

NALA

Jurnal Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Volume 5, Nomor 2, 2025, hal. 1-18

SISTEM SEKOLAH UNTUK KETAHANAN MENTAL SISWA DAN PENANGANAN KRISIS PSIKOLOGIS TERARAH

Sri Rejeki
(Universitas Terbuka)
Fayola Issalillah
(Universitas Sunan Giri Surabaya)
Korespondensi: fayolaissalillah@gmail.com

ABSTRAK

Artikel ini menyajikan kajian konseptual mengenai pengelolaan ketahanan mental siswa di lingkungan lembaga pendidikan, dengan penekanan pada pencegahan dan penanggulangan krisis psikologis. Pembahasan berfokus pada perancangan sistem deteksi dini, intervensi awal yang terstruktur, serta jalur rujukan bagi siswa yang mengalami tekanan emosional berat, kecemasan akut, atau kecenderungan menyakiti diri sendiri. Artikel ini mengusulkan pembentukan tim penanggulangan krisis dengan mandat yang jelas, pelatihan guru sebagai pendukung lini pertama, serta kolaborasi formal dengan para profesional kesehatan mental. Prinsip-prinsip etika seperti kerahasiaan, penghormatan terhadap otonomi siswa, dan prioritas terhadap keselamatan diintegrasikan ke dalam setiap tahap sistem. Aspek organisasi ditangani melalui alokasi sumber daya, protokol tertulis, dan komitmen kepemimpinan. Artikel ini juga menguraikan peran budaya sekolah, kerja sama keluarga, dan pendidikan literasi digital dalam memperkuat ketahanan. Kerangka kerja yang diusulkan ini bertujuan untuk memandu sekolah dalam membangun prosedur yang koheren yang memungkinkan respons yang tepat waktu, terkoordinasi, dan proporsional terhadap masalah kesehatan mental, sehingga melindungi siswa dan mendukung perkembangan psikologis mereka dalam jangka panjang.

Kata-kata kunci: ketahanan mental siswa, kesehatan mental di sekolah, penanggulangan krisis, deteksi dini, pelatihan guru, sistem rujukan, dukungan organisasi.

PENDAHULUAN

Dalam beberapa dekade terakhir, kalangan pendidikan menyaksikan perubahan cara masyarakat memaknai kesehatan mental. Di ruang kelas, persoalan emosi dan pikiran siswa tidak lagi dipandang sebagai urusan pribadi yang terpisah dari proses belajar, melainkan bagian dari kualitas kehidupan sekolah secara keseluruhan (Cenedesi *et al.*, 2024). Anak dan remaja menghadapi tekanan akademik, dinamika pertemanan, tuntutan keluarga, serta paparan informasi tanpa batas melalui media digital. Semua itu berpotensi menimbulkan kelelahan emosional, kecemasan yang berkepanjangan, dan rasa terasing. Penggunaan media sosial secara intensif oleh kalangan usia muda memicu kerentanan emosional berupa kecemasan, gejala depresi, hingga gangguan tidur (Khayru & Issalillah, 2022). Kondisi psikologis ini diperberat oleh derasnya arus informasi digital yang melahirkan tekanan sosial baru di lingkungan pergaulan mereka (Khayru, 2025). Guna mengantisipasi dampak tersebut, tata kelola ketahanan mental siswa harus diintegrasikan sebagai bagian dari kebijakan organisasi sekolah demi mewujudkan ruang belajar yang aman (Issalillah & Khayru, 2025). Siswa yang mengalami tekanan berat sering berusaha menyembunyikan kondisi batinnya, sementara lingkungan di sekelilingnya belum tentu peka. Dalam situasi demikian, lembaga pendidikan dituntut mengembangkan manajemen ketahanan mental yang terencana, sehingga sekolah bukan sekadar tempat mengajar, tetapi juga ruang yang menumbuhkan kemampuan siswa mengelola stres, mencari pertolongan, dan menjaga keselamatan diri ketika menghadapi pergolakan psikologis (Karakasidou *et al.*, 2024).

Jika diperhatikan lebih dekat, dinamika mental siswa di sekolah mencerminkan pertemuan antara tuntutan perkembangan usia, budaya persaingan, dan perubahan sosial yang cepat. Di satu pihak, siswa diharapkan mencapai prestasi tinggi, berdisiplin, dan mampu menyesuaikan diri dengan standar akademik yang ketat. Di pihak lain, mereka berada pada fase perkembangan yang sarat pencarian jati diri, kepekaan emosional, dan kebutuhan akan penerimaan. Ketidakseimbangan antara tuntutan dan dukungan dapat memunculkan gejala tekanan mental, seperti kecemasan akut, gangguan tidur, penurunan minat belajar, hingga pikiran untuk menyakiti diri sendiri (Yu, 2024). Beban pelajaran di sekolah serta pengaruh kelompok teman sebaya berkontribusi nyata dalam menentukan tinggi rendahnya motivasi berprestasi siswa (Issalillah & Khayru, 2021). Tekanan akademik yang tidak terkelola dengan baik memicu stres dan meningkatkan kecenderungan siswa untuk menunda-nunda tugas sekolah (Nurdiansah & Darmawan, 2025). Penguatan kapasitas psikologis ini sangat krusial dalam membentuk ketangguhan generasi muda menghadapi tantangan sosial ekonomi masa depan (Oluwatosin & Darmawan, 2025). Gejala ini kerap muncul secara perlahan, melalui perubahan perilaku yang halus dan pernyataan lisan yang samar. Tanpa sistem yang secara sengaja dirancang untuk mendeteksi dini, sekolah berisiko terlambat mengenali sinyal bahaya yang sebenarnya sudah lama muncul.

Masalah psikologis pada siswa tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan dengan struktur kehidupan sekolah sehari-hari. Cara guru menyampaikan materi, bentuk penilaian yang

digunakan, budaya kompetisi, pola komunikasi antara guru dan orang tua, serta aturan kedisiplinan, seluruhnya ikut mempengaruhi suasana batin siswa (Bəylərov, 2024). Lingkungan belajar yang penuh tekanan, minim ruang dialog, dan kurang memberi peluang ekspresi dapat memperkuat perasaan terjepit dan putus asa. Lembaga pendidikan memegang peran kunci untuk mengikis stigma negatif terkait masalah kesehatan mental melalui penyediaan sistem dukungan yang aman bagi siswa (Kurniawan & Seran, 2024). Kesiapan dan ketangguhan mental guru saat beradaptasi dengan tuntutan profesi di sekolah turut menentukan keberhasilan penanganan situasi krisis psikologis siswa di kelas (Liwak *et al.*, 2023). Namun demikian, sekolah juga menyimpan peluang besar sebagai tempat yang relatif stabil, dengan jaringan hubungan yang teratur, sehingga sangat potensial untuk menjadi pranata yang memelihara ketahanan mental siswa. Untuk mencapai fungsi tersebut, dibutuhkan manajemen ketahanan mental yang menyatukan upaya pencegahan, deteksi dini, intervensi awal, dan rujukan profesional dalam satu kerangka yang jelas, terstruktur, dan disepakati semua pihak.

