

PROGRAM SEKOLAH SEHAT JIWA (SSJ): STUDI IMPLEMENTASI DI SMPN 7 YOGYAKARTA

MENTAL HEALTH SCHOOL PROGRAM (SSJ): IMPLEMENTATION STUDY AT SMPN 7 YOGYAKARTA

Oleh: Rizna Ayustyawati, Kebijakan Pendidikan FIP UNY
riznaayustyawati.2021@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) dalam membangun karakter dan prestasi siswa di SMPN 7 Yogyakarta, serta menganalisis faktor pendukung dan penghambatnya dalam pelaksanaannya. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang melibatkan kepala sekolah, guru, dan siswa yang dipilih secara *purposive sampling* sebagai subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan studi dokumen, lalu dianalisis menggunakan teknik pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi SSJ berjalan baik dengan dukungan komunikasi efektif, sumber daya manusia dan sarana prasarana yang memadai, serta komitmen pelaksana. Faktor pendukung utama meliputi keberadaan pelatih dan guru kompeten, fasilitas yang sesuai, dukungan stakeholder, dan antusiasme siswa. Faktor penghambatnya adalah waktu pelaksanaan dan ruangan yang kecil. Dampak positif dari program ini meliputi peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mental, keterampilan sosial, dan lingkungan belajar yang lebih positif.

Kata kunci: implementasi, kesehatan mental, Program Sekolah Sehat Jiwa

Abstract

This study aims to describe the implementation of the Mental Health School Program (SSJ) in building character and student achievement at SMPN 7 Yogyakarta, and to analyze the supporting and inhibiting factors in its implementation. The method used is a qualitative research with a descriptive approach involving the principal, teachers, and students selected by purposive sampling as research subjects. Data were collected through observation, interviews, and document studies, then analyzed using data collection techniques, data condensation, data presentation, and conclusion drawing. The results of the study indicate that the implementation of SSJ runs well with the support of effective communication, adequate human resources and infrastructure, and the commitment of implementers. The main supporting factors include the presence of competent trainers and teachers, appropriate facilities, stakeholder support, and student enthusiasm. Inhibiting factors are the implementation time and small space. The positive impacts of this program include increased knowledge about mental health, social skills, and a more positive learning environment.

Keywords: implementation, mental health, Mental Health School Program

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan krusial dalam proses pembentukan individu yang tidak hanya kompeten secara intelektual, tetapi juga dewasa dalam aspek emosional dan sosial. Sekolah, sebagai ruang tumbuh utama setelah keluarga, diharapkan mampu mendampingi peserta didik secara holistik dalam menghadapi tantangan perkembangan. Sayangnya, dalam praktiknya, dimensi kesehatan mental siswa sering kali belum mendapat porsi perhatian yang seimbang dibandingkan aspek kognitif. Padahal, kondisi psikologis yang sehat merupakan fondasi yang tidak dapat diabaikan dalam menunjang keberhasilan proses belajar-mengajar, terutama bagi siswa pada jenjang pendidikan menengah pertama yang tengah mengalami fase transisi penting menuju kedewasaan.

Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa secara eksplisit menyatakan bahwa upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif dalam menjaga kesehatan mental harus dilakukan secara menyeluruh, termasuk di institusi pendidikan. Hal ini menjadi pengingat bahwa sekolah bukan hanya tempat berlangsungnya proses akademik, melainkan juga ruang perlindungan dan pemberdayaan kesehatan jiwa anak-anak dan remaja.

Usia remaja, khususnya mereka yang berada pada jenjang SMP, merupakan tahap kehidupan yang sarat dinamika dan kerentanan psikologis. Pada masa ini, siswa dihadapkan pada berbagai tekanan, baik yang bersumber dari tuntutan akademik, dinamika relasi sosial, maupun pencarian jati diri. Tanpa adanya pendampingan yang memadai, tekanan tersebut dapat berkembang menjadi permasalahan mental yang serius. Survei nasional I-NAMHS (Indonesia National Adolescent Mental Health Survey) tahun 2022 mencatat bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, dan satu dari dua puluh mengalami gangguan mental dalam periode satu tahun terakhir. Secara kuantitatif, angka ini mencerminkan bahwa sekitar 15,5 juta remaja menghadapi masalah kesehatan mental, dengan 2,45 juta diantaranya berada dalam kategori gangguan mental yang memerlukan perhatian lebih lanjut (Siloam Hospitals, 2024).

