Jurnal Ilmiah
Pangabdhi

Vol. 12, No. 1 : 2026 pp.46-53
https://journal.trunojoyo.ac.id/pangabdhi
ISSN: 2477-6289

Pelatihan Guru tentang Kesehatan Mental dan Tumbuh Kembang Anak di SDIT Ulil Albab Bangkalan

Masrifah[1], Hapsari Puspita Rini [2], Meria Zakiyah Alfisuma [3*]
[1,2,3] Universitas Trunodjoyo Madura
*Email : meria.alfisuma@trunojoyo.ac.id

Received 12 September 2025, *Acceptance* 17 Mei 2026
DOI: https://doi.org/10.21107/pangabdhi.v12i1.31730

ABSTRAK

Kesehatan mental dan tumbuh kembang anak merupakan aspek penting dalam pendidikan dasar yang seringkali belum mendapat perhatian optimal di sekolah. Guru memiliki peran strategis dalam mendeteksi, memahami, dan mengelola isu-isu psikologis yang dapat memengaruhi proses belajar siswa. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SDIT Ulil Albab Kamal Bangkalan dengan tujuan meningkatkan kompetensi guru terkait kesehatan mental dan tumbuh kembang anak. Metode pelaksanaan meliputi pelatihan berbasis studi literatur, diskusi interaktif, simulasi kasus, dan coaching. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman guru. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan signifikan, dari rata-rata 70% pada pre-test menjadi 95% pada post-test. Guru mampu mengidentifikasi gejala awal permasalahan psikologis, menyusun strategi pembelajaran ramah mental, serta menunjukkan keterampilan praktis dalam menangani kasus sederhana. Dengan demikian, program pengabdian ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru terkait kesehatan mental siswa.

***Kata Kunci**: pengabdian masyarakat, kesehatan mental, tumbuh kembang anak, pelatihan guru, pendampingan guru*

ABSTRACT

Mental health and child development are essential aspects of primary education that often receive less than optimal attention in schools. Teachers play a strategic role in detecting, understanding, and managing psychological issues that may affect students' learning processes. This community service activity was conducted at SDIT Ulil Albab Kamal, Bangkalan, with the aim of enhancing teachers' competencies related to mental health and child development. The implementation methods included literature-based training, interactive discussions, case simulations, and coaching. Evaluation was carried out through pre-tests and post-tests to measure the improvement of teachers' understanding. The results showed a significant increase in knowledge, from an average of 70% in the pre-test to 95% in the post-test. Teachers were able to identify early symptoms of psychological problems, design mentally friendly learning strategies, and demonstrate practical skills in handling simple cases. ***Conclusion:*** *Thus, this community service program proved to be effective in improving teachers' understanding and skills regarding students' mental health.*

***Keywords**: community engagement, mental health, child growth and development, teacher training, teacher coaching*

© 2026 Author (s)

PENDAHULUAN

Kesehatan mental dan tumbuh kembang anak merupakan aspek fundamental dalam menunjang kualitas pendidikan dasar di seluruh dunia. Hambatan psikologis maupun keterlambatan perkembangan sering kali mengganggu proses belajar, interaksi sosial, dan pembentukan karakter anak (Komari & Aslan, 2025). Pemahaman kondisi psikologis peserta didik dapat diperoleh melalui pengamatan perilaku, ucapan, maupun penampilan, serta melalui penilaian orang lain. Dengan demikian, kesehatan mental siswa dapat dikenali dari karakter, interaksi, dan lingkungan sosialnya (Muhid & Alfisuma, 2010; Alfisuma et al., 2023). Namun demikian, isu kesehatan mental anak usia sekolah masih kurang mendapatkan perhatian dalam praktik pendidikan, terutama di tingkat dasar, sehingga sering kali berimplikasi pada menurunnya kualitas pembelajaran.

SDIT Ulil Albab Kamal Bangkalan, sebagai sekolah Islam terpadu, menghadapi tantangan serupa. Guru-guru di sekolah ini memiliki semangat tinggi dalam mendidik siswa, namun masih terbatas dalam pemahaman komprehensif terkait perkembangan anak, faktor psikologis, serta strategi pembelajaran yang mendukung kesehatan mental. Kurangnya keterampilan dalam mendeteksi gejala awal gangguan psikologis, serta minimnya pendekatan pedagogis yang ramah mental, menjadi kendala dalam menciptakan proses belajar yang optimal (Wirautami et al., 2025). Permasalahan ini memperlihatkan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan kapasitas guru melalui pelatihan yang terarah dan pendampingan yang berkelanjutan.

