

Strategi Mewujudkan Gerakan Sekolah Sehat Jiwa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban

Annisa Nabila Sujarman¹, Nurlizawati Nurlizawati^{2*}

^{1,2}Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: renofernandes@fis.unp.ac.id.

Abstrak

Penelitian ini menjelaskan strategi mewujudkan sekolah sehat dengan fokus sehat jiwa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Penelitian ini penting untuk diteliti karena sekolah ini merupakan satu-satunya Sekolah Menengah Atas di Kabupaten 50 Kota yang menjadi Sekolah Sehat, serta 20% anak di SMAN 1 Lareh Sago Halaban mengalami *broken home* yang berpengaruh kepada kesehatan jiwa mereka. Teori yang digunakan untuk menganalisis ialah teori struktural fungsional oleh Talcott Parson dengan skema AGIL. Metode penelitian yaitu kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pemilihan informan memakai teknik *purposive sampling* dengan jumlah informan 21 orang, dengan kriteria terlibat dalam program Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa. Teknik analisis data menggunakan analisis interaktif Miles dan Huberman dengan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan. Hasil penelitian menemukan strategi Gerakan Sekolah Sehat Jiwa, terbagi menjadi dua bagian. *Pertama*, dalam proses pembelajaran, yaitu: 1) *habituation* dalam berdoa, 2) tinjauan perkembangan mental peserta didik, 3) pemetaan siswa sesuai kemampuan. *Kedua*, program inti sehat jiwa, yaitu: 1) kewajiban ekstrakurikuler, 2) pengoptimalisasi sosialisasi NAPZA, *bullying*, pemanfaatan internet, *mental health*, dan peran keluarga, 3) kerja sama dengan *stakeholder*, 4) pembentukan tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK), 5) kampanye anti *bullying*, 6) mengaktifkan Pusat Konseling Kesehatan Remaja (PKKR). Strategi ini merupakan sebuah penyesuaian yang selaras dengan tujuan program dengan melibatkan berbagai pihak, serta pemeliharaan pola agar program tetap berjalan dengan semestinya.

Kata kunci: Gerakan Sekolah Sehat; Sehat Jiwa, Strategi.

Abstract

This study explains the strategy for realizing a healthy school with a focus on mental health at SMAN 1 Lareh Sago Halaban. This research is important to examine because this school is the only Senior High School in the 50 Kota Regency that is a Healthy School, and 20% of children at SMAN 1 Lareh Sago Halaban experience broken homes that affect their mental health. The theory used for analysis is the structural functional theory by Talcott Parson with the AGIL scheme. The research method is qualitative. Data collection techniques use observation, interviews, and documentation. The selection of informants uses a purposive sampling technique with a total of 21 informants, with the criteria of being involved in the Healthy School Movement program with a focus on mental health. The data analysis technique uses Miles and Huberman's interactive analysis with data collection, data reduction, data presentation, and conclusions. The results of the study found that the strategy of the Healthy School Movement is divided into two parts. First, in the learning process, namely: 1) habituation in prayer, 2) review of students' mental development, 3) mapping students according to their abilities. Second, the core mental health program, namely: 1) mandatory extracurricular activities, 2) optimizing socialization of narcotics, bullying, internet use, mental health, and the role of the family, 3) collaboration with stakeholders, 4) formation of a Violence Prevention and Handling Team (TPPK), 5) anti-bullying campaign, 6) activating the Youth Health Counseling Center (PKKR). This strategy is an adjustment that aligns with the program's objectives by involving various parties, as well as maintaining patterns so that the program continues to run properly.

Keywords: Healthy School Movement, Healthy Mind; Strategy.

How to Cite: Sujarman, A. N. & Nurlizawati, N. (2025). Strategi Mewujudkan Gerakan Sekolah Sehat Jiwa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. *Naradidik: Journal of Education & Pedagogy*, 4(4), 567-579.



Pendahuluan

Sekolah merupakan satuan pendidikan yang berfungsi meningkatkan ilmu pengetahuan, dan keterampilan generasi bangsa menjadi lebih baik (Sugiritama et al., 2021). Sekolah tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan aspek kognitif peserta didik, tetapi juga untuk membentuk individu yang sehat secara emosional, sosial, dan mental (Kuswadi, 2019). Hal ini sesuai dengan konsep *School well-being*, yang merujuk pada empat dimensi, yakni *having*, *loving*, *being*, dan *health* (Nurhayati & Handayani, 2020). Dimensi *having* berkaitan dengan keadaan fisik sekolah yang mampu menciptakan rasa aman dan nyaman bagi siswa. Sementara itu, *loving* berhubungan dengan interaksi sosial antara siswa dengan teman sebaya maupun dengan guru. Dimensi *being* berfokus pada pengembangan diri serta aktualisasi potensi yang dimiliki siswa. Adapun *health* mencakup aspek kesehatan fisik dan mental yang mendukung kelancaran proses belajar (Setiawan & Ahmadi, 2024).

Manfaat *school well-being* bagi sekolah tidak hanya membentuk individu yang cerdas, tetapi juga generasi yang sehat, dan mampu berkontribusi secara positif di masyarakat. Dalam mewujudkan *school well-being*, maka perlu upaya untuk memahami, mengukur, dan meningkatkan kesejahteraan di sekolah dalam pengembangan dunia pendidikan (Effendi & Siswanti, 2016). Gerakan Sekolah Sehat berdasarkan UU No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, yang kemudian digantikan dengan UU No. 17 Tahun 2023, kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat bagi peserta didik, pendidik, dan tenaga kependidikan dalam rangka mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas serta mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat. Salah satu program terbaru yang berkaitan dengan *school well-being* dalam dimensi *health* yang diluncurkan oleh Kemendikbudristek ialah Gerakan Sekolah Sehat (GSS).

Berdasarkan surat edaran direktur Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah nomor : 1725/c.4/dm.00.02/2024 tentang gerakan sekolah sehat, pada tahun 2024 Kemendikbudristek mengembangkan Kampanye Sekolah Sehat (KSS) menjadi Gerakan Sekolah Sehat (GSS). Secara substantif, GSS merupakan penyempurnaan dari KSS dengan penambahan dua fokus sehat, yaitu sehat jiwa, dan sehat lingkungan, sehingga pelaksanaan GSS menjadi berfokus pada lima sehat yaitu, sehat bergizi, sehat fisik, sehat imunisasi, sehat jiwa, dan sehat lingkungan (Kemendikbud, 2024). Program dalam Gerakan Sekolah Sehat yang menjadi fokus utama penulis ialah sehat jiwa. Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa "Kesehatan Jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya" (Kemendikbudristek, 2024).

Dalam dunia pendidikan kesehatan jiwa sangat penting sebagai pondasi saat berpikir dan berkonsentrasi agar fokus dan pembelajaran berjalan dengan baik. Sekolah menengah atas yang mendapat surat keputusan sekolah sehat di Kabupaten 50 Kota ialah SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Sekolah ini terletak di Kecamatan Lareh Sago Halaban, Kabupaten Lima Puluh Kota, Provinsi Sumatera Barat. SMAN 1 Lareh Sago Halaban sudah menerapkan kurikulum merdeka sejak tahun ajaran 2022/2023 serta sekolah ini sudah berakreditasi A. Berikut ialah surat keputusan bahwa SMAN 1 Lareh Sago Halaban tergabung dalam program gerakan sekolah sehat.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 1 Agustus 2024, dapat dilihat siswa-siswi SMAN 1 Lareh Sago Halaban sudah melaksanakan program kesehatan yang dirancang oleh sekolah, dengan presentase 90% yang sudah menerapkan. Penulis juga melakukan wawancara dengan wakil sarana prasarana serta beberapa guru di SMAN 1 Lareh Sago Halaban pada tanggal 14 Agustus 2024. Sekolah ini merupakan satu-satunya sekolah menengah atas di Kabupaten 50 kota yang diberi surat keputusan sebagai Sekolah Sehat di Kabupaten 50 Kota. Serta perilaku hidup sehat siswa juga mengalami peningkatan yang signifikan semenjak dilaksanakannya Gerakan Sekolah Sehat ini. Hal ini dikarenakan kegiatan Gerakan Sekolah Sehat terlaksana dengan baik.

