

# Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1

Eko Arik Susmiatin <sup>1</sup>, Melani Kartika Sari <sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, [mardhatillah469@gmail.com](mailto:mardhatillah469@gmail.com), 0822-3155-7625

<sup>2</sup>Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, [melastarte@gmail.com](mailto:melastarte@gmail.com), 0857-3100-7697

Anak merupakan generasi penerus bangsa, oleh karena itu kesehatannya perlu diperhatikan, termasuk kesehatan mental. Kesehatan mental yang baik dapat membantu anak mengelola emosi dengan baik sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan baik dan sehat. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kesehatan mental siswa kelas VI SDN Sambirobyong 1 melalui *Strength and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif analitik. Responden penelitian ini yaitu siswa SDN Sambirobyong 1 yang berada di kelas VI sebanyak 18 siswa. Kuesioner yang digunakan yaitu *Strength and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Komponen penilaian mencakup gejala emosional, gejala perilaku, gejala hiperaktif, gejala teman sebaya, dan gejala prososial. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 50% siswa mengalami gejala emosional, 33% mengalami gejala perilaku, 5% mengalami gejala hiperaktif, 61% mengalami gejala gangguan teman sebaya, dan 61% mengalami gejala prososial. Kesehatan mental siswa perlu dijaga, apalagi saat ini penggunaan ponsel pada anak juga cukup meningkat dan berpotensi menyebabkan gangguan emosional pada anak jika digunakan secara berlebihan.

**Kata kunci:** kesehatan mental, siswa, sekolah dasar

## Abstract

*Children are the nation's next generation, therefore their health needs to be paid attention to, including mental health. Good mental health can help children manage their emotions well so they can live a good and healthy life. The aim of this research is to determine the mental health picture of class VI students at SDN Sambirobyong 1 through the Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). This research uses a descriptive analytical approach. The respondents of this research were 18 students at SDN Sambirobyong 1 who were in class VI. The questionnaire used is the Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). Assessment components include emotional symptoms, behavioral symptoms, hyperactivity symptoms, peer symptoms, and prosocial symptoms. The research results showed that 50% of students experienced emotional symptoms, 33% experienced behavioral symptoms, 5% experienced hyperactivity symptoms, 61% peer relationship problem symptoms, and 61% experienced prosocial symptoms. Students' mental health needs to be maintained, especially now that children's use of cellphones is also quite increasing and has the potential to cause emotional disorders in children if used excessively.*

**Key words:** mental health, students, elementary school

## PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan anak yang menjadi siswa sekolah dasar dengan rentang usia 6 hingga 12 tahun. Perkembangan kemampuan anak usia ini yaitu kemampuan menghasilkan karya, berinteraksi, dan berprestasi sesuai dengan kemampuan diri. Pada tahap ini juga merupakan tahap tumbuh kembang di mana anak memiliki tugas perkembangan industri atau bisa menyelesaikan sesuatu secara produktif dan bertahap. Jika tugas perkembangan ini tidak tercapai dapat menyebabkan terjadinya inferiority atau harga diri rendah (1). Harga diri rendah yang tidak teratasi dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan jiwa.

Di negara maju seperti Amerika Serikat diperkirakan setiap tahunnya sebanyak 20-40% anak dan remaja mengalami gangguan mental. Menurut data Riskesdas tahun 2018, jumlah penduduk di Indonesia yang mengalami gangguan mental emosional mencapai 9,8% (2).

Kondisi neuropsikiatri merupakan penyebab utama terjadinya disabilitas di dunia. Sebesar 37% masa sehat hilang dan berpengaruh sangat besar terutama pada negara berpenghasilan menengah ke bawah. Penelitian di Eropa menunjukkan gangguan mental emosional menduduki urutan pertama dalam *Disability Adjusted Life Years (DALY's)* dengan prevalensi sebesar 103,7/10.000 (3).

Dalam beberapa tahun terakhir, gangguan mental anak dan remaja telah menjadi fokus kesehatan global. Berdasarkan data epidemiologi global, 12 hingga 13% anak dan remaja menderita gangguan mental. Di Singapura sebanyak 12,5% anak usia 6 hingga 12 tahun

memiliki gangguan emosi dan perilaku. Sementara itu di USA, 1,5 juta anak dan remaja dilaporkan mengalami gangguan mental emosional, perkembangan, dan perilaku yang persisten (4).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif analitik. Tempat penelitian di SDN Sambirobyong 1. Responden penelitian yaitu siswa sekolah dasar kelas 6 di SDN Sambirobyong. Jumlah responden yaitu 18 siswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu total sampling.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ)*. Kuesioner ini terdiri dari 25 pertanyaan yang terdiri dari 5 komponen yaitu gejala emosional, gejala perilaku, gejala gangguan teman sebaya, gejala hiperaktif, dan prososial. Kuesioner ini merupakan kuesioner tentang gangguan mental emosional pada anak usia 4 hingga 12 tahun yang digunakan secara global.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang status mental emosional siswa SD di SDN Sambirobyong 1 ini melibatkan 18 siswa yang berada di tingkat akhir atau kelas 6. Berikut distribusi data responden pada penelitian ini:

