

PENYEBAB DAN DAMPAK GANGGUAN KESEHATAN MENTAL TERHADAP KONFLIK DAN PRESTASI AKADEMIK SISWA SEKOLAH DASAR

Rachael Regiana Nurman
rachaelregiana0201@gmail.com

ABSTRACT

Mental health is a crucial issue to consider. Many elementary school students experience mental health disorders, or mental illness, which can significantly impact conflict at school and student achievement. Therefore, this study aims to conduct a more in-depth analysis of the influence and impact of mental health in elementary schools. The research method employed a literature review. This method utilizes a collection of theories drawn from various sources, which are used as reference material when conducting research or writing scientific papers. The results indicate that the prevalence of mental illness among elementary school students remains high, leading to numerous conflicts, low academic achievement, and a decline in students' quality of life.

Keywords: Mental health, Academic achievement, Conflict

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan hal penting yang harus diperhatikan. Tidak sedikit siswa Sekolah Dasar yang mengalami gangguan kesehatan mental atau mental illness yang tentunya berpengaruh terhadap terjadinya konflik di sekolah dan terhadap prestasi belajar siswa. Dengan demikian penelitian ini bertujuan untuk menganalisis lebih mendalam terkait dengan pengaruh dan dampak Kesehatan mental di Sekolah Dasar. Metode penelitian ini menggunakan literature review atau kajian kepustakaan. Metode ini kumpulan teori yang berasal dari berbagai sumber yang digunakan sebagai bahan rujukan saat melakukan kegiatan penelitian atau menulis karya ilmiah. Hasil peneltian menunjukkan bahwa masih tingginya angka mental illness pada siswa Sekolah Dasar sehingga memunculkan banyak konflik dan prestasi belajar yang rendah serta penurunan kualitas hidup peserta didik.

Kata kunci: Kesehatan mental, Prestasi akademik, Konflik

A. Pendahuluan

Kesehatan mental atau lebih sering dikenal dengan Mental Health adalah ketika seseorang memiliki kondisi emosional, psikologis dan social yang baik, yang memungkinkan

mereka untuk mengelola stress, berfungsi produktif dan berinteraksi baik dengan orang lain. Kesehatan mental adalah tingkat kesejahteraan emosional dan psikologis seseorang yang mencakup kemampuan untuk

mengelola stres, berfungsi secara sosial, bekerja produktif, dan membuat pilihan yang rasional (Karisma et al., 2024). Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan kesejahteraan di mana seseorang memiliki kesadaran tentang potensinya, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan kehidupan normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi kepada komunitasnya (World Health Organization dalam Municha Ariyanti et al. 2024). World Health Organization (WHO) juga menyatakan bahwa kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup adalah salah satu tanda orang yang sehat mental (Aisyaroh et al., 2022). Kesehatan mental adalah suatu keadaan sejahtera mental yang memungkinkan seseorang mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, melakukan aktivitas seperti belajar dan bekerja dengan baik sehingga dapat berperan dalam masyarakat. (Kisno Saputri et al., 2023).

Walaupun kesehatan mental diakui sebagai aspek penting dalam kehidupan banyak organisasi atau instansi yang belum memberikan perhatian khusus pada penyediaan

layanan kesehatan mental, seperti konseling atau pendampingan psikologis, terutama di sekolah dasar negeri. Anak-anak sangat rentan terhadap stres dan masalah kesehatan mental karena mereka sedang dalam tahap perkembangan emosional dan sosial. Banyak siswa SD yang mengalami kecemasan, depresi atau kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah, terutama jika mereka mengalami bullying atau masalah di rumah (Suminar & Hamidah, 2021). Kesehatan mental yang terganggu dapat menyebabkan konflik di Sekolah Dasar salah satunya yakni bullying. Bullying sering kali disertai dengan masalah kesehatan mental dasar, seperti kecemasan, depresi, atau gangguan perilaku yang mereka merasa bahwa hal itu menjadi suatu proteksi diri, tetapi bagi korban bullying ini juga akan mengakibatkan kesehatan mental yang serius (Pramudita et al., 2024). Ada beberapa penyebab mental illness yang terjadi pada siswa sekolah dasar, beberapa contohnya adalah pola asuh orang tua, penghasilan orang tua, tuntutan dari orang tua, tidaknya bimbingan konseling guru, dan bullying yang

dialami (Prihatiningsih & Wijayanti, 2019). Dalam menangani permasalahan mental illness ini peran orang tua, guru dan masyarakat sangat diperlukan dalam proses pemulihan anak yang mengalami mental illness (Zulfia et al., 2021).