Situasi serupa juga tercermin di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta tahun 2023, angka prevalensi gangguan jiwa berat mencapai 9,3 permil. Artinya, dari setiap seribu penduduk, hampir sepuluh orang mengalami gangguan jiwa berat. Lebih jauh lagi, Kota Yogyakarta menempati posisi teratas dalam jumlah

kasus gangguan perkembangan mental pada anak dan remaja di tingkat provinsi (kesehatan.jogjakota.go.id, 2023). Fakta ini menegaskan bahwa persoalan kesehatan mental di kalangan remaja bukanlah isu pinggiran, melainkan sebuah kondisi mendesak yang perlu mendapat perhatian dan intervensi serius, khususnya di lingkungan sekolah.

Menanggapi persoalan tersebut, Pemerintah Daerah Istimewa Yogyakarta bersama Pemerintah Kota Yogyakarta telah merumuskan kebijakan strategis, antara lain melalui penerbitan Peraturan Gubernur DIY Nomor 13 Tahun 2022 dan Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 80 Tahun 2024. Regulasi ini menjadi dasar hukum bagi pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ), yang merupakan bentuk kolaborasi antara Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan. Program ini dirancang untuk meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan warga sekolah, menyediakan layanan konseling yang responsif terhadap kebutuhan siswa, serta membangun sistem deteksi dini dan intervensi terhadap gejala gangguan jiwa di lingkungan pendidikan.

Program SSJ memiliki korelasi kuat dengan semangat Kurikulum Merdeka yang memberikan ruang bagi sekolah untuk berinovasi dalam menyesuaikan pembelajaran dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik. Salah satu bentuk

konkritnya adalah integrasi melalui Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5), yang mengedepankan pembelajaran kontekstual dan pengembangan karakter siswa. Dalam kerangka tersebut, isu kesehatan mental menjadi salah satu tema strategis yang dapat dikembangkan melalui pendekatan berbasis proyek, diskusi reflektif, dan aktivitas kolaboratif antar siswa dan guru. Sebagaimana ditegaskan oleh Zamjani (2024), integrasi program kesehatan mental dalam kurikulum tidak hanya membantu siswa mengelola emosi dan tekanan sosial, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif, aman, dan responsif terhadap kebutuhan psikososial peserta didik.

Salah satu sekolah yang telah secara aktif mengimplementasikan Program SSJ adalah SMP Negeri 7 Yogyakarta. Sejak dua tahun terakhir, sekolah ini menjadi salah satu pelaksana utama yang menjadikan SSJ sebagai bagian dari program prioritas sekolah. Dalam pelaksanaannya, sekolah menjalin kerja sama dengan puskesmas dan tenaga profesional yang mendampingi kegiatan secara teknis. Aktivitas yang dilaksanakan meliputi pelatihan kader siswa, penyuluhan rutin, webinar interaktif, dan evaluasi berkala. Berdasarkan laporan monitoring dan evaluasi dari Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan pada akhir tahun 2024, program ini memberikan dampak positif

yang signifikan. Terlihat peningkatan dalam pemahaman siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental, serta tumbuhnya sikap peduli dan dukungan sosial antar siswa di lingkungan sekolah.

Dengan mempertimbangkan urgensi permasalahan dan kompleksitas pelaksanaan program, kajian akademik terhadap implementasi Program Sekolah Sehat Jiwa menjadi sangat penting. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran menyeluruh mengenai bagaimana program dijalankan di sekolah, termasuk faktor-faktor pendukung dan penghambatnya, serta dampak nyata terhadap perilaku dan kesejahteraan siswa. Temuan dari penelitian ini tidak hanya berguna dalam merumuskan perbaikan program ke depan, tetapi juga dapat menjadi rujukan praktis maupun teoritis bagi satuan pendidikan lain yang ingin menerapkan pendekatan serupa dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik secara sistematis dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis pendekatannya deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena peneliti berupaya menggali secara mendalam proses implementasi Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di lingkungan sekolah, bukan sekadar mengevaluasi keberhasilannya secara

kuantitatif tetapi secara kualitatif juga. Penelitian kualitatif memberikan ruang bagi pemahaman yang komprehensif terhadap konteks sosial, kebijakan, serta pengalaman para pelaku yang terlibat langsung dalam pelaksanaan program (Sugiyono, 2022). Dengan demikian, pendekatan ini dinilai sesuai untuk menelaah dinamika program SSJ yang melibatkan interaksi antara siswa, guru, dengan pihak sekolah sebagai pelaksana kebijakan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian adalah SMP Negeri 7 Yogyakarta yang beralamat di Jl. Wiratama No. 2, Tegalrejo, Yogyakarta. Sekolah ini dipilih secara purposif karena telah menjalankan Program Sekolah Sehat Jiwa selama dua tahun terakhir, dan menjadi salah satu model implementasi yang terbilang aktif di wilayah Kota Yogyakarta. Dalam pelaksanaannya, sekolah secara konsisten bekerja sama dengan pihak puskesmas serta melaksanakan berbagai kegiatan promotif dan preventif terkait kesehatan mental peserta didik.

