

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian yang berjudul “Gambaran Kesehatan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah di TK Pertiwi Kotesan dan TK Ar-Rum Taji”, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik anak prasekolah dalam penelitian ini menunjukkan rata-rata usia 6 tahun 4 bulan dengan rentang 4 tahun 1 bulan hingga 7 tahun 8 bulan. Variasi usia antar anak relatif kecil, dan distribusi jenis kelamin cukup seimbang, yaitu 30 anak laki-laki (50,8%) dan 29 anak perempuan (49,2%).
2. Karakteristik orang tua berada pada rentang usia 24–53 tahun dengan rata-rata 34,44 tahun, mayoritas termasuk usia produktif. Sebagian besar berpendidikan terakhir SMA (88,1%) dan bekerja (76,3%), sedangkan sebagian kecil (23,7%) tidak bekerja.
3. Kesehatan mental emosional anak memperlihatkan bahwa setengah dari anak berada pada kategori normal (50,8%), sementara sisanya termasuk kategori meragukan (35,6%) dan kemungkinan bermasalah (13,6%).
  - a. Kesehatan mental emosional anak berdasarkan usia, rata-rata anak berusia 76,34 bulan (6 tahun 4 bulan). Pada usia 62 bulan, mayoritas anak justru bermasalah (66,7%), sedangkan pada usia 73–74 bulan lebih banyak yang normal maupun kemungkinan, dan pada usia 77–90 bulan sebagian besar (75–100%) berada pada kategori normal.
  - b. Kesehatan mental emosioan anak berdasarkan jenis kelamin, dari 30 anak laki-laki, 56,7% berada pada kategori normal, 30,0% pada kategori kemungkinan, dan 13,3% bermasalah. Sementara dari 29 anak perempuan, 44,8% berada pada kategori normal, 41,4% pada kategori kemungkinan, dan 13,8% bermasalah.

## **B. Saran**

### **1. Siswa (Anak Usia Prasekolah)**

Anak usia prasekolah perlu dibimbing untuk mengenali dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang tepat agar mereka mampu membentuk dasar regulasi emosi dan menghindari munculnya masalah kesehatan mental di masa depan.

### **2. Orang Tua**

Orang tua diharapkan lebih peka terhadap perubahan perilaku anak, seperti menjadi lebih pendiam, mudah marah, atau menarik diri, sebagai sinyal awal adanya gangguan kesehatan mental. Orang tua juga perlu memberikan perhatian, kasih sayang, serta stimulasi yang positif agar perkembangan emosional anak berjalan optimal.

### **3. Guru**

Guru di taman kanak-kanak perlu lebih memahami kondisi mental dan emosional setiap anak didiknya. Guru diharapkan dapat melakukan pendekatan secara personal, memberi dukungan emosional, serta bekerjasama dengan orang tua bila ditemukan anak yang menunjukkan tanda-tanda gangguan perilaku emosional.

### **4. Sekolah**

Sekolah diharapkan merancang kegiatan atau program pengembangan karakter dan penguatan mental emosional anak, seperti kegiatan bermain kelompok, bercerita, atau konseling anak, guna menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan psikologis anak.

### **5. Perawat**

Perawat, khususnya perawat komunitas atau perawat puskesmas, diharapkan dapat melakukan penyuluhan atau edukasi tentang kesehatan mental anak usia dini kepada orang tua dan guru. Selain itu, perawat juga dapat menjadi penghubung antara sekolah dan layanan kesehatan jiwa bila ditemukan kasus anak yang membutuhkan tindak lanjut profesional.

#### 6. Puskesmas

Puskesmas diharapkan menyusun program layanan deteksi dini dan pemantauan tumbuh kembang, termasuk kesehatan mental anak usia dini, serta memperkuat kerja sama lintas sektor dengan sekolah dan kader posyandu untuk menjangkau anak-anak di lingkungan masyarakat.

#### 7. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti pola asuh orang tua, lingkungan sosial anak, serta faktor budaya yang memengaruhi kesehatan mental emosional anak, agar hasil penelitian menjadi lebih komprehensif dan mendalam.