Pengalaman sehari-hari di sekolah menunjukkan bahwa tanda awal tekanan mental siswa sering terlintas dalam bentuk komentar spontan, keluhan sepele, atau perubahan kebiasaan kecil yang mudah terabaikan (Dey *et al.*, 2022). Guru melihat siswa yang semakin diam, menarik diri, atau sebaliknya menjadi lebih agresif, tetapi tidak selalu memiliki kerangka berpikir maupun kepercayaan diri untuk menghubungkan gejala tersebut dengan kemungkinan krisis psikologis. Di ruang bimbingan konseling, konselor menerima siswa dengan berbagai keluhan, namun alur komunikasi antara konselor, wali kelas, dan orang tua belum tentu tertata. Dalam situasi tertentu, siswa yang mengalami tekanan berat baru mendapat perhatian saat sudah terjadi perilaku membahayakan diri. Kejadian seperti ini menegaskan perlunya sistem deteksi yang tidak bergantung pada kepekaan individu semata, melainkan didukung prosedur, alat skrining, dan jalur pelaporan yang disusun secara sadar sebagai bagian dari manajemen ketahanan mental di sekolah.

Perkembangan ilmu psikologi dan ilmu pendidikan membuka peluang bagi sekolah untuk menyusun program yang lebih terarah dalam pencegahan dan penanganan krisis mental siswa (Danyang, 2022). Berbagai pendekatan konseling, edukasi mental, dan penguatan keterampilan hidup dapat diadaptasi ke dalam program sekolah. Layanan konseling kontributif ini penting karena ikut membentuk penguatan karakter siswa selama menempuh pendidikan (Rojak *et al.*, 2024). Pengelolaan emosi dalam kehidupan sehari-hari juga terbukti efektif meningkatkan kesejahteraan psikologis individu secara mendasar (Irfan & Darmawan, 2021). Penerapan kebiasaan hidup sehat dan pemeliharaan lingkungan yang kondusif ikut memengaruhi kualitas kesehatan generasi muda (Aisyah & Issalillah, 2022). Akan tetapi, agar program tersebut benar-benar berfungsi, diperlukan struktur manajerial yang terencana. Manajemen ketahanan mental siswa tidak berupa kegiatan sesaat, misalnya seminar insidental, melainkan keseluruhan sistem yang mengatur bagaimana sekolah mengidentifikasi siswa berisiko, merancang intervensi yang proporsional, melibatkan guru dan orang tua, serta berjejaring dengan tenaga profesional di

luar sekolah. Dengan kata lain, yang dibutuhkan adalah kerangka pengelolaan yang memungkinkan setiap unsur sekolah mengetahui perannya untuk menjaga kesehatan mental siswa, terutama ketika muncul gejala tekanan berat, kecemasan akut, atau kecenderungan perilaku membahayakan diri.

Permasalahan utama yang muncul ialah ketiadaan sistem deteksi dini yang terstruktur dan menyeluruh di banyak sekolah. Upaya mengenali gejala tekanan mental sering bergantung pada kepekaan guru tertentu atau inisiatif individu di unit bimbingan konseling. Tidak selalu terdapat instrumen skrining yang disepakati, panduan observasi perilaku, ataupun prosedur pelaporan yang menjamin informasi mengenai kondisi siswa sampai kepada pihak yang berwenang. Hambatan psikologis siswa di lingkungan belajar ini diperparah oleh fenomena kejenuhan, stres akademik, dan kecanduan media sosial yang memicu peningkatan prokrastinasi (Sidqi *et al.*, 2025). Pola interaksi di dalam keluarga juga memiliki pengaruh besar terhadap keseimbangan emosional dan kesehatan jiwa anak (Safira *et al.*, 2021). Perlindungan hukum perdata bagi anggota keluarga yang mengalami masalah kejiwaan perlu diperhatikan guna memitigasi dampak stigma sosial yang berkembang (Zahid *et al.*, 2022). Guru kerap merasa belum memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan untuk membedakan perilaku remaja yang wajar dengan gejala awal gangguan psikologis (Verma, 2024). Ketika keadaan ini terus berlangsung, siswa yang sesungguhnya membutuhkan penanganan justru lolos dari perhatian. Mereka menjalani hari-hari sekolah dengan membawa beban batin yang tidak terlihat, sementara lingkungan belum menyiapkan penopang yang memadai.

Permasalahan lain berkaitan dengan penanganan setelah adanya tanda bahaya. Di banyak lembaga, belum ada unit atau tim yang secara jelas diberi mandat sebagai penanggung jawab penanganan krisis psikologis siswa (Murali & Avudaiappan, 2024). Keputusan mengenai apa yang harus dilakukan ketika seorang siswa menunjukkan perilaku membahayakan diri, siapa yang harus dihubungi pertama kali, bagaimana melibatkan orang tua, dan kapan perlu mengundang tenaga profesional kesehatan mental, sering diambil secara spontan. Ketidakjelasan struktur ini dapat menimbulkan kebingungan di kalangan guru dan tenaga kependidikan ketika menghadapi peristiwa yang menegangkan, sehingga tindakan yang diambil tidak terkoordinasi. Tekanan yang tinggi di lingkungan pendidikan menuntut adanya dukungan sosial yang kuat bagi seluruh tenaga kependidikan agar sistem pelayanan tetap berjalan optimal (Hariani *et al.*, 2025). Pengembangan budaya organisasi berbasis kesehatan mental menjadi strategi penting untuk meningkatkan performa kerja institusi secara keseluruhan (Rojak *et al.*, 2025). Jejaring dengan layanan kesehatan mental di luar sekolah, seperti psikolog, psikiater, atau rumah sakit, belum tentu terbentuk. Akibatnya, proses rujukan dapat tertunda atau berjalan tanpa standar yang jelas, padahal waktu dan ketepatan penanganan sangat krusial bagi keselamatan siswa.

Urgensi kajian tentang manajemen ketahanan mental siswa terletak pada kebutuhan untuk merumuskan kerangka pengelolaan yang mampu menghubungkan pencegahan, deteksi,

penanganan awal, dan rujukan profesional dalam satu sistem yang terpadu. Tanpa manajemen yang terencana, sekolah mudah terjebak dalam pendekatan reaktif, baru bergerak ketika terjadi kasus yang menghebohkan. Padahal, pendidikan yang sehat menuntut kehadiran sistem yang bersiap sebelum krisis muncul, memelihara ketahanan mental sebagai bagian dari iklim belajar, serta menyiapkan jalur tindakan yang jelas ketika gejala berat teridentifikasi. Dengan mengkaji topik ini secara teoretis, diharapkan muncul gambaran mengenai bagaimana sekolah dapat menyusun kebijakan, membentuk tim tanggap krisis, melatih guru sebagai pendamping awal, dan membangun kolaborasi dengan tenaga profesional kesehatan mental secara sistematis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengonstruksi sebuah rancangan manajemen ketahanan mental siswa berbasis lembaga pendidikan yang mengintegrasikan sistem deteksi dini, intervensi awal, dan jaringan rujukan profesional. Konstruksi ini diwujudkan melalui pembentukan tim tanggap krisis, peningkatan kapasitas guru sebagai pendamping awal, serta kolaborasi lintas sektor dengan tenaga kesehatan mental. Hasil akhir dari penelitian ini ditargetkan mampu memberikan sumbangan teoretis pada bidang manajemen pendidikan sekaligus menjadi panduan praktis bagi pemangku kepentingan dalam mengimplementasikan perlindungan psikologis siswa yang terstruktur.