Dizaman sekarang banyak sekali anak sekolah dasar yang mengalami gangguan kesehatan mental. Salah satunya penyebabnya dari penggunaan media sosial, yang mengakibatkan mereka mengalami stress, kecemasan, depresi dan sepi (Sari et al., 2021). Mental illness ini memberikan dampak yang sangat merugikan untuk jati diri anak, contohnya mental yang terganggu atau terjadinya mental illness ini dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademis siswa (Arianto et al., 2023). Bukan hanya itu salah satu kasus bullying yang sangat terkenal di Indonesia saat ini adalah siswa sekolah dasar yang menyetubuhi kucing karena disuruh oleh temannya, dan videonya kemudian tersebar di sosial media. Hal ini menyebabkan korban mengalami goncangan psikologis yang parah, yang menyebabkannya tidak mau makan dan mengalami penurunan kesehatan

fisik, hingga akhirnya meninggal dunia (Oktaviany & Ramadan, 2023). Kesehatan mental yang terganggu atau terjadinya mental illness ini dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademis siswa . Untuk mengatasi dan mencegah hal tersebut, sekolah dapat mengembangkan program kesehatan mental, memberikan dukungan sosial dan konseling, kolaborasi dengan pihak terkait yang profesional serta membuat lingkungan belajar yang positif dan aman dengan menampilkan media interaktif untuk edukasi kesehatan mental (Angi Dian Winei et al., 2023). Sekolah harus menciptakan lingkungan sosio-emosional yang ramah, di mana guru harus memperhatikan kesehatan mental siswa dan memberikan dukungan yang diperlukan (Kuswadi, 2019).

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan *Literature Review*. Metode Literature Review adalah proses di mana peneliti menemukan ide-ide, pemikiran, dan karya ilmiah dari berbagai jurnal, buku referensi, dan literatur lainnya dalam upaya menemukan dasar dari penelitian dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain. Proses

penelitian ini melibatkan pengumpulan, penelaahan dan sintesis berbagai literatur yang berkaitan dengan topik penelitian. Dalam penelitian ini mengulik dan mengulas 30 artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 2019 sampai 2024 terkait dengan kesehatan mental siswa Sekolah Dasar yang dapat berpengaruh terhadap terjadinya konflik serta prestasi belajar siswa. Metode ini tidak membutuhkan pertemuan dengan responden. Data-data yang dibutuhkan dalam penelitian dapat diperoleh dari sumber pustaka atau dokumen.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Kondisi Mental Siswa SD

Kondisi mental siswa Sekolah Dasar menjadi prioritas penting yang harus diperhatikan. Berawal dari wabah Covid-19 yang mengharuskan melakukan social distancing, semua aktivitas terbatas hanya dilakukan di dalam rumah bahkan pembelajaran pun dilakukan di rumah. Banyak siswa terpaksa beralih ke pembelajaran daring selama pandemi yang mengakibatkan kurangnya interaksi sosial dan dukungan emosional dari teman sebaya dan guru. Akibatnya

perasaan cemas dan depresi mungkin meningkat dan motivasi belajar mungkin menurun (Sari et al., 2021). Dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pembelajaran daring dapat berpengaruh terhadap kondisi mental siswa karena mereka mengalami keterbatasan untuk bersosialisasi dengan temannya, karena seperti yang kita ketahui bahwa anak usia Sekolah Dasar ini pun sangat membutuhkan interaksi dengan yang lain.

