

Deteksi Dini Masalah Emosi dan Perilaku Siswa SMP

Yulizah[■], Gema Asiani¹, Muhammad Prima Cakra Randana², Merry Fanada³

^{■23}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada

Corresponding Author: Yulizah, e-mail: yulizah27071988@gmail.com

Published: July, 2025

ABSTRAK

Masalah emosi dan perilaku yang terjadi pada kalangan siswa di sekolah semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Emosi dan perilaku yang tidak terkendali dapat mempengaruhi proses belajar mengajar, hubungan sosial antar siswa, serta perkembangan mental dan emosional siswa itu sendiri. Deteksi dini terhadap perubahan emosi dan perilaku pada siswa SMP menjadi langkah krusial dalam upaya pencegahan masalah psikologis yang lebih serius. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya analisis deteksi dini emosi dan perilaku siswa SMP di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP kelas VIII sebanyak 145 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik total populasi. Penelitian dilaksanakan pada Bulan April – Mei 2025. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara gejala emosional ($p = 0,000$), tidak ada hubungan antara masalah perilaku siswa ($p = 0,127$), hiperaktivitas siswa ($p = 0,865$), perilaku propososial ($p = 1,000$), dan masalah teman sebaya ($p = 1,000$) dengan emosi dan perilaku siswa SMP di Kecamatan Semende Darat Ulu tahun 2025. Disarankan dalam pengendalian emosi dan perilaku siswa remaja SMP, perlu dilakukan pembinaan secara rutin dan berkelanjutan dalam rangka pemantauan kondisi kesehatan emosional siswa.

Keywords: Emosi, Perilaku, hiperaktivitas, propososial, teman sebaya

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Masa remaja awal merupakan periode transisi penting dalam perkembangan manusia yang ditandai dengan perubahan signifikan pada aspek kognitif, emosional, dan sosial. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada kisaran usia 12-15 tahun mengalami berbagai tantangan perkembangan yang dapat mempengaruhi kondisi emosional dan perilaku mereka (Santrock, 2019). Pada periode ini, remaja mulai mengembangkan identitas diri, mencari otonomi, dan menghadapi tekanan akademik maupun sosial yang berpotensi memicu masalah psikologis jika tidak ditangani dengan tepat.

Masalah emosi dan perilaku yang terjadi pada kalangan siswa di sekolah semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Emosi dan perilaku yang tidak terkendali dapat mempengaruhi proses belajar mengajar, hubungan sosial antar siswa, serta perkembangan mental dan emosional siswa itu sendiri. Pengetahuan yang baik tentang deteksi dini masalah emosional dan perilaku pada siswa sangat penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif, sehat, serta memberikan rasa aman menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan mental peserta didik.

Deteksi dini terhadap perubahan emosi dan perilaku pada siswa SMP menjadi langkah krusial dalam upaya pencegahan masalah psikologis yang lebih serius. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan sejak awal dapat mencegah perkembangan gangguan

mental yang lebih kompleks dan meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja (Weisz et al., 2020). Namun, sistem deteksi dini yang efektif di institusi pendidikan Indonesia masih belum optimal dan memerlukan pengembangan lebih lanjut dengan mempertimbangkan konteks budaya lokal.

Siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama) berada pada masa peralihan usia remaja, dimana mereka mulai mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Perubahan ini sering kali disertai dengan tantangan dalam mengelola emosi dan perilaku. Jika tidak ditangani dengan baik, masalah tersebut berisiko berkembang menjadi gangguan dengan tingkat keparahan lebih tinggi, seperti kecemasan, depresi, agresivitas, hingga perundungan (*bullying*) yang bisa memengaruhi kualitas hidup dan prestasi akademis mereka.

Peran sekolah sebagai institusi pendidikan tidak hanya terbatas pada pengembangan kognitif, tetapi juga mencakup kesejahteraan psikologis siswa. Beberapa studi menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan program kesehatan mental terpadu memiliki tingkat permasalahan perilaku yang lebih rendah dan prestasi akademik yang lebih baik (Durlak et al., 2021). Namun, implementasi program tersebut memerlukan pemahaman mendalam mengenai karakteristik dan kebutuhan spesifik siswa SMP di Indonesia.

