

PERSEPSI DAN KESIAPAN GURU TERHADAP PENDIDIKAN KESEHATAN MENTAL: STUDI SURVEI AWAL DI KECAMATAN ALAS, KABUPATEN SUMBAWA

Hamsu Kadriyan^{1*}, Gunawan², Muthia Cenderadewi¹, Ni Made Yeni Suranti², Marisa Syavitri Dilaga¹, Muhammad Hilmy As Shiddiq¹, Lalu Hizrian Zikri Hamdi¹

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram

²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram

*Email: hamsu@unram.ac.id

Naskah diterima: 29-05-2026, disetujui: 31-05-2026, diterbitkan: 31-05-2026

DOI: <http://dx.doi.org/10.29303/jppm.v9i2.12252>

Abstrak - Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung perkembangan peserta didik. Guru memiliki peran strategis dalam mengenali, memahami, dan memberikan dukungan awal terhadap berbagai permasalahan kesehatan mental yang dialami siswa. Namun, keterbatasan pengetahuan dan keterampilan guru dalam bidang kesehatan mental masih menjadi tantangan di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan survei kebutuhan sebagai dasar penyusunan program pelatihan edukasi kesehatan mental bagi guru di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa. Survei dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif terhadap 47 guru dari jenjang TK/PAUD, SD/MI, dan SMP/MTs. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup aspek pemahaman dasar kesehatan mental, pengalaman guru dalam menangani permasalahan psikologis siswa, serta kebutuhan pelatihan kesehatan mental. Hasil survei menunjukkan bahwa guru memiliki persepsi positif terhadap pentingnya kesehatan mental di sekolah, ditunjukkan oleh tingginya skor pada aspek lingkungan belajar yang aman dan suportif (3,69) serta peran guru dalam mendukung kesehatan mental siswa (3,62). Meskipun demikian, guru masih mengalami kesulitan dalam mengenali dan menangani permasalahan emosional siswa. Selain itu, terdapat kebutuhan yang tinggi terhadap pelatihan kesehatan mental, khususnya terkait strategi penanganan siswa dengan masalah emosional, komunikasi empatik, dan manajemen stres. Temuan ini menjadi dasar dalam merancang program pelatihan kesehatan mental yang relevan dan aplikatif guna meningkatkan kapasitas guru dalam mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik serta menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan inklusif.

Kata kunci: kesehatan mental, pelatihan guru, lingkungan sekolah

LATAR BELAKANG

Kesehatan mental di lingkungan sekolah menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan karena memengaruhi proses belajar, kesejahteraan peserta didik, dan kualitas interaksi di kelas. Dalam konteks sekolah, guru memiliki peran strategis tidak hanya sebagai fasilitator pembelajaran, tetapi juga sebagai individu yang berinteraksi langsung dengan kondisi emosional dan sosial siswa setiap hari (Nwoko et al., 2023; Glazzard et al., 2020). Oleh karena itu, guru perlu memiliki pemahaman yang memadai mengenai kesehatan mental agar mampu mengenali gejala awal permasalahan psikologis, memberikan dukungan awal, serta

menciptakan lingkungan belajar yang aman dan suportif bagi peserta didik (Prabu et al., 2025).

Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental guru masih tergolong rendah, terutama terkait pemahaman mengenai tanda-tanda gangguan mental, strategi penanganan awal, dan pendekatan psikologis sederhana di lingkungan sekolah (Agyapong et al., 2023; Ghasemi et al., 2025). Kondisi ini semakin menantang bagi guru di daerah yang memiliki keterbatasan akses terhadap pelatihan maupun sumber informasi terkait kesehatan mental. Rendahnya pemahaman tersebut dapat berdampak pada kurang optimalnya dukungan yang diberikan

kepada siswa, sekaligus memengaruhi kesejahteraan psikologis guru itu sendiri.

Sebagai upaya meningkatkan pemahaman dan kesiapan guru terhadap isu kesehatan mental, dilaksanakan kegiatan pelatihan edukasi kesehatan mental bagi guru di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa. Sebelum pelatihan dilaksanakan, dilakukan survei awal untuk mengidentifikasi persepsi, tingkat pemahaman, dan kesiapan guru terkait pendidikan kesehatan mental di sekolah. Survei awal menjadi penting karena dapat memberikan gambaran kondisi nyata peserta pelatihan sekaligus menjadi dasar dalam menentukan kebutuhan materi dan pendekatan pelatihan yang sesuai (Kadriyan et al., 2024).

