



**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA, GURU, DAN
TEMAN SEBAYA DENGAN KESEHATAN MENTAL ANAK
USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 NAGRAK**

SKRIPSI

MINHARTIPA

1033242107

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS MH. THAMRIN
FEBRUARI, 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental anak adalah keadaan kesejahteraan psikologis yang mendukung perkembangan anak dalam aspek emosional, sosial, dan perilakunya sesuai dengan usia mereka. Anak-anak dalam rentang usia sekolah dasar, yaitu antara 6 hingga 12 tahun, berada dalam tahap penting dalam perkembangan mereka. Di fase ini, mereka mulai menghadapi tuntutan akademis dan interaksi sosial yang lebih luas. Pada usia ini, anak bisa mengalami masalah kesehatan mental seperti gangguan emosi, perilaku, dan perhatian yang dapat mempengaruhi belajar dan hubungan sosial mereka. Oleh karena itu, dalam bidang perawatan jiwa anak, penting untuk melakukan upaya pencegahan dan promosi kesehatan melalui deteksi dini serta meningkatkan dukungan dari orang tua, guru, dan teman-teman.

Kesehatan mental di kalangan anak-anak di tingkat sekolah dasar sangat penting untuk perkembangan karakter, relasi sosial, serta kemampuan belajar mereka. Anak-anak yang memiliki kesehatan mental yang baik umumnya menunjukkan adaptasi yang baik, tingkat kepercayaan diri yang tinggi, dan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara positif. Sebaliknya, gangguan kesehatan mental dapat mengganggu konsentrasi mereka saat belajar, mempengaruhi prestasi akademik, serta meningkatkan risiko munculnya perilaku menyimpang dan masalah emosional ketika mereka berada di usia remaja. Menurut data *World Health Organization* (2023), sekitar 10 hingga 20 persen anak di seluruh dunia mengalami gangguan mental, dan kebanyakan dari mereka tidak mendapatkan perawatan yang diperlukan.

Permasalahan kesehatan mental yang dialami oleh anak-anak di usia sekolah dasar mencakup gangguan emosional seperti kecemasan dan perasaan sedih yang berlebihan, perilaku yang tidak baik seperti agresivitas dan ketidakpatuhan terhadap aturan, serta masalah perhatian yang ditandai dengan kesulitan dalam

berkonsentrasi dan hiperaktivitas. Jika kondisi ini tidak ditangani sejak awal, bisa mengganggu proses belajar dan perkembangan sosial anak (*World Health Organization, 2023*).

Data dari Indonesia mengindikasikan bahwa masalah kesehatan mental sudah mulai terjadi pada usia sekolah dasar. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Prihatiningsih & Wijayanti (2019) menemukan bahwa dari 222 siswa di enam sekolah dasar, 121 siswa atau sekitar 53,3 persen menunjukkan tanda-tanda gangguan mental emosional seperti kecemasan, masalah emosi, dan stres psikososial. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah anak yang diteliti mengalami gejala gangguan mental emosional yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan kehidupan sosial mereka.

Salah satu faktor penting yang berperan dalam kesehatan mental anak adalah dukungan sosial dari orang-orang di sekitar mereka, seperti orang tua, guru, dan teman-teman. Dukungan tersebut berfungsi sebagai pelindung dari tekanan psikologis dan sebagai sumber ketahanan emosional bagi anak dalam menghadapi tantangan belajar dan berinteraksi (Butler *et al.*, 2022).

Dukungan yang diberikan oleh orang tua, guru, dan teman-teman berfungsi sebagai perlindungan yang membantu anak merasa aman, dihargai, dan diterima. Bantuan ini dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengatur emosi, kepercayaan diri, dan cara beradaptasi dengan tuntutan di sekolah serta lingkungan sosial. Anak yang mendapatkan dukungan sosial yang baik biasanya memiliki risiko lebih kecil dalam menghadapi masalah emosi, perilaku, dan perhatian.

