

Kesadaran Kesehatan Mental Berbasis Nilai-Nilai Islam pada Anak TKI untuk Mengatasi Dampak *Parental Absence*

Nurasyikin¹, Nurus Sa'adah²

^{1,2}Program Studi Magister Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri
Sunan Kalijaga Yogyakarta
na0499911@gmail.com¹

ABSTRACT

In individual development, mental health must be considered, especially for children who experience parental absence. There are some children who experience parental absence, for example, children of Indonesian Migrant Workers who are separated from their parents. The phenomenon of parental absence here can have a negative impact on children's mental health, for example, children will experience emotional problems, anxiety, stress, or feelings of loneliness. This study aims to analyze mental health awareness based on Islamic values in Indonesian Migrant Workers children to overcome the impact of parental absence. The research method used in this writing adopts a qualitative research method. The findings of the study are that in overcoming the impact of parental absence on Indonesian Migrant Workers children can be applied through Islamic values. The application of these Islamic values aims to maintain the mental health of Indonesian Migrant Workers children due to parental absence. There are several Islamic values that can be implemented for Indonesian Migrant Workers children in overcoming the impact of parental absence, including tawakkal, moral and ethical education, prayer and worship, gratitude, and patience. Mental health education provided to children of migrant workers through an Islamic-based approach not only strengthens children's mental resilience, but can also provide spiritual support, so that the hope is that children's growth and development can run well even though they are faced with various life challenges.

Keywords: *children of migrant workers, mental health, Islamic values, parental absence*

ABSTRAK

Pada perkembangan individu tentu harus diperhatikan terkait dengan kesehatan mental, khususnya bagi anak-anak yang mengalami ketidakhadiran orang tua (*parental absence*). Terdapat beberapa anak yang mengalami *parental absence* misalnya anak TKI (Tenaga Kerja Indonesia) yang terpisah dari orang tua. Fenomena *parental absence* di sini dapat memberikan dampak terhadap kesehatan mental anak secara negatif, misalnya anak akan mengalami permasalahan emosional, kecemasan, stres, ataupun perasaan kesepian. Adapun penelitian ini bertujuan dalam menganalisis kesadaran kesehatan mental berbasis nilai-nilai Islam pada anak TKI untuk mengatasi dampak *parental absence*. Metode penelitian yang digunakan dalam penulisan ini mengadopsi metode penelitian kualitatif. Hasil temuan penelitian ialah dalam mengatasi dampak *parental absence* pada anak TKI dapat diterapkan melalui nilai-nilai Islam. Penerapan dari nilai-nilai Islam tersebut bertujuan dalam menjaga kesehatan mental anak TKI akibat *parental absence*. Terdapat beberapa nilai Islam yang dapat diimplementasikan terhadap anak TKI dalam mengatasi dampak *parental absence* di antaranya adalah tawakkal, pendidikan moral dan akhlak, doa dan ibadah, rasa syukur, rasa sabar. Edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada anak TKI yang diberikan melalui pendekatan berbasis Islam tidak hanya memperkuat daya tahan mental anak, namun juga

dapat memberikan dukungan spiritual, sehingga harapannya tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan baik walaupun dihadapkan dengan berbagai macam tantangan hidup.

Kata kunci: anak TKI, kesehatan mental, nilai Islam, *parental absence*

PENDAHULUAN

Pada perkembangan individu tentu harus diperhatikan terkait dengan kesehatan mental, khususnya bagi anak-anak yang mengalami ketidakhadiran orang tua (*parental absence*) (Fono, dkk., 2019). Terdapat beberapa anak yang mengalami *parental absence* misalnya anak TKI (Tenaga Kerja Indonesia) yang terpisah dari orang tua (Mulyani, dkk., 2024). Menurut studi literatur memaparkan bahwa fenomena *parental absence* di sini dapat memberikan dampak terhadap kesehatan mental anak secara negatif, misalnya anak akan mengalami permasalahan emosional, kecemasan, stres, ataupun perasaan kesepian (Sumiyati, dkk., 2021). Selanjutnya pada orang tua yang memiliki profesi sebagai TKI umumnya meninggalkan keluarga termasuk anak dalam jangka waktu yang panjang (Anshor, 2017), sehingga hal tersebut memiliki peluang dalam memicu risiko gangguan kesehatan mental (Utami, 2019).