Terdapat data yang menarik ketika penulis melakukan wawancara bersama Kepala Bimbingan Konseling pada tanggal 27 Agustus 2024 mengenai kesehatan jiwa siswa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Didapati jika setiap tahunnya ada 1% siswa yang mengalami permasalahan, seperti : siswa yang merokok, tidak disiplin, cabut, pacaran, dan melawan kepada guru, serta rata-rata anak yang bermasalah berasal dari kurangnya peran orang tua di rumah. Selain tingginya angka perceraian di Kabupaten 50 kota yakni sebanyak 848 kasus. Hal ini diperkuat juga menurut data dari ruangan Bimbingan Konseling SMAN 1 Lareh Sago Halaban dengan cukup banyak siswa yang mengalami *broken home* di SMAN 1 Lareh Sago

Halaban sebanyak 20% diantaranya. Yang mana hal tersebut sangat beresiko terhadap kesehatan jiwa peserta didik.

Broken home atau Kehidupan keluarga yang tidak utuh memiliki dampak besar terhadap kondisi jiwa anak. Konsekuensi dari situasi tersebut dapat merusak kesehatan psikologis anak (Ariyanto, 2023). *Broken home* berdampak dalam pendidikan anak sebab anak akan mengalami tekanan jiwa, pola perilaku anak kurang tertata dengan baik, emosi tidak terkontrol, dan lebih senang menyendiri. Salah satu dampak yang menonjol akibat *broken home* yaitu anak mempunyai kepribadian yang menyimpang (Mayowa, 2021). Hal ini menjadi menarik dalam penelitian yang akan dilakukan penulis, yakni strategi dalam mewujudkan sekolah sehat melalui program Gerakan Sekolah Sehat yang berfokus pada sehat jiwa. Dalam penerapan gerakan sekolah sehat ini tentu sekolah akan menggunakan suatu cara, yang berupa strategi. Strategi dikatakan sebagai suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan dalam melakukan suatu kegiatan (Hernita, 2020). Penelitian ini ingin melihat strategi yang digunakan sekolah dalam menjalankan program gerakan sekolah sehat dengan fokus sehat jiwa.

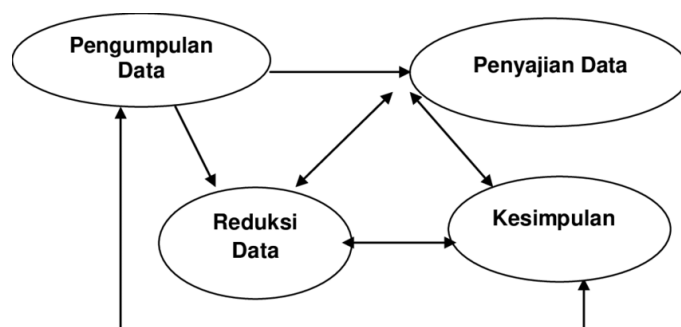
Penelitian tentang Sekolah Sehat sudah banyak dilakukan oleh peneliti lainnya. Adapun program GSS akan berhasil apabila adanya kegigihan kepala sekolah untuk bekerja dengan *stakeholder* dan memberikan inovasi dan motivasi kepada warga sekolah (Hestingtyas et al., 2021). Program GSS juga akan berjalan dengan baik dan semestinya jika didasarkan pada kebijakan sekolah dan partisipasi seluruh warga sekolah dalam berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Vilian & Minsih, 2021). Program GSS pada Setiap sekolah akan mempunyai penjelasan cara dan pengelolaan sekolah sehat yang jelas dan menjadi ciri khas sekolah (Herlina et al., 2020). Namun perbedaan mendasar terkait sekolah sehat ini dengan program Gerakan Sekolah Sehat di SMAN 1 Lareh Sago Halaban ialah terletak pada objek yaitu kesehatan jiwa siswa dan lokasi penelitian ini dilakukan.

Dari beberapa temuan yang telah dijabarkan di atas, maka penelitian ini perlu dilakukan untuk mengidentifikasi strategi yang digunakan oleh SMAN 1 Lareh Sago Halaban dalam menjalankan keberhasilannya sebagai sekolah sehat melalui program gerakan sekolah sehat yang berfokus pada sehat jiwa, serta mengatasi kendala-kendala yang terjadi saat pengimplementasiannya, yaitu 20% siswa diantaranya mengalami ketidakutuhan keluarga atau *broken home*, tentu hal ini sangat beresiko dan berhubungan dengan perkembangan mental dan jiwa peserta didik. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan pemerintah dalam mengembangkan program pendidikan dan kesehatan sekolah menjadi lebih baik lagi.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang gunakan adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif digunakan untuk memahami fenomena dengan menciptakan gambaran yang menyeluruh dan kompleks yang dapat disajikan dengan kata-kata, melaporkan pandangan terinci yang diperoleh dari sumber informan, serta dilakukan dalam latar setting yang alamiah (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Sebab sekolah ini 20% beresiko mengalami gangguan kesehatan jiwa dikarenakan kasus *broken home*. Teknik pemilihan informan dilakukan dengan *purposive sampling* yaitu suatu teknik yang mana sampel dipilih secara tidak acak dan menguasai suatu bidang tertentu (Sugiyono, 2013). Dengan kriteria informan terlibat dalam program Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa. Informan penelitian ini adalah kepala sekolah, wakil kurikulum, wakil sarana prasarana, wakil kesiswaan, tim gerakan sekolah sehat, guru, dan siswa. Pengambilan data mengalami kejenuhan ketika imforman mencapai 21 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi (Crowell, 2019). *Pertama*, melalui observasi non-partisipan karena peneliti tidak terlibat secara langsung dalam kegiatan yang diteliti (Crowell, 2019). *Kedua*, wawancara semi terstruktur, yang mana menggunakan daftar pertanyaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya, tetapi masih memberikan kebebasan untuk menggali lebih dalam atau mengikuti arah pembicaraan yang berkembang secara alami (Adolph, 2016). Wawancara ini dilakukan berulang kepada informan yang berbeda-beda dan waktu yang berbeda juga dengan tujuan mendapatkan data yang lebih valid. *Ketiga*, Dokumentasi adalah suatu cara yang dilakukan dengan mengabadikan proses pengumpulan data terkait penelitian yang dilakukan (Crowell, 2019). Adapun dokumentasi yang didapati yaitu berupa buku, peraturan perundang undangan, dokumen program gerakan sekolah sehat, dan foto yang relevan dengan penelitian yang dilakukan. Selanjutnya triangulasi data merupakan teknik menggabungkan data dari berbagai sumber, metode atau teori. Dalam hal ini, peneliti menggabungkan berbagai sumber referensi, dengan metode kualitatif melalui hasil observasi, wawancara dan dokumentasi, serta mengelaborasi dengan teori struktural fungsional dari Talcott Parsons. Tujuan utamanya untuk memastikan kebenaran data dan informasi yang dikumpulkan. Setelah data diperoleh dilakukan analisis dengan model interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman melalui analisis yang terdiri dari pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi yang telah disesuaikan dengan pedoman penelitian. Reduksi

data, dengan melibatkan catatan atas data dan kemudian mengumpulkannya berdasarkan kategori-kategori data. Penyajian data, menyatukan informasi dengan cara yang konsisten dan mudah diakses dan kesimpulan (Miles & Huberman, 2009).



Gambar 1. Alur Model Analisis Data Kualitatif Menurut Miles dan Huberman (2009)

Hasil dan Pembahasan

Proses Pembelajaran

Habituation dalam Berdoa

Pembiasaan berdoa ini wajib dilakukan di SMAN 1 Lareh Sago Halaban, serta sudah menjadi program dalam gerakan sekolah sehat terutama sehat jiwa yang lebih diutamakan dalam proses pembelajaran. Melalui berdoa seseorang dapat meluapkan perasaan, kegelisahan, dan beban emosionalnya, yang pada akhirnya membantu menurunkan tingkat stres dan kecemasan. Kegiatan ini sangat berdampak positif pada pola pikir terutama pada peserta didik. Dalam wawancara yang dilaksanakan dengan guru mata pelajaran bahasa Inggris ibu Husniyati M, S.Pd, mengungkapkan bahwa:

“...biasanyakan kalau berdoa ketika mulai belajar aja ya, tapi ini kita jadikan juga suatu pembiasaan yang dilakukan dalam setiap kegiatan dan juga rutin, yang mana setiap melakukan kegiatan kita wajib berdoa bersama dulu. Tujuan program ini berkaitan sama kejiwaan dan mental siswa, karna kalau berdoa itu kita terhubung dengan maha pencipta dan terjalin ketentraman dalam batin.” (Wawancara tanggal 25 Juni 2025).

