

Edukasi Kesehatan Mental untuk Mengurangi Dampak Diskriminasi di Sekolah: Tinjauan Literatur Sistematis dan Implikasi bagi Keperawatan Jiwa

Tomy Suganda^{1*}, Shela Safrina¹, Syifa Chorunnissa Erli¹, Nurul Isnaini¹

¹ Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Bandar Lampung, Indonesia

*E-mail: Sugandatomy93@gmail.com

Diterima : 8 Desember 2024

Direvisi : 20 Desember 2024

Tersedia Online : 24 Desember 2024

Terbit Reguler: 31 Desember 2024

ARTIKEL INFO

Kata Kunci :

Diskriminasi; Edukasi Kesehatan Mental; Perundungan; Remaja; Sekolah

Keywords :

Adolescents; Bullying; Discrimination; Mental Health Education; Schools

ABSTRAK

Latar Belakang: Diskriminasi di sekolah berdampak negatif pada kesehatan mental remaja, menyebabkan stres, kecemasan, dan depresi. Dampaknya juga mencakup penurunan prestasi akademik serta peningkatan risiko gangguan psikologis akibat perundungan fisik, verbal, dan cyberbullying. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas edukasi kesehatan mental dalam mengurangi dampak diskriminasi pada remaja di sekolah. **Metode:** Studi ini menggunakan metode tinjauan pustaka sistematis (PRISMA) melalui pencarian artikel di Google Scholar, Garuda, dan ScienceDirect. Kata kunci yang digunakan adalah "kesehatan mental", "remaja", dan "diskriminasi di sekolah". Seleksi artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat. **Hasil:** Temuan menunjukkan bahwa diskriminasi di sekolah merupakan masalah signifikan yang membutuhkan intervensi berbasis edukasi kesehatan mental. Program ini terbukti meningkatkan kesadaran siswa terhadap tanda-tanda masalah kesehatan mental, strategi penanganan, dan pentingnya bantuan profesional. **Kesimpulan:** Kolaborasi antara pendidik, psikolog, dan perawat jiwa diperlukan untuk merancang program edukasi yang efektif. Program ini dapat mencegah, mendeteksi dini, serta menangani dampak diskriminasi, sekaligus menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan mendukung kesejahteraan siswa.

ABSTRACT

Background: Discrimination in schools adversely impacts adolescents' mental health, causing stress, anxiety, and depression. It also contributes to decreased academic performance and elevated risks of psychological disorders due to physical, verbal, and cyberbullying. **Objective:** This study aims to explore the effectiveness of mental health education in mitigating the effects of discrimination on adolescents in schools. **Methods:** A systematic literature review (PRISMA) was conducted using articles from Google Scholar, Garuda, and ScienceDirect. The keywords used were "mental health," "adolescents," and "school discrimination." Articles were selected based on stringent inclusion and exclusion criteria. **Results:** The findings highlight that school discrimination is a significant issue requiring interventions through mental health education. These programs effectively raise students' awareness of mental health symptoms, coping strategies, and the importance of professional support. **Conclusion:** Collaboration among educators, psychologists, and psychiatric nurses is crucial in designing effective educational programs. Such programs can prevent, detect early, and address the impacts of discrimination while fostering an inclusive and supportive school environment for students' well-being.

How to Cite : Suganda, T., Safrina, S., Erli, S. C., & Isnaini, N. (2024). Edukasi Kesehatan Mental untuk Mengurangi Dampak Diskriminasi di Sekolah: Tinjauan Literatur Sistematis dan Implikasi bagi Keperawatan Jiwa. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 5(2), 157-167. <https://doi.org/10.30787/asjn.v5i2.1673>

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan mental akibat diskriminasi berpengaruh buruk terhadap trauma psikologis dan kesehatan mental. Diskriminasi terhadap sekelompok ras atau etnis tertentu, merupakan suatu masalah yang nyata di Indonesia (Lestari, 2022). Diskriminasi di sekolah berdampak negatif pada kesehatan mental remaja, seperti stres, kecemasan, dan depresi (Hernandez & Schultz, 2019). Diskriminasi di sekolah berhubungan dengan penurunan prestasi akademik dan meningkatkan risiko gangguan mental pada remaja (Santrock, 2020). Berdasarkan data Komnas HAM, sedikitnya ada 101 kasus diskriminasi dalam periode 2011-2018. Sehingga diperlukan upaya kolektif dari semua pihak terkait untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai berbagai bentuk diskriminasi tersebut.

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2019) menunjukkan bahwa diskriminasi di sekolah berdampak pada kesehatan mental siswa, dengan 20-30% siswa mengalami gejala depresi dan ansietas. Menurut UNESCO (2019), sekitar 1 dari 3 siswa di seluruh dunia mengalami diskriminasi di sekolah. *Global Student Health Survey 2019*, menatakan bila 15,3% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan fisik. 31,9% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan verbal dan 10,6% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan *cyberbullying*. Pada tahun 2022, Kemendikbudristek menerima 1.640 laporan kasus perundungan di sekolah, bentuk perundungan paling umum verbal (36,7%), fisik (29,7%), dan *cyberbullying* (23,6%). Berdasarkan data Pusat Pengkajian Islam dan Masyarakat UIN Yogyakarta, Siswa di Indonesia pernah mengalami diskriminasi berdasarkan agama (38,8%), suku (27,5%) dan ras (14,2%). Data kemendikbudristek 2022, 31% siswa di Indonesia mengalami Diskriminasi. Data diskriminasi yang paling dominan terjadi di sekolah meliputi perundungan dan intoleransi.