Target/Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini ditentukan melalui teknik *purposive sampling*, sehingga subjek dipilih tidak secara acak, melainkan berdasarkan tujuan penelitian agar informasi yang diperoleh

relevan dan komprehensif, serta berdasarkan kriteria keterlibatan langsung dalam program SSJ. Pada penelitian ini terdapat 7 orang yang meliputi kepala sekolah, guru bk, 2 kader SSJ, dan 3 siswa. Pemilihan subjek dilakukan untuk memperoleh perspektif yang beragam dari tiap unsur sekolah, sehingga mampu memberikan gambaran utuh mengenai proses implementasi di lapangan.

Prosedur

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) melibatkan berbagai pihak di sekolah, seperti guru, siswa, dan mitra eksternal seperti puskesmas. Oleh karena itu, dibutuhkan eksplorasi yang mendalam terhadap dinamika implementasi program dalam konteks nyata di lingkungan sekolah.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama. Pertama, observasi dilakukan secara langsung di SMP Negeri 7 Yogyakarta untuk mengamati pelaksanaan program SSJ, termasuk keterlibatan kader siswa, peran guru pendamping, serta interaksi dengan pihak luar seperti tenaga kesehatan. Observasi ini membantu peneliti menangkap perilaku dan aktivitas secara natural di lingkungan sekolah.

Kedua, dilakukan wawancara semi-terstruktur dengan kepala sekolah, guru,

dan siswa sebagai informan utama. Wawancara ini bertujuan menggali pandangan, pengalaman, serta pemahaman mereka terhadap pelaksanaan program, termasuk hambatan dan hasil yang dirasakan.

Ketiga, studi dokumentasi digunakan untuk melengkapi data lapangan melalui penelaahan dokumen seperti panduan program, laporan kegiatan, jadwal pelatihan, serta hasil monitoring dan evaluasi. Ketiga teknik ini saling melengkapi dan digunakan untuk memperoleh data yang *valid*, mendalam, dan kontekstual sesuai fokus penelitian.

Data, Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik utama yang saling melengkapi, yaitu observasi lapangan, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi. Observasi dilaksanakan secara langsung dengan mengamati berbagai aktivitas yang berkaitan dengan implementasi Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di lingkungan sekolah. Peneliti terlibat secara aktif dalam mengamati dinamika pelaksanaan program, baik dalam kegiatan pelatihan kader siswa, sesi penyuluhan, maupun aktivitas sehari-hari di kelas yang mencerminkan penerapan nilai-nilai SSJ. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat merekam interaksi, pola komunikasi, serta partisipasi siswa dan

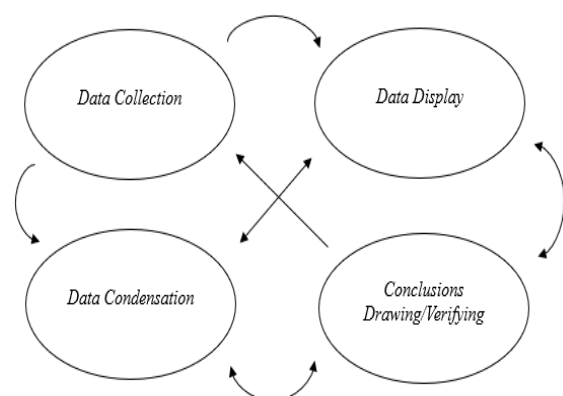
guru dalam menjalankan program secara nyata dan kontekstual.

Selanjutnya, wawancara dilakukan terhadap sejumlah informan kunci yang dipilih secara purposif, yakni kepala sekolah, guru pendamping program, serta beberapa siswa yang menjadi kader atau peserta aktif kegiatan SSJ. Teknik wawancara yang digunakan bersifat semi-terstruktur, yang memungkinkan adanya fleksibilitas dalam menggali pengalaman, pemahaman, dan persepsi para informan. Panduan wawancara disusun untuk menjaga alur pembicaraan tetap terarah, namun tetap memberi ruang terbuka bagi informan untuk menjelaskan secara mendalam sesuai perspektif informan.