Pembelajaran tatap muka pasca Covid-19 juga menjadi tugas tambahan bagi guru, karena guru harus dapat menciptakan suasana pembelajaran yang mendukung terhadap akademis dan juga emosional siswa. Kesehatan mental siswa yang terganggu saat masa Covid-19 tidak berhenti sampai pada saat new normal, siswa masih banyak yang memiliki kondisi mental yang perlu untuk diperhatikan. Menurut Sanusi (2023) Kondisi mental siswa SD menunjukkan bahwa sekitar 10-20% anak dan remaja di seluruh dunia mengalami masalah kesehatan mental, dengan prevalensi gangguan emosi dan mental di Indonesia mencapai 17,37% pada anak usia 5-

15 tahun. Masalah seperti hiperaktivitas dan gangguan perilaku emosional sering kali tidak mendapatkan perawatan yang tepat, yang mengganggu proses belajar mereka. Peneliti lain menunjukkan bagaimana kondisi kesehatan mental siswa di SDN Meti dan SDN Kusuri. Hasil menunjukkan bahwa semua siswa di SD Meti berada dalam kategori risiko gejala perilaku sosial, sementara 87,30% siswa di SD Kusuri berada dalam kategori yang sama. Meskipun guru mengetahui banyak tentang kesehatan mental, pengetahuan ini perlu diterapkan kepada siswa. Sebagian besar siswa menunjukkan adanya risiko gangguan kesehatan mental (Desi et al., 2020). Masih tingginya angka masalah kesehatan mental ini menjadi perhatian yang serius bagi beberapa pihak diantaranya orang tua, guru dan juga masyarakat. Hal ini dapat menimbulkan dampak negatif bagi siswa di Sekolah Dasar yakni penurunan prestasi belajar siswa dan timbulnya konflik-konflik yang terjadi akibat kesehatan mental yang terganggu.

Kondisi mental illness siswa di Sekolah Dasar ada beberapa macam, diantaranya :

1) ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) juga dikenal sebagai GPPH dalam Bahasa Indonesia adalah suatu kondisi yang terjadi pada anak-anak. Kondisi ini termasuk gangguan pemusatan perhatian, kontrol diri, dan kebutuhan terus-menerus untuk stimulasi. Kurang fokus, ketidakmampuan mengikuti perintah, hiperaktif, dan impulsif adalah gejala ADHD (Nurfadhillah et al., 2024). Banyak siswa Sekolah Dasar yang sulit untuk diarahkan, tidak focus saat pembelajaran dan terkadang tidak bisa diam. Untuk mengatasi hal ini, guru dapat melakukan sebuah strategi seperti yang diungkapkan oleh Kurniasari (dalam Rahmawati et al. 2024) yakni ada dua layanan yang dapat dilakukan diantaranya layanan akomodasi dan layanan teknik mengajar.

Layanan akomodasi dapat dilakukan guru dengan cara memberikan waktu tambahan kepada siswa ADHD untuk menyelesaikan tugasnya dan selalu pantau siswa tersebut agar tetap fokus dalam pembelajaran serta mengetes pemahaman anak. Selain itu, layanan teknik mengajar yang dapat dilakukan oleh guru yaitu dengan menghadirkan media pembelajaran yang dapat menarik fokus siswa khususnya siswa ADHD.

2) Anxiety Disorder

Kecemasan berlebih atau anxiety disorder dapat terjadi kepada siswa Sekolah Dasar. Siswa cenderung mengalami kecemasan dalam akademik. Menurut Mahajan dalam Kecemasan akademik adalah perasaan terlalu khawatir tentang prestasi akademik, kurikulum, hasil ujian, atau tugas sekolah. Di sisi lain, kecemasan ini perlu dimiliki oleh siswa untuk dapat memotivasi dirinya untuk lebih baik dalam bidang akademik. Namun perlu digarisbawahi,

apabila kecemasan ini tidak bisa dikelola dengan baik tentu akan menimbulkan dampak yang sangat fatal diantaranya sulit konsentrasi, penurunan prestasi belajar karena terus menerus dibawah tekanan dan tentunya akan mengurangi kualitas hidup siswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Juhaeriah et al. (2020) menyatakan bahwa strategi yang dapat digunakan yaitu dengan melakukan terapi hipnotis lima jari. Terapi tersebut dapat mengurangi Tingkat kecemasan siswa sehingga siswa memperoleh prestasi belajar yang lebih baik.