Dalam konteks Indonesia, yang mayoritas penduduknya menganut agama Islam, nilai-nilai Islam memiliki potensi besar untuk menjadi landasan dalam membentuk kesadaran kesehatan mental (Fatimah, 2023). Konsep-konsep dalam Islam seperti sabar, tawakal, syukur, dan menjaga hubungan yang baik dengan keluarga bisa menjadi panduan dalam menghadapi kesulitan hidup, termasuk dampak dari ketidakhadiran orang tua (Sholeha & Sofa, 2025). Penanaman nilai-nilai Islam ini diharapkan dapat membantu anak-anak TKI dalam mengelola emosi (Sa'adah, 2021), meningkatkan ketahanan mental, dan mengatasi perasaan negatif akibat absennya orang tua (Widodo & Umar, 2020).

Dalam hal ini, meskipun nilai-nilai Islam menawarkan potensi besar dalam mendukung kesehatan mental, kesadaran tentang penerapan prinsip-prinsip ini dalam kehidupan anak-anak TKI masih relatif terbatas (Fahmi, 2024). Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian terkait bagaimana kesadaran kesehatan mental berbasis nilai-nilai Islam dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari anak-anak TKI. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi masyarakat, terutama dalam upaya pemulihan dan pengembangan kesehatan mental anak-anak TKI, serta memperkuat ketahanan mereka dalam menghadapi dampak dari *parental absence*.

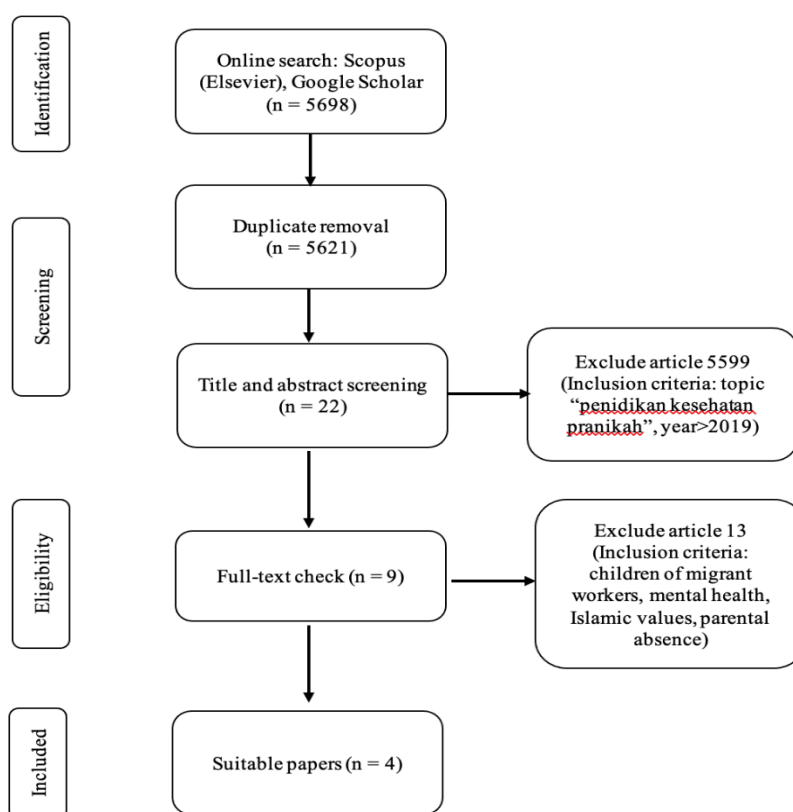
Penelitian terdahulu Mwai (2021) memaparkan edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada anak TKI yang diberikan melalui pendekatan berbasis Islam tidak hanya memperkuat daya tahan mental anak, namun juga dapat memberikan dukungan spiritual, sehingga harapannya tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan baik walaupun dihadapkan dengan berbagai macam tantangan hidup. Melalui hal tersebut, anak TKI memerlukan pendidikan moral dan akhlak, seperti memberikan edukasi terkait dengan akhlak yang baik, contohnya tanggung jawab, menghormati orang lain, serta jujur. Melalui edukasi tersebut secara tidak langsung

