



## Deteksi Dini Kesehatan Mental Emosional Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Wilayah Karang Kitri

Ika Juita Giyaningtyas<sup>1</sup>, Hari Widiyatmini<sup>2</sup>

Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga

e-mail: [ika.juita@stikesmitrakeluarga.ac.id](mailto:ika.juita@stikesmitrakeluarga.ac.id)

### Abstrak

Kesehatan mental anak usia sekolah merupakan aspek krusial yang memengaruhi perkembangan akademik, sosial, dan emosional anak. Namun, deteksi dini terhadap gangguan mental emosional pada anak masih kurang diperhatikan, khususnya di lingkungan sekolah dasar. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan guru serta orang tua dalam mendeteksi dini masalah kesehatan mental anak melalui penggunaan kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Kegiatan dilakukan di SD Negeri Margahayu 2 pada Agustus 2024 dengan melibatkan 248 responden. Hasil menunjukkan bahwa 18,95% anak berada dalam kategori normal, 61,29% dalam kategori borderline, dan 19,76% dalam kategori abnormal. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar anak berada pada tahap awal risiko gangguan emosional dan memerlukan pemantauan serta intervensi lebih lanjut. Sinergisitas antara sekolah dan keluarga sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental anak dan mencegah gangguan yang lebih serius.

**Kata Kunci:** *Kesehatan Mental Anak, Deteksi Dini, SDQ, Perkembangan Psikososial*

### Abstract

Mental health in school-aged children is a crucial aspect that influences their academic, social, and emotional development. Unfortunately, early detection of emotional and mental disorders in children remains limited, especially in elementary school settings. This community service program aimed to raise awareness and enhance the capacity of teachers and parents in early detection of children's mental health issues using the *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). The activity was conducted at SD Negeri Margahayu 2 in August 2024, involving 248 respondents. The results showed that 18.95% of children were in the normal category, 61.29% in the borderline category, and 19.76% in the abnormal category. These findings indicate that a majority of children are at an early stage of emotional and mental health risk and require further monitoring and intervention. Therefore, strong collaboration between schools and families is essential to create a supportive environment for children's mental well-being and to prevent more severe issues.

**Kata Kunci:** *Child Mental Health, Early Detection, SDQ, Psychosocial Development*

## PENDAHULUAN

Kesehatan anak merupakan salah satu prioritas utama dalam pembangunan kesehatan nasional. Anak usia sekolah adalah kelompok yang rentan terhadap berbagai penyakit menular, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan fisik dan mental mereka (UNICEF. (2020). *The State of The World's Children 2020: Children, Food, and Nutrition*. <https://www.unicef.org/reports/state-of-worlds-children-2020> Kesehatan mental anak usia sekolah merupakan aspek yang sangat penting dalam perkembangan mereka, baik dari segi akademik maupun sosial. Anak-anak yang mengalami gangguan emosional dan mental yang tidak terdeteksi sejak dini berisiko menghadapi berbagai permasalahan, seperti kesulitan belajar, interaksi sosial yang terganggu, hingga peningkatan risiko gangguan mental di masa remaja dan dewasa World Health Organization. (2021). *Mental Health of Children and Adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> Oleh karena itu, deteksi dini kesehatan mental emosional anak menjadi langkah krusial dalam upaya pencegahan dan intervensi yang lebih efektif.

Di Indonesia, perhatian terhadap kesehatan mental anak masih tergolong rendah, terutama di lingkungan sekolah dasar. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gangguan mental emosional pada anak semakin meningkat, terutama akibat tekanan akademik, kurangnya dukungan sosial, dan dampak perkembangan teknologi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan Tahunan Kesehatan Anak dan Remaja*. <https://www.kemkes.go.id/>

Namun, banyak guru dan orang tua yang belum memiliki pemahaman yang memadai untuk mengenali gejala awal gangguan mental emosional pada anak, seperti kecemasan, depresi, atau gangguan perilaku Rahmawati, D., Fitriani, N., & Sari, M. (2021). Deteksi dini gangguan mental emosional pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123-130. <https://ejournal.unair.ac.id/JAKMI/article/view/25678>