Diskriminasi merupakan suatu perilaku tidak setara terhadap apa yang dilakukan dalam membedakan individu atau

kelompok, berdasarkan sesuatu hal, biasanya bersifat kategoris atau spesifik, seperti ras, suku, golongan sosial, bahkan agama (UNESCO, 2019; Windar, Wahidin & Rasyid, 2022). Diskriminasi didefinisikan sebagai tindakan yang tidak adil dan merugikan terhadap individu atau kelompok berdasarkan perbedaan karakteristik pribadi atau sosial (Wang & Ecclestone, 2020). Perilaku-perilaku diskriminasi tersebut seringkali berdampak merugikan bagi mereka yang menjadi sasaran.

Hal ini menunjukkan pentingnya peran aktif semua pemangku kepentingan dalam mengedukasi dan mendorong masyarakat untuk memahami dan mengatasi isu diskriminasi. Remaja korban diskriminasi memiliki risiko dua kali lipat mengalami depresi dan kecemasan" (Wang & Ecclestone, 2020). Korban diskriminasi di sekolah lebih rentan mengalami kesulitan emosional dan sosial (Hernandez & Schultz, 2019). Diskriminasi tidak hanya menciptakan permasalahan sosial sosial, tetapi juga berdampak negatif pada kesehatan mental korban. Korban sering mengalami trauma, kecemasan, kehilangan rasa aman, penurunan harga diri, dan bahkan depresi yang dapat berujung pada kondisi yang serius dan berbahaya (Blake & Darling, 2019; Hernandez & Schultz, 2019; Santrock, 2020). Oleh karena tersebut perlu adanya upaya-upaya yang dilakukan dalam mengurangi dampak permasalahan diskriminasi di sekloah.

Edukasi kesehatan mental mencakup penyampaian informasi yang terstruktur dan mendalam mengenai aspek-aspek kesehatan psikologis, termasuk pemahaman tentang tanda-tanda masalah kesehatan mental, strategi pencegahan, dan metode untuk mengatasi stres atau tekanan emosional (Quek et al, 2019). Melalui informasi yang akurat dan mendalam, edukasi kesehatan membekali individu dengan pengetahuan yang dibutuhkan untuk memahami kondisi kesehatan mental mereka, mengatasi stigma yang terkait, dan mengembangkan sikap positif terhadap perawatan kesehatan mental (Ferdian Dani, et al 2024). Edukasi kesehatan mental berperan krusial dalam membekali individu dengan

pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan mental yang optimal.

Edukasi kesehatan mental memiliki dampak signifikan pada remaja, karena dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan mental (Kumar et al., 2022). Pentingnya edukasi kesehatan mental merupakan investasi penting untuk masa depan remaja (Khairunnisa et al, 2023). Secara keseluruhan, pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental tidak hanya membuka pintu pemahaman yang lebih luas, tetapi juga membentuk dasar bagi penerimaan, pencegahan, dan penanganan masalah kesehatan mental secara holistik (Shelemy et al, 2019). Edukasi kesehatan mental terbukti sangat penting dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan mental remaja, serta memberikan dasar yang kuat untuk penanganan masalah kesehatan mental secara komprehensif.

Program pendidikan ini secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan mental pada usia remaja sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis generasi muda dan mengurangi risiko bunuh diri yang disebabkan oleh ketidakstabilan mental (Farika, Mirza & Romas, 2024). Dengan mengintegrasikan pendekatan ini, kita dapat menciptakan sistem dukungan yang menyeluruh untuk kesehatan mental remaja.

Diskriminasi di sekolah seringkali menjadi pemicu masalah kesehatan mental pada siswa yang menjadi korban. Pendidikan kesehatan mental hadir sebagai solusi yang krusial untuk mengatasi permasalahan ini. Melalui konsep kesehatan mental, siswa dapat mengenali tanda-tanda stres, kecemasan, atau depresi yang mungkin muncul akibat diskriminasi. Pemahaman ini memungkinkan mereka untuk mencari bantuan yang tepat dan mencegah dampak negatif yang lebih serius. Selain itu, pendidikan kesehatan mental juga membantu siswa mengembangkan keterampilan coping yang efektif untuk menghadapi situasi sulit.

Beberapa penelitian sebelumnya pentingnya edukasi kesehatan mental merupakan langkah penting dalam upaya mengatasi masalah kesehatan mental serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang edukasi kesehatan mental ((Khadijah, Caturini & Ariani, 2024; Mi-Jin Kim, et al 2022; Tehrani & Olyani, 2021). Melalui kemampuan menjaga kesehatan mental remaja dengan baik, remaja dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik, menjalin hubungan yang sehat, dan meraih kualitas hidup yang baik. Peneliti telah mengumpulkan penelitian-penelitian yang berkaitan dengan edukasi kesehatan mental dalam penanganan dampak dari diskriminasi, namun dari sejumlah penelitian tersebut peneliti tidak menemukan penelitian edukasi kesehatan mental dalam penanganan dampak dari diskriminasi, menggunakan metode *Systematic Literature Review*. Penelitian edukasi kesehatan mental sebelumnya masih minim yang membahas mengenai penanganan dampak dari diskriminasi pada remaja di sekolah. Peneliti tertarik untuk meneliti mengenai bagaimana edukasi kesehatan mental pada remaja sebagai upaya mengurangi dampak permasalahan diskriminasi yang terjadi di Sekolah. Pertanyaan penelitian meliputi:

1. Diskriminasi apa saja yang paling banyak terjadi pada remaja di sekolah?
2. Bagaimana edukasi kesehatan mental dapat mengurangi dampak permasalahan diskriminasi?