Sekolah memiliki peran strategis dalam mendeteksi dini masalah emosi dan perilaku siswa. Sebagai lembaga pendidikan yang berinteraksi langsung dengan siswa setiap hari, sekolah menjadi tempat yang tepat untuk melakukan pengawasan dan deteksi. Namun, seringkali, masalah emosional dan perilaku tidak tampak jelas, bahkan bagi guru sekalipun (S Sanusi 2024).

Prevalensi permasalahan emosi dan perilaku di kalangan remaja menunjukkan peningkatan yang mengkhawatirkan dalam beberapa decade terakhir. Mengacu pada data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 10-20% remaja secara global menghadapi tantangan kesehatan mental, dengan depresi dan gangguan kecemasan menjadi bentuk yang paling sering ditemui (WHO, 2021). Sementara itu, di Indonesia, hasil penelitian dari Kementerian Kesehatan mengungkapkan bahwa sekitar 15% pelajar mengalami gangguan emosional dan perilaku yang berpotensi menghambat aktivitas akademik, interaksi sosial, serta hubungan dalam keluarga (Kemenkes RI, 2023).

Di Indonesia, prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja juga cukup tinggi. Data dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sekitar 6,1% anak usia 10-14 tahun mengalami masalah kesehatan mental. Meskipun begitu, banyak kasus yang tidak terdeteksi dengan baik karena kurangnya pengetahuan mengenai gejala awal masalah emosi dan perilaku pada anak. Dalam konteks pendidikan, deteksi dini permasalahan emosional dan perilaku sangat bergantung pada kemampuan pendidik dan siswa itu sendiri untuk mengenali tanda-tanda awal gangguan. Di sini, pentingnya memberikan pendidikan mengenai kesehatan mental yang memadai di sekolah, sehingga siswa dapat lebih memahami perasaan dan perilaku mereka serta cara mengatasinya. (Riskerdas, 2018).

Dinas Kesehatan Muara Enim menyatakan, di tahun 2024 dari 22 Puskesmas yang tersebar, gangguan skizofrenia pada usia 15-64 tahun sebanyak 8494 orang laki-laki dan 3826 perempuan menunjukkan angka yang signifikan dibandingkan jumlah data diagnose lain pada masalah gangguan kejiwaan dan Kesehatan mental (Dinkes Muara Enim).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP kelas VIII sebanyak 145 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik total populasi. Penelitian dilaksanakan pada Bulan April – Mei 2025. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik chi-square.

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Variabel Emosi dan Perilaku Siswa

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Gejala Emosional		
1. Baik	93	64,1
2. Kurang Baik	52	35,9
Perilaku Siswa		
1. Baik	75	51,7
2. Kurang Baik	70	48,3
Hiperaktivitas Siswa		
1. Baik	88	60,7
2. Kurang Baik	57	39,3
Perilaku Propososial		
1. Baik	51	35,2
2. Kurang Baik	94	64,8
Masalah Teman Sebaya		
1. Baik	98	67,6
2. Kurang Baik	47	32,4
Emosi dan Perilaku Siswa		
1. Baik	56	38,6
2. Kurang Baik	89	61,4

Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan siswa dengan gejala emosional baik sebanyak 93 responden (64,1%), perilaku siswa baik sebanyak 75 responden (51,7%), hiperaktivitas siswa baik sebanyak 88 responden (60,7%), perilaku propososial baik sebanyak 51 responden (35,2%) masalah teman sebaya baik sebanyak 98 responden (67,6%), dan emosi dan perilaku siswa baik sebanyak 56 responden (38,6%).