Selain itu, identifikasi kondisi awal guru diperlukan untuk memahami sejauh mana kesehatan mental telah dipahami sebagai bagian penting dalam proses pendidikan. Guru yang memiliki persepsi positif terhadap pendidikan kesehatan mental cenderung lebih terbuka dalam mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat secara psikologis (Kadriyan et al., 2025). Sebaliknya, kurangnya pemahaman dan kesiapan dapat menjadi hambatan dalam implementasi pendidikan kesehatan mental di sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil survei awal mengenai persepsi dan kesiapan guru terhadap pendidikan kesehatan mental sebelum mengikuti pelatihan edukasi kesehatan mental. Hasil survei diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kebutuhan guru dalam penguatan literasi kesehatan mental sekaligus menjadi dasar pengembangan program pelatihan yang lebih relevan dan kontekstual bagi pendidik

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan analisis kebutuhan

menggunakan survei untuk memperoleh gambaran awal mengenai persepsi dan kesiapan guru terhadap pendidikan kesehatan mental sebelum pelaksanaan pelatihan edukasi kesehatan mental. Kegiatan melibatkan 47 guru dari jenjang TK/PAUD, SD/MI, dan SMP/MTs di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa yang menjadi peserta pelatihan. Berdasarkan karakteristik peserta, sebanyak 53,2% berjenis kelamin perempuan dan 46,8% laki-laki. Ditinjau dari usia, mayoritas peserta berusia lebih dari 45 tahun (51,1%), diikuti kelompok usia 36–45 tahun (25,5%), usia 25–35 tahun (21,3%), dan kurang dari 25 tahun (2,1%). Berdasarkan pengalaman mengajar, sebagian besar peserta telah mengajar lebih dari 20 tahun (42,6%), diikuti pengalaman mengajar 11–20 tahun (25,5%), kurang dari 5 tahun (19,1%), dan 5–10 tahun (12,8%). Adapun berdasarkan jenjang sekolah, peserta didominasi oleh guru SD/MI sebesar 53,2%, guru TK/PAUD sebesar 34%, dan guru SMP/MTs sebesar 12,8%.

Data kebutuhan peserta dikumpulkan menggunakan kuesioner survei awal yang disusun untuk mengidentifikasi persepsi dan kesiapan guru terhadap pendidikan kesehatan mental. Aspek yang dikaji meliputi: (1) pemahaman dasar tentang kesehatan mental, (2) pengalaman guru dalam menghadapi permasalahan kesehatan mental di sekolah, dan (3) kebutuhan guru terhadap pelatihan kesehatan mental. Instrumen menggunakan skala Likert 1–4 dengan kategori penilaian mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Selain pertanyaan tertutup, kuesioner juga dilengkapi dengan pertanyaan terbuka untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai pengalaman dan kebutuhan peserta.

Pengumpulan data dilakukan sebelum pelatihan dimulai melalui pengisian kuesioner secara langsung oleh peserta. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan

menghitung persentase dan rerata skor pada setiap aspek yang diukur. Sementara itu, tanggapan pada pertanyaan terbuka digunakan untuk melengkapi dan memperkuat hasil analisis kuantitatif. Hasil analisis kemudian dimanfaatkan sebagai dasar penyusunan materi dan strategi pelaksanaan pelatihan edukasi kesehatan mental bagi guru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil survei awal memberikan gambaran mengenai kondisi awal persepsi, pengalaman, dan kebutuhan guru terkait pendidikan kesehatan mental sebelum mengikuti pelatihan edukasi kesehatan mental. Survei ini penting dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat kesiapan guru serta memahami tantangan yang dihadapi guru dalam menangani isu kesehatan mental di lingkungan sekolah. Selain itu, hasil survei juga menjadi dasar dalam menentukan materi kebutuhan peserta

Berdasarkan survei yang diberikan sebelum sesi pelatihan dimulai, responden terdiri dari 47 guru dari berbagai jenjang pendidikan di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa. Berdasarkan jenis kelamin, responden didominasi oleh perempuan sebesar 53,2%, sedangkan laki-laki sebesar 46,8%. Ditinjau dari usia, mayoritas responden berusia di atas 45 tahun (51,1%), diikuti oleh usia 36–45 tahun (25,5%), usia 25–35 tahun (21,3%), dan kurang dari 25 tahun (2,1%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta pelatihan merupakan guru dengan usia matang dan pengalaman mengajar yang cukup panjang. Kondisi ini juga menunjukkan bahwa pelatihan diikuti oleh guru yang memiliki pengalaman cukup dalam dunia pendidikan, sehingga jawaban yang diberikan merepresentasikan pengalaman nyata di lapangan.