dapat memberikan keseimbangan antara mental dan emosional dari anak, walaupun anak TKI mengalami *parental absence*. Menurut tinjauan lebih lanjut menyebutkan bahwa melalui pendidikan moral dan akhlak pada anak TKI tersebut dapat dijadikan sebagai fondasi dalam menghadapi berbagai tantangan.

Berdasarkan hal tersebut penulis mengambil judul “Kesadaran Kesehatan Mental Berbasis Nilai-Nilai Islam Pada Anak TKI untuk Mengatasi Dampak *Parental Absence*”. Adapun penelitian ini bertujuan dalam menganalisis kesadaran kesehatan mental berbasis nilai-nilai Islam pada anak TKI untuk mengatasi dampak *parental absence*. Keterbatasan dalam penulisan ini hanya melalui *library research* atau *literature review* yang diperoleh melalui sumber yang valid dan relevan.

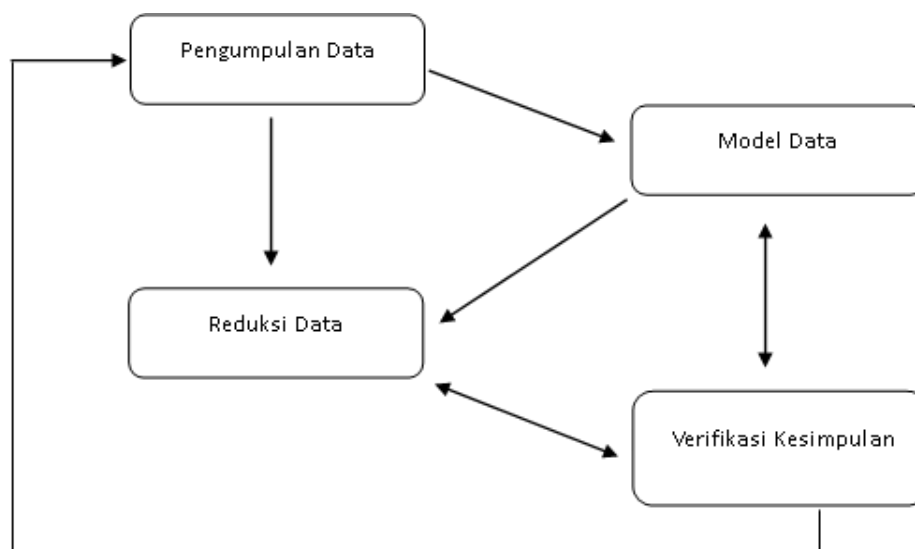
METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penulisan ini mengadopsi metode penelitian kualitatif. Pada penelitian kualitatif merupakan kegiatan analisa terhadap beberapa temuan penelitian yang dilakukan melalui pemaparan kalimat/kata yang disusun dari hasil pemikiran kritis (Sugiyono, 2019). Pada penulisan jurnal ini menggunakan pendekatan *literature review* melalui beberapa sumber yang valid dengan judul. Gambar 1 di bawah ini memaparkan terkait dengan diagram PRISMA melalui kegiatan analisis *library research*, yaitu:



Gambar 1. Diagram Alir PRISMA
Sumber: Ihsanario & Ridwan (2021)

Teknik pengumpulan data yang diperoleh dari hasil kajian *library research* tersebut selanjutnya dilakukan penjabaran data dengan menggunakan teknik analisis data seperti yang disajikan Gambar 2 berikut.