Sekolah dasar sebagai tempat utama anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya memiliki peran penting dalam deteksi dini kesehatan mental emosional. Namun, hingga saat ini, masih banyak sekolah dasar yang belum memiliki sistem atau program khusus untuk mengidentifikasi dan menangani permasalahan kesehatan mental anak secara dini. Kurangnya tenaga profesional kesehatan mental di sekolah, minimnya pelatihan bagi guru, serta stigma terhadap masalah psikologis juga menjadi tantangan tersendiri dalam upaya deteksi dini ini Putri, A. Y., & Widodo, A. (2023). Peran guru dalam deteksi dini masalah kesehatan mental anak di sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(1), 45-53. <https://ejournal.upi.edu/index.php/index/index>

Upaya deteksi dini kesehatan mental emosional anak di sekolah dasar dapat dilakukan melalui berbagai strategi, seperti pelatihan bagi guru dan tenaga kependidikan, penyuluhan kepada orang tua, serta penggunaan instrumen skrining sederhana yang telah divalidasi. Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan dan peningkatan kapasitas guru dalam mengenali tanda-tanda

awal gangguan mental emosional dapat meningkatkan keterampilan mereka dalam melakukan identifikasi dan rujukan kasus secara tepat Sari, N. P., Utami, S., & Prasetya, D. (2022). Peningkatan kapasitas guru dalam deteksi dini gangguan mental emosional anak sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 7(1), 67-75.

Selain itu, keterlibatan aktif orang tua dalam proses pemantauan perkembangan mental anak sangat penting.

Berdasarkan hal tersebut, tim pelaksana melakukan deteksi dini kesehatan mental anak bekerja sama dengan sekolah dan orang tua siswa. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan guru serta orang tua dalam melakukan deteksi dini kesehatan mental emosional anak, sehingga dapat memberikan intervensi yang tepat sebelum masalah berkembang lebih lanjut. Sinergisitas antara sekolah dan keluarga menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang suportif bagi kesehatan mental anak.

Melalui kegiatan ini, diharapkan para pendidik dan orang tua dapat lebih memahami pentingnya kesehatan mental anak serta mampu mengenali tanda-tanda awal gangguan emosional. Dengan demikian, anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal dalam lingkungan yang lebih mendukung dan kondusif bagi kesejahteraan mental mereka.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk deteksi dini kesehatan mental emosional. Kegiatan dilakukan di SD Negeri Margahayu 2 pada bulan Agustus 2024. Deteksi dini kesehatan mental emosional anak usia sekolah dilakukan menggunakan kuesioner Kekuatan dan Kesulitan Anak/*Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Kuesioner diisi oleh orang tua atau wali siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Peserta Kegiatan

Deteksi dini dilakukan pada sejumlah 248 anak. Berikut adalah karakteristik peserta dalam kegiatan ini:

Tabel 1. Usia peserta deteksi dini kesehatan mental emosional

Umur	Jumlah	Persentase
6 tahun	8	3,2%
7 tahun	35	14,1%
8 tahun	48	19,4%
9 tahun	50	20,2%
10 tahun	58	23,4%
11 tahun	32	12,9%
12 tahun	17	6,9%
<b>Total</b>	<b>248</b>	<b>100%</b>