Hal tersebut diperkuat oleh data lama mengajar yang menunjukkan bahwa 42,6% responden telah mengajar selama lebih dari 20

tahun. Sementara itu, 25,5% memiliki pengalaman mengajar 11–20 tahun, 19,1% kurang dari 5 tahun, dan 12,8% 5–10 tahun. Berdasarkan jenjang sekolah, responden didominasi oleh guru SD/MI sederajat (53,2%), diikuti oleh guru TK/PAUD (34%) dan SMP/MTs sederajat (12,8%). Komposisi responden ini menunjukkan bahwa pelatihan kesehatan mental melibatkan guru dengan latar belakang pengalaman dan jenjang pendidikan yang beragam.

Karakteristik responden tersebut memberikan gambaran bahwa sebagian besar guru telah memiliki pengalaman panjang dalam menghadapi dinamika pembelajaran dan perkembangan peserta didik di sekolah. Pengalaman tersebut berpotensi memengaruhi cara guru memahami pentingnya kesehatan mental dalam proses pendidikan. Oleh karena itu, analisis selanjutnya difokuskan pada pemahaman dasar guru tentang kesehatan mental sebagai landasan penting dalam membangun lingkungan belajar yang sehat dan suportif bagi peserta didik.

A. Persepsi Guru

Hasil survei pada aspek pemahaman dasar tentang kesehatan mental menunjukkan bahwa sebagian besar guru telah memiliki persepsi positif terhadap pentingnya kesehatan mental di lingkungan sekolah. Guru menyadari bahwa kesehatan mental memiliki pengaruh terhadap proses belajar siswa serta berperan penting dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang aman dan nyaman. Namun demikian, tingkat pemahaman guru terhadap aspek teknis, seperti mengenali tanda-tanda masalah emosional dan memberikan dukungan awal kepada siswa, masih memerlukan penguatan melalui pelatihan dan pendampingan yang berkelanjutan. Pada Tabel 1 disajikan persepsi guru terkait pemahaman tentang pendidik.

Tabel 1. Persepsi Guru terhadap Pendidikan Kesehatan Mental

Pernyataan	Rata-rata Skor
Saya memahami pengertian kesehatan mental	3,36
Saya mengetahui tanda-tanda peserta didik yang mengalami masalah emosional	3,29
Kesehatan mental siswa memengaruhi proses belajar di kelas	3,53
Guru memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental siswa	3,62
Saya mengetahui cara memberikan dukungan awal kepada siswa yang mengalami tekanan psikologis	3,16
Saya memahami pentingnya lingkungan sekolah yang aman dan suportif	3,69

Hasil survei menunjukkan bahwa guru memiliki persepsi positif terhadap pentingnya pendidikan kesehatan mental di sekolah. Pernyataan dengan rerata skor tertinggi terdapat pada aspek pemahaman tentang pentingnya lingkungan sekolah yang aman dan suportif, dengan nilai rata-rata 3,69 dari skala 4. Selain itu, guru juga menunjukkan tingkat persetujuan yang tinggi terhadap pernyataan bahwa guru memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental siswa dengan rerata skor 3,62. Tingginya skor pada kedua aspek tersebut menunjukkan bahwa para guru telah menyadari bahwa kesehatan mental merupakan bagian penting dalam proses pendidikan. Guru memahami bahwa lingkungan belajar yang nyaman dan suportif dapat memengaruhi kondisi emosional siswa sekaligus mendukung keberhasilan pembelajaran di kelas. Hal ini juga diperkuat oleh tingginya skor pada pernyataan bahwa kesehatan mental siswa memengaruhi proses belajar di kelas dengan rerata 3,53. Temuan dari hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian oleh Kutcher et al. (2016)

yang menyatakan bahwa guru memiliki peran strategis dalam mendukung kesehatan mental peserta didik karena sekolah merupakan lingkungan yang paling dekat dengan perkembangan sosial dan emosional siswa. Peningkatan literasi kesehatan mental guru dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesiapan guru dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

Temuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga didukung oleh hasil studi Douwes et al. (2024) yang menemukan bahwa sebagian besar pendidik memandang kesehatan mental sebagai bagian penting dari proses pendidikan dan menganggap diri mereka memiliki tanggung jawab dalam mendukung kesejahteraan mental peserta didik. Meningkatnya permasalahan kesehatan mental di kalangan siswa menyebabkan peran guru tidak lagi terbatas pada aspek akademik, tetapi juga mencakup dukungan sosial dan emosional bagi peserta didik. Kesadaran guru terhadap pentingnya kesehatan mental juga menunjukkan berkembangnya pemahaman bahwa lingkungan sekolah yang positif berkontribusi pada keberhasilan belajar siswa. Hal ini sejalan dengan kajian yang dilakukan oleh Sadler et al. (2024) yang menjelaskan bahwa literasi kesehatan mental di sekolah dapat membantu menciptakan iklim pembelajaran yang lebih sehat, meningkatkan kesejahteraan siswa, serta mendukung identifikasi dini terhadap masalah psikologis yang dialami peserta didik.

Meskipun demikian, pemahaman teknis guru terkait kesehatan mental masih perlu diperkuat. Pernyataan mengenai pemahaman pengertian kesehatan mental memperoleh rerata 3,36, sedangkan kemampuan mengenali tanda-tanda peserta didik yang mengalami masalah emosional memperoleh rerata 3,29. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru telah memiliki pemahaman dasar mengenai kesehatan mental, namun masih membutuhkan

penguatan pada aspek identifikasi masalah psikologis siswa secara lebih mendalam. Kondisi ini sejalan dengan hasil systematic review yang dilakukan oleh Yulianti et al. (2021) yang menyimpulkan bahwa meskipun guru umumnya memiliki kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, tingkat literasi kesehatan mental mereka masih berada pada kategori sedang dan belum sepenuhnya memadai untuk mengenali gejala gangguan mental maupun memberikan bantuan awal kepada siswa. Hasil yang serupa juga ditemukan dalam penelitian Spyropoulou et al. (2025) yang menunjukkan bahwa banyak guru merasa cukup memahami pentingnya kesehatan mental, namun masih kurang percaya diri dalam mengidentifikasi permasalahan psikologis siswa dan menentukan langkah penanganan yang tepat. Pelatihan kesehatan mental menjadi kebutuhan penting untuk meningkatkan kompetensi guru dalam mendeteksi dan merespons masalah kesehatan mental sejak dini.

Pengembangan literasi kesehatan mental perlu diwujudkan melalui penerapan yang terintegrasi, meliputi kurikulum kesehatan mental, penguatan dukungan sosial, dan komitmen institusi pendidikan. Integrasi ketiga komponen tersebut berperan penting dalam membangun lingkungan pendidikan yang mendukung terbentuknya calon guru yang kompeten secara akademik, resilien secara psikologis, serta memiliki kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan merespons berbagai tantangan kesehatan mental yang dihadapi dirinya maupun peserta didik (Kadriyan et al., 2026). Lebih lanjut, penelitian oleh Miller et al. (2019) menemukan bahwa tingkat literasi kesehatan mental guru berhubungan dengan peningkatan literasi kesehatan mental siswa. Guru yang memiliki pemahaman yang baik mengenai kesehatan mental cenderung lebih mampu memberikan informasi, dukungan, dan arahan yang tepat kepada siswa yang

mengalami masalah emosional. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan kompetensi guru dalam bidang kesehatan mental tidak hanya berdampak pada guru itu sendiri, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis peserta didik secara keseluruhan.

Dengan demikian, hasil survei ini menunjukkan bahwa guru telah memiliki kesadaran yang baik terhadap pentingnya kesehatan mental dalam pendidikan, namun masih membutuhkan penguatan literasi kesehatan mental pada aspek yang lebih praktis, khususnya dalam mengenali tanda-tanda gangguan psikologis, memberikan dukungan awal, serta menentukan langkah penanganan yang sesuai. Oleh karena itu, pelatihan kesehatan mental menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kapasitas guru dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman, inklusif, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis peserta didik.

B. Pengalaman Guru di Sekolah

Pengalaman guru dalam menghadapi isu kesehatan mental di sekolah merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kesiapan mereka dalam memberikan dukungan kepada peserta didik. Guru tidak hanya berperan sebagai fasilitator pembelajaran, tetapi juga sering menjadi pihak pertama yang menyaksikan perubahan perilaku, kondisi emosional, maupun berbagai permasalahan psikososial yang dialami siswa. Oleh karena itu, survei ini juga menggali pengalaman guru terkait permasalahan kesehatan mental yang ditemui di sekolah, dukungan yang tersedia, serta tantangan yang dihadapi dalam proses penanganannya. Hasil analisis terhadap aspek pengalaman guru di sekolah disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengalaman Guru di Sekolah tentang Kesehatan Mental