3) ODD (Oppositional Defiant Disorder)

Gangguan kesehatan mental ini seringkali terjadi pada anak-anak tak terkecuali anak seusia SD. Anak yang memiliki gangguan ini cenderung akan memiliki sifat yang mudah marah, mudah tersinggung, tidak bisa mematuhi aturan dan juga sering kali melawan terhadap

orang tua atau orang yang lebih dewasa.

4) Depresi

Depresi merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang ditandai dengan kurangnya minat terhadap suatu hal, kurang konsentrasi, sering merasa lelah dan kurangnya nafsu makan bahkan dapat menimbulkan pemikiran untuk bunuh diri (Primadiamanti et al., 2023). Di sekolah, bullying dapat menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan siswa depresi. Mada dari itu, bullying perlu dicegah dengan melakukan beberapa cara yakni dengan sosialisasi dan juga menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif.

2. Konflik Yang Timbul

Konflik yang dapat terjadi di sekolah ketika siswa memiliki gangguan kesehatan mental yakni ada konflik internal, konflik antar teman dan juga konflik akademik. Konflik-konflik tersebut antarav lain :

1) Konflik internal

Konflik internal ini terjadi pada diri siswa yang memiliki gangguan kesehatan mental. Konflik yang terjadi yakni kecemasan, perasaan bersalah dan juga kesulitan konsentrasi. Siswa diperlukan bimbingan yang lebih mendalam ketika dalam proses pembelajaran. Dalam pembelajaran, guru harus menciptakan suasana kelas yang menyenangkan bagi siswa, bisa dengan menghadirkan media pembelajaran yang menarik. Menurut Arsyad dalam Agustira & Rahmi (2022) Pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar dapat menimbulkan minat yang baru, membangkitkan motivasi/ rangsangan kegiatan dalam belajar. Dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap peserta didik

2) Konflik antar teman

Salah satu konflik yang diakibatkan oleh gangguan kesehatan mental adalah bullying. Namun selain itu ada beberapa konflik yang akan

muncul yakni pengucilan, kesulitan berkomunikasi dan juga agresif. Kesehatan mental yang terganggu akan menimbulkan konflik antar temannya, ia akan menjadi korban atau sebagai pelaku. Dalam hal bullying, saat ia menjadi korban maka ia akan bertambah tekanan sehingga kondisi mentalnya akan semakin memburuk. Apabila ia bertindak sebagai pelaku, maka temannya yang akan mengalami tekanan sehingga mentalnya pun akan terganggu. Selain itu, kesulitan berkomunikasi juga akan menimbulkan siswa yang memiliki gangguan kesehatan mental tersebut dikucilkan karena merasa bahwa temannya itu tidak dapat bersosialisasi dengan baik (Nurfadillah et al., 2022)

3) Konflik akademik

Konflik akademik pun akan muncul, konflik yang terjadi yaitu menurunnya prestasi belajar siswa, kesulitan dalam proses pembelajaran dan juga keterlambatan. Siswa tersebut

akan kesulitan dalam menerima pembelajaran sehingga mempengaruhi terhadap prestasi belajarnya. Hal ini menjadi perhatian penting bagi orang tua dan guru. Menurut Ginting et al. (2023) Konseling untuk gangguan akademik lebih berkonsentrasi pada penyediaan program akademik yang sesuai dengan kebutuhan kognitif mereka.

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan model Contextual Teaching Learning (CTL) berbasis media Audiovisual dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas III SD 1 Jatu Wetan pada mata pelajaran IPAS dengan perolehan nilai yang semakin meningkat pada setiap siklusnya. Nilai rata-rata kelas.