Gambar 2. Teknik Analisis Data

Sumber: Arif (2022)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil temuan data yang dilakukan tersajikan pada Tabel 1 dengan rincian sebagai berikut;

Tabel 1. Hasil Analisis

| No. | Judul | Author | Tujuan | Hasil Analisis |
|-----|--|---------------|---|--|
| | “Pengantar Psikologi Agama dalam Konteks Terapi” | Rosyad, 2021. | Mempunyai tujuan dalam menjabarkan terkait psikologi agama pada anak-anak dalam mengatasi dampak ketidakhadiran dari orang tua (<i>parental absence</i>). | Anak-anak TKI (Tenaga Kerja Indonesia) dominan mengalami ketidakhasiran orang tua (<i>parental absence</i>) dalam tumbuh kembang anak, sehingga secara tidak langsung hal tersebut memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental. Dalam membentuk ketahanan mental anak-anak TKI tersebut dibutuhkan edukasi berbasis nilai islam, sehingga anak-anak ini akan terarah meskipun mengalami <i>parental absence</i> . Adapun penerapan dari beberapa nilai islam salah satunya ialah |

tawakkal. Menurut tinjauan dari aspek agama memaparkan tawakkal ialah tindakan untuk berserah diri terhadap Allah setelah melakukan usaha terbaik. Melalui sikap tawakkal yang dimiliki oleh seorang anak-anak TKI dapat memberikan dampak untuk tidak terlalu cemas terkait ketidakhadiran orang tua. Sebab, mereka memiliki keyakinan bahwa segala sesuatu ada dalam kendali Allah dan setiap kesulitan bisa dihadapi dengan keteguhan hati.

“Parental
Absence
and Effects
on Children”

Mwai,
2021.

Tujuan dari penulisan tersebut ialah memberikan penjabaran terkait dampak *parental absence* terhadap anak-anak. Dalam hal ini pembahasan berfokus berbasiskan nilai-nilai islam.

Edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada anak TKI yang diberikan melalui pendekatan berbasis islam tidak hanya memperkuat daya tahan mental anak, namun juga dapat memberikan dukungan spiritual, sehingga harapannya tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan baik walaupun dihadapkan dengan berbagai macam tantangan hidup. Melalui hal tersebut, anak TKI memerlukan pendidikan moral dan akhlak, seperti memberikan edukasi terkait dengan akhlak yang baik, contohnya tanggung jawab, menghormati orang lain, serta jujur. Melalui edukasi tersebut secara tidak langsung dapat memberikan keseimbangan antara mental dan emosional dari anak, walaupun anak TKI mengalami *parental absence*. Menurut tinjauan lebih lanjut menyebutkan bahwa melalui pendidikan moral dan akhlak pada anak TKI tersebut

| | | | |
|--|-----------------------------|---|--|
| | | | dapat dijadikan sebagai fondasi dalam menghadapi berbagai tantangan. |
| <p>“The Effect of Parental Absence on Children’s Literacy Development: A Case Study of a Fourth-Grade Elementary School Student”</p> | <p>Mulyani, 2021.</p> | <p>Bertujuan dalam menjabarkan dampak literasi pada anak yang mengalami <i>parental absence</i> serta solusi yang ditawarkan dalam menjaga kesehatan mental anak.</p> | <p>Implementasi terkait edukasi nilai-nilai islam dalam menjaga kesehatan mental anak TKI dapat dilakukan di lingkungan sosial yang mendukung, sekolah, ataupun dirumah. Sebagai seorang wali dari anak TKI juga dapat memberikan pemahaman terkait pentingnya kesehatan mental melalui komunikasi terbuka. Menurut hasil analisis menyebutkan dalam menjaga kesehatan mental anak akibat <i>parental absence</i> dapat dilakukan melalui pendekatan Islami seperti doa dan ibadah. Melalui kegiatan doa dapat memberikan rasa ketenangan serta harapan dan memberikan rasa dekat anak kepada Allah dan orang tua. Selanjutnya kegiatan ibadah yang dilakukan juga dapat memberikan rasa kedamaian dalam diri anak TKI. Kegiatan doa dan ibadah ini sebaiknya diberikan kepada anak TKI sejak masih dini. Hal tersebut bertujuan agar dimasa depan atau masa dewasa nanti anak akan tetap menerapkan nilai-nilai islam dalam kehidupan mereka.</p> |
| <p>“When left-behind children become adults and parents: The long-term human</p> | <p>Zheng, et. al., 2022</p> | <p>Mempunyai tujuan dalam menjabarkan Konsekuensi jangka panjang dari ketidak-hadiran orang</p> | <p>Selanjutnya dalam menjaga kesehatan mental berbasis nilai-nilai islam dapat dilakukan melalui edukasi rasa syukur. Pada tinjauan agama sendiri, sebagai seorang muslim harus dibiasakan untuk memiliki sikap syukur terhadap apa yang</p> |