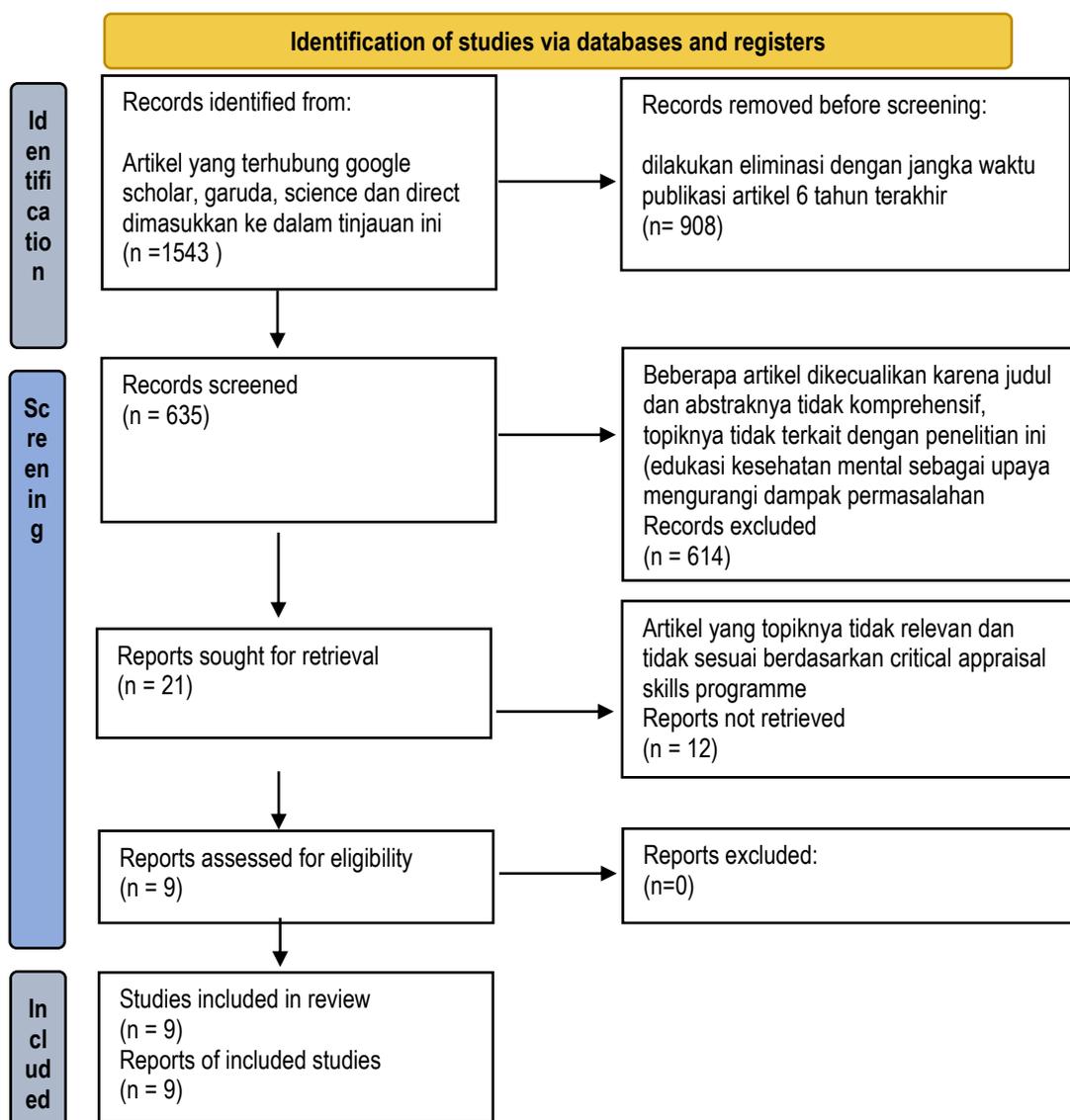
METODE DAN BAHAN

Tinjauan pustaka sistematis (*systematic literature review*) ini menggunakan PRISMA dalam menggambarkan edukasi kesehatan mental sebagai upaya mengurangi dampak permasalahan diskriminasi yang terjadi di sekolah. Tahapan dalam metode tinjauan pustaka meliputi kriteria kelayakan, strategi pencarian, pemilihan studi dan sintesis hasil. Tahapan pada kriteria kelayakan artikel yang digunakan (kriteria inklusi) dengan menggunakan berbagai jenis metode penelitian termasuk metode kuantitatif, kualitatif, campuran dan *review*. Sedangkan pada artikel yang dikeluarkan (eksklusi) adalah artikel yang topiknya tidak relevan dan tidak sesuai

berdasarkan *critical appraisal skills programme* yang meliputi 1) Tujuan dan Pertanyaan Penelitian, 2) Desain Penelitian, 3) Validitas dan Reliabilitas Data, 4) Objektivitas dan Kesimpulan, 5) Relevansi dengan Praktik