Sesuai dengan hasil wawancara tersebut, Habituation dalam Berdoa memang dimasukkan dalam strategi dan program SMAN 1 Lareh Sago Halaban dalam mewujudkan sekolah sehat dengan focus sehat jiwa. Strategi ini diterapkan dalam proses pembelajaran dan non pembelajaran. Strategi ini didukung oleh guru-guru di SMAN 1 Lareh Sago Halaban, karena pembiasaan-pembiasaan kecil seperti ini berpengaruh terhadap pola pikir dan ketentraman jiwa peserta didik. Hal yang serupa juga disampaikan oleh salah satu peserta didik kelas XI F5 mengungkapkan bahwa:

“...setiap apa pun kegiatannya kami diwajibkan untuk berdoa bersama kak, mulai dari didalam kelas hingga kegiatan diluar kelas. Semenjak diwajibkan berdoa ini memang ada bedanya sih kak, jiwa dan batin lebih tenang dan damai yang ayunda rasakan, dulu waktu ayunda kelas X kan belum ada kewajiban seperti ini. Semenjak ayunda kelas XI ni lah dimulai kak, memang untuk ketenangan jiwa kita perlu dekat dengan tuhan.” (Wawancara tanggal 19 Juni 2025).

Setelah diterapkannya habituation ini peserta didik merasakan adanya perubahan. Perubahan ini menyangkut pada jiwa dan batin peserta didik yang lebih tenang dan damai. Kegiatan ini wajib dilakukan. Pernyataan tersebut juga sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan penulis pada saat melaksanakan penelitian. Pada saat observasi dilakukan terlihat siswa lebih merasa tenang dan nyaman dalam pembelajaran setelah dilaksanakannya doa bersama secara rutin ini, pembelajaran terasa lebih hikmah.

Tinjauan perkembangan mental peserta didik

Meninjau perkembangan mental peserta didik dilakukan melalui pendekatan. Pendekatan merujuk pada cara guru menjalin hubungan dengan peserta didik untuk membangun komunikasi yang baik, memahami kebutuhan mereka. Pendekatan ini berupa pendekatan emosional yang berdasarkan perhatian terhadap perasaan siswa sebelum, ketika, dan sesudah pembelajaran. Serta pendekatan ini juga dilakukan diluar jam pembelajaran. Dalam wawancara yang dilaksanakan dengan salah satu guru mata pelajaran sejarah sekaligus wali kelas XI F3 bapak A. Azizi Rahim, S.Pd, M. Hum, mengungkapkan bahwa:

“...pendekatan ini dilakukan untuk melihat dan meninjau gimana mental anak. Pendekatannya tu, biasanya sebelum belajar ditanya dulu gimana kabar dan perasaan siswa, ada masalah kah atau sudah mood dan siap buat belajar. Nanti kalau ada siswa yang tidur, atau ga mood kita selesaikan dulu, main games dulu atau kita kasih istirahat 5 menit dahulu, lalu masuk kelas lagi biar mereka ga terlalu tertekan.” (Wawancara tanggal 17 Juni 2025).

Pernyataan ini juga sesuai dengan hasil wawancara bersama salah seorang peserta didik kelas XI F4 Hasbi Haziq Ikhkamudin mengungkapkan bahwa:

“...dengan dimengertinya perasaan kami sebelum belajar, ketika, serta sesudah belajar ini, kami jadi lebih semangat kak, ga tertekan dan siap untuk belajar. Hasbi sebagai murid suka dengan cara ini, kalau tidak salah kata ummi nel ini program sehat jiwa juga disekolah kita kak.” (Wawancara tanggal 19 Juni 2025).

Berdasarkan hasil wawancara, guru melaksanakan peninjauan dengan melakukan pendekatan kepada siswa. Pendekatan ini bersifat persuasif. Hal sangat berkaitan dengan kesiapan mental dan semangat siswa untuk memulai pembelajaran, diawali dengan menanyakan kondisi, bermain games, serta istirahat sebentar. Strategi ini bertujuan menjaga kesiapan siswa dalam memulai pembelajaran. Kesiapan yang diperlukan bukan hanya kesiapan fisik tapi kesiapan mental siswa. Dengan mental yang siap, maka pondasi berpikir dan berkonsentrasi berjalan baik.

Pernyataan ini sesuai dengan observasi yang dilaksanakan penulis .Didalam kelas terlihat jika setiap guru melakukan peninjauan tersebut dengan pendekatan khusus terhadap siswa dikelas. Pendekatan yang penulis amati berupa: 1) menanyakan keadaan siswa, 2) istirahat sejenak, 3) games dan ice breaking bersama. Tiga kegiatan ini sangat sering penulis lihat dalam proses pembelajaran. Selain itu penulis juga melakukan studi dokumentasi, dimana program ini juga terlihat didalam modul ajar setiap guru yang peneliti lihat, kegiatan ini terletak pada bagian tahap awal pembelajaran, bertujuan untuk memulihkan emosional siswa yang lelah atau bosan, sehingga perkembangan mental yang menyangkut kesehatan jiwa mereka tidak tertekan dan berkembang secara baik.

Pemetaan siswa sesuai kemampuan

Strategi ini dilaksanakan melalui tes diagnostic siswa terlebih dahulu. Cara ini dilakukan dengan melibatkan siswa-siswi disetiap kegiatan intra dan ekstra sekolah. Kegiatan intra kurikuler yang dilakukan yakni kolaborasi pembelajaran antara siswa yang dominan dengan siswa non dominan, sehingga nantinya pembagian tugas akan dibagi sesuai kemampuan masing-masing. Seperti siswa yang memiliki kemampuan auditorial akan menjadi moderator atau siswa yang memiliki kemampuan visual akan menjadi pembaca materi. Sehingga kemampuan siswa-siswi tersalurkan dengan gaya belajar mereka. Dalam wawancara yang dilaksanakan dengan guru mata pelajaran kimia sekaligus wali kelas X. E9 bapak Erizon, S.Pd, mengungkapkan bahwa:

“...biasanya kita melakukan hal-hal basic dulu, kayak menyesuaikan gaya belajar siswa sama kemampuan mereka. Siswa yang suka membaca atau visual kita arahkan menjadi pembaca materi saat belajar kelompok atau belajar kooperatif, begitu juga dengan yang auditorial kita sesuaikan, mungkin kita jadikan moderator biar tidak terlalu banyak membaca, sebab kemampuannya mendengarkan ya. Hal ini bagian dari program sehat jiwa juga disekolah kita tapi lebih diarahkan ke dalam proses pembelajaran, biar kita tahu kemampuan siswa dari hal-hal kecil dahulu.” (Wawancara tanggal 25 Juni 2025).

Hal yang serupa juga disampaikan oleh salah satu peserta didik Ayunda kelas XI F5 mengungkapkan bahwa:

“...kadang ibuk atau bapak dikelas tu suka kelompok-kelompok in kami sama siswa yang lebih lah, begitu juga sebaliknya. Ayunda ga tau juga si tujuannya apa kak, tapi setelah itu terapkan pembelajaran terasa lebih tertata dan adil kak. Kadang kan ayunda suka nya nulis nanti dikelompok ayunda dapat bagian jadi sekretaris, terus nanti caca teman ayunda suka ngomong terus dia dapat bagian kasih materi. Jadi lebih tertata dan terkelola kak, ayunda nyaman dan suka-suka aja kayak gitu kak.” (Wawancara tanggal 19 Juni 2025).