Selain observasi dan wawancara, teknik pengumpulan data juga dilengkapi dengan studi dokumentasi. Peneliti mengakses dan menelaah sejumlah dokumen pendukung, antara lain buku panduan pelaksanaan program, laporan kegiatan, hasil monitoring dan evaluasi, serta dokumentasi visual seperti foto, infografis, dan materi sosialisasi yang digunakan selama program berlangsung. Studi dokumentasi ini berfungsi sebagai sumber data pelengkap yang memberikan bukti tertulis maupun visual atas pelaksanaan program, sekaligus memperkuat validitas data yang diperoleh dari observasi dan wawancara.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan pendekatan interaktif dari Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi empat tahapan utama: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, 2014). Setelah data terkumpul, peneliti melakukan reduksi untuk menyaring informasi yang relevan sesuai fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi dan tabel agar mempermudah dalam proses penafsiran. Proses analisis dilakukan secara simultan dengan pengumpulan data, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan penyesuaian atau pendalaman wawancara berdasarkan temuan awal di lapangan. Keabsahan data dijaga melalui teknik triangulasi, baik triangulasi sumber maupun teknik, guna memastikan bahwa interpretasi yang dihasilkan tidak bersifat sepihak atau bias.



Gambar 1. Analisis Data Interaktif Miles, Huberman, dan Saldana (2014)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) yang dijalankan di SMP Negeri 7 Yogyakarta merupakan sebuah bentuk inisiatif strategis dalam bidang pendidikan yang mengedepankan pendekatan promotif dan preventif untuk mendukung kesehatan mental siswa. Program ini lahir dari kesadaran akan pentingnya menjaga keseimbangan antara pencapaian akademik dan kesejahteraan psikologis peserta didik, yang menjadi salah satu aspek krusial dalam proses tumbuh kembang anak dan remaja. Dalam konteks sekolah, keberadaan program ini tidak hanya menjadi pelengkap kegiatan pembelajaran, tetapi juga berfungsi sebagai upaya sistemik untuk membangun iklim pendidikan yang lebih sehat secara emosional dan sosial.

Berdasarkan temuan lapangan melalui kegiatan observasi langsung serta wawancara mendalam dengan berbagai pihak yang terlibat, diperoleh gambaran bahwa pelaksanaan SSJ di sekolah tersebut telah berlangsung secara aktif, terencana, dan relatif konsisten. Program ini tidak hanya menjadi agenda formal, tetapi telah mulai terintegrasi dalam dinamika kehidupan sekolah sehari-hari. Meskipun demikian, pelaksanaan di lapangan juga menunjukkan bahwa masih terdapat sejumlah tantangan, baik yang bersifat

teknis maupun struktural, yang memerlukan perhatian dan penanganan lebih lanjut agar tujuan program dapat tercapai secara optimal dan berkelanjutan.

Implementasi SSJ di SMP Negeri 7 Yogyakarta melibatkan sinergi lintas peran antara unsur internal sekolah yakni kepala sekolah selaku penentu arah kebijakan, para guru yang berperan sebagai fasilitator sekaligus pendamping siswa, serta peserta didik sebagai subjek sekaligus agen pelaksana dengan dukungan pihak eksternal seperti puskesmas yang menyediakan tenaga profesional di bidang kesehatan jiwa. Kolaborasi ini memperlihatkan adanya model kemitraan yang ideal antara sektor pendidikan dan sektor kesehatan dalam mendukung perkembangan peserta didik secara holistik.

Beragam kegiatan diselenggarakan dalam rangka menjalankan program ini, antara lain penyuluhan mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, pelatihan bagi siswa terpilih yang bertugas sebagai kader kesehatan jiwa, layanan konseling individual untuk siswa yang membutuhkan pendampingan khusus, serta penguatan dimensi afektif dan nilai-nilai kepedulian dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Seluruh kegiatan tersebut dirancang tidak sekadar untuk memberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga bertujuan membentuk karakter siswa yang memiliki kepekaan sosial, rasa empati yang tinggi

terhadap sesama, serta keterampilan dalam mengelola emosi dan tekanan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, SSJ tidak hanya berperan sebagai program intervensi, melainkan juga menjadi bagian dari proses pendidikan karakter yang berkelanjutan di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Pelatihan Kader SSJ

Salah satu komponen utama sekaligus titik krusial dalam pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di SMP Negeri 7 Yogyakarta adalah kegiatan pelatihan kader siswa. Kegiatan ini bukan hanya menjadi bagian dari rangkaian program, tetapi menempati posisi strategis sebagai ujung tombak dalam menyebarkan nilai-nilai dan praktik kesehatan mental di lingkungan sekolah. Para siswa yang terpilih sebagai kader dipersiapkan secara khusus untuk memiliki pemahaman yang memadai mengenai isu-isu dasar terkait kesehatan jiwa remaja, termasuk pengenalan gejala awal gangguan mental, strategi manajemen stres, dan cara-cara membangun komunikasi yang sehat antarteman sebaya.