Tahapan strategi pencarian melalui beberapa proses untuk mendapatkan artikel yang relevan tentang diskriminasi di sekolah fokus pada faktor yang mempengaruhi kesehatan mental dan diskriminasi di sekolah. Selama proses pencarian, para penulis menggunakan beberapa kata kunci, seperti kesehatan mental, remaja, serta diskriminasi di sekolah melalui *Boolean Operator* "or". Tahapan pada pemilihan studi dengan mencari

literature dari artikel yang terhubung *Google Scholar*, *Garuda*, dan *Science Direct*. Waktu penelusuran artikel dilakukan pada juni 2024 sampai dengan Agustus 2024. Para penulis menyelidiki beberapa artikel yang relevan yang diterbitkan dalam versi bahasa Inggris maupun bahasa Indonesia dengan jangka waktu publikasi artikel tahun 2019-2024. Kemudian pada tahapan sintesis hasil temuan dari ulasan ini menggambarkan dan menjelaskan edukasi kesehatan mental sebagai solusi untuk menangani permasalahan diskriminasi di sekolah.



Gambar 1. Proses pemilihan tinjauan pustaka sistematis diadaptasi dari PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) (2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambar 1 menggambarkan proses pemilihan studi dari beberapa database elektronik, didapatkan 1543 referensi yang berkaitan dengan topik tersebut. Setelah dilakukan eliminasi dengan jangka waktu publikasi artikel 6 tahun terakhir, didapatkan artikel 635. Di sisi lain, beberapa artikel (21) dikecualikan karena judul dan abstraknya tidak komprehensif, topiknya tidak terkait dengan penelitian ini (edukasi kesehatan mental sebagai upaya mengurangi dampak permasalahan diskriminasi di sekolah). Selain itu, artikel yang topiknya tidak relevan dan tidak sesuai berdasarkan CASP Peneliti. Oleh karena tersebut terdapat 9 studi teks lengkap yang dapat ditinjau seperti yang ditampilkan dalam tabel 1.

Diskriminasi yang paling banyak terjadi pada remaja di sekolah

Diskriminasi di sekolah adalah tindakan yang membedakan, mengucilkan, atau melecehkan siswa seperti latar belakang tertentu. Perilaku diskriminasi terjadi ketika siswa memperlakukan teman berbeda berdasarkan faktor seperti agama, suku, ras, gender, atau status sosial, menciptakan lingkungan yang tidak inklusif ((Dupont-Reyes, & Villatoro, 2019; Khobir & Khasanah; Sudrajat, 2023). Diskriminasi di sekolah dapat terjadi dalam berbagai bentuk. Perundungan, atau bullying, adalah salah satu bentuk yang paling umum, di mana individu secara sengaja menyakiti atau mengintimidasi orang lain. Selain itu, pengucilan atau pengabaian juga sering terjadi, membuat seseorang merasa tidak diterima dalam lingkungan sekolah. Pelecehan verbal, berupa ucapan yang menyakitkan atau merendahkan, juga merupakan bentuk diskriminasi yang umum. Diskriminasi juga dapat terjadi dalam proses pembelajaran, misalnya melalui pemberian tugas yang tidak adil atau pembatasan akses terhadap fasilitas sekolah (Karmila, Nurul, Elsa, et al 2021). Praktik diskriminasi di lingkungan sekolah, yang ditandai dengan perlakuan tidak adil berdasarkan perbedaan individu, merupakan masalah serius yang perlu mendapat perhatian.

Faktor-faktor yang menyebabkan diskriminasi pada remaja di sekolah antara lain stereotip, prasangka, dan kurangnya pendidikan tentang keragaman (Hernandez & Schultz, 2019). Fenomena diskriminasi merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor psikologis dan sosial, di mana proses sosialisasi yang mengajarkan stereotip menjadi

salah satu faktor utama. Berdasarkan data *global student health survey 2019*, 15,3% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan fisik. 31,9% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan verbal dan 10,6% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami perundungan *cyberbullying*. Pada tahun 2022, kemendikbudristek menerima 1.640 laporan kasus perundungan di sekolah, bentuk perundungan paling umum verbal (36,7%), fisik (29,7%), dan *cyberbullying* (23,6%). Data diskriminasi yang paling dominan terjadi di sekolah meliputi perundungan dan intoleransi.