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 2
Hubungan Gejala Emosional dengan Emosi dan Perilaku Siswa SMP

No	Gejala Emosional	Emosi dan Perilaku Siswa						p value	OR (95% CI)
		Baik		Kurang Baik		Total			
		n	%	n	%	N	%		
1	Baik	12	12,9	81	87,1	93	100	0,000	0,152 (0,089 – 0,262)
2	Kurang Baik	44	84,6	8	15,4	52	100		
Total		56	38,6	89	61,4	145	100		

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis hubungan antara gejala emosional dengan emosi dan perilaku siswa diperoleh bahwa ada sebanyak 12 responden (12,9%) siswa yang gejala emosional baik dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Sedangkan siswa yang gejala emosional kurang baik terdapat 44 orang (84,6%) dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,000 ($p\text{-value} \leq 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara gejala emosional dengan emosi dan perilaku siswa. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 0,152, artinya siswa yang gejala emosional kurang baik mempunyai peluang 0,152 kali untuk mempunyai emosi dan perilaku baik dibandingkan dengan siswa dengan gejala emosional baik.

Tabel 3
Hubungan Masalah Perilaku Siswa dengan Emosi dan Perilaku Siswa SMP

No	Perilaku Siswa	Emosi dan Perilaku Siswa						p value
		Baik		Kurang Baik		Total		
		n	%	n	%	N	%	
1	Baik	24	32,0	51	68,0	75	100	0,127
2	Kurang Baik	32	45,7	38	54,3	70	100	
Total		56	38,6	89	61,4	145	100	

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis hubungan antara perilaku siswa dengan emosi dan perilaku siswa diperoleh bahwa ada sebanyak 24 responden (32%) siswa dengan perilaku baik dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Sedangkan siswa dengan perilaku kurang baik terdapat 32 orang (45,7%) dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,127 (*p-value* > 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara perilaku siswa dengan emosi dan perilaku siswa.

Tabel 4
Hubungan Hiperaktivitas Siswa dengan Emosi dan Perilaku Siswa SMP

No	Hiperaktivitas	Emosi dan Perilaku Siswa						p value
		Baik		Kurang Baik		Total		
		n	%	n	%	N	%	
1	Baik	33	37,5	55	62,5	88	100	0,865
2	Kurang Baik	23	40,4	34	59,6	57	100	
Total		56	38,6	89	61,4	145	100	

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis hubungan antara hiperaktivitas siswa dengan emosi dan perilaku siswa diperoleh bahwa ada sebanyak 33 responden (37,5%) siswa dengan hiperaktivitas baik dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Sedangkan siswa dengan hiperaktivitas kurang baik terdapat 23 orang (40,4%) dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,865 (*p-value* > 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara hiperaktivitas siswa dengan emosi dan perilaku siswa.

Tabel 5
Hubungan Perilaku Propososial Siswa dengan Emosi dan Perilaku Siswa SMP

No	Perilaku Proposiosial	Emosi dan Perilaku Siswa						p value
		Baik		Kurang Baik		Total		
		n	%	n	%	N	%	
1	Baik	20	39,3	31	60,8	51	100	1,000
2	Kurang Baik	36	38,3	58	61,7	94	100	
Total		56	38,6	89	61,4	145	100	

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis hubungan antara perilaku propososial siswa dengan emosi dan perilaku siswa diperoleh bahwa ada sebanyak 20 responden (39,3%) siswa dengan perilaku propososial baik dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Sedangkan siswa dengan perilaku propososial kurang baik terdapat 36 orang (38,3%) dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 1,000 (*p-value* > 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara perilaku propososial siswa dengan emosi dan perilaku siswa.

Tabel 6
Hubungan Masalah Teman Sebaya dengan Emosi dan Perilaku Siswa SMP

No	Masalah Teman Sebaya	Emosi dan Perilaku Siswa						p value
		Baik		Kurang Baik		Total		
		n	%	n	%	N	%	
1	Baik	38	38,8	60	61,2	98	100	1,000
2	Kurang Baik	18	38,3	29	61,7	47	100	
Total		56	38,6	89	61,4	145	100	

Berdasarkan tabel 6 hasil analisis hubungan antara masalah teman sebaya siswa dengan emosi dan perilaku siswa diperoleh bahwa ada sebanyak 38 responden (38,8%) siswa dengan masalah teman sebaya baik dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Sedangkan siswa dengan masalah teman sebaya kurang baik terdapat 18 orang (38,3%) dengan kondisi emosi dan perilaku baik. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 1,000 ($p\text{-value} > 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara masalah teman sebaya siswa dengan emosi dan perilaku siswa.