| | | |
|---|---|--|
| capital consequ- ences of parental absence in China” | tua terhadap sumber daya manusia di Tiongkok | dimilikinya. Dalam hal ini, anak- anak TKI dapat diberikan pengajaran untuk menerima keadaan, meskipun mereka mengalami <i>parental absence</i> , serta membantu anak TKI untuk memiliki pandangan positif terhadap hidup dan lebih mudah untuk menerima keadaan. Selain rasa syukur, nilai Islami yang perlu diberikan kepada anak TKI ialah rasa sabar untuk menjaga kesehatan mental. Rasa sabar yang diartikan sebagai kuat dalam menghadapi cobaan. Dalam hal ini anak TKI dapat diberikan edukasi terkait dengan perasaan sabar untuk menghadapi kehidupan, misalnya kesepian akibat tidak ada orang tua di rumah atau memendam rasa rindu kepada orang tua. |
|---|---|--|

Anak-anak TKI (Tenaga Kerja Indonesia) dominan mengalami ketidakhadiran orang tua (*parental absence*) dalam tumbuh kembang anak, sehingga secara tidak langsung hal tersebut memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental. Dalam membentuk ketahanan mental anak-anak TKI tersebut dibutuhkan edukasi berbasis nilai Islam, sehingga anak-anak ini akan terarah meskipun mengalami *parental absence*. Adapun penerapan dari beberapa nilai Islam salah satunya ialah tawakkal. Menurut tinjauan dari aspek agama memaparkan tawakkal ialah tindakan untuk berserah diri terhadap Allah setelah melakukan usaha terbaik. Melalui sikap tawakkal yang dimiliki oleh seorang anak-anak TKI dapat memberikan dampak untuk tidak terlalu cemas terkait ketidakhadiran orang tua. Sebab, mereka memiliki keyakinan bahwa segala sesuatu ada dalam kendali Allah dan setiap kesulitan bisa dihadapi dengan keteguhan hati (Rosyad, 2021).

Menurut studi literatur memaparkan bahwa fenomena *parental absence* di sini dapat memberikan dampak terhadap kesehatan mental anak secara negatif, misalnya anak akan mengalami permasalahan emosional, kecemasan, stres, ataupun perasaan kesepian (Sumiyati, dkk., 2021). Edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada anak TKI yang diberikan melalui pendekatan berbasis Islam tidak hanya memperkuat daya tahan mental anak, namun juga dapat memberikan dukungan spiritual, sehingga harapannya tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan baik

walaupun dihadapkan dengan berbagai macam tantangan hidup. Melalui hal tersebut, anak TKI memerlukan pendidikan moral dan akhlak, seperti memberikan edukasi terkait dengan akhlak yang baik, contohnya tanggung jawab, menghormati orang lain, serta jujur. Melalui edukasi tersebut secara tidak langsung dapat memberikan keseimbangan antara mental dan emosional dari anak, walaupun anak TKI mengalami *parental absence*. Menurut tinjauan lebih lanjut menyebutkan bahwa melalui pendidikan moral dan akhlak pada anak TKI tersebut dapat dijadikan sebagai fondasi dalam menghadapi berbagai tantangan (Mwai, 2021).