Tabel 2. Jenis kelamin peserta deteksi dini kesehatan mental emosional

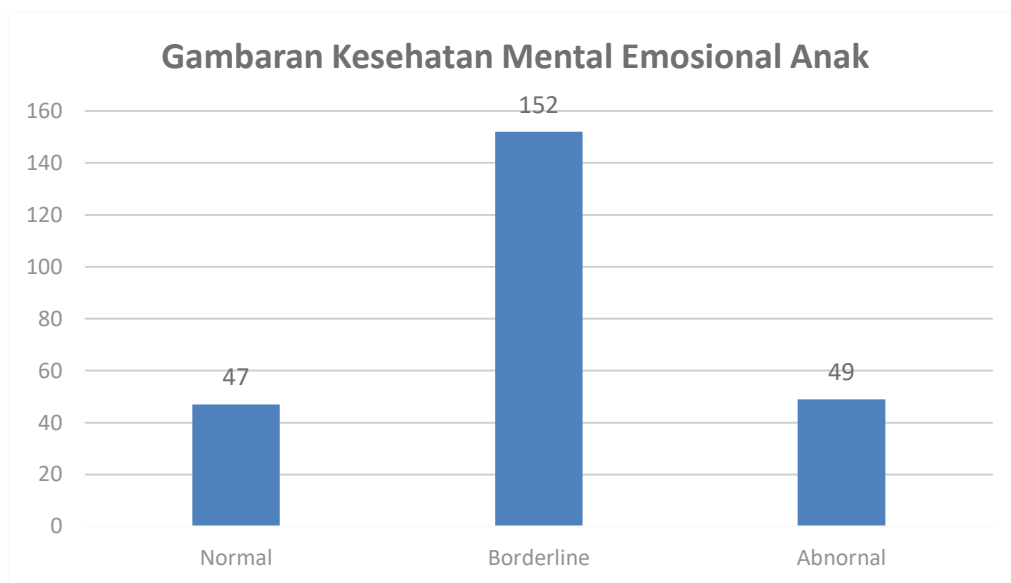
Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	121	48,79%
Perempuan	127	51,21%
<b>Total</b>	<b>248</b>	<b>100%</b>

**Hasil Deteksi Dini Kesehatan Mental Emosional**

Berikut hasil deteksi dini kesehatan mental emosional anak di SDN Margahayu 2:

Tabel 3. Gambaran kesehatan mental emosional anak di SDN Margahayu 2

No	Kategori	Rentang skor	Jumlah	Persentase
1	Normal	0-13	47	18,95%
2	Borderline	14-16	152	61,29%
3	Abnormal	17-40	49	19,76%
<b>Total</b>			<b>248</b>	<b>100%</b>



Gambar 1. Gambaran kesehatan mental emosional anak di SDN Margahayu 2

Berdasarkan hasil deteksi dini kesehatan mental emosional anak menggunakan *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* dengan 248 responden, berikut analisis berdasarkan tabel dan diagram di atas:

1. Kategori Normal (18.95%)

Sebanyak 47 responden (18.95%) masuk dalam kategori Normal, yang berarti anak-anak dalam kelompok ini tidak menunjukkan masalah signifikan dalam kesehatan mental emosionalnya. Kemampuan anak berfungsi dengan baik dalam aspek sosial, emosional, dan perilaku sehari-hari. Anak dalam kategori Normal umumnya memiliki keseimbangan emosional dan sosial yang baik, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar secara optimal. Meski demikian, pemantauan berkala tetap diperlukan karena kondisi mental anak dapat berubah seiring waktu dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal Rahmawati, D., Fitriani, N., & Sari, M. (2021). Deteksi dini gangguan mental emosional pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123-130. <https://ejournal.unair.ac.id/JAKMI/article/view/25678>

2. Kategori Borderline (61.29%)

152 responden (61.29%) masuk dalam kategori *Borderline*, menandakan adanya gejala awal yang perlu diperhatikan meskipun belum mencapai tingkat gangguan yang serius. Kategori *Borderline* merupakan area peringatan yang menunjukkan adanya potensi masalah kesehatan mental yang memerlukan perhatian dan pemantauan lebih lanjut. Anak-anak dengan skor *borderline* mungkin mengalami kesulitan ringan seperti kecemasan, perhatian yang kurang, atau masalah hubungan sosial yang belum parah Islam, M. S., Rahman, M. M., & Hasan, M. T. (2022). Use of the Strengths and Difficulties Questionnaire for screening psychological problems in adolescents: A community-based study. *Seminar Nasional Kesehatan Mental*, 5(1), 45-53.