Perawat memegang peranan yang sangat penting dalam peningkatan kesehatan mental anak. Mereka dapat memberikan pendidikan kepada orang tua dan guru tentang cara mengenali gejala stres dan masalah emosional pada anak. Selain itu, perawat juga dapat mengadakan kegiatan promotif seperti penyuluhan kesehatan mental di sekolah. Mereka juga berfungsi sebagai konselor untuk membantu anak

dalam mengembangkan keterampilan menghadapi masalah dan beradaptasi sosial. Dengan keterlibatan aktif perawat di sekolah dasar, diharapkan dapat memperkuat kolaborasi antara keluarga, guru, dan siswa dalam menciptakan lingkungan belajar yang emosional sehat (Taylor-Beirne; Taylor-Beirne, 2022).

Penelitian ini sangat penting karena banyak studi sebelumnya lebih fokus pada dukungan yang berasal dari orang tua, guru, dan teman, tanpa melihat semuanya secara bersamaan. Hal ini mengakibatkan kurangnya pemahaman tentang bagaimana lingkungan sosial yang dekat dengan anak mempengaruhi mereka. Dalam kajian ini, ketiga jenis dukungan tersebut dianalisis bersama-sama dalam satu kerangka kerja untuk menilai dampaknya terhadap kesehatan mental anak yang berada di tingkat sekolah dasar. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang kehidupan sehari-hari anak, terutama di SDN 01 Nagrak, serta menjadi dasar untuk merumuskan strategi promosi dan pencegahan kesehatan mental yang melibatkan keluarga, sekolah, dan teman dengan cara yang terintegrasi.

Dalam penelitian awal yang dilakukan pada bulan Oktober 2025 di SDN 01 Nagrak, peneliti meminta izin dan waktu kepada wali kelas untuk mengadakan pertemuan di kelas. Pertemuan ini melibatkan siswa kelas 4 hingga 6, guru, dan orang tua. Selama kegiatan ini, peneliti melakukan pengamatan yang terarah terhadap perilaku emosional siswa serta melakukan wawancara singkat yang terstruktur dengan siswa, guru, dan orang tua untuk mendapatkan gambaran yang lebih lengkap. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa dari 30 siswa yang ikut, 40% cenderung mudah menangis dan menarik diri saat menghadapi tugas sulit, 33% jarang membicarakan masalah dengan orang tua atau guru, dan 27% merasa tidak memiliki teman dekat di sekolah. Temuan ini menunjukkan adanya tanda-tanda gangguan emosional ringan pada beberapa siswa, yang bisa berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih serius jika tidak ada intervensi dini yang terintegrasi antara sekolah dan rumah.

Melihat kondisi ini, penting untuk meneliti hubungan antara dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya dengan kesehatan mental anak-anak di tingkat sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana lingkungan sosial dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis anak. Dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya diambil sebagai variabel independen karena ketiganya adalah lingkungan terdekat anak yang paling berpengaruh terhadap kesehatan mental, sesuai dengan teori ekologi perkembangan serta dukungan sosial.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah kesehatan mental di kalangan anak-anak yang berada di tingkat sekolah dasar semakin mendapat perhatian, karena data global menunjukkan bahwa sekitar 10-20% anak di seluruh dunia mengalami gangguan mental, dan mayoritas dari mereka tidak menerima treatment yang memadai. Situasi yang serupa juga terlihat di Indonesia, di mana lebih dari setengah jumlah siswa sekolah dasar dalam beberapa penelitian menunjukkan gejala gangguan emosional. Penelitian awal di SDN 01 Nagrak pada Oktober 2025 mengungkapkan bahwa di kalangan 30 siswa kelas 4 hingga 6, 40% diantaranya menjadi mudah menangis dan cenderung menghindar saat menghadapi tugas-tugas yang sulit, 33% jarang berbagi masalah dengan orang tua atau guru, dan 27% tidak memiliki teman dekat di sekolah. Data ini menunjukkan adanya gejala gangguan emosional ringan yang bisa berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih serius jika tidak ditangani dengan baik.