Tantangan dan permasalahan akibat diskriminasi kekerasan fisik atau psikologis yang dapat terjadi di lingkungan sekolah. Kekerasan ini bisa berupa perundungan (bullying), kekerasan ini dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan fisik dan mental siswa, serta mengganggu proses belajar-mengajar. Penyebab tindakan diskriminasi dalam membedakan-dibedakan dipengaruhi oleh adanya kelompok yang berkuasa dan kelompok yang lemah, kelompok yang lemah seringkali mendapatkan perlakuan yang tidak baik seperti pemalakan, intimidasi, ras, bahkan kekerasan secara fisik. Menurut Hernandez dan Schultz (2019), diskriminasi di sekolah disebabkan oleh faktor-faktor seperti stereotip, prasangka, dan kurangnya pendidikan tentang keragaman. Selain itu, Wang dan Ecclestone (2020) menemukan bahwa kultur dan tradisi juga berperan dalam diskriminasi di sekolah. Akibatnya korban menjadi sasaran pembullying oleh kelompok yang berkuasa tersebut. Diskriminasi di sekolah dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada siswa (Blake & Darling, 2019). Selain itu, diskriminasi juga dapat menurunkan prestasi akademik dan meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi dan ansietas (Hernandez & Schultz, 2019). Pencegahan dan penanganan kekerasan ini, sekolah perlu memiliki kebijakan, dan prosedur yang jelas, serta melibatkan seluruh warga sekolah. Selain itu diskriminasi yang dapat terjadi di lingkungan sekolah, diskriminasi ini bisa berdasarkan ras, etnis, agama, gender, orientasi seksual, atau faktor lainnya. Hal ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, tidak aman, atau tidak dihargai bagi sebagian siswa atau staf. (Affa Azmi Rahman, et al 2021). Untuk mengatasi tantangan ini, sekolah perlu mempromosikan nilai-nilai pluralisme, toleransi dan upaya pemberian

edukasi kesehatan mental sebagai bentuk promotif dan kuratif.

Edukasi kesehatan mental sebagai solusi untuk menangani permasalahan diskriminasi di sekolah

Penelitian yang pernah dilakukan mencoba menilai dan membandingkan edukasi kesehatan mental sebagai solusi untuk menangani permasalahan diskriminasi disekolah, hasilnya dari masalah kesehatan mental di kalangan siswa menjadi perhatian serius dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan mental dapat menjadi hambatan dalam mengidentifikasi dan mengelola masalah tersebut, penelitian juga menyatakan, bahwa peran penting tenaga kesehatan dan lembaga pendidikan dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental tidak Dapat dipandang sebelah mata (Tehrani & Olyani, 2021). Dengan Membentuk kolaborasi yang sinergis, tenaga kesehatan dan sekolah dapat menciptakan program edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan. Edukasi kesehatan mental adalah suatu proses sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, serta perilaku individu atau masyarakat dalam mencapai dan Mempertahankan tingkat kesehatan Yang optimal (Yosep et al, 2023). Ferdian menyebutkan bila edukasi kesehatan mental efektif mneingkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental (Ferdian Dani, et al 2024). Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, dapat diasumsikan bila terdapat hal/faktor yang mempengaruhi kesehatan dan cara-cara untuk mempromosikan perilaku sehat.

Beberapa penelitian menyatakan bila dengan penyampaian Informasi yang tepat dan terfokus, edukasi kesehatan mampu memberikan pengetahuan yang lebih komprehensif kepada individu mengenai kondisi kesehatan mental mereka. Melalui proses ini, individu Dapat mengenali perubahan dalam Kondisi psikologis mereka, mengatasi Stigma yang terkait dengan masalah Kesehatan mental, dan mengadopsi pola pikir positif terkait dengan perawatan dan dukungan psikologis (Setyanto, 2023). Edukasi kesehatan mental adalah langkah penting dalam mengatasi masalah diskriminasi terhadap individu dengan gangguan jiwa. Namun, ini bukan satu-satunya solusi. Perlu adanya upaya yang terintegrasi dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, masyarakat, dan individu itu

sendiri (Bonell et al, 2020; Thornicroft, Metha, Clement, et al 2016). Selain pengaruh edukasi kesehatan, hasil-hasil penelitian menyatakan bila implementasi program edukasi yang terstruktur dapat membuat siswa berhasil mengakses informasi yang relevan, mengenali tanda-tanda awal masalah kesehatan mental, dan mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap aspek-aspek kesehatan psikologis.

Penelitian lain juga menyebutkan bahwa edukasi diperlukan oleh siswa sebagai sarana meningkatkan kepedulian terhadap kesehatan mental (Wang & Ecclestone, 2020). Penelitian Maya (2021) dan Liquid & Cuartero (2022) menunjukkan bahwa pemahaman yang baik tentang kesehatan mental dapat mendorong siswa untuk lebih proaktif dalam mencari bantuan profesional ketika mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan tentang kesehatan mental berperan penting dalam mengurangi stigma dan meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan mental (Khadijah, Caturini & Ariani, 2024). Menurut Dewantara & Mulyaningsih (2022), dalam meningkatkan pengetahuan melalui edukasi, semakin banyak informasi positif yang masuk maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Tantangannya, remaja harus memiliki kemahiran menavigasi identitas budaya untuk mengatasi stressor yang ada (Sonna Higgen, et al 2020; Leuwol, Jamin & Ayu, 2023). Temuan ini menyiratkan bahwa semakin banyak siswa yang yang memahami dan mengerti mengenai kesehatan mental maka siswa dapat dengan mudah untuk memahami siapa yang harus ditemui ketika membutuhkan dan mencari bantuan.