METODE

Ini adalah studi literatur kualitatif untuk membangun kerangka teoretis mengenai manajemen ketahanan mental siswa. Pendekatan ini memungkinkan penggalian berbagai pemikiran ilmiah yang sudah ada, lalu merangkumnya menjadi model konseptual yang tertata. Snyder (2024) menekankan bahwa rancangan tinjauan harus disusun sejak awal agar sumbangan ilmiahnya jelas. Patel dan Patel (2019) menegaskan pentingnya kesesuaian antara pertanyaan penelitian dan pendekatan metodologis, sehingga pilihan pada studi literatur kualitatif dinilai tepat untuk menjawab pertanyaan konseptual mengenai sistem deteksi dini, intervensi, dan rujukan. Sementara itu, Matos *et al.* (2023) menampilkan bagaimana metodologi penelitian dalam pendidikan dapat diajarkan dan dipelajari melalui telaah sistematis terhadap karya ilmiah, yang dalam kajian ini dijadikan inspirasi untuk menyusun langkah penelusuran referensi.

Pengumpulan dan pengolahan referensi dilakukan dengan menempatkan sekolah sebagai organisasi yang memiliki struktur, budaya, dan dinamika perilaku tertentu. Dalam hal ini, pemikiran Khasanah *et al.* (2010) mengenai pengantar manajemen bisnis dipakai untuk memahami bagaimana prinsip pengelolaan sumber daya, pembagian peran, dan penataan prosedur dapat diterapkan pada pengelolaan program ketahanan mental di lembaga pendidikan. Pemaparan Darmawan (2013) tentang prinsip perilaku organisasi memberikan lensa untuk membaca interaksi antar individu di sekolah, termasuk hubungan antara guru, konselor, pimpinan, siswa, dan tenaga profesional eksternal ketika krisis psikologis muncul. Di samping itu, gagasan Smela *et al.* (2023) mengenai kajian cepat memberi rujukan tentang

cara menata penelusuran pustaka agar efisien tanpa kehilangan ketajaman seleksi. Berdasarkan acuan tersebut, penulis menyusun langkah kerja yang meliputi penentuan kata kunci, pemilihan sumber, pembacaan kritis, pengelompokan tema terkait deteksi dini, intervensi, rujukan, dan manajemen organisasi, kemudian merangkai temuan ke dalam uraian normatif. Hasil akhirnya disajikan sebagai pemikiran konseptual mengenai manajemen ketahanan mental siswa di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Manajemen ketahanan mental siswa menuntut kejelasan kerangka kerja yang menghubungkan pencegahan, deteksi, penanganan awal, dan rujukan. Pada tataran konseptual, kerangka ini dapat dipahami sebagai sistem berlapis yang menyentuh seluruh warga sekolah (Ioannidou, 2022). Lapisan pertama berupa penguatan iklim psikologis yang aman, di mana siswa merasa diperhatikan dan dapat menyuarakan kesulitan tanpa takut dipermalukan. Lapisan berikutnya ialah mekanisme deteksi dini yang terencana, yang membantu sekolah mengenali siswa berisiko sebelum mengalami krisis berat. Lapisan selanjutnya menyangkut penanganan awal yang dilakukan oleh guru, konselor, dan tim tanggap krisis ketika muncul tanda bahaya. Lapisan terakhir berupa rujukan ke tenaga profesional kesehatan mental untuk kasus yang memerlukan kompetensi dan otoritas klinis. Dengan mengaitkan keempat lapisan tersebut, manajemen ketahanan mental tidak berhenti pada satu program terpisah, melainkan menjadi cara lembaga pendidikan mengatur seluruh respons terhadap persoalan psikologis siswa.

Sistem deteksi dini merupakan titik masuk penting dalam manajemen ketahanan mental siswa. Deteksi dini akan efektif apabila sekolah memiliki seperangkat indikator perilaku dan emosional yang disepakati sebagai sinyal kewaspadaan. Indikator itu mencakup perubahan kebiasaan belajar, penurunan kebersihan diri, pola absen yang tidak biasa, ledakan emosi, hingga pernyataan tertulis atau lisan yang menunjukkan keputusasaan (Souza, 2019). Guru, wali kelas, dan tenaga kependidikan lain yang berinteraksi langsung dengan siswa perlu dibekali pengetahuan mengenai indikator tersebut, sehingga mereka mampu mengamati dan mencatat gejala secara sistematis. Siswa sendiri dapat diajak melakukan refleksi berkala melalui kuesioner sederhana tentang suasana hati dan beban pikiran. Dalam memetakan kondisi psikologis siswa yang kompleks ini, sekolah dapat memanfaatkan pemetaan kognitif (cognitive mapping) untuk memahami pola pikir individu hingga membantu proses pengambilan keputusan kolektif tim pendidik (Darmawan, 2024). Di samping itu, sekolah juga perlu mencermati faktor eksternal siswa, seperti resolusi konflik keluarga yang berdampak langsung pada perkembangan regulasi emosi dan hasil psikososial anak (Zahid & Darmawan, 2025). Pola asuh orang tua di area perkotaan modern terbukti memengaruhi ketahanan emosional serta penyesuaian perilaku remaja di sekolah (Hariyani *et al.*, 2024). Informasi yang terkumpul tidak berhenti di meja individu, melainkan mengalir melalui jalur

pelaporan yang telah ditetapkan menuju tim yang bertanggung jawab menilai tingkat risiko dan menentukan langkah berikutnya.

Agar sistem deteksi dini berfungsi, jalur komunikasi internal di sekolah harus dirancang dengan jelas. Setiap guru perlu mengetahui kepada siapa ia harus melaporkan kekhawatiran terhadap kondisi mental siswa, dan dalam bentuk apa laporan tersebut disampaikan (Yablon, 2017). Pengaturan yang lazim digunakan mencakup penunjukan koordinator ketahanan mental yang menerima laporan dari guru dan tenaga kependidikan, lalu membawa temuan tersebut ke forum tim tanggap krisis. Di forum itu, informasi dari berbagai sumber disatukan, sehingga gambaran mengenai kondisi siswa menjadi lebih lengkap. Kejelasan alur ini penting agar kekhawatiran tidak terhenti sebagai bisik-bisik informal yang sulit ditindaklanjuti. Penyusunan alur pelaporan yang profesional ini sekaligus melindungi siswa dari konstruksi sosial dan pergeseran nilai masyarakat yang masih sering melekatkan stigma negatif pada isu kesehatan mental (Gardi & Khayru, 2024). Tata kelola yang terstruktur di sekolah juga membantu mengurai dilema pertanggungjawaban hukum dari sudut pandang yuridis apabila terjadi tindakan pelanggaran yang dilakukan oleh individu dengan gangguan mental (Vitrianingsih *et al.*, 2025). Jalur komunikasi yang rapi memberikan rasa aman bagi guru, karena mereka mengetahui bahwa laporan mereka akan ditangani secara profesional, bukan menjadi bahan gosip di lingkungan sekolah.