Pelatihan ini dirancang agar para kader tidak hanya berperan sebagai peserta pasif, tetapi mampu menjadi agen perubahan di lingkungan sosial mereka. Dalam kapasitasnya sebagai pendamping sebaya (*peer supporter*), mereka diharapkan dapat menjadi jembatan antara siswa yang mengalami permasalahan psikologis dengan pihak sekolah atau tenaga profesional, baik guru bimbingan konseling maupun pihak puskesmas yang bekerja sama dengan sekolah. Keberadaan kader ini penting dalam menciptakan sistem deteksi dini dan dukungan awal yang lebih responsif dan ramah terhadap kebutuhan psikologis siswa lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang dilakukan selama proses penelitian, sebagian besar kader menyampaikan bahwa pelatihan yang mereka ikuti telah membawa dampak positif terhadap perkembangan pribadi mereka. Mereka mengaku menjadi lebih percaya diri dalam berinteraksi, memiliki keberanian untuk mendengarkan dan merespon keluhan teman secara empatik, serta menunjukkan peningkatan dalam kepekaan sosial terhadap lingkungan sekitarnya. Mereka juga merasa lebih bertanggung jawab dalam menjaga suasana kelas yang kondusif secara emosional.

Perubahan sikap dan keterampilan tersebut tampak dalam bentuk keterlibatan aktif para kader dalam berbagai aktivitas

sekolah yang mendukung misi program, seperti menginisiasi kampanye sederhana tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, mengorganisasi diskusi terbuka di tingkat kelas, serta menyelenggarakan sesi berbagi pengalaman yang memberikan ruang aman bagi teman-teman mereka untuk mengekspresikan perasaan atau masalah yang dihadapi. Peran aktif kader ini tidak hanya memperkuat implementasi program SSJ secara substansial, tetapi juga membangun budaya kepedulian dan dukungan sosial yang berkelanjutan di lingkungan sekolah.



Gambar 3. Sosialisasi Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta

Peran puskesmas dalam pelaksanaan program juga cukup sentral. Tenaga kesehatan dari puskesmas berperan sebagai narasumber dalam kegiatan penyuluhan serta memberikan layanan konseling dan pelatihan kepada guru pendamping. Kegiatan ini menunjukkan adanya integrasi antara lembaga pendidikan dan layanan kesehatan yang saling melengkapi. Sinergi tersebut tidak hanya memperkuat kapasitas sekolah dalam

menjalankan program, tetapi juga memberikan legitimasi profesional dalam menangani isu-isu psikologis siswa.

Dalam pelaksanaan di lapangan, sekolah menghadapi beberapa tantangan yang cukup signifikan. Salah satu hambatan utama adalah keterbatasan waktu, di mana kegiatan SSJ harus menyesuaikan dengan jadwal akademik yang padat. Hal ini menyebabkan beberapa agenda program mengalami penundaan atau dilaksanakan dalam skala terbatas. Selain itu, keterbatasan ruang untuk pelaksanaan konseling menjadi kendala tersendiri. Saat ini, sekolah belum memiliki ruang konseling yang sepenuhnya mendukung privasi dan kenyamanan siswa, sehingga kegiatan konseling sering dilaksanakan di ruang guru atau ruang UKS yang multifungsi.

Meski terdapat keterbatasan, secara umum implementasi program telah menunjukkan dampak positif. Siswa mengaku lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan dan lebih mampu mengelola emosi dalam menghadapi tekanan belajar maupun masalah pribadi. Beberapa siswa bahkan menyatakan bahwa keberadaan kader teman sebaya membuat mereka lebih nyaman untuk berbagi, dibandingkan harus langsung menemui guru atau orang tua. Hal ini memperlihatkan bahwa pendekatan *peer support* cukup efektif dalam konteks

sekolah menengah, di mana kelekatan dan rasa percaya antarsiswa sangat berperan.



Gambar 4. Pembinaan yang Dilakukan oleh Pembimbing SSJ kepada Kader SSJ

Selain dari sisi siswa, guru juga mengalami transformasi peran. Mereka bukan hanya bertindak sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pembina yang memfasilitasi terciptanya lingkungan belajar yang inklusif dan suportif secara psikologis. Guru-guru yang terlibat dalam pelatihan SSJ mengungkapkan bahwa program ini membantu mereka lebih memahami kondisi mental siswa serta membangun komunikasi yang lebih terbuka dan tidak menghakimi.