Edukasi kesehatan mental di sekolah memiliki dampak positif yang signifikan dalam mengatasi diskriminasi. Dengan edukasi ini, siswa dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang diskriminasi, mengurangi stigma terhadap kesehatan mental, serta mengembangkan empati dan toleransi antar siswa. Selain itu, edukasi ini juga membantu siswa mengelola stres dan emosi secara efektif. Pada akhirnya, hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan siswa secara keseluruhan (Hernandez & Schultz, 2019; Wang & Ecclestone, 2020; Blake & Darling, 2019; Kumar et al., 2022; WHO, 2019). Edukasi kesehatan mental di sekolah berdampak signifikan dalam mengatasi diskriminasi dan meningkatkan kualitas hidup serta kesejahteraan siswa.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti cakupan data yang hanya berasal dari studi terdahulu dengan rentang waktu publikasi terbatas (2019–2024), sehingga kemungkinan tidak mencakup semua penelitian relevan terkait diskriminasi di sekolah. Seleksi artikel yang hanya menggunakan database tertentu, seperti Google Scholar, Garuda, dan ScienceDirect, dapat membatasi keberagaman sumber data. Selain itu, sebagian besar studi yang dirujuk berfokus pada konteks wilayah tertentu dan populasi sekolah perkotaan, sehingga hasilnya kurang dapat digeneralisasi ke wilayah rural atau konteks multikultural yang lebih luas. Metodologi yang digunakan, yaitu tinjauan pustaka sistematis, juga tidak memungkinkan pengumpulan data primer untuk mendalami aspek diskriminasi dan kesehatan mental secara langsung. Keterbatasan-keterbatasan ini menunjukkan perlunya penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih luas dan beragam untuk memperkaya pemahaman dan intervensi yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diskriminasi di sekolah merupakan masalah kompleks yang berdampak signifikan pada kesehatan mental dan kesejahteraan siswa. Berbagai bentuk diskriminasi, seperti perundungan dan diskriminasi berbasis identitas, menciptakan lingkungan yang tidak inklusif dan menekan, sehingga dapat memicu depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma. Selain itu, diskriminasi menghambat prestasi akademik dan perkembangan sosial siswa. Penyebab diskriminasi meliputi stereotip, prasangka, dan ketidaksetaraan dalam sistem pendidikan.

Upaya komprehensif diperlukan untuk mengatasi diskriminasi di sekolah, melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sekolah perlu menciptakan lingkungan inklusif, mengajarkan toleransi dan keberagaman, serta menyediakan dukungan psikologis bagi korban diskriminasi. Psikolog sekolah dan perawat jiwa berperan penting melalui konseling, terapi, serta pelatihan guru dan staf untuk mengenali dan merespons diskriminasi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami dampak diskriminasi dan mengembangkan intervensi yang lebih efektif.

Psikolog dan perawat jiwa dapat meningkatkan kesadaran, mengembangkan program intervensi, dan berkolaborasi dengan berbagai pihak untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi semua

siswa. Dengan advokasi yang kuat, mereka membantu mewujudkan sekolah yang inklusif dan mendukung kesehatan mental siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Affa Azmi Rahman Nada, dkk. (2021). *Praktik Gerakan Sekolah Menyenangkan*. Yogyakarta: UAD Press.
- Blake, J. J., & Darling, R. A. (2019). The impact of discrimination on adolescent identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(10), 1723–1736.
- Bonell, C., Dodd, M., Allen, E., Bevilacqua, L., McGowan, J., Opondo, C., Sturgess, J., Elbourne, D., Warren, E., & Viner, R. M. (2020). Broader impacts of an intervention to transform school environments on student behaviour and school functioning: post hoc analyses from the INCLUSIVE cluster randomised controlled trial. *BMJ open*, 10(5), e031589. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031589>
- Dewantara, S. G., & Mulyaningsih, M. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Bantuan Hidup Dasar pada Relawan PMI dalam Kesiapsiagaan Bencana. *ASJN (Aisyiah Surakarta Journal of Nursing)*, 3(2), 62–68. <https://doi.org/10.30787/asjn.v3i2.1008>
- DuPont-Reyes, M. J., & Villatoro, A. P. (2019). The role of school race/ethnic composition in mental health outcomes: A systematic literature review. *Journal of adolescence*, 74, 71–82. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.05.006>
- Farika, S. A., Mirza, M. N., & Romas, A. N. (2024). Promosi Kesehatan tentang Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.70109/jupenkes.v1i1.10>
- Ferdian et al (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*. 4(5)
- Hernandez, E. I., & Schultz, J. L. (2019). The effects of discrimination on adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health*, 65(4), 542–548.
- Higgen, S., & Mösko, M. (2020). Mental health and cultural and linguistic diversity as challenges in school? An interview study on the implications for students and teachers. *PloS one*, 15(7), e0236160. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236160>
- Karmila, Nurul Fauziah, Elsa Safira, M. Nur Atzeni Sadikin, Kautsar Eka Wardhana. (2021). “Diskriminasi Pendidikan Di Indonesia.” *EDUCASIA Jurnal Pendidikan, Pengajaran, Dan Pembelajaran* 6 (3): 191–203.