Pernyataan	Rata-rata Skor
Saya merasa kesulitan menangani siswa dengan masalah perilaku atau emosi	2,73
Sekolah memiliki dukungan terhadap kesehatan mental siswa	3,18
Komunikasi antara guru dan orang tua terkait kondisi psikologis siswa berjalan baik	3,27
Beban kerja guru dapat memengaruhi kesehatan mental guru	2,87

Berdasarkan hasil survei, sebagian besar guru mengaku pernah menemukan siswa yang mengalami kecemasan atau stres di sekolah. Selain itu, guru juga menyatakan mengalami kesulitan dalam menangani siswa dengan masalah perilaku atau emosi, dengan rerata skor sebesar 2,73. Data ini menunjukkan bahwa permasalahan emosional dan perilaku siswa merupakan tantangan nyata yang dihadapi guru dalam proses pembelajaran sehari-hari. Pada aspek dukungan sekolah, responden memberikan rerata skor 3,18 terhadap pernyataan bahwa sekolah memiliki dukungan terhadap kesehatan mental siswa. Sementara itu, komunikasi antara guru dan orang tua terkait kondisi psikologis siswa memperoleh rerata 3,27. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan lingkungan sekolah dan komunikasi dengan orang tua sudah mulai terbentuk, meskipun masih memerlukan penguatan agar penanganan masalah kesehatan mental siswa dapat dilakukan secara lebih optimal dan kolaboratif.

Selain menghadapi masalah kesehatan mental siswa, guru juga menghadapi tekanan psikologis dalam pekerjaan mereka sendiri. Pernyataan mengenai pengaruh beban kerja terhadap kesehatan mental guru memperoleh

rerata skor 2,87. Beberapa responden juga menyatakan pernah mengalami stres atau burnout akibat pekerjaan sebagai guru. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesehatan mental guru juga perlu menjadi perhatian dalam pengembangan program pendidikan dan pelatihan. Temuan dari kegiatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru pernah menghadapi siswa yang mengalami kecemasan, stres, maupun berbagai permasalahan emosional di sekolah. Namun demikian, guru masih mengalami kesulitan dalam menangani siswa dengan masalah perilaku dan emosi. Hasil ini mengindikasikan bahwa meskipun guru merupakan pihak yang paling dekat dengan peserta didik dalam keseharian di sekolah, mereka belum sepenuhnya memiliki kompetensi yang memadai untuk mengidentifikasi dan memberikan dukungan awal terhadap permasalahan kesehatan mental siswa. Temuan dari survei awal kegiatan ini sejalan dengan penelitian oleh Reinke et al. (2011) yang menemukan bahwa guru sering menjadi pihak pertama yang mengamati munculnya masalah emosional dan perilaku pada siswa, tetapi banyak guru merasa kurang memiliki keterampilan dan kepercayaan diri dalam melakukan intervensi yang tepat. Kondisi tersebut menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental siswa sering kali tidak tertangani secara optimal pada tahap awal, padahal intervensi dini merupakan faktor penting dalam pencegahan masalah psikologis yang lebih serius.

Selain itu, hasil survei menunjukkan bahwa dukungan sekolah terhadap kesehatan mental siswa serta komunikasi antara guru dan orang tua telah mulai terbentuk, meskipun masih memerlukan penguatan. Temuan ini mendukung pandangan bahwa kesehatan mental siswa tidak dapat ditangani oleh guru secara individual, melainkan membutuhkan

kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan berbagai pihak terkait. Menurut Weare & Nind (2011), pendekatan kesehatan mental yang efektif di sekolah harus dilakukan melalui pendekatan menyeluruh (whole-school approach), yang melibatkan kebijakan sekolah, keterlibatan orang tua, serta dukungan sosial yang berkelanjutan. Sekolah yang mampu membangun kolaborasi positif antara guru dan orang tua cenderung lebih berhasil dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik.