Sejumlah penelitian dan program pengabdian sebelumnya membuktikan pentingnya intervensi guru dalam isu kesehatan mental anak. Misalnya, Rofiqi & Mansyur (2023) menemukan bahwa pelatihan guru terkait kesehatan mental berkontribusi signifikan pada keterampilan deteksi dini masalah psikologis siswa. Selain itu, pendekatan pembelajaran yang lebih inklusif mampu menciptakan suasana kelas yang kondusif bagi perkembangan anak. Penelitian Burhamzah, Novia, Fatimah, & Alam (2023) menunjukkan bahwa coaching berbasis praktik memperkuat kemampuan guru dalam mengintegrasikan teori dengan penerapan nyata di kelas. Di sisi lain, program pendampingan yang dilakukan Susylowati et al. (2022) menekankan bahwa kolaborasi guru dalam simulasi kasus dapat membantu membangun keterampilan praktis yang lebih adaptif. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa penguatan kapasitas guru dalam isu kesehatan mental bukan hanya relevan, tetapi juga mendesak untuk dilakukan.

Menjawab kebutuhan tersebut, tim pengabdi merancang program pelatihan dan pendampingan guru di SDIT Ulil Albab. Program ini dilaksanakan melalui berbagai metode, seperti workshop, diskusi interaktif, simulasi kasus, serta coaching berbasis praktik pembelajaran. Pendekatan ini dipilih untuk memberikan keseimbangan antara pemahaman konseptual dan pengalaman praktis, sehingga guru tidak hanya mengetahui teori, tetapi juga mampu mengaplikasikannya secara langsung dalam interaksi sehari-hari dengan siswa.

Keunggulan kegiatan ini terletak pada novelty yang ditawarkan, yakni integrasi antara pelatihan teoretis, praktik langsung, dan coaching berkelanjutan di kelas. Sebagian besar program pelatihan guru biasanya hanya berfokus pada penyampaian materi tanpa pendampingan intensif. Dalam kegiatan ini, guru didorong untuk melakukan refleksi praktik mengajar mereka, mengidentifikasi masalah nyata di kelas, serta menyusun strategi adaptif berdasarkan konteks lokal sekolah. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya

sekadar transfer pengetahuan, tetapi juga membangun kapasitas guru secara berkelanjutan melalui model pembelajaran partisipatif dan kontekstual.

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan kompetensi guru dalam memahami aspek kesehatan mental dan tumbuh kembang anak, memperkuat keterampilan mereka dalam mendeteksi dini tanda-tanda gangguan psikologis, serta mengembangkan strategi pembelajaran yang ramah psikologis. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan menciptakan iklim belajar yang lebih suportif dan inklusif, sehingga siswa dapat berkembang sesuai potensi mereka tanpa terhambat oleh masalah psikologis yang tidak terdeteksi.

Manfaat kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat dirasakan baik oleh guru, siswa, maupun sekolah secara keseluruhan. Guru memperoleh pemahaman dan keterampilan baru yang lebih aplikatif, siswa mendapatkan lingkungan belajar yang lebih sehat secara mental dan emosional, sedangkan sekolah memperoleh penguatan kapasitas kelembagaan dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Dengan demikian, kegiatan ini berkontribusi pada peningkatan mutu pendidikan dasar yang berkelanjutan, sekaligus mendukung tujuan pembangunan manusia Indonesia yang berkualitas.

METODE

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan training workshop, diskusi interaktif, simulasi kasus, serta coaching berbasis praktik untuk meningkatkan kapasitas guru dalam memahami kesehatan mental dan tumbuh kembang anak. Bentuk kegiatan dipilih agar tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif sehingga guru dapat langsung mempraktikkan keterampilan baru dalam konteks kelas.

Profil mitra kegiatan adalah SDIT Ulil Albab Kamal, Bangkalan, sebuah sekolah Islam terpadu yang memiliki guru-guru berkomitmen dalam pengembangan peserta didik. Jumlah guru yang terlibat dalam program ini sebanyak 20 orang, terdiri dari guru kelas dan guru mata pelajaran. Keterlibatan mereka diharapkan mampu memberikan dampak luas terhadap iklim pembelajaran di sekolah.

Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi tiga langkah utama. Pertama, tahap persiapan, yang mencakup studi literatur untuk mengidentifikasi isu-isu strategis terkait kesehatan mental anak, koordinasi dengan pihak sekolah, serta penyusunan materi pelatihan dan instrumen evaluasi. Instrumen yang disiapkan berupa pre-test, post-test, dan simulasi kasus yang relevan dengan konteks sekolah berbasis Islam (Astuti, 2024; Ani, 2025; Susylowati et al., 2022; Alfisuma et al., 2025).

Kedua, tahap pelaksanaan, yang dilakukan dalam bentuk presentasi interaktif, diskusi kelompok berbasis pengalaman nyata, serta simulasi kasus tentang kesehatan mental siswa. Pada tahap ini, guru didampingi melalui coaching personal maupun kelompok untuk menyusun strategi pembelajaran ramah mental dan mengintegrasikannya ke dalam praktik sehari-hari di kelas.

Ketiga, tahap monitoring dan evaluasi, yang bertujuan mengukur efektivitas program. Monitoring dilakukan melalui observasi langsung terhadap praktik pembelajaran guru setelah pelatihan, sedangkan evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test. Hasil ini diperkuat dengan refleksi bersama antara guru dan fasilitator untuk mengidentifikasi kelebihan, kendala, dan peluang perbaikan program.

Metode pelaksanaan mengacu pada kerangka Participatory Action Research (PAR) yang menekankan partisipasi aktif guru sebagai subjek kegiatan (Hafiludin et al., 2025). Dengan demikian, guru tidak hanya menjadi penerima

materi, tetapi juga terlibat dalam merancang strategi pembelajaran sesuai dengan konteks kelas mereka. Pendekatan ini dipandang lebih efektif untuk membangun keberlanjutan program, karena guru memperoleh pengalaman reflektif sekaligus keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam jangka panjang.

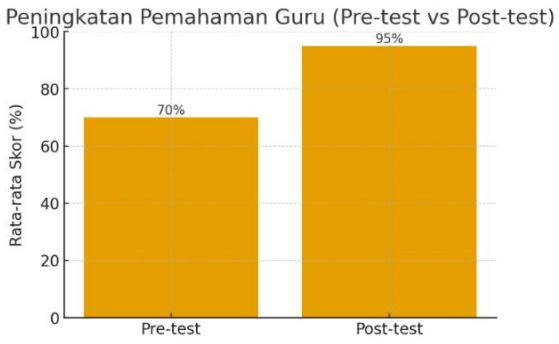
HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menjelaskan hasil kajian serta pembahasannya. Penyajian dua bagian ini tidak dipisah. Penulis menyampaikan hasil kajiannya selanjutnya dibandingkan dengan hasil kajian sebelumnya atau kajian teori yang relevan.

Grafik, gambar, tabel dan ilustrasi pendukung lainnya dapat digunakan untuk memperjelas pembahasan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SDIT Ulil Albab Kamal, Bangkalan dengan peserta 20 guru. Rangkaian kegiatan meliputi pembukaan, penyampaian materi, diskusi, coaching, hingga simulasi praktik.

1. Tahap Persiapan
   Tim pelaksana menyusun modul pelatihan, instrumen pre-test dan post-test, serta perangkat simulasi kasus terkait kesehatan mental dan tumbuh kembang anak.
2. Tahap Pelaksanaan
   Sesi Pre-test & Pengenalan Isu: Guru mengisi pre-test untuk mengukur pemahaman awal. Skor rata-rata 70%, kelemahan dominan pada aspek deteksi dini masalah mental anak.
   Sesi Training Workshop: Fasilitator menyampaikan materi tentang konsep kesehatan mental, faktor tumbuh kembang anak, serta strategi pembelajaran ramah mental.
   Sesi Diskusi & Simulasi Kasus: Guru menganalisis studi kasus terkait siswa dengan kecemasan, kesulitan konsentrasi, dan masalah interaksi sosial.
   Sesi Coaching: Guru didampingi menyusun rencana pembelajaran berbasis pendekatan ramah mental.
   Sesi Post-test & Refleksi: Guru mengisi post-test. Skor rata-rata meningkat signifikan menjadi 95%.
3. Tahap Penutup
   Dilakukan refleksi bersama untuk mengidentifikasi kelebihan, kendala, dan strategi perbaikan. Guru menilai metode coaching sangat membantu praktik langsung di kelas.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan soft skill guru dalam mendeteksi gejala awal masalah psikologis siswa serta merancang strategi pembelajaran ramah mental. Skor rata-rata pre-test meningkat dari 70% menjadi 95% pada post-test, menunjukkan efektivitas pendekatan workshop dan coaching.