Tim tanggap krisis merupakan unsur organisasi yang khas dalam manajemen ketahanan mental siswa. Tim ini bukan sekadar kelompok kerja sementara, melainkan unit yang dibentuk secara resmi melalui keputusan pimpinan lembaga. Anggotanya dapat terdiri atas wakil kepala sekolah, guru bimbingan konseling, wali kelas berpengalaman, perawat sekolah bila ada, dan tokoh lain yang memiliki kepedulian serta integritas tinggi (Metzgar, 2020). Tugas tim mencakup menilai tingkat risiko berdasarkan informasi deteksi dini, merancang rencana penanganan awal, berkomunikasi dengan orang tua, serta mengoordinasikan rujukan ke tenaga profesional di luar sekolah. Tim tanggap krisis perlu memiliki pedoman kerja tertulis, misalnya kriteria klasifikasi tingkat risiko, langkah yang diambil untuk tiap kategori, serta pembagian tugas antar anggota. Keberadaan pedoman tertulis ini krusial mengingat tingginya dampak kejenuhan (*burnout*) dan stres kerja yang dapat menurunkan kepuasan serta efektivitas staf sekolah dalam memberikan pelayanan bimbingan (Mardikaningsih & Sinambela, 2022). Sistem rujukan yang dirancang sekolah juga harus bersinergi dengan jaminan hukum dan langkah nyata pemerintah dalam memastikan hak-hak penderita gangguan mental melalui sistem jaminan sosial kesehatan (Wuryani *et al.*, 2023). Dengan cara ini, penanganan krisis psikologis siswa tidak bergantung pada spontanitas perorangan, melainkan mengikuti protokol yang disepakati.

Pelatihan guru sebagai pendamping awal memegang posisi penting dalam keseluruhan sistem. Guru adalah pihak yang paling sering berinteraksi dengan siswa di ruang kelas maupun kegiatan sekolah lainnya. Namun, kurikulum pendidikan guru pada umumnya

tidak selalu menyediakan bekal memadai mengenai penanganan masalah kesehatan mental (Gunawardena *et al.*, 2024). Sekolah perlu menyelenggarakan program pelatihan khusus yang bertujuan menumbuhkan sensitivitas, pengetahuan dasar, dan keterampilan komunikasi suportif. Isi pelatihan dapat mencakup pengenalan gejala tekanan mental, prinsip mendengarkan aktif, cara mengajukan pertanyaan yang aman, batas kewenangan guru untuk memberikan bantuan, serta prosedur merujuk kasus kepada tim tanggap krisis. Dengan bekal tersebut, guru tidak diminta menjadi terapis, melainkan menjadi tokoh signifikan yang mampu membuka percakapan awal, menenangkan, dan mengarahkan siswa ke jalur bantuan yang tepat.

Dalam menjalankan fungsi pendamping awal, guru perlu memahami batas antara dukungan emosional dan intervensi profesional. Guru dapat memberikan ruang bagi siswa untuk menceritakan kesulitannya, mengakui perasaan siswa, serta menyampaikan bahwa mencari bantuan adalah tindakan yang berani dan wajar. Namun, guru tidak dianjurkan melakukan penilaian klinis atau memberikan nasihat medis (Douwes *et al.*, 2024). Pada tahap tertentu, guru harus menyampaikan kepada siswa bahwa percakapan akan diteruskan kepada pihak yang lebih kompeten, misalnya konselor sekolah atau tim tanggap krisis. Komunikasi ini harus dilakukan dengan cara yang menghormati martabat dan kerahasiaan siswa. Dengan memegang batas kewenangan semacam itu, guru dapat berperan sebagai jembatan yang aman antara siswa dan layanan kesehatan mental, tanpa terbebani tanggung jawab di luar kompetensinya.

Kolaborasi dengan tenaga profesional kesehatan mental di luar sekolah menjadi pilar penting dalam manajemen ketahanan mental siswa. Sekolah bukan lembaga penyedia layanan klinis, sehingga memerlukan jejaring dengan psikolog, psikiater, klinik, atau rumah sakit yang memiliki keahlian dan sarana memadai. Bentuk kolaborasi dapat berupa perjanjian kerja sama tertulis yang mengatur alur rujukan, mekanisme konsultasi, dan pembagian tanggung jawab (Saadati, 2023). Dalam situasi tertentu, tenaga profesional dapat datang ke sekolah untuk memberikan layanan konsultasi berkala atau pelatihan lanjutan bagi guru dan tim tanggap krisis. Pada kasus lain, siswa dirujuk keluar sekolah dengan pendampingan orang tua. Manajemen yang baik memastikan bahwa jalur komunikasi antara sekolah dan tenaga profesional terbuka, sehingga pemantauan perkembangan siswa dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan tetap menghormati kerahasiaan informasi.

Pencegahan krisis psikologis tidak semata berfokus pada penanganan individu yang sudah mengalami tekanan berat, tetapi juga menyentuh pembentukan budaya sekolah yang ramah terhadap kesehatan mental. Manajemen ketahanan mental siswa yang matang akan memasukkan pendidikan literasi kesehatan mental ke dalam kegiatan reguler, baik melalui pelajaran formal, kegiatan ekstrakurikuler, maupun program khusus (Wei, 2024). Di era modern, penguatan literasi digital berbasis nilai-nilai spiritual dan etika keagamaan terbukti memberikan dampak positif bagi kesehatan mental siswa serta mendorong perilaku sosial yang adaptif (Khayru *et al.*, 2025). Integrasi nilai budaya keluarga perkotaan modern dan pola asuh yang sehat juga menjadi fondasi penting bagi perkembangan kepribadian anak

yang tangguh (Fauzi & Khayru, 2025). Siswa diajak memahami apa itu stres, bagaimana mengenali tanda kelelahan emosional, cara mencari dukungan, serta bagaimana bersikap ketika teman memperlihatkan sinyal bahaya. Guru dan tenaga kependidikan diberi ruang untuk mengembangkan kegiatan kelas yang memupuk empati, kerja sama, dan penghargaan terhadap keberagaman. Suasana sekolah yang demikian membuat siswa lebih berani mengungkapkan kesulitan mental, karena mereka merasakan bahwa topik tersebut dapat dibicarakan secara wajar, bukan sesuatu yang memalukan.

Aspek etika memegang peranan sangat penting dalam manajemen ketahanan mental siswa. Setiap langkah deteksi, intervensi, dan rujukan menyentuh ruang sangat pribadi dalam kehidupan siswa. Kerahasiaan informasi mutlak dijaga dengan ketat. Hanya pihak yang berkepentingan langsung dan memiliki otorisasi yang boleh mengakses data mengenai kondisi psikologis siswa (Hegstedt *et al.*, 2024). Komunikasi dengan orang tua perlu dilakukan secara hati-hati, menghindari sikap menghakimi, serta menekankan tujuan membantu. Persetujuan siswa wajib dihargai sesuai dengan usia dan tingkat kedewasaan mereka, terutama ketika akan dilakukan rujukan ke layanan profesional. Penerapan etika kerahasiaan yang kokoh di sekolah mendesak dilakukan guna mengikis stigma sosial yang selama ini menjadi penghalang utama bagi pemulihan kondisi kejiwaan siswa (Aisyah & Issalillah, 2022). Penghapusan stereotip negatif di lingkungan sekolah juga terbukti krusial untuk memastikan seluruh siswa mendapatkan peluang dan perlakuan yang setara tanpa diskriminasi psikologis (Sajjapong *et al.*, 2022). Pengambilan keputusan harus mempertimbangkan keselamatan siswa sebagai prioritas utama, sekaligus menghormati hak mereka untuk didengar pandangannya. Prinsip etika ini menjaga agar program ketahanan mental tidak berubah menjadi praktik pengawasan yang menakutkan, melainkan sistem perlindungan yang menghargai martabat manusia.