Temuan-temuan ini sejalan dengan teori implementasi kebijakan yang dikemukakan oleh Van Meter dan Van Horn (1975), yang menyebut bahwa keberhasilan implementasi sangat bergantung pada enam faktor yaitu standar, tujuan, dan sasaran kebijakan, sumber daya, komunikasi, karakteristik, kondisi lingkungan sosial, politik, ekonomi, dan yang terakhir ada sikap pelaksana. Dalam

konteks SMP Negeri 7 Yogyakarta, dapat dilihat bahwa keterpaduan antara niat kebijakan, komitmen sekolah, dan dukungan eksternal menjadi modal utama dalam keberhasilan program. Selain itu, hasil ini juga memperkuat pendekatan edukatif berbasis kesejahteraan mental dalam dunia pendidikan, di mana aspek afektif peserta didik perlu ditangani secara sistemik dan berkelanjutan.

Dengan memperhatikan berbagai temuan yang diperoleh selama proses penelitian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di SMP Negeri 7 Yogyakarta merupakan bentuk praktik baik dari penerapan pendekatan promotif dan preventif kesehatan mental berbasis sekolah. Program ini membuktikan bahwa intervensi psikososial yang terstruktur dapat berjalan secara efektif di lingkungan pendidikan, sejauh ditopang oleh beberapa faktor penentu keberhasilan. Diantaranya adalah tersedianya sumber daya manusia yang memiliki kompetensi memadai, dukungan dari pihak eksternal seperti puskesmas atau lembaga kesehatan mental, serta adanya strategi pelaksanaan yang adaptif terhadap kondisi dan kebutuhan masing-masing sekolah. Fleksibilitas dalam pendekatan, kemampuan membangun komunikasi lintas sektor, serta kesiapan internal sekolah menjadi landasan penting agar program tidak sekadar bersifat

formalitas, tetapi benar-benar memberi dampak positif secara nyata terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik.

Dalam konteks ini, model pelaksanaan SSJ di SMPN 7 Yogyakarta dapat menjadi referensi penting bagi sekolah-sekolah lain yang ingin mengadopsi pendekatan serupa. Namun, agar proses replikasi dapat berlangsung optimal, diperlukan perencanaan yang matang sejak tahap awal. Ini mencakup perumusan tujuan yang jelas, pemetaan kebutuhan, penyediaan dukungan anggaran yang cukup, serta kesiapan infrastruktur pendukung seperti ruang konseling dan media edukasi. Tanpa persiapan tersebut, risiko kegagalan program akan lebih tinggi karena intervensi tidak memiliki fondasi operasional yang kuat. Oleh sebab itu, SSJ perlu dikembangkan tidak hanya sebagai program tahunan, tetapi sebagai bagian integral dari sistem pengelolaan sekolah yang berorientasi pada pengembangan siswa secara utuh dan baik dari sisi akademik maupun psikologis.

Tabel 1. Aspek Pelaksanaan Program SSJ

Aspek	Capaian	Kendala
Keterlibatan siswa	Aktif sebagai kader dan peserta kegiatan	Belum semua siswa terlibat merata
Peran guru	Berperan sebagai pembina dan fasilitator	Masih perlu pelatihan lanjutan
Kolaborasi	Puskesmas	Terbatas

eksternal	aktif memberikan penyuluhan	waktu dan tenaga profesional
Fasilitas konseling	Tersedia media edukatif	Ruang konseling kurang representative
Dampak program	Meningkatkan empati dan keterbukaan siswa	Masih ada stigma terkait masalah mental

Tabel 1 di atas menyajikan ringkasan aspek-aspek kunci dalam implementasi Program SSJ, termasuk capaian yang telah diraih maupun kendala yang masih dihadapi di lapangan. Terdapat lima aspek utama yang dianalisis, mulai dari keterlibatan siswa dalam kegiatan, peran guru sebagai pendamping, kontribusi pihak eksternal seperti puskesmas, ketersediaan fasilitas konseling, hingga dampak nyata terhadap perubahan perilaku siswa. Dari ringkasan tersebut, tampak bahwa capaian program menunjukkan hasil yang menjanjikan, terutama dalam meningkatkan partisipasi siswa dan membangun iklim sekolah yang lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental. Akan tetapi, hambatan teknis seperti keterbatasan waktu, kurangnya pelatihan lanjutan, dan minimnya ruang konseling yang representatif tetap menjadi catatan penting yang harus segera direspons agar pelaksanaan program ke depan dapat berlangsung lebih maksimal.