Temuan lain yang tidak kalah penting adalah adanya pengaruh beban kerja terhadap kesehatan mental guru. Sebagian responden mengaku pernah mengalami stres maupun kelelahan emosional (burnout) akibat tuntutan pekerjaan. Hasil ini memperlihatkan bahwa isu kesehatan mental tidak hanya dialami oleh siswa, tetapi juga oleh guru sebagai pendidik. Penelitian Herman et al. (2021) menunjukkan bahwa tingkat stres dan burnout guru yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kualitas pembelajaran, hubungan guru dengan siswa, serta kesejahteraan psikologis guru itu sendiri. Oleh karena itu, program pelatihan kesehatan mental tidak hanya perlu berfokus pada peningkatan kemampuan guru dalam mendukung siswa, tetapi juga perlu membekali guru dengan strategi menjaga kesehatan mental dan mengelola stres kerja secara efektif. Dengan demikian, penguatan kapasitas guru dalam bidang kesehatan mental diharapkan dapat memberikan manfaat ganda, yaitu meningkatkan kesejahteraan guru sekaligus mendukung terciptanya lingkungan belajar yang lebih sehat bagi peserta didik.

C. Kebutuhan Guru terhadap Pelatihan

Selain mengidentifikasi tingkat pemahaman dan pengalaman guru dalam menghadapi permasalahan kesehatan mental di

sekolah, survei ini juga menggali kebutuhan guru terhadap pelatihan kesehatan mental. Aspek ini penting untuk dikaji karena kebutuhan pelatihan mencerminkan kesenjangan antara kompetensi yang dimiliki guru saat ini dengan kompetensi yang diperlukan dalam menghadapi berbagai tantangan kesehatan mental peserta didik. Melalui identifikasi kebutuhan tersebut, program pelatihan dapat dirancang secara lebih relevan dan sesuai dengan kondisi nyata yang dihadapi guru di lingkungan sekolah. Hasil survei pada Tabel 3 secara umum menunjukkan bahwa guru memiliki kebutuhan yang tinggi terhadap pelatihan kesehatan mental. Temuan ini mengindikasikan bahwa guru menyadari pentingnya peningkatan kapasitas diri untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa maupun menjaga kesehatan mental mereka sendiri.

Tabel 3. Persepsi Guru tentang Kebutuhan Pelatihan Kesehatan Mental

Pernyataan	Rata-rata Skor
Saya membutuhkan pelatihan tentang kesehatan mental siswa	3,64
Saya ingin mempelajari strategi menangani siswa bermasalah secara emosional	3,64
Saya membutuhkan pelatihan tentang manajemen stres bagi guru	3,60
Saya tertarik mempelajari teknik komunikasi empatik kepada siswa	3,64
Pelatihan kesehatan mental penting dilakukan secara berkala	3,64

Aspek kebutuhan pelatihan memperoleh respons yang sangat tinggi dari responden. Pernyataan mengenai kebutuhan pelatihan kesehatan mental siswa memperoleh rerata skor 3,64. Nilai yang sama juga ditemukan pada aspek kebutuhan mempelajari strategi menangani siswa bermasalah secara emosional,

ketertarikan terhadap teknik komunikasi empatik kepada siswa, serta pentingnya pelatihan kesehatan mental dilakukan secara berkala. Tingginya kebutuhan pelatihan yang ditunjukkan oleh responden mengindikasikan bahwa guru menyadari pentingnya peningkatan kompetensi dalam bidang kesehatan mental. Guru tidak hanya membutuhkan pemahaman konseptual mengenai kesehatan mental siswa, tetapi juga keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam situasi nyata di sekolah. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tuntutan peran guru sebagai pendidik yang berhadapan langsung dengan berbagai permasalahan emosional siswa dan kompetensi yang dimiliki dalam memberikan dukungan yang tepat. Meskipun guru memiliki sikap positif terhadap pendidikan kesehatan mental, mereka sering kali merasa kurang percaya diri dalam mengenali gejala gangguan psikologis dan melakukan penanganan awal terhadap siswa yang membutuhkan bantuan. Oleh karena itu, pelatihan kesehatan mental dipandang sebagai kebutuhan penting untuk meningkatkan kapasitas guru dalam mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik (Loades & Mastroiannopoulou, 2010; Reinke et al., 2011).

Hasil pertanyaan terbuka semakin memperkuat temuan tersebut, di mana guru melaporkan sering menjumpai siswa yang mengalami kecemasan, kurang percaya diri, perilaku emosional, bullying, dan kesulitan mengendalikan emosi. Guru juga mengungkapkan kesulitan dalam memahami kondisi emosional siswa, menenangkan siswa yang mengalami masalah, serta menentukan langkah penanganan yang tepat. Berbagai tantangan tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan guru tidak hanya terbatas pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pengembangan keterampilan komunikasi empatik, strategi intervensi awal, dan manajemen kelas yang responsif terhadap

kesehatan mental. Kegiatan sebelumnya menunjukkan bahwa pelatihan kesehatan mental yang terstruktur mampu meningkatkan literasi kesehatan mental guru, kemampuan identifikasi dini, serta kesiapan dalam memberikan dukungan kepada siswa. Selain itu, pengembangan kapasitas guru perlu dilakukan secara berkelanjutan sebagai bagian dari pendekatan kesehatan mental berbasis sekolah (*whole-school approach*) agar tercipta lingkungan belajar yang mendukung kesejahteraan psikologis seluruh warga sekolah (Kutcher et al., 2016; Weare & Nind, 2011).