Gambar 1. instrumen evaluasi pemahaman guru dengan pre-test dan post-test

Guru mulai menyadari pentingnya kesehatan mental siswa sebagai faktor kunci keberhasilan akademik. Melalui coaching dan simulasi, mereka mampu mengidentifikasi gejala kecemasan, kesulitan konsentrasi, hingga perilaku agresif. Selain itu, guru berhasil menyusun rencana pembelajaran ramah mental dengan menekankan suasana kelas kondusif, komunikasi empatik, dan kolaborasi dengan orang tua.

Namun, kendala yang muncul adalah sebagian guru masih membutuhkan pendampingan lebih intensif untuk kasus kompleks yang membutuhkan intervensi psikolog profesional. Solusi yang disarankan adalah membangun kerja sama berkelanjutan dengan lembaga konseling atau psikologi pendidikan setempat.

Hasil kegiatan konsisten dengan penelitian Wahyuni et al. (2022) yang menyatakan pelatihan guru mampu meningkatkan keterampilan deteksi dini masalah psikologis. Temuan ini juga mendukung teori Vygotsky (1978) tentang pentingnya peran guru sebagai fasilitator perkembangan sosial-emosional anak. Selain peningkatan kuantitatif, pengabdian ini menghasilkan perubahan sikap guru yang lebih peduli terhadap kesehatan mental siswa.

Dengan demikian, kegiatan ini sesuai dengan tujuan pengabdian, yakni meningkatkan literasi guru tentang kesehatan mental anak melalui training workshop dan coaching berbasis praktik.

Dokumentasi Kegiatan

Dokumentasi kegiatan pembukaan, pre test, sesi workshop, diskusi kelompok, coaching, dan penutupan



Gambar 2. Pembukaan kegiatan dan sambutan Kepala Sekolah



Gambar 3. Pre-test



Gambar 4. Penyampaian materi pelatihan terkait kesehatan mental anak peran guru dan orang tua dalam tumbuh kembang anak



Gambar 5. Diskusi kelompok dan simulasi kasus



Gambar 6. Sesi coaching guru



Gambar 7. Post test dan refleksi bersama



Gambar 8. Penutupan bersama panitia, peserta, dan fasilitator

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan guru SDIT Ulil Albab Kamal Bangkalan mengenai kesehatan mental dan tumbuh kembang anak berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan signifikan pemahaman guru dari rata-rata 70% menjadi 95%, yang menunjukkan efektivitas metode pelatihan berbasis workshop, diskusi, simulasi kasus, dan coaching.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga menghasilkan perubahan sikap dan kesadaran guru terhadap pentingnya kesehatan mental siswa dalam mendukung capaian akademik maupun perkembangan sosial-emosional. Guru mampu mengidentifikasi gejala awal masalah psikologis, menyusun strategi pembelajaran ramah mental, serta menunjukkan keterampilan praktis dalam menangani kasus sederhana. Dengan demikian, tujuan pengabdian untuk meningkatkan kompetensi guru dalam memahami dan mengelola aspek kesehatan mental siswa dapat dikatakan tercapai dengan baik.