3. Penyebab Terjadinya Mental Illness Pada Anak

1) Pola asuh dan komunikasi orang tua

Pola asuh orang tua, komunikasi yang dibangun antara orang tua dan anak, dan kedekatan anak terhadap

orang tua. Menurut teori kelekatan (attachment) yang dikembangkan oleh John Bowlby (Djayadin & Munastiwi, 2020). penting bagi anak-anak untuk membangun hubungan yang kuat dan aman dengan pengasuh utama mereka saat mereka masih kecil. Untuk membangun kepercayaan dan rasa aman yang akan dirasakan oleh anak, ikatan yang aman sangat penting. Dengan adanya kedua hal ini, anak-anak dapat belajar dan mengeksplorasi dunia sekitar mereka dengan percaya diri tanpa takut.

Pola komunikasi otoriter, di mana orang tua mengorbankan kebebasan anak untuk mengungkapkan pendapat. Dalam pola komunikasi ini, orang tua memiliki sikap penerimaan yang sangat rendah terhadap anak, tetapi mereka juga memiliki kontrol yang kuat. Pola komunikasi ini mengharuskan anak untuk bertindak tanpa kompromi, bersikap tegas dan keras, dan seringkali memberikan

hukuman kepada anak. Pola komunikasi ini pun biasanya akan membuat anak merasa mudah tersinggung, penakut, pemurung dan merasa tidak bahagia, mengalami stress serta tidak bersahabat dengan orang lain (Djayadin & Munastiwi, 2020)

2) Keadaan Ekonomi Keluarga

Selain itu, ditemukan bahwa jumlah uang saku yang sedikit terkait dengan stres akademik, yang dapat menyebabkan anak depresi. Situasi finansial di mana anak tidak memiliki uang saku atau merasa bahwa keuangan keluarga kurang dari rata-rata dapat memberikan stres finansial bagi anak. Anak akan merasa tidak percaya diri dalam bergaul (Axelta & Abidin, 2022)

3) Tuntutan dari orang tua

Orang tua memberikan standar akademik dalam setiap pelajaran harus mendapatkan nilai yang bagus, misalnya tidak boleh dibawah 80 dan harus mendapatkan ranking dikelas. Standar ini lah yang membuat anak merasa

tertekan, cemas, ketakutan, dan stress (Sri Aprilia et al., 2023)

4) Tidak adanya bimbingan konseling dari guru

Banyak sekolah dasar yang tidak memiliki layanan bimbingan konseling secara khusus. Di sekolah dasar, terutama negeri tidak ada fasilitas bimbingan konseling oleh ahli yang paham, bimbingan konseling biasanya hanya dilakukan guru wali kelas. Padahal guru wali kelas tidak telalu paham bagaimana bimbingan konseling seharusnya dilakukan. Ini mengakibatkan kurangnya pemantauan sikap dan karakter peserta didik di sekolah dasar, sehingga banyak peserta didik yang menjadi nakal atau terganggu kesehatan mentalnya dan tidak bisa diberikan penanganan dengan benar (Sufia Rahmi & Nirwana, 2023)

5) Bullying

Dizaman sekarang banyak sekali kasus bullying yang terjadi, bahkan sampai pada

anak siswa sekolah dasar dan memberikan dampak yang mengerikan. Bullying adalah tindakan yang dapat merusak harkat dan martabat manusia, dan ada berbagai jenis bullying, termasuk bullying verbal, fisik, dan melalui media sosial. Dampak bullying terhadap motivasi belajar siswa termasuk menjadi malu berbicara dengan teman kelas karena selalu di ejek, belajar tidak nyaman, menjadi suka menyendiri, menyebabkan konflik dalam kelompok atau geng siswa, dan berdampak psikologis pada anak. Faktor lain yang berkontribusi pada bullying termasuk kecemburuan satu sama lain, seperti ukuran, fisik, kemampuan komunikasi, status sosial, dan faktor sosial (Maemunah & Sakban, 2023).