PEMBAHASAN

Hubungan Gejala Emosional dengan Emosi dan Perilaku Siswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara gejala emosional dengan emosi dan perilaku siswa SMP Di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025 dengan nilai *p value* = 0,000.

Penelitian ini sejalan dengan Nurhayati (2022), yang berjudul deteksi dini emosi dan perilaku siswa menggunakan SDQ. dalam hasil penelitiannya didapatkan bahwa siswa SMP mengalami gangguan emosi dan perilaku. Hal ini terutama dialami oleh siswa laki-laki.

Kekuatan dan kelemahan emosional berkaitan dengan bagaimana kemampuan atau keterbatasan seseorang dalam mengelola, memahami, dan mengekspresikan emosi. Emosi dapat membantu menavigasi lingkungan fisik dan sosial, sehingga dapat memberikan motivasi perilaku, memfasilitasi pengambilan keputusan dan mengkomunikasi dengan orang lain.

Hubungan Masalah Perilaku Siswa dengan Emosi dan Perilaku Siswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara masalah perilaku siswa dengan emosi dan perilaku siswa SMP Di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025 dengan nilai *p value* = 0,127.

Penelitian ini sejalan dengan Juncheng Zhu, dkk (2016) yang berjudul Hubungan antara konsep diri dan kesehatan mental pada mahasiswa Tiongkok. Hasil penelitian didapatkan bahwa konsep diri, kesehatan mental dan penyesuaian sosial memiliki hubungan yang signifikan antara satu sama lain.

Perilaku siswa dapat terbentuk dari lingkungan belajar yang diciptakan dalam mendukung perkembangan menyeluruh. Pendidikan perilaku siswa menekankan pengembangan tidak hanya akademis tetapi juga kesejahteraan emosional. Sekolah sebagai mikrosistem yang langsung memberikan pengaruh terhadap perkembangan anak.

Hubungan Hiperaktivitas dengan Emosi dan Perilaku Siswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara hiperaktivitas dengan emosi dan perilaku siswa SMP Di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025 dengan nilai *p value* = 0,865.

Penelitian Purwanta, Salsabila Firdausi Sudiro dan Hemalia Happy (2024) yang berjudul upaya deteksi masalah kesehatan mental pada siswa SMPN 2 Kismantoro dengan alat skrining

perilaku didapatkan hasil bahwa proses skrinning yang dilakukan kepada siswa mendapatkan hasil siswa menjadi hiperaktivitas karena memerlukan perhatian tambahan serta memerlukan pemantauan lebih lanjut yang intensif untuk mencegah perkembangan masalah kesehatannya.

Sarwono (2015) menjelaskan bahwa individu terkadang merasa bingung dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya serta adanya dorongan-dorongan yang menyertainya. Pada tahapan ini biasanya akan mulai berkembang pemikiran-pemikiran baru.

Hubungan Masalah Teman Sebaya dengan Emosi dan Perilaku Siswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara masalah teman sebaya dengan emosi dan perilaku siswa SMP Di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025 dengan nilai $p\text{ value} = 1,000$.

Penelitian ini sejalan dengan Juncheng Zhu, dkk (2016) yang berjudul Hubungan antara konsep diri dan kesehatan mental pada mahasiswa Tiongkok. Hasil penelitian didapatkan bahwa konsep diri, kesehatan mental dan penyesuaian sosial memiliki hubungan yang signifikan antara satu sama lain. Mediasi memiliki kontribusi besar yang mempengaruhi penyelesaian konflik yang terjadi pada teman sebaya.