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-laki	11 (61%)
2	Perempuan	7 (39%)

Tabel 1. Data umum responden penelitian Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1

Seluruh responden berusia 12 tahun. Sebanyak 61% responden berjenis kelamin laki-laki, sementara 39% lainnya berjenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian status mental emosional pada siswa Sekolah Dasar Sambirobyong 1 pada Oktober 2022 menunjukkan hasil sebagai berikut:

No	Komponen SDQ	Prosentase Abnormal
1	Gejala Emosional	50 %
2	Gejala Perilaku	33 %
3	Gejala Hiperaktif	5,6 %
4	Gejala Gangguan Teman Sebaya	61 %
5	Gejala Prososial	0 %

Tabel 2 Status mental emosional yang abnormal pada penelitian Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1

No	Komponen SDQ	Prosentase Normal
1	Gejala Emosional	44 %
2	Gejala Perilaku	33 %
3	Gejala Hiperaktif	88 %
4	Gejala Gangguan Teman Sebaya	39 %
5	Gejala Prososial	89 %

Tabel 3: Status mental emosional kategori normal pada siswa penelitian Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1

No	Komponen SDQ	Prosentase Normal
1	Gejala Emosional	5,6 %
2	Gejala Perilaku	16,7 %

3	Gejala Hiperaktif	5,6 %
4	Gejala Gangguan Teman Sebaya	0 % 1
5	Gejala Prososial	11 %

Tabel 4. Status mental emosional kategori borderline pada penelitian Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1

Pada penelitian Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1 terdapat 50% siswa yang menunjukkan gejala emosional abnormal, 44% mengalami gejala emosional borderline melalui pengukuran status mental emosional menggunakan kuesioner SDQ. Di era digital seperti saat ini penggunaan gadget pada anak SD merupakan hal yang biasa. Namun terkadang penggunaan gadget tersebut kurang mendapatkan pengawasan dan pengontrolan. Dalam pertumbuhan emosi, anak yang menggunakan gadget menjadi mudah marah, suka membangkang, menirukan tingkah laku dalam gadgetserta berbicara sendiri pada gadget. Sedangkan pengaruhnya terhadap perkembangan moral, berdampak pada kedisiplinan, anak menjadi malas melakukan apapun, meninggalkan kewajibannya untuk beribadah, dan berkurangnya waktu belajar akibat terlalu sering bermain game dan menonton youtube (5). Penggunaan gadget yang tidak terkontrol membuat sebagian besar anak mengalami gangguan emosional dan perilaku. Gangguan emosional ini harus mendapatkan penanganan yang tepat agar tidak berkelanjutan dan dapat menyebabkan terjadinya gangguan jiwa.

Menurut para ahli di bidang psikologi setidaknya ada tiga hal negatif akibat kecanduan gadget atau internet yaitu tumbuh kembang anak menjadi kurang optimal karena terlalu sering banyak duduk karena asyik dengan gadgetnya, kecanduan untuk selalu menggunakan gadget untuk bermain game, berkomunikasi dengan orang yang tidak dikenal di dunia maya dan mengakses pornografi (6). Oleh karena itu peran orang tua dan orang dewasa disekitarnya sangatlah penting agar anak tidak mengalami kecanduan gadget yang menyebabkan berbagai gangguan emosional dan perilaku.

Pada penelitian ini juga terdapat 33% responden yang menunjukkan gejala perilaku abnormal dan 33% gejala perilaku. Gangguan perilaku pada anak dipengaruhi oleh banyak faktor. Gangguan perilaku didefinisikan sebagai perilaku berulang dan pola perilaku menetap yang melanggar hak-hak orang lain yang melanggar norma-norma dan aturan masyarakat. Jika gangguan perilaku ini dibiarkan, maka akan berdampak secara berkelanjutan dan akan menyebabkan kerusakan yang signifikan pada fungsi sosial, akademis, maupun masa depannya. Jika gangguan perilaku itu makin kompleks maka menyebabkan gangguan perilaku pada diri anak akan semakin parah. Gangguan ini mulai terjadi pada anak usia SD. Siswa Sekolah Dasar disebut usia kanak-kanak pertengahan, ditandai dengan mulai berkembangnya kemampuan membuat keputusan, memahami hubungan sebab-akibat, pemahaman sosial, mengatur emosi, dan kesadaran diri. Berdasarkan karakteristik kognitif, sosial, emosi, dan fisik, siswa-siswa sekolah dasar seringkali digolongkan sebagai banyak