Rekomendasi

Sekolah disarankan menindaklanjuti program pelatihan melalui pendampingan berkelanjutan serta membentuk tim pendamping kesehatan mental yang melibatkan guru, konselor, dan tenaga profesional agar penanganan lebih komprehensif. Penyediaan ruang atau waktu khusus untuk rekreasi, konseling, dan ekspresi diri juga penting sebagai upaya pencegahan masalah psikologis siswa. Guru diharapkan terus meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melalui literatur, seminar, maupun pelatihan lanjutan, serta menjalin kolaborasi dengan orang tua dalam mendeteksi dan menangani permasalahan anak. Bagi peneliti atau pengabdi selanjutnya, diperlukan studi lanjutan untuk menilai dampak jangka panjang program ini, sekaligus membuka peluang replikasi model pelatihan di sekolah lain dengan penyesuaian konteks, sehingga memberikan kontribusi lebih luas bagi peningkatan kualitas pendidikan dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Trunojoyo Madura atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan dana dari LP2M Universitas Trunojoyo Madura melalui program hibah pengabdian kepada masyarakat tahun berjalan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak/Ibu Kepala Sekolah SDIT Ulil Albab Kamal,

Bangkalan, serta seluruh guru yang telah berpartisipasi aktif dan memberikan dukungan penuh dalam kegiatan pelatihan dan coaching. Tanpa dukungan dari berbagai pihak, kegiatan ini tidak dapat terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat nyata bagi peningkatan kompetensi guru serta terciptanya iklim pembelajaran yang lebih sehat dan suportif di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Alfisuma, M. Z., Laksani, M. R. T.., Syah, A. F., Cahya, I.., & Ar-Rahimah, R. (2025). Edukasi Kekayaan Hayati Laut Melalui Media Poster dan PPT Di Smp Darunnajah, Padangdangan, Sumenep. Jubaedah: Jurnal Pengabdian Dan Edukasi Sekolah (Indonesian Journal of Community Services and School Education), 5(1), 200-207. https://doi.org/10.46306/jub.v5i1.281

Alfisuma, M. Z., Pujiati, T., & Faisal, M. (2023). Skizofrenia pada Tokoh Utama Grenouille dalam Novel Perfume Karya Patrick Suskind. JOURNAL OF EDUCATION FOR ALL, 1(1), 61-80. https://doi.org/10.61692/edufa.v1i1.16

Ani, W. V. (2025). Peranan Guru Sebagai Fasilitator Dalam Perkembangan Peserta Didik. Inklusi: Jurnal Pendidikan Islam Dan Filsafat, 1(02), 51-60.

Astuti, D. K. (2024). Meningkatkan Kesejahteraan Mental dan Prestasi Akademik pada Anak Sekolah Menengah Atas. Indonesian Research Journal on Education, 4(4), 2486-2490. https://doi.org/10.31004/irje.v4i4.1451

Burhamzah, M., Novia, L., Fatimah, S., & Alam, A. (2023). Pelatihan guru untuk masa depan: mengembangkan kecerdasan emosional di kelas sebagai kunci sukses pendidikan abad 21. Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(05), 1335-1344.

Hafiludin, H., Chandra, A. B., Alfisuma, M. Z., & Pratiwi, W. S. W. (2025). Peningkatan nilai tambah produk perikanan pesisir dengan perbaikan kemasan dan pemasaran. Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M), 6(3), 695-711. https://doi.org/10.33474/jp2m.v6i3.23747

Komari, K., & Aslan, A. (2025). Menggali potensi optimal anak usia dini: Tinjauan literatur. Jurnal Ilmiah Edukatif, 11(1), 68-78. https://doi.org/10.37567/jie.v11i1.3605

Muhid, A., & Alfisuma, M. Z. (2010). Tokusuke Utsugi's Sexual Masochism In Junichiro Tanizaki's Diary Of A Mad Old Man. LiNGUA: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra, 5(2). 163-167. https://doi.org/10.18860/ling.v5i2.629

Wirautami, N. L. P., Halim, A., Ramadhanti, D., Jemeo, M. K., Asmara, A., & Hadiansyah, A. (2025). Paradigma Baru Pendidikan Gen Z di Indonesia: Dinamika, Tantangan dan Solusi. Star Digital Publishing).

Rofiqi, R., & Mansyur, M. (2023). Melangkah menuju kesehatan mental yang optimal: Program inovatif di lembaga pendidikan Islam. Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam, 4(2),76-99. https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9237

Susylowati, E., Alfisuma, M. Z., Pujiati, T., ZA, D. R., & Kurniawan, B. (2022). Pelatihan TOEFL Bagi Mahasiswa Di Pesantren Al-Mashduqie di Kamal Bangkalan. Jubaedah: Jurnal Pengabdian Dan Edukasi Sekolah (Indonesian Journal of Community Services and School Education), 2(3), 282-288. Doi Issue:10.46306/jub.v2i3