

Integrasi Ecopsychology dan Ecotheology dalam Pendidikan Anak Usia Dini

Arih Merdekasari

¹ STIT Islamiyah Karya Pembangunan Paron Ngawi
arihatma01@gmail.com

Tanggal Submit 30 Juli 2025 Tanggal diterima..... Tanggal Terbit:.....:

Abstract: An integrative approach combining ecopsychology and ecotheology in early childhood education enables a holistic curriculum that merges ecological knowledge, moral values, and emotional competencies, thereby fostering coherent and effective learning. Ecopsychology emphasizes the importance of emotional connections and direct experiences with nature for a child's affective and cognitive development, while ecotheology imbues these experiences with moral and spiritual meaning, encouraging sustained, active engagement. This study employed a literature review methodology. The findings identify educational models suitable for integrating ecopsychology and ecotheology, including project-based learning, Forest Schools, nature-based education, and place-based education.

Keywords: ecopsychology, ecotheology, early childhood

Abstract: Pendekatan integratif dengan menggabungkan ecopsychology dengan ecotheology dalam pendidikan anak usia dini memungkinkan kurikulum holistik yang menggabungkan pengetahuan ekologis, nilai moral, dan kemampuan emosional, sehingga mendorong terselenggaranya pembelajaran yang koheren dan efektif. Ecopsychology menekankan pentingnya hubungan emosional dan pengalaman langsung dengan alam untuk perkembangan afektif dan kognitif anak, sedangkan, ecotheology dapat memberikan makna moral dan spiritual pada pengalaman tersebut sehingga mendorong keterlibatan aktif yang berkelanjutan. Metode menggunakan kajian literatur. Hasilnya menemukan model pendidikan yang cocok dalam integrasi ecopsychology dan ecotheology meliputi project based learning, forest school, nature based education, place based education.

Keywords ecopsychology, ecotheology, anak usia dini

Pendahuluan

Berkurangnya lahan terbuka, semakin padatnya pemukiman membuat area eksplorasi alami anak berkurang, sehingga pengalaman sensorik dan motorik yang didapatkan di alam terbuka juga mengalami penurunan.

Pada masa ini, anak-anak menghabiskan lebih sedikit waktu di alam luar daripada anak-anak dimasa sebelumnya. Mereka lebih suka bermain dengan gadget daripada berinteraksi dengan orang lain. Hal ini dibentuk bukan dengan tiba-tiba. Kesibukan orang tua kadang mendorong mereka untuk membuat anak tenang dengan memberikan hp yang bisa membuat mereka fokus pada hp dan tidak mengganggu pekerjaannya

Hasil berbagai riset menggambarkan adanya pengaruh negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan pada anak. Dampak secara fisik terlihat pada munculnya gangguan mata dan pendengaran. Pada beberapa anak bermain gadget juga menjadi salah satu pemicu speech delay. Kemampuan fokus terlatih dari kecil semakin pendek sehingga akan berpengaruh pada kemampuan belajarnya diusia sekolah nanti.

Memasuki awal tahun 2024 kita dikejutkan dengan berita pelecehan yang dilakukan siswa TK kepada temannya sendiri sesama murid TK. Pemasalahan pola asuh dan

lingkungan yang tidak memberikan teladan perilaku yang beretika dalam berinteraksi dengan orang lain membentuk persepsi anak bahwa hal tersebut boleh dilakukannya. Hal ini mengindikasikan kurangnya perhatian pada pembiasaan akhlak atau karakter anak sejak kecil.¹

Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) periode 2025–2026 menemukan indikasi masalah kesehatan jiwa pada hampir 10 persen anak di Indonesia. Dari sekitar 7 juta anak yang telah menjalani skrining, Kementerian Kesehatan (Kemenkes) mendeteksi gejala kecemasan dan depresi dalam jumlah signifikan. Hal ini disampaikan oleh Menteri Kesehatan RI, Budi Gunadi Sadikin dalam konferensi pers yang diselenggarakan di Kantor Kemenkes, Jakarta, Senin (9/3). Budi mengungkapkan, sebanyak 4,4 persen atau sekitar 338 ribu anak menunjukkan gejala cemas (anxiety disorder). Sementara itu, 4,8 persen atau sekitar 363 ribu anak menunjukkan gejala depresi (depression disorder).²