Sebagai tindak lanjut dari hasil survei tersebut, dilaksanakan kegiatan Pelatihan Edukasi Kesehatan Mental bagi Guru di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa. Kegiatan pelatihan diawali dengan penyampaian materi mengenai pengenalan masalah kesehatan mental yang umum pada anak dan remaja, pencegahan masalah perilaku dan manajemen kelas suportif, dan menjadi guru inovatif yang mencerdaskan, menyehatkan, dan membahagiakan. Selain sesi penyampaian materi, pelatihan juga dilaksanakan secara partisipatif melalui diskusi Diskusi yang terlaksana menunjukkan tingginya antusiasme peserta dalam memahami kesehatan mental dan memperkuat temuan survei bahwa guru membutuhkan ruang belajar yang memungkinkan mereka memperoleh solusi praktis terhadap berbagai tantangan yang dihadapi di sekolah. Partisipasi aktif peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa isu kesehatan mental telah menjadi perhatian penting di kalangan guru. Banyak peserta menyampaikan bahwa materi yang diberikan relevan dengan kebutuhan mereka dan dapat membantu meningkatkan pemahaman serta kesiapan dalam menghadapi berbagai permasalahan psikologis peserta didik. Temuan ini memperkuat hasil survei sebelumnya yang menunjukkan tingginya kebutuhan guru

terhadap pelatihan kesehatan mental yang berkelanjutan dan kontekstual.



Gambar 1. Pengisian Tes dan Survei Awal Pelatihan



Gambar 2. Penyampaian Materi Pelatihan



Gambar 3. Sesi Kuis Interaktif

Berdasarkan hasil survei dan pelaksanaan pelatihan, dapat dipahami bahwa guru memiliki kesadaran yang baik mengenai pentingnya kesehatan mental dalam pendidikan, namun masih memerlukan penguatan kompetensi dalam aspek yang lebih praktis. Pelatihan yang dilaksanakan menjadi langkah awal dalam

meningkatkan literasi kesehatan mental guru, sekaligus memperkuat kesiapan mereka dalam mengenali, memahami, dan memberikan dukungan awal terhadap berbagai permasalahan psikologis yang dihadapi peserta didik. Dengan demikian, pengembangan program kesehatan mental berbasis sekolah perlu terus didorong guna menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih inklusif, sehat, dan berorientasi pada kesejahteraan seluruh warga sekolah

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil survei awal, guru di Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa memiliki persepsi yang positif terhadap pentingnya pendidikan kesehatan mental di sekolah, yang ditunjukkan oleh tingginya pemahaman mengenai peran lingkungan belajar yang aman dan suportif serta pentingnya keterlibatan guru dalam mendukung kesehatan mental peserta didik. Meskipun demikian, guru masih menghadapi berbagai tantangan dalam mengenali dan menangani permasalahan emosional siswa, seperti kecemasan, kurang percaya diri, perilaku emosional, dan bullying. Hasil survei juga menunjukkan bahwa guru memiliki kebutuhan yang sangat tinggi terhadap pelatihan kesehatan mental, terutama terkait strategi penanganan siswa bermasalah secara emosional, komunikasi empatik, dan manajemen stres. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan literasi kesehatan mental bagi guru merupakan kebutuhan yang mendesak untuk meningkatkan kapasitas mereka dalam mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik sekaligus menjaga kesehatan mental diri sendiri. Oleh karena itu, pelatihan kesehatan mental yang berkelanjutan, kontekstual, dan aplikatif perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari upaya menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat, inklusif, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis seluruh warga sekolah

