku sosial terpenuhi. Anak mau berbagi mainan dengan oranglain menjadi indikator tertinggi yang dilaporkan oleh orangtua (n=250). Situasi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor sebagaimana diungkapkan oleh penelitian terdahulu. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa anak terbiasa memperhatikan dan menjadikan orang dewasa ketika mereka merespons kebutuhan orang lain sehingga dapat meningkatkan gairah dan motivasi anak-anak untuk membantu (Stack & Romero-Rivas, 2020). Lebih lanjut, kesediaan anak-anak untuk berbagi mainan mungkin didorong oleh pemahaman mereka tentang empati mereka terhadap kebutuhan orang lain. Namun, penting untuk diingat bahwa faktor-faktor yang berkontribusi pada perilaku berbagi anak-anak setelah pasca-pandemi dapat berbeda-beda dan memerlukan penelitian lebih lanjut untuk menentukannya.

Meskipun demikian, terdapat satu indikator kemampuan sosial yang membutuhkan perhatian seperti anak-anak bersosialisasi dengan anak yang tidak dikenal. Satu indikator ini dilaporkan oleh tidak lebih dari 200 orang tua yang sehingga berbeda dengan kesembilan indikator lain. Anak-anak mungkin tidak ingin bersosialisasi dengan orang lain setelah pandemi Covid-19 karena beberapa alasan sebagaimana telah dilaporkan oleh berbagai penelitian terdahulu berikut ini. Pertama, interaksi sosial yang terbatas selama pandemi telah mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional mereka, yang mengarah pada perjuangan dalam aspek sosio-emosional (Wijaya, Bunga, Kiling, 2022). Kedua, karena sekolah dan tempat rekreasi ditutup, anak-anak telah ditahan di dalam ruangan hampir sepanjang hari. Ini telah membatasi kesempatan mereka untuk bersosialisasi dan bersenang-senang (Mukherjee, 2021). Selain itu, interaksi teman sebaya yang berubah dan pembatasan aktivitas fisik dan permainan kreatif semakin menghambat perkembangan sosial mereka (Cameron & Tenenbaum, 2021; Delgado, 2022). Lebih lanjut, keinginan anak-anak untuk bersosialisasi dapat dipengaruhi oleh gangguan rutinitas, perubahan dalam hubungan dan peran, dan perubahan dalam kegiatan biasa (Iqbal & Tayyab, 2021). Setelah pandemi COVID-19, faktor-faktor ini secara kolektif berkontribusi pada keengganan anak untuk berinteraksi dengan orang lain.

4. Perkembangan Emosional



Gambar 3. Hasil Survey Perkembangan Emosional Anak Usia 4-6 tahun Pasca Pandemi COVID-19

Hasil survey tentang perkembangan emosional Pasca Pandemi COVID-19 terhadap 250 orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun menunjukkan perkembangan yang sangat bagus. Berdasarkan angket yang telah diisi orang tua, anak yang menunjukkan interaksi secara positif berjumlah 247, anak merasa bahagia berjumlah 248, anak mampu mengekspresikan keinginan berjumlah 247, anak mampu bersabar berjumlah 207, dan anak mampu menunjukkan rasa empati berjumlah 240. Hal ini menunjukkan bahwa

anak tidak mengalami gangguan perkembangan yang signifikan dalam hal emosi positif pasca pandemi. Sedangkan untuk emosi negatif seperti anak merasa sedih berjumlah 40, anak merasa bosan berjumlah 127, anak merasa marah berjumlah 82, anak merasa gugup berjumlah 38, dan anak sering menarik diri berjumlah 38.

Pada emosi negatif berupa rasa bosan memiliki jumlah yang cukup tinggi yaitu 127 atau 51,4%. Hal ini menunjukkan bahwa rasa bosan yang dialami anak ketika pandemi COVID-19 terbawa sampai pasca pandemi. Rasa bosan yang terjadi cukup lama ini dikarenakan keinginan anak untuk melaksanakan berbagai aktivitas yang menyenangkan menjadi tidak terpenuhi (Eastwood, et al., 2012). Untuk itu, sebagaimana Brooks (2011) & Linnenbrink & Pintrich (2004) menjelaskan orang tua harus memberikan perhatian positif, menghargai perilaku yang baik, memberikan aktivitas yang menarik dan sesuai kebutuhan atau disebut juga dengan pengasuhan yang positif, maka harapannya emosi negatif yang muncul pada anak akan berkurang.

Karakteristik perkembangan emosi anak usia dini diantaranya reaksi emosi anak sangat menonjol, emosi sering kali teramati, emosi bersifat temporer, reaksi menggambarkan individualitas, kekuatan emosinya berubah, dan emosi yang muncul dapat diketahui melalui gejala-gejala perilaku. Oleh karena itu, orang tua, khususnya orang tua yang mempunyai anak usia 4-6 tahun yang mana sedang di fase belajar tentang emosi harus menjadi teladan yang baik saat mengelola emosi yang muncul.

Hal ini sesuai dengan penelitian dari Mariyam, Hidayat & Suerni (2021) mengungkapkan bahwa ventilasi emosi pada masa pandemi COVID-19 meningkatkan perkembangan psikososial anak, masalah emosi, masalah perilaku, dan perilaku hiperaktif sebagian besar sudah normal, namun hubungan teman sebaya sebagian besar masih belum normal. Namun, pandemi COVID-19 berdampak negatif terhadap kesejahteraan mental dan perkembangan literasi emosional anak-anak di tahun-tahun awal (Penfold, 2022).