Selanjutnya, Februari 2026 kesehatan mental anak juga menjadi sorotan dengan kasus gantung diri anak SD di NTT.³

Pendekatan integratif dengan menggabungkan ecopsychology dengan ecotheology dalam pendidikan anak usia dini memungkinkan kurikulum holistik yang menggabungkan pengetahuan ekologis, nilai moral, dan kemampuan emosional, sehingga mendorong terselenggaranya pembelajaran yang koheren dan efektif. Ecopsychology menekankan pentingnya hubungan emosional dan pengalaman langsung dengan alam untuk perkembangan afektif dan kognitif anak, sedangkan, ecotheology dapat memberikan makna moral dan spiritual pada pengalaman tersebut sehingga mendorong keterlibatan aktif yang berkelanjutan.

Positifnya, bukti menunjukkan bahwa paparan alam dan aktivitas berbasis alam dapat menurunkan stres, meningkatkan perhatian, dan memperbaiki regulasi emosi dari intervensi ecopsychology. Integrasi nilai-nilai ecotheology (mis. rasa syukur, tanggung jawab) dapat memperkuat kesejahteraan emosional melalui kerangka makna.

Metode Penelitian

Penelitian pustaka merupakan metode penelitian yang mengkaji, menganalisis, dan mensintesis pengetahuan yang sudah dipublikasikan (buku, artikel jurnal, laporan, tesis, dan sumber akademik lainnya) untuk menjawab pertanyaan penelitian, merumuskan kerangka teori, atau memetakan perkembangan suatu bidang ilmu. Penelitian ini tidak mengumpulkan data primer lapangan; fokusnya pada evaluasi kritis dan integrasi temuan-temuan sebelumnya untuk menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif.

Pembahasan

¹ Cicin Yulianti, "Viral Pelecehan Sesama Anak TK, Pakar Unair Sebut Ini Pemicunya," detikedu, accessed August 1, 2026, <https://www.detik.com/edu/edutainment/d-7178803/viral-pelecehan-sesama-anak-tk-pakar-unair-sebut-ini-pemicunya>.

² "Alarm Kesehatan Mental Anak: CKG Temukan Ratusan Ribuan Anak Bergejala Cemas dan Depresi," March 9, 2026, <https://www.kemkes.go.id/id/alarm-kesehatan-mental-anak-ckg-temukan-ratusan-ribuan-anak-bergejala-cemas-dan-depresi>.

³ Liputan6.com, "Tragedi Anak SD Gantung Diri di NTT, Menkes Soroti Krisis Kesehatan Mental Anak," liputan6.com, February 4, 2026, <https://www.liputan6.com/health/read/6271849/tragedi-anak-sd-gantung-diri-di-ntt-menkes-soroti-krisis-kesehatan-mental-anak>.

1. Definisi

Ecopsychology adalah bidang interdisipliner yang mempelajari hubungan psikologis antara manusia dan alam, menekankan bahwa kesejahteraan mental manusia terkait erat dengan keterhubungan emosional, kognitif, dan pengalaman langsung dengan lingkungan alam. Bidang ini menggabungkan teori dan temuan dari psikologi (mis. perkembangan, klinis, dan lingkungan), ekologi, filsafat lingkungan, dan praktik terapeutik berbasis alam untuk memahami bagaimana kehilangan kontak dengan alam memengaruhi kesehatan mental dan perilaku pro-lingkungan, serta bagaimana pengalaman alam dapat menjadi sumber pemulihan, makna, dan transformasi psikologis.

Unsur kunci dalam ecopsychology meliputi; Keterikatan alam (nature connectedness): hubungan emosional dan identitas yang terbentuk melalui pengalaman alam. Kesejahteraan psikologis: alam sebagai sumber restorasi perhatian, pengurangan stres, dan peningkatan mood. Dimensi terapeutik dan pedagogis: penggunaan pengalaman alam dalam intervensi kesehatan mental dan pendidikan. Konteks interdisipliner: integrasi psikologi, ekologi, dan etika lingkungan.