Teman sebaya merupakan pendamping sehari-hari yang mempunyai kedekatan tersendiri. Dalam pergaulan dengan teman sebaya siswa harus mempunyai kemampuan mengenali dan mengelola emosi secara afektif. Hubungan pendidikan dan kesejahteraan mental menjelaskan bagaimana proses pembelajaran dan lingkungan pendidikan mempengaruhi perkembangan psikologis. Selain hubungan antara teman sebaya hubungan guru dan siswa menjadi hal penting dalam menciptakan iklim sekolah yang suportif.

Hubungan Perilaku Propososial dengan Emosi dan Perilaku Siswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara Perilaku propososial dengan emosi dan perilaku siswa SMP Di Kecamatan Semende Darat Ulu Tahun 2025 dengan nilai $p\text{ value} = 1,000$.

Arny Zahra, Ni Made Ayu, dan Asti Nuraeni (2019) dalam penelitiannya yang berjudul deteksi dini masalah perilaku psikososial pada remaja di Sekolah Menengah Atas Kota Semarang didapatkan hasil bahwa siswa mengalami kecemasan dan depresi serta gangguan psikotik. Budaya sangat mempengaruhi persepsi remaja tentang masalah kesehatan mental. Pada tahapan remaja salah satu yang menjadi fokus adalah pengembangan keterampilan mengenali dan mengelola emosi.

Santrock (2003) menyatakan bahwa remaja merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju ke dewasa yang salah satunya adalah perkembangan emosional yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Pada tahap ini remaja mulai menjalin relasi serta mulai berinteraksi dengan orang dewasa.

KESIMPULAN

Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara gejala emosional ($p = 0,000$), tidak ada hubungan antara masalah perilaku siswa ($p = 0,127$), hiperaktivitas siswa ($p = 0,865$), perilaku propososial ($p = 1,000$), dan masalah teman sebaya ($p = 1,000$) dengan emosi dan perilaku siswa SMP

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada SMP Semende Darat Ulu yang telah bersedia sebagai lokasi penelitian.

REFERENSI

Alderman, G. M. (2013). Understanding and managing student behavior: A guide for educators and school leaders. Pearson Education.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2020). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kemenkes RI.

Eklof, M., & Trillingsgaard, T. (2017). The relationship between emotional regulation and behavioral problems in children. *Journal of Child and Family Studies*, 26(4), 1015-1026. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0731-x>

Hurlbut, M. A., & McNamara, B. C. (2019). Early detection of emotional and behavioral problems in school-age children: Approaches and challenges. *Psychology in the Schools*, 56(6), 922-933. <https://doi.org/10.1002/pits.22313>

Moore, A. M., & de Langen, M. (2015). Deteksi dini masalah perilaku dan emosi pada siswa di sekolah: Perspektif sekolah dan keluarga. Penerbit Andi.

Nugroho, A. (2021). Edukasi kesehatan mental di masyarakat: tantangan dan peluang. *Jurnal Psikologi**, 10(1), 45-56.

Rahmawati, L. (2022). Kebijakan kesehatan mental di Indonesia: tantangan dan peluang. *Jurnal Administrasi Kesehatan*, 10(1), 45-58.

Smith, P. K., & Sharp, S. (2013). *School bullying: Insights and perspectives*. Routledge.

Surjono, H. D. (2018). Pendidikan karakter di sekolah menengah: Pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Gema Media.

Weare, K., & Nind, M. (2011). Mental health promotion and problem prevention in schools: What does the evidence say? *Health Promotion International*, 26(suppl_1), i29-i69. <https://doi.org/10.1093/heapro/dar075>

World Health Organization. (2021). Mental Health and Substance Use: Information Sheet. Diakses dari [WHO Website] (<https://www.who.int>).

Zins, J. E., & Elias, M. J. (2007). Social and emotional learning: Promoting the development of all students. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 17(3), 233-256. <https://doi.org/10.1080/10474410701413152> Araujo, B., & Borrell, L. (2012). *Understanding the link between discrimination, mental health outcomes, and life chances among Latinos*. *Hispanic Journal of Behavior Sciences*, 28 (2), 245–266.