Berdasarkan hasil wawancara, salah satu guru dan peserta didik mengenai pemetaan siswa sesuai kemampuan. Siswa yang dominan akan digabungkan dengan siswa yang non dominan menjadi sebuah kelompok, yang nantinya akan dibagi pembagian tugas sesuai dengan kemampuan mereka masing-masing. Hal ini dilakukan dengan tujuan siswa tidak merasa tertekan saat melaksanakan pembelajaran serta bisa berkontribusi. Sesuai dengan hasil observasi, didapati jika benar kegiatan tersebut dilaksanakan pada saat pembelajaran, seluruh siswa dikolaborasikan. Serta kegiatan tersebut juga tertuang didalam

modul ajar guru-guru di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Salah satunya pada modul ajar sosiologi kelas X yang dirancang oleh ibu Trisna Dewi Anggraini, S.Pd. Pemetaan dalam melihat kemampuan peserta didik diluar intra kurikuler dilaksanakan dengan mewajibkan setiap peserta didik memilih ekstrakurikuler sesuai minat dan bakat mereka.

Program inti Sehat Jiwa

Pewajiban Ekstrakurikuler

Program wajib mengikuti ekstrakurikuler bagi peserta didik memiliki dampak yang besar dalam membentuk kepribadian peserta didik. Dengan adanya kewajiban ini, juga akan menjadi wadah penampungan dalam pengalihan stress peserta didik. 20% siswa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban mengalami *broken home*. Tentu persoalan tersebut akan mengganggu kesehatan jiwa dan kestabilan emosional peserta didik. Dengan ini kewajiban mengikuti ekstrakurikuler bagi peserta didik menjadi salah satu program dalam menangani kesehatan jiwa siswa-siswi sebagai peralihan dari hal negative yang mempengaruhi mereka. Dalam wawancara yang dilaksanakan dengan guru mata pelajaran Sosiologi sekaligus wali kelas XII. F10 dan anggota tim gerakan sekolah sehat SMAN 1 Lareh Sago Halaban ibu Trisna Dewi Anggraini, S.Pd, mengungkapkan bahwa:

“...melalui ekstrakurikuler siswa dapat mengenali diri mereka, kegiatan ekstra ini wajib diikuti. Ibu sebagai tim disiplin sekolah membantu siswa dalam memilih kegiatan apa yang cocok dengan mereka. Siswa disini lebih betah disekolah, saat pulang sekolah mereka ga langsung pulang, main-main dulu disekolah. Ada sebagian siswa merasa jika dengan mengikuti ekstrakurikuler mereka menemukan keluarga disini, merasa lebih diperhatikan daripada dirumah. Maka dengan timbulnya hal tersebut tentu akan menjaga kesehatan jiwa anak.” (Wawancara tanggal 25 Juni 2025).

Pernyataan ini juga sesuai dengan hasil wawancara bersama salah seorang peserta didik kelas XI F4 Hasbi Haziq Ihkamudin, mengungkapkan bahwa:

“...alhamdulillah hasbi kan terpilih jadi ketua osis disekolah ini kak, ini berkat sekolah juga si kak yang mewajibkan kami ikut ekstrakurikuler meskipun satu aja. Hasbi merasa dengan diwajibkannya kami ikut, kami lebih nyaman disekolah, sekolah udah kayak rumah kak, kalau rasanya banyak masalah dirumah bi pasti lebih suka disekolah, kayak disini aja bi bisa menuangkan masalah-masalah itu. Intinya jadi tempat pelarian untuk bi kak. Hasby juga salah satu anak broken home lah disekolah ini kak. Tapi bi bisa buktikan kalo anak broken ga selalu rusak oleh pergaulan. Dan dulu bi juga ga sadar kalo bi bisa public speaking, nah semenjak ikut osis lah kelebihan itu Nampak kak.” (Wawancara tanggal 19 Juni 2025).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, kewajiban mengikuti ekstrakurikuler disekolah memang berjalan efektif dan sampai kepada tujuan. Setiap siswa di SMAN 1 Lareh sago halaban akan diarahkan dalam memilih ekstrakurikuler yang cocok dan mereka suka. Dari hasil observasi dan beberapa dokumen sekolah yang penulis temukan, adapun ekstrakurikuler unggulan yang bisa dipilih peserta didik ialah: 1) Osis, 2) Pramuka, 3) UKS, 4) Go Green, 5) Rohis, 6) PIK-R. Banyak siswa sadar dan merasa bahwa dengan mengikuti ekstrakurikuler mereka menyadari kemampuan yang sebelumnya tidak terlihat, dan juga menemukan keluarga serta rumah kedua.

Kerja sama dengan Stakeholder

Tujuan diadakannya kerja sama ini ialah meningkatkan kualitas layanan kesehatan jiwa di lingkungan sekolah melalui dukungan profesional dari pihak eksternal, guna menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan mendukung perkembangan mental peserta didik. Dalam wawancara yang dilakukan bersama kepala sekolah bapak Drs. Masdal Fitri, M, Si, mengungkapkan bahwa:

“...dengan adanya kerja sama ini sekolah kita sangat terbantu, apalagi mengenai pengetahuan tentang kesehatan jiwa, karena ga mungkin lah kita semua paham betul gimana sehat jiwa dan macam-macamnya, makanya sekolah kita kerja sama dengan pihak luar. Bapak sebagai kepala sekolah sangat senang dengan program ini, kerja sama dan sosialisasi seperti ini sangat penting dilakukan. Sekolah kita bisa tiga sampai empat kali dalam satu semester, semenjak program ini dilaksanakan sudah jarang terjadi masalah mengenai persoalan kesehatan jiwa disekolah, yang kayak bully, kekerasan, siswa bolos. Karena kadang bapak suka keliling-keliling dilingkungan sekolah buat mantau anak.” (Wawancara tanggal 4 juli 2025).

Penulis juga melakukan wawancara bersama wakil kurikulum bapak Ekoza Yupino H., S.Kom, mengungkapkan bahwa:

“...biasanya kerja sama yang kita lakukan itu dengan pihak puskesmas tentang mental health dan juga melakukan pengecekan kesehatan jiwa siswa melalui angket yang mereka bagikan di awal semester, lalu dengan kepolisian tentang bahayanya NAPZA, kekerasan dan bullying di sekolah, kejaksaan mengenai tata tertib sekolah, kemudian kita juga mendatangkan ustad dan ustazah untuk mengisi materi tentang rohani jiwa dan keagamaan peserta didik, terus sama dinas kesehatan tentang penggunaan media sosial yang baik dan benar.” (Wawancara tanggal 2 Juli 2025).

Berdasarkan wawancara bersama bapak kepala sekolah dan wakil kurikulum. SMAN 1 Lareh Sago Halaban banyak mendatangkan berbagai *Stakeholder* untuk dijadikan pemateri terkhususnya mengenai kesehatan jiwa. Kerja sama ini sangat sering dilakukan terutama pengisian materi sosialisasi di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Dengan melakukan kerja sama dengan stakeholder materi yang diberikan tentu akan sesuai dengan keahlian masing-masing stake holder, sehingga informasi yang disampaikan tidak keliru atau salah.

Adapun kerja sama yang dilakukan SMAN 1 Lareh Sago Halaban ialah dengan: 1) Pihak puskesmas terkait pelaksanaan *skrining* kesehatan jiwa peserta didik, sosialisasi pentingnya *mental health*, 2) Pihak kepolisian terkait bahayanya NAPZA, perundungan atau bullying, dan kekerasan di lingkungan sekolah, 3) Pihak Kejaksaan mengenai tata tertib yang berlaku di sekolah, 4) Pemuka agama seperti ustad dan ustazah mengenai rohani jiwa, ketenangan batin, peran keluarga, dan kedekatan dengan yang maha pencipta, 5) Dinas Kesehatan terkait pemanfaatan internet/ media sosial secara sehat dan bijaksana. Selain sosialisasi, pihak puskesmas juga melaksanakan *skrining* kesehatan jiwa peserta didik melalui angket yang nantinya dimasukkan ke dalam SIJIWA yaitu *platform* berbasis *website* dan aplikasi yang dibuat oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hal ini sesuai dengan wawancara bersama wakil sarana prasarana sekaligus ketua gerakan sekolah sehat SMAN 1 Lareh Sago Halaban ibu Yuli Nelfia, S.Si, mengungkapkan:

“...sekolah kita juga udah ada mengisi *skrining* kesehatan jiwa melalui web yang dibagikan ke anak, SIJIWA ini gunanya untuk ngecek bagaimana kesehatan jiwa siswa-siswi di sekolah ini, SIJIWA ini dibawah naungan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Tujuannya mendeteksi bagaimana perkembangan mental peserta didik, menjalin kerja sama juga dengan puskesmas, kemudian mendukung program ini juga, karena ini kan juga bagian dari program GSS kita. Untuk hasil *skrining* ini ibuk ga tau hasilnya, soalnya pihak puskesmas cuman kasih hasil ini ke ibuk dalam bentuk kertas lalu berisi kode-kode gitu, jadi ibuk ga ngerti, pihak puskesmas ga kasih tau cara baca hasilnya, jadinya hasil itu ibuk simpan aja.” (Wawancara tanggal 25 Juni 2025).