Definisi Ecotheology

Ecotheology adalah kajian teologis yang mengeksplorasi hubungan antara keyakinan agama, doktrin teologis, dan isu-isu lingkungan. Ia menelaah bagaimana tradisi agama (teologi, teks suci, ritual, dan etika) memahami alam, tanggung jawab manusia terhadap ciptaan, dan implikasi moral untuk tindakan lingkungan. Ecotheology berupaya merumuskan dasar-dasar etis dan spiritual yang mendorong perilaku pro-lingkungan, serta menawarkan narasi religius yang dapat memotivasi perawatan lingkungan, keadilan ekologis, dan gaya hidup berkelanjutan.

Unsur kunci meliputi; Interpretasi doktrin agama: pembacaan ulang teks suci dan ajaran untuk menanggapi krisis lingkungan. Etika lingkungan berbasis iman: konsep seperti amanah, khalifah, stewardship, dan kasih sayang terhadap ciptaan. Dimensi ritual dan praksis: praktik keagamaan yang menegaskan hubungan manusia-alam (doa, syukur, ritual peringatan). Keadilan lingkungan: perhatian pada dampak lingkungan terhadap kelompok rentan dan tanggung jawab kolektif.

Tabel 1 Persamaan Ecopsycholog dan Ecotheology

Aspek	Persamaan
Fokus hubungan manusia-alam	Keduanya menempatkan hubungan manusia dengan alam sebagai pusat kajian.
Tujuan normatif	Sama-sama mendorong perilaku yang merawat lingkungan dan kesejahteraan jangka panjang.
Dimensi afektif dan	Menekankan pengalaman emosional, keterikatan, dan makna (spiritual atau eksistensial) yang diperoleh dari

Aspek	Persamaan
makna	alam.
Aplikasi praktis	Keduanya dapat diterjemahkan ke dalam praktik pendidikan, terapi, dan advokasi lingkungan.
Interdisipliner	Menggabungkan wawasan dari ilmu sosial, humaniora, dan ilmu lingkungan.

Tabel 2 Perbedaan Ecopsychology dan Ecotheology

Aspek	Ecopsychology	Ecotheology
Asal disiplin	Berakar pada psikologi, ekologi, dan studi lingkungan; fokus empiris dan terapeutik.	Berakar pada teologi, studi agama, dan etika; fokus normatif dan interpretatif.
Pendekatan metodologis	Metode empiris: studi psikologis, eksperimen, intervensi terapeutik, penelitian kualitatif/kuantitatif.	Metode hermeneutik dan normatif: tafsir teks, refleksi teologis, studi etika, analisis praksis keagamaan.
Sumber otoritas	Teori psikologi, bukti empiris tentang efek alam pada kesehatan mental.	Teks suci, tradisi agama, ajaran moral, dan praktik ritual.
Tujuan utama	Memahami dan meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui keterlibatan dengan alam; menjelaskan mekanisme psikologis.	Mengembangkan dasar etis/spiritual untuk tindakan lingkungan; mereformulasi ajaran agama agar responsif terhadap krisis lingkungan.
Bahasa nilai	Lebih banyak menggunakan bahasa psikologis (kesejahteraan, keterikatan, restorasi).	Menggunakan bahasa teologis (amanah, khalifah, dosa, keselamatan, tanggung jawab moral).
Target intervensi	Terapi, pendidikan berbasis pengalaman alam, desain lingkungan yang mendukung kesehatan mental.	Pendidikan agama, reformasi liturgi, advokasi berbasis nilai agama, pembentukan etika komunitas beriman.