bertingkah, kelebihan gerak, dan nakal dalam hubungan sosialnya. gangguan perilaku ini juga terbagi dalam 3 tingkatan yaitu : mild (ringan), moderate (sedang) dan severity (berat). Banyak pemuda dengan gangguan perilaku, kelainan perilakunya dimulai pada masa anak-anak, dan menimbulkan akibat jangka panjang pada masa remaja serta dewasa dan biasanya cenderung berat dan menetap (7).

Seperti kebanyakan kasus-kasus gangguan perilaku lainnya penyebab gangguan perilaku sangat kompleks dan saling berkaitan. Memang banyak variabel-variabel psikologis dan biologis yang telah dihubungkan dengan gangguan ini, meskipun variabel-variabel ini sulit dirinci. Pada banyak kasus misalnya terdapat kaitan antara interaksi genetik atau faktor neurologis dengan lingkungan keluarga yang disfungsi (Kerney, 2003 dalam Anisah, 2015).

Gangguan perilaku perlu dideteksi sejak dini agar anak tidak jatuh pada gangguan perilaku yang menetap hingga remaja dan dewasa. Pada anak yang menunjukkan gejala perilaku perlu dilakukan pengkajian secara lebih seksama tentang faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya gangguan perilaku tersebut. Peran orang tua dan keluarga sangat penting dalam mengkaji dan melakukan intervensi agar anak tidak mengalami gangguan perilaku yang menetap.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Galvin (1994) mereka menemukan bahwa bahan kimia dalam otak yang disebut neurotransmitter dapat terganggu oleh keadaan child abuse (kekerasan pada anak), penolakan dan kesalahan-kesalahan pola asuh / perawatan yang lain. Gangguan-

gangguan yang terjadi pada masa awal kehidupan akan lebih berakibat negatif pada anak. Oleh karena itu, stres pada masa anak akan mengganggu fungsi normal sistem saraf pusat lalu selanjutnya menimbulkan efek negatif pada perkembangan sosial dan perilakunya (7). Stres yang terjadi pada anak seringkali terjadi akibat tekanan dari lingkungan di sekitarnya, antara lain pola asuh orang tua, kekerasan dari orang tua, keluarga, atau teman sebaya. Hal ini juga perlu dikaji lebih lanjut pada siswa yang mengalami indikasi gangguan perilaku. Selanjutnya, jika gangguan perilaku tersebut sulit untuk diatasi oleh orang tua maupun guru maka, orang tua perlu mencari bantuan profesional seperti psikolog, psikiater, atau perawat spesialis jiwa untuk memberikan intervensi dan mengatasi hal tersebut. Bullying juga seringkali terjadi pada anak sekolah dasar. Bullying merupakan bentuk penganiayaan beraneka ragam yang dilakukan berulang kali pada seseorang mencakup agresi fisik maupun agresi emosional seperti mengejek, menggoda, mengancam, melecehkan dan mengucilkan. Jenis bullying terbagi menjadi 4 yaitu bullying verbal seperti mengejek, mencela, melecehkan dengan kata-kata, dan sebagainya. Jenis berikutnya yaitu bullying fisik mencakup memukul, mendorong, menendang, dan mencubit. Tipe selanjutnya yaitu bullying sosial mencakup menyebarkan rumor, fitnah, dan sebagainya. Jenis bullying yang keempat yaitu cyber bullying yang mencakup intimidasi melalui dunia digital, melakukan hate speech atau

## **SIMPULAN DAN SARAN**

memberikan komentar buruk di media sosial terhadap pihak lain (8).

Gangguan emosional dan perilaku pada anak usia sekolah dasar memang dapat disebabkan oleh banyak faktor. Salah satunya yaitu bullying. Bullying terlihat sepele, namun dampaknya dapat menjadi sangat serius bahkan dapat membuat anak menjadi stres, cemas, bahkan mengalami gangguan jiwa atau bunuh diri.

Anak yang melakukan bullying juga memiliki kecenderungan memiliki keterikatan yang rendah dengan aktivitas sekolah, prestasi sekolah yang buruk, dan tingkat membolos yang tinggi. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya bullying di sekolah adalah iklim sekolah, tidak adanya pencegahan bullying di sekolah dan strategi dukungan bagi korban bullying di sekolah. Penting sekali bagi orang tua dan guru untuk mengaji hal-hal yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan mental, emosional, dan perilaku pada anak dan melakukan pencegahan agar tidak terjadi gangguan mental emosional pada anak.