Dalam kategori ini, penting bagi orang tua, pendidik, atau tenaga medis untuk memberikan dukungan lebih lanjut dalam bentuk bimbingan, konseling, atau strategi pengelolaan emosi. Intervensi berupa dukungan psikososial, konseling, dan pembinaan dari keluarga serta sekolah sangat dianjurkan untuk mencegah perkembangan masalah yang lebih serius Rahmawati, D., Fitriani, N., & Sari, M. (2021). Deteksi dini gangguan mental emosional pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123-130. <https://ejournal.unair.ac.id/JAKMI/article/view/25678>

### 3. Kategori Abnormal (19.76%)

Sebanyak 49 responden (19.76%) masuk dalam kategori *Abnormal*, yang menunjukkan bahwa anak-anak dalam kelompok ini memiliki potensi masalah kesehatan mental emosional yang cukup signifikan. Perlu pengkajian lebih lanjut mengenai masalah yang terjadi pada anak-anak tersebut. Beberapa anak kemungkinan menunjukkan gejala kecemasan, depresi, perilaku agresif, atau kesulitan dalam berinteraksi sosial. Anak-anak dalam kategori ini perlu mendapatkan intervensi lebih lanjut, seperti bantuan profesional dari psikolog, psikiater, atau konselor sekolah. Penanganan dini sangat penting untuk mencegah perkembangan masalah yang lebih parah dan mendukung kesejahteraan emosional anak Gomez, R., Smith, J. A., & Lee, K. (2022). Psychometric evaluation of the Strengths and Difficulties Questionnaire in children and adolescents. *Journal of Mental Health*, 31(2), 123-134. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1097/00004583-200111000-00015>

## SIMPULAN

Hasil kegiatan PKM menunjukkan bahwa mayoritas anak (61.29%) berada dalam kategori *Borderline*, yang mengindikasikan perlunya perhatian lebih terhadap kesehatan mental emosional mereka. Meskipun hanya sebagian kecil yang berada pada kondisi yang lebih serius (kategori *Abnormal*), penting untuk melakukan intervensi dini guna mencegah perkembangan lebih lanjut. Oleh karena itu, para orang tua, guru, dan pihak terkait perlu lebih peka terhadap tanda-tanda masalah emosional dan mental anak-anak, serta memberikan dukungan yang sesuai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Gomez, R., Smith, J. A., & Lee, K. (2022). Psychometric evaluation of the Strengths and Difficulties Questionnaire in children and adolescents. *Journal of Mental Health*, 31(2), 123-134. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1097/00004583-200111000-00015>
- Islam, M. S., Rahman, M. M., & Hasan, M. T. (2022). Use of the Strengths and Difficulties Questionnaire for screening psychological problems in adolescents: A community-based study. *Seminar Nasional Kesehatan Mental*, 5(1), 45-53.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan Tahunan Kesehatan Anak dan Remaja*. <https://www.kemkes.go.id/>
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O., ... Rahman, A. (2021). Child and adolescent mental health worldwide: Evidence for action. *The Lancet*, 378(9801), 1515-1525. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00547-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00547-1)
- Lundh, A., Lannes, L., Caldwell, D., Smith, J., & Pandey, A. (2021). Psychosocial interventions for promotion of mental health and prevention of mental health conditions in children: A systematic review and meta-analysis. *World Health Organization Mental Health Gap Action Programme (mhGAP)*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240084278>
- Putri, A. Y., & Widodo, A. (2023). Peran guru dalam deteksi dini masalah kesehatan mental anak di sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(1), 45-53. <https://ejournal.upi.edu/index.php/index/index>
- Rahmawati, D., Fitriani, N., & Sari, M. (2021). Deteksi dini gangguan mental emosional pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123-130. <https://ejournal.unair.ac.id/JAKMI/article/view/25678>
- Sari, N. P., Utami, S., & Prasetya, D. (2022). Peningkatan kapasitas guru dalam deteksi dini gangguan mental emosional anak sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 7(1), 67-75.
- UNICEF. (2020). *The State of The World's Children 2020: Children, Food, and Nutrition*. <https://www.unicef.org/reports/state-of-worlds-children-2020>
- World Health Organization. (2021). *Mental Health of Children and Adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>