- Model pendidikan yang digunakan untuk megintegrasikan ecopsychology dan ecotheology
Inti Model dan Mengapa Mereka Efektif

- a. Nature Based Learning
 - 1) Inti: Jadwalkan waktu harian/mingguan di ruang hijau untuk eksplorasi sensorik, permainan bebas, dan kegiatan terstruktur sederhana.
 - 2) Mengapa efektif: Paparan alam rutin menurunkan stres, meningkatkan perhatian, dan membangun keterikatan emosional—prinsip ecopsychology.
 - b. Place Based Education
 - 1) Inti: Gunakan sumber daya lokal (taman, sungai, kebun komunitas) sebagai kurikulum; libatkan keluarga dan komunitas.
 - 2) Mengapa efektif: Anak mengembangkan rasa kepemilikan dan tanggung jawab terhadap lingkungan yang mereka kenal.
 - c. Forest School
 - 1) Inti: Sesi berulang di area bervegetasi dengan kegiatan berisiko terkontrol (membangun, memanjat, api kecil) dan refleksi.
 - 2) Mengapa efektif: Memperkuat ketahanan emosional, kreativitas, dan keterampilan sosial melalui pengalaman langsung.
 - d. Experiential Learning
 - 1) Inti: Siklus pengalaman—aksi, refleksi, konsep, aplikasi—disesuaikan untuk anak usia dini dengan bahasa sederhana dan kegiatan praktis.
 - 2) Mengapa efektif: Membantu anak memproses pengalaman alam menjadi pemahaman dan perilaku pro-lingkungan.
 - e. Project Based Learning
 - 1) Inti: Proyek kolaboratif singkat (menanam, merawat serangga, daur ulang) yang menghasilkan produk nyata.
 - 2) Mengapa efektif: Menghubungkan emosi dan tindakan; memberi anak pengalaman agen perubahan.
- 3. Bukti empiris mengenai dampak integrasi ecopsychology dan ecotheology pada peserta didik**

Integrasi praktik *ecopsychology* dalam pendidikan—misalnya pembelajaran berbasis alam, sesi luar ruang rutin, dan aktivitas sensorik di lingkungan hijau—memiliki dukungan empiris yang relatif kuat untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik. Berbagai studi kuasi-eksperimental dan tinjauan literatur melaporkan efek positif seperti penurunan gejala stres dan kecemasan, peningkatan kemampuan perhatian dan regulasi emosi, serta peningkatan mood dan kepuasan subjektif setelah paparan alam yang terstruktur. Pada anak usia dini, intervensi sederhana seperti sesi bermain di taman, kebun sekolah, atau kegiatan eksplorasi alam berulang menunjukkan peningkatan keterlibatan, pengurangan perilaku hiperaktif, dan perbaikan kemampuan sosial-emosional yang tercatat melalui observasi guru dan penilaian perkembangan. Temuan-temuan ini konsisten dengan mekanisme yang dijelaskan *ecopsychology*—restorasi perhatian, pengurangan fisiologis stres, dan pembentukan keterikatan alam—meskipun ukuran efek dan durasi manfaat bervariasi antar studi tergantung frekuensi intervensi, kualitas lingkungan, dan metode pengukuran.

Sementara itu, bukti empiris langsung tentang integrasi eksplisit *ecothology*—yakni pengajaran nilai teologis atau praktik religius yang menekankan tanggung jawab terhadap ciptaan—lebih terbatas dan cenderung bersifat kualitatif atau studi kasus. Penelitian yang menelaah program pendidikan berbasis agama atau nilai menunjukkan bahwa ketika ajaran agama diartikulasikan untuk menumbuhkan etika lingkungan (mis. konsep stewardship, amanah, syukur), peserta didik dan komunitas cenderung menunjukkan peningkatan motivasi moral untuk merawat lingkungan, perubahan sikap pro-lingkungan, dan partisipasi dalam tindakan kolektif seperti proyek kebun komunitas. Namun, bukti kuantitatif yang kuat—mis. pengukuran perubahan perilaku jangka panjang yang terkontrol secara eksperimental—masih relatif sedikit; banyak studi menekankan narasi, wawancara, dan evaluasi partisipatif yang menggambarkan bagaimana nilai-nilai agama memperkuat