Selama masa prasekolah ini, anak akan belajar tentang pengaturan diri, kemampuan untuk mengendalikan emosi yang muncul dan perilaku untuk mewujudkan hubungan sosial yang positif dengan orang lain. Orang tua dapat menstimulasi perkembangan emosi anak-anak dengan beberapa cara, yaitu menciptakan atmosfer kehangatan, penerimaan dan kepercayaan, memvalidasi dan mendiskusikan emosi yang dialami anak, menciptakan kegiatan bermain untuk menebak berbagai macam emosi, dan yang terpenting ialah orang tua menjadi contoh bagaimana mengelola emosi dengan baik (McDevitt & Ormrod, 2014; McDevitt & Ormrod, 2014).

C. Pasca Pandemi Butuh Adaptasi Secara Terus Menerus

Orang tua merupakan salah satu orang yang harus mampu beradaptasi terhadap perubahan pola hidup dari dampak pandemi COVID-19 yang berkepanjangan dan masa setelah pandemi. Perubahan dari masa pandemi COVID-19 ke masa pasca pandemi butuh adaptasi secara terus menerus, terutama terhadap perkembangan anak yang dibutuhkan untuk bertahan hidup di dunia yang terus berubah. Aspek kesehatan dan aspek sosial emosional ialah aspek yang sangat memberikan dampak terhadap perkembangan anak-anak, khususnya anak usia dini.

Pada aspek kesehatan mengenai PHBS, perilaku mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun merupakan perilaku yang sering dilakukan anak-anak sampai sekarang. Perilaku sosial mau berbagi dengan orang lain adalah perilaku yang paling menonjol pada anak-anak. Anak merasa bahagia karena bisa di rumah bermain dengan orang tua, dan saudara merupakan salah satu perilaku dari aspek emosi positif yang sering muncul. Sedangkan pada aspek emosi positif, perilaku yang sering muncul ialah anak kerap kali merasa bosan di rumah terus, karena tidak bisa bermain di luar, tidak bisa bermain di sekolah bersama teman-teman.

Ketika anak sudah diizinkan masuk kembali ke sekolah, orang tua terus beradaptasi dan berubah. Orang tua harus terus kebersamai anak dengan protokol kesehatan yang baru sambil mempertimbangkan praktik yang sesuai dengan perkembangan sosial dan emosional anak. Keterlibatan negara, pemerintah dan pihak terkait, sebagian besar hanya berfokus pada bidang ekonomi, cenderung mengabaikan pentingnya perkembangan anak, terutama perkembangan sosial dan emosional saat pandemi telah berakhir. Hal ini menjadi tantangan tersendiri untuk orang tua dalam kebersamai anak-anak untuk terus hidup dan berkembang.

D. Referensi

1. Bate, J., Pham, P., & Borelli, J. (2021). Be My Safe Haven: Parent-Child Relationships and Emotional Health During COVID-19. *Journal of Pediatric Psychology*, 46, 624 - 634. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsab046>.
2. Bartek, N., Peck, J., Garzon, D., & VanCleve, S. (2021). Addressing the Clinical Impact of COVID-19 on Pediatric Mental Health. *Journal of Pediatric Health Care*, 35, 377 - 386. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2021.03.006>.
3. Brooks, J. (2001). *The process of parenting*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
4. Cassidy, D. J., King, E. K., Wang, Y. C., Lower, J. K., & Kintner-Duffy, V. L. (2017). Teacher work environments are toddler learning environments:

- Teacher professional well-being, classroom emotional support, and toddlers' emotional expressions and behaviours. *Early Child Development and Care*, 187(11), 1666–1678. DOI: 10.1080/03004430.2016.1180516
5. Centers for Disease Control and Prevention. Operational Guidance for K-12 Schools and Early Care and Education Programs to Support Safe In-Person Learning. 2023. www.cdc.gov.
 6. Chen, X. (2009). Culture and early socio-emotional development. *Encyclopedia on early childhood development*, 1-6.
 7. Crawford, J. (2021). During and beyond a pandemic: Publishing learning and teaching research through COVID-19. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 18(3). <https://doi.org/10.53761/1.18.3.2>
 8. Darwin, C. (1872/1965). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Chicago, IL: University of Chicago.
 9. Davico, C., Ghiggia, A., Marcotulli, D., Ricci, F., Amianto, F., & Vitiello, B. (2020). Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Adults and Their Children in Italy. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.572997>.
 10. Eadie, P., Murray, L., Levickis, P., Page, J., Church, A., & Elek, C. (2022). Challenges and supports for educator well-being: perspectives of Australian early childhood educators during the COVID-19 pandemic. *Teachers and Teaching*, 28, 568 - 583. <https://doi.org/10.1080/13540602.2022.2062746>.
 11. Eastwood, J.D, Frischen, A, Fenske, M, J, Smilek D. The unengaged mind: Defining boredom in terms of attention. *Perspectives on Psychological Science*. 2012; 7: 482–495. doi: 10.1177/1745691612456044.
 12. Goldsmith, D. J. (2004). *Communicating Social Support*. Cambridge, New York: Cambridge University Press.
 13. Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
 14. Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
 15. Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Panduan Pelayanan Kesehatan Balita Pada Masa Tanggap Darurat COVID-19 Bagi Tenaga Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
 16. Kementerian Kesehatan RI. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
 17. Kurniawati, A., & Suparno, S. (2019). Learning Program to Develop Social Abilities of Children Aged 5-6 Years. In *International Conference on Special and Inclusive Education (ICSIE 2018)* (pp. 325-329). Atlantis Press.
 18. Likhar, A., Baghel, P., Patil, M., & Patil, M. S. (2022). *Early Childhood Development and Social Determinants*. *Cureus*, 14(9).
 19. Linnenbrink, E. A., & Pintrich, P. R. (2002). Motivation as an Enabler for Academic Success. *School Psychology Review*, 31(3), 313-327.