- <https://www.educasia.or.id/index.php/educasia/article/view/128/82>.
- Khadijah, Caturini & Ariani (2024). The Effect of Education on Adolescents in Reducing the Stigma of Depression and Self Harm. *Jurnal Ilmiah kebidanan*, 7(1). <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v7i1.2858>
- Khairunnisa, Firmawati, Saadah, Anggraeni, Chandra, Erliana & Habibi (2023). Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah Remaja Melalui Pelatihan Remaja Bermental Tangguh. *BAKTIMAS*, 5 (4)
- Khobir & khasanah (2020). *POTRET DISKRIMINASI PENDIDIKAN: Gerakan Sosial Baru dan Perlawanan Agama Lokal "Agama Jawa Soenda*. Pekalongan: NEM.
- Kumar, S., Sharma, A., & Kumar, V. (2022). Effectiveness of mental health education program among adolescents. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 1-8.
- Lestari, G. T., Mulyati, S., & Sari, V. I. (2020). Diskriminasi Dalam Novel Anak Semua Bangsa Karya Pramoedya Ananta Toer Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia Di SMA. *Widya Accarya*, 11(2), 139-146.
- Leuwol, F. S., Jamin, N. S., & Ayu, S. K. (2023). Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan Kesejahteraan Mental di Era Global dengan Pemahaman dan Pendekatan yang Beragam. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(08), 649–659. <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i08.578>
- Liquid, M. J. A., & Cuartero, S. R. (2022). Mental health education: An intervention on stigma on help-seeking behavior among adolescents. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 24(2). <https://doi.org/10.26486/psikologi.v24i2.2228>
- Maya, N. (2021). Kontribusi Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Stigma Publik terhadap Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(1), 22. https://doi.org/10.22146/gamajop.5847_0
- Olyani, S., Gholian Aval, M., Tehrani, H., & Mahdiadeh, M. (2021). School-Based Mental Health Literacy Educational Interventions in Adolescents: A Systematic Review. *Journal of Health Literacy*, 6(2), 69-77. doi: 10.22038/jhl.2021.58551.1166
- Quek, T. T. C., Tam, W. W. S., Tran, B. X., Zhang, M., Zhang, Z., Ho, C. S. H., & Ho, R. C. M. (2019). The global prevalence of anxiety among medical students: A meta-analysis
- Shelemy, L., Harvey, K., & Waite, P. (2019). Supporting students' mental health in schools: What do teachers want and need? *Emotional and Behavioural Difficulties*, 24. <https://doi.org/10.1080/13632752.2019.158272>
- Sudrajat (2023). Kontribusi Pendidikan Agama pada Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Tinta*, Vol. 5 No 1,
- UNESCO. (2019). *Global Education Monitoring Report 2019*. Paris: UNESCO.
- Wang, Y., & Ecclestone, K. (2020). The impact of school bullying and discrimination on adolescent well-being. *Journal of Educational Psychology*, 112(5), 851-863.
- Windar, Wahidin & Rasyid (2022). Diskriminasi Keagamaan dan Kebudayaan terhadap Masyarakat Digital. *SOSIOLOGIA : Jurnal Agama dan Masyarakat*.
- World Health Organization. (2019). *Mental Health in Schools*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. Regional Office for the Western Pacific. (2022). *Report of the 2019 global school-based student health survey in Viet Nam*. WHO Regional Office for the Western Pacific.
- Yosep, I., Pramukti, I., Agustina, H. R., Kurniawan, K., Agustina, H. S., & Hikmat, R. (2023). TripleP e-Parenting to Improve Awareness of Psychiatric Nurses on Preventing Cyberbullying in Adolescents. In *Healthcare* (Vol. 11, Issue 1). <https://doi.org/10.3390/healthcare11010019>

Tabel 1. Data Tinjauan Pustaka

No	Penulis	Judul	Metode	Tempat	Tujuan	Temuan	
1.	Ferdian Dani, et al 2024.	Pengaruh Edukasi Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Mental	Edukasi Untuk Meningkatkan Tentang pre-test and without control group.	Padjajaran	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi eksperiment test and post-test	Bertujuan untuk mengetahui pengaruh program edukasi kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang kesehatan mental di lingkungan sekolah.	Terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan mental siswa, dan menyajikan gambaran umum yang signifikan mengenai pengaruh adaptasi kesatuan dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental.
2.	Yosep, Pramukti et al 2023.	Triple-P e Parenting to Improve Awareness of Psychiatric Nurses on Preventing Cyberbullying in Adolescents	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi-experimental prepost tests study.	Bandung	Tujuan penelitian ini adalah mengeksplorasi kesadaran dan keterlibatan perawat jiwa serta motivasi dan keyakinan mereka dalam mencegah cyberbullying.	Kesadaran perawat sebagai orang tua terkait cyberbullying penting untuk mencegah cyberbullying pada remaja. Seminar tentang cyberbullying, peran orang tua, dan cara mencegah cyberbullying efektif untuk mencegah cyberbullying pada remaja dengan memperhatikan pengalaman orang tua yang memiliki anak yang menjadi korban cyberbullying.	
3.	Khadijah, Caturini & Ariani, 2024	The Effect of Education on Adolescents Reducing the Stigma of Depression and Self Harm	Penelitian Pra Eksperimen on one group prepost test design. Data diambil sebelum dan sesudah pemberian intervensi edukasi via audiovisual. Jumlah sampel sebanyak 70 responden.	Surakarta	Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi pada remaja dalam menurunkan stigma depresi dan self harm.	Kesimpulan terdapat pengaruh pemberian edukasi mengenai kesehatan mental, tingkat publik stigma, help seeking dan self stigma pada remaja.	
4.	Adi Sudrajat, 2023	Kontribusi Pendidikan Agama Pada Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah	Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka, objek kajian membahas tentang kontribusi pendidikan agama pada kesetaraan remaja di lingkungan sekolah, kajian pustaka atau study pustaka merupakan kegiatan yang bertujuan mengembangkan aspek teoritis maupun aspek manfaat praktis.	Malang	Untuk menekankan strategi promosi kesehatan mental seperti pendidikan agama.	Strategi pendidikan dan promosi kesehatan mental berbasis sekolah dapat memaksimalkan manfaat pendidikan agama dengan memberi penekanan pada penerapan pendidikan agama yang efektif untuk mempengaruhi kesehatan mental remaja.	