4. Hambatan

Pelatihan Guru dan Potensi Hambatan

- a. Pelatihan inti: pengamatan ecopsychology (keterikatan alam, restorasi), teknik fasilitasi refleksi, manajemen risiko luar ruangan.
- b. Hambatan umum: keterbatasan ruang hijau, kekhawatiran keselamatan, resistensi kurikulum formal, keterbatasan waktu guru.
- c. Strategi mitigasi: adaptasi ruang kecil (kebun pot), modul singkat yang terintegrasi ke kegiatan **harian, advokasi kebijakan sekolah, pelibatan relawan komunitas.**

Catatan Akhir

Pendekatan integratif dengan menggabungkan ecopsychology dengan ecotheology dalam pendidikan anak usia dini memungkinkan kurikulum holistik yang menggabungkan pengetahuan ekologis, nilai moral, dan kemampuan emosional, sehingga mendorong terselenggaranya pembelajaran yang koheren dan efektif. Ecopsychology menekankan pentingnya hubungan emosional dan pengalaman langsung dengan alam untuk perkembangan afektif dan kognitif anak, sedangkan, ecotheology dapat memberikan makna moral dan spiritual pada pengalaman tersebut sehingga mendorong keterlibatan aktif yang berkelanjutan. Metode menggunakan kajian literatur. Hasilnya menemukan model pendidikan yang cocok dalam integrasi ecopsychology dan ecoteology meliputi project

Daftar Rujukan

Bainbridge, Alan. "Digital Technology, Human World Making and the Avoidance of Learning." *Journal of Learning Development in Higher Education*, ahead of print, 2014. <https://doi.org/10.47408/jldhe.v0i0.276>.

Hannase, Mulawarman, Idil Hamzah, Akbar Akbar, and Mostafa Zahran. "Nahdlatul Ulama's Concept of Promoting Global Harmony Through Religion Twenty." *Al-Qalam* 30, no. 1 (2024): 187. <https://doi.org/10.31969/alq.v30i1.1460>.

Kamidin, Tiwi, Azizi Muda, Samsilah Roslan, and Mohd Majid Konting. "Ecopsychology Elements in Environmental Education as to Strengthen Attitudes

Towards the Environment.” *Journal of Asian Behavioural Studies* 1, no. 1 (2016): 17–27. <https://doi.org/10.21834/jabs.v1i1.168>.

Koziol, Carol A. “Community Ecotherapy Through Healing Forests: A Case Study.” *Ecopsychology* 15, no. 4 (2023): 307–11. <https://doi.org/10.1089/eco.2022.0079>.

Öhlmann, Philipp, and Ignatius Swart. “Religion and Environment.” *Religion and Theology* 29, nos. 3–4 (2022): 292–321. <https://doi.org/10.1163/15743012-bja10044>.

Ordons, Daniella Roze des. “‘Calling In’ Ecopsychology: The Case of Ecotherapy and Nature-Based Education.” *Ecopsychology* 16, no. 2 (2024): 121–34. <https://doi.org/10.1089/eco.2023.0047>.

Rabiej, Stanisław. “Ecotheology in the Service of Religion and Science.” *Studia Oecumenica* 20 (2020). <https://doi.org/10.25167/so.2206>.

Romdloni, Muhammad Afwan, Fifi Khoirul Fitriyah, Muhammad Sukron Djazilan, and Muhammad Taufiq. “Eco-Theology; Habits and Lifestyle of Santri in Indonesian Islamic Boarding Schools.” *E3S Web of Conferences* 482 (2024): 04030. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202448204030>.

Setiawan, Hendy, Nanang Indra Kurniawan, and Purwo Santoso. “The Ecotheological Movement of the Muhammadiyah Environmental Council in Response to the Environmental Governance Crisis.” *Millah: Journal of Religious Studies*, October 13, 2022, 639–70. <https://doi.org/10.20885/millah.vol21.iss3.art2>.

Thoma, Myriam V., Nicolas Rohleder, and Shauna L. Rohner. “Clinical Ecopsychology: The Mental Health Impacts and Underlying Pathways of the Climate and Environmental Crisis.” *Frontiers in Psychiatry* 12 (2021). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.675936>.