Di sisi lain, dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya secara teoritis berfungsi sebagai faktor pelindung yang utama untuk menjaga kesehatan mental anak-anak. Namun, hingga kini masih ada sedikit penelitian yang secara bersamaan mengeksplorasi hubungan dukungan dari ketiga sumber ini terhadap kesehatan mental anak di sekolah dasar reguler. Oleh karena itu, pertanyaan utama dalam penelitian ini adalah: adakah hubungan antara dukungan orang tua, dukungan dari guru, dan dukungan dari teman sebaya dengan kesehatan mental anak-anak di SDN

01 Nagrak, serta seberapa besar kontribusi masing-masing jenis dukungan tersebut terhadap kondisi kesehatan mental anak.

1.2 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan orang tua, guru, dan teman sebaya terhadap kesehatan mental anak usia sekolah dasar di SDN 01 Nagrak

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi gambaran kesehatan mental pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Nagrak

1.3.2.2 Mengidentifikasi karakteristik berdasarkan usia dan jenis kelamin pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Nagrak

1.3.2.3 Mengidentifikasi gambaran dukungan orang tua, dukungan guru, teman sebaya dan kesehatan mental pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Nagrak

1.3.2.4 Menganalisis hubungan dukungan orang tua terhadap kesehatan mental pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Nagrak

1.3.2.5 Menganalisis hubungan dukungan guru terhadap kesehatan mental anak sekolah di SDN 01 Nagrak

1.3.2.6 Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya terhadap kondisi mental anak sekolah di SDN 01 Nagrak

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Pelayanan

Penelitian ini bisa memberi data tentang kesehatan mental anak-anak di sekolah dasar, serta pentingnya dukungan dari orang tua, guru, dan teman. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi sekolah untuk mendukung kesehatan mental anak dengan mempertimbangkan peran yang berbeda-beda.

1.4.2 Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan dan Keperawatan

Penelitian ini memberikan sumbangan pada perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan jiwa dan anak. Hasil dari penelitian ini bisa

menambah pengetahuan dalam tulisan terkait pengaruh dukungan sosial terhadap kesehatan mental anak-anak di sekolah dasar dan dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang teori, konsep, atau model intervensi yang mengutamakan dukungan sosial. Lebih jauh, penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada peningkatan kesehatan mental di lingkungan sekolah.

1.4.3 Manfaat bagi Profesi Keperawatan

Untuk bidang keperawatan, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi perawat dalam merencanakan kegiatan promosi dan pencegahan terkait kesehatan mental di sekolah. Hasil dari penelitian ini dapat mendukung perawat untuk memahami betapa pentingnya posisi mereka sebagai pengajar, penolong, penasihat, dan rekan dalam meningkatkan kesehatan mental anak-anak.

1.4.4 Manfaat bagi Anak dan Sekolah

Hasil dari penelitian ini dapat membantu sekolah dalam meningkatkan perhatian terhadap aspek emosional dan sosial para siswa. Hasil-hasil dari penelitian ini bisa menjadi dasar bagi sekolah untuk mengembangkan program peningkatan perilaku, memperkuat ikatan antara guru dan siswa, serta mendorong interaksi yang positif di kalangan teman. Di samping itu, penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada siswa tentang pentingnya dukungan sosial, sehingga mereka bisa lebih baik dalam mengelola perasaan, membangun relasi yang sehat, dan meningkatkan kesejahteraan mental di sekolah.

1.4.5 Manfaat bagi Peneliti

Bagi para peneliti, penelitian ini memberikan peluang untuk mengeksplorasi hubungan antara faktor sosial dan kesehatan mental anak-anak. Penelitian ini memperluas pemahaman peneliti tentang isu kesehatan mental di tingkat sekolah dasar dan juga meningkatkan keterampilan peneliti dalam keperawatan jiwa dan keperawatan anak. Selain itu, hasil dari penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian yang lebih luas di masa depan.