No	Penulis	Judul	Metode	Tempat	Tujuan	Temuan
5.	Ferdinand Salomo Leuwol, 2023	Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan Kesejahteraan Mental di Era Global dengan Pemahaman dan Pendekatan yang Beragam	Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dengan metode campuran, yang menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif.	Jawa Barat	Untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang tantangan kesejahteraan mental yang dihadapi oleh remaja di Jawa Barat dalam era global.	Temuan ini menjelaskan bagaimana remaja dengan mahir menavigasi kompleksitas identitas budaya mereka sambil mengadaptasi mekanisme penanggulangan tradisional untuk mengatasi stresor kontemporer.
6.	Tehrani & Olyani, 2021.	School-Based Mental Health Literacy Interventions in Adolescents : A Systematic Review	Dalam penelitian ini, pencarian dilakukan di database Scopus, PubMed, Web of Science, Google Scholar, Irandoc, Magiran, dan SID dalam bahasa Persia dan Inggris untuk studi yang diterbitkan dari tahun 2011 hingga 2021.	Iran	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki pengaruh intervensi pendidikan berbasis sekolah dalam meningkatkan literasi kesehatan mental (MHL) pada remaja.	Menunjukkan bahwa literasi kesehatan individu yang berpartisipasi dalam semua program "Kesehatan Mental" meningkat secara signifikan dibandingkan dengan mereka yang berada dalam kelompok kontrol.
7.	Mellissa J. DuPont-Reyes, et al 2019.	The Role of School Race/Ethnic Composition on Mental Health Outcomes: A Systematic Literature Review	Pencarian di enam basis data dari tahun 1990-2018 menghasilkan 13 artikel dari tiga negara (Amerika Serikat, Inggris, dan Belanda) yang memenuhi kriteria inklusi setelah peninjauan dua langkah terhadap judul/abstrak dan teks lengkap.	Amerika Serikat	Untuk memberikan bukti mengenai hubungan ras/komposisi etnis di sekolah terhadap hasil kesehatan mental di kalangan remaja (usia 11-17 tahun).	Komposisi ras / etnis sekolah dan kesehatan mental menunjukkan dua ukuran komposisi sekolah yang berbeda : kepadatan proporsi satu kelompok ras /etnis yang terdaftar di sekolah, dan keberagaman indeks yang menggambarkan rentang dan ukuran semua kelompok ras / etnis yang terdaftar di sekolah.
8.	Sonna Higgen, et al 2020.	Mental health and cultural and linguistic diversity as challenges in school? An interview study on the implications for students and teachers	Penelitian ini dianalisis menurut analisis teks kualitatif oleh Kuckartz menggunakan Maxqda Analytics Pro 2010.	Amerika Serikat	Untuk menyelidiki berbagai dampak masalah kesehatan mental dan keberagaman budaya dan bahasa pada siswa, teman sekelas, dan guru.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa gejala masalah kesehatan mental yang tereksternalisasi khususnya menjadi beban bagi teman sekelas dan guru. Guru menghadapi masalah manajemen waktu dan stres emosional. Keberagaman bahasa merupakan tantangan serius di sekolah bagi siswa, teman sekelas, dan guru. Namun, keberagaman budaya dan bahasa juga mengimpor beberapa sumber daya seperti mendorong keterbukaan dan integrasi.

No	Penulis	Judul	Metode	Tempat	Tujuan	Temuan
9.	Mi-Jin Kim, et al 2022.	Stress Factors in Multicultural Adolescents	Studi cross-sectional ini menggunakan Survei Berbasis Web Perilaku Risiko Remaja Korea ke-15 (2019). Dari 57.303 peserta survei, 749 melaporkan bahwa ayah, ibu, atau kedua orang tua mereka lahir di luar Korea.	Korea	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat stres dan faktor kesehatan mental pada remaja dari keluarga multikultural di Korea dan mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi stres tersebut.	Di antara karakteristik umum, perilaku berisiko kesehatan, dan faktor kesehatan mental, faktor kesehatan mental diamati secara signifikan memprediksi peningkatan tingkat stres remaja multikultural. Mengingat peningkatan jumlah remaja multikultural di Korea, penting untuk mengatasi kesulitan yang mereka alami guna menyediakan program intervensi yang tepat. Program tersebut harus mencakup teknik untuk membantu mengelola stres.