Dimensi organisasi dalam manajemen ketahanan mental siswa tampak pada cara lembaga pendidikan mengalokasikan sumber daya untuk program tersebut. Pembentukan tim tanggap krisis, penyelenggaraan pelatihan guru, serta kolaborasi dengan tenaga profesional memerlukan dukungan waktu, anggaran, dan kebijakan (Chandran, 2024). Pimpinan sekolah perlu memasukkan program ketahanan mental ke dalam rencana kerja tahunan, bukan sebagai kegiatan tambahan yang hanya dilakukan ketika ada kesempatan. Penetapan jam kerja bagi anggota tim, pengakuan terhadap tugas tambahan yang mereka emban, serta penyediaan ruang khusus untuk konsultasi dapat menjadi langkah nyata. Keberhasilan tata kelola sistem ini bertumpu pada kompetensi kepemimpinan kepala sekolah dalam menggerakkan motivasi kerja serta performa para guru di bidang bimbingan siswa (Mardikaningsih, 2023; Rahmawati & Darmawan, 2024). Kepala sekolah yang efektif mampu menciptakan iklim sekolah yang kondusif agar kualitas layanan perlindungan mental siswa berjalan optimal (Ismaya *et al.*, 2023; Musthofa & Darmawan, 2024). Penerapan strategi kepemimpinan situasional juga sangat membantu sekolah dalam mengelola transisi sistem penanganan krisis dan mendongkrak kinerja tim pelaksana di lapangan (Mardikaningsih & Darmawan, 2022). Dukungan organisasional semacam ini

menjamin keberlanjutan program dan mempertegas pesan kepada warga sekolah bahwa kesehatan mental siswa merupakan prioritas yang sungguh diakui.

Pemantauan dan evaluasi internal terhadap program ketahanan mental perlu dilakukan secara berkala agar manajemen tetap relevan dengan kebutuhan siswa (Abulfaraj *et al.*, 2024). Evaluasi tidak dimaksudkan untuk mencari kambing hitam, melainkan untuk melihat sejauh mana prosedur bekerja, bagian mana yang perlu disempurnakan, dan kebutuhan baru apa yang muncul. Tim tanggap krisis dapat menyusun catatan anonim mengenai jenis kasus yang ditangani, alur rujukan, serta hambatan yang ditemui. Guru dan siswa dapat dimintai umpan balik melalui survei yang dirancang dengan menjaga privasi. Proses pemantauan ini menjadi instrumen penting untuk mengukur indikator-indikator keberhasilan yang dapat meningkatkan efektivitas organisasi sekolah (Darmawan, 2024). Pemetaan terhadap karakteristik kepribadian para guru dan staf yang terlibat dalam tim penanganan krisis juga perlu dievaluasi berkala demi menjamin performa kerja yang sensitif dan responsif terhadap kondisi psikis siswa (Darmawan, 2017). Hasil evaluasi kemudian dibahas dalam forum yang melibatkan pimpinan, tim ketahanan mental, dan perwakilan pemangku kepentingan lain. Dari sana, penyesuaian terhadap kebijakan, prosedur, dan program pelatihan dapat dirumuskan agar sistem ketahanan mental semakin matang.

Penguatan ketahanan mental siswa berkaitan erat dengan kurikulum dan praktik pembelajaran. Pembelajaran yang memberi ruang bagi diskusi, refleksi, dan kerja kelompok dapat menjadi wadah siswa melatih keterampilan mengelola emosi, berkomunikasi, dan memecahkan masalah (Karakasidou *et al.*, 2024). Kompetensi bimbingan guru dan lingkungan belajar yang mendukung terbukti berkontribusi besar dalam mereduksi stres akademik siswa selama menempuh pendidikan (Bayhaqi & Darmawan, 2025). Profesionalisme, motivasi, serta kecakapan pedagogis guru di kelas memegang peranan utama dalam membentuk ketangguhan mental siswa (Mardikaningsih *et al.*, 2022). Pendekatan pembelajaran yang adaptif mampu memfasilitasi kebutuhan emosional siswa secara personal maupun kelompok (Kurniawan & Darmawan, 2021). Integrasi penguatan modal psikologis (*psychological capital*) ke dalam kurikulum sekolah juga efektif membangun orientasi masa depan yang positif pada diri siswa (Khayru *et al.*, 2022). Guru yang peka terhadap kesehatan mental akan mengemas penilaian dengan cara yang meminimalkan tekanan tidak proporsional, misalnya dengan memberi kesempatan perbaikan, umpan balik konstruktif, dan pengakuan terhadap usaha. Di beberapa mata pelajaran, materi mengenai kesehatan mental dapat disisipkan secara kontekstual, sehingga siswa memperoleh pemahaman ilmiah dan praktis sekaligus. Pendekatan komprehensif ini memastikan ketahanan mental tidak berdiri sebagai program terpisah, tetapi meresap ke dalam pengalaman belajar sehari-hari.

Peran orang tua dan keluarga tidak dapat dilepaskan dari manajemen ketahanan mental siswa. Sekolah perlu membangun komunikasi yang seimbang dengan orang tua, bukan hanya ketika masalah muncul, tetapi juga melalui pertemuan rutin edukatif (Karakasidou *et*

al., 2024). Dalam forum tersebut, sekolah dapat menyampaikan informasi mengenai ciri-ciri tekanan mental pada anak dan remaja, pentingnya pola asuh yang suportif, serta jalur komunikasi dengan sekolah ketika orang tua mengamati perubahan perilaku di rumah. Keterlibatan aktif orang tua sangat krusial mengingat keharmonisan rumah tangga menjadi fondasi utama bagi keseimbangan emosional dan kesejahteraan mental anak di sekolah (Aliyah *et al.*, 2022). Pengalaman menyaksikan atau mengalami kekerasan di dalam rumah terbukti merusak kondisi psikis anak, sehingga memerlukan perhatian dan penanganan khusus dari pihak sekolah (Issalillah & Khayru, 2021). Sekolah dituntut proaktif menerima informasi dari orang tua mengenai kondisi anak, misalnya adanya peristiwa keluarga yang mengguncang, sehingga pengamatan di sekolah dapat dilakukan dengan lebih peka. Sinergi informasi antara rumah dan sekolah akan memperkuat efektivitas sistem deteksi dini dan penanganan yang telah dibangun.