Berdasarkan hasil wawancara, memang pengisian dilakukan melalui website SIJIWA langsung melalui ponsel. Tujuan *skrining* kesehatan jiwa melalui SIJIWA untuk mendeteksi perkembangan dan gangguan mental emosional peserta didik secara lebih simple dan akurat, sebab SIJIWA merupakan *web* dan aplikasi yang dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan literasi mengenai kesehatan jiwa, membangun kerja sama dengan pihak puskesmas, mendukung lingkungan sekolah yang sehat jiwa. Namun dalam melihat hasil *skrining* peserta didik terjadi kendala komunikasi antara pihak sekolah dan puskesmas, yang dimana pihak puskesmas hanya memberikan kode-kode terkait hasil *skrining* tanpa menjelaskan maksud kode tersebut. Sehingga hasil *skrining* tidak dapat diketahui oleh pihak sekolah. Selain kendala komunikasi, pemahaman pihak sekolah juga kurang terhadap penggunaan dan pengaplikasian SIJIWA, sehingga semuanya diserahkan kepada pihak puskesmas. Hasil *skrining* akan langsung terkirim ke pihak puskesmas. Kegiatan ini lebih efektif dilakukan secara online tanpa harus membagi angket-angket kertas yang di anggap boros dan rumit dalam pengelompokan data siswa.

Sekolah juga melakukan kerja sama mengenai peran dan status keluarga lebih dikhususkan sekolah melalui sosialisasi. Berdasarkan wawancara bersama ibu Gusnihilda, S.Hum, penyampaian materi untuk siswa terkait topik ini tetap dilakukan melalui sosialisasi bersama di lapangan dan pada saat wirid remaja setiap sabtu. Namun untuk penyampaian kepada orang tua atau wali murid dilaksanakan ketika pertemuan secara serentak melalui surat undangan. Penulis juga melakukan wawancara bersama salah seorang peserta didik kelas X E1 yaitu Fajar, mengungkapkan:

“...Fajar bukan anak broken kak, tapi kadang jar merasa kalau orang tua jar kurang berperan sesuai perannya masing-masing. Ntah karna pengetahuan yang kurang atau gimana jar ga tau

juga. Cuman setelah sekarang ni ga kayak dulu lagi lah kak, kayaknya orang tua jar udah tau gimana peran masing-masing mereka. Dulu orang tua jar kayak cuek-cuek gitu aja, sekarang jar rasa udah agak dekat kak, ada lah sedikit perubahan yang jar rasain. Setelah sosialisasi kemaren tentang orang tua tu jar juga paham sedikit banyaknya kak. Ga selalu ibu yang harus dekat sama anak tapi ayah fajar udah mulai dekat dan suka nanya-nanya gimana sekolah jar hari ini, yaa kayak gitu lah kak. Ayah jar kemaren ikut mah kak sosialisasi orang tua tentang keluarga pas rapat dan pembagian rapor kemaren.” (Wawancara tanggal 23 Juni 2025)

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, didapati jika sosialisasi yang diberikan kepada orang tua atau wali murid mengenai peran dan status keluarga berjalan semestinya. Bukan hanya pemahaman dan kesadaran siswa yang bertambah tetapi orang tua siswa juga merasakan demikian. Kedekatan siswa dengan orang tua mulai terjalin dengan baik ditengah banyaknya peran keluarga yang hilang. Dalam observasi penulis juga mendapati jika sosialisasi memang dilaksanakan dengan mendatangkan berbagai pihak luar, salah satunya ustad dalam wirid rutin yang dilaksanakan setiap sabtu, salah satu materi dalam kegiatan wirid tersebut menyinggung tentang peran ayah pada masa remaja. Dalam observasi, penulis juga melihat saat pembagian rapor semester genap, orang tua dan wali kelas mengadakan rapat bersama dan membahas bagaimana perkembangan anak dirumah bersama orang tua.

Pembentukan Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK)

Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK) adalah tim yang dibentuk oleh sekolah atau satuan pendidikan untuk mencegah, menangani, dan memberikan perlindungan terhadap segala bentuk kekerasan yang terjadi di lingkungan pendidikan, baik terhadap peserta didik, pendidik, maupun tenaga kependidikan. Wawancara terkait Pembentukan Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK) dilakukan penulis bersama wakil kesiswaanibu Gusnihilda, S.Hum, mengungkapkan:

“...TPPK ini tujuannya untuk menanggapi berbagai macam kasus kekerasan baik itu fisik maupun non fisik, atau biasanya kita sebut bullying kan. Kenapa tim ini langsung dibentuk, ya karena kita ingin secepatnya mengantisipasi adanya kekerasan itu disekolah kita ini.” (Wawancara tanggal 4 Juli 2025).

Penulis juga melakukan wawancara bersama seorang petugas keamanan SMAN 1 Lareh Sago Halaban bapak Yusril Efendi, mengungkapkan:

“...dari dulu siswa-siswayang nakal suka sekali bertengkar dilapangan belakang sana tu, dulu kan belum ada tim pencegahan dan penanganan kekerasan ini, nanti kalo dah istirahat bapak kalang kabut tu ke belakang sekolah buat melerai anak-anak yang berkelahi sampai luka-luka. Kadang bapak pusing ntah apa yang dipertengkarkan sama anak-anak ni. Nanti udah luka-luka, masuk BK, trus orang tua dipanggil pula kan. Nah, semenjak sekolah jadi sekolah sehat kan langsung dibentuk tu tim tentang kekerasan ni. Jadi sudah agak kurang rasanya bapak kebelakang sekolah buat misahkan anak bertengkar.” (Wawancara tanggal 23 Juni 2025).

Tim ini mulai dibentuk ketika SMAN 1 Lareh Sago Halaban resmi menyanggah gelar sekolah sehat dan mulai menjadi bagian program dari sehat jiwa. Berdasarkan wawancara bersama salah seorang petugas keamanan sekolah, dengan terbentuknya tim TPPK ini tingkat kekerasan antar siswa seperti perkelahian mulai berkurang. Kekerasan disekolah bisa dikatakan tidak pernah terjadi. Jika kekerasan terjadi akan serahkan kepada tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan, namun jika persoalan tidak menghasilkan titik temu, pihak sekolah dan tim TPPK akan menyerahkan kepada pihak berwajib, yaitu kepolisian. Pada saat melakukan observasi keadaan sekolah terlihat aman dan tentram. Tidak ada kekerasan yang terjadi baik antar siswa maupun guru dan siswa.

Kampanye anti *bullying*

Tindakan *bullying* tidak seharusnya ada dan dilakukan oleh peserta didik karena akan menurunkan motivasi belajar peserta didik dan menghilangkan kepercayaan diri sehingga mengganggu kestabilan mental seseorang. Untuk menghindari adanya tindakan *bullying* SMAN 1 Lareh Sago Halaban, sekolah membuat sebuah program kampanye anti *bullying*. Wawancara mengenai kampanye anti *bullying* dilakukan penulis bersama wakil kesiswaan ibu Gusnihilda, S.Hum, mengungkapkan :

“...untuk program sekolah kita tentang bullying, kita membuat yang namanya kampanye anti-bullying, kenapa kampanye?, karena dengan ini kita dapat menyuarakan bersama bahwa bullying sangat berbahaya bagi mental dan jiwa seseorang. Bullying tidak hanya menyerang fisik tapi juga mental. Disini kita berkampanye melalui poster dan lomba yel-yel dengan tujuan kampanye ini berjalan secara fun dan seru.” (Wawancara tanggal 4 Juli 2025).