Peran guru dalam menciptakan suasana iklim belajar yang kondusif juga penting seperti tidak mencemooh atau menertawakan teman-temannya yang melakukan kesalahan dan meyakinkan anak bahwa berbuat salah adalah hal yang wajar pada anak. guru juga dapat memberikan penguatan positif terhadap kemampuan anak. Pelibatan orang tua juga sangat penting dalam upaya mencegah terjadinya gangguan mental, emosional, dan perilaku pada anak usia sekolah dasar.

Simpulan dari penelitian ini yaitu sebagian besar siswa kelas 6 di SDN Sambirobyong

mengalami gangguan di aspek emosional dan perilaku menurut pengukuran SDQ. Diperlukan dukungan dari berbagai pihak, mulai dari orang tua dan guru untuk mengkaji faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan mental emosional dan perilaku pada anak dan melakukan pencegahan. Jika anak telah mengalami gangguan emosional dan perilaku yang menetap, maka sebaiknya orang tua membawanya ke profesional terkait seperti psikolog, psikiater, atau perawat spesialis jiwa untuk mendapatkan intervensi yang tepat.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Malfasari. PENDIDIKAN KESEHATAN JIWA PADA TAHAP PERKEMBANGAN USIA SEKOLAH | Malfasari | JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri) [Internet]. 2020. 2020 [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/2720>
2. Kemkes. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan [Internet]. 2022. 2022 [cited 2024 Jan 23]. Available from: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/974/minimnya-kesadaran-masyarakat-terhadap-mental-health](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/974/minimnya-kesadaran-masyarakat-terhadap-mental-health)
3. Prihatiningsih E, Wijayanti Y. Gangguan Mental Emosional Siswa Sekolah Dasar. HIGEIA (Journal Public Health Res Dev [Internet]. 2019 May 2 [cited 2024 Jan 21];3(2):252–62. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/higeia/article/view/26024>
4. Prihatiningsih E. Gangguan Mental Emosional Siswa Sekolah Dasar | HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development) [Internet]. 2019. 2019 [cited 2024 Jan 21]. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/26024>
5. Syifa L, Setianingsih ES, Sulianto J. Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. J Ilm Sekolah Dasar [Internet]. 2019 Nov 4 [cited 2024 Jan 27];3(4):527–33. Available from: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JISD/article/view/22310>
6. Surti D, Universitas J, Negeri I, Sultan AJ, 63 Makassar AN. KECANDUAN ONLINE ANAK USIA DINI ONLINE ADDICTION TO EARLY CHILDHOOD. WALASUJI. 2019;10(1).
7. Anisah AS. GANGGUAN PERILAKU PADA ANAK DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK USIA SEKOLAH DASAR. JPSD (Jurnal Pendidik Sekolah Dasar) [Internet]. 2015 Sep 16 [cited 2024 Jan 27];1(2):5–20. Available from: <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jpsd/article/view/689>
8. Widyarti Utami T, Sri Astuti Y, Kemenkes Bandung P, Studi Keperawatan Bogor P, studiners P, Tinggi Ilmu Kesehatan kendal S. HUBUNGAN KECEMASAN DAN PERILAKU BULLYING ANAK SEKOLAH DASAR. J Ilmu Keperawatan Jiwa [Internet]. 2019 May 28 [cited 2024 Jan 27];2(1):1–6. Available from: <https://www.journal.ppnijateng.org/index.php/ikj/article/view/264> di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok. Malahayati Nurs J.

- 2023;5(7):2267–79.
9. Studi P, Kesehatan I, Sam U, Manado R. Analisis Faktor–Faktor Risiko Hiperurisemia Pada Masyarakat Di Pulau Manado Tua. *J Kesehat Masy.* 2023;7(April).
  10. Nurhayati. Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Penyakit Gout (Asam Urat) Di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Taweli. *J KESMAS.* 2018;7(6):134–47.
  11. Widayati D, Yusuf A, Fitryasari R. Peningkatan Penerimaan Pada yeri Kronis, Comfort dan Kualitas Hidup Lansia Melalui Acceptance and Commitment Therapy (ACT). *J Ners [Internet].* 2014;9(2):252–61. Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/>
  12. Azizah FA, Nurhidayati T. Penurunan Intensitas Nyeri Sendi Pasien Lansia Dengan Gout Arthritis Menggunakan Kompres Jahe. 2023;4(2).
  13. Algifari MRN, Darma S, Reagan M. Sebuah Pengetahuan Penyakit Gout Arthritis Pada Pasien Di Poliklinik Reumatologi RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. *Sriwij J Med.* 2020;3(1):57–64.