Dari sini, menjadi jelas bahwa keberhasilan program tidak cukup hanya dinilai dari jumlah kegiatan atau partisipasi, melainkan dari bagaimana program ini mampu membentuk sistem pendukung yang berkelanjutan dan responsif terhadap dinamika psikologis peserta didik. Maka, diperlukan evaluasi berkala dan tindak lanjut nyata dari pihak sekolah dan pemangku kepentingan lainnya agar SSJ tidak menjadi sekadar program jangka pendek, tetapi tumbuh menjadi budaya sekolah yang melekat dalam setiap dimensi kehidupan belajar mengajar.

Analisis kritis terhadap hasil pelaksanaan Program SSJ menunjukkan bahwa pendekatan intervensi berbasis sekolah memiliki potensi besar dalam membentuk ekosistem pendidikan yang tidak hanya fokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis peserta didik. Sekolah, sebagai lingkungan kedua setelah keluarga, memainkan peran penting dalam mendeteksi, mencegah, dan menangani permasalahan kesehatan mental yang dialami siswa. Namun, untuk menghasilkan dampak yang berkelanjutan, dibutuhkan integrasi yang lebih sistematis antara kebijakan pendidikan nasional dengan lokal, sistem layanan kesehatan masyarakat, serta penguatan kapasitas kelembagaan di dalam sekolah itu sendiri.

Intervensi yang bersifat insidental

atau hanya bergantung pada program tahunan tidak cukup untuk menanamkan kesadaran kolektif tentang pentingnya kesehatan jiwa. Diperlukan perubahan paradigma di level kelembagaan yang menempatkan kesehatan mental sebagai bagian integral dari budaya sekolah. Hal ini mencakup peningkatan kompetensi guru, penyediaan layanan konseling yang memadai, dukungan kebijakan dari pemerintah daerah, serta pelibatan aktif orang tua dan komunitas sekitar. Refleksi ini menjadi penting agar program serupa tidak berhenti pada tahap formalitas pelaksanaan kegiatan, tetapi benar-benar mengakar dalam struktur dan nilai-nilai sekolah, sehingga membentuk generasi pelajar yang sehat jiwa, tangguh, dan empatik dalam menghadapi tantangan kehidupan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di SMP Negeri 7 Yogyakarta menunjukkan bahwa pendekatan promotif dan preventif berbasis sekolah mampu memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kesadaran dan kapasitas siswa dalam menjaga kesehatan mental. Program ini berjalan secara kolaboratif, melibatkan peran aktif kepala sekolah, guru, siswa, serta dukungan dari pihak puskesmas. Kegiatan utama seperti

pelatihan kader, penyuluhan, dan konseling menjadi komponen penting dalam membentuk lingkungan belajar yang lebih suportif dan peduli terhadap kondisi psikososial siswa.

Meskipun telah memberikan dampak positif, implementasi program masih menghadapi sejumlah kendala, antara lain keterbatasan waktu pelaksanaan, kurangnya ruang konseling yang layak, dan belum meratanya keterlibatan siswa. Namun demikian, secara umum program ini berhasil menciptakan iklim sekolah yang lebih terbuka, empatik, dan sadar akan pentingnya kesehatan jiwa. Temuan ini menguatkan bahwa program kesehatan mental ke dalam sistem pendidikan sangat mungkin dilakukan dan membawa dampak signifikan apabila dirancang secara terstruktur dan berkelanjutan.

Saran

Untuk pengembangan ke depan, beberapa saran strategis yang dapat dipertimbangkan antara lain:

1. Penguatan kelembagaan dan kebijakan internal sekolah dalam mendukung keberlanjutan program, seperti penyediaan ruang konseling yang layak dan alokasi waktu khusus dalam kalender akademik untuk kegiatan SSJ.
2. Peningkatan kapasitas guru dan kader siswa melalui pelatihan lanjutan yang berkelanjutan agar mereka mampu

mengenali dan menangani isu-isu psikologis siswa secara tepat dan empatik.

3. Optimalisasi kolaborasi lintas sektor, khususnya dengan dinas kesehatan, lembaga layanan psikologi, serta komunitas lokal, agar program tidak hanya terfokus pada edukasi, tetapi juga mencakup aspek pendampingan dan intervensi dini.
4. Penerapan monitoring dan evaluasi yang sistematis sebagai bagian dari pengukuran efektivitas program, sehingga setiap kelemahan dapat segera diidentifikasi dan ditindaklanjuti.
5. Pengintegrasian nilai-nilai kesehatan mental ke dalam pembelajaran tematik dan kurikulum sekolah agar kesadaran psikososial menjadi bagian yang melekat dalam proses pendidikan sehari-hari.