4. Peran Orang Tua, Guru dan Masyarakat Dalam Mengatasi Mental Illness

1) Peran orang tua

Dalam menjaga dan mengatasi kesehatan mental anak, dalam karya tulis Daniel

Stefanus, Bushnell memberikan penjelasan. Diawali dengan membawa mereka keahlian yang lebih paham, agar tau harus bersikap seperti apa. Selanjutnya, orang tua harus mempertimbangkan berbagai perilaku dan tindakan yang mereka lakukan di tempat kerjanya, termasuk yang paling penting—pengendalian diri—yang harus dimiliki orang tua untuk menjaga kesehatan mental anaknya. Orang tua harus bersabar, menghindari luka dan kemarahan, dan memilih dengan bijak apa yang dilarang. Ketiga, orang tua harus tahu bagaimana memperlakukan anak-anak mereka dengan kasih sayang, bukan dengan kekerasan atau kekerasan. Keempat, orang tua harus memperhatikan perkembangan kebaikan anaknya dan selalu senang, memuji, dan mengapresiasi apa yang mereka lakukan. Kelima, teguran harus diberikan kepada anak sebagai hukuman jika ia melakukan

kesalahan, tetapi bukan dengan dendam atau kekerasan. Keenam, ada kewajiban bagi orang tua untuk menemukan bukti bahwa anaknya tidak bersalah. Jika orang tua tidak dapat membuktikan bahwa anaknya telah melakukan pelanggaran, mereka tidak memiliki alasan untuk menuntut anaknya karena kelalaian atau tanpa bukti. Poin ketujuh menekankan bahwa perawatan anak harus sesuai dengan usianya, bukan untuk mendorongnya tumbuh dewasa dengan paksa (Kumowal et al., dalam Yulianti et al. (2024).

2) Peran sekolah

Selain peran orang tua, peran sekolah sangat penting dan dibutuhkan dalam mentasi kesehatan mental anak. Kepala sekolah, guru atau bahkan konselor sekolah harus bekerja sama untuk mengatasi hal tersebut. Kepala sekolah bisa membuat pengajuan untuk memberikan fasilitas bimbingan konseling oleh

ahlinya, agar siswa bisa ditangani dengan baik. Konselor sekolah dapat membantu menangani kesehatan mental siswa karena lebih paham cara untuk mengatasi permasalahan tersebut. Selain itu konselor sekolah harus dapat memaksimalkan fungsi pendidikan yang penting untuk menyeimbangkan prestasi akademik dan non akademik siswa. Sangat penting bagi konselor sekolah untuk menemukan apakah dan seberapa cepat siswa dengan masalah mental terlibat dalam layanan, dan apakah ini berdampak pada intervensi kesehatan mental dan prestasi akademik siswa (Pangestu et al., 2022)

3) Peran masyarakat

Lingkungan sekitar atau masyarakat juga memiliki peran yang penting dalam mengatasi mental illness seorang anak. Kehidupan masyarakat sangat bergantung pada komunikasi, terutama dalam hal komunikasi

kesehatan. Komunikasi sangat penting dalam komunikasi kesehatan mental, terutama dalam hal komunikasi dengan penyandang gangguan kesehatan mental dan keluarga untuk membantu mereka mengatasi masalah mereka. Untuk penyandang gangguan kesehatan mental usia sekolah dasar, komunikasi kesehatan sangat penting untuk memberikan wawasan dan pendidikan serta mengatur cara komunikasi dengan mereka sehingga mereka dapat. Selain itu, selama masa darurat kesehatan masyarakat, intervensi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental individu harus mempertimbangkan dengan cermat persepsi risiko yang bisa terjadi (Constantin et al., 2023).