Pada orang tua yang memiliki profesi sebagai TKI umumnya meninggalkan keluarga termasuk anak dalam jangka waktu yang panjang (Anshor, 2017), sehingga hal tersebut memiliki peluang dalam memicu risiko gangguan kesehatan mental (Utami, 2019). Implementasi terkait edukasi nilai-nilai Islam dalam menjaga kesehatan mental anak TKI dapat dilakukan di lingkungan sosial yang mendukung, sekolah, ataupun di rumah. Sebagai seorang wali dari anak TKI juga dapat memberikan pemahaman terkait pentingnya kesehatan mental melalui komunikasi terbuka. Menurut hasil analisis menyebutkan dalam menjaga kesehatan mental anak akibat *parental absence* dapat dilakukan melalui pendekatan Islami seperti doa dan ibadah. Melalui kegiatan doa dapat memberikan rasa ketenangan serta harapan dan memberikan rasa dekat anak kepada Allah dan orang tua. Selanjutnya kegiatan ibadah yang dilakukan juga dapat memberikan rasa kedamaian dalam diri anak TKI. Kegiatan doa dan ibadah ini sebaiknya diberikan kepada anak TKI sejak masih dini. Hal tersebut bertujuan agar di masa depan atau masa dewasa nanti anak akan tetap menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan mereka (Mulyani, 2021).

Selanjutnya dalam menjaga kesehatan mental berbasis nilai-nilai Islam dapat dilakukan melalui edukasi rasa syukur. Pada tinjauan agama sendiri, sebagai seorang muslim harus dibiasakan untuk memiliki sikap syukur terhadap apa yang dimilikinya. Dalam hal ini, anak-anak TKI dapat diberikan pengajaran untuk menerima keadaan, meskipun mereka mengalami *parental absence*, serta membantu anak TKI untuk memiliki pandangan positif terhadap hidup dan lebih mudah untuk menerima keadaan. Selain rasa syukur, nilai Islami yang perlu diberikan kepada anak TKI ialah rasa sabar untuk menjaga kesehatan mental. Rasa sabar yang diartikan sebagai kuat dalam menghadapi cobaan. Dalam hal ini anak TKI dapat diberikan edukasi terkait dengan perasaan sabar untuk menghadapi kehidupan, misalnya kesepian akibat tidak ada orang tua di rumah atau memendam rasa rindu kepada orang tua (Zheng, et. al., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang diambil dari pemaparan di atas ialah dalam mengatasi dampak *parental absence* pada anak TKI dapat diterapkan melalui nilai-nilai Islam. Penerapan dari nilai-nilai Islam tersebut bertujuan dalam menjaga kesehatan mental anak TKI akibat *parental absence*. Terdapat beberapa nilai Islam yang dapat diimplementasikan terhadap anak TKI dalam mengatasi dampak *parental absence* di

antaranya adalah tawakkal, pendidikan moral dan akhlak, doa dan ibadah, rasa syukur, rasa sabar. Edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada anak TKI yang diberikan melalui pendekatan berbasis Islam tidak hanya memperkuat daya tahan mental anak, namun juga dapat memberikan dukungan spiritual, sehingga harapannya tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan baik walaupun dihadapkan dengan berbagai macam tantangan hidup.