Dalam ranah kebijakan pendidikan yang lebih luas, manajemen ketahanan mental siswa di tingkat sekolah akan terbantu bila terdapat dukungan regulasi dari otoritas pendidikan (Ioannidou, 2022). Regulasi yang mengakui pentingnya program kesehatan mental, mendorong pembentukan tim tanggap krisis, dan memfasilitasi kerja sama antar sektor, seperti pendidikan dan kesehatan, akan memberikan kerangka kerja yang meneguhkan upaya sekolah. Sekalipun regulasi komprehensif belum sepenuhnya terwujud, lembaga pendidikan tetap dapat memulai langkah-langkah manajerial dalam ruang otonomi yang dimiliki. Inisiatif di tingkat sekolah dapat menjadi contoh praktik baik yang kelak menginspirasi kebijakan yang lebih luas.

Pengembangan kapasitas profesional tenaga kesehatan mental yang bermitra dengan sekolah patut mendapat perhatian serius. Psikolog dan psikiater yang bekerja dengan siswa menghadapi dinamika khas lembaga pendidikan, seperti jadwal pelajaran, interaksi kelompok sebaya, serta keterlibatan orang tua dan guru (Rosal, 2022). Dalam kolaborasi, penting dibangun saling pengertian mengenai batas dan kebutuhan masing-masing pihak. Pelatihan lintas fungsi (*cross-functional training*) perlu diselenggarakan oleh sekolah guna menyelaraskan persepsi dan meningkatkan kualitas kolaborasi antara tim guru dan tenaga medis profesional di luar sekolah (Fared & Darmawan, 2021). Sekolah memahami etika dan prosedur klinis, sementara tenaga kesehatan mental memahami struktur sekolah. Pertemuan rutin antara kedua belah pihak akan memudahkan koordinasi dan mencegah kesalahpahaman, sehingga alur rujukan dan penanganan siswa berjalan lebih lancar.

Ketahanan mental siswa sangat dipengaruhi oleh tren penggunaan media digital dan media sosial. Manajemen ketahanan mental yang peka zaman wajib memperhitungkan bagaimana paparan informasi, tekanan untuk tampil sempurna, dan interaksi daring mempengaruhi keadaan batin siswa (Ye & Lu, 2024). Intensitas penggunaan media sosial yang tidak terkontrol rentan memicu kecemasan akibat sindrom ketakutan tertinggal yang mengganggu stabilitas mental siswa (Aisyah & Issalillah, 2021). Sekolah dapat menyusun kebijakan dan program edukasi mengenai literasi digital, manajemen waktu penggunaan gawai, serta etika berkomunikasi di dunia maya. Siswa diajak memahami risiko

perundungan daring, perbandingan diri dengan orang lain, dan penyebaran informasi yang memicu kecemasan. Pendekatan ini tidak dilandasi larangan semata, melainkan penguatan kemampuan berpikir kritis dan pengaturan diri, sehingga siswa memiliki bekal kokoh untuk menjaga kesehatan mental di era digital.

Dalam perspektif jangka panjang, manajemen ketahanan mental yang terstruktur di sekolah berpotensi memengaruhi perjalanan hidup siswa setelah lulus (Yang, 2023). Siswa yang belajar mengenali emosi, meminta bantuan secara tepat, dan memanfaatkan dukungan profesional ketika diperlukan, memiliki peluang lebih besar untuk menghadapi perubahan hidup dewasa dengan cara yang sehat. Mereka membawa ingatan bahwa di masa sekolah pernah ada sistem yang peduli dan siap menolong ketika mereka tertekan. Pengalaman ini menumbuhkan keyakinan bahwa mencari bantuan pada saat sulit bukan kelemahan, melainkan bagian dari kecakapan hidup. Dengan demikian, investasi sekolah pada manajemen ketahanan mental tidak hanya menyasar masa belajar, tetapi memberikan bekal bagi perjalanan kehidupan siswa di masa depan.

PENUTUP

Kajian ini menunjukkan bahwa manajemen ketahanan mental siswa menuntut pendekatan yang sistematis, terencana, dan berbasis kerja sama berbagai pihak di lingkungan pendidikan. Ketahanan mental di sekolah tidak dapat diserahkan kepada unit bimbingan konseling semata, melainkan harus diletakkan sebagai tanggung jawab kelembagaan yang diwujudkan melalui pembentukan tim tanggap krisis, pelatihan guru sebagai pendamping awal, serta penyusunan prosedur deteksi dini, intervensi, dan rujukan profesional yang jelas. Kerangka tersebut perlu disangga oleh budaya sekolah yang menghargai kesehatan mental, menjunjung kerahasiaan, dan membuka ruang dialog. Keterkaitan dengan keluarga dan tenaga profesional kesehatan mental di luar sekolah menambah kekuatan sistem, sehingga siswa yang mengalami tekanan berat, kecemasan akut, atau kecenderungan membahayakan diri memperoleh jalur bantuan yang cepat dan terarah. Dengan demikian, lembaga pendidikan dapat menjalankan fungsi perlindungan secara lebih utuh, bukan hanya mengurus keberhasilan akademik, tetapi juga keberlangsungan kehidupan psikologis siswa.

Implikasi dari uraian konseptual ini mengarah pada kebutuhan penataan kebijakan internal di tingkat sekolah dan dukungan kebijakan pada level yang lebih tinggi. Sekolah dianjurkan menyusun pedoman tertulis mengenai manajemen ketahanan mental, termasuk struktur tim, alur komunikasi, dan prosedur kerja sama dengan tenaga profesional. Pelatihan bagi guru dan tenaga kependidikan perlu dirancang secara berkelanjutan, agar kapasitas pendampingan awal tetap terjaga. Otoritas pendidikan dapat mempertimbangkan pengembangan regulasi yang mendorong pembentukan sistem perlindungan mental di sekolah, sekaligus memfasilitasi jejaring dengan sektor kesehatan. Bagi peneliti, kajian ini membuka peluang untuk melakukan penelitian empiris mengenai penerapan model

manajemen ketahanan mental di berbagai jenis sekolah, mengidentifikasi praktik baik, serta merumuskan panduan operasional yang lebih rinci. Keseluruhan upaya ini diharapkan berujung pada terbentuknya lingkungan pendidikan yang lebih aman, berdaya dukung, dan memelihara kesehatan mental generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Abulfaraj, G. G., Upsher, R., Zavos, H. M. S., & Dommett, E. J. 2024. The Impact of Resilience Interventions on University Students' Mental Health and Well-Being: A Systematic Review. *Neveléstudomány*. <https://doi.org/10.3390/educscil4050510>
- Aisyah, N., & Issalillah, F. 2021. The Relationship between Social Media Use and Mental Health in Users with FoMO. *Journal of Social Science Studies*, 1(2), 33-38.
- Aisyah, N., & Issalillah, F. 2022. Healthy Eating, Mental Health, and Environmental Awareness: Implications for the Health of Young Generations. *Journal of Social Science Studies*, 2(2), 157-162.
- Aisyah, N., & Issalillah, F. 2022. Social Stigma toward Mental Illness: Manifestations in Society and Barriers to Recovery. *Studi Ilmu Sosial Indonesia*, 2(1), 307-332.
- Aliyah, N. D., Vitrianingsih, Y., & Safira, M. E. 2022. The Importance of Family Support in Mental Wellbeing: The Impact of Dependency, Disharmony, and Inability to Address Mental Health Issues. *Journal of Social Science Studies*, 2(2), 99-106.
- Bayhaqi, H. N., & Darmawan, D. 2025. Do Teacher Competence, Learning Environment, And Academic Stress Significantly Influence Student Learning Outcomes In Islamic Junior High Schools?. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 6(3), 396-412.
- Bəylərov, E. 2024. Issues of organization of psychological service in school. *Наукoвi Працi*. [https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91\(1\).177-183](https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(1).177-183)
- Cenedesi, R. T. F., Mendonça, D. P., Silva, J. D. F. D., Araújo, M. A. de A., & Júnior, R. M., Mario Angelo Cenedesi. 2024. Mental Health Education: Challenges And Future Perspectives. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*. <https://doi.org/10.9790/0837-2909090712>
- Chandran, N. R. 2024. Addressing the Deficiencies in Classroom-Based Mental Health Support: A Comprehensive Analysis of Challenges and Strategic Solutions. *International Journal of Social Science and Economic Research*, 09(10), 4124-4132. <https://doi.org/10.46609/ijsser.2024.v09i10.009>
- Danyang, Y. 2022. Analysis of Mental Health and Crisis Prevention of Students in Private Colleges and Universities in the Post-epidemic Period. *心理咨询理论与实践*, 4(7), 322-327. <https://doi.org/10.35534/tppc.0407038>