Salah satu guru mata pelajaran matematika ibu Dini Alindra, S.Pd, M.Pd juga melakukan wawancara bersama penulis, mengungkapkan:

“...ibuk sebagai pendidik disekolah sangat menentang bullying ini. Salah satu program yang baru-baru ini ibuk lihat ada yang namanya kampanye anti bullying. Kemaren ada lomba poster, jadi anak disuruh bikin poster semenarik mungkin terus dipilih, yang paling unik dan bagus itu pemenangnya, lalu ada juga yel-yel atau selogan gitu. Anak-anak bikin tim buat nyanyiin yel-yel nya, nanti yel-yel yang bagus itu pemenangnya. Menurut ibuk ini bukan cuman sekedar melarang bully disekolah tapi juga kegiata seru yang membekas bagi siswa.” (Wawancara tanggal 2 Juli 2025).

Berdasarkan wawancara tersebut Kampanye anti *bullying* dianggap penting karena menjadi suara bersama untuk menghentikan kekerasan yang sering tersembunyi di balik candaan atau tekanan sosial. Kampanye yang dilakukan berupa perlombaan poster dan yel-yel. Strategi ini dianggap unik dan seru. Kegiatan kampanye Ini adalah upaya untuk menciptakan lingkungan yang aman, ramah, dan mendukung bagi setiap individu, terutama anak-anak dan remaja yang sedang tumbuh dan mencari jati diri. Selain bersama guru, penulis juga melakukan wawancara bersama salah seorang peserta didik kelas X E1 Aida Fatma, mengungkapkan:

“...waktu tu ada lomba kak, aida kira lomba apa kan, ternyata lomba bikin poster dan yel-yel yang isinya mengenai bullying, ga expec juga aida ini jadi lomba kak. Soalnya kan kalo tentang bully-bully ni paling disosialisasikan atau dikasih tau. tapi ini dilombakan kemaren.” (Wawancara tanggal 7 Juli 2025).

Kampanye anti *bullying* juga didukung oleh peserta didik. Kegiatan ini dianggap menyenangkan karena disalurkan menjadi sebuah perlombaan poster dan yel-yel. Sehingga dalam pelaksanaannya peserta didik tidak mengalami tekanan. Pada saat melakukan observasi, perlombaan terbaru belum dilaksanakan. Namun terlihat beberapa poster ditempelkan di papan mading dan sebagian disimpan didalam ruangan OSIS SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Dalam studi dokumentasi yang diperlihatkan, sekolah memang menjadikan program ini ke dalam strategi Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa didalam dokumen kerja tim GSS yang direalisasikan menjadi kegiatan P5 SMAN 1 Lareh Sago Halaban.

Mengaktifkan pusat konseling kesehatan remaja (PKKR)

Pusat Konseling Kesehatan Remaja (PKKR) adalah tempat pelayanan yang dirancang khusus untuk membantu remaja dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka secara menyeluruh, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Ketika observasi dilakukan, penulis melihat jika Pusat konseling ini terletak di ruangan bimbingan konseling SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Di tempat ini, remaja bisa berkonsultasi mengenai berbagai masalah, mulai dari tekanan disekolah, konflik keluarga, kesehatan mental, kecemasan, depresi, dan masih banyak lagi. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Kepala Bimbingan Konseling Bapak Adhya Syafra Tryanda, S.Pd, M.Pd terkait tujuan diaktifkannya pusat konseling kesehatan remaja (PKKR):

“...yang bapak lihat perhatian anak itu banyak mengarah kepada hal-hal yang tidak baik. Dan kebanyakan anak itu memendam semua masalah mereka sendiri, nanti cerita ke orang tua malu, cerita ke guru, gurunya ember. Karena itu bapak mengaktifkan dan menjadikan PKKR ini program kesehatan jiwa disekolah ini, tujuannya itu tadi, biar anak bisa bercerita tanpa ada yang mereka pendam dipusat konseling ini. Dengan siapa lagi mereka meluapkannya kalau bukan dengan kami.” (Wawancara tanggal 30 Juni 2025).

Pernyataan ini juga sesuai dengan hasil wawancara dengan salah seorang siswa kelas X E1 yaitu Fajar, mengungkapkan bahwa:

“...waktu itu lagi banyak masalah dan tekanan dirumah, terus pak adiya melakukan pendekatan sama fajar, sehingga fajar terpancing untuk bercerita, tapi setelah bercerita rasanya memang lega dan plong gitu kak. Semenjak itu kalo ada masalah fajar lebih sering ke pusat konseling diruang BK atau ga langsung cerita ke pak adiya jika rasanya ada yang dipendam.” (Wawancara tanggal 23 Juni 2025).

Berdasarkan wawancara kepala bimbingan konseling dan salah seorang peserta didik. Pusat konseling ini juga ditujukan kepada peserta didik yang mengalami permasalahan, terutama mengalami tekanan dilingkungan sekolah dan rumah. Penyaluran ini memang bertujuan untuk membantu siswa menstabilkan tingkat emosionalnya, sehingga kesehatan mental dan jiwa mereka tidak terganggu. Ketika penulis melakukan observasi, didapati Pusat Konseling Kesehatan Remaja yang terletak di ruang BK.

Terlihat banyak anak-anak yang melakukan konsultasi mengenai permasalahan yang mereka hadapi. Salah satu tim PKKRR yakni kepala Bimbingan Konseling SMAN 1 Lareh Sago Halaban sendiri juga sangat pandai dalam melakukan pendekatan emosional dan memancing siswa untuk bercerita mengenai persoalan yang mereka konsultasikan. Serta siswa yang berkonsultasi terpancing dalam berkonsultasi hingga merasa nyaman untuk meluapkan emosional mereka. Pusat Konseling Kesehatan Remaja (PKKR) berbeda dengan Bimbingan Konseling (BK), pernyataan ini diungkapkan oleh kepala sekolah sekolah SMAN 1 Lareh Sago Halaban bapak Drs. Masdal Fitri, M, Si:

“....PKKR beda sama BK ya, PKKRR itu melibatkan tim UKS, pihak puskesmas, sedangkan BK cuman guru-guru BK aja. PKKRR lebih ke Kesehatan jiwa anak, kalau BK cuman cara belajar, sosial dan emosional anak aja. Pusat Konseling Kesehatan Remaja lebih terstruktur dan lengkaplah, karena ada timnya disana, tim yang bergerak itu dibagian tim sehat jiwa. Kegiatan yang dilakukan itu ada konseling tentang stres dan depresi, edukasi HIV/AIDS, narkoba, dan kesehatan reproduksi, nah skrining kesehatan jiwa melalui SIJIWA tim PKKRR juga ikut bergabung dan memantau pihak puskesmas saat itu. PKKRR ini masuk ke program inti GSS yang focus pada sehat jiwa dan fisik anak.” (Wawancara tanggal 4 Juli 2025).

Hasil wawancara bersama kepala sekolah menunjukkan jika memang Pusat Konseling Kesehatan Remaja (PKKR) berbeda dengan Bimbingan Konseling (BK). Mulai dari struktur tim didalamnya, yang mana PKKRR melibatkan *stakeholder* yaitu pihak puskesmas dan juga tim gerakan sekolah sehat yang berfokus pada sehat jiwa dan fisik. Kegiatan dan fokus masalah yang dibahas didalam PKKRR juga terstruktur dan lebih lengkap mengenai kesehatan jiwa, mulai dari konseling tentang stres dan depresi, edukasi HIV/AIDS, narkoba, dan kesehatan reproduksi.