Saran

Saran ditujukan kepada penulis selanjutnya untuk melanjutkan penulisan ini dengan menambahkan beberapa data yang diperoleh dari lapangan atau studi kasus yang dilakukan, sehingga hasil penelitian ini mengalami keterbaruan. Sebab, pada penulisan ini memiliki keterbatasan hanya berbasis *library research*. Disarankan pula bagi anak TKI untuk semangat dalam mempelajari nilai-nilai Islam, sebab hal tersebut memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental. Kemudian rekomendasi juga disampaikan kepada wali anak TKI untuk memberikan edukasi berbasis Islami serta memberikan pendampingan bagi anak TKI, sehingga mereka tidak merasa sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshor, M. U. (2017). *Memutus Rantai Ketidakadilan Global Care dalam Pengasuhan Anak Tenaga Kerja Indonesia Perempuan: Studi Pengasuhan Anak TKI Perempuan pada Pesantren di Indramayu*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Arif, J. R., Faiz, A., & Septiani, L. (2022). Penggunaan Media Quiziz sebagai Sarana Pengembangan Berpikir Kritis Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 201-210.
- Fahmi, M. N. (2024). Peran Suami Perfeksionisme dalam Meningkatkan Resiliensi Keluarga: Sebuah Tinjauan Literatur. *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(1), 75-88.
- Fatimah, F. (2023). Perpustakaan sebagai Pusat Kesehatan Mental: Studi Kasus Pusat *Research and Innovation Center Of Graduate School Program Pascasarjana UIN Imam Bonjol*. *Maktabatuna*, 5(2), 145-157.
- Fono, Y. M., Fridani, L., & Meilani, S. M. (2019). Kemandirian dan Kedisiplinan Anak yang Diasuh oleh Orangtua Pengganti. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 537.
- Ihsanario, A., & Ridwan, A. (2021). Optimal Feeding Frequency on The Growth Performance of Whiteleg Shrimp (*Litopenaeus Vannamei*) During Grow-Out Phase. *J Biol Sci Technol Manage*, 3(1), 42-55.
- Mulyani, A., Zevender, P. S., Kholish, F. K., Liandy, S., & Aziz, G. (2024). The Long-Term Effects of Parental Absence as Migrant Workers on the Psychosocial Development and Education of Young Children: A Literature Review in Indramayu Regency: Indonesia. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, 3(5), 1302-1315.
- Mulyani, P. K. (2022). The Effect of Parental Absence on Children's Literacy Development: A Case Study of a Fourth-Grade Elementary School

- Student. *Vision: Journal for Language and Foreign Language Learning*, 11(2), 107-124.
- Mwai, T. (2021). *Parental Absence and Effects on Children*. LinkedIn. [Online]. Available at: <https://www.linkedin.com/pulse/parental-absence-effects-children-tabitha-mwai>
- Rosyad, R. (2021). *Pengantar Psikologi Agama dalam Konteks Terapi*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Sa'adah, E. (2021). *Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Anti Kekerasan pada Penanganan Anak Korban Konflik Papua di Pondok Pesantren La Tansa Desa Cangkring Karanganyar Demak*. (Doctoral dissertation, IAIN KUDUS).
- Sholeha, S., & Sofa, A. R. (2025). Konsep Etika Keutamaan dalam Tasawuf Abdul Qadir Al-Jailani dan Pengaruhnya terhadap Terbentuknya Akhlak Manusia. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 3(1), 176-186.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Sumiyati, A., Sholih, S., & Handoyo, A. W. (2021). Dampak Perilaku Maladaptif bagi Anak yang Dijadikan Pengemis oleh Orang Tua sebagai Bentuk Eksploitasi di Makam KH. Syekh Asnawi Caringin. *Jurnal Syntax Transformation*, 2(07), 915-928.
- Utami, P. N. (2019). Penanganan Kasus Tindak Pidana Perdagangan Orang oleh Pemerintah Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Ham*, 10(2), 195-210.
- Widodo, A., & Umar, U. (2020). Membentuk Nilai-Nilai Keberagaman melalui Kultur Madrasah Inklusi. *Jurnal Pendidikan Islam Al-Ilmi*, 3(2).
- Zheng, X., Fang, Z., Wang, Y., & Fang, X. (2022). When Left-Behind Children Become Adults and Parents: The Long-Term Human Capital Consequences of Parental Absence in China. *China Economic Review*, 74, 101821.