- Darmawan, D. 2013. Prinsip Prinsip Perilaku Organisasi. Surabaya: Pena Semesta - PT. JePe Press Media Utama.
- Darmawan, D. 2017. The Effects of The Big Five Personality on Job Performance. *Management & Accounting Research Journal*, 2(1), 36-42.
- Darmawan, D. 2024. Distribution of Six Major Factors Enhancing Organizational Effectiveness. *Journal of Distribution Science*, 22(4), 47-58.
- Darmawan, D. 2024. From Individual Minds to Collective Decisions: The Function and Contribution of Cognitive Mapping. *Journal of Social Science Studies*, 4(2), 467-476.
- Dey, M., Marti, L., & Jorm, A. F. 2022. Teachers' Experiences with and Helping Behaviour Towards Students with Mental Health Problems. *International Education Studies*, 15(5), 118-118. <https://doi.org/10.5539/ies.v15n5p118>
- Douwes, R., Metselaar, J., Korpershoek, H., Boonstra, N., & Pijnenborg, G. H. M. 2024. Role Perceptions of Teachers Concerning Student Mental Health in Higher Education. *Neveléstudomány*. <https://doi.org/10.3390/educscil4040369>
- Fared, M. A., & Darmawan, D. 2021. Design and Implementation of Cross-Functional Training to Improve Team Collaboration. *Journal of Social Science Studies*, 1(1), 215-220.
- Fauzi, A., & Khayru, R. K. 2025. Urban Modern Family Norms and Parenting Patterns for Child Development. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 7(3), 25-34.
- Gardi, B., & Khayru, R. K. 2024. Social Construction, Stigma, and Value Shifts in Contemporary Societal Mental Health. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 6(1), 35-42.
- Gunawardena, H., Leontini, R., Nair, S., Cross, S., & Hickie, I. B. 2024. Teacher training and multidimensional systems management for the delivery of mental health care for schools. *Advances in Mental Health*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/18387357.2024.2433254>
- Hariani, M., Darmawan, D., & Masnawati, E. 2025. Dynamics of Work Pressure and Social Support in Education Personnel. *JIPO: Journal of Industrial and Organizational Psychology*, 25-32.
- Hariani, M., Issalillah, F., & Corte-Real, J. M. 2024. Parenting Styles, Emotional Resilience, and Behavioral Adjustment Among Urban Adolescents. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 5(1), 31-36.
- Hegestedt, R., Nouri, J., & Fors, U. 2024. Factors Influencing the Implementation of Data-Driven Techniques for Students' Mental Health. *International Journal of*

Emerging Technologies in Learning (ijET), 19(08), 48–60.
<https://doi.org/10.3991/ijet.v19i08.51941>

Ioannidou, L. M. 2022. Mental Resilience in Schools. The Necessity of Developing Prevention and Intervention Programs. *Mental Health & Human Resilience International Journal*, 6(2), 1–4. <https://doi.org/10.23880/mhrij-16000199>

Irfan, M., & Darmawan, D. 2021. Improving Psychological Wellbeing through Emotion Management in Daily Life. *Journal of Social Science Studies*, 1(1), 179-184.

Ismaya, B., Sutrisno, S., Darmawan, D., Jahroni, J., & Kholis, N. 2023. Strategy for leadership: how principals of successful schools improve education quality. *Al-Tanzim: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(1), 247-259.

Issalillah, F., & Khayru, R. K. 2021. Social Perceptions of Domestic Violence and its Implications for the Mental Health and Recovery Process of Victims. *Journal of Social Science Studies*, 1(2), 125-130.

Issalillah, F., & Khayru, R. K. 2021. Stress and Reference Group Contribution to Achievement Motivation of Student. *Studi Ilmu Sosial Indonesia*, 1(1), 13–28.

Issalillah, F., & Khayru, R. K. 2025. Mental Health as an Organizational Construct: A Strategic Reorientation of Human Resource Management for Work Environment Design. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 8(3), 1-9.

Karakasidou, E., Papadimitriou, A., Chatzidou, D., & Kazi, S. 2024. Nurturing Resilience in Education. *Advances in Early Childhood and K-12 Education*, 243–264. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-8312-4.ch009>

Khasanah, H., Arum, S., & Darmawan, D. 2010. *Pengantar Manajemen Bisnis*. Jakarta: Spektrum Nusa Press.

Khayru, R. K. 2025. Psychological Vulnerability, Social Pressures, and Mental Health in the Digital Era Among Adolescents and University Students. *Journal of Science, Technology and Society (SICO)*, 6(1), 51–64.

Khayru, R. K., & Issalillah, F. 2022. The Impact of Social Media on Mental Health: An Analysis of the Effects on Anxiety, Depression, and Sleep Disorders in Adolescents and Young Adults. *Journal of Social Science Studies*, 2(1), 95-102.

Khayru, R. K., Issalillah, F., Mardikaningsih, R., Putra, A. R., & Darmawan, D. 2025. The Impact of Islamic Digital Literacy on College Students Mental Health and Charity Behavior. In *Proceedings of International Conference on Educational Management*, 3(1), 103-113.