Pembahasan

Program Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa tidak hanya menekankan pada pencegahan gangguan mental, tetapi juga pada penciptaan lingkungan sekolah yang mendukung kenyamanan, keamanan, dan kebahagiaan siswa terutama dalam kesehatan jiwa mereka. *School well-being* berperan sebagai fondasi utama dalam hal ini, dalam *school well-being* terdapat empat dimensi yakni, *having, loving, being, dan health*. Dimensi yang kuat kaitannya dengan gerakan sekolah sehat ini ialah *health*. Dimensi tersebut melihat kesejahteraan siswa dari aspek fisik dan mental. Program Gerakan Sekolah Sehat berhasil menjalankan konsep *school well-being* di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Ketika *school well-being* tercapai, maka sekolah akan menjadi tempat yang tidak hanya berfungsi sebagai ruang akademik, tetapi juga sebagai lingkungan yang membentuk pribadi yang sehat secara mental dan sosial. Hal ini terbukti dari penelitian yang penulis lakukan, terlihat jika semua kegiatan dan program kesehatan jiwa mengacu pada dimensi *health*. Mulai dari kegiatan pembelajaran dengan pembiasaan berdoa, peninjauan dan pemetaan siswa sesuai kemampuan. Hal ini bertujuan untuk membangun rasa aman secara emosional, di mana siswa merasa dihargai, didengar, dan tidak takut untuk mengekspresikan perasaan dan potensi yang mereka miliki. Dalam Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa, penerapan *school well-being* merupakan langkah strategis yang tidak hanya memperhatikan fisik siswa, tetapi juga keseimbangan mental dan emosionalnya. Melalui penciptaan lingkungan yang suportif, harmonis, dan penuh kepedulian, sekolah dapat menjadi tempat yang benar-benar sehat secara menyeluruh bagi seluruharganya. Siswa yang memiliki tingkat *school well-being* yang tinggi berhubungan positif dengan peningkatan hasil akademik, kehadiran siswa disekolah, perilaku prososial siswa, keamanan sekolah serta kesehatan mental pada siswa (Anggreni & Immanuel, 2020).

Pembahasan kali ini mengenai bagaimana strategi yang di implementasikan oleh SMAN 1 Lareh Sago Halaban selaku sekolah sehat percontohan di Kabupaten 50 Kota dengan fokus sehat jiwa. Penelitian ini dibahas menggunakan teori struktural fungsional oleh Talcot Parsons melalui skema AGIL (*adaptation, goal attention, integration, dan latency*). Teori ini membahas mengenai bagaimana cara agar setiap sistem dapat seimbang dan saling melengkapi sesuai dengan fungsinya. Di SMAN 1 Lareh Sago Halaban didapati jika 20% siswa disekolah ini mengalami ketidakutuhan keluarga atau *broken home*. Namun *broken home* bukan menjadi alasan utama siswa kehilangan peran keluarga didalamnya. Sesuai dengan judul penelitian, peneliti fokus membahas bagaimana usaha SMAN 1 Lareh Sago Halaban dalam beradaptasi terhadap perubahan dan kendala yang terjadi.

Pertama *adaptation* (adaptasi), Beberapa penyesuaian yang dilakukan oleh sekolah melalui proses pembelajaran dan program inti yang dibuat oleh tim Gerakan Sekolah Sehat SMAN 1 Lareh Sago Halaban yaitu: *Pertama*, Mengenali kondisi dan pemantauan secara berkala terkait kesehatan jiwa peserta didik, adaptasi ini direalisasikan melalui kegiatan-kegiatan kecil seperti, pembiasaan berdoa disetiap kegiatan. Hal ini merupakan cara seseorang untuk mendapatkan ketenangan dalam jiwa dan raga (Sawitri et al., 2022). Kemudian guru meninjau dan memetakan siswa sesuai kemampuannya, penyesuaian ini

dilakukan guna untuk mengetahui potensi dalam diri siswa tanpa adanya paksaan yang menekan mental mereka (Prijambodo, 2025). Lalu *Kedua*, Mengadakan kerja sama dengan *stakeholder*, dibalik minimnya kemampuan sekolah mengenai pengetahuan terkait kesehatan jiwa, sekolah melakukan kegiatan tersebut sebagai upaya dalam beradaptasi dengan status sekolah pada saat sekarang yang menjadi sekolah sehat percontohan di Kabupaten 50 Kota. Kerja sama ini dilakukan bersama pihak puskesmas, kepolisian, kejaksaan, dan pemuka agama sebagai sumber materi yang dipercaya pihak sekolah. Serta orang tua siswa juga sangat dilibatkan dalam kerja sama tersebut agar peninjauan keadaan mental dan jiwa siswa tidak keliru dan berjalan dengan semestinya. Berdasarkan hasil temuan didapatkan, penulis juga melihat jika SMAN 1 Lareh Sago Halaban mampu beradaptasi dengan hal-hal baru tersebut, yakni melakukan koordinasi dan selalu mengajak seluruh *stakeholder* sekolah untuk berperan aktif dalam menjalankan program (Musa, 2022).

Kedua goal attention (tujuan), Tujuan dari program Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat Jiwa ialah agar individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu dapat menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi pada komunitasnya. Tujuan khusus sekolah dalam mengimplementasikan strategi yang mereka buat ialah agar peserta didik tidak mengalami gangguan kesehatan mental ditengah banyaknya kasus perceraian dan *broken home* yang berimbas pada kestabilan jiwa mereka. Tujuan program sekolah sehat membentuk pola hidup sehat yang dapat meningkatkan kesejahteraan kesehatan peserta didik yang meliputi mental, fisik, maupun sosial (Hestiningtyas et al., 2021). Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kesejahteraan peserta didik baik dalam aspek mental, fisik, maupun sosial.

Ketiga integration (integrasi), pada tahap inilah antar bagian dalam sebuah system menjadi komponen yang saling berhubungan. Untuk dapat mengimplementasikan program gerakan sekolah sehat terkhususnya sehat jiwa dengan baik, maka diperlukan adanya kerja sama mulai dari kepala sekolah, wakil, guru, peserta didik, pihak eksternal (puskesmas, kepolisian, dinas kesehatan, kejaksaan, pemuka agama) dan orang tua siswa untuk dapat menjalankan strategi yang telah ada. Salah satu alasan berjalannya kerja sama ini ialah dengan komunikasi yang baik antar komponen. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan. Dengan itu integrasi sangat berperan penting dalam mencapai tujuan dalam suatu program. Kerjasama dengan Pihak Terkait yang dilakukan bersama lembaga *eksternal*. Forum ini memberikan bantuan, saran, atau sumber daya tambahan dalam upaya menjaga kesehatan siswa (Setiawan, 2024).

Keempat latency (pemeliharaan pola), selama proses implementasi program gerakan sekolah sehat dengan fokus sehat jiwa, sekolah tetap melakukan pemeliharaan pola-pola kultural seperti saling melengkapi dan memotivasi. Pemeliharaan yang dilakukan SMAN 1 Lareh Sago Halaban dengan beberapa hal yaitu, menjalankan tugas sesuai fungsi masing-masing. Mulai dari kepala sekolah yang menjadi penasehat, wakil kurikulum sebagai penanggung jawab, wakil sarana prasarana sebagai ketua Gerakan Sekolah Sehat, wakil kurikulum sebagai sekretaris, guru sebagai tim pelaksanaan program gerakan sekolah sehat, *stakeholder* sebagai narasumber, orang tua sebagai pendorong dalam menjaga kesehatan jiwa anak dirumah, serta siswa sebagai pelaksana dari program yang diimplementasikan. Kemudian pembentukan koordinator tim Gerakan Sekolah Sehat sebagai tim yang aktif memantau, mengajak, mendisiplinkan program-program yang diterapkan di SMAN 1 Lareh Sago Halaban, dan juga tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK) untuk mencegah dan menangani kekerasan disekolah. Sekolah juga mengaktifkan pusat konseling kesehatan remaja (PKKR) sebagai tempat siswa mencari solusi terkait masalah-masalah yang sulit mereka hadapi. Pembentukan Koordinator Sekolah Sehat (KSS) dibantu juga oleh pembina UKS dalam pelaksanaan program sekolah sehat, dimana tugasnya di sini adalah ikut menyusun program kerja Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dan mengawasi setiap pelaksanaan program sekolah sehat. Semua struktur organisasi memiliki posisi yang berbeda, namun sama-sama memiliki tanggung jawab yang sama dalam mewujudkan program sekolah sehat (Herlina et al., 2020).