D. Kesimpulan

Kesehatan mental pada siswa SD memiliki dampak yang cukup serius terhadap terjadinya konflik dan prestasi belajar siswa yang kian menurun. Ada beberapa jenis mental

illness diantaranya ADHD, depresi, ODD dan sebagainya yang memerlukan perhatian khusus bagi berbagai pihak. Gangguan Kesehatan mental ini dipicu oleh beberapa faktor yakni faktor pola asuh dan pola komunikasi orang tua, keadaan ekonomi, tuntutan-tuntutan, kurangnya layanan konseling di sekolah dan juga bullying yang dilakukan oleh teman sebayanya. Perlu adanya kerjasama antara orang tua, guru, masyarakat dan pihak profesional kesehatan mental untuk dapat berperan dalam mengatasi dan mencegah hal ini. Di sekolah sendiri, guru dapat memberikan perhatian khusus terkait dengan kesehatan mental ini dengan mengadakan layanan konseling dan juga dukungan dari pihak profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustira, S., & Rahmi, R. (2022). PENGGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA TINGKAT SD. MUBTADI: Jurnal Pendidikan Ibtidaiyah, 4(1), 72–80. <https://doi.org/10.19105/mubtadi.v4i1.6267>
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). TREND PENELITIAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI INDONESIA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI: LITERATURE REVIEW. Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Angi Dian Winei, A., Setiawan, A., Weraman, P., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Lingkungan Sekolah terhadap Hasil Belajar dan Kesehatan Mental Siswa. Journal on Education, 06(01), 317–327.
- Arianto, F., Setianingsih, E. S., & Saptariningsih, S. (n.d.). Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling tahun 2023 “Inovasi Layanan BK di Era Merdeka Belajar” Hubungan Antara Kondisi Kesehatan Mental Dengan Prestasi Akademik Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 6 Semarang Tahun 2023.
- Axelta, A., & Abidin, F. A. (2022). 2022_KESMAS_S4. Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa, 9(1), 34–48.
- Constantin, N. A., Rawis, D., & Setijadi, N. N. (2023). KOMUNIKASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA DAN PERAN MASYARAKAT MENANGGAPI ISU KESEHATAN MENTAL. Jurnal Cahaya Mandalika (JCM), 1894–1911.

- Desi, Yeneka Jacob, M., & Tulus Pilakoannu, R. (2020). Status Kesehatan Mental Dan Program Kesehatan Mental Anak Sekolah Dasar Di Halma- hera Utara. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 2020.
- Djayadin¹, C., & Munastiwi², E. (2020). Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19. 4(2).
- Ginting, R. L., Munthe, I. A. B., Maghfirah, S., Hafit, M., Zahrah, A. A., Simanjuntak, F., Simanjorang, V. B., Tamba, N. L., Barus, I. A. E., & Hutasoit, R. S. P. U. (2023). Peran Bimbingan Konseling pada Pengembangan Potensi Anak Gifted. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 160–166.
<https://doi.org/10.53299/bajpm.v3i2.347>
- Juhaeriah, J., Tajulfikri, M., & Apriany, D. (2020). PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP KECEMASAN PADA ANAK USIA SEKOLAH KELAS V (LIMA) DI SDN MELONG MANDIRI 4 KOTA CIMAHI. *PIN-LITAMAS II*, 2(1), 124–134.
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567.
- <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kisno Saputri, R., Indah Kusuma Pitaloka, R., Kusuma Wardani, K., & Aning Nur Nadhiffa, P. (2023). Increasing Adolescent Awareness About Mental Health Using Audiovisual Media. *Abdimas Umtas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM-Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya*, 6(1).
- Kuswadi, E. (2019). Peran Lingkungan Sekolah dalam Pengembangan Mental Siswa. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(1), 62–78.
- Maemunah, & Sakban, A. (2023). Dampak Bullying Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *CIVICUS : Pendidikan-Penelitian-Pengabdian Pendidikan Pancasila & Kewarganegaraan*, 11(2), 26–32.
- Municha Ariyanti, Ratnaningrum Z.D, & Moch. Ichdah Hayau Lailin. (2024). Komunikasi Tanpa Nama yang Jujur dan Terbuka : Studi Kasus pada Akun @Komunitasmaunangisaja di Twitter (X). *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 112–127.
<https://doi.org/10.47861/tuturan.v2i4.1236>
- Nurfadhillah, S., Huliatusunisa, Y., Sawitri, D., Hidayati, N., Sahidah, N., Rismawati, P., Deka Fitri, R., Ardani, R., Rahmawati, S.,