- Khayru, R. K., Kabalmay, R. N. K., Amri, M. W., & Mardikaningsih, R. 2022. The Role of Psychological Capital and Entrepreneurship Education on Student Entrepreneurial Intention. *Studi Ilmu Sosial Indonesia Manajemen*, 2(1), 49-60.
- Kurniawan, Y., & Darmawan, D. 2021. The Adaptive Learning Effect on Individual and Collecting Learning. *Journal of Social Science Studies*, 1(1), 93-98.
- Kurniawan, Y., & Seran, G. 2024. The Role of Education in Reducing Stigma of Mental Health Problems in Schools and Increasing Support for Students. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 3(2), 64-69.
- Liwak, S., Darmawan, D., & El-Yunusi, M. Y. M. 2023. Adaptation Readiness and Resilience Building of Novice Teachers in Navigating the World of Education Professional Work. *Journal of Social Science Studies*, 3(1), 213-222.
- Mardikaningsih, R. 2023. Pengaruh Kepemimpinan dan Iklim Organisasi Terhadap Kinerja Guru. *Jurnal Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 45-56.
- Mardikaningsih, R., & Darmawan, D. 2022. Situational Leadership Strategies to Improve Change Management and Team Performance. *Journal of Social Science Studies*, 2(1), 247-252.
- Mardikaningsih, R., & Sinambela, E. A. 2022. Impact of burnout and stress on employee satisfaction in work. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 2(1), 21-25.
- Mardikaningsih, R., Sinambela, E. A., & Mendrika, V. 2022. The role of work motivation, competency, and professionalism on teacher performance. *Ekonomi, Keuangan, Investasi Dan Syariah (EKUITAS)*, 4(1), 250-255.
- Matos, J. F., Piedade, J., Freitas, A., Pedro, N., Dorotea, N., Pedro, A., & Galego, C. 2023. Teaching and learning research methodologies in education: A systematic literature review. *Education Sciences*, 13(2), 173.
- Metzgar, M. 2020. Preparing Schools for Crisis Management. 25-43. <https://doi.org/10.4324/9781315231167-3>
- Murali, R., & Avudaiappan, V. 2024. Unveiling the invisible struggles: Exploring student perspectives on mental health in universities. *IEEE Potentials*, 2-6. <https://doi.org/10.1109/mpot.2024.3486902>
- Musthofa, M. A. R., & Darmawan, D. 2024. School Principal Leadership And Work Environment: Driving Teacher Motivation At The Tanbihul Ghofilin Al Mustofa Sidoraharjo Kedamean Foundation. *Hikamatzu: Journal of Multidisciplinary*, 1(2), 46-61.

- Nurdiansah, I. D., & Darmawan, D. 2025. Academic Procrastination among Students: Psychological Factor Contributions of Academic Stress, Self-Efficacy, and Self-Control. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 17(2), 899-912.
- Oluwatosin, A., & Darmawan, D. 2025. Cultivating Visionary and Financially Literate Generations: Pathway to Socioeconomic Resilience Among Youth. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 7(2), 24-29.
- Patel, M., & Patel, N. 2019. Exploring research methodology. *International Journal of Research and Review*, 6(3), 48-55.
- Rahmawati, Y., & Darmawan, D. D. 2024. Research on The Relationship Between Work Motivation, School Principal Leadership, and Teacher Performance in Madrasah Ibtidaiyah At Taufiq Lakarsantri Surabaya. *International Journal of Islamic Thought and Humanities*, 3(1), 59-69.
- Rojak, J. A., Darmawan, D., & Marsal, A. P. 2025. Strategic development of mental health-based organizational culture to improve institutional workforce performance in higher education. In *Proceeding of International Management Conference and Progressive Papers*, 3(1).
- Rojak, J. A., Fajar, A. S. M., & Darmawan, D. 2024. A Comprehensive Review of Counseling's Contribution to Student Character Development in University Education. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 6(1), 13-18.
- Rosal, P. 2022. Optimizing School Mental Health Services. 415-420. <https://doi.org/10.4324/9780429030260-42>
- Saadati, N. 2023. Enhancing Collaboration Between Schools and Mental Health Services. 1(2), 1-3. <https://doi.org/10.61838/kman.prien.1.2.1>
- Safira, M. E., Masfufah, M., & Yuliastutik, Y. 2021. A Critical Analysis of Family Interactions on Children's Mental Health and Emotional Balance. *Journal of Social Science Studies*, 1(1), 257-262.
- Sajjapong, T., Darmawan, D., & Marsal, A. P. 2022. The Role of Social Stereotypes in Shaping Opportunities and Inequalities in Society: Their Impact on Education, Employment, and Intergroup Interactions. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 1(1), 44-49.
- Sidqi, M. H., Nurdiansah, I. D., & Darmawan, D. 2025. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: Kejenuhan Akademik, Kecanduan Media Sosial, dan Stres Akademik. *FONDATIA*, 9(2), 437-460.
- Smela, B., Toumi, M., Świerk, K., Francois, C., Biernikiewicz, M., Clay, E., & Boyer, L. 2023. Rapid literature review: definition and methodology. *Journal of Market Access & Health Policy*, 11(1), 2241234.

- Snyder, H. 2024. Designing the literature review for a strong contribution. *Journal of Decision Systems*, 33(4), 551-558.
- Souza, R. P. P. 2019. Strategies for early identification of risk behaviors in children and adolescents. *RevistaFT*. <https://doi.org/10.69849/revistaft/ch10201911180729>
- Verma, R. 2024. Empowering Teachers in Schools with Basic Counseling Skills. *Journal of Psychiatry and Social Sciences Research*, 4(4). <https://doi.org/10.53902/jpssr.2024.04.000572>
- Vitrianingsih, Y., Mardikaningsih, R., Issalillah, F., Mamesan, D. A., & Mathius, D. N. 2025. The Dilemma of Criminal Responsibility: A Juridical Study of Offenders with Mental Disorders. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(2), 1143-1156.
- Wei, Y. 2024. Exploring the Collaborative Intervention Mechanism for Psychological Crisis among College Students: Solving “Danger” and Seeking “Opportunity.” *Journal of Mental Health and Social Sciences*, 2(2), 103-108. <https://doi.org/10.62517/jmhs.202405218>
- Wuryani, A. I., Kaseger, H., Tamaka, R. S., Tampil, V. C., & Issalillah, F. 2023. Juridical Review of Government Legal Measures for Ensuring Rights of Patients with Mental Disorders in Social Security Administration. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 2(3), 28-36.
- Yablon, Y. B. 2017. Students’ Reports of Severe Violence in School as a Tool for Early Detection and Prevention. *Child Development*, 88(1), 55-67. <https://doi.org/10.1111/CDEV.12679>
- Yang, F.-Y. 2023. Enhancing Students’ Happiness, Resilience, and Grit through Positive Psychology Courses. *Global Conference on Business and Social Sciences Proceeding*, 1(188). [https://doi.org/10.35609/gcbssproceeding.2023.1\(188](https://doi.org/10.35609/gcbssproceeding.2023.1(188)
- Ye, X., & Lu, K. 2024. Study on the Influencing Factors and Coping Strategies of College Students’ Mental Health based on Social Media Environment. *International Journal of Education and Humanities*, 17(2), 42-44. <https://doi.org/10.54097/hh2vjs33>
- Yu, Y. 2024. Academic success: don’t forget our mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 8(1), 14-16. [https://doi.org/10.1016/s2352-4642\(23\)00325-5](https://doi.org/10.1016/s2352-4642(23)00325-5)
- Zahid, R. A., & Darmawan, D. 2025. Family Conflict Resolution and the Developmental Trajectories of Emotional Regulation and Child Psychosocial Outcomes. *Journal of Science, Technology and Society (SICO)*, 6(2), 13-26.
- Zahid, R. A., Darmawan, D., & Khayru, R. K. 2022. Mental Illness Stigma in Families and the Reach of Private Law Protection. *Studi Ilmu Sosial Indonesia*, 2(2), 207-230.