Dari perspektif teori structural fungsional Talcot Parsons, implementasi strategi Gerakan Sekolah Sehat dengan fokus sehat jiwa di SMAN 1 Lareh Sago Halaban mencerminkan upaya untuk menciptakan dan memelihara keseimbangan sosial dalam sistem sekolah. Ketika struktur sosial sekolah berfungsi dengan baik, maka keseimbangan sosial dapat tercapai. Ini memiliki arti jika masyarakat sekolah yang terlibat memiliki peran yang jelas dan mendukung satu sama lain dalam mencapai tujuan. Dengan demikian, melalui implementasi strategi-strategi ini, SMAN 1 Lareh Sago Halaban berupaya mempertahankan dan menciptakan kondisi yang mendukung untuk mencapai tujuan yang diperlukan dalam lingkungan pendidikan.

Kesimpulan

Konsep *School well-being* dimensi *health* dengan Gerakan Sekolah Sehat fokus sehat jiwa saling berkaitan satu sama lain, yang mana sekolah tidak hanya berfungsi sebagai ruang akademik, tetapi juga sebagai lingkungan yang membentuk pribadi yang sehat secara mental dan sosial bagi siswa melalui program-program yang dijadikan strategi pertahanan sekolah dalam menjadi sekolah sehat. Strategi yang mencakup adaptasi, tujuan, integrasi, dan pemeliharaan pola, sekolah berusaha menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi yang ada di SMAN 1 Lareh Sago Halaban. Adaptasi yang dilakukan dengan mengenali kondisi dan pemantauan secara berkala terkait kesehatan jiwa peserta didik, kerja sama dengan *stakeholder*. Hal ini membantu menjaga *fleksibilitas* terhadap perubahan yang terjadi. Mencapai tujuan program, SMAN 1 Lareh Sago Halaban memastikan komunikasi antar masyarakat sekolah berjalan baik dan menuju arah tujuan yang sama. Integrasi diciptakan dengan kerja sama dari pihak *internal* hingga *eksternal* sekolah. Membangun keterlibatan antar komponen dalam proses pembelajaran dan dalam menjalankan program inti sehat jiwa. Hal ini membantu kesatuan sosial sehingga merasa terhubung dalam mencapai tujuan. Pemeliharaan pola yang dilakukan dengan memastikan proses implementasi berjalan secara baik, hal ini dilakukan dengan pembentukan tim dan koordinator Gerakan Sekolah Sehat. Ketika sistem dan struktur sosial berjalan dengan baik, maka keseimbangan sosial akan tercapai. Melalui strategi program sekolah sehat dengan focus sehat jiwa, SMAN 1 Lareh Sago Halaban berupaya mempertahankan dan menciptakan kondisi yang mendukung dalam mencapai keseimbangan sosial dan kesejahteraan jiwa siswa dalam lingkungan pendidikan.

Daftar Pustaka

- Anggreni, N. M. S. & Immanuel, A. S. (2020). Model School Well-Being Sebagai Tatanan Sekolah Sejahtera Bagi Siswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 146.
- Ariyanto, K. (2023). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Anak. *Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 3(1), 15–23.
- Bans-Akutey, A., & Tiimub, B. M. (2021). Triangulation in Research. *Academia Letters*.
- Croswell, J. W. (2019). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, Dan Campuran. Edisi Keempat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Doyle Paul Johnson. (1986). *Teori Sosiologi Klasik dan Modern 2*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Farida, N. (2014). *Metode penelitian kualitatif dalam penelitian pendidikan bahasa*. Solo: Cakra Books.
- Effendi, A. S., & Siswanti, S. (2016). Hubungan antara school well-being dengan intensi delinkuensi pada siswa kelas xi SMK negeri 5 Semarang. *Jurnal EMPATI*, 5(2), 195–199.
- Herlina, H., Retnowati, R. & Laihah, G. H. (2020). Manajemen Sekolah dalam Mewujudkan Sekolah Sehat di SMP Islam Cendekia Cianjur (SICC) Boarding School. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 8(1), 13–19.
- Hernita, U. (2020). Implementasi Tabungan Baitullah IB Hasanah dan Variasi Akad Pada PT. BNI Syariah Kantor Cabang Pekanbaru. UIN Sultan Syarif Kasim Riau..
- Hestiningtyas, R., & Saifudin, M. F. (2021). Implementasi program sekolah sehat berkarakter di SD Muhammadiyah Condongcatur. *JDMF (Jurnal Dinamika Manajemen Pendidikan)*, 6(1).
- Irmanto, A., & Ridwan, M. (2021). Analisis Tentang Pentingnya Rencana Strategis Organisasi (Analysis of the Importance of Organizational Strategic Plans). *International Journal of Indragiri*, 1(1), 1–7.
- Jatmiko, D. (2023). Implementasi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dalam Pembentukan Sekolah Sehat Berkarakter pada SD Muhammadiyah 1 Surakarta. UIN Surakarta.
- Kemdikbudristek. (2024). *Pedoman Gerakan Sekolah Sehat 2024*. Jakarta: Kemendikbudristek
- Kemendikbud RI. (2024). *Gerakan Sekolah Sehat*. Jakarta: Kemendikbud.
- Khaeriyah, N., & Kurniawaty, L. (2021). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di TK Islam Kamilah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 5255–5261.
- Kuswadi, E. (2019). Peran Lingkungan Sekolah dalam Pengembangan Mental Siswa. *El-Banat: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(1), 62–78.
- Majid, A. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT. Rosdakarya.
- Mayowa, I. O. (2021). Impact of Broken Homes on Education of Children: A Sociological Perspective. *International Journal of Criminology and Sociology*, 10, 1342–1348
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2009). *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI-Press.
- Musa, M. M. A. (2022). Strategi Kepala Sekolah dalam Menciptakan Sekolah Sehat melalui Program Zero Waste. *Jurnal Kependidikan Islam*, 12(1), 72–81.
- Nurhayati, H., & , Langlang Handayani, N. W. (2020). Jurnal basicedu. Jurnal Basicedu., *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uii.ac.id/ajie/article/view/971>

-
- Prijambodo, R. F. N. (2025). Pelatihan Pemetaan Jenis Kecerdasan Siswa Untuk Mengetahui Gaya Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 2(1), 13–24.
- Rua, Y. M., Naibili, M. J. E., Bete, R. N. S., & Asa, S. M. S. (2023). Pelatihan Kader Sekolah Sehat Jiwa (SEHATI) dalam Deteksi Dini Kesehatan Jiwa di SMA. *International Journal of Community Service Learning*, 7(1), 63–76.
- Sawitri, I. M. et al. (2022). Implementasi Doa Bagi Kesehatan Mental Manusia. *Proceeding Conference on Da'wah and Communication Studies* (Vol. 1, pp. 77-85).
- Setiawan, D. A., & Ahmadi, A. (2024). Implementasi Prinsip Trikon Ki Hajar Dewantara sebagai Perwujudan School Well-Being di SMPN 12 Surabaya. *Kopula: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pendidikan*, 6(2), 156-172.
- Setiawan, M. I., Lestari, E. S., & Munawarah, M. (2024). Optimalisasi Program Sekolah Sehat Melalui Sertifikasi Halal: Analisis Dampak Terhadap Konsumsi Makanan di Kantin Sekolah Smpn 1 Pasirjambu. *Al-Khidmat: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada masyarakat*, 7(1), 17-25.
- Solikin, S. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1. *Journal Pancar*, 6(2), 238–241. <https://jurnal.unugba.ac.id/index.php/pancar/article/view/473/270>
- Sugiritama, I. W., Wiryawan, I. G. N. S., Ratnayanthi, I. G. A. D., Arijana, I. G. K. K., Linawati, N. M., & Wahyuniari, I. A. I. (2021). Pengembangan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(1), 64.
- Sugiyono, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Nomor 17 Tentang Kesehatan.
- Vilian, M., & Minsih. (2021). Budaya Sekolah Dalam Mewujudkan Sekolah Sehat Nasional di SD Muhammadiyah 1 Ketelan Surakarta. *Jurnal Pendidikan Dasar Flobamorata*, 2(1), 152–161.