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Mataram yang telah memberikan dukungan pendanaan melalui Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Hilirisasi yang didanai oleh PNBP Universitas Mataram Tahun 2026 sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Camat Alas beserta jajaran Pemerintah Kecamatan Alas, Kabupaten Sumbawa, atas dukungan, kerja sama, dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan. Selain itu, penulis mengucapkan apresiasi kepada seluruh guru peserta pelatihan yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan survei dan pelatihan edukasi kesehatan mental. Dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak tersebut menjadi faktor penting dalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agyapong, B., Brett-MacLean, P., Burbach, L., Agyapong, V. I. O., & Wei, Y. (2023). Interventions to reduce stress and burnout among teachers: A scoping review. *International journal of environmental research and public health*, 20(9), 5625.
- Douwes, R., Metselaar, J., Korpershoek, H., Boonstra, N., & Pijnenborg, G. H. M. (2024). Role perceptions of teachers concerning student mental health in higher education. *Education Sciences*, 14(4), 369.
- Ghasemi, F. (2025). Teachers' mental health challenges and contributing risk factors: a systematic narrative review based on the socio-ecological model. *Psychology in the Schools*, 62(7), 2111-2135.
- Glazzard, J., & Rose, A. (2020). The impact of teacher well-being and mental health on pupil progress in primary schools. *Journal of Public Mental Health*, 19(4), 349-357.
- Herman, K. C., Sebastian, J., Reinke, W. M., & Huang, F. L. (2021). Individual and school predictors of teacher stress, coping, and wellness during the COVID-19 pandemic. *School psychology*, 36(6), 483.
- Kadriyan, H., Gunawan, G., Puspitasari, D., Warnaini, C., Suranti, N. M. Y., & Astini, B. N. (2024). Workshop Perancangan Kurikulum Pendidikan Kesehatan Mental Bagi Calon Guru di Indonesia. *Indonesian Journal of Education and Community Services*, 4(2), 71-79.
- Kadriyan, H., Gunawan, G., Astini, B. N., Suranti, N. M. Y., & Ibrahim, I. (2025). Pembekalan Materi Kesehatan Mental Bagi Calon Guru SD di FKIP Universitas Mataram. *Indonesian Journal of Education and Community Services*, 5(2), 93-101.
- Kadriyan, H., Gunawan, G., Suranti, N. M. Y., Sari, D. P., Astini, B. N., & Warnaini, C. (2026). Exploring Pre-Service Teachers' perceptions On Mental Health: An Initial Survey. *Indonesian Journal of Health and Medical Education*, 1(1), 92-99.
- Kutcher, S., Wei, Y., & Morgan, C. (2016). Mental health literacy in post-secondary students. *Health Education Journal*, 75(6), 689-697.
- Loades, M. E., & Mastroyannopoulou, K. (2010). Teachers' recognition of children's mental health problems. *Child and Adolescent Mental Health*, 15(3), 150-156.
- Miller, L., Musci, R., D'Agati, D., Alfes, C., Beaudry, M. B., Swartz, K., & Wilcox, H. (2019). Teacher mental health literacy is associated with student literacy in the adolescent depression awareness program. *School mental health*, 11(2), 357-363.
- Nwoko, J. C., Emeto, T. I., Malau-Aduli, A. E., & Malau-Aduli, B. S. (2023). A systematic review of the factors that

influence teachers' occupational wellbeing. *International journal of environmental research and public health*, 20(12), 6070.

Prabhu, S. G., Mallikarjun, P. K., Palmer, A., Nag, R., Khadeparkar, P., Arelingaiah, M., ... & Hugh-Jones, S. (2025). Mental health literacy in secondary school teachers and interventions to improve it— a systematic review and narrative synthesis. *Journal of Mental Health*, 34(4), 476-495.

Reinke, W. M., Stormont, M., Herman, K. C., Puri, R., & Goel, N. (2011). Supporting children's mental health in schools: Teacher perceptions of needs, roles, and barriers. *School psychology quarterly*, 26(1), 1.

Sadler, D., McCaughey, D., Metcalfe, A., Milaney, K., & Ronksley, P. (2024). Teaching mental health in the classroom: a mixed-methods implementation evaluation of a mental health literacy program in elementary schools. *Mental Health & Prevention*, 36, 200377.

Spyropoulou, E., Athanasiades, C., Stogiannidou, A., & Kourkoutas, E. (2025). Mental health literacy of Greek teachers: Highlighting critical factors for identifying and supporting students in need. *Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society*, 30(1), 38-57.

Weare, K., & Nind, M. (2011). Mental health promotion and problem prevention in schools: what does the evidence say?. *Health promotion international*, 26(suppl_1), i29-i69.

Yulianti, P. D., Sugiharto, D. Y. P., Surjaningrum, E. R., & Hartini, N. (2021). Mental Healthy Literacy of Teachers: a Systematic Literature Review. *Journal of Educational, Health & Community Psychology (JEHCP)*, 10(2).