- Wardatul Inayah, S., Putry Prikustini, V., & Maulida, Z. (2024). Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dalam Proses Pembelajaran di Kelas Tinggi SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 1883–1888.
- Nurfadillah, S., Riswanti, C., Muflaha, D., & Solatun, S. (2022). PENDIDIKAN INKLUSI: GANGGUAN KETERLAMBATAN BICARA (SPEECH DELAY) PADA SISWA SDN SUKASARI 5. *T S A Q O F A H Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(6), 635–652. <https://ejournal.yasin-alsys.org/index.php/tsaqofah>
- Oktaviany, D., & Ramadan, Z. H. (2023). Analisis Dampak Bullying Terhadap Psikologi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(3), 1245–1251. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5400>
- Pangestu, D. B., Umari, T., & Yakub, E. (2022). LAYANAN BIMBINGAN KONSELING DI SEKOLAH DASAR. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 6(5), 1622. <https://doi.org/10.33578/pjr.v6i5.8978>
- Pramudita, W. R., Rindu, & Fathan Fadhillah. (2024). Pengabdian Masyarakat Stop Bullying, Jaga Kesehatan Mentalmu dan Budayakan Sikap Menghargai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat SAGA Komunitas*, 3(2), 286–291.
- Prihatiningsih, E., & Wijayanti, Y. (2019). Gangguan Mental Emosional Siswa Sekolah Dasar. *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT*. <https://doi.org/10.15294/higeia/v3i2/26024>
- Primadiamanti, A., Ciecilia Dewi, M., Kh, M., & Nirwan Fachrozi, M. (2023). PENCEGAHAN PERILAKU BULLYING SEBAGAI SALAH SATU FAKTOR RISIKO DEPRESI PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 17 GEDONG TATAAN. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 6(2), 128–139.
- Rahmawati, A. D., Lisnawati, D., & Windari, A. R. (2024). Strategi Guru dalam Menangani Anak ADHD (Attention Deficit Hiperactivity Disorder) dalam Pembelajaran di Kelas 2 SD Negeri Kalicacing 02 Salatiga. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 7. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i3.317>
- Sanusi. (2023). Pentingnya Mengutamakan Kesejahteraan Mental Siswa bagi Puncak Pencapaian Pedagogis. *EDUCHILD: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 14–31.
- Sari, D. N., Alfansuri, F. N., Aini, R. Q., Kapit, M. N., & Wulandari, A. T.

(2021). Kesiapan Pembelajaran Tatap Muka Dan Kesehatan Mental Siswa Sekolah Dasar Akibat Pembelajaran Daring. *Academica : Journal of Multidisciplinary Studies*, 5(2), 345–362.

(2021). Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. *Counseling As Syamil*, 1(01), 11–19.

Sri Aprilia, E., Zanetti Alfreda, A., Jannah, A., Solikhah, M., & Hendra Pradana, H. (2023). Dampak Toxic Parents terhadap Kesehatan Mental Remaja Akhir. *Psycho Aksara Jurnal Psikologi*, 210–225.

Sufia Rahmi, T., & Nirwana, H. (2023). PROBLEMATIKA LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH DASAR. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 10(3).

Suminar, D. R., & Hamidah, H. (2021). Membangun kesehatan mental anak usia dini dengan pengasuhan positif. *Indonesia Berdaya*, 2(1), 13–20.

<https://doi.org/10.47679/ib.202175>

Yulianti, Fadila, N., Chairnunisa, Cahyani, I. M., Zaliani, S., Riyani, D. O., & Sari, D. P. (2024). PERAN LINGKUNGAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL REMAJA. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(1), 144–152.

Zulfia, I., Meilinda, M., Ilma, N., Muskhafiyah, S., Studi Bimbingan dan Konseling Islam, P., Dakwah dan Komunikasi, F., Sunan Ampel Surabaya, U., & koresponden, P.