Rekomendasi Kebijakan

Berdasarkan temuan dan hasil analisis terhadap pelaksanaan Program Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di SMPN 7 Yogyakarta, terdapat beberapa rekomendasi kebijakan yang dapat menjadi rujukan bagi pemangku kepentingan untuk memperkuat integrasi program kesehatan mental dalam sistem pendidikan:

1. Formalisasi program kesehatan mental dalam kurikulum sekolah melalui peraturan daerah atau surat edaran dari

- dinas pendidikan. Hal ini penting agar kegiatan seperti penyuluhan, konseling, dan pelatihan kader siswa mendapat legalitas, anggaran, serta jadwal tetap dalam kalender akademik.
2. Pengembangan kebijakan alokasi sumber daya khusus untuk mendukung pelaksanaan program SSJ, seperti pengadaan ruang konseling yang representatif, pelatihan guru secara berkala, serta penyediaan media edukatif yang sesuai dengan karakteristik remaja.
 3. Integrasi kebijakan lintas sektor antara dinas pendidikan, dinas kesehatan, dan dinas pemberdayaan masyarakat untuk memastikan bahwa intervensi kesehatan jiwa di sekolah tidak berjalan sendiri-sendiri, tetapi saling terhubung dalam satu sistem layanan berkelanjutan.
 4. Penerapan sistem insentif bagi sekolah dan tenaga pendidik yang secara aktif melaksanakan program kesehatan mental berbasis sekolah. Insentif ini dapat berupa penghargaan, pelatihan tambahan, atau penguatan status sekolah model agar memotivasi replikasi praktik baik di sekolah lain.
 5. Pembuatan sistem monitoring dan evaluasi berbasis data terhadap program-program kesehatan mental di sekolah. Pemerintah daerah diharapkan membangun sistem pelaporan yang tidak hanya administratif, tetapi juga mampu

menangkap kualitas implementasi dan kebutuhan psikososial peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Edwards, G. C. III. (1980). *Implementing public policy*. Congressional Quarterly Press.
- Fanani, M. (2020). *Implementasi kebijakan publik dalam perspektif teori dan praktik*. Malang: Literasi Nusantara.
- Harter, S. (2015). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.).
- Hatch, T. (2019). *Managing to change: How schools can survive (and sometimes thrive) in turbulent times*.
- Kesehatan.jogjakota.go.id. (2023). *Prevalensi gangguan jiwa di Kota Yogyakarta*. <https://kesehatan.jogjakota.go.id>
- Mazmanian, D. A., & Sabatier, P. A. (1983). *Implementation and public policy*. Scott, Foresman and Company.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.).
- Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta No. 13 Tahun 2022 tentang Penyelenggaraan Kesehatan Jiwa.
- Peraturan Walikota Yogyakarta No. 80 Tahun 2024 tentang Upaya Kesehatan Jiwa.
- Rua, Y. M., dkk. (2023). Pelatihan Kader Sekolah Sehat Jiwa (SEHATI) dalam Deteksi Dini Kesehatan Jiwa di SMA. *International Journal of Community Service Learning*, 7(1), 63–76.
- Sadler, D., dkk. (2024). Teaching mental health in the classroom: A mixed-methods implementation evaluation of a mental health literacy program in elementary schools. *Mental Health and Prevention*, 36.

- Siloam Hospitals. (2024). *6 Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja yang Perlu Diwaspadai*.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D* (4th ed.). Bandung: Alfabeta.
- Tilaar, H. A. R & Nugroho, R. (2016). *Kebijakan Pendidikan*. Pustaka Pelajar.
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa.
- Van Meter, D. S., & Van Horn, C. E. (1975). The policy implementation process: A conceptual framework. *Administration & Society*, 6(4), 445–488.
- Yogyakarta, D. kesehatan. (2023a). *Membangun Kesehatan Jiwa Bersama Lintas Sektor*.
- Yogyakarta, D. kesehatan. (2023b). *Pilot Project Sekolah Sehat Jiwa (SSJ) di Kota Yogyakarta*.
- Zamjani, I. (2024). Kegiatan belajar mengajar saat ini sudah berbasis kesehatan mental. ANTARA News.
- Zamjani, A. (2024). Penguatan karakter peserta didik melalui kurikulum merdeka dan profil pelajar.